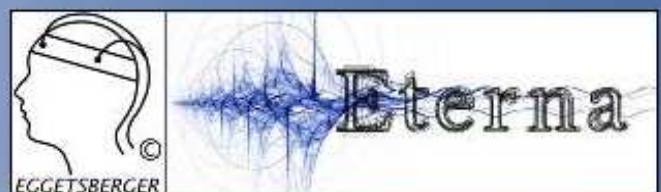


PcE - Scanner iQ™

Betriebsanleitung



Kurz und bündig

Die nächste Generation der Biofeedback Geräte ist da!

Biofeedback Training hilft bei vielen Anliegen. Das hat die Methode oft genug bewiesen und das wissen alle Anwender, die schon einmal ein qualitativ hochwertiges Training absolviert haben. Unsere Psychonetik Methode geht sogar einen Schritt weiter und sprengt die Möglichkeiten des klassischen Biofeedback. Seit Jahren hilft unser Zellaktivierungs- Training Menschen dabei gesund und vital Gewicht zu reduzieren oder sogar Muskeln aufzubauen, MindMorphing beendet Ängste und Programme, die Menschen jahrelang quälen und die Lebensqualität mindern. Es gibt viele Beispiele und manchmal sind sie so einfach wie das nachhaltige Auflösen einer Migräne. Dass man mit der Methode viel erreicht, haben Dr. Gerhard H. Eggetsberger und sein Team über mehr als 30 Jahre oft bewiesen, doch gab es stets ein grundlegendes Problem. So gut Psychonetik auch wirkt, es erforderte stets einen kompetenten Trainer. Diese einfache und logische Wahrheit mag auf den ersten Blick undramatisch wirken, genauer betrachtet stellt man jedoch fest, dass damit auch Ortsgebundenheit, Zeitgebundenheit und letzten Endes eine finanzielle Investition die Konsequenz sind.

Der PcE-Scanner iQ bricht mit dieser Tradition und bietet eine selbsterklärende und intuitiv zu bedienende Plattform für jeden Benutzer. Wie das funktioniert ist einfach erklärt. Der PcE-Scanner iQ wird einfach mit einem USB- Kabel mit dem eigenen Computer verbunden, die Software installiert und fertig. Damit unterscheidet er sich von vielen anderen, komplizierten Biofeedbackgeräten, die langwierige Konfigurationen und Einstellungen erfordern. Ist die Software, B.Analyse, einmal gestartet verbindet an das Gerät mit nur zwei Klicks und kann sofort trainieren. Genau hier wäre in der Vergangenheit der Punkt erreicht, an dem der durchschnittliche Benutzer (ohne Vorkenntnisse) von Biofeedback Geräten verzweifelt. Denn eine Biofeedback Messung allein bringt in der Regel nicht all zu viel. Das ist der Punkt an dem wieder ein kompetenter Trainer notwendig wäre.

Mit dem PcE-Scanner iQ erleben Sie einen Quantensprung des Biofeedback Trainings. Ein komplexes Informationsnetzwerk in der Software des Geräts unterstützt Sie jederzeit und an jedem Ort. Vom richtigen Bedienen angefangen, über das korrekte Anschließen von Zubehör und Kabeln bis hin zu geführten Trainings bietet das Psychonetik Helpfile alles was Sie je für Ihr Training benötigen werden.

Wenn Sie spontan die Idee haben Ihre Lernleistung zu verbessern, fragen Sie einfach Ihren virtuellen Trainer. Dieser wird Ihnen erklären was Sie beim Training zu beachten haben, welche Kabel Sie verwenden müssen und wie Sie Ihren Trainingserfolg erkennen können. Die Software des PcE-Scanners iQ ist so selbsterklärend, dass selbst Laien, die noch nie Biofeedback betrieben haben Schritt für Schritt zum Erfolg geleitet werden.

Inhaltsverzeichnis

I)	Danke, dass Sie sich für den PcE-Scanner iQ entschieden haben.....	4
II)	Schnellstart.....	4
	a. Installation von Software und Treibern.....	4
	b. Anschließen und Verbinden mit dem Computer.....	5
	c. Auswahl einer Messapplikation.....	6
	d. Das Psychonetik Helpfile des PcE-Scanners iQ (kurz).....	6
	e. Wichtige Hinweise.....	7
III)	Technische Daten.....	8
IV)	Die Messapplikationen.....	8
	a. Frontallappen.....	8
	b. Amygdala.....	9
	c. PC- Muskeltraining.....	9
	d. Vitalwertmessung.....	10
	e. Temperatur & Hautleitwert.....	10
	f. Innerer Fokus.....	11
	g. Energieverschiebung Hand.....	11
	h. Kopf- Bauchhirn.....	12
	i. Schilddrüse.....	12
V)	Das Psychonetik Helpfile des PcE-Scanners iQ.....	13
VI)	Fehlerquellen.....	13
VII)	Zubehör.....	15
VIII)	Wartung des PcE-Scanners iQ.....	21
IX)	Psychonetik.....	21
	a. Die Methode.....	22
	b. Biofeedback & IBF.....	22
	c. Gehirndominanz.....	25
	d. Nerventyp.....	27
	e. Programme.....	29
	f. PcE- Training.....	29
X)	Support & Kontakt.....	31

I) Danke, dass Sie sich für den PcE-Scanner iQ entschieden haben.

Vielen Dank dass Sie sich für den PcE-Scanner iQ entschieden haben! Das in dieser Bedienungsanleitung beschriebene Next Generation Biofeedback Gerät stellt das Resultat von 30 Jahren Praxis im Bereich Biofeedback und Psychonetik dar. Zwei Jahre lang hat das Entwicklungsteam um Dr. Gerhard H. Eggetsberger intensiv an dem offiziellen Nachfolgemodell des PcE-Scanners gearbeitet. Das Ergebnis dieser Arbeit ist ein Biofeedbackgerät, das dank seiner intuitiven Bedienung und der Vielzahl an Möglichkeiten, sowohl ein ideales Einsteigergerät darstellt als auch dem professionellen Betrieb gerecht wird. Der PcE-Scanner iQ ist ein zukunftsorientiertes Projekt, das viele Erweiterungen erlaubt und mit der Zeit geht. Die Software, B.Analyze, des PcE-Scanners iQ kann mit Hilfe von Datenträgern oder einer Internetverbindung immer auf den letzten Stand gebracht werden. Das Entwicklungsteam sieht eine Vielzahl an kostenlosen und kostenpflichtigen Erweiterungen vor, die im Laufe der weiteren Arbeit an dem Projekt veröffentlicht werden. Diese Updates und Patches können auf freiwilliger Basis bezogen und installiert werden. Der PcE-Scanner iQ erfordert keine Verbindung zum Internet und verfügt über alle grundlegenden Programme und Funktionen. Wir empfehlen Ihnen trotzdem regelmäßig einen Blick auf unsere Websites und Plattformen zu werfen. Sollten Sie den Newsletter des Instituts für Leistungsmanagement abonniert haben oder den RSS- Feed von Eggetsberger.NET werden Sie über weitere Entwicklungen und freiwillige Updates rechtzeitig in Kenntnis gesetzt. B.Analyze ist darüber hinaus darauf ausgelegt weitere Next Generation Biofeedbackgeräte nach Eggetsberger verwalten zu können. Sie sehen also, dass Sie sich für ein Gerät entschieden haben, das sich jahrelangem Support und weiteren Entwicklungen erfreut.

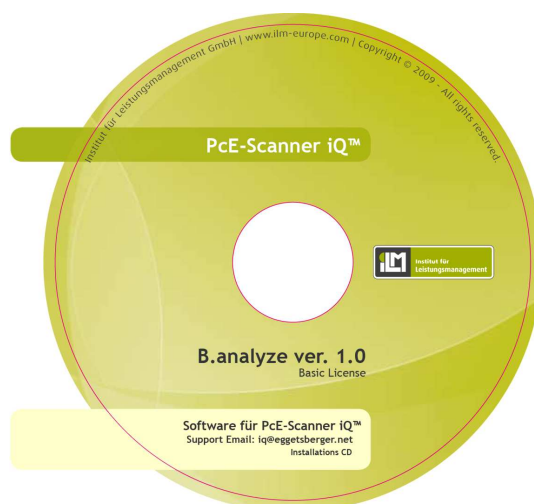
Viel Vergnügen und Erfolg beim Training wünscht Ihnen das Entwicklungsteam des PcE-Scanners iQ!

II) Schnellstart

Wenn Sie sich nicht lange mit dem Lesen der Beschreibung aufhalten wollen, aber dennoch nach einer kleinen Starthilfe suchen, sind Sie in diesem Kapitel genau richtig! In einigen wenigen Schritten beschreiben wir Ihnen wie Sie so schnell wie möglich Ihre erste Messung durchführen können.

a. Installation der Software und Treibern

B.Analyze, die Software die Sie zum betreiben des PcE-Scanners iQ benötigen liegt dem Gerät in der Verpackung als CD-ROM bei. Legen Sie die CD in das Laufwerk Ihres Computers und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm. Nach der Installation erstellt B.Analyze ein Icon auf Ihrem Desktop. Wenn Sie den PcE-Scanner iQ mit Ihrem Computer verbinden, so erkennt dieser im Normalfall selbstständig die neue Hardware. Es erscheint ein Fenster, das Sie durch die Installationsroutine des Treibers führt. Folgen Sie den Anweisungen zur Installation des USB Messmoduls. Als Quelle des Treibers geben Sie das CD-Laufwerk an. Der notwendige Treiber befindet sich auf der Original- CD. Führen Sie diese Prozedur zweimal aus. Dies ist notwendig, da der PcE-Scanner iQ über zwei unabhängige Messmodule verfügt, die beide installiert werden müssen. Doppelklicken Sie das Icon um B.Analyze zu starten.



Die Software liegt in Form einer CD bei.

b. Anschließen und Verbinden mit dem Computer

Verbinden Sie den PcE-Scanner iQ mit dem PC indem Sie das, im Lieferumfang enthaltene, USB- Kabel verwenden. Achten Sie darauf, dass das Anstecken ohne Kraftaufwand funktionieren muss. Schließen Sie nun das im Lieferumfang enthaltene Erdungskabel an. Dieses besteht aus zwei Teilen. Beide Kabel haben den gleichen dünnen länglichen Stecker, deren Enden in die entsprechenden Buchsen im PcE-Scanner iQ eingeführt werden müssen bis sie sanft einrasten. Das Kabel an dessen einem Ende sich ein Stecker befindet, der wie ein Stromstecker ohne die typischen zwei Zapfen aussieht, muss an der Hinterseite (die Seite an der sich der Stromschalter des Geräts befindet) eingesteckt werden. Das Ende, das einem klassischen Stromstecker ähnelt stecken Sie einfach in eine freie Steckdose ein. Dieser Stecker liefert keinen Strom, er verwendet lediglich die Erdung Ihrer Steckdose. Das andere Erdungskabel wird an der Vorderseite des PcE-Scanners iQ angeschlossen (die Seite an der sich die Steckerbuchse für die Messkabel und die Kontrolllampe befinden). Das freie Ende wird in die, im Lieferumfang enthaltene, Gummielektrode eingeführt. Machen Sie nun den kleinen Schwamm, der dem Scanner beiliegt, nass und drücken Sie ihn aus sodass er nicht tropft. Schieben Sie den Schwamm über die Gummielektrode. Das fertige Erdungsende wird vor der Messung mit der Klettmanschette am nackten Arm der gemessenen Person angebracht. Die Manschette sollte stabil sitzen, sodass sich die Erdungselektrode nicht bewegen kann. Sie sollte jedoch nicht so fest angebracht werden, dass sie unangenehm ist (z.B. das Blut im Arm abschnürt). Das Verwenden der Erdungselektrode filtert Störsignale aus Ihrer Messung heraus. Sobald der PcE-Scanner iQ angesteckt ist und das andere Ende des Kabels in einem USB-Slot ihres Computers endet starten Sie Banalste (PcE-Scanner iQ Software). Schalten Sie den PcE-Scanner iQ mit Hilfe des Power- Kippschalters ein (der Schalter muss auf „I“ stehen). Es öffnet sich nun der Assistent zum Installieren neuer Hardware. Wählen Sie im ersten Fenster den Punkt „Software von einer Liste oder bestimmten Quelle installieren“. Klicken Sie nun auf Weiter. Wählen Sie jetzt: „Diese Quellen nach dem zutreffendsten Treiber durchsuchen“, setzen Sie das Häkchen bei „Folgende Quellen ebenfalls durchsuchen“ und navigieren Sie zu ihrem CD-ROM Laufwerk. Wählen Sie den Unterordner „DRIVERS“. Klicken Sie anschließend auf „Weiter“. Der Treiber wird jetzt gefunden und installiert.

ACHTUNG: Je nach Betriebssystemkonfiguration kann es sein, dass dieser Treiber zweimal installiert werden muss. Das liegt daran, dass der PcE Scanner iQ zwei unabhängig voneinander arbeitende Messeinheiten beinhaltet. Ist die Software gestartet und betriebsbereit klicken Sie am oberen Ende der Applikation auf den Button „Verbinden“ und anschließend auf „ULP Messgerät“. Die Indikationslampe am linken unteren Bildschirmrand verfärbt sich danach Grün. Der PcE-Scanner iQ ist nun mit Ihrem PC verbunden. Nutzen Sie B.Analyse um mit dem Biofeedbackgerät zu arbeiten.



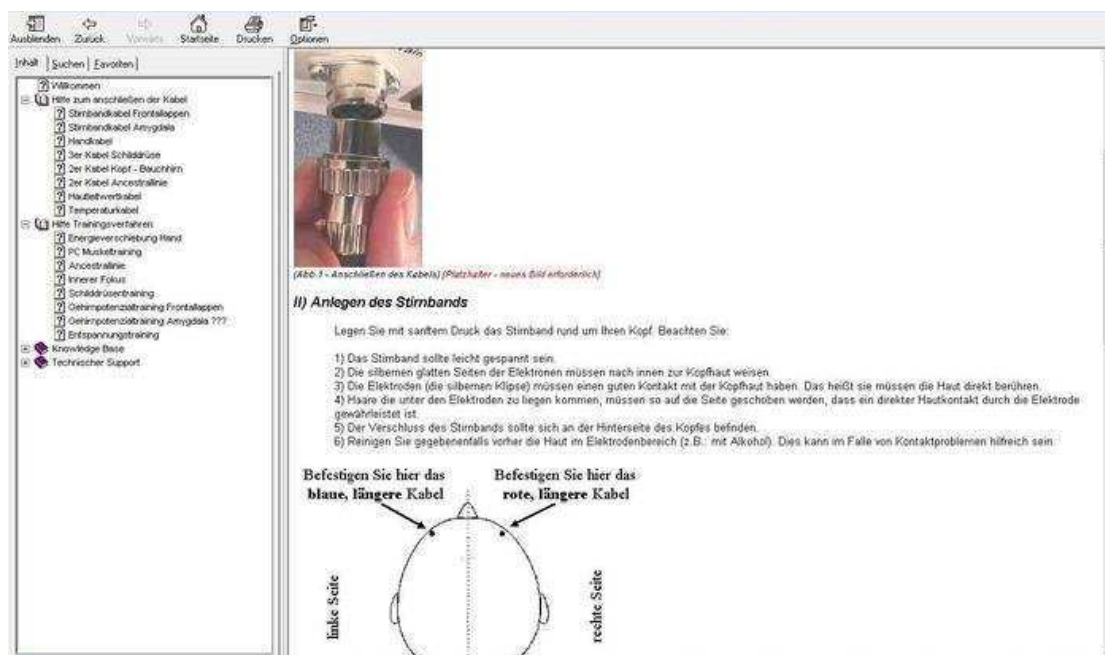
Der PcE-Scanner iQ

c. Auswahl einer Messapplikation

Der PcE-Scanner iQ verfügt über eine Vielzahl unterschiedlichster Messapplikation. Dies sind kleine integrierte Programme, die Ihnen das Training erleichtern, den Erfolg unterstützen oder bei Präsentationen zur Anschaulichkeit beitragen. Die Messapplikationen sind in 2 Menüpunkte eingeteilt. Unter dem Menüpunkt „Anwendungen und Programme“ finden Sie intuitive, automatisierte Trainingsprogramme / Biofeedbackprogramme, die neben der reinen Messung ein geführtes Training ermöglichen. Unter dem Menüpunkt Messmethoden finden Sie visuelle und grafische Messprogramme, die hauptsächlich für professionelle Anwender gedacht sind. Sie setzen die Fähigkeit die Messwerte selbst interpretieren zu können voraus.

d. Das Psychonetik Helpfile des PcE-Scanners iQ (kurz)

Der PcE-Scanner iQ ist nicht nur ein einfaches Biofeedbackgerät. Er unterscheidet sich in vielen Belangen von herkömmlichen Geräten. Eine der größten Stärken des PcE-Scanners iQ stellt sein Psychonetik Helpfile dar. Egal an welcher Stelle innerhalb der B.Analyse Software Sie sich gerade befinden, Sie haben immer Zugriff auf diese ständig wachsende (durch Updates und Patches auf freiwilliger Basis) Datenbank. In ihr finden Sie Hinweise auf verschiedene Trainingsmethoden der Psychonetik. Sie finden Anleitungen für alle erhältlichen Kabel und Erweiterungen des PcE-Scanners iQ, Tipps, Tricks und wertvolle Trainingsanleitungen. Das Psychonetik Helpfile ist ein wachsendes Netzwerk an Informationen und Hilfestellungen. Updates setzen sich aus der ständig wachsenden Produktpalette, neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen und User Feedbacks zusammen. Das Psychonetik Helpfile lässt sich mit einem Klick auf den Menüpunkt in der oberen, horizontalen Navigationsleiste. jederzeit öffnen. Geben Sie anschließend einen Suchbegriff ein oder stöbern Sie einfach nach Lust und Laune in der Datenbank herum.



Das Psychonetik Helpfile ist Ihr interaktiver Trainer.

e. Wichtige Hinweise

Epilepsie- Warnung

Diese Hinweise sollten vor Benutzung von Banalste, der Software des PcE-Scanners iQ, durch Erwachsene und insbesondere durch Kinder sorgfältig gelesen werden.

Bei Personen, die an photosensibler Epilepsie leiden, kann es zu epileptischen Anfällen oder Bewusstseinsstörungen kommen, wenn sie bestimmten Blitzlichtern oder Lichteffekten im täglichen Leben ausgesetzt werden. Diese Personen können bei der Benutzung von Computersoftware, in der diese beschriebenen Effekte auftreten, einen Anfall erleiden. Es können auch Personen von Epilepsie betroffen sein, die bisher noch nie einen epileptischen Anfall erlitten haben. Falls bei einer Person selbst oder bei einem ihrer Familienmitglieder unter Einwirkung von Blitzlichtern mit Epilepsie zusammenhängende Symptome (Anfälle oder Bewusstseinsstörungen) aufgetreten sind, sollte sie sich vor Benutzung der Software an Ihren Arzt wenden.

Eltern sollten ihre Kinder bei der Benutzung von Computersoftware beaufsichtigen. Sollten bei einem Erwachsenen oder einem Kind während der Benutzung eines Computerprogramms Symptome wie Schwindelgefühl, Sehstörungen, Augen- oder Muskelzucken, Bewusstseinsverlust, Desorientiertheit oder jegliche Art von unfreiwilligen Bewegungen bzw. Krämpfen auftreten, sollte das Programm SOFORT beendet und ein Arzt konsultiert werden.

Vorsichtsmaßnahmen während der Benutzung

- Man sollte sich nicht zu nah am Bildschirm aufhalten. Man sollte so weit wie möglich vom Bildschirm entfernt sitzen.
- Für das Ausführen des Programms sollte ein möglichst kleiner Bildschirm verwendet werden.
- Man sollte die Software nicht verwenden wenn man sehr müde ist oder nicht genug Schlaf gehabt hat.

- Es sollte darauf geachtet werden, dass der Raum, in dem man die Software verwendet, gut beleuchtet ist.
- Bei Benutzung der Software sollte jede Stunde eine Pause von mindestens 10 – 15 Minuten eingelegt werden.

III) Technische Daten

Kompatible Betriebssysteme: Windows XP, Windows Vista, Windows 7

Minimale Hardwareanforderungen an den PC:

IBM kompatibler Prozessor mit min. 900 Mhz

Minimaler Arbeitsspeicher: 256 MB RAM

Festplattenspeicher – 100 MB

MINIMALE Bildschirmauflösung mind. 1024x768

1 freie Schnittstelle USB 2.0 mind. Erforderlich

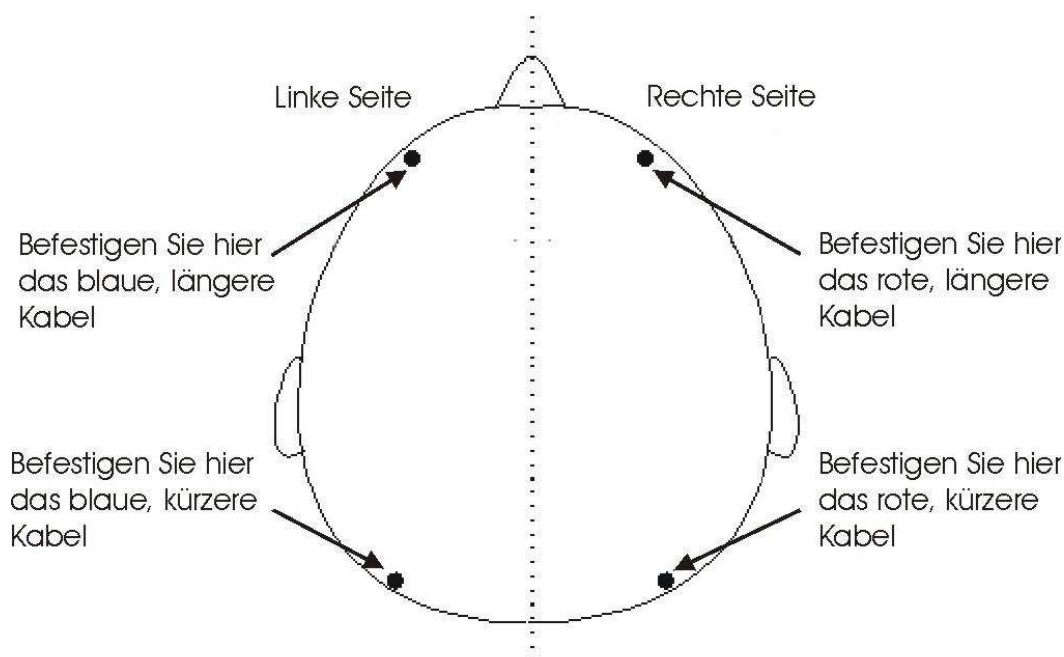
Maximal (Software) mögliche Abtastrate: 60 Werte pro Sekunde

IV) Die Messapplikationen

Dieses Kapitel widmet sich den Standard- Messapplikationen des PcE-Scanners iQ. Alle in diesem Abschnitt enthaltenen Informationen finden Sie auch bequem – während der Arbeit mit Banalste – im Psychonetik Helpfile.

a. Frontallappen

Damit Sie mit dem PcE-Scanner iQ den Erfolg Ihres Energietrainings, Hirndominanz, Leistungsfähigkeit, Konzentration, persönliche Intuition oder andere Gehirnpotentialmessungen vornehmen und trainieren können, verwenden Sie das Standardkabel (Stirnbandkabel). Hier stehen Ihnen 2 Programme zur Auswahl. Zum einen kann die Messung als Messkurve auf einem Graphen dargestellt werden, zum anderen kann hier das neue, bildgebende Verfahren verwendet werden. Sie finden die jeweiligen Messmethoden unter „ULP Messungen“ 🔍 „Gehirn“.



Im Psychonetik Helpfile finden Sie genaue Anweisungen.

b. Amygdala

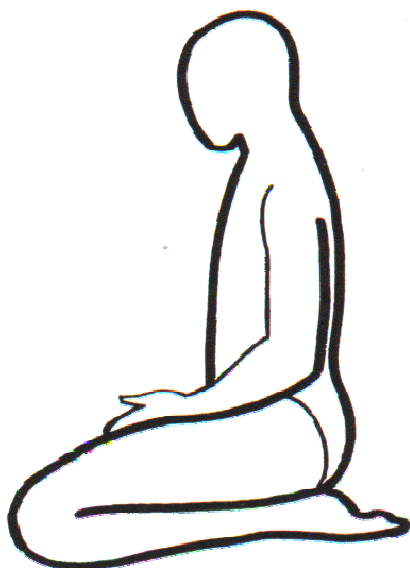
Eine Messung der Amygdala bietet sich besonders dann an wenn Sie den Grad der empfundenen Angst bestimmen wollen. Sie ist die ideale Ergänzung für ein fortgeschrittenes Training. Amygdalamessungen sind sinnvoll wenn Sie Programme desensibilisieren (zum Beispiel mittels EMDR) wollen.

Hier stehen Ihnen 2 Programme zur Auswahl. Zum einen kann die Messung als Messkurve auf einem Graphen dargestellt werden, zum anderen kann hier das neue, bildgebende Verfahren verwendet werden. Sie finden die jeweiligen Messmethoden unter „ULP Messungen“ → „Gehirn“.



Vorbereitung einer Amygdala Messung

c. PC- Muskeltraining



Überprüfen Sie Ihr PcE- Training!

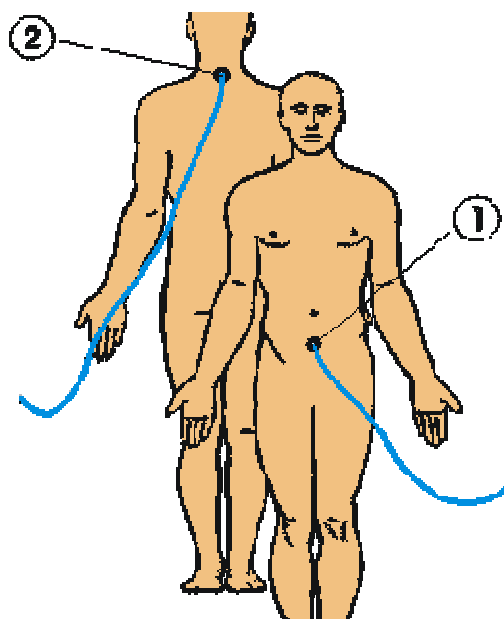
Der Musculus pubococcygeus, oder kurz PC-Muskel, ist ein starker Energiegenerator in unserem Organismus. Das von Dr. Gerhard H. Eggetsberger in seinem Bestseller „Power für den ganzen Tag“ beschriebene Power Training baut auf der Arbeit mit diesem Muskel auf. Die PC- Muskel Applikation dient zur Messung der Stärke des PC- Muskels bzw. zur Analyse der Energien die man mit Hilfe des Trainings mobilisieren kann. Das Buch „Power für den ganzen Tag“ von Dr. G.H. Eggetsberger finden Sie im Internet gratis als eBook- Download!

Link:

<http://www.leistungsmanagement.at/files/downloads/power.pdf>

Um das PC Muskeltraining zu öffnen, klicken Sie auf „Anwendungen und Programme“ → PC Muskeltraining“. Nun erscheint ein Fenster in welchem Sie die Anzahl der Wiederholungen und die Dauer der Ent- und Anspannungen einstellen können. Nachdem Sie die Angaben bestätigt haben, öffnet sich das eigentliche Trainingsprogramm. Hier drücken Sie nur noch „Start“ und folgen den visuellen Anweisungen.

d. Vitalwertmessung



Eine Vitalwertmessung

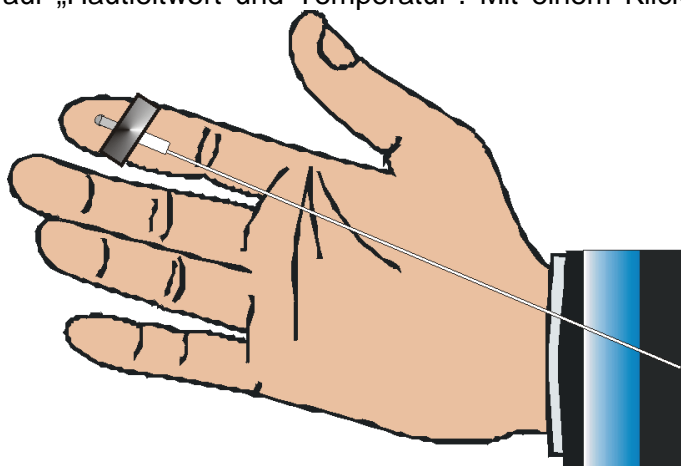
Jeder Mensch verfügt über einen individuellen Vitalwert. Dieser ist abhängig vom Gesundheitszustand und verändert sich sogar deutlich auf Grund der Ernährung. Mit diesem Programm können Sie kurz- und langfristige Veränderungen analysieren.

Tipp: Überprüfen Sie die Wirkung Ihres Zellaktivierungstrainings mit Hilfe dieses Programms. Ein Langzeit- Trainingseffekt wird dank dieser Applikation gut sichtbar gemacht.

Um die Vitalwertmessung zu starten, klicken Sie auf „Anwendungen und Programme“ → „Ancestrallinienmessung“. Klicken Sie danach auf „Start“.

e. Temperatur & Hautleitwert

Oft als die „Einstiegsdroge“ des Biofeedback bezeichnet, erreichen die meisten Menschen beim Training von Temperatur und Hautleitwert am schnellsten Erfolge. Sollten Sie ein Neuling in der Welt der Psychonetik und des Biofeedback sein, empfehlen wir Ihnen mit dieser Applikation zu beginnen. Das Training hilft Ihnen Ihr Nervensystem kennen zu lernen, steuern zu lernen und Stress mühelos entgegen zu wirken. Vor allem für stark gestresste Menschen eignet sich das Temperatur & Hautleitwert Programm. Zum Starten des Programms wählen Sie: „Messmethoden“, dann „Entspannung und Diagnose“. Klicken Sie auf „Hautleitwert und Temperatur“. Mit einem Klick auf „Start“ beginnen Sie das Training.



Genauere Trainingsanleitungen enthält das Psychonetik Helpfile

f. Innerer Fokus

Dieses Trainingsprogramm dient zum Training des Inneren Fokus. Es stellt ein fortgeschrittenes Potentialtraining dar, das Sie die erweiterte Kontrolle über Ihren Organismus erlernen lässt.

Starten Sie das Programm indem Sie „Anwendungen und Programme“ wählen. Jetzt klicken Sie auf „Innerer Fokus“. Stellen Sie danach in der Anwendung den Schwierigkeitsgrad ein. Diesen finden Sie links im Bild. Der Schwierigkeitsgrad kann jederzeit auch bei laufender Messung verändert werden. Mit einem Klick auf „Start“ beginnen Sie das Training.

g. Energieverschiebung Hand

Gerade für Sportler und Menschen, die Ihren Organismus besser steuern lernen wollen eignet sich dieses Programm. Mit genug Übung und der richtigen Technik können Sie in diesen Trainingseinheiten sogar eine effektive Schmerzabschaltung erlernen. Wählen Sie dazu die Option zum „Herausziehen“ der Energie aus den Händen. Erhöhen Sie hingegen das Potential in den Händen, verbessert sich Ihr Geschick und Sie können beispielsweise mit Sportgeräten besser umgehen.

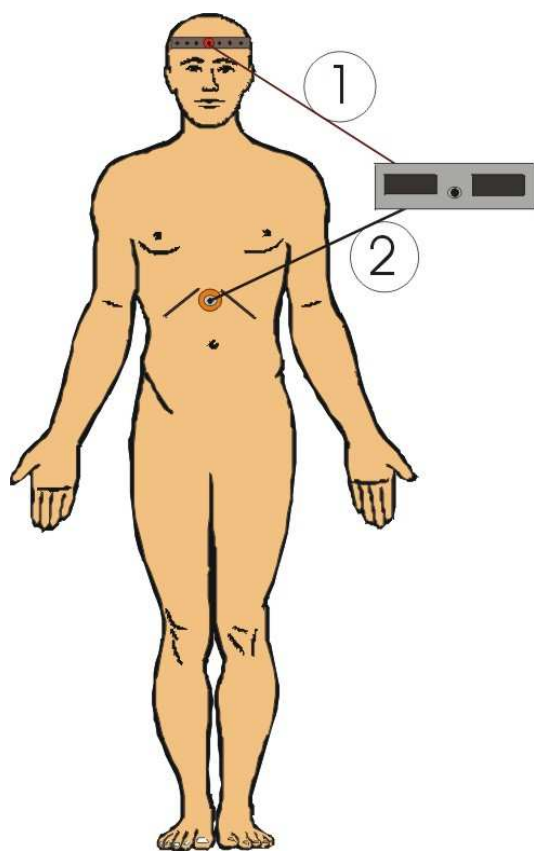
Dieses Programm finden Sie aus Logikgründen zweimal in B.Analyze. Wir geben hier beide Zugriffsvarianten an:

- 1) Wählen Sie „Anwendungen und Programme“ aus. Klicken Sie anschließend auf „Energieverschiebung Hand“. Im Programm legen Sie einen Startwert für das Training fest indem Sie den Button „Startwert“ betätigen. Mit einem weiteren Klick auf „Start“ beginnen Sie Ihr Training.
- 2) Gehen Sie in der Navigation auf „Messmethoden“, dann „ULP Messungen“. Wählen Sie den Punkt „Hand“. Als Messvariante geben Sie „Visuell“ an. Im Programm legen die einen Startwert für das Training fest indem Sie den Button „Startwert“ betätigen. Mit einem weiteren Klick auf „Start“ beginnen Sie Ihr Training.



Das Handkabel in Aktion

h. Kopf- Bauchhirn



Das SEZ- Kabel

Das Training von Kopfhirn und Bauchhirn ist der Schlüssel zu unseren Emotionen. Erlernen Sie in diesem Programm die bewusste Kontrolle über Ihr ICH und Ihre Gefühlswelt. In dieser Applikation geht es um das Verschieben der Potentiale zwischen Kopfhirn und Bauchhirn. Ein Verschieben der Energie ändert Ihre mentale Einstellung. Zum Starten der Anwendung klicken Sie auf „Messmethoden“, dann „ULP Messungen“. Anschließend gehen Sie auf „Kopf- Bauchhirn“. Starten Sie das Training mit einem Klick auf „Start“.

i. Schilddrüse

Die Schilddrüse ist eine wichtige Drüse in unserem Körper. Die zu messenden Schilddrüsenlappen befinden sich links und rechts vom Kehlkopf. Das Psychonetik Helpfile hilft Ihnen beim Lokalisieren und Anschließen der Schilddrüse. Schilddrüsentraining hilft bei unangenehmen kalten Händen und Füßen. Wenn Ihnen oft kalt ist und dies nicht unbedingt mit der Außentemperatur zu tun hat, könnte das Schilddrüsentraining ebenfalls interessant sein. Die Schilddrüse ist die Willensdrüse, was sie besonders interessant für Sportler, Manager, Künstler oder andere ambitionierte Menschen macht. Schilddrüsenhormone fördern darüber hinaus die Gesundheit und das Wohlbefinden. Die Schilddrüse und ihr erfolgreiches Training spielt auch in unserem Zellaktivierungstraining eine entscheidende Rolle! Weitere Informationen zum Thema Zellaktivierung finden Sie im Psychonetik Helpfile. Sie können auch das kostenlose Kurzbuch zum Thema Zellaktivierung lesen. Den Download finden Sie hier (gratis):

<http://www.leistungsmanagement.at/files/downloads/zellaktivierungstraining.pdf>

Starten Sie das Trainingsprogramm wie folgt: Klicken Sie auf „Messmethoden“, dann „ULP Messungen“. Anschließend wählen Sie „Schilddrüse“. Ein weiterer Klick auf „Visuell“ wählt die richtige Variante und beginnt das Trainingsprogramm. Der Button „Start“ beginnt das Training. Sie können während bei laufendem Programm jederzeit den Schwierigkeitsgrad ändern (links).



Verwenden Sie das 3er Kabel für die Messung.

V) Das Psychonetik Helpfile des PcE-Scanners iQ

Sollten Sie die Kurzbeschreibung des Kapitels „Schnellstart“ nicht gelesen haben:

Der PcE-Scanner iQ ist nicht nur ein einfaches Biofeedbackgerät. Er unterscheidet sich in vielen Belangen von herkömmlichen Geräten. Eine der größten Stärken des PcE-Scanners iQ stellt sein Psychonetik Helpfile dar. Egal an welcher Stelle innerhalb der B.Analyze Software Sie sich gerade befinden, Sie haben immer Zugriff auf diese ständig wachsende (durch Updates und Patches auf freiwilliger Basis) Datenbank. In ihr finden Sie Hinweise auf verschiedene Trainingsmethoden der Psychonetik. Sie finden Anleitungen für alle erhältlichen Kabel und Erweiterungen des PcE-Scanners iQ, Tipps, Tricks und wertvolle Trainingsanleitungen. Das Psychonetik Helpfile ist ein wachsendes Netzwerk an Informationen und Hilfestellungen. Updates setzen sich aus der ständig wachsenden Produktpalette, neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen und User Feedbacks zusammen. Das Psychonetik Helpfile lässt sich mit einem Klick auf den Menüpunkt in der oberen, horizontalen Navigationsleiste jederzeit öffnen. Geben Sie anschließend einen Suchbegriff ein oder stöbern Sie einfach nach Lust und Laune in der Datenbank herum.

In die meisten Programme von B.Analyze ist ein Button eingebettet, der Sie direkt zu dem Kapitel des Psychonetik Helpfiles springen lässt, das Ihrer aktuellen Applikation am ehesten entspricht. Einmal geöffnet können Sie trotzdem frei im Psychonetik Helpfile navigieren. Sie können auch jederzeit auf das Psychonetik Helpfile zugreifen indem Sie oben in der Hauptnavigationsleiste auf „Psychonetik Helpfile“ klicken. Wenn Sie so auf das Helpfile zugreifen öffnet sich die Startseite.

VI) Fehlerquellen

Wie bei jedem technischen Gerät treten auch beim PcE-Scanner iQ anfangs Fragen auf. Die Antworten auf praktisch alle dieser Fragen finden Sie im Psychonetik Helpfile. Sollten Sie Probleme mit dem PcE-Scanner iQ haben oder einmal doch keine Antwort auf Ihre Fragen finden, so steht Ihnen der Technische Support gerne zur Verfügung.

Besuchen Sie die Service- und Supportseite des PcE-Scanners iQ: www.m1503.com oder schicken Sie uns ein Mail an: support@ilm-europe.com
Unser Team hilft Ihnen gerne!

Typische Fehlerquellen:

- Achten Sie darauf, dass Sie vor dem Verbinden mit der Software den PcE-Scanner iQ einschalten. Der Schalter muss auf der Position „I“ sein.
- Sollten Sie keine Verbindung aufbauen können, stellen Sie sicher, dass Sie das USB Kabel sowohl in Ihren PC als auch den PcE-Scanner iQ eingesteckt haben.
- Kabel müssen immer ohne Gewaltanwendung in die Buchse passen. Sollten Sie einen starken Widerstand spüren, drücken Sie nicht fester. Überprüfen Sie ob der Stecker richtig positioniert wurde (die Schraube am Stecker des Kabels muss nach unten gerichtet sein).
- Der Renkverschluss des Kabels sollte locker festgedreht werden. Auch hier führt Gewaltanwendung meistens zur Beschädigung des Kabels oder des PcE-Scanners iQ. Der Verschluss sollte immer zugedreht werden wenn das Kabel in der Buchse des Messgeräts steckt. So verhindern Sie, dass es während einer Messung aus der Buchse rutschen kann.
- Sollten Sie Zweifel an der Echtheit einer Potentialmessung haben drücken Sie als Test sanft 2 Enden gleicher Farbe (zum Beispiel Blau) aneinander. Die metallischen Elektroden müssen einander dabei berühren. Der Wert sollte sich nun dem Nullpunkt annähern.
- Zeigen Elektroden sichtbare Schäden (Sprünge, Kratzer), so müssen Sie ausgetauscht werden um eine korrekte Messung zu Gewährleisten. Sollten Sie neue Elektroden benötigen finden Sie diese im Bereich „Zubehör Biofeedback“ unseres Webshops. Link zum Shop: www.ilm1.com
- Wenn die Messwerte unerklärliche Sprünge machen kann dies an einem Kabelbruch liegen. Biegen sie während einer Testmessung vorsichtig das Kabel. Sollten die Sprünge stärker werden liegt wahrscheinlich ein Kabelbruch vor.
- Die Elektroden müssen bei der Messung Hautkontakt haben. Viele Probleme bei Messungen entstehen durch das Verrutschen oder schlechte Anbringen der Elektroden.
- Sollten Sie bei Ihrem Power Training keinen messbaren Erfolg haben stellen Sie sicher, dass Sie Blockaden wie Muskelverspannungen ausschließen können bevor Sie die Messung als nicht korrekt einstufen. Übungen zum Entspannen und Lockern von Blockaden finden Sie im Psychonetik Helpfile (zum Beispiel: Nacken dehnen, 1:4 Atmung, Fingerpuls Übung, Progressive Muskelentspannung, etc.)
- Bei unseren Testreihen wurde festgestellt, dass vor allem bei Computern mit geringem Arbeitsspeicher, die Messung nicht normal flüssig abläuft und die Messwerte verzögert übertragen werden. Eine Lösung dieses Windows Vista Problems wäre wenn möglich ein RAM Update (Erweiterung).
- In elektromagnetisch starker Umgebung (Spotleisten mit 12V Trafo, alte Fernseher, aber auch der Lüfter ihres Laptops) kann es zu Ungenauigkeiten der Messung kommen, da es sich um ein hoch entwickeltes und sehr feines Messgerät handelt.
- Bitte schließen Sie nur die dafür vorgesehenen Kabel an das Gerät an. Das Verwenden anderer Hardware ist nicht vorgesehen und geschieht auf eigene Gefahr. Erfahrungsgemäß kann es bei falscher Kombination von Hardware (wie Kabel) zu einer Beschädigung des PcE-Scanners iQ kommen.
- Das USB- Kabel des PcE-Scanners iQ darf nur mit einem USB Slot in einem PC verbunden werden.

HINWEIS: Eine ständig aktualisierte Liste der häufigsten Fehler finden Sie im Psychonetik Helpfile. Auf das Helpfile können Sie über die Software b.Analyze zugreifen. Wählen Sie zum Starten einfach im Startbildschirm von b.Analyze in der oberen Navigationsleiste den Menüpunkt "Psychonetik Helpfile" aus.

VII) Zubehör

Der PcE-Scanner iQ ist ein modulares System, das ausbaufähig ist. Was Sie für Ihr Training benötigen hängt von Ihren Vorstellungen und Bedürfnissen ab. Hinweise auf das benötigte Equipment finden Sie im Psychonetik Helpfile. Einen kurzen Überblick finden Sie aber auch hier. Die aktuellen Produkte finden Sie in unserem Webshop (www.ilm1.com). Gerne berät Sie unser Team auch bei Fragen. Senden Sie uns dazu einfach ein eMail: shop1@ilm1.com

Adapterkabel



Das Adapterkabel wird zwischen PcE-Scanner iQ, Hautleitwert- und Temperaturkabel gesetzt.

Es ermöglicht ein gleichzeitiges Anschließen von Hautleitwertkabel und Temperaturkabel. Dadurch können nicht nur beide Werte gemeinsam dargestellt werden (Diagnose - Problemanalyse), sondern auch Hautleitwert und Temperatur gleichzeitig trainiert werden. Das gleichzeitige Training von Hautleitwert und Temperatur empfiehlt sich nur für Fortgeschrittene, die sowohl das Biofeedbacktraining des Hautleitwerts, als auch der Temperatur einzeln schon gut beherrschen.

Hautleitwert Paket



Das Hautleitwert Paket beinhaltet eine PcE Hautleitwert Anleitung- CD (Audio CD), das Hautleitwertkabel und 10 Hautleitwert Messprotokolle. Es befindet sich ein Soundfile in der Software.

Die Trainings-CD (bzw. das Soundfile) gibt eine detaillierte Trainingsanleitung, einfache Übungen mit denen der Trainierende Schritt für Schritt das Trainingsziel schnell erreichen kann - von den ersten Trainingsphasen bis zur Konditionierung (Verankerung) des Gelernten. Somit wird dieses Tiefen-Entspannungstraining, wie auch das Desensibilisierungstraining schnell und leicht erlernbar. Auf der CD ist als Hintergrundmusik eine Frequenzmischung die das Biofeedbacktraining unterstützt.

Metaprogramm + SEZ Kabel & Handkabel



Das Metaprogramm ist ein geführtes Trainingsprogramm der Psychonetik Methode. Die beiliegenden Trainings CDs enthalten eine detaillierte Trainingsanleitung. Dabei handelt es sich unter anderem um einfache Übungen, mit deren Hilfe man Schritt für Schritt das Trainingsziel des Metaprogramms erreicht.

Dieses Trainingsprogramm lädt dazu ein, Grenzen hinter sich zu lassen und die Kontrolle über die Steuerung des psychogenen Feldes zu erlernen.

Auf den Trainings-CDs befinden sich die genauen Trainingsanweisungen. Im Hintergrund hören Sie begleitende Musik, die vom PcE-Powerton (10.000 Hz Frequenz mit binauraler Schwebung im Frequenzbereich von 15 bis 4 Hz) unterlegt wird. Diese spezielle Frequenzmischung dient einerseits zur Aktivierung der Schläfenlappen (die Schläfenlappen sind das Kontrollzentrum für alle eingehenden Informationen. Sie werden durch den 10.000 Hz Grundton stimuliert) und andererseits wird der Hirnbereich des Nucleus olivaris (tiefliegende auditiven Zentren) in beiden Hirnhälften stimuliert. Dieser Hirnbereich beginnt sich an die binaurale Schwingung des Powertons anzukoppeln. Es entsteht eine sog. Frequenz-Folge-Reaktion. Dieser psychoakustische Effekt wurde von unserem wissenschaftlichen Team in langjähriger Praxis untersucht und den Forderungen angepasst. Mit dem hohen Grundton und der binauralen Schwebung (vom deutschen Forscher H. W. Dove im Jahr 1839 entdeckt) wird das Wachbewusstsein des Trainierenden in den sogenannten wachen Schlaf geführt (langsame Gehirnwellen bei gleichzeitig hohen Potentialen bzw. Hirnaufladung). Dies ist der geistige Zustand in dem ein Loslösen und grenzüberschreitende Erfahrungen möglich werden. Der wache Schlaf ist ein Zustand in dem sich unser Gehirn normalerweise nie befindet.

PcE III Trainings- Paket

Das PcE III Trainings Paket liefert alles, was Sie zum Erlernen eines Biofeedback gestützten Mentaltrainings benötigen.

Die moderne Hirnforschung hat herausgefunden, dass es keinen mentalen Akt, keine geistige Leistung gibt, die getrennt ist von einer emotionalen Bewertung. Es gibt keinen rationalen Denkprozess und keine Erinnerung ohne Gefühle. Es gibt keine Entscheidung die

ohne Gefühle getroffen wird. Negative Gefühle stören unser Selbstwertgefühl, unsere Leistungsfähigkeit und unsere Kommunikationsfähigkeit mit anderen. Behindernde Muster und negative Gefühle sind ausschlaggebend bei persönlichem und beruflichem Misserfolg. Gesundheit, Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Glück sind von der Struktur des psychogenen Feldes abhängig. Wie weit es dem Einzelnen gelingt, das individuelle, psychogene Feld, vor allem in der linken frontalen Hirnhälfte, zu beeinflussen, entscheidet über seine Lebensqualität.

PcE III kann helfen eine Vielzahl persönlicher Ziele zu erreichen.

- mehr Kreativität
- verbesserte Intuition
- Durchsetzungskraft und Wille
- verbesserter Gesundheitszustand
- Abbau von Stress
- Bewältigung von Ängsten

Dies sind nur einige Beispiele für Anwendungsbereiche des PcE III Pakets. Weitere Hinweise finden Sie im Psychonetik Helpfile!

PcE Power Modulator



Der PcE-Power-Modulator ist ein Gerät (Erweiterung für den PcE-Scanner iQ) zur Stimulation der einzelnen Hirnareale und Körperbereiche. Durch den Powermodulator wird das Biofeedbacktraining (Potentialtraining) beschleunigt und erleichtert. Er stimuliert z.B. direkt die einzelnen zu trainierenden Hirnareale. Soll gelernt werden die linke Hirnhälfte stärker im Alltag zu aktivieren (mehr logischer Verstand), so kann vor dem normalen Potential-Biofeedbacktraining die linke Gehirnhälfte stimuliert werden. Ein so vorstimulierter Hirnbereich spricht in weiterer Folge besser auf beeinflussende Vorstellungen, Visualisation und Biofeedbacktraining an. Wer einfacher und schneller Trainingserfolge erzielen möchte, sollte den PcE-Power-Modulator als Trainingsvorbereitung oder -vertiefung einsetzen.

Was man mit dem PcE-Power-Modulator erreichen kann:

Gehirnstimulation

Sie steigert die Lernfähigkeit, erhöht die Reaktionsgeschwindigkeit, fördert die Kreativität, macht Sie stressfrei und überlegen, fördert positive Suggestionen.

Gewichtskontrolle

Durch die Stimulierung der Schilddrüsenaktivität bei Unterfunktion. Durch Aktivierung des Sympathikusnervs bei Darmträgheit und Verstopfung. (Sie benötigen dazu das ULP 3er Kabel)

Potenzsteigerung

Durch die PcE- Powerübungen kommt es zu einer Potenzstärkung. Bei bereits aufgetretenen Störungen werden durch direkte Stimulation zwischen Brust- und Lendenwirbelbereich hervorragende Ergebnisse erzielt.

Schmerzen und Migräne Durch Auflegen der Elektroden wird Erleichterung oder sogar Verschwinden erzielt. Bei andauernden Schmerzen sollten Sie sofort den Arzt aufsuchen!

Der PcE-Power-Modulator ist eine unverzichtbare Ergänzung für Ihr Biofeedbacktraining!

PcE Temperatur- Kabel



Temperaturtraining stellt ein optimales Einstiegstraining im Bereich Biofeedback, Interactive-Brain-Feedback und Psychonetik dar. Bei diesem Training kann schnell und einfach ein effektives und schnell wirkendes Entspannungstraining erlernt werden. Es gestaltet sich deswegen als relativ einfaches Training, da der Trainierende in der Regel einen guten Bezug zu seiner Durchblutung und der damit verbundenen Temperatur an verschiedenen Körperstellen aufweist.

Das Temperaturkabel besteht aus Temperatursensor, Messmodul und Stecker für den PcE-Trainer. Das Messmodul verfügt über eine eigene Stromversorgung durch eine 9 Volt Blockbatterie, die in einem eigenen Batteriefach leicht zugänglich untergebracht ist. Der Temperatursensor wird mit Hilfe eines elastischen Bandes so am Finger oder an einer Zehe befestigt, dass der metallene Teil einen stabilen Kontakt zur Hautoberfläche (Fingerkuppe oder Zehenkuppe) aufweist.

Mit Hilfe eines Adapterkabels können Sie Temperatur und Hautleitwert zur gleichen Zeit auf einem einzigen PcE-Scanner iQ trainieren. Das Adapterkabel wird zwischen PcE-Scanner iQ, Hautleitwert- und Temperaturkabel gesetzt.

ULP Handkabel



Durch die Handenergieübung lernt man auf einfache Art, die innere Energie an jeder Stelle des Körpers (bzw. Organ) zu fokussieren. Wenn man erst einmal in der Lage ist, die innere Energie willentlich in die Hände zu lenken, dann ist man auch in der Lage die Energie an jede beliebige Stelle des Körpers zu senden. Wenn Sie bestimmte Teile des Körpers (z.B. innere Organe) beeinflussen wollen, bzw. ihre Visualisationstechnik unter Biofeedbackkontrolle verbessern wollen, so ist das Handenergie-Training der schnellste Weg um dies zu erreichen.

Durch diese Technik können Sie auch die energetische Kraft und Ausstrahlung Ihrer Hände erhöhen und die direkte Energieübertragung erlernen. Man kann unter Messkontrolle lernen die Energieaktivierung und Energieübertragung bewusst zu kontrollieren. Die Messung mit dem PcE-Scanner iQ bringt dem Trainierenden Gewissheit über das derzeitige Ausmaß seiner Fähigkeiten. Dieses Training ist ganz besonders interessant für Personen, die Energieübertragungstechniken wie Reiki, Tao-Yoga u.ä. anwenden.

Durch das Training der Handenergie wird unter anderem eine willentliche Veränderung des Energieniveaus in der Peripherie des Körpers erreicht. Mehr Energie in den Händen bedeutet bessere Durchblutung, Entspannung der Gefäße, ruhiger Puls und allgemeines Wohlbefinden.

Bei diesem Entspannungstraining kommt es zu einem gezielten Abbau von Stresssymptomen und einer Entspannung der Blutgefäße sowie eine allgemeine Verbesserung der Durchblutung im Körper wenn Sie die Minuswerte erhöhen. Verändern Sie die Werte wie beim Biofeedbacktraining durch Visualisieren.

ULP- 2er Kabel



Im chinesischen Akupunktursystem finden wir die sogenannte ancestrale Energie (die Erbenenergie). Die chinesischen Akupunkteure gehen bei ihrer Theorie davon aus, dass unsere Grundenergie (die unseren Gesundheitszustand im Wesentlichen bestimmt) in zwei Meridiansystemen zirkuliert. Diese Energie bestimmt die energetische Konstitution eines Menschen, also ob er energiestark oder energieschwach ist. Längere Untersuchungen (in Anlehnung an das Akupunktursystem) in unserem Labor haben gezeigt, dass eine Messung dieser Grundenergie möglich ist. Dazu müssen zwei Elektroden über speziellen Akupunkturpunkten aufgeklebt werden. Eine ca. 1 Minute dauernde Messung gibt einen relativ stabilen Wert aus, der in Folge als derzeitiger (das heißt für den Messzeitpunkt relevanten) Energiestatus anzusehen ist. Diese Messung kann mit dem ULP 2er Kabel durchgeführt werden.

Unsere Messungen haben gezeigt, dass diese Energie normalerweise durch Biofeedbacktraining nicht veränderbar ist. Hingegen werden die Messergebnisse durch den aktuellen körperlichen, wie psychischen Zustand beeinflusst. Kranke und schwache Menschen haben eher geringere Werte (d.h. in Richtung Plus- Potential verschoben). Aktive und gesunde Menschen haben eher höhere Werte (d.h. in Richtung Minus- Potential verschoben).

Wir konnten bei vielen Personen sehen, dass die eingenommene Nahrung sich unterschiedlich auf den Vitalwert auswirkte. Wurde z.B. eine Messung vor dem Mittagessen durchgeführt und eine danach, konnten wir sehen, ob eine Person durch das Essen eher Energie gewonnen oder verloren hatte.

Mit diesem Messverfahren können viele interessante Versuche über Verträglichkeit und Unverträglichkeit von Produkten durchgeführt werden.

Durch die Messung des Vitalfaktors können Sie feststellen, wie hoch ihr allgemeiner Energiezustand ist. Gemessen wird an zwei Akupunkturpunkten, die in der chinesischen Medizin als Sitz des Qi bezeichnet werden. Dies sind die Akupunkturpunkte: im Nacken LG13 und ca. 5 cm unter dem Nabel KG4.

Mit Hilfe des 2er Kabels können Sie regelmäßig überprüfen ob sich Ihr Vitalwert verbessert oder verschlechtert.

Ist das Energieniveau hoch, so kann das Immunsystem optimal arbeiten. Sie haben dadurch eine hohe Widerstandsfähigkeit gegen Krankheitserreger und allgemeine äußere Einflüsse!

ULP- 3er Kabel



Mit dem ULP 3er Kabel können Sie an einer beliebigen Stelle Ihres Körpers ein Steigern oder Senken der Energie (ULP) durchführen. Dort wo Sie die Klebeelektroden platzieren, können Sie Energie steigern oder abziehen. Damit haben Sie zum Beispiel die Möglichkeit Ihre Selbstheilungskräfte an bestimmten Körperteilen oder Organen gezielt willentlich zu steigern.

Damit Sie mit dem PcE-Scanner iQ das Lenken der Energie durchführen können, verwenden Sie das 3er Kabel.

Das ULP 3er Kabel eignet sich vor allem für komplexe Messverfahren, bei denen Sie normalerweise schwer erreichbare Areale des Körpers messen wollen. Eggetsberger und sein Forschungsteam verwendeten das 3er Kabel bei vielen Messungen der Shaolin Mönche.

Mit dem Kabel ist natürlich nicht nur ein Messen sondern auch ein Feedback der entsprechenden Körperstellen möglich. So kann auf einfache Weise der Heilungsprozess oder die Konzentration an den jeweiligen Stellen verbessert werden. Auch eine Schmerzabschaltung ist mit Hilfe des ULP 3er Kabels erlernbar.

Mit dem PcE-Trainer können Sie auch die Aktivität der Schilddrüse direkt beobachten und durch Biofeedbacktraining beeinflussen. Die Schilddrüse ist eine leicht zugängliche Drüse am Hals unterhalb des Kehlkopfes. Mit ihrem Gewicht von nur 20 bis 25 Gramm ist sie ein lebenswichtiges Organ. Sie ist reich an Gefäßen. Die Schilddrüse steuert mit ihren Hormonen den Stoffwechsel, sie hat durch ihre funktionellen Beziehungen zum Drüsensystem auf alle entscheidenden Vorgänge im Körper Einfluss. Das Sekret der Schilddrüse ist gemeinsam mit einem der Hypophysenvorderlappenhormone entscheidend beteiligt am Wachstum und es ist auch Intensivierungsimpuls für die Intelligenz. Damit Sie mit dem PcE-Scanner iQ das Training der Schilddrüse durchführen können, verwenden Sie das ULP-3er Kabel. Beachten Sie, dass B.Analyze über eine eigene Applikation für die Messung und das Training der Schilddrüse enthält.

Über weitere Produkte werden Sie auf unserer Website und über unseren Newsletter informiert wenn Sie möchten: http://www.eggetsberger.net/unser_newsletter.html

VIII) Wartung des PcE-Scanners iQ

Um einen einwandfreien Betrieb auf Dauer gewährleisten zu können, ist es wichtig, dass der PcE-Scanner iQ niemals in feuchten Umgebungen gelagert wird. Außerdem sollten Kabel niemals mit viel Druck zusammengerollt werden. Regelmäßige Wartungen entfallen beim PcE-Scanner iQ gänzlich. Durch laufende (freiwillige) Updates (Patches) der Software, B.Analyze, können Sie die Stabilität und Leistungsfähigkeit des Systems verbessern.

IX) Psychonetik

Der PcE-Scanner iQ und andere Geräte die unter der Leitung von Dr. Gerhard H. Eggetsberger entstanden sind (z.B. BioData, PcE-Scanner, PcE-Trainer, etc.) werden aus der Praxis und für die Praxis entwickelt. Psychonetik, das von Dr. G.H. Eggetsberger begründete, messtechnisch gestützte Mentaltrainingsverfahren, basiert auf Biofeedbacktechniken und ist somit plazebosicher. Die Methode wurde und wird auf Grund von 30 Jahren Mess- und Trainingserfahrung ständig verbessert und erweitert. Der PcE-Scanner iQ wurde für klassisches Biofeedbacktraining aber vor allem zu Forschungs- und Trainingszwecken im Bereich der Psychonetik entwickelt.

a. Die Methode

Das Psychonetik Konzept verdankt seinen Erfolg einem geführten System, das der Anwender durchlebt. Am Anfang steht die Informationsphase. Hier sollen die Grundlagen und Erkenntnisse des Trainingssystems vermittelt werden. Es ist uns ein besonderes Anliegen Transparenz zu schaffen. Der Trainierende soll verstehen warum er bestimmte Übungen und Trainings macht. Außerdem halten wir es für wichtig zu erklären, warum unsere Methoden wirken. Das schafft Vertrauen in die Methode.

„Vom Glauben zum Wissen“ lautet unser Motto und deshalb folgt der Information das Check-Up. Unsere selbst entwickelten messtechnischen Verfahren (Interactive- Brain- Feedback) helfen dem Trainierenden sich selbst besser kennen zu lernen. Bei dieser Messung, die auf Biofeedback Messverfahren beruht, werden Gehirndominanz, Stresstyp und relevante Programme analysiert. Dieses Check-Up kann abhängig von den Anforderungen an die Messung auch um andere Parameter erweitert werden. So kann zum Beispiel die allgemeine Aktivität des Drüsensystems (wie wir es bei der Zellaktivierung verwenden) ermittelt werden.

Auf Basis dieser wissenschaftlichen Messung erhält der Trainierende maßgeschneiderte Übungen und Techniken um persönliche Ziele zu erreichen. Diese können von Stressbewältigung über eine verbesserte Konzentrationsfähigkeit und Belastbarkeit in Krisensituationen bis hin zu Themen der Gesundheitsvorsorge reichen.

Psychonetik ist ein aufbauendes Konzept, das in einer bestimmten Reihenfolge erlernt werden sollte. Hierbei beraten wir unsere Kunden selbstverständlich gerne, denn das System ist auch flexibel und modular aufgebaut. Das Erreichen der individuellen Ziele steht stets im Vordergrund.

b. Biofeedback & IBF

Biofeedback und Interactive-Brain-Feedback

Interactive-Brain-Feedback ist ein Teilgebiet der Psychonetik und die Bezeichnung für das messtechnische Verfahren, das von Dr. Gerhard H. Eggetsberger entwickelt wurde. Es hat seine Wurzeln im klassischen Biofeedback.

Entstehung und Entwicklung der Biofeedbackforschung

Der Begriff Biofeedback (Rückmeldung von biologischen Werten) stammt aus der, von Norbert Wiener begründeten Wissenschaft der Kybernetik, einer Wissenschaft, die sich mit der Steuerung, Kontrolle und Kommunikation in Organismen und Maschinen befasst. Der Ausdruck Biofeedback selbst entstand aufgrund einer Reihe von wissenschaftlichen Entdeckungen, die zweifelsfrei nachwies, dass der Mensch, aber auch Tiere, über die überraschende Fähigkeit zur Selbstkontrolle verschiedener körperlicher und geistiger Funktionen verfügen. Besonders interessant war dabei auch die Tatsache, dass sich auch das autonome Nervensystem, von dem man annahm, es wäre nicht zu beeinflussen, steuern ließ. Der Anfang dieser Wissenschaft geht mindestens auf das Jahr 1969 zurück. Damals wurde diese Technik erstmals von Wissenschaftlern bei einem Treffen in Santa Monica, Kalifornien, USA, so bezeichnet. Der Grundgedanke dahinter lautet: Biologische Reaktionen können durch ein Feedback, also eine Rückmeldung, gemessen und verändert werden. Das willentliche Steuern „innerer“ Körperprozesse, das lange Zeit als Geheimnis östlicher Philosophien angesehen wurde, wurde so im Laufe der Zeit in klinischen Versuchen und später auch in der klinischen Praxis einsetzbar gemacht.

Das Biofeedbacktraining

Im Biofeedback vereinen sich westliche Technologie, Physiologie und Informatik mit östlicher Philosophie wie Yoga oder Zen, um nur einige Beispiele zu nennen. Das Biofeedback ermöglichte auch völlig neue Anwendungsbereiche von High Tech. ICTechnik, Computertechnik im Allgemeinen und auch neuere Technologien wie die der Handytechnologie wurden um ein neues Anwendungsgebiet bereichert. Durch Biofeedback scheint sich eine alte Annahme, nämlich dass Geistiges und Materielles in der Grundessenz ein und dasselbe seien zu bewahrheiten! Sie unterscheiden sich lediglich in ihrem Ausdruck. Der Geist ist stets der Baumeister, auch wenn dies vielen Menschen erst nach Kennlernen des Biofeedback klar wurde bzw. klar wird. Dadurch eröffnet sich uns eine völlig neue Betrachtung von Körper und Geist.

Besonders die Messung und das Biofeedbacktraining der psychogenen Hirnfelder (Ultralangsame Potentiale, welche ereignisbezogen sind) erweiterte die Möglichkeiten des Biofeedbacktrainings um eine weitere Dimension. Speziell die Bereiche des Lernens, Behaltens und der Forschung um die Konzentration konnten erst nach Entwicklung besonderer Messgeräte (PcE-Scanner iQ und Vorgängermodelle) ausreichend erforscht werden. Erst dadurch war es uns auch möglich das MAPP- Training zu entwickeln und so dieses Buch zu schreiben. Die Messung der Hirndominanz und der Gehirnaktivität (in dem Fall Konzentration) konnte mit Hilfe des PcE- Trainers (ein anderes Messgerät nach Dr. G.H. Eggetsberger) direkt in Klassenzimmern an Schülern gemessen werden. Auch dies waren wichtige Grundlagen für die Entstehung dieses Werks. Ein wesentliches Kennzeichen moderner medizinischer Messgeräte ist ihre große Empfindlichkeit und ihre eingebaute Logik, eine Folge der Explosion der elektronischen und der Computertechnologie deren Beginn sich schon nach dem zweiten Weltkrieg abzeichnete und die sich nun rasant weiterentwickelt. Immer schnellere und leistungsfähigere IC's, Computer, Programme Übertragungsmöglichkeiten (wie z.B. Bluetooth) ermöglichen Messungen in feinsten Bereichen. Solche Geräte, können von der Hautoberfläche aus Signale des Körpers und des Gehirns messen, verstärken, filtern und in sinnvolle Grafiken und Töne umwandeln. So können Informationen über Vorgänge im Körperinneren der Versuchsperson bewusst gemacht werden, während sie geschehen (online). Durch diese Technologie hat sich gezeigt, dass eine willentliche Kontrolle über psychophysiologische Vorgänge möglich ist, die als selbständig (autonom) gelten, und sich normalerweise der willentlichen Regelung verschließen. Man kann auch sagen, dass mit Hilfe des Biofeedbacktrainings das Bewusstsein auf unbewusste Vorgänge im Körper ausgedehnt werden kann.

Das Erlernen dieser psychosomatischen Selbstkontrolle ist denkbar einfach. Einem Trainierenden wird zum Beispiel die Aufgabe gestellt, seinen Pulsschlag willentlich zu senken. Dabei ist er an ein Biofeedbackgerät angeschlossen, welches nichts verändert sondern lediglich die Werte – in dem Fall den Pulsschlag – detektiert. Gelingt es der Person aus welchem Grund auch immer die Pulsfrequenz, auf welche Art auch immer, zu senken, so wird er in Form der, sich senkenden Linie, des sich senkenden Wertes oder eines Tones „belohnt“. Auch der Biofeedbacktrainer kann darauf stark Einfluss nehmen. Bei unserem System ist meist ein sehr rascher Erfolg gewiss, da 25 Jahre Erfahrung im Bereich des Biofeedbacktrainings und der Geräteentwicklung natürlich ihre Spuren in unserer Vorgangsweise hinterlassen werden. Heute können Menschen, denen es nach Biofeedbacktraining verlangt bei Eterna Management S.L. / International PcE- Network Einzeltrainings buchen. Diese werden zum größten Teil auf Palma de Mallorca abgehalten.

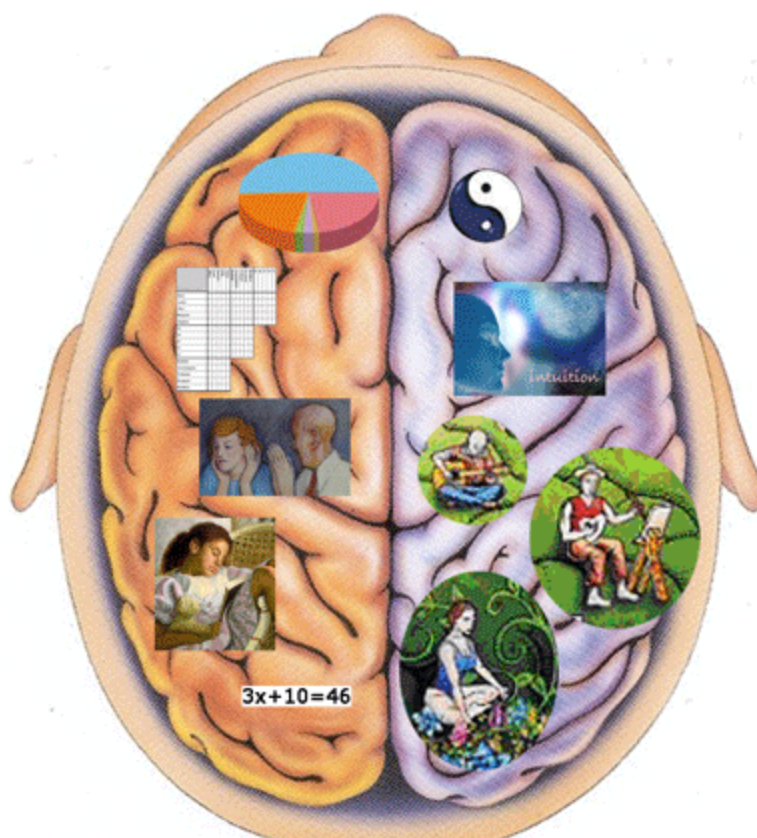
Solange der Trainierende also in der Lage ist, diese Veränderung beizubehalten, umso länger hält dieses Belohnungssignal an. Im umgekehrten Fall wird die Belohnung

entzogen. Durch dieses, anfangs ständig wechselnde, Erlebnis von Erfolg und Misserfolg lernt der Trainierende in kurzer Zeit die gewünschte Körperfunktion willentlich zu kontrollieren. Je mehr Druck er sich dabei macht umso mehr Hemmung baut er auf. Eine Kontrolle ist, gerade anfangs, nur in einem Zustand der Entspannung möglich. Wir nennen das den passiven Willen. Die Praxis des Visualisierens in Kombination mit Autosuggestionen hat sich dabei auch immer wieder als höchst effektiv erwiesen. Dies ist anscheinend wichtig für das Auslösen psychologischer Vorgänge, die zu physiologischen Veränderungen führen. Diese Veränderungen ergeben sich im wesentlichen aus dem psychophysiologischem Prinzip, das lautet: "Jede Veränderung des physiologischen Zustandes wird begleitet von einer entsprechenden bewussten oder unbewussten, Veränderung des geistig-emotionalen Zustandes. Umgekehrt wird jede Veränderung des geistig-emotionalen Zustandes bewusst oder unbewusst begleitet von einer entsprechenden Veränderung des physiologischen Zustandes." Dieses Prinzip erlaubt, wenn man es mit Willenskraft verbindet, dass sich ein natürlicher Vorgang – die psychosomatische Selbstregulierung – entfalten kann. Hat man die psychosomatische Selbstregulierung einmal erlernt, so ist diese auch ohne Entspannung jederzeit und an jedem Ort einsetzbar und effektiv wirksam. Es reicht dann sich vorzustellen, wie die Veränderung geschieht und dann in sich hineinzufühlen. Ziel dieser Praxis ist es, aus dem Körper einen unbezahlbaren Verbündeten zu machen, der sich den eigenen Vorstellungen fügt. Einmal abgeschlossen automatisieren Körper und Geist ihr Zusammenspiel nach dem Biofeedbacktraining so weit, dass in einer Situation wie Stress automatisch das „Anti- Stress- Programm“ des Organismus gestartet wird. Es kommt also zu einem Reflex. Das Biofeedbackgerät ist also nur zum Erlernen neuer Fähigkeiten notwendig. Sobald man eine beherrscht kann man sie jederzeit „ein- und ausschalten“. Ein regelmäßiges Trainieren, das sollte man noch sagen, hat allerdings den Effekt, dass erlernte Fähigkeiten mit jeder Übungseinheit noch effektiver werden und die Geschwindigkeit des Aktivierens eines Effekts kann gesteigert werden. Gerade Kinder sprechen hervorragend auf Biofeedbacktraining an. Ängste und Lernprobleme können in der Regel bei regelmäßigem Trainieren schnell gelöst werden, ohne dass ein richtiges Gefühl von „Arbeit“ beim Training aufkommt. Kinder, so amerikanische Forscher, sind in der Lage, wenn sie das Prinzip des Biofeedback einmal verstanden haben, ihre neu erworbenen Fähigkeiten auf kreative Art und Weise auch auf andere Situationen in ihrem Leben umzulegen. Sie lernen die Beeinflussung ihres Organismus und Geist noch auf eine spielende Art kennen. Oft können mit Biofeedback also Probleme nicht nur gelöst sondern im Vorfeld schon vermieden werden. Krankheiten, die auf ein Fehlverhalten des Nervensystems zurückzuführen sind, können ohne die Verabreichung von Medikamenten mit außerordentlich schädlichen Nebenwirkungen (vor allem bei Kindern) oft auf natürliche aber wissenschaftliche Art und Weise behandelt werden.

Zusammenfassung: Was ist Biofeedback?

- Biofeedback ermöglicht ein neuartiges Verhaltenstraining auf Basis eines wissenschaftlichen Systems, welches sich elektronischer Geräte als Hilfsmittel bedient.
- Bisher unbewusste Körperfunktionen werden sichtbar (PC, Handy, usw.) und bewusst gemacht
- Diese Körperfunktionen können durch den eigenen Willen gesteuert werden und ein absoluter Einfluss auf den eigenen Körper wird vermittelt
- Unsere Vorstellung erlaubt es uns also durch Visualisieren Organe im Körper zum Beispiel zu beeinflussen
- Im Sport (vor allem aber auch im Spitzensport) kann die Leistung durch ein richtiges Mentaltraining und das Abbauen von Ängsten und ähnlichem eine bessere Leistung erzielt werden
- Biofeedback verbessert dauerhaft körperliche wie auch psychische Zustände

c. Gehirndominanz



Sicher haben Sie schon einmal etwas über die so genannte rechte und linke Gehirnhälfte gehört und dass das Handeln und Sein eines Menschen von der momentanen Gehirndominanz abhängig ist.

Wenn wir von rechter Gehirnhälfte und linker Gehirnhälfte sprechen meinen wir jedoch im Grunde gar nicht die gesamte rechte bzw. linke Hälfte des menschlichen Gehirns, sondern lediglich die Bereiche, welche sich direkt hinter der Stirn, im Gehirn, befinden. Diese nennt man Frontallappen. Das sind die Zentren unseres Gehirns, die für bewusstes Denken und Handeln zuständig sind. Dabei teilen sich die möglichen Handlungsweisen und Denkensarten in zwei Kategorien.

Mit Hilfe von wissenschaftlichen Messverfahren ist man schon seit einigen Jahren in der Lage mittels ULP- Messung (Ultralangsame Potentiale – siehe dazu: Die Gehirndominanz – wissenschaftliche Hintergründe) festzustellen, welche Gehirnhälfte ein Mensch bevorzugt. Aus vielen Jahren der Forschung und Trainingspraxis im Bereich von Spitzensport- und Management- Mentaltraining haben sich schließlich sehr zuverlässige Tests heraus kristallisiert, welche es einem Menschen, der keinen Zugriff auf ein Biofeedback Messgerät hat, erlauben, die eigene Gehirndominanz zu analysieren. Die eigene Gehirndominanz zu kennen bedeutet den Schlüssel zum eigenen Denken, Handeln aber auch zu den ganz persönlichen Problemen im Leben in Händen zu halten.

Der Rechtshirntyp

- Er spricht in Gefühlen, oft auch sehr negativ
- Er ist vergangenheitsbezogen
- Er versucht alle möglichen Therapien und bricht sie wieder ab
- Er ist mit nichts zufrieden, depressiv, launisch, emotional schwankend und tut sich selbst am meisten leid.
- Er ist selbstzerstörerisch, rechnet immer mit dem Schlimmsten, lernt langsam und oft qualvoll (für die Anderen!) seinen inneren und seinen körperlichen Zustand selbst zu verbessern.
- Unter diesen Hirntypen finden wir aber auch die charismatischen Typen. Alle charismatischen Menschen sind rechtshirnige und extrovertierte Persönlichkeiten.

Rechtshirn-Typen suchen Arbeiten, oder besser gesagt, in der Sprache des Rechtshirn-Typs gesprochen, sie suchen Tätigkeiten, die Spaß machen, wie malen, musizieren, zeichnen, leichte Gartenarbeit, gestaltende Tätigkeiten. Sie denken an vieles gleichzeitig, beginnen mehrere Tätigkeiten auf einmal, brauchen eine Menge Platz. Sie haben eine hohe Ausdrucksfähigkeit (solange sie sich nicht zu sehr dämpfen), sie sind mitteilhaft, oft spirituell und erfinderisch, reißen andere durch ihre Ideen mit und werden auch selbst von anderen leicht mitgerissen, sie sind oft wortgewandt und suggestiv.

Sie sind als Kind oft schwerer erziehbar, da sie Probleme mit dem Erkennen von Recht und Unrecht haben. Unter Belastung haben sie -vermehrt- keine feste Vorstellung von ihrer Identität, ihnen scheint zu einem gewissen Grad die Fähigkeit zu fehlen, Emotionen von Gedanken und Ideen zu trennen. Sehr leicht geraten sie innerlich in Panik und reagieren mit Hilflosigkeit und mangelnder Kontrolle. Probleme wie Fettleibigkeit und Genusssucht stellen sich bei Dauerbelastungen (Stress) ein. Oft glauben sie an Schicksal und Zufall, ohne menschliche Willensfreiheit. Bei schwerer oder chronischer Erkrankung neigen sie schnell zu einer fatalistischen Einstellung.

Gewohnte Problemlösung:

Der Rechtshirn-Typ löst seine Probleme intuitiv, mit Gefühl für "Ganzheit". Er ist für neue Ideen und Entwicklungen offen, er lernt durch Aktion, tun und beobachten. Nach unseren Erfahrungen können diejenigen, die den Willen dazu haben oder entwickeln können, die eigene Selbstkontrolle jederzeit erlernen und auch gezielt anwenden.

Der Linkshirntyp

- Argumentiert logisch und hat für alles Erklärungen
- Ist zukunftsbezogen
- Hat nie Zeit und ist mit "Volldampf in den Herzinfarkt" unterwegs, jegliches Körpergefühl (Körperbewusstsein) ist ihm fremd
- Er ignoriert die Warnsignale seines Körpers.
- Ist nervös, unruhig, hektisch, überdreht, oft sogar euphorisch, aber er lernt auch schnell unter Anleitung seinen Zustand zu verbessern.
- Er neigt zu Hypochondrie.
- Und er kann wenig mit inneren Bildern und Gefühlen anfangen.
- Linkshirntypen übernehmen gern die Leitung und Steuerung von Aktivitäten und Unternehmungen. Sie sind aufgabenorientiert, ergebnisorientiert, arbeiten gerne mit Listen von Dingen, die zu erledigen sind. Sie brauchen zum "glücklichen Leben" Erfolg und Anerkennung, aber auch Ordnung und regelnde Struktur. Sie haben eine feste, sogar oft starre Vorstellung von ihrer "Selbst"- Identität und ihren Zielen.

Gewohnte Problemlösung:

Der linkshirnige Typ löst seine Probleme logisch, analytisch, Schritt für Schritt. Er bevorzugt Zahlen, Fakten in logischer Abfolge, interessiert sich für Technik, Finanzoder Rechnungswesen. Er lernt in der Auseinandersetzung mit Fakten. Linkshirntypen können ebenso wie die Rechtshirntypen ernste Probleme haben, aber es steht fest, dass sie bei richtiger Führung schnell ihren Zustand verbessern können.

Das Stammhirn

Das Stammhirn ist entwicklungsgeschichtlich gesehen der älteste Teil unseres ganzen Gehirns. Man nennt es auch Reptiliengehirn und das nicht ohne Grund, denn es hat als wichtigste Aufgabe die Sicherung des Überlebens. Wichtige Funktionen wie Atmung, Herzschlag, Blutkreislauf oder andere überlebenswichtige Aufgaben werden hier abgehandelt. Außerdem findet hier auch die Steuerung von bestimmten Reflexen statt. Zu denen gehören Niesen, Husten, Lidschluss, Erbrechen, usw. Das Stammhirn ist darüber hinaus auch das Zentrum der Triebe. Man könnte sagen, dass die rechte und linke Gehirnhälfte die Gegenspieler des Stammhirns sind.

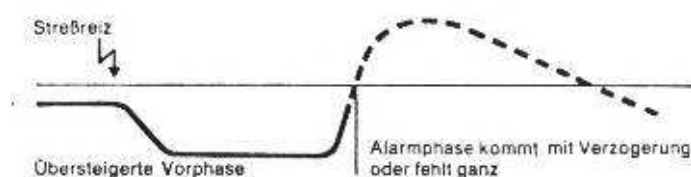
Das Zusammenspiel

Jeder Mensch verfügt über diese beiden Gehirnhälften und ist von Natur aus in der Lage beide einzusetzen. Die Gehirndominanz sagt einzig und alleine aus in welchem Verhältnis beide Hälften zueinander stehen. Die oben genannten Vor- und Nachteile jeder Hemisphäre treten vor allem dann besonders stark in Erscheinung, wenn die jeweilige Gehirnhälfte in ihrer Aktivität stark überwiegt. Das heißt, dass jemand mit einer starken Ausprägung der rechten Gehirnhälfte und im Vergleich dazu einer niedrigen Aktivität der linken Gehirnhälfte eher in die oben genannten Schemata des Rechtshirnigen passt, als ein Mensch, der nur ein minimales Übergewicht der rechten Gehirnhälfte (das heißt es herrscht fast schon eine Balance zwischen rechter und linker Hirnhälfte) aufweist. Die persönliche Ausprägung von Gehirndominanz und Nerven- bzw. Stresstyp sollte stets bedacht werden wenn es um wichtige Entscheidungen geht. Ein Beispiel dafür wäre die Wahl von Beruf, Schule oder der Förderung von Talenten.

d. Nerventyp

Gerät ein Mensch unter starken Stress, schaltet über kurz oder lang der bewusste Verstand ab und das sprichwörtliche Lebenserhaltungssystem übernimmt das Steuer. Dass nicht jeder unter Stress gleich reagiert ist eine unbestrittene Tatsache, doch warum genau reagieren wir immer nach einem bestimmten Muster? Die Antwort ist ganz einfach. Jeder Mensch hat einen bevorzugten Nerven- bzw. Stresstypen. Diese beiden Stresstypen nennen sich Vagotoniker und Sympathikotoniker.

Der Vagotoniker



Ablauf der Stressreaktion beim Vagotoniker

Beim Vagotoniker ist das Gleichgewicht in Richtung Parasympathikus (Vagus) verschoben. Äußerlich ist diesen Menschen kaum eine Regung anzusehen. Sie wirken oft betont ruhig und beherrscht. Ihre "inneren" Konflikte tragen sie durch parasympathische Reaktionen, beispielsweise Magen-Darm-Störungen aus. Auch dieser Typ kann in akuten Situationen mit Kopfschmerzen (durch Blutdruckabfall, Blutleere im Kopf) reagieren. Durch Unterversorgung des Gehirns sind Konzentrationsprobleme ebenfalls häufig zu beobachten. Der Vagotoniker reagiert dann eher mit Schwindelgefühl, Benommenheit und Müdigkeit oder Ohnmacht. Er versucht ständig, sich zu dämpfen, Entspannungstechniken (z.B. Autogenes Training) sollte er tunlichst vermeiden. Ein typischer Vagotoniker wird bei solchen Trainings unter Umständen noch lethargischer oder sogar depressiver. Vagotoniker sollten in ihrer Freizeit unbedingt aktivierende Tätigkeiten vorziehen (Aktivurlaub, Reiten, intensive Gartenarbeit), auch wenn sie ihrer Grundeinstellung widerstreben. Häufig sind Vagotoniker rechtshirrig.

Der Vagotoniker reagiert passiv, introvertiert, depressiv und mit passivem Muskelreflex. Er spannt unbewusst Nacken, Schultern, Arm- und Beinmuskeln an, er geht eher in gebückter Haltung durchs Leben. Er bildet einen Muskelpanzer um seinen Schultergürtel aus.

Der Sympathikotoniker



Ablauf der Stressreaktion beim Sympathikotoniker

Ein vom Sympathikus regierter Mensch fühlt sich häufig angespannt, neigt zu Bluthochdruck und Kopfschmerzen. Sympathikotoniker leiden öfter unter Unruhe, Nervosität, feuchten Händen, Konzentrationsproblemen, Einschlafschwierigkeiten durch Überaktivität, und Herz-Kreislaufproblemen. In akuten Stresssituationen reagieren sie häufig aufbrausend und aggressiv, indem sie "in die Luft gehen" oder schreien. Durch die Verschiebung zum Sympathikus, kommen sie zu schnell in einen Alarmzustand. Das Erlernen einer Entspannungsmethode wäre angebracht. Seine Überaktivität sollte er durch ausgiebige Erholungsurlaube ausgleichen (keine Aktivurlaube). Saunabesuche und Massagen wie auch besinnliche Aufenthalte in freier Natur stellen schnell umsetzbare erste Schritte dar. Oft sind Sympathikotoniker linkshirrig.

Der Sympathikotoniker reagiert aktiv, extrovertiert, aggressiv und mit aktiver Muskelspannung. Er spannt unbewusst seine Rumpf- und Rückenmuskeln an. Er geht zumeist betont aufrecht. Viele dieser Menschen neigen zu erhöhtem Alkoholkonsum, da

sie erkannt haben, dass dieser sie in Stress- und Angstsituationen, entspannt und beruhigt (Spiegeltrinker). Daraus kann binnen kürzester Zeit ein Suchtproblem entstehen. Der geborene Sympathikotoniker kann durch Zwang oder Versagen rein äußerlich zu einem Vagotoniker "umfunktioniert" werden.

e. Programme

Ein Programm ist ein Denk- oder Verhaltensmuster, das in der Vergangenheit, sehr oft schon in der Kindheit, bewusst oder unbewusst aufgenommen wurde. Es wirkt aus dem Unbewussten und setzt sich stets gegenüber dem bewussten Willen durch. Wenn zum Beispiel eine schüchterne Person nicht gern spricht, befürchtet sie, von anderen abgelehnt zu werden oder wenn man, obwohl man genau weiß, dass etwas falsch ist, sich nicht bzw. nur schwer zurückhalten kann dieses Falsche wieder zu tun, so sind es innere, unbewusste Programme, die einen dazu verleiten. Immer wieder sind es die inneren Programme, die uns hindern unser Ziel zu erreichen.

Bestimmte Gesundheitsprobleme tauchen immer wieder auf. Bestimmte, mental bedingte Krankheiten treten in Zeiten von Stress und Krisen auf. Es sind die mentalen Programme, die diese gesundheitlichen Probleme zum Ausbruch bringen. Neueste medizinische Schätzungen weisen darauf hin das 50 bis 60 Prozent aller Krankheiten psychisch bedingt sind, 80 Prozent aller Krankheiten werden durch Stress oder psychische Probleme ausgelöst. Alle anderen Krankheiten sind körperlichen bzw. genetischen Ursprungs.

f. PcE- Training

Der PcE- Effekt bezieht sich auf die Wirkungsweise des PC- Muskels (Pubococcygeus-Muskel). Das PcE- Training ist fester Bestandteil der Psychonetik Methode und wird in vielen Publikationen, Trainingsanleitungen, Einzeltrainings und Seminaren vermittelt.

Dr. Gerhard H. Eggetsberger beschreibt in seinem Buch „Power für den ganzen Tag“, wie er im Zuge seiner Forschungen den PcE- Effekt entdeckte:

„Im Jahre 1993 begannen wir mit einer neuen Untersuchungsreihe. Wir wollten die menschliche Sexualität und vor allem den Orgasmus erforschen. Ausschlaggebend für den Beginn dieser Forschungsreihe war, dass viele Menschen, die bei uns ein Konzentrationstraining absolvierten, oft auch maßgebliche Verbesserungen ihrer sexuellen Empfindungen erfuhren. Dafür suchten wir Erklärungen. Als wir nach Studium der Sexualfachliteratur bemerkten, dass die meisten Forschungen sich ausschließlich mit den Geschlechtsorganen beschäftigten, war dies für uns sehr unbefriedigend und wir suchten Erklärungen für dieses Phänomen im Nervensystem und vor allem im Gehirn. Hier interessierten uns besonders die hirnelektrischen Abläufe vor und während Orgasmus. Bei Hirnfeldmessungen während des Geschlechtsverkehrs (der Versuchsperson wurde ein tragbares Hirnfeldmessgerät mit Aufzeichnungsvorrichtung mit nach Hause gegeben) zeigte sich, dass die rechte Gehirnhälfte sich nach und nach mit mehr Energie auflädt als die linke Hirnhälfte. Das Gehirn „speicherte“ immer mehr und mehr Energie, bis sich diese bei einem bestimmten Sättigungsgrad wieder entlädt. Diese Forschungsarbeit war deswegen schon interessant, als wir erkennen konnten, je aktiver und interessierter der Mensch wurde, um so mehr und schneller strömte Energie in sein Gehirn. Für mich als Forschungsleiter ergab sich die Frage: Woher kommt diese Energie, wo wird sie erzeugt? Mich interessierte vor allem die Quelle dieser „Sexualenergie“.

Bei der nun folgenden Suche erinnerte ich mich an den PC-Muskel (Pubococcygeus-Muskel), der beim Geschlechtsverkehr eine tragende Rolle spielt. Schon frühere

Untersuchungen darüber zeigten, dass dieser Muskel mit der Orgasmusfähigkeit stark verbunden ist. Durch Biofeedbacktraining des PC-Muskels (hierzu entwickelten wir eine spezielles Trainingsgerät) lernten Frauen mit PC-Muskelschwäche unter Aufsicht eines Gynäkologen, diesen wieder zu kräftigen.

Einer spontanen Idee folgend, versuchte ich, die PC-Muskelenergie im Gehirn zu messen. Mein Gedanke war, dass durch das Zusammenziehen des PC- Muskels freiwerdende Energien über das Rückenmark ins Gehirn weitergeleitet werden und sich dieser Prozess durch feine Hirnfeldveränderungen zeigen würde. Zuerst musste aber eine spezielle Gerätekonfiguration entwickelt werden.

Beim ersten Versuch mit dieser neuen Messanordnung erwartete ich ein kleines Signal, sobald der PC-Muskel angespannt wurde. Ich stellte mich für diesen ersten Versuch selbst zur Verfügung und spannte mehrmals den PC-Muskel an. Ich war über das Messergebnis verblüfft. Da war kein kleines Signal zu sehen, sondern eine enorme Veränderung! Um einen Messfehler auszuschließen, wiederholte ich diesen Versuch mehrmals: Es ergab sich immer wieder dasselbe Bild. Ich notierte mir einige Geräteeinstellungen und wollte nochmals den Muskel aktivieren - doch der Effekt blieb aus. Also doch ein Zufall, ein Messfehler? Ich probierte es noch einmal, spannte den Muskel an - nichts! Ich setzte mich anders auf den Stuhl, und da war sie wieder, diese unglaubliche Aufladung! Mit jeder Muskelanspannung wurde die Energie in meinem Kopf stärker. Was war anders? Ich nahm auf dem Stuhl wieder dieselbe Position ein wie beim Fehlversuch, und es kam neuerlich trotz aller Anspannung zu keiner weiteren Aufladung des Gehirns. Ich erkannte, dass die Energie bei gekrümmten Rücken kaum floss. Nun testete ich alle anderen Muskeln des Körpers. Ich spannte die Bein-, die Bauch-, die Schulter-, und die Stirnmuskeln an, ich ging alle Muskeln durch, bei keinem zeigte sich dieser Aufladungseffekt des Gehirns, gleichgültig, welche Haltung ich auch einnahm. Im Gegenteil, beim Anspannen mancher Muskelpartien wurde die Energie sogar schwächer. Einzig und allein der PC-Muskel setzte diese Energie frei. Ich war euphorisch, sofort wurde das Experiment auch mit anderen Personen durchgeführt. Bei jedem funktionierte es, egal ob Mann oder Frau, alt oder jung, allein die Haltung war ausschlaggebend. Die Energie strömte nur bei gerader Wirbelsäule, andernfalls war sie blockiert. Jetzt wurde mir klar, was für einen Effekt ich hier messen konnte. Es war quasi die Aufladung des Gehirns, ausgelöst durch die Anspannung des PC-Muskels. Niemand hatte diesen Effekt vorher messtechnisch nachgewiesen...

Aus diesem revolutionären Ergebnis entwickelten wir eine neue Methode zur energetischen Aufladung des Gehirns. Diese Methode besteht in speziellen Körperhaltungen, die den inneren Energiefluss harmonisieren und Stauungen abbauen, als auch im richtigen Anspannen des Beckenbodenmuskels, der sich sozusagen als „Energiegenerator“ herausgestellt hat. Mit sieben einfachen Übungen, die wir das PcEnergie- Training (kurz: PcE- Training) genannt haben, lernen Sie, Ihr Energiesystem zu aktivieren und die Lebensenergie ins Gehirn zu lenken.“

Der Beckenbodenmuskel verläuft, grob gesehen, vom Schambein zum Steißbein (bei Mann und Frau). Beim Menschen stützt der PC- Muskel den Anus und die angrenzenden inneren Organe und sorgt dafür, dass diese nicht absinken. Er liegt grundsätzlich 2-3 cm unter der Hautoberfläche. Der Muskel wird größtenteils vom sogenannten Pudendusnerv gesteuert, der die Aktivität der Geschlechtsorgane und des Anus registriert und Signale an das Gehirn sendet und wieder zurückleitet.

Gleichzeitig gibt es eine Nervenverbindung vom Beckennerv zum PC-Muskel. Eine Abzweigung des Beckennervs verbindet bei der Frau den Uterus und die Blase, beim Mann hingegen Blase und Prostata, mit dem unteren Teil der Wirbelsäule. Ist der PC-Muskel stark, ist er der größte Powerlieferant, ein wahres Kraftwerk des Menschen. Das

Anspannen des PC- Muskels stimuliert beim Mann aber auch die Prostata und bei der Frau den Uterus. Auf diese Weise werden Hormone und Endorphine freigesetzt, die eine seelische Hochstimmung auslösen. Der Muskel kann, wie fast alle anderen Muskeln des Körpers, durch entsprechende Übungen gekräftigt werden. Wird der PC- Muskel nicht durch regelmäßigen Sex oder gezieltes Training in Anspruch genommen, wird er ständig schwächer, er atrophiert.

Wenn jemand daher lange ohne Partner und sexuelle Betätigung ist, kann es schon vorkommen, dass auch der PC-Muskel vorerst reaktiviert werden muss. Hier hilft das PC-Muskeltraining über einige Zeit. Ebenso konnten wir eine Schwächung des PC-Muskels bei schlechter Körperhaltung erkennen, z.B. bei ständig vorgeschobenen Becken im Stehen, Gehen und Sitzen. Durch eine solche Haltung wird der PC-Muskel von einer guten Durchblutung und Energieversorgung abgeschnitten. Auch nach einer Geburt haben viele Frauen Schwierigkeiten mit einem schwachen PC-Muskel und so kommt es dann nicht nur zu sexuellen Problemen sondern auch zu Depression und ständiger Müdigkeit. Kein Grund sich zu ängstigen, das sexuelle Verlangen und die mentale Power kommen mit der allgemeinen Kräftigung des PC- Muskels wieder zurück.

So sehen wir, dass die Sexualität, bzw. die Sexualenergie oder Lebensenergie, die Kraft ist die unser Leben weitgehendst mitgestaltet. Der PC- Muskel als einer unserer wirksamsten Kraftquellen im Körper ist beteiligt am höchsten Schöpfungsakt, zu dem Menschen fähig sind. Die Energie, die Leben erschafft, ist auch die Energie die das Leben erhält.

Diese Energie zu nutzen ist ein klarer Schritt in ein modernes Trainingssystem. Vergessen Sie nicht: diese Energie kommt aus unserem Beckenbereich und ist mit unserer Sexualität stark verbunden, sie kommt eigentlich aus einer Tabuzone. Andere Kulturen und Religionssysteme sahen dies nie so wie wir. Die Systeme des indischen Yoga sahen die Sexualenergie immer als die für sie heilige Lebensenergie (Kundalini) an, die einmal erweckt, über das Rückenmark aufsteigend unser Gehirn erreicht. Sie verbanden ihre Sexualität auch immer mit dem Gedanken an diese Energie. Tausende Jahre vor unserer Zeit nahmen sie unsere Entdeckung vorweg. Ihr System des Tantra und des Kundalini Yoga sind heute noch Zeugen ihres Wissens.

XI) Support & Kontakt

Support

Sollten Sie technische Fragen oder Probleme haben wenden Sie sich bitte direkt an uns via eMail: schop1@ilm1.com oder besuchen Sie die Service- und Supportseite: www.m1503.com

Der PcE-Scanner iQ ist ein lebendes Projekt an dem wie bereits erwähnt auch noch nach dem Release weitergearbeitet wird. Da das Gerät wie alle unsere Produkte aus der Praxis für die Praxis entwickelt wurde und wird, freut sich das Entwicklungsteam über Ihr konstruktives Feedback. Sollten Sie darüber hinaus Fragen zu unseren Methoden oder Produkten haben können Sie uns ebenfalls gerne kontaktieren.

Schreiben Sie ein eMail direkt an das Entwicklerteam: iQ@eggetsberger.net

Besuchen Sie uns im Internet: www.ilm1.com