

Wie ich schon in meinem Video über elektromagnetische Wellen erklärt habe...falls du das Video noch nicht gesehen hast, solltest du dir das bevor du hier weiter gehst, zuerst dieses anschauen...ok, befindet sich der Mensch, je nach Alter und je nach Gemütsstimmung in unterschiedlichen Frequenzen. Wir hatten über die Kindheit gesprochen und das ein Kind zwischen 0 bzw schon vor der Geburt bis zu ca. 2 Jahren sich in der Delta Frequenz befindet. In Delta zu sein, bedeutet, man hat kaum, quasi gar kein kritisches Denken und kann nichts beurteilen. Der Erwachsene ist jeden Tag auch in Delta jedoch nur im Tiefschlaf. Das heißt, das Kind ist zwar wach, befindet sich jedoch eigentlich im Tiefschlaf. Das Interessante daran ist, dass das Kind trotz quasi schlafend, alles was es sowohl im Mutterleib als auch bis zum 2. Lebensjahr erfährt, im Unterbewußtsein aufnimmt und ungefiltert im Gehirn abspeichert.

Zwischen dem 2. und dem 7. Lebensjahr befindet sich das Kind in der Theta Frequenz. Theta Frequenz bedeutet, das Kind ist hauptsächlich mit seiner inneren Welt verbunden. Es lebt im Bereich der Vorstellungskraft, es träumt vor sich hin und hat noch keine Fähigkeit für kritisches, rationales Denken. Die Theta Frequenz ist jedoch die sogenannte Lernfrequenz, denn das Kind ist im erhöhtem Aufnahmemodus, kann jedoch noch nichts analysieren. Alles was es hört und erlebt, wird wie auch in Delta im Unterbewusstsein aufgenommen und abgespeichert, ohne kritisches eigenes Nachdenken. Das bedeutet, das Kind nimmt alles für wahr an was es gesagt bekommt, was es erlebt und bildet so seine persönliche Vorstellung, wie Leben ist und speichert es im Unterbewußtsein. Um das 7. Lebensjahr herum, kommt das Kind langsam in den Alpha-Wellen-Bereich, was bedeutet, es formt ein immer klareres und so ein realeres Bewusstsein und bekommt dadurch einen analytischen Geist. Es beginnt zu interpretieren und seine eigenen Schlussfolgerungen zu ziehen. Dennoch ist die Welt die das Kind in der Fantasie erlebt, tendenziell so real, wie die Wirklichkeit.

In sowohl Delta, Alpha wie auch in Theta, kann das Kind nicht bzw. nur bedingt wahrnehmen was um es herum geschieht. Auf der anderen Seite kann es aber ganz genau fühlen, was geschieht und nimmt jede Emotion auf die es erfährt ohne zu wissen woher diese Emotionen kommen.

Erst um das 12. Lebensjahr herum, tritt das Kind in die Beta Frequenz ein. Beta ist die Frequenz, in der ein Erwachsener im normalen aufmerksamen Tageszustand ist. Wo wir konzentriert arbeiten, denken und fokussieren. Das Kind analysiert nun alles was es hört und erlebt und macht sich seine eigenen Gedanken darüber. In dieser Zeit, erkennt das Kind sein ganz eigenes individuelles Ich und möchte sein Ich leben. Hier kommt es oft zu Konflikten, nicht nur mit Eltern und Lehrern, auch und vor allem im Kind selbst. Warum ist das so? Nun, jeder Mensch, hat sein ganz eigenes Ich, sein ganz individuelles erleben und fühlen, genauso wie jeder Mensch seinen ganz eigenen Fingerabdruck hat. Oft nennen wir das unsere Persönlichkeit,

jedoch, ist die Persönlichkeit etwas ganz Anderes. Das Wort Persönlichkeit leitet sich aus dem altgriechischen Wort, Persona ab und bedeutet ursprünglich 'Maske des Schauspielers', und ist somit die Rolle die ein Darsteller einnimmt, wußtest du das? Und hier komme ich nun zu meinem Hauptthema, was ist Bewußtsein und was ist Unterbewußtsein?

Das Unterbewusstsein ist der Teil im Gehirn, dass die Lunge atmen lässt, die Mahlzeiten verdaut und das Herz schlagen lässt. Es arbeitet kontinuierlich ohne dass wir das bewusst steuern, es entzieht sich so zu sagen unserer rationalen Kontrolle. Es ist aber auch unser verborgener Speicher, es kennt all **unser Erlebtes und Erfahrenes und alle damit verbunden Emotionen** und weiß, wann all dies entstanden ist. Der größte Teil unseres Unterbewusstseins wird in unserer Kindheit programmiert. Du mußt dir das Gehirn eines Kindes vorstellen, wie einen Computer. Die Hardware, wie die Organe, Arme, Beine, etc. mit den notwendigen Funktionen, wie Herzschlag, Atmung und Verdauung sind bei der Geburt vorhanden. Die Software, sprich alles, was das Kind über das Leben und wie Leben funktioniert später weiß, lernt es von seiner Umgebung, sprich Vater, Mutter, den Menschen, und der Kultur die es umgibt. Denn in der Kindheit, wie du weißt, sind wir in der Gamma, Alpha bzw. Theta Frequenz und dies bedeutet, wir nehmen alles ungefiltert auf und speichern es ab.

Alles was du je erlebt hast ist im Unterbewusstsein abgespeichert und hinterlässt ein Schema, man könnte auch sagen, formt deine Persönlichkeit! Dieses Unterbewußtsein, hat eine Wirkungskraft von 95% und dementsprechend leben, denken, fühlen und agieren wir.

Du kannst diese Verknüpfung jedoch lösen, wenn du wenn du gezielt mit deinem Bewußtsein arbeitest.

Was ist Bewußtsein?

Das Bewußtsein oder auch Gewährsein, ist alles was du willentlich ganz aus dir heraus entscheidest und nicht automatisch, weil du es vielleicht schon immer so gedacht bzw. so gemacht hast. Dieses Bewußtsein hat nur ganze 5% Kapazität in deinem Gehirn! Macht das jetzt Sinn für dich, dass die meisten Menschen vieles tun und vieles denken was sie eigentlich gar nicht sind, bzw. gar nicht wollen und somit unglücklich mit ihrem Leben sind?

Durch aufmerksames beobachten deiner Gedanken und Aktionen kannst du deinem Bewußtsein mehr Macht zukommen lassen und so dein Unterbewusstsein verändern.

Und hier kommen wir nun zur Hypnose. Die Hypnose ist ein Hilfportal um die Verknüpfungen zu lösen. In der Hypnose, schließt du deine Augen, hörst eine bestimmte Musik und bekommst so keine anderen äußeren Informationen. Du bist zu Anfang immer noch in der Beta Frequenz jedoch nach und nach und mit etwas Übung gehst du über erst in die Alpha Frequenz und schließlich in die Theta Frequenz. Dein analytisches Denken wird so runtergefahren und du hast Zugriff auf dein Unterbewußtsein. Und hier ist der Ort, wo du deine Programm, deine Verhalten, deine Angewohnheiten, dein Denken was dir nicht gut tut ändern bzw. überschreiben

kannst. Nochmal zur Erinnerung, jeden Abend, wenn du ins Bett gehst, gehst du ganz automatisch in diesen Bereich, du schläfst aber komplett ein, bei der Hypnose, schläft sozusagen nur dein Unterbewusstsein, dein Bewusstsein ist jedoch wach. Hier kannst du dein Inneres erreichen und das weiß genau, was gut und was schlecht für dich ist.

Du kannst das nicht in der Beta Frequenz, mit deinem rationalen denken machen, denn da bist du zu sehr abgelenkt, denk dran, es sind 95% die gegen 5% ankämpfen!

Tja, ich denke für heute genug Information, die dich vielleicht einwenig zum Nachdenken bringt und dich inspiriert mal tiefer zu schauen, wer du wirklich bist.

In diesem Sinne wünsche ich dir noch einen schönen Tag bzw. eine Gute Nacht und freue mich, wenn du bald mal wieder bei mir und SCIENCE IN A SHORTCUT vorbeischaust.

Alles Liebe für dich, tschau deine Heike