



## Unser täglich Adrenalin und der große schwarze Hund

Ich möchte Sie einladen, zum Thema Wahrnehmung mit auf eine kleine Reise zu gehen. Nehmen wir folgende Situation an:

### **Es kommt ein großer schwarzer, aggressiv aussehender Hund auf mich zugelaufen!**

Wenn 100 Menschen genau den gleichen Hund sehen, werden wir völlig verschiedene Reaktionsmuster genau im Moment des „Er-kennens“ erleben können: Von Panik, vielleicht sogar plötzlichen Herztod, leichtem Erschrecken, bloßem Registrieren „ah ha, ein Hund“, vielleicht zu totaler Freude über den Hund. „Er-kennen“ wir den Hund oder „er-kennen“ wir eigentlich unser Steuerungsmuster? Erleiden wir den Herztod wegen dem Hund, oder wegen unserer Steuerungsmuster? Worauf bezieht sich meine „Wahr-nehmung“?

Aber nehmen wir einfach die Variante „ich empfinde Angst!“ einmal heraus: In diesem Fall, werden alle bisherigen elektrischen und biochemischen Regulationsmechanismen meines Körpers automatisch – ohne Nachdenken! – dank einer sofortigen Adrenalinausschüttung auf „Stand by“ gestellt. Mein inneres Regulationssystem, ausgehend vom Gehirn und den Nebennierenrinden „reagieren“. Schlagartig geht es in meinem Zellsystem nicht mehr darum z.B. die Ausscheidung von Giftstoffen zu fördern, sondern – ganz im Gegenteil – mein Körper produziert jetzt sogar mehr Cortisol, was gleichzeitig dafür sorgt, dass die Giftstoffe im Körper bleiben. Denn wenn die Information „Gefahr droht“ ankommt, kümmert sich mein Zellsystem, „mein Körper“ nicht mehr um all die Dinge, die vorher wichtig waren, wie z.B. Bakterien auszuschleiden oder einen Hautausschlag zu „heilen“. Es geht nur noch ums Überleben. Es ist eine tolle Fähigkeit meines Körpers so auf Gefahr zu reagieren. Die Betonung liegt „auf Gefahr“!

Und jetzt nehmen wir an, ich lebe in einer Welt, in der 95% meiner Zeit solche Hunde auf mich zulaufen. Oder zumindest mein Wahrnehmungssystem so funktioniert, dass es in allem „solche Hunde“ registriert. Denn ob es wirklich ein gefährlicher Hund ist, ob wirklich Gefahr droht, spielt für mein inneres Regulationssystem überhaupt keine Rolle. In Allem die Information „Gefahr droht“ zu erhalten, reicht völlig aus. Es fühlt sich ja auch erst einmal kraftvoll an, wenn die Adrenalinausschüttung kommt. Ohne Adrenalin erscheint manches erst mal nur als langweilige „Leere“. Und es haben sich schon ganze Heilslehren – nicht nur aus dem Bereich NLP - darum entwickelt, die mit dem „Tschakka“ Schlachtruf den Äther beseelen. Ganze Wirtschaftszweige sind rund um Bungee Jumping, 8fach Looping und ähnlichem entstanden, um Menschen, die sich ohne den „Adrenalin-Kick“ nicht wahrnehmen, ein „sich spüren“ zu ermöglichen.

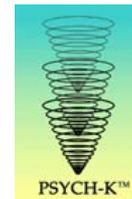
Was wir gerade Wirtschaftskrise nennen, ist nichts anderes, als zu sehen, dass aus dem Schutzmodus, dem „Adrenalin- Modus“ der Menschen heraus kein nachhaltiges Wirtschaften möglich ist. Raubbau an uns selbst mit „Tschakka“ und NLP perfektioniert bis zum Umfallen. In Lichtgeschwindigkeit höchst effektiv, in den Massen „Burnout“. Der Autohersteller „Opel“ beispielsweise hat vor Kurzem ein Modell mit „Adrenalin pur“ beworben. Scheinbar hat sich das Management von GM ständig in diesem Modus befunden, dem bekannten Ende der Prozesskette – auch Insolvenz genannt - nach zu schließen.

Doch wieder zu unserem großen schwarzen Hund und unserer Dauerreaktion „Gefahr droht“ zurück: Wir sind lösungsorientiert gewohnt, am Ende der Prozesskette, dem Symptom eben, das Problem, z.B. den Hautausschlag zu „lösen“. Geht der Ausschlag tatsächlich weg, ist der Patient glücklich „geheilt“ zu sein, der „Heiler“ glücklich „geholfen“ zu haben. „Heile Welt“ eben – alle

„Programmierungen“ haben Erfolg. Es befriedigt ja so ungemein anderen zu helfen. Und ob es Hautausschlag, Finanzthemen, Selbstwert oder schale Beziehungen sind, spielt in der Betrachtung keine Rolle. Gemeinsam ist jeweils, dass am Ende die Prozesskette, die Botschaft „*Gefahr droht*“ steht. Völlig unverändert. Entweder kommt der Hautausschlag wieder oder diesmal vielleicht Kopfweh, oder vielleicht Krebs, was hätten Sie denn gerne? Denn solange wir Symptome, egal ob im Bereich unserer Gesundheit, unserer Finanzen, unseres beruflichen Erfolgs, unseres Selbstwerts, unserer inneren Stärke etc. als Probleme behandeln, können wir wunderbar an Lösungen arbeiten und Symptome verschieben. Doch etwas als *Problem* zu benennen, ist schlicht eine Bewertung in unserem Gehirn. Erstmal ist es nur ein Phänomen; und gleichzeitig ein Bote, der uns die Möglichkeit gibt, zu erkennen, welche einschränkenden Überzeugungen mein inneres System steuern. Jede Einschränkung steht nach dem Gesetz der Polarität genau für das gleichzeitig vorhandene Potential zur Befähigung. Sobald wir beginnen den Boten zuzuhören und jede wahrgenommene Einschränkung in die entsprechenden Befähigungen zu verwandeln, dürfen wundervolle Ereignisse als „Nebenwirkung“ einfach entstehen. Aus dem Modus unserer inneren Stärke heraus.

Jedoch bricht dabei so ganz nebenbei die „heile Welt“ von „Heiler“ und „Geheiltem“ zusammen. Es gibt niemanden mehr, der heilt. „Heil Sein“ ist in dieser Welt der natürlichste Zustand. In dem Moment, in dem ich bereit und in der Lage bin, in mir und anderen das Potential für diesen Zustand zu erkennen, erscheint der Gedanke anderen „helfen“ zu wollen, als schlichtweg eng in der eigenen Wahrnehmung. Ich bin nicht in der Lage den Potentialzustand der Vollständigkeit, Größe und Stärke in mir und meinem Gegenüber zu erkennen. Doch die Prozesskette unserer Wahrnehmung beginnt bei all den großen, schwarzen Hunden, die unseren Alltag vermeintlich steuern. Einfach zu erkennen: der Schlüssel zur Freiheit liegt in jedem von uns. Wir können entscheiden, ob wir unseren Alltag als Himmel oder Hölle wahrnehmen.

Klaus Medicus, PSYCH-K Instructor, 07/09



Zum Thema Psych-K

Weiter Informationen:

**elkezaun consulting**

Wangelenweg 16 \* CH-3400 Burgdorf

☎ +41 (0)34 423 51 88 \* 📠 +41 (0)34 423 51 89

[consulting@elkezaun.com](mailto:consulting@elkezaun.com) \* [www.elkezaun.com](http://www.elkezaun.com)