

Kurt Zyprian
Hörmann

Mit Intuition
die richtigen
Entscheidungen
treffen

Fühlen
ist klüger!
als Denken ●



8 Einleitung

Teil 1:

13 WIEDER FÜHLEN LERNEN

- 14 Denken Sie noch oder fühlen Sie schon?
- 23 Das morphische Feld – die Quelle der Intuition
- 34 Die eigene Wahrheit wiederentdecken
- 41 Das Feld liebt dich
- 50 Erdung – der Schlüssel zum morphischen Feld
- 54 Die Erdungsübung
- 60 Hilfestellung beim Erden

Teil 2:

63 DEN ZUGANG ZUM MORPHISCHEN FELD ERÖFFNEN

- 64 Verbindung zum Feld aufnehmen
- 74 Was passiert, wenn ich im Feld bin?
- 93 Die häufigsten Fragen rund ums morphische Feld
- 110 Stolpersteine im morphischen Feld
- 113 Fühlen und nichts als Fühlen
- 116 Lesen Light

Teil 3:

119 IM MORPHISCHEN FELD LEBEN

- 120 Eine Reise zu sich selbst
- 131 Das Ungleichgewicht wieder in Ordnung bringen
- 134 Das Ungeliebte integrieren
- 142 Die Herzintegration
- 146 Tun Sie sich selbst etwas Gutes!
- 164 MFL lernen – leben – zelebrieren

- 183 Weiterführende Literatur
- 187 Über den Autor

EINLEITUNG

**„Wenn du die Veränderung nicht willst,
lass die Finger von dieser Arbeit“**

Man kann jedes Mal eine Stecknadel fallen hören, wenn ich während eines Einführungsabends über die Arbeit mit dem morphischen Feld spreche, wie kraftvoll und schön wir Menschen sind, wenn wir uns nur daran erinnern. Es ist plötzlich mucksmäuschenstill, denn alle im Raum verstehen sofort mit dem Herzen, wovon ich spreche. Ohne jegliche Anstrengung fühlen sie genau das – und meistens auch, wie lange sie diese Schönheit schon vermissen. Das ist für mich immer wieder ein sehr berührender Augenblick in meiner Arbeit. Es erfüllt mich mit großer Dankbarkeit, die Menschen in ihren Herzen berühren und sie an ihre eigene Schönheit und Größe erinnern zu dürfen.

Genau das ist auch der Grund, warum dieses Buch entstanden ist. Es geht um Sie: Ihre Schönheit, Ihre Wahrhaftigkeit, Ihre Größe, Ihr Talent und Ihre wahren Gefühle. Der Schlüssel dazu ist, wie der Titel schon verrät, das Fühlen. Und genau die Gefühle sind auch das gefährliche an diesem Buch. Denn sie lassen sich scheinbar nur schwer kontrollieren – zumindest nicht mit dem Kopf bzw. dem Verstand. Darum geht es auch gar nicht. Ich möchte Ihnen die wundervolle Welt des Fühlens und der Intuition ganz praktisch näher bringen. Ihre Innenwelt ist so unglaublich reich, voller Liebe und unfassbar großartig. Unser

Denken hingegen ist, wie ein Computer, auf die Parameter 0 und 1 reduziert. Damit lässt sich sehr viel im Leben bewerkstelligen, aber eben nicht alles.

Das Leben ist einfach, nur unser Denken macht es so kompliziert. Dieser Satz ist nicht so leichtfertig dahingeschrieben, wie es Ihnen vielleicht erscheinen mag. Mir geht es aber darum, Sie mit diesem Versprechen im Herzen zu berühren. Ich wünsche mir, dass Sie tief drin fühlen und spüren, welche Erleichterung Ihnen diese Aussicht verschafft. Dieses Versprechen wird Realität, wenn wir mit allen Sinnen leben. Dann spüren wir, dass das Leben in jedem Moment das Beste für uns will, auch wenn es sich nicht immer gleich so anfühlen mag.

Jetzt denken Sie vielleicht, dass das ganz schön große Worte sind, und fragen sich, wie das zu schaffen sein soll. Es ist ganz simpel! Vor Jahren habe ich eine Methode entwickelt, mit der wir unserer Intuition folgen können: Morphisches Feld Lesen oder auch MFL genannt. Mit Hilfe des morphischen Feldes erhalten Sie ungefiltert Informationen, die Ihnen eine wertvolle Entscheidungs- und Entwicklungshilfe bieten. MFL ermöglicht Ihnen einen unmittelbaren Zugang zu sich selbst und zu Ihrer Innenwelt.

Im Verlauf des Buches werde ich Ihnen diese Methode vorstellen sowie deren Möglichkeiten und Vorteile erklären. Sie erhalten ausreichend Einblick, um Ihre Intuition besser nutzen zu können. Jeder kann diese Methode lernen und anwenden, weil jeder durch seine Intuition bereits über einen Zugang zum morphischen Feld verfügt, der meistens nur verschüttet ist. Dennoch möchte ich Ihnen schon an dieser Stelle raten, sich professionelle Begleitung zu holen, wenn Sie tiefer in die Methode einsteigen und damit arbeiten wollen. Ich freue mich, Ihnen diesen Einblick in die Methode zu geben, mit der Sie sich und Ihr Potenzial entwickeln können. Ich möchte aber nicht, dass Sie sich damit

schaden oder die Methode aufgrund mangelnder Erfahrung nicht voll ausschöpfen können. Wenn Sie sich auf eine Urwald-Expedition begeben, werden Sie zwar eine Karte dabei haben, ein versierter Führer wird Ihnen aber ein weit größeres Vertrauen in eine sichere Rückkehr geben.

Wenn Sie beginnen, sich über die Methode MFL mit dem morphischen Feld zu verbinden, werden Sie völlig neue Empfindungen haben und ganz neue Erfahrungen machen, die anders sind als alles, was Sie im Alltag bisher erlebt haben. Sie werden sich energetisch mit der Erde und dem Universum verbinden und zu einem inneren Wissen gelangen, das Ihren bisherigen Horizont bei weitem übersteigen wird. „Wenn du die Veränderung nicht willst, lass die Finger von dieser Arbeit!“, lautet die Überschrift dieser Einleitung. Diesen Satz meine ich ganz ernst, weil Sie durch die Arbeit mit dem morphischen Feld unausweichlich große Veränderungen erleben werden. Deshalb sage ich es Ihnen lieber gleich zu Anfang: Sollten Sie das nicht wollen, wäre es vielleicht besser, dieses Buch gleich wieder wegzulegen. Ich möchte nämlich nicht, dass es Ihnen so geht wie einer Teilnehmerin in einem meiner Workshops. Als wir nach ein paar Tagen intensiven Übens der Methode MFL auf ihr Problem stießen, ständig für alle anderen da sein zu wollen und sich dabei selbst völlig zu vergessen, kamen so viele Emotionen hoch, dass sie schließlich reklamierte: „Das habe ich nicht gebucht! Ich wollte nur eine Methode lernen!“ Und trotzdem war sie froh und dankbar, endlich ihre „Büchse der Pandora“ geöffnet und dabei einen Schatz entdeckt zu haben.

Der Weg zum Glücklichein führt über die Selbsterkenntnis. Wie das mit Hilfe von MFL funktioniert, erfahren Sie in diesem Buch. Der erste Teil führt Sie wieder zurück zu Ihrem großen Schatz, dem Fühlen. Sie lernen mit ein paar einfachen Übungen,

sich wieder mit Ihren eigenen Gefühlen zu verbinden und darüber zu Ihrer Intuition, dem „Ass in Ihrem Ärmel“, zu gelangen. Damit offenbart sich bereits das morphische Feld, zu dem Sie bereits den Zugang öffnen, wenn Sie sich erden.

Im zweiten Teil begeben wir uns dann tatsächlich ins morphische Feld. Sie erfahren, wie Sie Verbindung aufnehmen und was passiert, wenn Sie sich im Feld befinden. Am Ende können Sie mit „Lesen Light“ erste Schritte machen, um die richtigen Entscheidungen aus dem Bauch heraus zu treffen.

Im dritten und letzten Teil des Buches geht es um die Möglichkeiten, die Ihnen die Methode im Alltag bietet, gleichgültig, ob es um Ihr Privatleben oder um Ihren Beruf geht. Denn: MFL ist mehr als nur eine Methode, nämlich eine spannende Reise zu sich selbst. Sie können im Verlauf der Arbeit mit den Informationen aus dem morphischen Feld nahezu alle Bereiche Ihres Lebens verändern, mit denen Sie unglücklich sind oder in denen Sie mehr bei sich selbst sein wollen. Damit dies gelingt, stelle ich Ihnen ein weiteres Werkzeug innerhalb der Methodik vor: die Herzintegration. Feiern und zelebrieren Sie Ihr Leben als das, was es ist: Ein großes Fest! Das Leben ist einfach, nur Ihr Denken macht es so kompliziert.

Teil 1:

**Wieder
fühlen lernen**

DENKEN SIE NOCH ODER FÜHLEN SIE SCHON?

Gehören Sie vielleicht auch zu den Menschen, die es in ihrem Leben sehr weit gebracht haben? Sie haben eine nette Familie, eine schöne Wohnung oder ein Haus, Ihre Karriere kann sich sehen lassen, in der Garage steht ein schickes Auto oder sogar zwei und mehrmals im Jahr in den Urlaub zu fahren ist auch kein Problem. Doch wenn Sie so auf Ihre Erfolge blicken, wird Ihnen vielleicht bewusst, wie anstrengend das alles war und wie viel Sie zugleich entbehren mussten. Die Anstrengung war Ihr größter Freund.

Trotz aller Erfolge sind viele Menschen nicht richtig erfüllt, denn eins fehlt ihnen noch in ihrem Portfolio – glücklich zu sein. Ich meine nicht das vordergründige Gerede, nach dem Motto „Es geht mir gut“. Wovon ich spreche, ist ein Glücksgefühl, das in Ihrem Bauch Glücksblasen aufsteigen lässt, die wie Brausepulver kribbeln.

Sie können sich nicht mehr erinnern, wann Sie sich das letzte Mal so fühlten? Sie sind zu beschäftigt, um im Alltag diesem Glücksgefühl gerecht zu werden? Dann gehören Sie vermutlich zu der Kategorie Mensch, der lieber denkt als fühlt. Ganz schön frech, werden Sie jetzt vielleicht denken, so will ich aber nicht katalogisiert werden. Das verstehe ich gut. Aber für den Fall, dass Sie sich dennoch in der oben genannten Kategorie erkennen, sollten wir darüber reden. Um wieder ein echtes Gefühl der Erfüllung zu erleben, müssen wir nämlich erst einmal unsere Gefühle zulassen und vor allem spüren.

Auch das werden Sie vermutlich kennen: Wir schauen die meiste Zeit nur auf die Teile von uns, die uns nicht gefallen. Würde ich Sie beispielsweise fragen, „Was gefällt Ihnen nicht an sich selbst?“, käme die Antwort vermutlich sofort wie aus der Pistole geschossen: „Ich bin zu dick, zu dünn oder zu sonst was.“ Stelle ich aber die Frage, „Was lieben Sie an sich?“, dann rätseln Sie möglicherweise erst mal und müssen richtig nachdenken, was das denn sein könnte. Wir haben jede Menge Übung darin, mit dem Anstrengenden, Hässlichen, Schwierigen usw. umzugehen, aber keine, es uns im Leben leicht und schön zu machen.

Dieses Phänomen und die daraus entstehenden Folgen beschäftigten mich immer wieder. Es betraf mich selbst einmal genauso. In der Schule sagte mir eine Ärztin bei einer turnusmäßigen Untersuchung, dass ich zwar kerngesund sei, jedoch aufpassen müsse, nicht zu dick zu werden. Von da an hatte ich immer Stress, wenn ich zum Beispiel beim Duschen nach dem Turnunterricht mein T-Shirt ausziehen sollte. Diese Hypothek trug ich viele, viele Jahre mit mir herum. Bei einem Einführungsabend zu MFL erinnerte ich mich erneut daran, als eine Teilnehmerin mir eine Frage zum Thema Körperwahrnehmung stellte. Ich machte mich deshalb auf den Weg, dies zu ergründen. Ich stellte mir viele Fragen, um herauszufinden, woher die negative Sichtweise kam. Je tiefer ich mich darauf einließ, umso mehr tauchten hinter der eigenen Ablehnung und ständigen Bewertung die Themen Aufmerksamkeit, Fühlen und Intuition auf. Ich stieß immer wieder an scheinbar unüberwindbare Grenzen. Doch mit jeder weiteren Frage an das morphische Feld wurde mir klarer, dass man sich die Wahrnehmung der eigenen Schönheit und Größe weder denken noch vorstellen kann.

Es gilt deshalb, das Augenmerk wieder auf das Fühlen zu richten. Doch langsam. Ist Fühlen nicht völlig out? Sind die

scheinbar unkontrollierbaren Gefühle nicht hinderlich? Ist das Denken nicht ein verlässlicherer Partner als das Gefühl?

Wir denken nur, dass wir fühlen

Stellen Sie sich vor, Sie sind im Restaurant und halten die Speisekarte in der Hand. Schon beim Lesen der Karte glauben Sie zu wissen, wie die aufgeführten Gerichte schmecken werden, und das, obwohl Sie noch keinen Bissen davon probiert haben. Ihre Vorstellung von den präsentierten Speisen ist so stark, dass Sie tatsächlich glauben, sie zu schmecken. Doch wie sie wirklich schmecken, wissen Sie erst, wenn Sie etwas davon serviert bekommen und essen. Vielleicht ist, was Sie auswählen, an diesem Tag versalzen oder ganz besonders schmackhaft, weil der Koch einen guten Tag hat. Ein Blick in die Speisekarte reicht dafür nicht aus.

Natürlich wissen wir aus unseren Erinnerungen und Erfahrungen, wie eine Kartoffel schmeckt bzw. zu schmecken hat. Wir denken dabei an das Gefühl (= denken zu fühlen), das wir einst hatten, als wir Kartoffeln aßen. Aber wie die schmecken, die wir heute im Restaurant bekommen, das wissen wir erst, wenn wir einen Bissen davon probieren und den Geschmack erleben.

Im Alltag ist der Großteil unserer Aufmerksamkeit gebunden, weil unsere visuellen Sinne der permanenten Reizüberflutung, die in unserem Medienzeitalter durch Fernsehen, Internet, Handy, Laptop etc. herrscht, ausgesetzt sind. Da bleibt für die anderen Sinne nicht mehr viel Raum übrig. Das Ergebnis: Es fehlt die Energie und die Aufmerksamkeit, uns auch noch ums Fühlen zu kümmern. Die meisten Menschen antworten auf die Frage „Wie fühlst du dich?“ erst mal „Gut“. Wenn ich dann weiterfrage, was das heißen würde, kommt meistens nichts mehr oder sogar

Unverständnis, weil mein Gegenüber nicht weiß, was ich von ihm will. Dann kann ich förmlich die Gedanken kreisen sehen, doch leider in die falsche Richtung. Der Gefragte findet keinen richtigen Zugang zu seinem Gespür und zu seinen Gefühlen. Dabei wäre das so einfach. Wir müssten uns nur wieder auf unseren Bauch konzentrieren, denn echtes Fühlen findet seinen Ursprung in unseren Bauch.

Die meisten Menschen haben allerdings ihren Kontakt zu den Bauchgefühlen vernachlässigt, weil sie ihr ganzes Vertrauen ins Denken setzen. Aber warum fällt es uns dennoch schwer, richtungweisende Entscheidungen zu treffen, selbst wenn die Fakten klar auf der Hand liegen? Warum können wir uns trotzdem oft nicht entscheiden?

Es fehlt das Bauchgefühl. Selbst wenn unser Bauch gegen das rebelliert, was der Kopf vorhat, schaffen es viele Menschen nicht mehr, dies wahrzunehmen, geschweige denn zu deuten und umzusetzen. Sie kommen gar nicht auf die Idee, dass auch das Bauchgefühl hilfreiche Hinweise für anstehende Entscheidungen liefert.

Wieder fühlen lernen: Die Energie folgt der Aufmerksamkeit

Es gibt eine einfache Übung, um wieder Kontakt zu sich selbst aufzubauen. Legen Sie einfach einmal eine Hand auf Ihren Bauch oder Ihr Herz – schon machen Sie den ersten Schritt zum Fühlen. Nehmen Sie nun wahr, was passiert. Da ist Ihre Hand, die vermutlich auf Stoff liegt. Nehmen Sie wahr, wie sich der Stoff anfühlt. Gehen Sie mit Ihrer ganzen Aufmerksamkeit tief in Ihre Hand. Seien Sie Ihre Hand. Wie fühlt sie sich von innen an? Wie fühlt sie sich von außen an? Spüren Sie, welches Gefühl für

Ihre Hand entsteht. Lassen Sie sich Zeit. Sie werden noch mehr bemerken, beispielsweise die Wärme, den Pulsschlag, vielleicht sogar Ihre Haut unter dem Stoff. Sie können noch tiefer gehen und Ihr Herz spüren. Wenn Sie das alles wahrnehmen, dann sind Sie gerade bei sich angekommen. Genießen Sie dieses Gefühl und lassen Sie sich wirklich Zeit! Es ist eigentlich ganz einfach: Das einzige, was Sie gerade gemacht haben, ist, die Hand auf Ihr Herz zu legen und aufmerksam zu spüren, was da alles geschieht. Was sonst um Sie herum passiert, zählt augenblicklich nicht. Wenn Sie diese Übung mehrmals täglich machen, kommen Sie immer schneller und leichter mit sich in Kontakt. Nach einer Weile stellen sich noch tiefere Empfindungen ein, wie Dankbarkeit und Liebe.

Wissen Sie, was Sie in der Übung gerade gemacht haben? Sie sind zum Fühlen zurückgekehrt, und das mit Hilfe von Aufmerksamkeit. Ihre Aufmerksamkeit führte Sie gerade in Ihre Hand. Machen wir eine kleine Exkursion: Wir Menschen tragen zwei große Kräfte in uns. Die erste ist die Sexualität, denn sie kann Leben schaffen. Die zweite große Kraft ist unsere Absicht, weil wir mit ihr manifestieren können. Oder einfacher gesagt: Jeder Tat geht ein Gedanke – eine Absicht – voraus. Das funktioniert, weil unsere Energie diesen Absichten folgt und sie dadurch lenkt.

Doch wieder zurück zu Ihrer Hand. Was Sie vielleicht noch nicht wahrgenommen haben: Gleichzeitig mit der Aufmerksamkeit floss tatsächlich auch Ihre Energie dorthin. Aufmerksamkeit lenkt Energie! Gleichgültig, worauf jemand seine Absicht richtet, dahin fließt die völlig neutrale Energie.

Und wo die Energie hingeht, da kann etwas wachsen. Wenn Sie also wieder intensiver fühlen wollen, besteht der Bedarf, die Aufmerksamkeit – sprich die Energie – wieder auf diesen Bereich

zu richten. Das lässt sich natürlich auch auf alle anderen Lebensbereiche übertragen und anwenden.

Innehalten und fühlen

Natürlich braucht es dazu mindestens einen kurzen Moment Zeit. Zeit, die wir scheinbar nicht haben, da wir ständig getrieben sind, dies oder jenes noch schnell zu erledigen. Kommen Sie mit auf einen kleinen Ausflug in den Süden, ans Meer, wo die Sonne immer scheint. Ist es nicht erstaunlich, wie viel Zeit die Menschen in südlichen Ländern scheinbar haben? Das mag zum Teil an der Hitze liegen, die sie zwingt, sich Zeit zu lassen, die Dinge langsam zu machen, weil man untermals, in praller Sonne, einfach nicht „schnell“ was erledigen kann. Deshalb leben die Menschen in südlichen Ländern weit mehr mit dem Tagesrhythmus und im Einklang mit der Natur. Das ist für sie lebensnotwendig.

In unseren kühleren Gefilden mag das nicht zwingend sein, doch worum es mir geht, ist, sich Zeit zu nehmen im Alltag. Wenn Sie im Schweinsgalopp durchs Leben rennen, können Sie nicht wahrnehmen, was um Sie herum passiert. Oder anders gesagt: Wenn Sie auf der Autobahn fahren, bekommen sie von der schönen Landschaft nicht viel mit. Da müssen Sie schon die Landstraßen nehmen.

Um wieder in Ihren Lebens- und Tagesrhythmus zu kommen, braucht es Zeit, um innehalten und fühlen zu können. Nehmen Sie sich deshalb jetzt einen Moment Zeit und fühlen Sie, wie entspannt allein das Gefühl wäre, mehr Zeit zu haben. Nicht getrieben zu sein, sondern Ihre Arbeit und alles, was Sie zu erledigen haben, in Ruhe tun zu können, ohne sich dabei in Hektik und Stress zu verlieren. Und es geht noch weiter: Zeit für sich und für die eigenen Interessen zu finden. Erinnern Sie sich, was

Ihnen Freude macht, was Sie vielleicht schon lange nicht mehr gemacht haben? Schließen Sie einfach die Augen, lassen Sie sich einen Moment Zeit und fühlen Sie, was allein diese Vorstellung in Ihnen auslöst. Wenn es Ihnen hilft, nehmen Sie das Bild von Sonne und Meer zu Hilfe.

Beginnen Sie am besten gleich jetzt damit und seien Sie geduldig mit sich, wenn es am Anfang nicht gleich funktioniert. Vielleicht ist es überhaupt das erste Mal, dass Sie sich Zeit nehmen, für sich selbst da zu sein und zu fühlen. Genießen Sie und zelebrieren Sie diese Momente, Sie schulen damit gleichzeitig Ihre Wahrnehmung.

Erinnern Sie sich noch, als Sie Ihre erste große Liebe trafen? In Sekundenbruchteilen haben wir ein (Bauch-)Gefühl, wenn wir einem anderen Menschen das erste Mal begegnen. Wir „wissen“ sofort, ob uns diese Frau/dieser Mann wohlgesonnen ist. Vielleicht sind wir einen kurzen Moment sogar wie elektrisiert, weil wir den Impuls so intensiv wahrnehmen – seine Signale jedoch gleich wieder ignorieren.

Warum? Nun, diese intuitive Klarheit bleibt häufig in unseren Filtern hängen. Diese Filter bestehen aus einem Netz aus persönlichen Erinnerungen, Bewertungen, Erfahrungen, Ängsten, Unsicherheiten, Überzeugungen, Glaubenssätzen und Verhaltensmustern, die uns gefangen halten. Wir werden misstrauisch und hegen Befürchtungen, welcher Art auch immer. Wir beginnen nach Details zu suchen, die unsere Filter bestätigen, anstatt diesem Menschen mit offenem Herzen zu begegnen und uns auf die Begegnung einzulassen – dem eigenen Gefühl folgend, der inneren Stimme vertrauend.

Der Intuition vertrauen

Der Physiker und Nobelpreisträger Albert Einstein soll einmal gesagt haben: „Die Intuition ist ein göttliches Geschenk, der denkende Verstand ein treuer Diener. Es ist paradox, dass wir den Diener verehren und die göttliche Gabe entweihen.“

Stellen Sie sich vor, wie Sie ein kleiner, feiner Impuls berührt; wie eine innere Stimme in Ihnen summt; wie sich Ihre Nackenhaare sträuben – weil Sie ganz einfach etwas wissen. Sie kennen die Antwort, da macht Ihnen keiner etwas vor. Sie haben absolute Gewissheit, ohne jeden Zweifel. Das ist Intuition. Den Zugang dazu haben Sie bereits während der ersten Fühl-Übung gefunden. Es geht genau so: Fühlen öffnet den Zugang zur Intuition. Je mehr Sie Ihren Gefühlen vertrauen lernen, um so leichter werden Sie Ihrer Intuition folgen können.

Der Duden beschreibt Intuition als „unmittelbare Anschauung“ und leitet das Wort aus den lateinischen „intuitio“ bzw. „intueri“ (ansehen, betrachten) ab; „das unmittelbare, nicht diskursive, nicht auf Reflexion beruhende Erkennen bzw. Erfassen eines Sachverhalts oder eines komplizierten Vorgangs“.

Diese Definition trifft meines Erachtens den Begriff schon ganz gut, erfasst aber nicht den Kern, nämlich die Verbindung zum morphischen Feld. Im morphischen Feld finden Sie das allumfassende Wissen und die Verbundenheit aller Lebewesen und Dinge, und wie maßgeblich es sich auf alles auswirkt.

Sie wollen wieder mit sich in Kontakt kommen und fühlen? Sie wollen Ihre wahren Bedürfnisse und damit sich selbst besser kennen? Eine der effizientesten Methoden, um genau da wieder hinzukommen, also sich wieder zu spüren, zu vertrauen und den eigenen Selbstwert zu erleben, ist MFL (Morphisches Feld Lesen). MFL bedeutet nicht, völlig rührselig und hochemotional

zu werden, sondern wieder Kontakt zu unserem Körper und damit auch zu unseren Gefühlen aufzunehmen. Der Schlüssel dazu heißt, Vertrauen aufbauen. Vertrauen, dass das, was Sie wahrnehmen, tatsächlich stimmt – und zwar für Sie selbst. Das muss nicht für alle anderen gelten. Es geht nur um Sie. Dazu bedarf es nicht viel, sondern nur aufmerksam geschehen zu lassen und wieder wahrzunehmen, was bestimmte Lebenssituationen mit uns machen. Es ist so einfach, wie es klingt. Nehmen Sie wahr, was um Sie herum geschieht.

DAS MORPHISCHE FELD – DIE QUELLE DER INTUITION

Starten wir an der Quelle der Intuition. Wenn wir das Wort Intuition von seinem Ursprung her betrachten, so kommen wir zurück auf unsere bereits bekannten Größen: Empfinden, Gefühl, Gespür, Inneres, innere Stimme, Instinkt oder Bauch. Wir kommen aber auch zu den diesem Begriff sehr nahestehenden Umschreibungen wie Ahnung, Anwandlung, Erleuchtung, Idee, (plötzliche) Erkenntnis, Eingebung und – Impuls. Mit Blick auf MFL treffen wir an dieser Stelle eine kleine, feine Unterscheidung: Die Methode MFL schließt äußere Impulse kategorisch aus. Damit meine ich den Antrieb oder Anstoß von außen, wie beispielsweise alles, was ein Mensch in seinem Leben bisher erlernt oder erfahren hat. MFL konzentriert sich ausschließlich auf die als innere Impulse wahrgenommenen Informationen aus dem Feld, und die sind rein und klar.

Das erste, was beim Fühlen – in welcher Form auch immer – kommt, ist die Antwort, respektive Ihre Wahrheit. Was danach auf diesen feinen Impuls folgt, entspringt bereits unserem Kopfkino. Das ist die wichtigste Regel, wenn es um Ihr Bauchgefühl bzw. Ihre Intuition geht. Beschönigen Sie beim Fühlen also nichts, lassen Sie nichts weg, fügen Sie nichts hinzu: Die eigene Wahrheit ist einmalig und sehr persönlich. Wenn sich zwei Menschen eine Blume anschauen, wird jeder ihre Farbe anders beschreiben. Und dazu muss einer der beiden noch nicht einmal farbenblind sein. Wenn Sie Informationen aus dem morphischen Feld erhalten, sind diese neutral und absolut frei von Ihren Vorstellungen oder

Meinungen. Auch Ihnen steht es völlig frei, damit zu machen, was Sie wollen.

Die Natur hat ein Gedächtnis

Der Begriff „morphische Felder“ hat seinen Ursprung in der Biologie, basierend vor allem auf den Erkenntnissen des britischen Wissenschaftlers Rupert Sheldrake. Morphische Felder werden auch als Urwissen des Universums bezeichnet. Es handelt sich um alle in unserer Umwelt gespeicherten Informationen. Was auch immer ein Lebewesen macht oder denkt, wird in den morphischen Feldern hinterlegt. Sie steuern unsere Intuition und sind für jeden einzelnen leicht zugänglich. Alles steht durch die morphischen Felder miteinander in Verbindung. Die Wirkung dieser Felder erstreckt sich über Zeit und Raum hinweg. Deshalb können wir auch alte Informationen abrufen, die beispielsweise unsere Vorfahren betreffen. Dies macht sich die systemisch-therapeutische Arbeit und das Familienstellen zunutze. Das sogenannte alte Wissen zu Medizin, Gesundheit, Lebenssinn, Tod, Wiedergeburt und Naturgesetzen ist nicht verloren. Es existiert nach wie vor, abgespeichert in den morphischen Feldern. Wir verfügen auch noch über einen Zugang zu diesem Wissen, jedoch nicht über unseren Intellekt, sondern auf die Art und Weise, wie es uns die Natur vormacht – über unsere Intuition. So lässt sich erklären, warum der Einblick in frühere Inkarnationen möglich ist, woher manche Menschen wissen, welches Kraut gegen welches Leiden hilft, weshalb bestimmte Symbole oder Legenden in allen Kulturen der Erde auftreten oder dass Mütter aus sich heraus am besten wissen, was ihre Kinder brauchen.

Auf der Suche nach den wissenschaftlichen Erklärungen für dieses Phänomen stieß ich auf einen deutschen Wissenschaftler.

Die Anfänge zum „Feld-Gedanken“ stammen nämlich von dem deutschen Biologen und Naturphilosophen Hans Driesch (1867–1941). Er widerlegte die damals gängigen Annahmen über die Struktur und die zeitliche Entwicklung des Embryos. Damit war bewiesen, dass nicht nur der DNA-Code den Bauplan einer Zelle bestimmt, sondern aus dem morphogenetischen Feld (einem Teil des morphischen Feldes, zuständig für die evolutionäre Entwicklung) abgerufen wird.

Der bekannteste Vertreter der Feldtheorie ist, wie schon erwähnt, Rupert Sheldrake. Er sorgte mit der inzwischen weltweit diskutierten Theorie der morphischen Felder für Aufsehen, weil er die gängigen Muster der Naturwissenschaften in Frage stellte, und obendrein der Parapsychologie neue Denkanstöße gab. Im Mittelpunkt seiner Überlegungen steht die Frage, wie Tiere und Pflanzen eigentlich ihre Form respektive ihre Gestalt annehmen („Morphogenese“). Die vorherrschende mechanistische Sicht auf das Leben reduziert den Entstehungsprozess der Gestalt von Organismen auf die Ebene der Moleküle und insbesondere die DNS. Dem widerspricht Sheldrake, indem er sagt, dass die Form grundsätzlich nicht durch die Substanz erklärt werden kann. Er behauptet, morphische Felder sind physikalisch real, obwohl sie sich weder stofflich, noch energetisch oder lokal wahrnehmen lassen. Dazu ein wesentlicher Ausschnitt aus einem seiner Bücher: „Erstens: Morphogenetische Felder sind eine neue Art von Feld, die bislang von der Physik nicht anerkannt wird. Zweitens: Sie nehmen Gestalt an, entwickeln sich wie Organismen. Sie haben eine Geschichte und enthalten ein immanentes Gedächtnis aufgrund des Prozesses, den ich morphische Resonanz nenne. Drittens: Sie sind Teil einer größeren Familie von Feldern, den sogenannten morphischen Feldern (...).“

Für den Kontext dieses Buches ist es wichtig zu wissen, dass jeder Gedanke, jedes gesprochene Wort im morphischen Feld gespeichert wird und diese Informationen frei zugänglich sind. Wie Sie sich diese „Datenbank“ vorstellen möchten, das bleibt Ihnen überlassen – ob als ätherisches Feld, das jeden und alles umgibt, oder als weltumspannendes virtuelles Netz, in dem jeder mit jedem verbunden ist. Jeder Mensch ist Teil dieses großen universellen Feldes und hat darin sein eigenes morphisches Feld (vergleichbar mit einem Datensatz). Da die im Feld fließenden Informationen nicht greifbar oder wissenschaftlich nachvollziehbar sind, fällt es schwer, einen konkreten Terminus zu finden. Das verhält sich wie mit dem elektrischen Strom: Man sieht ihn nicht, und trotzdem gibt es ihn. Allerdings ist Strom messbar – zur Messbarkeit des morphischen Feldes kommen wir noch.

Die Einflüsse dieser überdimensionalen Datenbank und der morphischen Resonanz sind überall um Sie herum deutlich spürbar. Je mehr Sie in Resonanz mit dem Feld gehen, desto stärker werden Sie das zu spüren bekommen. Davon kann ich selbst ein Lied singen: Im Frühjahr 2006 habe ich die Methodik MFL modifiziert und erweitert. Die Erdung, so wie sie heute Teil der Methode ist, nahm damals ihren Anfang. Es brauchte noch viel Zeit, den Teilnehmern das Lesen im morphischen Feld beizubringen. Meist benötigten wir den kompletten ersten Seminartag, um allen Teilnehmern einen ersten Zugang zum Feld zu ermöglichen. Heute schaffen wir das in einer Stunde. Ich bin sicher, dass sich auch für die Methode MFL ein eigenes morphisches Feld aufgebaut hat, das allen neuen Teilnehmern meiner Workshops einen problemlosen Einstieg beschert.

Das morphische Feld kennt eine lange Tradition

Sollten Sie den Eindruck gewonnen haben, dass MFL etwas Neues ist, muss ich das korrigieren. Die Methode ist, so wie ich sie anwende, zwar neu und von mir entwickelt. Es gibt allerdings viele verschiedene Bereiche, in denen Menschen schon seit jeher auf die Informationen des morphischen Feldes zurückgreifen. Pendeln, Tarot, Familienstellen und die systemische Therapiearbeit zählen dazu, um nur einige zu nennen.

Eine der ältesten Traditionen, die auf die Kraft des morphischen Feldes vertraut, ist der Schamanismus. Wenn ein Schamane für einen Schützling eine Zeremonie abhält, begibt er sich unter anderem auf eine Art Traumreise. Er versetzt sich durch Tanz, Gesang, Drogen oder Trommeln in eine Art Trance bzw. tiefe Konzentration. Während seiner „Reise“ erhält er alle notwendigen Informationen, die aus dem morphischen Feld kommen.

Auch Rudolf Steiner beschreibt in seinen Arbeiten über die Akasha-Chronik und den Ätherleib des Menschen die Möglichkeiten des morphischen Feldes. Ebenso wie Carl Gustav Jung, der, wenn er vom kollektiven Unbewussten spricht, das morphische Feld meint. Ein weiterer großer Forscher zum morphischen Feld ist Burkhard Heim (1925-2001). Der Quantenphysiker widmete sein Leben der physikalischen Strukturtheorie der Weltbeschreibung und dem 12-Dimensionen-Modell. Dieses Modell beschreibt neben den bisher bekannten Dimensionen (linear, flächig, räumlich, zeitlich) auch den formlosen Raum in bis zu zwölf Dimensionen (Hyperraum). Von Heim stammt der Ausspruch: „Da hat sich die Naturwissenschaft lange bemüht, den Glauben an übernatürliche Mächte und Wirkungen aus ihrem Weltbild rauszuschmeißen. Und nun kommt das alles durch die modernsten Theorien wieder rein. Das ist doch ein schlechter Witz!“