

Jürgen Woldt

Unsere Körperfelder



Die Evolution der Kraft

Die Verschränktheit von Lebensglück und Lebenskraft quantenphysikalisch betrachtet

Die meisten unter euch denken bei dem Wort „Kraft“ vielleicht an physische Kräfte, assoziieren eher Muskelkraft, Durchsetzungsfähigkeit oder einen aufgebauten Körper, der in der Lage ist, den Anforderungen des Alltags standzuhalten.

In meinem E-Book „Die Evolution der Kräfte“ geht es aber weniger um physische Kraftpotentiale, die uns helfen unseren Alltag tragen zu können oder manchmal auch zu ertragen.

Vielmehr geht es heute um die Lebenskraft an sich, die sich ausdrückt über Lebensglück, Lebensfreude, Lebenszufriedenheit, Lebendigkeit und Lebenssinn. Noch genauer gesagt, geht es heute um Emotionalität. Es geht über jenes individuelle Gefühl, was für jeden einzelnen ganz individuell Lebensglück, Lebenskunst und Lebensfluss bedeutet.

Es handelt sich also um das Gefühl, das du für dich und dein soziales Feld hast, in dem du lebst. Wenn es da ist, ist es unscheinbar, weil alles in Ordnung ist, obgleich es der Nährboden für Handlungsfähigkeit ist.

Wenn der Zugriff darauf abhanden gekommen ist, dann merken wir es in unserem Verhalten. Wenn das Gefühl für uns selbst verloren gegangen ist, dann fangen wir an zu zaudern, wir fühlen uns unsicher, frustriert, gestresst, werden depressiv oder erleben einen burn out, usw.

Die Fachwelt hat bereits schon in den 70er Jahren für diesen Zustand, des verloren gegangenen Gefühls für sich selbst einen Fachterminus geprägt: die sog. Alexithymie.

Und dennoch – gerade wenn es um unsere Gefühle geht – sollten wir doch einmal den Blick hinwenden zu unserem Körper. Die meisten Menschen glauben, dass unsere Gefühle in unserem Gehirn erzeugt werden. Folglich glauben sie, dass die Veränderung von neuronalen Strukturen auch eine Veränderung in unserem Verhalten möglich macht. Dem ist nicht so.

Bevor das komplexe Netz der neuronalen Strukturen innerhalb des Körpers geboren wird, geschieht etwas anderes, außerhalb unseres materiell festen fühlbaren Körpers in den Körperfeldern, dort wo Gefühle entstehen. Von dort aus findet ein Informationsfluss und Informationstransfer statt hin zu unserem festen Körper, konkret über das Bindegewebe im Körper. Dieses dient als Halbleiter und transportiert Informationen ohne Zeitverzögerung.

Das ist ein quantenphysikalisches Phänomen, das uns erlaubt, Lebendigkeit und Lebensglück zu leben, noch bevor unser neuronales Netz überhaupt schon so weit in Funktion gegangen ist. Es ist also so, dass die neuronale Strukturen den Informationsfeldern folgen. Letztere waren zuerst da.



Bewegte Informations- oder Körperfelder als Quelle der Kraft

Bei den Informations- oder Körperfeldern handelt es sich um die verschieden verdichteten Felder um uns herum, bekannt z.B. als emotionales oder mentales Feld. Sie fungieren als Sender und Empfänger für jegliche Informationen.

Dabei kommt es während der Informationsübertragung von Körperfeld zu Körperfeld zu interaktiven dynamischen Oszillationsprozessen. Dies betrifft natürlich auch den Körper selbst, vor allem die Strukturen der Muskulatur. Je flexibler, kommunikationsfreudiger und durchlässiger die Informationswege sind, desto vielfältiger ist die Informationsübertragung jeglicher Kommunikation mit unserer Umwelt, was wiederum Auswirkungen auf unsere Befindlichkeit hat.

Entscheidend ist also wie wir unsere Körperfelder in Bewegung halten können. Denn bewegte Körperfelder sind die entscheidende Quelle der Kraft für unseren Körper, unseren Stoffwechsel, unsere geistigen Kraft und unserer Lebenskraft.

„Denn bewegte Körperfelder sind die entscheidende Quelle der Kraft für unseren Körper, unseren Stoffwechsel, unsere geistigen Kraft und unserer Lebenskraft.“

Exkurs in die physikalische Welt von Quanten, Schwingung, Masse und Vakuum

Lasst uns einen kleinen Exkurs machen in die Welt der Physik, damit wir leichter verstehen können wie wir Menschen über unsere Körperfelder mit unseren Gefühlen und unserer Lebenskraft mit unserer Existenz, unserer Seele, verbunden sind.

Wenden wir uns also den Sichtweisen der physikalischen Welt zu - und zwar nicht der von Newton vorgestellten und sicher wertvollen Welt des Umgangs mit den fühlbaren Kräften auf unserer Erde - , sondern denjenigen physikalischen Kräften, wo die Newton'schen Mechanikgesetze keine Gültigkeit mehr haben.

Konkret: Wenden wir uns dem subatomaren Bereich zu, der auch der Physik zugeordnet wird und zwar der Quantenphysik, dessen Urheber Max Planck ist. Max Planck hatte 1898 im Zuge eines Auftrags für die Stahlindustrie (Verhalten der Hitzeabstrahlung von heißem Eisen) Energiehäppchen von 10^{-35} Joule pro Sekunde entdeckt, die er „Quantum“ nannte. Die Bezeichnung „Quantum“ war zunächst ein Arbeitsbegriff, der die anfängliche Verlegenheit der Unbestimmbarkeit der exakten Abstrahlungsgröße (wie viel, wie groß) zum Ausdruck bringen sollte.

Weitere Physiker wie Werner Heisenberg, Niels Bohr und Erwin Schrödinger forschten auch auf dem Gebiet des subatomaren Bereichs. Je feiner die Materie der Natur beschritten wurde, umso weniger Gültigkeit bewiesen die Newton'schen Mechanikgesetze. Der Glaube an Materie löste sich schließlich mehr und mehr auf. Es wurden neue physikalische Gesetzmäßigkeiten formuliert.

Es war der Physiker Max Plack selbst, der einstige Pionier auf dem Gebiet der Quantenphysik, der in einem legendären Vortrag im Jahre 1940 über „Das Wesen der Materie“ klar zum Ausdruck brachte, dass die Materie einen geistigen Ursprung hat.

Das war damals revolutionär. Materie ist Schwingung, die in Beziehungen zueinander steht und Informationen austauscht. Die Quantenphysik wird daher auch Informationsphysik genannt oder Bewusstseinsphysik.

Ein Beispiel: Wenn wir einen Baum anschauen, so wissen wir heute, dass der Baum im subatomaren Bereich reagiert und das Verhalten der kleinsten subatomaren Teilchen verändert. Nach unserer Betrachtung ist der Baum ein anderer als vorher, das muss man sich mal klar machen – und natürlich haben auch wir uns verändert. Damit ist die alte Vorstellung von einer Welt der Getrenntheit aufgehoben. Alles im Kosmos ist verbunden, oder wie es in der Sprache der Quantenphysiker heißt „quantenverschränkt“.

Und es wird noch spannender: Materie besteht laut Nobelpreisträger Carlo Rubbia (1984) nur zu einem Milliardstel aus Masse, der Rest ist Vakuum. Wollen wir uns das jetzt mal etwas plastischer vorstellen: Der Eiffelturm mit seinen 300 Metern Höhe ist ohne Vakuum nur noch schlichte 0,0003 Millimeter groß, also nur noch mit dem Mikroskop sichtbar. Noch verheerender wäre es bei meiner Wenigkeit: Würden wir mein Vakuum von meiner Masse abziehen, wäre ich für euch und meine Familie nicht mehr auffindbar. Also alles doch nur Schall und Rauch? Spaß beiseite.

Was will ich damit sagen? Der Mensch lässt sich nicht reduzieren auf Materie, die sich selbst organisiert. Der Mensch ist auch ein Empfänger und Sender von Schwingungen, er steht in permanenter Interaktion zu seiner Umwelt und dem Kosmos, tauscht Informationen aus und reguliert auf diesem Wege ständig seine Befindlichkeit.

Wie jedoch gelangt die Information um uns in unseren Körper und wie drückt sich ein Informationstransfer aus? Und wie kommen Menschen mit Informationen zurecht, die außergewöhnliche Inhalte oder Erlebnisse beinhalten?



Meine ganz persönliche Lebensfrage wird zur Lebensaufgabe

Letzte Frage stellte ich mir erstmalig mit 17 Jahren als mein Vater mit 49 Jahren tödlich verunglückte und wir plötzlich „allein“ mit Mutter und Geschwistern waren. Diese Frage sollte – wie ich heute weiß - eine lebensbegleitende, autobiographisch bedeutsame, inspirierende Frage werden, die mein Leben und Wirken bis heute bestimmt.

Eine erste zaghafte Antwort auf diese Frage eröffnete sich mir erst 20 Jahre später durch Beobachtungen von Menschen, die mich zu einer Entdeckung eines Naturphänomens im Jahre 1986 führte. Die Körperfelder eines jeden Menschen sind in Abhängigkeit seiner emotionalen und mentalen Aufmerksamkeit in Bewegung.

Schnell wurde mir klar, dass unser motorisches System einen direkten Zusammenhang hat mit dem Energiekörper. In vielen Jahren der Beobachtung habe ich außergewöhnliche Methoden entwickeln können, die die Körperfelder in Bewegung halten und so den Informationsaustausch mit unserer Existenz.

Die Betrachtung meines Körpers, vor allem der Muskulatur, die ich vorher nur als Antriebstrang gesehen hatte bekam plötzlich bezüglich der Erfüllung unseres Lebens, des Lebensglücks und der Sinnfindung eine ganz andere, vielschichtigere Bedeutung. Der Muskel ist nicht nur integraler Bestandteil des Körpers, sondern auch des umliegenden Feldes, in dem er als Halbleiter fungiert.

Weitere 5 Jahre benötigte ich für ein Verstehen dieser Phänomene mit all seinen Zusammenhängen. Ich fing an, meine Erkenntnisse aufzuzeichnen und zu systematisieren.

Nach weiteren 7 Jahren des Experimentierens und des Austausches mit anderen Naturmedizinerinnen und Energetikern war ich soweit, allgemein gültige Aussagen treffen zu können, die wiederholbar und objektiv nachvollziehbar waren.

So begannen wir, meine Frau Renate und ich, unsere Forschungsergebnisse über die Emotionsregulationsfähigkeit des Menschen zu lehren. Wir gründeten 1998 offiziell ein Ausbildungs- und Forschungsinstitut und nannten es unserer Firmentradition zufolge und dem Zeitgeist entsprechend "do it Akademie."

„Der Muskel ist nicht nur integraler Bestandteil des Körpers, sondern auch des umliegenden Feldes, in dem er als Halbleiter fungiert.“

Forschungen zu Gesundheit und Glück

In unserem Forschungsinstitut beschäftigen wir uns seither mit Fragen und Antworten der Lebenskunst und der Gesundheit und den Ursachen von Lebensglück. Für unsere do it Akademie war das Wort „Wellness“ in den 90er Jahren geprägt von Handlung - nicht wie bei den meisten anderen Anbietern von Wellness von Behandlung.

Es ging also um eine Handlungsfähigkeit in einer Welt von Herausforderungen. Entsprechend war unsere Firmenphilosophie: „Wellness ist nicht, was dir gut tut, sondern das, was du gut tust“. Dies war nicht pädagogisch oder sozialorientiert gemeint, sondern auf dein Selbst, deine Seele und deine Seinsform bezogen.

Viele Wissenschaftler weltweit beschäftigen sich mit den Themen Gesundheit und Glück. Immer wieder stellte sich mir die Frage, inwieweit sich Gesundheit überhaupt auf Funktionen reduzieren lässt. Mittlerweile teile ich die Meinung des Philosophen Gadamer, der Gesundheit als einen Seinszustand beschreibt, jenseits von Krankenorganisationssystemen und medizinischem Denken. Auch teile ich die Ansicht des israelisch-amerikanischen Medizinsoziologen Aaron Antonowski, der das salutogenetische Modell erfand. Er vertritt aufgrund seiner Forschungsergebnisse die Ansicht, dass Gesundheit von Menschen dann kreiert wird, wenn sie die Welt, die sie wahrnehmen, handhaben und in ihren Handlungen auch einen Sinn erkennen können.

Dies wird bezeichnet als Kohärenz. Nach über 20 Jahren Forschungstätigkeit glaube ich eine Antwort auf die sich anschließende Forschungsfrage Aaron Antonowskis gefunden zu haben, nämlich wie die Parameter, die Gesundheit ermöglichen, vom Menschen selbst hergestellt werden können. Ausgangspunkt unserer Überzeugung ist, dass es unser Körper ist, der unsere Welt um uns herum wahrnimmt.

Es sind nicht die Sinne. Unsere Sinne sind nur Botschafter und Vermittler. Unser Körper kommuniziert mit der Außenwelt über Schwingungen. Diese werden absorbiert von unserem festen Körper, vornehmlich der Muskulatur und dem Bindegewebe mit ihren hervorragenden Oszillationseigenschaften. Die Muskulatur gibt dann die notwendigen Informationen an unser Gehirn als Schaltzentrale und Steuereinheit weiter.

Wir haben also ein körperliches Korrelat gefunden, das uns die Möglichkeit gibt Lebenshandhabung zu kreieren und Sinn darin zu finden. Um es noch einmal deutlich zu machen, unsere Muskulatur ist ein bedeutender Faktor in unserem Leben. Und dies ist unabhängig davon, ob diese nun trainiert oder untrainiert ist, ob diese dem neuronalen Netz in der neuronale Ansteuerung gehorcht oder nicht.

Die Fähigkeit mit dem Leben zurecht zu kommen liegt jenseits der Funktionsfähigkeit der Muskulatur. Wir haben in jahrelangen Forschungen nachgewiesen, dass Bewegung allein nicht ausreicht, um unsere Energiefelder in Bewegung zu bringen und so neue Bewusstseinsprozesse und regulative Körperprozesse entstehen zu lassen. Das habe ich vor vielen Jahren als sehr gut Trainierter am eigenen Körper erfahren in verschiedensten extremen Situationen meines Lebens.

Ich war fit wie ein Turnschuh als mich und meine Familie eine millio-
nenschwere Fehlinvestition traf, die uns keine Möglichkeit mehr gab
Essen zu kaufen, als meine Tochter mit nur wenigen Monaten starb
und als mir mein Freund und Arzt die Diagnose mitteilte, dass mein Le-
ben in nur wenigen Monaten zu Ende sei.

Meine Fitness half mir damals nicht viel weiter, weil ich mein Gefühl zu
mir selbst verloren hatte. Wenn sich nichts mehr bewegt in dir, nichts
verändert, nichts wandelt, dann hängst du wie dein Computer hängt,
der keine Information mehr transportieren kann. Du kannst aber sicher
sein, dass jede Begegnung mit der Natur immer ein Potential der Ver-
änderung für dich in sich trägt.

*„Meine Fitness half mir damals nicht viel weiter,
weil ich mein Gefühl zu mir selbst verloren
hatte.“*

Wie man sich selbst zum Glücklichen hin bewegt

Die Frage ist also: Wie kann ich wieder in Kontakt kommen zu mir selbst, wie kann ich mich wieder fühlen und meine Bedürfnisse wahrnehmen?

Die Lösung liegt in der Bewegung mit der Betrachtung der Natur. Platon sagte schon: „Die Natur ist ein Brief Gottes an die Menschen.“

Damit sprach er die heilsame, selbstregulierende Kraft an, die von der Natur ausgeht und die man, wenn man es zulassen möchte, empfangen kann. Es geht um die Bereitschaft wieder zu kommunizieren. Etwas nüchterner quantenphysikalisch ausgedrückt geht es um die Wiederaktivierung einer dynamisch oszillierenden interaktiven Transformation, die Selbstregulationsprozesse auslöst und dadurch automatisch Glücks- und Lebenskunstentwicklungen für ein gelungenes Leben ermöglicht.

Bewegung als spiritueller Akt?

Bewegung ist das Elementarste in unserem Leben. Dabei geht es nicht nur um Fortbewegung und Fortpflanzung, sondern auch darum, was Menschen emotional bewegt. Weniger geht es darum, wie wir meinen, wie sich Menschen aus sportwissenschaftlicher Sicht bewegen müssten. Bewegung kann in vielerlei Hinsicht Sinn machen.

Ein Sinn liegt sicherlich darin, sich selbst zu spüren, sich wahrzunehmen in körperlicher und seelischer Hinsicht. Der Bezugspunkt zu sich selbst spielt dabei eine große Rolle. Bewegung ist nicht nur für die Muskulatur wichtig. Ebenso löst Bewegung in dem unsere Muskeln umgebenden Energiefeld, in unserem Körperfeld und darüber hinaus bestimmte Bewegungsimpulse aus.

Wir wissen heute aus wissenschaftlichen Quellen, dass Bewegung das Bewusstsein von Menschen verändert und Erkenntnisprozesse ermöglichen kann. Bewegung so gesehen ist ein spiritueller Akt. Über Bewegung wird unser Körper energetisch genährt und steht in Verbindung mit unseren emotionalen, mentalen und spirituellen Feldern.

„Über unsere bewegten Energiefelder fließen Eindrücke zu uns zurück, die uns Impulse geben können für ein Leben in Freude, Zufriedenheit und Glück.“

Globaler Bewusstseinswandel

Schauen wir uns doch mal um: Alles ist im Wandel. Das elektromagnetische Feld der Erde. Das Klima und die Wetterverhältnisse. Die Finanzwelt. Der Gesundheitssektor. Die Beschäftigungsverhältnisse. Unsere Beziehungen. Die neuen Kinder. Usw. Es gibt kaum noch längere Phasen einer lang anhaltenden Kontinuität.

Dies bedeutet erhöhte Anforderung für alle Menschen an ihre eigene Lebensgestaltung, aber auch für alle anderen mitzudenken und verantwortlich Neues zu gestalten. Flexibilität, Kreativität und Mut sind gefragt. Evolution bedeutet immer, dass es Neues entstehen darf. Manchmal sehnt man es sich herbei und manchmal wird man damit konfrontiert. Beide Male wird man emotional herausgefordert.

Dies ist die Möglichkeit, Quellen der Kraft und Inspiration anzuzapfen über das eigene Körperfeld. Wir müssen uns dessen nur bewusst werden. Jetzt ist die Zeit des Quantenbewusstseins, auch Informationsbewusstsein genannt. Wachstums- und Veränderungsprozesse resultieren immer aus einer Bewegung heraus. Dass diese Bewegung in einem ganz bestimmten Kontext zu der Natur haben muss, dass Menschen unterstützt werden in den elementarsten Lebensgrundlagen wie Gesundheit, Lebensfreude, Zufriedenheit und subjektives Glücksempfinden, habe ich bereits erwähnt. Noch eines kann ich euch verraten: Mittlerweile ist es noch nicht einmal nötig, dass man sich selbst bewegt – dank der sich weiter entwickelten Technik und Forschungen. Also könnt ihr euch ganz bequem zurücklegen und genießen.

Autoren- und Dozentenbeschreibung:

Jürgen Woldt

Jürgen Woldt ist Gesundheitsforscher, spiritueller Lehrer und Coach.

Er ist Pionier in der praktischen Bewegungsforschung und Begründer der Quantenmotorik, die den Einfluss von Feldenergien in Zusammenhang mit Bewegung betrachtet.

Sein neuer Denkansatz in der Bewegungslehre mit Auswirkung auf die spirituelle Gesundheit ist weltweit einmalig.

Als Inhaber der do it bewegungsstudios GmbH und des Forschungsinstituts do it Akademie entwickelte er den patentierten BodySense® Gesundheitsraum, das patentierte sensorische Trainingsgerätekonzept und das Gesundheitsmöbel SenseIntelligence, eine prämierte Gesundheitsliege. Eine außergewöhnliche Umsetzung seiner Forschungsarbeit gelang ihm in der Umsetzung eines Natur Bewegungsfilm Clips dem Körperfeldcoaching Clips der von jedermann Online gebucht werden kann, um ein neues Bewusstsein für Leben, Gesundheit und Lebensglück zu entwickeln.

Mitglied werden bei der do it Akademie über eine Online Mitgliedschaft:

Über eine Onlineplattform ist es möglich, Natur und Bewegung zu betrachten, die den Informationsfluss innerhalb der Körperfelder erhöht und individuelle selbstregulatorische Prozesse auslöst.

Auf unserer Onlineplattform www.doit-akademie.de erhältst du weitere Informationen.

Folge diesem Link:

<http://bodysense.de/koerperfeldcoaching-clips/>

Du erhältst unmittelbar den Zugang zu unserem Mitgliederbereich.

Unsere Clips dienen der Aktivierung einer erhöhten Selbstregulation und dem Wiederentdecken unseres Gefühls für uns und für unser soziales Feld, in dem wir leben. Was stattfindet ist ein individueller Informationstransfer zwischen unseren komplexen Denk,- Gefühls- und Körperstrukturen.

BodySense®

Körperfeldcoaching *Clips*

VERBESSERN DEINE SELBSTREGULATIONSFÄHIGKEIT

Körperfeldcoaching Clips regulieren dein Körperfeld und stärken deine Selbst-Regulationsfähigkeit!

"Eine einfache Anwendung, die dein volles Potenzial entfaltet."

Körperfeldcoaching Clips

- unterstützen dein Immunsystem
- setzen Heilungs– und Selbstregulationsimpulse
- regulieren deine Körperfelder

MEHR INFORMATIONEN UNTER:

<https://bodysense.de/ebook-unsere-koerperfelder>





Copyright © 2025

Alle Rechte der Verbreitung vorbehalten

Eine kommerzielle Nutzung der Inhalte dieses E-Books bedarf einer Lizenz-
erlaubnis der Urheber.

Illustrationen & Inhalte: Jürgen Woldt