

## **Inhalt**

### **Geleitwort von E. Whalen**

### **Vorwort von David R. Hawkins**

### **Einführung**

#### **Teil I: Das Instrumentarium**

- Kapitel 1: Bahnbrechende Fortschritte der Wissenschaft
- Kapitel 2: Vorgeschichte und Methodik dieser Untersuchung
- Kapitel 3: Testergebnisse und Interpretation
- Kapitel 4: Ebenen des menschlichen Bewußtseins
- Kapitel 5: Verteilung der Bewußtseinsebenen unter den Menschen
- Kapitel 6: Neue Horizonte der Forschung
- Kapitel 7: Anwendungsmöglichkeiten im Alltag
- Kapitel 8: Die Quellen der Kraft

#### **Teil II: Das Arbeitsergebnis**

- Kapitel 9: Kraft in Einstellungen und Verhaltensmustern
- Kapitel 10: Kraft und Politik
- Kapitel 11: Kraft und Kommerz
- Kapitel 12: Kraft und Sport
- Kapitel 13: Kraft und Spiritualität
- Kapitel 14: Kraft und Kunst
- Kapitel 15: Kraft und Genialität
- Kapitel 16: Wie man Erfolg überlebt
- Kapitel 17: Kraft und Gesundheit
- Kapitel 18: Wie Krankheit entsteht und geheilt werden kann

#### **Teil III: Die Bedeutung**

- Kapitel 19: Das absolute Bewußtsein als Datenbank
- Kapitel 20: Die Entwicklung des individuellen Bewußtseins
- Kapitel 21: Die Erforschung des Wesens des Bewusstseins
- Kapitel 22: Das Ringen um spirituelle Entwicklung
- Kapitel 23: Religionen, Sekten und die Suche nach der Wahrheit
- Kapitel 24: Die (Er-)Lösung

**Anhang**

Die gemessenen Wahrheitsgrade der Kapitel dieses Buches  
Beschreibung des kinesiologischen Testverfahrens  
Begriffserläuterungen  
Stimmen zu diesem Buch  
Bezugsquellennachweis  
Anmerkungen  
Literaturverzeichnis  
Über den Autor: Autobiographische Skizze  
Stichwortverzeichnis

## Vorwort

Das Einfache zu erklären kann in der Tat schwierig sein. Ein großer Teil dieses Buches ist dem Bemühen gewidmet, das Einfache offensichtlich werden zu lassen. Wenn wir auch nur ein einziges, einfaches Ding in seiner ganzen Tiefe verstanden haben, so haben wir unsere Verständnisfähigkeit für die Natur des Universums und des Lebens selbst stark erweitert.

Die Kinesiologie ist heute [in den USA] eine gut etablierte Wissenschaft, begründet auf dem Testen einer Alles-oder-nichts-Muskelreaktion auf Reize: Ein positiver Reiz ruft eine starke Muskelreaktion hervor; ein negativer Reiz führt zu einer demonstrierbaren Schwächung des getesteten Muskels. In den letzten 25 Jahren fand der klinische Muskeltest als Diagnosetechnik in weiten Kreisen Bestätigung. Die ursprüngliche Forschung Goodhearts zu diesem Thema wurde von Dr. John Diamond, dessen Bücher das Thema in der Öffentlichkeit bekannt machten, auf weitere Anwendungsfelder ausgedehnt. Diamond erkannte, daß die positive oder negative Reaktion sowohl auf körperliche als auch auf mentale Reize erfolgt.

Die Forschung, die in diesem Band dargestellt wird, hat die Technik John Diamonds noch um einige Schritte weiterentwickelt, und zwar durch die Entdeckung, daß diese kinesiologicalische Reaktion die Fähigkeit des menschlichen Organismus reflektiert, nicht nur zwischen positiven und negativen, sondern auch zwischen anabolischen (lebensfördernden) und katabolischen (lebensverzehrenden) Reizen zu unterscheiden und – das ist das dramatischste der Ergebnisse – zwischen wahr und falsch.

Der Test selbst ist einfach, schnell und ziemlich narrensicher. Eine *positive* Muskelreaktion ergibt sich als Reaktion auf eine Aussage, die objektiv wahr ist; eine *negative* Reaktion erfolgt, wenn der Testperson eine unwahre Aussage präsentiert wird. Dieses Phänomen tritt unabhängig von der eigenen Meinung der Testperson oder von deren Kenntnis des Themas auf. Die Reaktion ließ sich in allen Bevölkerungsgruppen nachweisen, quer durch die verschiedenen Kulturkreise und konstant über große Zeiträume. Die Testergebnisse erfüllen so die

wissenschaftliche Anforderung der Reproduzierbarkeit und der zuverlässigen Überprüfbarkeit durch jeden Forscher. Diese Technik liefert zum ersten Mal in der Geschichte der Menschheit eine objektive Grundlage zur Unterscheidung zwischen Wahrheit und Unwahrheit, die jederzeit mit zufällig ausgewählten, unbefangenen Testpersonen vollständig verifizierbar ist.

Außerdem fanden wir heraus, daß dieses überprüfbare Phänomen dazu benutzt werden kann, um die Ebenen menschlichen Bewußtseins sozusagen zu „eichen“, mit einer Gradeinteilung zu versehen; dabei ergab sich eine willkürlich festgelegte logarithmische Skala ganzer Zahlen, die die Ebenen des Bewußtseins (in allen Bereichen der menschlichen Erfahrung) je nach ihrem relativen Anteil an *Kraft* in Schichten anordnen. Umfassende Untersuchungen führten zu einer geeichten Skala des Bewußtseins, auf der die Zahlenfolge von 1 bis 1000 den Grad, den Anteil an *Kraft* für alle möglichen Ebenen des menschlichen Bewußtseins angibt.

Die Millionen von Meßwertbestimmungen, die diese Entdeckung bestätigten, zeigten des weiteren eine Schichtung von Kraftebenen in *allen* menschlichen Angelegenheiten auf und ließen eine bemerkenswerte Unterscheidung zwischen *Kraft* und *Macht* (und zwischen darauf bezogenen Qualitäten) sichtbar werden. [Zur Definition von *Kraft* und *Macht* (*Druck, Gewalt, Zwang*) in diesem Buch vgl. Kapitel 3] Das wiederum führte zu einer umfassenden Neuinterpretation menschlicher Verhaltensweisen und damit zur Identifikation der unsichtbaren Energiefelder, die das Verhalten steuern.

Es stellte sich heraus, daß die geeichte Skala mit den Unterteilungen der Hierarchie der *Philosophia perennis* übereinstimmte [vgl. Kap. 1, Anmerkung 9, und Huxley, 1945]; und sofort drängten sich Korrelationen mit emotionalen und intellektuellen Phänomenen in der Soziologie, in der klinischen Psychologie und in der traditionellen Spiritualität auf.

Die geeichte Skala wurde hier im Licht der neuesten Entdeckungen in der theoretischen Physik und in der nichtlinearen Dynamik der Chaostheorie untersucht. Wir

meinen, daß die geeichten Ebenen starke Attraktorfelder in der Sphäre des Bewußtseins repräsentieren, Attraktorfelder, die die menschliche Existenz beherrschen und deshalb deren Inhalt, Bedeutung und Wert definieren und als ordnende Energien für weitverbreitete Muster menschlichen Verhaltens dienen.

Die Gliederung der Attraktorfelder gemäß korrespondierenden Bewußtseinsebenen liefert ein neues Paradigma, das die menschliche Erfahrung aller Zeiten in einen neuen Zusammenhang stellt. Praktisch verspricht unsere Methode dadurch, daß sie Zugang zu Daten verschafft, zu denen es bis jetzt noch nie eine Zugangsmöglichkeit gegeben hat, sowohl großen Wert für die Geschichtsforschung als auch enormen möglichen Nutzen für die Zukunft der Menschheit.

In dem Bemühen, den Wert dieser Technik als Forschungsmethode hervorzuheben, wurden Beispiele für ihre mögliche Anwendung auf ein breites Spektrum menschlicher Aktivitäten geliefert: spekulativ für die Kunst, die Geschichte, den Handel, die Politik, die Medizin, die Soziologie und die Naturwissenschaften; pragmatisch für das Marketing, die Werbung, die Forschung und die Entwicklung; und empirisch für die Psychologie, die Philosophie und religiöse Fragen.

Spezielle Anwendungen wurden vorgeschlagen für so unterschiedliche Gebiete wie Kriminologie, Intelligenz, Suchtverhalten und persönliches Wachstum.

Auf weitere Anwendungsmöglichkeiten und Weiterentwicklungen der hier detailliert dargelegten Forschungsmethode konnte nur hingewiesen werden. Obwohl die hier beschriebenen Ergebnisse aus zwanzigjährigen Untersuchungen und Millionen von Meßwertbestimmungen hervorgingen, die durch Gruppen von Testern an Tausenden von Testpersonen durchgeführt wurden, repräsentiert dieses Buch nur den Anfang der Erforschung des Potentials dieser Methode, die unser Wissen in bezug auf alle Künste und Wissenschaften bereichern kann. Am wichtigsten ist vielleicht, daß sie verspricht, dem spirituellen Wachstum und dem Reifungsprozeß zu dienen, die uns auf die höchsten Ebenen des Bewußtseins, ja sogar zur Erleuchtung führen können.

Das hier beschriebene kinesiologische Testverfahren läßt unbegrenzte Information zu jedem vergangenen oder gegenwärtigen Thema allgemein verfügbar werden. Aber die Erkenntnis, daß über alles und über jeden alles, jederzeit und überall, in Erfahrung gebracht werden kann, erzeugt zunächst vielleicht einen Paradigmenschock. Diese Reaktion entsteht im allgemeinen aus der Erkenntnis, daß das Bewußtsein universell und weder an einen Ort noch an eine Person gebunden ist; und im besonderen durch die Erkenntnis, daß die eigenen Gedanken und Motivationen beobachtet werden können und jederzeit einsehbar sind. Die Einsicht, daß jeder unserer Gedanken und alle unsere Handlungen auf ewige Zeiten eine unauslöschbare Spur im Universum hinterlassen, kann beunruhigen.

Wie bei der Entdeckung der Radiowellen oder Röntgenstrahlen läßt eine plötzliche Erweiterung unseres Verständnisses für das Wirken des Universums eine Neuorientierung unserer Weltanschauung nicht nur zu, sondern fordert diese sogar. Die Folgerungen aus neuen Erkenntnissen erfordern ein Umarbeiten alter Ideen, damit ein erweiterter Verständnisrahmen entsteht. Wenn dies auch einigen intellektuellen Streß verursacht, kann eine solche wissenschaftliche Neueinordnung des menschlichen Verhaltens die Grundstrukturen aufzeigen, die persönlichen und gesellschaftlichen Problemen zugrunde liegen, und dadurch auch deren Lösungen sichtbar werden lassen.

Weil dieses Thema in der Tat außergewöhnlich einfach ist, läßt es sich einer Welt, die sich gerne von Komplexität faszinieren läßt, schwer präsentieren. Obwohl bei Vereinfachungen immer Vorsicht geboten ist, kann man sagen, daß es in der Welt zwei Klassen von Menschen gibt: die Gläubigen und die Ungläubigen. Für die Ungläubigen ist alles unwahr, solange es nicht bewiesen ist; für die Gläubigen ist alles, was in gutem Glauben gesagt wird, wahrscheinlich wahr, es sei denn, es erwiese sich als falsch. Der pessimistische Standpunkt des zynischen Skeptizismus entstammt der Angst. Die optimistischere Haltung des Annehmens von Informationen entsteht aus Selbstvertrauen. Beide Stile funktionieren, und jeder hat seine Vor- und

Nachteile. Deshalb fand ich mich mit dem Problem konfrontiert, meine Daten auf eine Art zu präsentieren, die beide Vorgehensweisen zufriedenstellt.

Dieses Buch ist deshalb so geschrieben, daß es sowohl den sogenannten „linkshirn-“ als auch den „rechtshirnorientierten“ Lesern das Verständnis erleichtert. In Wirklichkeit erkennen wir Dinge durch ein ganzheitliches Wiedererkennen von Mustern. Am einfachsten begreifen wir ein ganz neues Konzept, wenn wir damit *vertraut* werden. Diese Art des Verstehens wird durch einen literarischen Stil gefördert, der durch das Prinzip der Nähe charakterisiert ist. Statt nur spärlich Adjektive oder Beispiele zu verwenden, um Gedanken auszudrücken, werden sie üppig ausgemalt und durch Wiederholung weiter vervollständigt. Schließlich ist eine Vorstellung ausgearbeitet, und der Geist kann ruhen. Ein solches Verfahren ist auch deshalb angebracht, weil der Kopf, der das Kapitel 3 liest, nicht derselbe ist, der das Kapitel las.

Aus diesem Grund ist der Gedanke, daß man bei Kapitel 1 anfangen und dann kontinuierlich bis zum Ende weiterlesen müsse, nur eine fixe Idee der linken Gehirnhälfte. Das ist der Fußweg der Newtonschen Physik, der auf einer beschränkten und beschränkenden Weltanschauung beruht, in der alle Ereignisse angeblich in der Reihenfolge  $A \rightarrow B \rightarrow C$  stattfinden. Diese Form der Kurzsichtigkeit entstammt einem veralteten Paradigma der Wirklichkeit. Unsere erweiterte und viel umfassendere Anschauung beruft sich nicht nur auf den Kern der höheren Physik, der Mathematik und der nichtlinearen Theorie, sondern auch auf Intuitionen, die von jedermann im Bereich seiner persönlichen Erfahrung nachgeprüft werden können.

Die Schwierigkeit bei der Darstellung dieses Stoffes besteht allgemein in dem Paradox, das auftaucht, wenn nichtlineare Konzepte mit einer linearen Ein-Satz-nach-dem-anderen-Struktur verstanden werden sollen. Die Bereiche der Wissenschaft, aus denen diese Daten hervorgingen, sind an sich schon komplex und schwierig genug: die höhere theoretische Physik und die dazugehörige Mathematik, die nichtlineare Dynamik, die Chaostheorie und deren Mathematik, die fortgeschrittene Verhaltenskinesiologie,

Neurobiologie, Turbulenztheorie sowie philosophische Betrachtungen aus Erkenntnistheorie und Ontologie. Darüber hinaus war es notwendig, die Natur des menschlichen Bewußtseins selbst anzusprechen, ein unerforschtes Gebiet, an dessen Peripherie alle Wissenschaften bisher den Rückzug antraten. Solche Themen aus einem rein intellektuellen Blickwinkel schlüssig zu verstehen, wäre ein schwindelerregendes Unterfangen, das ein lebenslanges Studium erfordern würde. Statt eine so gewaltige Aufgabe anzugehen, habe ich versucht, die Essenz jedes dieser Wissensgebiete herauszufiltern und nur mit diesem Wesentlichen zu arbeiten.

Sogar ein rudimentärer Versuch, die Funktionsweise der diesem Buch zugrunde liegende Testmethode zu erklären, die anfänglich die bekannten Gesetze des Universums zu transzendieren scheint, führt unweigerlich auf intellektuelle Ebenen wie die höhere theoretische Physik, die nichtlineare Dynamik und die Chaostheorie. Ich habe versucht, diese Themen mit möglichst wenig Fachausdrücken darzustellen. Seien Sie unbesorgt: Sie brauchen keine höhere Gelehrsamkeit oder besondere intellektuelle Fähigkeit, um diesen „Stoff“ zu verdauen. Das ist nicht notwendig; wir werden dieselben Begriffe und Gedanken immer wieder umkreisen, bis sie gut verständlich sind. Jedesmal wenn wir ein Beispiel wieder kommentieren, vertieft sich das Verständnis. Diese Art des Lernens ist wie das Überschaun eines neuen Gebietes vom Flugzeug aus: Beim ersten Überfliegen sieht alles ganz fremd aus; bei der zweiten Runde erkennen wir einige Bezugspunkte; beim dritten Mal beginnt sich ein Verständnis abzuzeichnen, und schließlich werden wir einfach deshalb, weil wir uns ihm stellen, ihm immer wieder begegnen, *vertraut* damit. Der angeborene Mechanismus, mit dem der Verstand Muster erkennt, kümmert sich um den Rest?

Um meine Befürchtung zu besänftigen, daß die Leser trotz meiner besten Bemühungen die wesentliche Botschaft dieser Untersuchung vielleicht nicht mitbekommen, sage ich es im voraus ganz deutlich: Der individuelle menschliche Geist ist wie ein Computer, der mit einer riesigen Datenbank verbunden ist. Die Datenbank ist nichts anderes als das menschliche Bewußtsein als solches, von dem unser per-



sönliches Bewußtsein nur ein individueller Ausdruck ist, der aber seine Wurzeln im gemeinsamen Bewußtsein der ganzen Menschheit hat. Diese Datenbank ist die Sphäre der Genialität; weil Menschsein bedeutet, an der Datenbank teilzuhaben, hat jeder durch seine Geburt Zugang zur Genialität. Jetzt hat sich herausgestellt, daß die unbeschränkte Menge an Information, die in der Datenbank enthalten ist, für alle in Sekundenschnelle jederzeit und überall zugänglich ist. Das ist in der Tat eine erstaunliche Entdeckung, die das Potential besitzt, sowohl das individuelle als auch das kollektive Leben in einem Maße zu verändern, das bisher nicht zu errahnen war.

Die Datenbank transzendiert die Zeit und den Raum und alle Einschränkungen des individuellen Bewußtseins. Das zeichnet sie als einzigartiges Instrument für zukünftige Forschungen aus und öffnet Forschungsbereiche, von denen bis jetzt noch nicht einmal geträumt wurde. Sie verspricht die Möglichkeit, eine objektive Basis für menschliche Werte, Verhaltensweisen und Glaubenssysteme zu erstellen. Die Information, die durch diese Methode gewonnen wird, eröffnet einen neuen Horizont für das Verständnis des menschlichen Verhaltens und ein neues Paradigma für die Überprüfung der objektiven Wahrheit. Weil die Technik selbst von jedermann jederzeit und überall eingesetzt werden kann, ist sie imstande, ein neues Zeitalter der menschlichen Erfahrung einzuläuten, das auf beobachtbarer und verifizierbarer Wahrheit beruht.

Wir haben ein Mittel buchstäblich „in der Hand“, genau zwischen Wahrheit und Unwahrheit, machbar und nicht machbar, gutartig und böseartig zu unterscheiden. Wir können die verborgenen, bisher übersehenen Kräfte ans Licht bringen, die das menschliche Verhalten bestimmen. Wir haben ein Mittel zu unserer Verfügung, mit dem wir die Antworten auf bisher ungelöste persönliche und gesellschaftliche Probleme finden können. Die Unwahrheit braucht unser Leben nicht länger zu beherrschen.

Es erwies sich, daß sich das Thema in Vorträgen und mit Videoaufnahmen leicht vermitteln ließ (siehe Anhang); mein Problem war jedoch, es in eine *lesbare* Form zu bringen. Die

Beweise können komplex sein. Die Demonstrationen jedoch sind äußerst einfach. Kinder verstehen sie sofort und sind mit Begeisterung dabei. Für sie gibt es hier nichts Überraschendes. Sie wußten schon immer, daß sie mit der Datenbank verbunden sind; wir Erwachsenen haben es einfach vergessen. Die angeborene Genialität des Kindes liegt dicht unter der Oberfläche; deshalb war es auch ein Kind, das erkannte, daß der Kaiser keine neuen Kleider trug. So ist Genialität.

Ich werde mein Ziel erreicht haben, wenn Sie am Ende des Buches ausrufen: „Das habe ich doch schon immer gewußt.“ Was hier gesagt wird, ist nur ein Spiegel dessen, was Sie schon wissen, ohne zu wissen, daß Sie es wissen. Mein Anliegen bestand nur darin, die einzelnen Punkte zu verbinden, damit das versteckte Bild sichtbar wird.

Dieses Buch macht ein riesiges Versprechen, vielleicht das größte Versprechen, das Ihnen jemals gemacht wurde. Es kann Ihnen ein Werkzeug liefern, mit dem Sie herausfinden können, ob Sie in die Irre geleitet werden. (Sie sollten nie mehr ein Buch lesen oder sich in eine neue Lehre einarbeiten, ohne sie vorher auszutesten – das wäre zu gefährlich und zu teuer.) Der durchschnittliche Wahrheitsgrad dieses Werks liegt bei 750 (siehe Anhang), das ist ungewöhnlich hoch für diese Zeit und diese Kultur. Ich hoffe sehr, daß damit das Versprechen schon teilweise erfüllt ist.

Als Autor hoffe ich, daß dieses Werk die Ursachen des Schmerzes, des Leidens und des Versagens aufhebt und dazu beiträgt, die Evolution des menschlichen Bewußtseins in jedem von uns auf die Stufe der Freude ansteigen zu lassen, die das Wesen der menschlichen Erfahrung ausmachen sollte.

Die Arbeit, die in diesem Buch zusammengefaßt ist, begann im Januar 1965 und wurde schließlich im Juni 1994 zu Ende gebracht. Ein großer Teil des Materials wurde ursprünglich im Laufe der Arbeit an einer Dissertation entwickelt. Die Erkenntnisse, über die in dieser Studie berichtet wird, wurden aus selbständiger, unbeeinflusster, unabhängiger Forschung gewonnen, durch das Forschungsinstrument, das hier vorgestellt wird: den kinesiologischen Muskeltest. Die Arbeit entwickelte sich aus sich selbst heraus, ohne Bezugnahme auf

äußere Informationsquellen; die Untersuchung des Zusammenhangs mit der Arbeit anderer wurde zu einem späteren Zeitpunkt eingefügt, um einen intellektuellen Bezugsrahmen zu schaffen. Ein großer Teil dieser Studie wurde inzwischen durch weltweite Forschungen bestätigt, in unabhängigen Studien, dargestellt auf der ersten großen Konferenz über Bewußtsein: „*Toward a Scientific Basis for Consciousness*“ [Auf dem Weg zu einer wissenschaftlichen Grundlegung des Bewußtseins], die im April 1994 im Zentrum für Gesundheitswissenschaften der Universität von Arizona in Tucson abgehalten wurde.