

The background of the entire page is a soft, ethereal glow of purple and pink light, punctuated by numerous bright, multi-pointed starbursts and bokeh effects. Two human hands are shown in the center, one above the other, with fingers slightly spread as if reaching towards each other or holding something invisible. The lighting on the hands is soft and natural, contrasting with the magical, sparkling background.

Peter Herrmann
Peter Richard Loewynhertz

HYPERSPACE YOURSELF!

Warum Biophotonen in unserer Welt
überlebenswichtig sind ...

Die Erste Symphonie der Wortmusik

Wichtiger Hinweis

Die im Buch veröffentlichten Empfehlungen wurden vom Verfasser und vom Verlag sorgfältig erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Ebenso ist die Haftung des Verfassers bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen.

Bei möglichen unterschiedlichen Schreibweisen wurde die von der Duden-Redaktion empfohlene Schreibvariante verwendet.

Erstauflage: © EchnAton Verlag Diana Schulz e.K.
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk darf –
auch teilweise – nur mit Genehmigung des
Verlages wiedergegeben werden.

1. Auflage Oktober 2017

Gesamtherstellung: Diana Schulz
Coverfoto: fotolia © Nikki Zalewski
Foto Sri Yantra: © Bernhard Wimmer
Lektorat: Angelika Funk
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck
ISBN: 978-3-937883-77-9

www.echnaton-verlag.de

Inhalt

Ouvertüre	11
HYPERSPACE? HYPERSPACE!	19
Übersetzung, Übertragung oder Feldertransport?	21
Intermezzo I	23
Bewusstseinsfelder prägen unser SEIN	25
Jesus war der erste Fotograf	33
Intermezzo II	34
Allegro	41
Irrtümer als Grundlagen der Wissenschaft	42
Tunnelblick und Kohärenz	46
Intermezzo III	51
Adagio	53
Das Vier-Prozent-Universum	56
Was kann HYPERSPACE YOURSELF! für dich bedeuten?	59
Intermezzo IV	66
Voraussetzungen?	68
Intermezzo V	83
Das Resonanzphänomen	89
Gefühle via Emotionen	92
Scherzo	99
Kontext-Trails ... Großer Zusammenhang	100
Intermezzo VI	104

Mit-Schöpferinnen und Mit-Schöpfer	106
Freier Wille, Gehirnwellen und irrationale Handlungen	114
Künstliche Intelligenz, Quantencomputer und spirituelle Tröster	118
Intermezzo VII	123
Heart-Brains-Source-Coherence	126
Gaia Sophia? Die Telestai? Archons?	136
Intermezzo VIII	146
Zeitlinien und der Mandela-Effekt	149
Inneres Aufräumen	160
Finale furioso	167
Was ist eine spukhafte Fernwirkung?	167
Wie funktioniert der Körper?	170
Intermezzo IX	179
Prof. Popp ist nicht der Entdecker der Biophotonen!	181
Kohärenz und Gesundheitsbeter	185
Bewusstseinsqualität und Bioplasma	188
HYPERSPACE YOURSELF!	192
Outro	199
Anhang	205
Posthumaticum	209
Quellennachweis	220

Allegro

1. Bewegung

Der große Forscher Wolfgang Wiedergut hat einmal folgendes gesagt: »Spirituell gesehen muss die Beschäftigung mit dem Phänomen Lebensenergie immer sehr praxisorientiert sein. Wenn wir über so etwas Subtiles wie Energie sprechen, helfen konkrete Vorstellungen oft nur sehr wenig weiter. Erst die entsprechenden Übungen gepaart mit einer gewissen Erfahrung öffnen den Weitblick für das Wesentliche. Spätestens ab diesem Entwicklungsschritt fängt bei den meisten Menschen ein Leben der Disziplin an, ohne die spirituelle Selbstverwirklichung nur Schall und Rauch ist.

Heute ist es Mode geworden, spirituelle Erleuchtungskurse als alternative Wochenendabwechslung anzubieten. In Wahrheit verlangen solche Übungen ein Höchstmaß an Einsatz, Konzentration, Geduld und Kraft. Sie sind viel eher mit den Leistungen eines Spitzensportlers zu vergleichen, der alles aus sich herausholt, um sein Ziel auch wirklich zu erreichen.

Warum sollte Spiritualität weniger anspruchsvoll sein als die Meisterung irgendeines anderen, ver-

gleichsweise banalen Lebensbereiches? Lebensenergie ist ein sehr ernstes Thema. Das Wissen um die Lebensenergie liefert eine solide Grundlage für spirituelle Fortentwicklung. Sich daran vorbeizumogeln, ist nicht möglich.«

Irrtümer als Grundlagen der Wissenschaft

Bevor wir uns genauer anschauen, was Wolfgang Wiedergut, der leider viel zu früh verstorben ist, gesagt hat, und bevor es ganz praktisch losgeht, ist es mir wichtig, ein paar Grundlagen zu legen beziehungsweise anzusprechen.

Die Wissenschaft geht in vielen und auch in absolut fundamentalen Bereichen von veralteten Annahmen und Voraussetzungen aus. Immer noch wird in den Schulen und Universitäten gelehrt, das Leben sei im Laufe von Jahrmilliarden durch eine Verkettung glücklicher Umstände zufällig entstanden. Immer noch wird in den Schulen und Universitäten gelehrt, dass der Mensch das Produkt von zufälligen Veränderungen im Erbgut sei. Immer noch wird an Schulen und Universitäten gelehrt, dass unser Bewusstsein von unserem Körper und unserer Umwelt komplett getrennt sei. Immer noch wird an Schulen und Universitäten gelehrt, dass wir unseren Genen auf Gedeih und Verderb ausgeliefert und machtlos seien, wenn es um »ererbte« Charakterzüge oder Krankheiten geht.

Immer noch wird uns glauben gemacht, dass die moderne Geschichte der Menschheit erst vor gut fünftausend Jahren mit den Sumerern begonnen habe, dass der Raum zwischen den Dingen leer sei und dass die Natur auf dem Überleben des Stärkeren basiere. Jede einzelne dieser Aussagen stellte sich in den vergangenen Jahren und Jahrzehnten als falsch heraus!

Es handelt sich um wissenschaftliche Irrtümer, die inzwischen glasklar widerlegt wurden. Dennoch wird der Glaube daran an Schulen und Universitäten aufrechterhalten.

Bist du ein wahllos zusammen- gewürfelter Zellhaufen?

Warum ist das wichtig? Aus einem einfachen Grund, auf den der spirituell forschende Wissenschaftler Gregg Braden, der mich seit unserer ersten persönlichen Begegnung 1996 immer wieder neu inspiriert, schon seit vielen Jahren hinweist (u. a. in *Im Einklang mit der göttlichen Matrix*⁶ oder auch in *Verlorene Geheimnisse des Betens*⁷). Wenn wir uns nämlich die grundlegende Frage stellen, die Frage aller Fragen: »Wer bin ich?«, dann geben wir uns selbst eine Antwort darauf, die bewusst oder unbewusst mit diesen Irrtümern zusammenhängt.

HYPERSPACE YOURSELF!

»Ich bin ein zufällig entstandenes, wahllos zusammengewürfeltes Wesen, dessen Bewusstsein vom Körper und dessen Umgebung komplett abgetrennt vor sich hin vegetiert, das keine Chance hat, sich aus sich selbst heraus zu ändern, geschweige denn weiterzuentwickeln, das eine Geschichte hat, die über Jahrtausende aus nichts als Krieg und Zerstörung besteht, und das sich nach Kräften bemühen muss, andere Lebensformen aus dem Weg zu räumen, um selbst nicht unterzugehen!«

WOW! Das klingt nicht nur furchtbar, das ist es auch! Denn solange wir diese Glaubensmuster in uns tragen, fällt es uns schwer, die Realität klar zu sehen. Eine Realität, die nach Faktenlage vollkommen anders aussieht. Dabei spielt der Punkt, den ich vorhin kurz erwähnt habe, eine herausragende Rolle für dieses Buch.

Wer heute noch glaubt, dass der Raum zwischen den Dingen leer sei, könnte nicht weiter von der Wahrheit entfernt sein. Wir wissen inzwischen, dass uns ein universelles Feld verbindet, das unter verschiedenen Begriffen bekannt ist.

Unsere Vorfahren auf den verschiedenen Kontinenten wussten seit Urzeiten von diesem Feld. Es wurde unter anderem als Prana, Chi und Äther bezeichnet und für unsere Ahnen war es selbstverständlich, dass wir Menschen dieses Feld zu unserem Wohlergehen nutzen können. Heute nennen wir es Quantenfeld oder auch vereinheitlichtes Feld.

Bist du ein Teil der sich verströmenden Quelle?

Die zeitgenössische Wissenschaft nämlich und insbesondere die Physik bestätigen nun dieses alte Wissen. Sobald uns bewusst ist, dass wir ständig in einem Ozean aus Lebensenergie baden, verändert sich der Blick auf die Wirklichkeit. Die Wirklichkeit heißt ja deswegen so, weil sie wirkt. Und sie wirkt immer so, wie wir über sie denken.

Jeder einzelne Gedanke trägt dazu bei, die Welt mit den gerade aktuellen Augen zu sehen. Jeder Gedanke trägt zu unserem jeweils in diesem Augenblick gültigen Blickwinkel bei. Du siehst demnach die Welt auf eine einzigartige Art und Weise, denn nur du denkst die Gedanken, die du denkst. Und es entstehen aufgrund deiner einzigartigen persönlichen Erfahrung einzigartige Bilder, die nur du genauso siehst.

Daraus folgt, dass nur du die Welt so sehen kannst, wie du sie siehst. Jeder andere Mensch sieht dieselbe Tasse, dieselbe Frühlingswiese und denselben Rundumblick vom Gipfel eines Berges ebenso auf seine einzigartige Art und Weise. Und dementsprechend wirkt die erfahrene Wirklichkeit auf unterschiedliche Weise. Was uns dabei aber buchstäblich verbindet, ist das abrufbare Potenzial. Jeder Einzelne hat einerseits Zugriff auf das, was in der alten Matrix noch als ›Leere‹ bezeichnet wurde, und gleichzeitig sind wir alle mit allem über dieses Feld verbunden. Aus dieser vermeintlichen Leere kann jede und jeder Einzelne aus dem Vollen schöpfen.

HYPERSPACE YOURSELF!

Jeder und jede Einzelne kann die Lebensenergie einatmen, kann sie in ihrem oder seinem Körper ansammeln und daraus Kraft, Gesundheit, Frieden und Freude schöpfen. Und dieser Ozean wird dadurch nicht kleiner, geringer oder droht gar zu verschwinden. Nein, Liebe – und nichts anderes ist diese Lebensenergie – vermehrt sich immer weiter, je mehr wir sie in uns leben und dadurch (miteinander) teilen.

Die kosmische Quelle verströmt sich in ihrer Freude des Erschaffens aus sich selbst heraus in jeden einzelnen Punkt und an jedem ›Ort‹ des Quantenfeldes – das zeigt der Quantenphysiker Dr. Michael König eindrucksvoll in seiner Arbeit auf. Und je mehr wir die Liebe mit erschaffen, desto größer ist die Freude der Ersten Quelle, die wir in unserem innersten Wesenskern sind, und die Liebe der sich verströmenden Ersten Quelle ergießt sich ewiglich in ihre eigene Schöpfung und damit in sich selbst hinein.

Tunnelblick und Kohärenz

Vielleicht hast du gespürt, wie sich in dir etwas regt oder wie es dich innerlich bewegt, das zu lesen? Gefühle und Emotionen sind ein bedeutender Bestandteil dieser Arbeit und ich möchte sie an späterer Stelle näher vorstellen.

Die Wissenschaft weiß inzwischen, dass Emotionen und Gefühle eine wichtige Rolle für unser Wohlergehen spielen. Diese Aussage dürfte für die meisten

banal klingen oder ein alter Hut sein. Untersuchen wir sie aber etwas eingehender, eröffnen sich tiefere Ebenen. Und hier kommt dem Zusammenhang und Zusammenspiel zwischen Herz und Gehirn und den jeweils aufgebauten elektromagnetischen Feldern eine große Bedeutung zu. Es stellt sich die Frage nach der sogenannten *Kohärenz* dieser Felder. Die Kohärenz beschreibt grob gesagt die Ordnung eines Systems und die Ordnung der elektromagnetischen Felder unserer Organe hat es wahrlich in sich! Das meine ich absolut wörtlich, denn je größer die Ordnung der Felder ist, desto größer scheint die Chance für den Körper in optimaler Balance zu sein.

Sportler beispielsweise, die darum wissen, haben einen großen Vorteil anderen gegenüber. Sie versuchen, sich bewusst in einen Zustand zu versetzen, der heutzutage als *the zone* bezeichnet wird oder auch als *Tunnelblick* bekannt ist. Dieser Zustand kann aus mehreren Gründen allerdings nur kurzfristig aufrechterhalten werden. In der Regel wird der Sportlerin oder dem Sportler nur ein Teil dessen vermittelt, was dazu nötig wäre, in dieser *zone* zu bleiben, allerdings nicht aus Bösartigkeit, sondern teilweise einfach aufgrund der Tatsache, dass dieses Wissen noch nicht vollständig im sogenannten *Mainstream* angekommen ist.

Andere Mentaltrainer wissen zwar um die segensreiche Wirkung der *zone*, übersehen aber entweder den spirituellen Aspekt oder lassen ihn aus nachvollziehbaren Gründen beiseite, weil man einerseits als Trainer

HYPERSPACE YOURSELF!

in der Öffentlichkeit schnell als ›Guru‹ oder Sektierer verschrien ist oder andererseits viele Sportler vermutlich damit überfordert wären.

Bei zwei der großen und den meisten wohl zumindest vom Namen her bekannten *zone-Sportlern* – Oliver Kahn und Boris Becker – musste der Gedanke des Konkurrenzkampfes beispielsweise trotz *zone* unbedingt erhalten bleiben. Die Vorstellung, einen der beiden Sportler während des Spiels plötzlich mit verklärtem Lächeln im Strafraum beziehungsweise am Netz zu sehen, um dem vormaligen Gegner die Hand zu reichen und ihn dann glücklich zu umarmen, löst jetzt bei dir vielleicht ein leichtes Zucken der Mundwinkel aus. Die Fans der beiden hätten seinerzeit vermutlich jedoch nichts als Hohn und Spott für sie übrig gehabt.

Leben oder einfach nur durchhalten?

Für uns spielt dieser Konkurrenzgedanke bewusst oder unbewusst zumeist auch noch eine Rolle. Darwins Theorie vom *Überleben des am besten Angepassten* wurde ja bewusst oder unbewusst zum Überleben des Stärksten umgedeutet. Diese falsche Annahme ging ebenso in unser Weltbild ein wie die Annahme vom vermeintlich leeren Raum und beeinflusst unsere Denkweise entsprechend.

Heute weiß die Wissenschaft, dass die Natur auf dem Prinzip der Zusammenarbeit aufbaut und dass der Raum um uns herum alles andere als leer ist. Wir soll-

ten erkennen, dass wir in vielen grundlegenden Bereichen von Fakten ausgehen, für die niemals Beweise geliefert wurden – das betrifft übrigens auch die Gravitation.

Wir sollten uns bewusst machen, dass auf vielen Gebieten heute die Beweise für eine völlig andere Wahrheit vorliegen. Sobald wir diese Fakten als wahr akzeptieren, bestehen beste Voraussetzungen für die Anerkennung dessen, was ich im Laufe dieses Buches darlegen werde:

Du hast grundsätzlich die Möglichkeit, gesund, jung und voller Freude zu leben. Und zwar so lange, wie du es für angemessen und stimmig hältst.

Du brauchst weder eine bestimmte Technik, noch musst du dich einem bestimmten Ernährungsdogma unterwerfen. Du brauchst keine spezielle Methode und du musst auch nicht jeden Morgen und jeden Abend drei Stunden meditieren. Du musst kein einziges Buch lesen – auch nicht dieses hier – und du musst keine Nahrungsergänzungsmittel schlucken. Du brauchst keinen bestimmten Lehrer oder Guru, abgesehen von deiner Offenheit für das Leben.

Im Alter von sieben kam eine meiner drei bezaubernden Töchter einmal morgens noch ein bisschen schlaftrunken in mein Büro und fragte mich, was ich besser fände, wie ein Erwachsener und langweilig zu

HYPERSPACE YOURSELF!

sein oder wie ein Kind und Spaß zu haben und Abenteuer zu erleben. »Wenn es nur diese Auswahl gäbe, würde ich auf jeden Fall das Kind wählen«, sagte ich. »Aber wie wäre es mit einer dritten Variante? Erwachsen werden und Freude und Abenteuer einfach in die Welt der Erwachsenen mitnehmen?« Meine damals noch kleine Maus strahlte zustimmend.

Um vollständig frei zu sein, benötigst du nur eins – dein eigenes Bewusstsein.

Adagio

2. Bewegung

Wenn du in die materielle Welt eintrittst, bist du ein doppelter DNA-Strang in einem befruchteten Ei. Anfangs teilen sich die Zellen in identische Nachkommen. Im Laufe der Zeit aber entstehen aus absolut gleichen Zellen über 200 verschiedene Zellarten, um den komplexen Aufbau des Menschen zu ermöglichen. Nach nur 50 Teilungen bestehst du bereits aus über 100 Billionen Zellen. Eine weitaus größere Zahl, als alle Sterne der Milchstraße zusammengenommen ergeben. Und so begibst du dich auf eine Entdeckungsreise, um die Sphäre des Materiellen zu erforschen. Was das ist, das Materielle, darauf kommen wir in Kürze zurück.

Jede einzelne deiner Zellen erledigt über 6 Milliarden Aufgaben pro Sekunde. Woher weiß der menschliche Körper wohl, wie er Erreger abtötet, Nahrung aufnimmt, ein Baby oder Worte entstehen lässt – und das alles gleichzeitig?

DU bist das Wunder ...

HYPERSPACE YOURSELF!

Dein Herz schlägt im Schnitt über 100.000 Mal pro Tag, 37 Millionen Mal pro Jahr. Im Laufe deines Lebens summiert sich das auf durchschnittlich mehr als 2 Milliarden Mal. Pro Minute atmest du etwa 15 bis 16 Mal ein und aus. Das sind 930 Mal in jeder Stunde, über 22.000 Mal an jedem Tag, knapp 700.000 Mal pro Monat und durchschnittlich 8 Millionen und fünfhunderttausend Mal im Jahr. Dein Blut legt auf seiner Reise durch den Körper täglich etwa 100.000 Kilometer zurück. Pro Sekunde sterben 50 Millionen Zellen – und nahezu ebenso viele werden pro Sekunde neu erschaffen. Im Laufe des heutigen Tages zwinkerst du mindestens 15.000 Mal, ohne es jemals zu bemerken.

DU bist das Wunder ...

Dein Gehirn verfügt über ungefähr 86 Milliarden Nervenzellen. Wenn man deine gesamte DNA aneinanderreihen würde, entstünde eine Kette, die 6.000 Mal zum Mond und zurück reichte. Pro Stunde fallen 600.000 verbrauchte Hautschuppen von dir ab – entsprechend viele neue Hautzellen werden regeneriert. Deine Knochen sind 4 Mal so stark wie Beton. Deine Augen sind in der Lage, bis zu einer Million unterschiedliche Farbschattierungen zu unterscheiden, und nehmen mehr Information auf als das größte Teleskop der Welt. Durch deine Lungen fließen pro Tag mehr als 100.000 Liter Luft.

DU bist das Wunder ...

Wenn du etwas berührst, wird ein Signal mit einer Geschwindigkeit von etwa 200 Stundenkilometern an dein Gehirn gesendet ... Deine Haut besteht aus bis zu 280.000 Wärmerezeptoren ... Die Gesamtlänge deiner Blutgefäße würde zweieinhalb Mal um den Globus reichen ... Du bist in der Lage, bis zu 10.000 verschiedene Düfte und Gerüche zu unterscheiden.

DU bist das Wunder ...

Lausche der Musik tief in dir ... Ganze Universen tanzen in deinem Körper und wundervolle Sonnenuntergänge erstrahlen in deinem Herzen ... In deinen Zehen erklingen Symphonien, der Vollmond geht in deinem Bauchnabel auf und eine kühle Brise weht durch deine Lungen ... Ein sanfter Regen fällt aus deinen Augen und jede deiner Bewegungen kann die Liebe des gesamten Universums in sich tragen.

DU bist das Wunder ...⁸

DU bist das Wunder! Und alleine schon deswegen darfst du mit einem Lächeln durch die Welt gehen. ☺

Reise in die Materie – das Vier-Prozent-Universum

Wenn wir an das Weltall und dessen unendliche Weiten denken, die es zu erforschen gibt, haben die meisten von uns vermutlich ein Bild vor Augen, das eher vom sichtbaren Teil des Universums geprägt sein dürfte.

Wir sehen vielleicht unsere Galaxie, die Milchstraße, mit ihren einhundert Milliarden Sternen, an deren äußerstem Rand wir uns befinden. Dann möglicherweise unsere Nachbargalaxie, den Andromeda-Nebel, die schon so weit entfernt ist, dass das Licht etwa 2,5 Millionen Jahre bräuchte, um dorthin zu gelangen. Oder andersherum: Das Licht, welches wir am Nachthimmel als Andromeda-Galaxie sehen, hat 2,5 Millionen Jahre gebraucht, um von uns gesehen werden zu können.

Einige Konstellationen beziehungsweise Sterne wie die Plejaden, Sirius oder Aldebaran im Stier befinden sich zwar näher an der Erde, dennoch bräuchten wir mit unseren Möglichkeiten Millionen von Jahren, um dorthin zu gelangen. Aldebaran ist nebenbei bemerkt das Ziel, auf das die NASA die Pioneer-10-Sonde ausgerichtet hat.⁹

All das, die Sterne, das Licht, die einhundert Milliarden Galaxien mit ihren Hunderten von Milliarden von Sternen und Planeten, all das macht insgesamt nur

etwa vier Prozent der Realität aus. Vier Prozent! Die restlichen 96 Prozent, also eben all das, was wir nicht sehen oder wahrnehmen können, bestehen aus dem, was unsere erdegebundene Wissenschaft dunkle Energie, dunkle Materie und exotische Materie nennt.

Kannst du dir vorstellen, dass du den Löwenanteil dessen, was um dich herum existiert, nicht siehst? Was du sehen kannst, sind Photonen – die auch als Lichtteilchen bezeichnet werden –, die auf die Netzhaut treffen und elektrische Signale erzeugen, welche über den Sehnerv ans Gehirn weitergeleitet werden. In dessen zugehörigem Zentrum, dem Sehzentrum, entsteht dann ein Bild des Objektes, welches die Photonen reflektiert beziehungsweise abgestrahlt hat.

Du glaubst, du hast schon mal den Mond gesehen? Das ist eine Verschwörungstheorie!

So gesehen darf man getrost behaupten, dass du noch nie den Mond, einen Stern oder auch nur einen Apfel gesehen hast – alles, was du wahrnehmen kannst, ist die Reflexion beziehungsweise Abstrahlung winzigster Lichtteilchen, die die jeweilige Information in dein Gehirn tragen.

Die Realität – der Apfel beispielsweise, den ich anfassen und genüsslich verspeisen kann – bleibt dem Sinn des optischen Sehens demzufolge komplett verborgen. Auf den Umstand, dass der Apfel auch nicht wirklich aus fester Materie besteht, hat uns spätestens

der leider viel zu früh verstorbene Festkörperphysiker Professor Hans-Peter Dürr vor einigen Jahren hingewiesen.

Zudem können wir von der im Nahen Osten beheimateten legendären Figur des Molla oder Efendi Nasreddin eine wichtige Lektion lernen. Er ging nämlich eines sonnigen Tages in eines der vielen kleinen Straßencafés seiner Heimatstadt – das Ganze spielte sich vermutlich etwa im 13. oder 14. Jahrhundert unserer Zeitrechnung ab – und fragte den Besitzer, ob er denn gesehen habe, wie er, Nasreddin, das Café betreten hätte. Als dieser seine Frage bejahte, hakte Nasreddin nach und wollte wissen, ob er, der Besitzer, ihn, Nasreddin, denn kenne? »Nein«, antwortete jener in aller Unschuld, worauf Nasreddin lächelnd gesagt haben soll: »Wie kannst du dann sicher sein, dass ich es bin?«

Bevor es aber zu kompliziert wird, kehren wir zurück zu der Tatsache, dass wir eben nur einen Bruchteil dessen wahrnehmen können, was vorhanden ist. Vier Prozent. Wir navigieren demnach nahezu blind durch ein Universum, dessen Größe wir nicht einmal im Ansatz ermessen können. Und damit meine ich nicht nur die schiere Ausdehnung des Universums – würde man nämlich unser Universum auf die Größe der Erde einschrumpfen, hätte unser Planet im Verhältnis dazu gerade mal die gewaltigen Ausmaße eines Atomkerns –, sondern ich spreche insbesondere von der geistigen Größe und das darf durchaus wörtlich genommen werden. Denn all das, was wir nicht sehen

oder wahrnehmen können, dürfen wir mit Fug und Recht als feinstoffliche oder *spirituelle Welt* bezeichnen.

Was kann HYPERSPACE YOURSELF! für dich bedeuten?

HYPERSPACE YOURSELF! ist zum einen ein Weg der Rückverbindung mit dieser *spirituellen* oder *geistigen Welt* – eine Rückverbindung also mit jenen 96 Prozent des Universums, die sich zumeist unserer bewussten Wahrnehmung entziehen. Aber das ist noch nicht alles, denn es geht weit darüber hinaus. Es geht um eine Rückverbindung mit jener Kraft, die dieses Universum und alle anderen Universen erschaffen hat – eine Rückverbindung mit der *Ersten Quelle*.

Du begibst dich auf einen Weg, beziehungsweise auf ein neues Teilstück deines Weges, und dieser Weg kann dich zuerst einmal mit dir selbst, deinem wahren Wesenskern, in Verbindung bringen. Er kann dir einen Zugang zu dir selbst und der Ersten Quelle, die du in deiner Essenz bist, ermöglichen. In bewusstem Kontakt zu sein mit der Ersten Quelle, bietet eine Menge Vorteile: Ein gesundes, langes Leben, Gelassenheit, innerer Frieden, eine sinnvolle Nutzung der Denkfähigkeit, (emotionale) Fülle und Lebensfreude können sich natürlicherweise einstellen, wenn du spielerisch die einfachen Werkzeuge, die du hier im Buch als Angebot findest, in dein tägliches Leben integrierst.

HYPERSPACE YOURSELF!

Du wirst Begriffe und Formulierungen (wieder-) entdecken und ihnen eine persönliche Bedeutung beimessen können. Das sind zum einen Begriffe wie *Biophotonen*, *Biophotonenkonzentration*, *angeregte Zustände* oder *Kohärenz*, zum anderen Formulierungen, die auf den ersten Blick ungewöhnlich erscheinen mögen, da sie entweder noch gar nicht oder schon lange nicht mehr verwendet wurden.

Herzkohärenz und Herz-Gehirn-Kohärenz tauchen beispielsweise seit wenigen Jahren vor allem in Zusammenhang mit dem amerikanischen HeartMath-Institute¹⁰ beziehungsweise der angeschlossenen Global Coherence Initiative¹¹ immer öfter auf. Dennoch mögen sie dem einen oder der anderen noch nicht vertraut sein.

Der englische Begriff *Heart-Brains-Source-Coherence* (die Kohärenz oder Symphonie zwischen Herz, den Gehirnzentren und der Ersten Quelle) wird fast jeder Leserin beziehungsweise fast jedem Leser neu sein, da er sich aus meiner Arbeit der letzten Jahre herauskristallisierte und einer größeren Öffentlichkeit hier zum ersten Mal präsentiert wird. Gleiches gilt für die von mir entwickelten *Intermezzi* oder *Meditationsspiele* – die auch als Bewusstseinsübungen bezeichnet werden können –, die es jedem Menschen ermöglichen können, das Phänomen Meditation für sich zu entdecken, ohne dass dabei irgendwelche Glaubensmuster oder Glaubenssätze auftauchen, die dir zum Beispiel klarmachen wollen, dass ›Meditation nichts für

dich ist, dass du es schon so oft versucht hast und es nie funktioniert hat oder dass du einfach nicht lange genug stillsitzen kannst. Diese Spiele sind so einfach, dass du dich der Thematik nähern kannst, ohne dass dein Unterbewusstsein reinredet.

Und wenn es das dennoch versuchen sollte – was es mutmaßlich tun wird, da fundierte Schätzungen davon ausgehen, dass 95 % dessen, was wir ab dem Alter von 35 Jahren tun, auf unbewussten und damit automatisch ablaufenden Programmen beruht¹² –, kannst du dies einfach wahrnehmen, dich gelassen zurücklehnen und sagen: »Ach so, du schon wieder – alles klar. Danke fürs Gespräch, aber ich meditiere ja gar nicht, ich spiele ja nur«.

Ich vereinfache gerade ein bisschen, aber dieser Prozess des Erkennens eines unbewussten Gedankens und der Umgang damit wurde inzwischen hinreichend erforscht. Darauf komme ich später noch zurück – unter anderem dann, wenn es ums Loslassen geht.

Signal oder Lärm?

Vielleicht hast du dich inzwischen mit der Tatsache vertraut gemacht, dass der Aufbau des Buches einer Symphonie gleicht. Alles ist Schwingung, alles ist Frequenz, alles ist Musik, alles klingt zusammen und kommuniziert miteinander. Die Frage lautet doch lediglich: Können wir die Symphonie hören? Können wir so tief lauschen, dass wir nicht nur den Lärm hören,

HYPERSPACE YOURSELF!

der uns tagtäglich entgegenschallt? Können wir so tief lauschen, dass wir das dahinterliegende, feine Signal wahrnehmen? Und gelingt es uns mit der Zeit vielleicht sogar, das Signal immer stärker werden zu lassen und den Lärm aus unserem Leben weitgehend zu eliminieren? Den Lärm der unbewussten, sich stets wiederholenden und weitgehend unnützen, unsinnigen oder gar schädlichen Gedanken nämlich, von denen wir pro Tag etwa sechzig- bis siebzigtausend denken? Ganz zu schweigen davon, dass es sich beim Großteil dieser Gedanken exakt um die gleichen handelt wie am Tag zuvor. Und zuvor. Und zuvor. Und zuvor ...

Sobald wir aber wieder in der Lage sind, die Melodie zu erahnen, das Thema zu erkennen oder sogar die gesamte Symphonie zu hören, erfahren wir ein Plus an Lebendigkeit, das fast jenseits unserer Vorstellungskraft ist. Die Symphonie trägt dich durch den Tag, unterstützt deine Träume bei Nacht und erweitert dein Bewusstsein, ohne dass du dafür irgendwelche Substanzen zu dir nehmen müsstest. Drogen waren für mich glücklicherweise immer schon das einzige Laster, das ich nie hatte. ☺ Spätestens aber seit ich die physischen Wirkungen von Dankbarkeit, Freude, Erhöhung der Biophotonenkonzentration und Kohärenz kenne, weiß ich, dass mir mein ganzes Leben lang ein paar freundliche Helfer zur Seite gestanden haben müssen.

In jüngster Zeit wurden zahlreiche Studien erstellt, die sich mit den Auswirkungen von Meditation auf den Körper beschäftigen. Professor Elisabeth Blackburn konnte mit ihrer Gruppe nachweisen, dass bestimmte Meditationen, bei denen besonderer Wert auf Achtsamkeit gelegt wird, die Produktion von Telomerase anregen. Telomerase ist verantwortlich für den Aufbau der Telomere – das sind die winzigen Enden unserer Chromosomen, die bei der Zellteilung nach und nach immer kürzer werden. Die Länge deiner Telomere ist eine untrügliche Maßeinheit für den Alterungsprozess des Körpers.

Durch eine verbesserte Telomerase-Produktion ist der Körper nicht nur in der Lage, das Verkürzen der Telomere zu verlangsamen beziehungsweise zu stoppen, sondern kann unter bestimmten Umständen – die viel mit dem zu tun haben, was du im Folgenden lesen wirst – sogar die Telomere wieder aufbauen! Da die Länge der Telomere unsere Maßeinheit für unseren Alterungsfortschritt darstellt, bedeutet das nicht mehr und nicht weniger, als dass der Alterungsprozess physisch, also körperlich, umgekehrt werden kann. Wunschenken? Frau Professor Blackburn ist anderer Meinung!

Vor einigen Jahren führte das *Mind and Life Institute* eine wissenschaftliche Untersuchung zur Frage der Auswirkungen von Meditation auf das menschliche Gehirn durch. Zu diesem Zweck wurden auch einige buddhistische Meditationsmeister eingeladen.

HYPERSPACE YOURSELF!

Einer von ihnen war Yongey Mingyur Rinpoche und ich zitiere hier aus seinem Buch *Buddha und die Wissenschaft vom Glück*¹³: »Während einer Meditation über Mitgefühl steigerte sich die neurale Aktivität in einem für das Glücksempfinden zuständigen Schlüsselzentrum um 700 bis 800 Prozent.«

700 bis 800 Prozent Steigerung der neuronalen Aktivität in einem für das Glücksempfinden zuständigen Schlüsselzentrum bei einem Meister der Meditation – Yongey Mingyur Rinpoche wurde von seinem Vater ab dem neunten Lebensjahr in Meditation unterrichtet – ist natürlich enorm! Bei den anderen Teilnehmern, die gerade erst mit dem Meditieren begonnen hatten, waren es zwar nur 10 bis 15 Prozent, aber wenn ich mein Glücksempfinden durch Mitgefühl anfangs um 10 bis 15 Prozent steigern kann, dann lässt sich darauf doch aufbauen.

Eine Studie von Paul J. Mills von der University of California, San Diego aus dem Jahre 2015 zeigt, dass Dankbarkeit sich in vielen Bereichen positiv auswirkt. Dazu zählen unter anderem besserer Schlaf, größere Ausgeglichenheit, ein stärkeres Immunsystem, ein gesünderes Herz, weniger Stress, verbesserte Resilienz (psychische Widerstandsfähigkeit beziehungsweise die Fähigkeit, Krisen zu bewältigen), gesteigerte Motivation, bessere Laune und ein stärkeres soziales Netz.

Wie du beim Lesen des Buchs vielleicht feststellen wirst, sind Dankbarkeit und Achtsamkeit bedeutende Grundpfeiler meiner Arbeit und ich lege großen Wert

darauf, diese im täglichen Leben zu praktizieren. Allerdings ist es offenbar nicht für jeden leicht, Dankbarkeit anzunehmen, wie mir eine meiner frühesten Kindheits-erinnerungen an eine meiner Tanten zeigt, die mich immer recht aufgebracht bat, mich nicht ständig zu bedanken.

Wenn du es wagst, dich auf die Reise hin zu dir, ins kosmische Innen und Außen gleichzeitig, in den *Hyperraum* zu begeben, verspreche ich dir nicht weniger als eine irrwitzige Fahrt in der größten Achterbahn der Welt und einen Tanz auf dem Drahtseil ohne Netz und doppelten Boden. Dich erwartet ein Abenteuer, bei dem dein Körper zum von innen heraus erleuchteten Tempel und dein Herz vollkommen still werden kann.

Intermezzo 4

Schließe für einen Moment die Augen und spüre in Achtsamkeit in deinen Körper hinein ... Damit lenkst du Aufmerksamkeit und Energie weg von deinem Kopf...

An welcher Stelle fühlt sich dein Körper gerade nicht besonders gut an? Vielleicht nimmst du an bestimmten Punkten Verspannungen oder ein Unwohlsein wahr. Geh mit deiner Aufmerksamkeit ganz bewusst an diesen Punkt beziehungsweise diese Punkte.

Schon das Gewahrsein einer Disharmonie startet den Umwandlungs- oder Transformationsprozess, da Gewahrsein oder Bewusstsein in einer höheren Frequenz schwingt. Vielleicht kannst du spüren und fühlen, wie sich die Disharmonie langsam auflöst, sobald du dein Bewusstsein darauf richtest...



Kosmischer Gong

zur nächsten Runde:

Unwohlsein und Verspannungen können Ursachen auf den verschiedenen Ebenen haben. Es können seelische oder emotionale Ursachen zugrunde liegen, geistige oder körperliche.

Im Folgenden kannst du deine Aufmerksamkeit auf einige Punkte lenken, in deren Kontext du HYPER-SPACE YOURSELF! oder auch jede andere Bewusstseinsübung erlebst. Die Weisen aller Zeiten haben darauf hingewiesen, dass es um die Harmonie der verschiedenen Ebenen geht – alle Ebenen wollen geachtet, respektiert und gewürdigt werden.

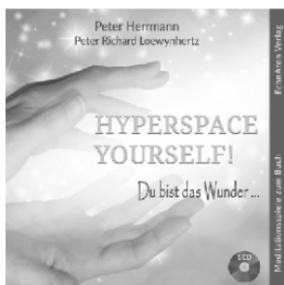
Weitere Informationen zu Seminaren, Workshops, Präsentationen, neuen Projekten und Büchern von Peter Herrmann sowie Spannendes zu aktuellen Entwicklungen und Hilfreiches von befreundeten Autorinnen und Autoren findest du hier:

www.hyperspace-yourself.de

Meditationsspiele zum Buch

Dies ist die im Buch beschriebene Bewusstseinsübung. Wenn du nur einige wenige Wochen übst, kannst du auf allen möglichen Ebenen bedeutsame Veränderungen herbeiführen, die dir weiterhelfen und dich in deinem Leben voranbringen!

- Du veränderst die Chemikalienbildung in deinem Körper, was zu einem gestärkten Immunsystem führt und damit dem Wohlergehen zuträglich ist.
- Du steigerst spürbar die Energie in deinem Körper sowie in deinem gesamten System.
- Du hast die Möglichkeit, den Alterungsprozess nicht nur zu stoppen, sondern sogar umzukehren, indem du direkten Einfluss auf die Telomere ausübst.

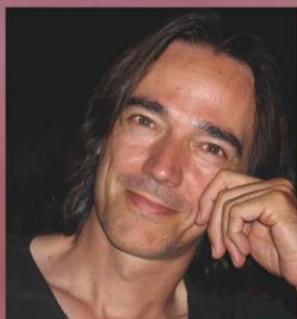


Peter Herrmann
**HYPERSPACE
YOURSELF!**

Meditationsspiele zum Buch

CD | 67 min | € (D) 19,50

ISBN: 978-3-937883-78-6



Peter Herrmann hat sich einen exzellenten Ruf als autodidaktischer Simultandolmetscher und Übersetzer erworben. Er beschäftigt sich nach prägenden Begegnungen mit Dr. Michael König sowie Dieter Broers seit 1995 begeistert mit Bio- und Quantenphysik. Durch Eckhart Tolle's *JETZT* erschlossen sich ihm ab 2000 die ersten anwendbaren Möglichkeiten der Quantenphysik.

»Kohärenz im Hyperraum verbindet dich mit dem, was du wirklich und wahrhaftig bist – letztlich die Erste Quelle.«

In diesem Buch vereint der Autor wissenschaftliche Konzepte und spirituelle Aspekte und beschreibt seine eigenen Erfahrungen und Erkenntnisse. Die Reise führt über den Körper und einfache Übungen – sogenannte Meditationsspiele und die Heart-Brains-Source-Coherence – direkt in die Kohärenz mit dem Heimschen Hyperraum.

Was aber bedeutet Kohärenz? Wahre Kohärenz ist einer der wundervollsten Seinszustände überhaupt. Er ermöglicht, gleichzeitig ganz du selbst und etwas viel Größeres zu sein. Die Zellteilung wird an ihrem entscheidenden Punkt so optimiert, dass alle Informationen erhalten bleiben und die Zellen ganz von selbst im Hyperraum verjüngt werden – das vollständige Potenzial der DNA kann wieder erschlossen werden.

HYPERSPACE YOURSELF! ist nicht nur eine einfache Methode, den Körper innerhalb kürzester Zeit mit Biophotonen zu fluten und ein geordnetes, hochenergetisches Lichtfeld aufzubauen. Bei der Beleuchtung unseres Umfeldes erfährt der Leser auch Spannendes über Bewusstseinsfelder und verschiedene Zeitlinien, den Mandela-Effekt, künstliche Intelligenz und den derzeit undurchschaubaren Einsatz von Quantencomputern.

