

Das energetische Herz

"Das Gehirn denkt, das Herz weiß."

- Das Herz ist nicht nur ein physisches Organ, sondern auch ein **energetisches Zentrum in unserem Körper**, das sich in der Mitte der Brust befindet und von dort mehrere Meter ausstrahlt
- Im Herzen existiert ein **eigenständiges neuronales System mit etwa 40.000 Nervenzellen**, das mit dem Gehirn kommuniziert und mehr Informationen an das Gehirn sendet als andersherum
- Lange Zeit ging man davon aus, dass nur das Gehirn Signale zum Herz sendet und nicht umgekehrt. Nun haben Wissenschaftler herausgefunden, dass das **Herz etwa 90 Prozent aller Informationen an das Gehirn sendet**
- Das Herz **nimmt zuerst Informationen auf** und leitet sie dann an das Gehirn weiter
- **Verbindung zur Intuition** und zum **Quantenfeld** (wissendes Feld, das uns umgibt)
- Das sog. "**Herzgehirn**" wurde Anfang der 1990er Jahre am Heart Math Institute in Kalifornien entdeckt, seit dem wird intensiv zu diesem Thema geforscht und immer neue erstaunliche Erkenntnisse gewonnen, aber auch wissenschaftlich Methoden entwickelt, um sich mit dem Herz zu verbinden und mit ihm zu kommunizieren
- Das Herz hat folglich wie der Darm ein **eigenes Gehirn**, das elektromagnetische Energie ausstrahlt
- Im Brustraum befindet sich das **größte elektromagnetische Feld in unserem Körper**: Es ist in etwa hundertmal elektrisch stärker und bis zu 500 mal magnetisch stärker als das Gehirn
- Das elektromagnetische Feld des Herzens kann über mehrere Meter Entfernung gemessen werden
- Dieses Feld sendet Signale an jede Zelle des Körpers, beeinflusst somit die physische, mentale und emotionale Gesundheit und unser Wohlfühl
- Das menschliche **Herz-Feld interagiert mit dem elektro-magnetischen Feld der Erde, den Menschen, Pflanzen, Tieren** – also alles was elektromagnetische Qualität hat
- Das **Herz-Feld verbindet uns alle miteinander**, die Erde und das Universum, in einer Art und Weise die wir nicht ganz verstehen
- Das Herz-Gehirn kann **eigenständig wahrnehmen; erinnern und lernen; die Zukunft intuitiv „vorhersehen“**; das Kopf-Gehirn und den **gesamten Organismus beeinflussen**

Das Herz als Sitz der Seele

- Seit den frühesten Zeugnissen menschlichen Lebens und über kulturelle Grenzen hinweg gilt das Herz als **Symbol für Gesundheit, Weisheit, Intuition, Führung und höhere Intelligenz**
- In vielen spirituellen Traditionen wird das Herz als **Sitz der Seele** bezeichnet
- Es ist **das erste Organ, das sich im Mutterleib herausbildet**, noch vor dem Gehirn
- Verbindung zwischen physischer und nicht-physischer Realität, zwischen unserem Körper und unserer Seele



- **Je mehr du mit deinem Herzen verbunden bist, desto mehr bist du mit deiner Seele und deinem wahren Selbst, deiner Essenz, deiner persönlichen Wahrheit verbunden**
- Kanal, durch den wir **Informationen von unserem Höheren Selbst bzw. unserer Seele empfangen** —> insbesondere der Zugang zu unseren **Herzenswünschen** und unserer **Lebensaufgabe**
- Aber auch Informationen über andere Menschen, da es mit allem verbunden ist
- Das Herz weiß, was das Beste für alle ist. Es hat eine sehr **objektive Perspektive** und will immer das beste für alle Beteiligten, **weil es sich nicht als getrennt wahrnimmt**
- Auf dieser Ebene **transzendieren wir das Ego**
- Das Herz **erlebt die Welt horizontal**: Ich bin nicht besser als... Ich bin nicht schlechter als... Ich bin noch nicht mal gleichwertig oder ebenbürtig... **Wir sind alle eins.** (vs. vertikales Denken des Verstandes, das von Gefühlen wie Scham und Stolz geprägt ist)
- Entscheidungen, die dem höchsten Wohl aller dienen
- Die Verbindung zu deinem Herzen ist ein **essentieller Teil der spirituellen Entwicklung**, denn das Herz trägt auf einer **emotionalen Ebene sämtliche Traumata**, die du im Laufe deines Lebens erlebt hast
- Der Weg des Herzens ist der **Weg der Freude** —> es führt dich immer zur größtmöglichen Erfüllung —> Wenn du aus dem Herzen leben willst, musst du deiner Freude folgen
- Aus dem Herzen zu leben bedeutet, deine **wahre, einzigartige Essenz in die Welt zu bringen**

