

Newsletter Ausgabe 240

für PcE Effect Project (PEP) & Eggetsberger.NET

Herzlich willkommen bei der Newsletter Ausgabe Nr. 240: April 2013!
Tag der offenen Tür 2013

Mehrmals (ca. 1 – 3 Mal) monatlich bekommen Sie von uns kostenlos per E-Mail top-aktuelle Meldungen aus den Bereichen Medizin, länger leben, Biofeedback, Biomesstechnik, Verhaltensforschung, Physik und Psychologie. Darüber hinaus werden Sie über unsere neuesten Forschungsergebnisse, Produkte und die aktuellen Seminartermine informiert.

Seit Newsletter Ausgabe 173 (Jänner 2010) wird der Newsletter des International-PcE-Networks (IPN) von unserer Forschungsplattform Eggetsberger.NET versendet. Unsere Newsletter finden Sie auch im Internet gratis im Newsletter Archiv

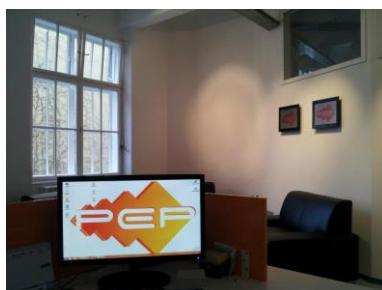
[» Zum Newsletter Archiv](#)

Aktuelle Themen:

1. Tag der offenen Tür
2. Licht am Ende des Tunnels
3. Wunder der Meditation
4. An wen denken Sie?
5. Aktuelle Veranstaltungen

1. Tag der offenen Tür im PEP Center

Willkommen beim Tag der offenen Tür im PEP Center!



Interessieren Sie sich für unsere Forschung, Arbeit und Projekte?
Möchten Sie eine Live- Messung des Gehirns erleben und erfahren welcher Hirntyp Sie sind?

Wollen Sie mit unseren Partnern in Kontakt treten oder sich selbst über das Lizenznehmerprogramm informieren?

Haben Sie Interesse an einer Beratung zur optimalen Potenzialentwicklung?

Das alles und viel mehr erwartet Sie am Tag der offenen Tür! Kompakt und leicht verständlich erhalten Sie Einblick in unsere aktuellen Forschungsprojekte, lernen neue Produkte kennen und können viele unserer Angebote selbst testen. Darüber hinaus haben wir für alle Bereiche Beratungsstellen für Sie eingerichtet.

Der Tag der offenen Tür ist ein interaktives Erlebnis, das Ihnen zeigt wie einfach der Zugang zu mehr Glück, Gesundheit und Erfolg sein kann!

Wann:

27. April 2013
13:00 bis 19:00 Uhr

Wo:

PEP Center
Schottenfeldgasse 60/3/35
1070 Wien

Kosten:

EINTRITT FREI

Wichtige Links:

[» Zum Veranstaltungsprogramm](#)

[» Zur Anmeldung](#)

[» Der Tag der offenen Tür auf Facebook](#)

Das PEP- Team freut sich auf Ihr Kommen!

2. Licht am Ende des Tunnels

Nahtoderfahrung

Belgische Wissenschaftler belegt in einer neuen Studie, dass die physiologischen Mechanismen, die während sogenannter Nahtoderfahrungen (Near Death Experience, NDE) ausgelöst werden, zu Erinnerungen an das Nahtoderlebnis führen, die nicht nur sehr viel lebendiger sind als Erinnerungen an fiktive biografische Erlebnisse, sondern sogar die Lebendigkeit von Erinnerungen an reale Erlebnisse bei Weitem übertreffen.

Zu den klassischen Eindrücken von Nahtoderfahrungen gehört das Zugleiten auf ein

"Licht am Ende eines dunklen Tunnels", in dem der vermeintlich Sterbende bereits verstorbene Freunde und Verwandte trifft, nachdem er seinen Körper verlassen hat. Entsprechende Schilderungen reichen weit in der Vergangenheit zurück, darüber wurde schon seit undenklichen Zeiten berichtet. Diese Berichte werden von Forschern und Wissenschaftlern schon lange kontrovers diskutiert. Während einige Forscher entsprechende Erfahrungen als Beweise für ein Leben nach dem Tod werten, gehen viele Wissenschaftler davon aus, dass es sich um psychophysiologische Abwehrmechanismen des Gehirns oder gar um reine Halluzinationen handelt. Grundsätzlich gibt es allerdings den Konsens darüber, dass das Phänomen an sich noch nicht vollständig verstanden wird und noch unerklärt ist, dieses Phänomen hat aber den Wert erforscht zu werden (da sind sich die meisten Neuro-Forscher und Mediziner einig).

Wie die Forscher um Steven Laureys von der "Coma Science Group" und Serge Brédart und Hedwige Dehon von der Université de Liège aktuell im Fachjournal PLoS ONE berichten, erschweren die für gewöhnlich chaotischen Umstände entsprechender Wahrnehmungen eine kontrollierte wissenschaftliche Untersuchung des Phänomens. Aus diesem Grund haben sich die Forscher den Erinnerungen an die Nahtoderfahrungen angenommen. Vor dem Hintergrund der Hypothese, dass Nahtoderfahrungen einzig das Produkt einer wie auch immer induzierten Einbildung wären, sollten auch die mit ihr einhergehenden phänomenologischen Merkmale (Sinneseindrücke, Selbsteinschätzung, Emotionen usw.) denen von Erinnerungen an fiktive Erlebnisse gleichen und sich so von Erinnerungen an reale Erlebnisse unterscheiden.

Die Untersuchung: In ihrer Untersuchung verglichen die Forscher die Antworten dreier Gruppen von Patienten bezüglich eines Fragebogens miteinander (siehe Video-Link unten), mit dessen Hilfe die phänomenologischen Eigenschaften von Erinnerungen analysiert werden konnten. Während alle drei Gruppenmitglieder der Befragten schon Nahtoderfahrungen erlebt hatten, diente eine vierte Gruppe gänzlich gesunder Freiwilliger als Kontrollgruppe. In den Fragebögen ging es um die Erinnerungen sowohl von realen Ereignissen, fiktiven Ereignissen und die an die Nahtoderfahrungen.

Das Ergebnis der Befragungen beschreiben die Forscher selbst als überraschend. "Die Erinnerungen an die Nahtoderfahrungen unterschieden sich nicht nur von denen an die fiktiven Ereignisse, ihre phänomenologischen Merkmale glichen vielmehr jenen an die realen Ereignisse und überstiegen diese sogar."

Die Forscher selbst interpretieren die Ergebnisse indes lediglich vor dem Kontext der Annahme, dass es sich bei Nahtoderfahrungen um rein physio-psychologische Prozesse handelt. "Situationen, in denen Menschen Nahtoderfahrungen machen, versetzen das Gehirn in ein absolutes Chaos", so die Forscher. "Physiologische und pharmakologische Mechanismen werden vollständig gestört, verschärft oder reduziert. Einige frühere Studien bestimmter Komponenten von Nahtoderfahrungen - etwa die außerkörperliche Wahrnehmung - kommen zu dem Schluss, dass diese durch Fehlfunktionen der Temporär- und Parietallappen erklärt werden können. Vor diesem Hintergrund betrachtet, könnten es diese Mechanismen sein, die auch die in unserer Studie untersuchten Erinnerungen 'erzeugen'. Es würde sich dann also um Eindrücke aus dem Inneren handeln, die der Patient jedoch für äußere und damit für ihn 'reale' Eindrücke hält. Auf eine gewisse Art und Weise also eine Art von

Halluzination. Dennoch sind derartige Ereignisse besonders interessant, da die Erinnerungen an sie extrem detailliert, präzise und beständig sind."

Allerdings fügen die Forscher auch abschließend hinzu, dass ihre Studie nicht den Anspruch erhebe, eine einzigartige Erklärung für Nahtoderfahrungen zu liefern. Sie trage allerdings dazu bei, mit physiologischen Phänomenen einhergehende psychologische Phänomene in Betracht zu ziehen.

Quelle: ulg.ac.be, Fachjournal PLoS ONE

Dr. Steven Laureys ist Neurologe und klinischer Professor in der Abteilung für Neurologie des Universitätsklinikums von Lüttich, leitender Wissenschaftler an den FNRS.

eMail: [steven.laureys @ ulg.ac.be](mailto:steven.laureys@ulg.ac.be)

LINK: http://www.ulg.ac.be/cms/c_716080/de/near-death-experiences (Coma Science Group Dr. Steven Laureys)

3. Wunder der Meditation und Konzentration

Durch Meditation kann sich der eigene Körper erwärmen.

Zu diesem Schluss kommt eine Erhebung der National University of Singapore. Die Kerntemperatur kann vom Gehirn aus gesteuert werden und durch bestimmte Meditations-Techniken erhöht werden. Laut den Forschern kann diese Erkenntnis Menschen in kalten Regionen helfen. Während einer religiösen Zeremonie in Tibet wurden Daten von Nonnen gesammelt, die mithilfe der sogenannten G-Tummo-Meditation ihre Körpertemperatur erhöht haben. Dabei haben sie eiskalte Tücher, die um ihren Körper gewickelt waren in einem minus 25 Grad Celsius kalten Raum getrocknet. Es wurde die Temperatur gemessen, wobei sie auf 38,3 Grad Celsius anstieg. Nicht für jeden gleich machbar: "Meditierende brauchen für diese bestimmte Meditationstechnik eine gewisse Praxis.

Hintergründe: Studie beweist, Tummo-Meditation kann Körperkerntemperatur kontrollieren

Singapur - Einem internationalen Forscherteam ist erstmals der wissenschaftliche Nachweis dafür gelungen, dass es möglich ist, die Körperkerntemperatur, also der Temperatur der lebenswichtigen inneren Organe, willentlich durch Meditation zu beeinflussen.

VIDEO: Tibetisch-buddhistischen Mönche Meditation und Wissenschaft. Tummo Me:

LINK: [YouTube](#)

Wie das Team um Professor Maria Kozhevnikov vom Department of Psychology an der National University of Singapore (NUS), zu dem auch der Psychologe Klaus Gramann von der TU Berlin gehört, aktuell im Fachjournal "PLoS One" berichtet, gelang der Nachweis dieser Fähigkeit in Zusammenarbeit mit tibetischen Nonnen, die die sogenannte Tummo-Meditation, eine tantrische Meditationstechnik des Vajrayana-Buddhismus, praktizieren.

Die innere Energie kontrollieren und steuern

Frühere Studien dieser Meditationstechnik konnten schon den Anstiege der Körpertemperatur in Fingern und Zehen nachweisen. Laut Angaben des Tummo-Trainierenden kontrolliere diese Praktik die innere Energie und deswegen wird die Tummo-Technik von ihren Anhängern in Tibet als eine der heiligsten spirituellen Praktiken verstanden und praktiziert. Klöster, in denen das Tummo praktiziert wird, sind sehr selten und liegen meist in den abgeschiedenen Gegenden Tibets, berichten die Mental-Forscher.

Die Wissenschaftler selbst erhielten ihre Daten während der Zeremonie des "Inneren Feuers". Währenddessen die Nonnen und Mönche nachweislich in der Lage sind, ihre Körpertemperatur derart zu erhöhen, dass sie in der Lage sind, selbst bei minus 25 Grad Celsius Außentemperatur nasse Kleidung auf ihrem Körper zu trocknen. (Hinweis, durch Temperaturbiofeedback-Übungen, unter Gerätekontrolle, ist JEDER Übende in der Lage die Temperatur z.B. in den Händen und Füßen oft bis zu einigen Graden zu erhöhen. Wir benutzen diese Technik gegen Migräne und auch gegen chronisch kalte Hände und Füße.)

Mittels Biosensoren zeichneten die Tummo-Forscher die Körpertemperatur der Meditierenden auf und beobachteten dabei einen Anstieg der Körperkerntemperatur auf bis zu 38,3 Grad Celsius. Normalerweise liegt diese zwischen 35,8 und 37,2 Grad Celsius. In einer zweiten Untersuchung untersuchten die Forscher auf gleiche Weise die Körpertemperaturen von westlichen Meditierenden, die eine Atemtechnik des Tummo anwendeten. Auch hierbei zeigte sich - wenn auch in deutlich geringerem Ausmaß - ein Anstieg der Körperkerntemperatur als Folge der Meditation.

Für die Wissenschaftler aber auch Medizin ergeben sich aus dem Nachweis dieser Fähigkeit auch ganz konkrete mögliche Anwendungen - auch für Meditationsanfänger, in dem es möglich sein könnte, die Körperkerntemperatur durch gezieltes Atmen und Meditation (auch durch Unterstützung von Biofeedback) zu regulieren. Eine solche Technik könnte es den Anwendern ermöglichen, sich beispielsweise an eine kalte Umgebungen anzupassen, die eigene Widerstandsfähigkeit gegen Infektionskrankheiten sowie kognitive Fähigkeiten zu erhöhen und besser mit gesundheitlichen Problemen angesichts zu niedriger Körpertemperaturen umgehen zu können.

Die Auslöser für den willentlichen Anstieg der Körperkerntemperatur durch die Anwendung von Tummo sehen die Forscher einerseits in der angewendeten Atemtechnik (vase breathing, dt.: Vasenatmung) und in der "konzentrierten Visualisierung". Die angewandte Atemtechnik führe zur sog. Thermogenese, also zur Produktion von Wärme durch Stoffwechselaktivität.

Bei der Visualisierung (Fokusübung), konzentriert sich der Meditierende mental etwa auf das Bild von Flammen, die beispielsweise entlang seiner Wirbelsäule auflodern. "Beide Techniken wirken zusammen und führen so zu den erhöhten Temperaturen bis hin in Bereiche moderater Fieberzustände", so die Forscher.

"Schon die Vasenatmung alleine ist ein sicherer Weg, um die Körperkerntemperatur in normalem Umfang zu regulieren", erläutert Kozhevnikov. "Die Anwender, denen

ich diese Technik beigebracht habe, waren in der Lage, ihre Körpertemperatur in bestimmtem Umfang zu erhöhen und berichteten danach, sich deutlich kraftvoller und konzentrierter zu fühlen."

Weitere Untersuchungen könnten zukünftig also auch nicht-tibetanische Anwender dieser Meditationstechnik dazu befähigen, durch Vasenatmung ihre Gesundheit und kognitive Leistung zu verbessern

Meditation hat viele positiven Effekte

Um z.B den Selbstheilungs-Prozess des Körpers zu mobilisieren, ist es wichtig, dass die Achtsamkeit (Fokus) in der Gegenwart bleibt und der Meditierende nicht unachtsam in Gedanken an die Vergangenheit oder an eine mögliche Zukunft abschweifen. Dabei sind Gedankestopptechniken und auch die sogenannte Alpha-Switch Technik gute Hilfestellungen (siehe dazu das Theta-X Programm).

Quelle: Fachjournal "PLoS One"

LINK:

<http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0058244>

(BILDQUELLE: Ansteigende Temperaturkurven während des Tummo vor dem Hintergrund meditierender Mönch. | Copyright/Quelle: Kozhevnikov et al. / plosone.org und Eggetsberger-info)

4. An wen denken Sie? *Der Hirnscan weiß es*

Forscher der Cornell University ist es zum ersten Mal gelungen, mittels Magnetresonanztomographie (MRT Scans) erfasste Gehirnaktivitäten zuzuordnen an welche Personen, mit bestimmten Charakterzügen, sie gerade denken.

Zitat: Wir versuchen, die physischen Mechanismen zu verstehen, mit denen unser Gehirn ein "Innenbild" von bestimmten Menschen erzeugt. Und ein Teil dieser Untersuchung soll uns zeigen, wie andere Menschen in unserem Geist dargestellt werden, so der Projektleiter Nathan Spreng. Das Forscherteam gab 19 Freiwilligen Beschreibungen von vier ausgedachten Personen mit unterschiedliche ausgeprägten Eigenschaften wie Extraversion und Verträglichkeit. Anschließend scannte man die Gehirne der Teilnehmer, während man sie befragte, wie die fiktiven Personen sich in bestimmten Situationen verhalten könnte.

Bei den Scans zeigte sich, dass jede der vier Personen hochspezifische Gehirnaktivitätsmuster im medialen präfrontalen Cortex auslösten. Im Umkehrschluss ließe sich – bis jetzt zumindest in einem gewissen Rahmen – damit feststellen, über welche Person der Gemessene gerade nachdenkt.

Spreng über die Ergebnisse: Die Reichweite dieser Forschungen ist unglaublich, wenn man an all die Menschen denkt, die man im Verlauf seines Lebens trifft und an die man sich erinnert. Jede Person hat wohl ihre eigene Repräsentation (Innenbild) im Gehirn. Und diese Repräsentation wird ständig modifiziert. Zum Beispiel, wenn wir gemeinsam etwas erleben oder neue Dinge übereinander lernen. Und das hat dann Einfluss darauf, wie wir uns zukünftige gemeinsame Ereignisse vorstellen.

Quelle: Scientific American, Cornell University, Nathan Spreng
LINK: <http://www.scientificamerican.com/article.cfm?id=brain-researchers-can-detect-who-we-are-thinking-about&page=2>

5. Aktuelle Veranstaltungen im PEP Center

Alle aufgeführten Veranstaltungen finden im PEP Center statt:

PEP Center

Schottenfeldgasse 60/3/35
1070 Wien
Österreich

Vortrag: Equinox - wie Frequenzen uns beeinflussen

Donnerstag, 25.04.2013

18:00 - 20:00

Eintritt: FREI

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

Frequenzen bestimmen unser Leben. Den wenigsten Menschen ist bewusst, wie viele Frequenzen uns jeden Tag umgeben und wie diese in unterschiedlichster Form und Erscheinung auf uns einwirken. Gerhard H. Eggetsberger stellt im Rahmen dieses Vortrags interessante Hintergründe und Forschungen zu dem Thema vor. Außerdem erklärt er, wie man sich bestimmte Frequenzen zu Nutzen machen kann bzw. vor ungünstigen Frequenzen schützen kann.

Tag der offenen Tür

Samstag, 27.04.2013

13:00 - 19:00

Eintritt: FREI

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

Willkommen beim Tag der offenen Tür im PEP Center!

Interessieren Sie sich für unsere Forschung, Arbeit und Projekte?

Möchten Sie eine Live- Messung des Gehirns erleben und erfahren welcher Hirntyp Sie sind?

Wollen Sie mit unseren Partnern in Kontakt treten oder sich selbst über das Lizenznehmerprogramm informieren?

Haben Sie Interesse an einer Beratung zur optimalen Potenzialentwicklung?

Das alles und viel mehr erwartet Sie am Tag der offenen Tür! Kompakt und leicht verständlich erhalten Sie Einblick in unsere aktuellen Forschungsprojekte, lernen neue Produkte kennen und können viele unserer Angebote selbst testen. Darüber hinaus haben wir für alle Bereiche Beratungsstellen für Sie eingerichtet.

Der Tag der offenen Tür ist ein interaktives Erlebnis, das Ihnen zeigt wie einfach der

Zugang zu mehr Glück, Gesundheit und Erfolg sein kann!

Trainingsabend: Pce+ | Pce Yoga

Donnerstag, 02.05.2013

18:00 - 20:00

Eintritt: 10,- Euro

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

Anfänger und Fortgeschrittene aller Altersgruppen sind herzlich eingeladen zu diesem Trainingsabend mit Jenny Fox. Das belebende Training verbessert den Energiefluss, löst Verspannungen und schafft mehr Stabilität in der Wirbelsäule. Die anschließende Frequenz- Meditation mit unterstützender Erdung regt den Energiefluss der Pce Yogis an!

Seminar: Psychonetiker 1 - Aufbau

Samstag & Sonntag, 04. & 05.05.2013

11:00 - 17:00

Eintritt: 395,- Euro

Anmeldung: [DIREKTLINK!](#)

Das neue, überarbeitete Psychonetiker 1 Seminar bietet Ihnen die Möglichkeit einfach und leicht verständlich den Umgang mit Biofeedback Techniken der Psychonetik Methode zu erlernen. Im Rahmen des Seminars können Sie sich das notwendige Basis- Wissen aneignen, um erfolgreich mit Biofeedback Messgeräten arbeiten und trainieren zu können.

Dabei steht vor allem der praktische Teil des Seminars im Vordergrund. Nach diesem Wochenende haben Sie selbst Messungen durchgeführt, interpretiert und erste Trainingserfolge erlebt!

[» Folgen Sie uns auf Facebook \(Eggetsberger.NET\)!](#)

[» Bio-Vit Shop](#)

[» Eggetsberger- Info Wissenschaftsblog](#)

[» Eggetsberger.NET](#)

Wenn Sie keine Mitteilungen von -eggetsberger.net- Eterna Management S.L. bekommen möchten klicken Sie bitte auf diesen Link [Link](#)