

Tom Mögele

Das **MindFlow-**
Konzept

Tom Mögele

Das **MindFlow-** Konzept

Wie Sie durch Nicht-Wollen
und Nicht-Tun alles erreichen

MOMANDA

Wichtige Hinweise des Verlages

Die im Buch veröffentlichten Empfehlungen wurden von Verfasser und 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.

Der leichten Lesbarkeit zuliebe wurde zumeist auf die Doppelung männlicher und weiblicher Formen nach dem Muster »der ... oder die ...«, »er bzw. sie« usw. verzichtet. Selbstverständlich soll die übliche männliche Form den weiblichen Teil der Bevölkerung umfassen.

»Das MindFlow-Konzept« ist die im Herbst 2018 überarbeitete und erweiterte Version des 2017 erschienenen Buchs »MINDFLOW – Wie Sie durch Nicht-Wollen und Nicht-Tun alles erreichen«. In diese aktualisierte Fassung sind zahlreiche Erkenntnisse und Informationen aus Seminaren und aus Rückmeldungen von Teilnehmern eingeflossen.

© 2018 Momanda GmbH, Rosenheim
Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Maria Müller-de Haën und Gitta Lingen

Cover: COMAKO, Grünwald

Zeichnungen (Asanas, Mudra, Erdung,

Energieaufnahme): Susanne Lesser

Piktogramme: www.flaticon.com

Satz/Layout: Birgit-Inga Weber

Gesamtherstellung: Bernhard Keller

Druck: CPI, Moravia

ISBN 978-3-95628-009-2

WENN DU
ALLES LOSLÄSST

UND AN NICHTS MEHR FESTHÄLTST,

DANN WIRST DU
ALLES BEKOMMEN.

Vorwort	11
Einleitung	15
Was Sie von diesem Buch erwarten können	15
Mein bisheriger Weg	18
Was sich durch MindFlow in Ihrem Leben verändern wird	21
Ein Erfahrungsbericht	25
Grundlagen: von Quanten, Dimensionen und dem Lebenslicht	27
Das Nullpunktfeld	27
Photonen	29
Die einheitliche Quantenfeld-Theorie von Burkhard Heim	31
Die Dimensionen	37
Energetisches Grundwissen	42
Die Nadis	42
Susumna Nadi	43
Ida Nadi	43
Pingala Nadi	44
Auraschichten und Heilung	44
Implantate	45
Blockaden	46
Das Energiesystem	47

Die Mitochondrien – die Kraftwerke der Zelle	54
Die Energieniveaus	58
D1–D3	60
D4	62
D5	63
D6	64
D7 und D8	66
D9	68
Das G4	73
Die Steuerungsebene	73
Gute und schlechte Energie?	75
Eine praktische Übung: die Nullpunktposition	78
Das »Mensch ärgere dich nicht«-Spielfeld	80
Ethik	84
G4 und das Gesetz der Resonanz	88
Der Kreislauf des Gebens und Nehmens	88
Angriffe und Stressreaktionen	90
Die Energiekurve	95
Das Annehmen	100
Die Umsetzung	103
G4 und Schwarmintelligenz	105

Das Konzept des NICHT-TUNs	108
NICHT-TUN und alles erhalten	110
Umgang mit Forderungen und Erwartungen anderer Menschen	112
Das »Helfersyndrom« ablegen	114
Das MindFlow-Konzept	116
Blockaden lösen	117
Die Energie erhöhen	122
Beispiele – aus dem Leben gegriffen	124
Der Umgang mit Energie	125
Die Asanas	132
Anleitung, um in das G4 zu kommen	141
Die Ausgangsbasis	141
Das »Kleine-Finger-Mudra«	143
Die Nullpunktposition	143
Das Weiten der Pupillen	144
»Ich bin«	144
Energie holen	144
Die Energie eines Flusses	145
Ionenföhn oder Turmalinföhn	145
Woran Sie erkennen, dass Sie im G4 sind	146
Die Energieannahme-Technik	148
Die Erdung	152

Leben in G4	155
Verantwortung	156
Gefühle und Emotionen	157
Schicksalsschläge	158
Gesundheit	160
Konfliktsituationen	160
Sensible Menschen	162
Trauma	163
Das Power-Tool	166
Blockaden und Kreationen	166
Die Realität verändern – der Magnet	169
Die Anwendung des Power-Tools	170
Beschleuniger einsetzen	172
Ein paar Fragen und Antworten	180
MindFlow im Geschäftsleben	183
Schlusswort	187
Danke!	188
Über den Autor	189
Seminare mit Tom Mögele	190
Onlinekurs »Systemreset«	192

VORWORT

Liebe Leserin, lieber Leser,

im Lauf der letzten Jahrzehnte habe ich viele Methoden, Heilungstechniken und Coaching-Ansätze erfahren und erlernt, die sich für mich im Nachgang dann immer als langwierig oder umständlich erwiesen haben.

Das System »MindFlow« von Tom Mögele war für mich etwas Neues, das ich bislang so nicht erlebt hatte. Wie kann ich im Leben mehr erreichen durch NICHT-TUN? Wie kann ich meine sowie die Blockade von anderen Menschen nutzen, um kraftvoller und stärker zu werden?

Hier fällt mir das Bild eines Qigong-Meisters ein, der von zehn Personen gleichzeitig geschoben wird: Je mehr Menschen ihn schieben, desto mehr Energie erhält er und desto zentrierter und kraftvoller wird sein Stand.

Als Tom uns zum ersten Mal von seinem System erzählte, klang das für mich utopisch und unglaubwürdig. Ich konnte mir nicht vorstellen, dass man Energie in einem angespannten Umfeld nur durch die eigene innere Haltung und durch den eigenen Zustand verändern und verbessern kann – und dass man dadurch selbst noch mehr Energie erhält.

Ich konnte mir nicht vorstellen, dass ein NICHT-WOLLEN uns genau dorthin führt, wo unsere eigentliche Bestimmung liegt.

Ich konnte mir nicht vorstellen, dass Blockaden nichts anderes sind als gestaute Energien, die man – wie bei einem Luftballon, der durch eine Stecknadel zum Platzen gebracht wird – schnell und sehr einfach wieder in Fluss bringen kann.

Doch ich wurde eines Besseren belehrt. All das ist so einfach, dass wir diese Einfachheit erst wieder neu verstehen und erlernen müssen.

Das war für uns als Verlag neu, hat sich aber Schritt für Schritt auf intellektueller Ebene immer weiter erschlossen, bis wir es als intellektuell verständliches System in dieses Buch gießen konnten. Wenn Tom energetisch arbeitet, kann man fühlen und an den Gesichtern der Menschen ablesen, dass soeben etwas geschehen ist und sich etwas aufgelöst hat.

In diesem Buch wird eine Herangehensweise vorgestellt, um in diese Arbeit einzutauchen: Das Wissen, die Übungen und die Tools werden Ihnen einen Zugang zu dem einzigartigen MindFlow-Konzept ermöglichen.

Ich habe Tom Mögele im Februar 2017 mit einer Reisegruppe von 45 Teilnehmern auf seiner Indienreise begleitet und bin Zeuge geworden, wie sich tiefsitzende Blockaden, die einen Menschen seit Jahren behindert haben, binnen weniger Minuten auf-

lösten. Staunend habe ich mich mit Seminarteilnehmern darüber unterhalten, was die Arbeit von Tom Mögele bei ihnen bewirkt und wie sich ihr Leben daraufhin zum Positiven verändert hat. Diese Erfahrungsberichte finden Sie hier eingestreut zwischen einigen Kapiteln.

Besonders in Erinnerung geblieben ist mir der Erfahrungsbericht von Ursula, die ihre Veränderungen durch MindFlow mit einer so emotionalen Tiefe, Authentizität und Ehrlichkeit äußerte, dass es mir, so wie damals dieser älteren Dame auf der Busfahrt von Jaipur nach Udaipur, heute noch die Tränen in die Augen treibt.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen!

Frühjahr 2017 / Neuauflage im Dezember 2018

Bernhard Keller
Momanda Verlag

Ursula aus Unterentfelden/Schweiz, 2017

Ich bin seit knapp zwei Jahren bei Tom. Ich bin einfach angekommen. Das wirkt sich auf das ganze Leben aus: Beziehungsarbeit und das Bewusstsein. Es ist das schönste Gefühl, das man haben kann: Bei sich selbst ankommen. Nichts mehr wollen zu müssen. Einfach nur SEIN.

Ich habe immer gehnt, dass es das gibt, in meinem Herzen immer gewusst, dass es dieses Gefühl gibt. Aber ich habe es nur sehr selten erfahren. Und wenn du es dann erfährst und du weißt, wie du das immer wieder aufbauen kannst, wie du immer wieder in dieses Gefühl kommen kannst, ja, das ist für mich das »Ankommen«.

Auch die Mitmenschen durch dieses Bewusstsein besser zu verstehen ist so ein Segen. Nicht mehr dieses Kämpfen-Müssen oder Haben-Wollen. Einfach SEIN. Das ist für mich das Intensivste daran.

Dieses unglaubliche Ankommen ist für mich das größte Geschenk, das mir ein Mensch je machen konnte, mir zu zeigen, wie komme ich an. [Sie weint.] Da kannst du nichts dazu sagen. Es ist einfach ein unbeschreibliches Geschenk. Und zu wissen, dass du es nie verlieren kannst, du hast es immer bei dir. Ja, das ist alles.

Es ist alles und nichts.

Das Nichts ist alles.

Ich habe das immer wieder gelesen. Aber was ist das? Wie fühlt sich das an? Wie ist das? Und wenn du das spürst und du da drin bist, in diesem Bewusstsein, dann sagst du nichts mehr. Du sprichst gar nicht mehr.

Es ist einfach nur unendliche Stille.

EINLEITUNG

Was Sie von diesem Buch erwarten können

Jeder Mensch ist unterschiedlich und hat seine eigene Wahrnehmung. Somit verfügt jeder von uns über seine eigene Realität. Sehr oft beschränken wir uns in dem, was wir sind, und versuchen stattdessen, das zu erreichen, was wir sein wollen. Das Wollen kommt meist von außen, es wird durch Werbung, von der Familie oder der Gesellschaft als ein Wunsch in uns angeregt.

Im Wollen liegt das größte Problem, denn um Ziele mit Wollen zu erreichen, bedarf es sehr viel Energie. Jedes Ziel, das ich für mich selbst definiere, zeigt meiner Existenz an, dass ich etwas sein oder etwas erreichen muss. Aber genau an dem, was ich erreichen möchte bzw. was ich ersehne, mangelt es mir in diesem Moment. Somit fokussiere ich mich auf den Mangel und benötige enorm viel Energie, um ihn einzudämmen.

Das Mangelbewusstsein sorgt in Kombination mit Techniken, die über das Wollen arbeiten, für einen erheblichen Energieverlust. Außerdem gilt: Wer ein Ziel hat, limitiert sich im Grunde schon!

Der allgemeine Energieerhaltungssatz besagt: *»In einem abgeschlossenen System ist die Summe aller Energien konstant; die Gesamtenergie bleibt erhalten.«* Wenn ich also zu wenig Energie besitze, muss ich sie vorher abgegeben haben.

Noch detaillierter drückte es Hermann von Helmholtz (1821–1894) aus: *»Energie kann weder erzeugt noch vernichtet werden. Sie kann nur von einer Form in eine andere Form umgewandelt oder von einem Körper auf andere Körper übertragen werden.«*

Blockaden sind ein Energiestau. Dieser Energiestau kann von Menschen, die über das entsprechende Wissen und die Techniken verfügen, genutzt werden.

In diesem Buch werden Teile dieser Techniken einer breiteren Öffentlichkeit vorgestellt. MindFlow basiert auf altem Wissen, das seit Tausenden von Jahren nur vom Meister an seine Schüler mündlich weitergegeben wurde. Als Meister dieses alten Systems habe ich dieses Wissen aufbereitet und in das MindFlow-Konzept überführt, um es in der heutigen Zeit vielen Menschen zugänglich zu machen.

Sind Sie der Meinung, dass Sie zu viel Energie besitzen? Dann legen Sie bitte das Buch zur Seite oder verschenken Sie es. Sollten Sie dagegen eher das Gefühl haben, zu wenig Energie zu haben, dann »Herzlich willkommen«! Im Kern bewirkt MindFlow eine Erhöhung des Energieniveaus unseres Körpers. Dadurch ist es uns möglich, einen erhöhten Be-

wusstseinszustand einzunehmen, den wir als »G4« bezeichnen.

Lernen Sie die Techniken kennen, mit deren Hilfe Sie für sich zusätzliche Energie erhalten können. Und ich verrate Ihnen vorab ein Geheimnis: Wenn Sie genug Energie haben, lösen sich alle Ihre Konflikte und Probleme wie von selbst – durch »NICHT-TUN«!

Ihr
Tom Mögele

Mein bisheriger Weg

Ich kam auf diese Welt, ausgestattet mit Fähigkeiten, die mir das Leben mit meiner Familie und meinen Mitmenschen nicht einfach machten. Zum einen war ich viel sensibler als andere Kinder, zum anderen hatte ich völlig andere Gedankenansätze und ging dadurch mit Dingen anders um, als man es von Kindern normalerweise erwartet. Meine Familie wurde durch meine Art und Weise, auch wie ich die Dinge wahrnahm und annahm, sehr herausgefordert. Ich sah Ereignisse, die geschehen würden, konnte Menschen und ihre Situationen exakt beschreiben, aber man glaubte mir nicht, obwohl sich meine Aussagen im Nachhinein immer als wahr herausstellten.

Lange Zeit lebte ich in meinem eigenen Kosmos. Als Teenager begann ich, viel Sport zu treiben, um durch körperliche Erschöpfung die erweiterte Wahrnehmung auszuschalten. Das funktionierte einige Jahre sehr gut, bis zu dem Zeitpunkt, als ich sechzehn Jahre alt wurde und mich diese Wahrnehmung wieder einzuholen begann. Das Gegenteil war jetzt der Fall: Je mehr Sport ich trieb und je mehr mein Körper ermüdete, desto feinfühligter wurde ich.

Diese Feinfühligkeit eröffnete mir im Berufsleben viele Möglichkeiten, und wenn ich mich auf mich selbst verließ, lief alles hervorragend. Sobald ich aber versuchte, Situationen auf der »normalen«

Verstandesebene zu lösen oder Menschen und Geschäftspartner intellektuell zu verstehen, kam meistens nicht das heraus, was erwünscht war, und ich geriet wiederholt in schwierige Situationen. So entschied ich mich, Verstandesentscheidungen aus meinem Leben zu verbannen und mich nur noch auf mich selbst und mein Gespür zu verlassen.

Anfangs war ich unsicher, doch wie ich feststellte, war dies tatsächlich der bessere Weg. Menschen traten in mein Leben, die mich darin unterstützten, diese Sinne zu schärfen. Manche Situationen waren sehr ungewöhnlich und für viele unglaublich, aber sehr effektiv. Mein Leben wurde immer einfacher, und je einfacher es wurde, desto mehr verstand ich, was es umzusetzen galt.

So habe ich MindFlow entwickelt, mit dem Ziel, das Leben einfach werden zu lassen, damit wir es in jeder Hinsicht als lebenswert empfinden. Durch die Anwendung dieses Systems wird deutlich, dass alles, was geschieht, einen Sinn hat, welche Aufgaben vor uns liegen, was der nächste Schritt ist und wie wir mühelos mehr erreichen können.

MindFlow hat sich in meinem Leben tausendfach bewährt und wird täglich von meinen Klienten und Seminarteilnehmern umgesetzt und gelebt. Seit 2014 gebe ich mein Wissen in Seminaren weiter.

Nach langen Gesprächen habe ich mich 2016 entschlossen, es auch in einem Buch zu vermitteln: Möge es Ihr Leben auf allen Ebenen einfacher, weiser und erfolgreicher machen.

Was sich durch MindFlow in Ihrem **LEBEN VERÄNDERN** wird

Die meisten Menschen sind darauf aus, Stress, Ärger und Konflikte zu vermeiden. Das ist durchaus verständlich, denn durch Stress wird der Fluss der Lebensenergie blockiert, und unser Energieniveau sinkt; die Folge sind Krankheiten, Erschöpfung, psychische Störungen und ganz allgemein ein an Leib und Seele geschwächter Mensch.

Die gute Nachricht lautet: Sie können sich den Stress, mit dem Sie konfrontiert werden, zum Beispiel wenn jemand wütend auf Sie ist, zunutze machen, und zwar indem Sie ihn nicht als etwas Negatives abwehren, sondern ihn einfach als eine Form von Energie betrachten, die Ihnen zur Verfügung steht.

Ihr Chef lässt seine Launen an Ihnen aus? Super! Anstatt es zu erlauben, dass er Ihnen den letzten Nerv und damit Ihre Energie raubt, können Sie anhand der in diesem Buch vorgestellten Tools und Praktiken zum einen dafür sorgen, dass es ihm nicht gelingt, Sie fertigzumachen; zum anderen können Sie mit dieser geballten Energie Ihr eigenes Energieniveau anheben.

Im Sinne einer Win-win-Situation profitiert auch der Chef davon, denn er wird einen Teil seiner Blo-

ckaden los, und sein Energiepegel steigt ebenfalls. Um das zu bewerkstelligen, müssen Sie in das G4-Bewusstsein wechseln. Wie das geht, wird in den folgenden Kapiteln beschrieben.

Anhand eines eigenen Erlebnisses möchte ich Ihnen jedoch schon an dieser Stelle eine Idee geben, wie Sie im G4 »wie nebenbei« inmitten des Alltags die Blockade eines Mitmenschen triggern und zu deren Lösung beitragen können:

Ich fliege oft in sehr legerem Outfit – so wie kürzlich nach Berlin: in kurzer Hose, T-Shirt mit Loch, Turnschuhen ... Trotzdem flog ich in der Businessclass. Als ich gerade in der Fluggastbrücke stand, drängelte sich ein Mann im Anzug an mir vorbei, fuhr mir mit seinem Rollkoffer noch fast über den Fuß, und ich dachte: »Wow, so viel Energie ...!« Ich machte ihm Platz und bot ihm mit einer einladenden Geste an: »Sie dürfen gerne *vor* mir fliegen.« Er schaute mich an – abgefickt, wie ich war –, und ihm fiel die Kinnlade herunter.

Nun hatte er zu allem Überdruss das große Problem, dass er auch noch in derselben Reihe mit mir sitzen musste: Ich hatte in Reihe 3 den Platz am Gang, während er am Fenster saß. Ich drehte mich zu ihm hin und sagte: »Oh, wir fliegen ja doch zusammen!«

Der Mann nahm während des ganzen Flugs kein Getränk, kein Frühstück mehr; er klappte nur schnell sein Laptop auf und hackte darauf ein.

Beim Aussteigen trat ich erneut einen Schritt nach hinten, um ihm Platz zu machen, und meinte zu ihm: »Jaaa, Sie haben es ja eilig. Bitte!«

Ich habe ihn nicht schlecht behandelt, ich habe ihn nicht beschimpft. Ich habe nur signalisiert: »Hej, ist okay, ist cool ...« *Ich* hatte Energie – und meinen Sie, dass der Mann das nächste Mal in der Fluggastbrücke wieder gedrängt hat und jemandem mit dem Trolley über den Fuß gerollt ist? Nein, höchstwahrscheinlich nicht.

Genau das ist die Heilung! Selbst wenn es für kurze Zeit so aussehen mag, als stünde der Mann als Verlierer da: Er hat nur seine *Blockade* verloren! Er hat verloren, dass er sich vordrängeln muss.

Der Mann hätte genauso gut über meinen Spruch lachen können – das wäre die »richtige« Reaktion gewesen. Dann hätten wir eine Weile geredet, und alles wäre nett verlaufen.

Ich hätte auch in den Kampf-Modus gehen und meinen Platz mit einer entsprechenden Ansage behaupten können. Aber mit meiner gelassenen Reaktion ging es mir auf dem Flug richtig gut: Ich schaute immer wieder zu dem Mann hinüber und dachte: »Der arme Kerl muss jetzt so auf sein Laptop reinhacken ...«

Wir müssen nicht mehr mit anderen kämpfen, wir können mit ihnen interagieren!

Dieses Buch ist für Menschen gedacht, die sich in angespannten Situationen befinden, die Ärger in

der Familie, mit dem Partner, den Kindern oder im Job haben. Sobald Sie das Buch gelesen und MindFlow in Ihr Leben integriert haben, wird Ihr Leben einfacher. Auf meinen Seminaren sage ich immer etwas provokant: »Das Leben wird dann langweilig.« Warum? Weil Sie keinen Stress mehr haben und lernen, Ihr Leben auf einer höheren Ebene neu auszurichten.

Es geht aber nicht nur um ein Erfassen auf Verstandesebene; darüber hinaus werden Körper- und Energieübungen vorgestellt, die Sie auf einer immer tieferen Ebene neu begreifen lassen. Das Wissen geht ins Bewusstsein Ihrer Zellen über: Ja, Zellen haben ein Bewusstsein und verfügen über eine eigene Intelligenz; sobald sie etwas Positives erlebt haben, wollen sie diese Erfahrung wiederholen.

Sind wir im G4, werden zwei Hormone stärker ausgeschüttet: zum einen Serotonin, das Glückshormon, zum anderen das Bindungshormon Oxytocin, das uns sozusagen als »Nebeneffekt« auch jünger aussehen lässt, da sich unsere Muskeln entspannen.

Deshalb lautet mein Rat, dieses Buch mehrmals zu lesen.

Der erste Teil bietet das erforderliche Wissen, um MindFlow intellektuell verstehen zu können und die einzelnen Prinzipien zu begreifen.

Im zweiten Teil folgen Übungen, mit denen Sie in »das G4«, einen hohen Bewusstseinszustand, ein-

treten können; Sie lernen zudem, wie Sie Energien von anderen Menschen und Situationen für sich nutzen können, ohne den anderen zu schaden.

In einigen Kapiteln werden Themen nur kurz angerissen, die in den darauffolgenden Kapiteln detaillierter erklärt werden. Sollten Sie also über Begriffe, Denkweisen oder Übungen stolpern, die Sie nicht auf Anhieb verstehen, lesen Sie einfach weiter. Das Wissen baut aufeinander auf und ergibt schließlich ein Gesamtbild. Am Schluss wartet ein Power-Tool auf Sie, mit dem Sie Ihr Leben schnell und vor allem nachhaltig positiv verändern können.

Ein Erfahrungsbericht

Ich möchte Ihnen als Einstieg ein weiteres Beispiel vermitteln, wie MindFlow funktioniert und wirkt, damit Sie das theoretische Hintergrundwissen in den nächsten Kapiteln leichter einordnen können.

Eine Seminarteilnehmerin wurde auf der Straße häufig von Hunden angebellt und manchmal sogar angefallen. Sie hatte eine Blockade, weil sie als Kind von einem Collie, den sie streicheln wollte, gebissen worden war. Seitdem hatte sie vor Hunden extreme Angst, die sie den Tieren unweigerlich übermittelte. Sogar friedliche Hunde gingen auf sie los.

Nachdem sie mit dem MindFlow-Konzept nur ein Wochenende lang gearbeitet hatte, konnte sie die Blockade auflösen.

Heute mag sie Hunde; sie hat sogar selbst einen kleinen Hund, den sie überallhin mitnimmt und der ihr ein treuer Begleiter ist. Auch auf der Straße kann sie sich wieder angstfrei bewegen. Hunde reagieren nun friedlich und möchten sogar von ihr gestreichelt werden.

An diesem Beispiel erkennen Sie, wie stark sich das Lösen einer Blockade auf Ihr Leben auswirkt.

Sollte Ihnen das folgende wissenschaftliche Kapitel zu trocken sein, überspringen Sie es einfach. 😊
Lesen Sie in diesem Fall die Zusammenfassung am Ende des Unterkapitels »Die einheitliche Quantenfeld-Theorie von Burkhard Heim« (S. 35f.), die für unsere weitere Arbeit mit Energie und dem G4-Bewusstsein relevant ist.

GRUNDLAGEN: von Quanten, Dimensionen und dem **LEBENS LICHT**

Das Nullpunktfeld

Die hier vorgestellten Tools und Übungen wurden auf der Basis meiner Erfahrungen entwickelt und zusammengestellt. Daneben gibt es quantenphysikalische Modelle, die erklären, was ich bei meiner Arbeit erlebe und was Mystiker und Heiler seit Jahrtausenden als spirituelles Wissen und Geheimwissen weitergegeben haben.

Im Folgenden werden die wesentlichen Grundlagen so vereinfacht dargestellt – also ohne die für den Laien kaum verständlichen mathematischen Erklärungen und Formeln –, dass darauf aufbauend auch die Übungen und Tools leichter verständlich sind.

Physiker, von Galileo Galilei über Albert Einstein bis Werner Heisenberg, haben mit ihren Berechnungen die Gesetzmäßigkeiten beschrieben, die der erfahrbaren Welt zugrunde liegen. Sie versuchten etwas zu erklären, was für den in der Dreidimensionalität des Körpers und in der Zeit »gefangenen« Menschen eigentlich nicht verständlich sein kann,

da die Quantenphysik unseren »Verstand« sprengt. Der berühmte amerikanische Quantenphysiker Richard Feynman prägte den Satz: »Wer meint, die Quantenphysik verstanden zu haben, der hat sie nicht verstanden.« Die Quantenphysik liefert zwar zuverlässige Formeln, um die Wahrscheinlichkeiten von subatomaren Zuständen zu berechnen, aber sie zeigt auch, dass dort Gesetze gelten, die sich der menschlichen Anschauung entziehen, ja ihr sogar widersprechen. Es ist beispielsweise unmöglich, Ort und Geschwindigkeit gleichzeitig präzise zu bestimmen. Einstein wird wiederum folgender Ausspruch nachgesagt: »Den Rest meines Lebens möchte ich damit zubringen, darüber nachzudenken, was Licht ist.« Damit traf er, wie wir im Folgenden sehen werden, den Kern der Sache.

Der ganze Kosmos lässt sich gemäß den Überlegungen und Ableitungen der Quantenphysik auf eine grundlegende Urenergie reduzieren, das sogenannte »Nullpunktfeld« oder »Quantenfeld«. Auch in den alten mystischen und spirituellen Traditionen war dieses Feld bereits bekannt als die Quelle der gesamten Schöpfung und allen Seins; wir können es auch als »Gott« oder »Geist« bezeichnen.

Photonen

Aus der Teilchenphysik kennt man die Photonen als Trägerwellen/Teilchen des Lichts bzw. Quanten des elektromagnetischen Feldes. Weniger bekannt sind die sogenannten Biophotonen. Die Biophysik stellt einen direkten Zusammenhang zwischen Vitalität/Lebensqualität/Bewusstsein und der Menge und Qualität der Lichtquanten in unserem Energiefeld her, die sich auf den gesamten Organismus und den Stoffwechsel auswirken und regulierend in alle Lebensprozesse eingreifen. Auf der Zellebene des menschlichen Organismus findet ein ständiger Informationsaustausch über diese auch als »Biophotonen« bezeichneten Lichtquanten statt.

Die Biophotonenforschung wurde unter anderem von dem deutschen Biophysiker Fritz-Albert Popp vorangetrieben; er wiederum stützte sich auf die Erkenntnisse russischer Mediziner zum biologischen Informationsaustausch von Zellen über Photonen im ultravioletten Bereich.

Zusammengefasst lassen sich Pops Erkenntnisse darauf herunterbrechen, dass diese Kommunikation nicht allein auf biochemischen Abläufen beruhen kann, da diese Art der Signalübertragung zu langsam vor sich geht. Vielmehr stellt das Biophotonenfeld die höchste Ebene der biologischen Steuerfunktionen dar. Das elektromagnetische Feld, das unseren physischen Körper umgibt, ist demnach

keineswegs nur ein bedeutungsloses »Abfallprodukt« der im Körper vorgehenden chemischen Prozesse, sondern spielt sozusagen die Hauptrolle und reguliert sämtliche Lebensvorgänge im Organismus. In diesem Sinne ist der von Popp geprägte Begriff der »Biophotonen«, also des »Lebenslichts«, durchaus im wörtlichen Sinne zu verstehen.

Das Biophotonenfeld als nicht fassbares Trägerfeld, in dem sich die messbaren Biophotonensignale fortpflanzen, entspricht im Rahmen der Erkenntnisse der modernen Physik einem rein elektromagnetischen Energiekörper; weitere feinstoffliche Dimensionen, wie sie aus esoterischen Traditionen als Lichtkörper oder Ätherkörper bekannt sind, werden in diesem Zusammenhang ausgeklammert.

Der Mensch als ein Teil des Kosmos ist letztendlich Energie – sowohl der physische Körper als auch die Gedanken und die Seele. Körper, Geist und Seele beeinflussen sich wiederum permanent gegenseitig; die Bedeutung dieses wechselseitigen Austauschs findet auf der Basis entsprechender Forschung in der Psychosomatik zunehmend Anerkennung. Einfache Techniken befähigen uns, mit der Quelle aller Energie, dem Quantenfeld, in Kontakt zu treten und uns diese Energie zunutze zu machen.

Die einheitliche Quantenfeld-Theorie von Burkhard Heim

Einer der größten und umstrittensten Physiker unserer Zeit ist Burkhard Heim (1925–2001). Er ging bei der Formulierung seiner »einheitlichen Quantenfeld-Theorie« von vier der Natur abgelesenen Gesetzmäßigkeiten aus:

1. Erster thermodynamischer Hauptsatz bzw. Energieerhaltungssatz: Er besagt, dass in einem geschlossenen System Energie weder verloren gehen noch dazugewonnen werden kann.
2. Zweiter thermodynamischer Hauptsatz bzw. Entropiegesetz (Entropie ist der Maßstab für den Grad der Unordnung eines Systems): Das Entropiegesetz besagt, dass das gesamte Universum zur Unordnung tendiert; ein ungeordneter, unorganisierter Zustand wird nur durch entsprechenden Energieaufwand von außen reversibel.
3. Gesetz der Quantisierung bzw. Planck'sches Strahlungsgesetz, gemäß dem alles auf kleinste, diskrete und messbare Energiepakete, die Quanten, heruntergebrochen werden kann.
4. Gesetz der Existenz makroskopischer (d.h. weitreichender) Felder:

- a) Gravitationsfeld;
- b) elektromagnetisches Feld (Photonenfeld).

Heim arbeitete mit dem sogenannten »Minkowski-Raum«, benannt nach dem deutschen Mathematiker Hermann Minkowski (1864–1909), der 1907 einen vierdimensionalen Vektorraum postulierte, anhand dessen sich Albert Einsteins 1905 entwickelte spezielle Relativitätstheorie sehr elegant formulieren lässt und der auch der allgemeinen Relativitätstheorie (1916) von Einstein zugrunde liegt. Einfach ausgedrückt werden hier Raum (Dreidimensionalität) und Zeit (die vierte Dimension) in einer einheitlichen, vierdimensionalen Struktur zusammengebracht, der sogenannten »Raumzeit«.

Heim entwickelte darauf aufbauend ein Modell des Kosmos mit zwölf Dimensionen:

- Die grobstofflichen **physikalischen** Dimensionen X1 bis X3: Raum (Länge, Breite, Höhe);
- die **zeitliche** Dimension X4;
- die feinstofflichen **organisatorischen** Dimensionen X5 (Struktur) und X6 (Zeit);
- die **informativischen** Dimensionen X7 und X8;
- die **geistigen** Dimensionen bzw. der geistige »Hintergrundraum« G4 (X9 bis X12).

In unserem Zusammenhang bezeichnen wir diese Dimensionen als D1 bis D12.

Die Gleichungen von Burkhard Heim lieferten ihm vier voneinander unterscheidbare Gruppen von Elementarteilchen, die er »Letzteinheiten« nannte:

1. Elektrisch geladene Teilchen mit 6 Koordinaten (D1 bis D6)
2. Neutrale Teilchen mit den Koordinaten D1, D2, D3, D5, D6, also ohne die Zeit D4
3. Sogenannte Wechselwirkungsteilchen (Bosonen) mit den Koordinaten D4, D5 und D6
4. Quanten des Gravitationsfeldes (Gravitonen, Aktivitäten) mit den Koordinaten D5, D6

Gemäß dem Heim'schen Modell ist von G4, also vom geistigen Hintergrundraum aus, jederzeit der »Zugang« auf die Welt der Materie möglich, und zwar über D7 und D8, also die informatorischen Dimensionen, und den organisatorischen Raum D5 und D6. Computergestützte Überprüfungen der Heim'schen Theorie belegen, dass sie bis zur letzten Dezimale mit den entsprechenden Messwerten übereinstimmt.

Letztendlich sagt diese Theorie aus, dass der Kosmos sich in einem ersten Schritt ausgehend vom »G4«, den geistigen »Urbildern«, entwickelte und die Materie in einem zweiten Schritt entstand. Für diese geistigen Urbilder wurde zum Beispiel in alten



Weisheitstraditionen der Begriff »LOGOS« geprägt, in der Bibel fälschlicherweise als »Wort« übersetzt; das fleischgewordene »Wort« ist ein Bild für den Abstieg des Geistes (G4) über die Energie (D5 bis D8) in die Materie.

Alle »Letzteinheiten« enthalten laut Heim die »Transdimensionen« D5 und D6. Dabei ist die 5. Dimension als Maß der Organisation invers zum Entropiebegriff, dem Maß der Desorganisation. Die 6. Dimension steuert diese Organisation in der Zeit. Man könnte es so ausdrücken, dass D5 alle möglichen Strukturen im Kosmos angibt und D6 ihre Verwirklichung in der Zeit D4.

Heim unterscheidet zwischen latenten, d.h. sozusagen »im Hintergrund« stattfindenden Ereignissen im Transraum D5 sowie D6 als möglichen Ursachen für die manifesten Ereignisse im R4 Einsteins, also den Dimensionen D1 bis D4.

Laut den Dimensionsgesetzen von Burkhard Heim ergeben sich 12 Dimensionen. D1 bis D3 sind untereinander austauschbar (Länge, Breite, Höhe), alle anderen nicht. D7 und D8 erweisen sich wie D5 und D6 als informatorische Dimensionen, die kurzfristig Energie bilden und vernichten können. Heim teilte die 12 Dimensionen in einen Bezugsraum D1 bis D6 und einen Hyperraum D7 bis D12 auf.

D1	D2	D3			R3	physischer Raum (Dreidimensionalität)
D4					T	Zeit
D1	D2	D3	D4		R4	Raumzeit
D5	D6				S2	organisatorischer Raum
D7	D8				I2	informativischer Raum
D9	D10	D11	D12		G4	Hintergrundraum

Das alles lassen wir so stehen; wer mehr wissen möchte, informiere sich über weiterführende Literatur. Wir benötigen dies als Basis für die folgenden Kapitel. Und seien Sie beruhigt: Sie müssen kein Physikstudium absolvieren, um diese Weisheiten anzuwenden.

Zusammenfassend können wir also sagen:

- Materie besteht im Wesentlichen aus Feldern. Diese Felder werden durch Quanten ohne Ruhemasse zusammengehalten, vor allem durch virtuelle Photonen, welche die Struktur der Materie bestimmen, der Materie also übergeordnet sind. In der Physik werden sie »Wechselwirkungsquanten« genannt.



- Die wichtigsten Wechselwirkungsquanten sind die Quanten des elektromagnetischen Feldes einschließlich des sichtbaren Lichtes, die heute allgemein als »Photonen« bezeichnet werden.
- Im Kosmos und auch im menschlichen Körper gibt es nahezu eine Milliarde Mal mehr Biophotonen als Materieteilchen! Man kann also sagen: Der Kosmos besteht hauptsächlich aus LICHT.
- Die erweiterte einheitliche Feldtheorie von Burkhard Heim beschreibt 12 Dimensionen, von denen die Dimensionen 1 bis 3 der physikalischen, materiellen Wirklichkeit angehören; sie stehen für die grobstoffliche Welt. Die 4. Dimension repräsentiert die Zeit. Alle weiteren Dimensionen beschreiben energetische oder geistige Räume: D5 und D6 sind die organisatorischen, D7 und D8 die informatorischen Räume. D9 bis D12 bilden den sogenannten »Hintergrundraum« des Geistes, den wir im Rahmen unserer Arbeit als »G4« bezeichnen.
- Alles wird vom G4 gesteuert, dem Hintergrundraum, der in den alten Traditionen als »Gott«, »Weltengeist«, »Urquelle« oder ähnlich bezeichnet wird.

Auf dieses G4 werden wir in den folgenden Kapiteln weiter eingehen.

Die Dimensionen

Mit der Theorie von Burkhard Heim lassen sich in der realen Welt viele Phänomene erklären. Auch meine persönlichen Erfahrungen mit den 12 Dimensionen und dem »G4-Bewusstsein«, also den geistigen Dimensionen D9 bis D12, lassen sich anhand der Heim'schen Erkenntnisse sozusagen auf eine theoretische Basis stellen.

Interessanterweise wird in der Bibel in Genesis 28,12 die sogenannte Himmelsleiter (Stiege) mit 12 Stufen beschrieben, deren Anzahl wiederum der Nummerierung des Verses entspricht: 12! In Analogie gilt Jesus im Neuen Testament als die neue Himmelsleiter (Johannes 1,51), und er hatte 12 Jünger.

Burkhard Heim hat versucht, mit seinen 12 Dimensionen die Welt zu beschreiben. Sobald wir mit Energien arbeiten, begeben wir uns auf eine »göttliche« Ebene, von der aus wir die Welt steuern können.

	Burkhard Heim	Esoterik / Spirituelle Lehren
D12	G4-Bewusstsein	Spirituelle Ebenen
D11		
D10		
D9		
D8	Globales Informationsfeld I2	2. Kausalebene
D7	Globales Informationsfeld I1	1. Kausalebene
D6	Energetisches Steuerungsfeld S2	Mentalebene
D5	Energetisches Steuerungsfeld S1	Astralebene
D4	Zeit	Zeit
D3	z-Koordinate	Höhe
D2	y-Koordinate	Breite
D1	x-Koordinate	Länge

Sämtliche »erlebbaeren« Ereignisse für uns Menschen scheinen in Einsteins Raumzeit, dem R_4 , stattzufinden (D_1 – D_4). Dies stimmt jedoch so nicht, und um Ihnen das zu zeigen, werden wir uns zusammen auf die Reise durch die Dimensionen begeben.

Der physikalische Raum D_1 – D_3 entspricht der grobstofflichen irdischen Welt mit ihren drei (geometrischen) Dimensionen der Länge, Breite, Höhe. Die vierte Dimension D_4 ist die Zeit bzw. die Raumzeit Einsteins. Weiter geht es mit dem feinstofflichen Strukturraum D_5 und D_6 , den energetischen Steuerungsdimensionen, die organisierend in den physischen Bereich D_1 – D_4 der Materie eingreifen. D_7 und D_8 sind die informatorischen Dimensionen; hier finden sich sowohl individuelle als auch kollektive Informationsmuster. Die Dimensionen D_9 bis D_{12} stellen den Hintergrundraum bzw. die geistige Ebene G_4 dar.

Um Ihnen anschauliche Beispiele zu geben:

- Wenn jemand meint, Geister bzw. Astralwesen zu sehen: Auf welcher Ebene befindet er sich?
Auf D_5 .
- Jemand macht mentale Programmierung und mentale Arbeit: Das heißt, er befindet sich auf D_6 .
- Jemand steht permanent unter Zeitdruck: Er befindet sich auf der Ebene D_4 .

Der Mensch ist ein energetischer Vortex, um ihn herum fließt Energie, die den »göttlichen Funken« in sich trägt. Jeder Mensch hat eine bestimmte Menge an Energie zur Verfügung. Wir alle tragen in uns aber Energieblockaden, die diesen Strom der Lebensenergie behindern. Indem dieser Knoten gelöst wird, wird Energie freigesetzt. Es gibt viele Ansätze, um diese Energie zur Heilung und Befreiung zu nutzen, beispielsweise die Akupunktur, aber auch Massagen oder Entspannungstechniken. In unserer Arbeit begeben wir uns in den G4-Raum, um diese Blockade nicht nur abzubauen, sondern in Energie umzuwandeln, die sowohl uns selbst als auch Menschen, mit denen wir in Interaktion stehen, zugutekommt – durch NICHT-TUN bzw. NICHT-WOLLEN, also ohne zielgerichtetes Handeln (siehe Kapitel »Das Konzept des NICHT-TUNs«, S. 108ff.).

Erinnern Sie sich an den Energieerhaltungssatz, der besagt, dass die Gesamtmenge an Energie in einem System immer gleich bleibt! Der Energieerhaltungssatz gilt in G4 nicht mehr, sonst würde mathematisch betrachtet Materie gegen unendlich laufen. Das ist das Einzigartige an unserem Ansatz. Erst im G4-Bewusstsein kann man auf der geistigen Ebene etwas verändern, ohne etwas zu tun und ohne durch den Austausch mit einem anderen Menschen unter Umständen Energie zu verlieren!

Dies kann man sich beispielsweise in der Heilarbeit zunutze machen, aber auch im alltäglichen Umgang mit anderen Menschen.

Daniel aus der Schweiz

2009 hatte ich über mehrere Wochen ein Burn-out. Kurz darauf zerfiel auch noch die Familie. Da war ich so richtig am Tiefpunkt.

Seit ich die Arbeit von Tom kennengelernt habe, hat sich alles verändert. Das Wissen, das er vermittelt, ist sehr einfach anzuwenden. Ich stehe am Morgen auf und habe viel Kraft und Power; ich habe das Gefühl, ich könnte Bäume ausreißen. Und am Abend bin ich immer noch fit. Durch die Asanas und dadurch, dass ich häufig im G4 bin, behalte ich meine Kraft und Energie. Das ist das Schöne an dieser einfachen Übung. Man spürt es bereits beim ersten Anwenden: Man macht sie und merkt, wow, das hilft. Alle anderen Techniken und Methoden, die ich vorher gemacht habe, hatten einfach nicht diese Wirkung.

Ich führe in der Zentralschweiz eine Firma mit 25 Mitarbeitern. Bevor ich Tom 2013 kennengelernt habe, war ich wieder kurz vor einem Burn-out. Doch seitdem ich das MindFlow-Konzept in mein Leben und in die Firma mit einbezogen habe, hat sich auch mein ganzes Umfeld verändert. Das heißt, der Firma geht es besser und mir geht es besser. Es ist eine absolute Win-win-Situation. Einfach genial. Seitdem ich diese Arbeit mache, um bei mir zu bleiben, sind Konflikte keine Herausforderungen mehr. Konflikte sind ein Spiel, das du dann halt spielst. Du weißt, wie du es zu spielen hast, und die Konflikte lösen sich sehr einfach auf.

Also, ich liebe Konflikte.