

# DAS GESCHENK DER EPIGENETIK

Die Epigenetik ist ein spannendes aber auch komplexes Thema, besonders wenn es um die biologischen Mechanismen geht. Detailwissen ist jedoch nicht erforderlich, um Epigenetik im Leben einzusetzen oder ihre spirituellen Aspekte zu entdecken. Einer dieser Lebensbereiche, in dem die Epigenetik ihre Wirkung entfalten kann, ist die Beratungs- und Therapiepraxis.

*Die Epigenetik begleitet uns im Alltag. Dabei stehen wir erst am Anfang dieses Wissens um die Möglichkeiten, die sich uns dadurch öffnen.*

**O**ft sind Ängste der Grund für eine Therapie. Eine Quelle dieser Ängste ist die Ursprungsfamilie und das, was wir durch ihre Gene auf den Lebensweg mitbekommen haben. Systemische Therapien und Ahnenforschung bringen uns unseren Wurzeln näher. Doch was ist schon im Leben polaritätsfrei? So können sich Vorfahren und Begebenheiten offenbaren, die Gründe für neue Ängste liefern, anstatt Wurzeln zu geben. Häufig fällt in diesem Zusammenhang der Satz: „Es sind meine Gene“.

Die Epigenetik begleitet uns im Alltag. Dabei stehen wir erst am Anfang dieses Wissens um die Möglichkeiten, die sich uns dadurch öffnen.

## Genetik und die Angst

Wenn nur „meine Gene“ beachtet werden, wenn die Genetik in einem deterministischen und so verlockend logisch nachvollziehbaren Sinne beachtet wird, wie sie noch vor gar nicht so vielen Jahren gelehrt wurde, kann dies massive Ängste verursachen. Ein Satz wie: „In meiner Familie gibt es Krebs“ aus dem Munde eines Klienten ist nie berichtender Natur. Er impliziert, was oft erst später ausgesprochen werden kann: „Ich

sterbe auch an Krebs“. Die Palette dieser Ängste ist natürlich größer. Da kann es ein Alkoholproblem im System geben, da wird ein verschwiegener Suizidfall bekannt, da gibt es Missbrauchsfälle, Früh- und Fehlgeburten oder immer häufiger Demenzerkrankungen.

Die genetischen Diagnostikmethoden können sich der Polarität nicht entziehen und mehren die bereits vorhandenen Angstquellen. Wie damit umgehen? Hilft ein biblisches „Dein Glaube hat dir geholfen“? Wie aber glauben, wenn die Gene eine so deutliche Sprache sprechen? Hilft eine Brustamputation, um die Wahrscheinlichkeit einer genetisch bedingten Erkrankung zu reduzieren? Die Angst also operativ entfernen? Abgesehen davon sind so radikale Eingriffe nicht bei allen Organen durchführbar.

Wenn wir an die Weisheit der Seele glauben, müssen wir davon ausgehen, dass sie weiß, was sie offenbaren darf und womit wir aufgrund unserer inneren Reife umzugehen imstande sind. Der Umgang damit bedeutet jedoch Arbeit und die Angst ist nicht der hilfreichste Start dazu. Diese Angst steht den Heilungsprozessen im Wege. Diese Angst stellt einen Verlust an Lebensfreude und an Lebensqualität dar und das unabhängig davon, ob sie unbewusst ist, ob sie verdrängt wird, oder ob sie bewusst von einem Menschen Besitz ergreift.

## Epigenetik und Befreiung

Das Prinzip der Epigenetik ist in einer spirituell ausgerichteten Beratungs- und Therapiepraxis ausreichend und glaubhaft in wenigen Minuten erklärt. Die Epigenetik besagt, dass wir durchaus auch Gene mit krankheitsverursachenden Informationen in uns haben. Aber genetische Informationen sind nichts anderes als Baupläne für Körperorgane, diverse Eigenschaften, Krankheiten oder auch für eine Prädestination für ein längeres Leben. Was nützen jedoch Baupläne, die gut verschlossen gehalten und niemandem zugänglich gemacht werden?

Hier setzt die Epigenetik ein, die besagt, dass wir nicht alle Baupläne, also nicht alle genetischen Informationen, auslesen! Damit der genetische Determinismus noch weiter entkräftet wird, haben wir obendrein eine Einflussmöglichkeit darauf, welche Informationen ausgelesen werden. In der Bauplananalogie: Wir können entscheiden oder haben Einfluss darauf, welche Baupläne wir in die Realität umsetzen und welche weiterhin tief in einer Schublade verschlossen ihr unbemerktes, trauriges Dasein fristen dürfen. Wir können sogar eigene Baupläne entwerfen oder bestehende korrigieren.

Einige Hinweise auf Informationen über Epigenetik im Web, eine Literaturempfehlung oder einige Namen runden

die Erklärung der Epigenetik ab, wenn ein kritischer Mensch zugegen ist. Die Epigenetik ist so ausreichend erklärt, dass sie ihre Wirkung entfalten kann. Sehr schnell sogar, ja, auch augenblicklich, denn die Befreiung von den genetisch bedingten Ängsten, ob sie wissenschaftlich betrachtet berechtigt sind oder auch nicht, macht sich durch die Körpersprache bemerkbar.

Womit sich der Wirkungskreis schließt, denn die Epigenetik beweist einmal mehr, dass Körper und Information respektive Geist oder Seele, miteinander verbunden sind und wir, wenn uns dies bewusst wird, unsere Einflussmöglichkeiten haben.

Die Epigenetik widerspricht nicht der Genetik, sie zeigt ihr nur die Schranken auf. Die Schranken können zwar wörtlich als die Schranken verstanden werden, die eine Zellmembran in diesem Fall darstellt. Doch lebensrelevanter sind die Schranken, die sie für die Lebensängste darstellt, wenn die Epigenetik neben der Genetik existieren und wirken kann, was durch das Wissen um sie ermöglicht wird.

Die Krankheitsinformation kann in unseren Genen vorhanden sein. Wir haben jedoch einen Einfluss darauf, ob wir sie aktivieren. Die Epigenetik nimmt der Genetik ihre bedrohliche, deterministische, unabwendbare, schicksalhafte Omnipotenz.



**D**ie Epigenetik besagt, dass wir durchaus auch Gene mit krankheitsverursachenden Informationen in uns haben. Aber genetische Informationen sind nichts anderes als Baupläne für Körperorgane, diverse Eigenschaften, Krankheiten oder auch für eine Prädestination für ein längeres Leben.



### Materie, Information, Spiritualität

Für die Steinzeit, die Bronzezeit und die Eisenzeit ist die feste Materie der Namensgeber. Das Atomzeitalter, so Schreckliches es auch mit sich brachte, leitete einen wesentlichen Wandel ein, da es die Sinne und die Seele für eine submaterielle Ebene öffnete und einen Übergang in ein noch feinstofflicheres Informationszeitalter ermöglichte.

Darf das Informationszeitalter auf die vordergründige Computerwelt reduziert werden? Gehören nicht zunehmend weitere Informationen dazu, wie sie beispielsweise mit der Homöopathie eingeführt wurden, in der die Materie kein Wirkelement mehr ist, sondern nur noch ein Informationsträger; das Wirkelement ist die Information selbst. Sind die Psychotherapie und die Epigenetik weitere Kinder dieses Paradigmenwechsels?

Hier sind Information und Materie ebenfalls miteinander verknüpft und die Information wirkt auf materieller Ebene. Es ist eine Information, die zunehmend die Bereiche des menschlichen Daseins betrifft, die mit Psyche, Seele oder mit Spiritualität bezeichnet werden.

Ist das nicht eine schöne Bestärkung des „Dein Glaube hat dir geholfen“?

### Das Epigenetik-Prinzip in der Beratungs- und Therapiepraxis

Wenn Menschen eine spiritueller ausgerichtete Beratung oder Therapie in Anspruch nehmen, verdrängen sie ihre Ängste nicht mehr, sondern lassen ihre Existenz zu. Das Benennen der Angst ist eine wesentliche Voraussetzung für eine erfolgreiche

Arbeit mit ihr. Erfolgreich in dem Sinne, dass sie ihre destruktive Macht verliert und in ein heilendes Tun transformiert werden kann. Dazu müssen die Quellen und die Gründe der Angst erarbeitet werden.

Darunter gibt es die eingangs erwähnten Ängste systemischen Ursprungs. Durch die Epigenetik wissen wir nun nachweisbar, dass es nicht im genetischen Code festgeschrieben steht, welches Schicksal uns ereilen wird. Unser Schicksal ist nicht in Gene gemeißelt, wir haben einen Einfluss darauf. Und wenn doch gemeißelt, so können wir unsere eigenen Architekten und Bildhauer sein.

Die Epigenetik-Forschung zeigt auf, welche Einflussmöglichkeiten uns zur Verfügung stehen. Die anderen informationsorientierten Methoden bestätigen dies und liefern uns weitere Einflussmöglichkeiten auf unser Schicksal. Wir sind nicht die Sklaven unserer Gene, wir sind keine genetisch Verurteilten, da wir nicht jede genetische Information auslesen müssen, sondern einen Einfluss darauf haben, ob und welche Informationen ausgelesen werden!

Allein das Wissen um das Prinzip der Epigenetik wirkt. Es erleichtert den Schritt über die Angst hinweg zum Handeln hin. Manchmal macht es diese Möglichkeit erst überhaupt bewusst. Nicht nur in der Beratung oder in der Therapie, sondern auch im alltäglichen Leben.

### Die Epigenetik beginnt im Alltag – Eigen- und Mitverantwortung

Unsere Lebenserwartung steigt, das Wissen um die Genetik ebenfalls. Sorgen und Ängste machen sich dadurch breit und die Statistiken, rein sachlich betrachtet, untermauern diese Ängste. Es ist, als wäre es an der Zeit, dass nun die rettende Epigenetik auf den Plan tritt. Als wäre sie ein Geschenk, das der Menschheit zuteil wird.

Besonders angesichts der steigenden Lebenserwartung darf sie durchaus so betrachtet werden. Wir werden dieses Geschenk



nutzen, auch wenn uns der wahre Absender nicht bekannt sein sollte. Ein Geschenk jedoch, das nicht angenommen, wertgeschätzt und genutzt wird, nützt ebenso wenig wie ein Bauplan, der unbeachtet sein Dasein in der Schublade fristet.

Es liegt nun an uns, es ist unsere Verantwortung, ob und wie wir dieses Geschenk, oder schlichter dieses Wissen, annehmen und anwenden. Dazu ist nicht immer ein komplexes Fachwissen erforderlich, nicht immer eine komplexe und teure Maschinerie vonnöten. Denn die Epigenetik beginnt im Alltag. Zum Beispiel bei unserer Ernährung.

Wenn das Konzept der wirkenden Information erkannt wird, muss auf die Art der Information in unserer Nahrung geachtet werden. Am schwerwiegendsten ist das im Falle von Fleisch, das, bevor wir es konsumieren können, immer einen Prozess durchlaufen muss – den des Tötens. Die Massentierhaltung ist zwar dazu geeignet, diesen Prozess zu verdrängen, was durchaus in ihrem Sinne ist; seine Wirkung kann sie jedoch nicht verhindern. Im Gegenteil, sie steigert diesen Einfluss und verleiht ihm ungeheure Auswirkungen, wenn das Wissen um die Tötungsprozesse mit dem Wissen um die Macht der Information, wie sie nicht zuletzt durch die Epigenetik bestätigt wird, miteinander verbunden werden. In den Tieren werden Informationen gespeichert, die in dem Fleisch vorhanden sind. In der Massentierhaltung unserer Zeit sind das auch Angstinformationen, die spätestens in den Schlachthäusern im Fleisch einen Informationsträger finden. Dieses Fleisch ist ein Angstfleisch, das diese negativen und dem Körper oder dem Geist sicherlich nicht dienlichen Informationen an uns weitergibt.

Die Seele nimmt wohl keinen Schaden, die Seele weiß dann lediglich, dass der weitere Entwicklungsweg ein noch beschwerlicherer sein wird und ein längerer. Vielleicht ist uns die Seele wohlgesonnen und schickt den Körper voran, damit wir auf ihn hören, wenn wir den feineren Informationen kein Gehör schenken. Denn wie es Christian Morgenstern formulierte: „Der Körper ist der Übersetzer der Seele ins Sichtbare.“

Es gibt viele Möglichkeiten, wie wir positiv einwirken können. Die Ernährung bleibt eine der Hauptmöglichkeiten. Denn wir müssen nicht nur darauf achten, was schaden könnte, wir können auch das fördern, was unseren Körper, unsere Seele und unseren Geist erfreut. Die Epigenetik liefert immer mehr konkrete Anhaltspunkte dafür.

**W**enn wir an die Weisheit der Seele glauben, müssen wir davon ausgehen, dass sie weiß, was sie offenbaren darf und womit wir aufgrund unserer inneren Reife umzugehen imstande sind.

Diese positiven Einflussmöglichkeiten zu nutzen, ist unsere Eigenverantwortung. Die Epigenetik ermahnt zur Mitverantwortung, da auch die Art und Weise, wie wir mit unseren Mitmenschen umgehen, einen Einfluss auf sie ausüben. Besonders deutlich wird die Mitverantwortung für das ungeborene Leben. Die Erlebnisse der werdenden Mutter, ihre Ernährung und Lebensweise haben einen starken epigenetischen Einfluss auf das Kind. Aber nicht nur die Mutter ist hier gefragt, sondern jeder Mensch, der sie in dieser Zeit begleitet.

Teresa von Ávila sagte: „Tue deinem Leib Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen.“ Angewandte Epigenetik vor bereits einem halben Jahrtausend?

Jan Schneider



#### Informationen zum Autor:

**Jan Schneider**, Life Coach und Autor zum Schwerpunkt Dialog mit der Seele. Für den Seelendialog und die Übersetzung der Symbolsprache der Seele in die Alltagssprache setzt er die Seelenantworten, die Rückführungstherapie und die Traumarbeit ein. Die Methodensynthese von moderner Numerologie und I-Ging-Chakras-Mandala bilden den analytischen

Schwerpunkt und sind die Basis für die Erleuchtungs-Minütchen, die er zusammen mit Monika Schulze täglich im Web veröffentlicht.

Weitere Info und Erleuchtungs-Minütchen: [www.NachInnen.de](http://www.NachInnen.de)

Kontakt: [schneider@nachinnen.de](mailto:schneider@nachinnen.de) oder 0821/4207090.

Mehr über diesen Autor erfahren Sie auf [www.ViGeno.de](http://www.ViGeno.de)



ANZEIGE

Mit einem **DANK**E Freude schenken!  
**5€ Rabatt\***, Code „Dankbarkeit“  
\* Gilt einmalig, Mindestbestellwert 20€.  
 Angebot nur bis 30.12.13  
 danke24.de unterstützt „Herzen für eine neue Welt e.V.“