

Das dritte Auge öffnen: Mächtige alte Praktiken zur Aktivierung der Zirbeldrüse und zur Erweiterung des Bewusstseins

21. Februar 2020 <https://www.pravda-tv.com/2020/02/das-dritte-auge-oeffnen-maechtige-alte-praktiken-zur-aktivierung-der-zirbeldruese-und-zur-erweiterung-des-bewusstseins/>



Die Grundlagen der Aktivierung der Zirbeldrüse: Ausgleich des endokrinen Systems

Sowohl in der Craniosacral-Arbeit als auch in der daoistischen Praxis ist das endokrine System ein kritisches Tor, das physische Funktion mit spiritueller Erfahrung verbindet. Das endokrine System umfasst die folgenden Drüsen: die Hypophyse, Zirbeldrüse, Hypothalamus, Schilddrüse, Nebenschilddrüse, Nebennieren, Pankreas und Eierstöcke / Hoden.

Diese Drüsen verwenden Hormone (anstatt der elektrischen Impulse, die vom Nervensystem verwendet werden), um Veränderungen in unserem Körper, Emotionen, Kognition und Energie zu bewirken. Hormone sind chemische Botenstoffe, die über den Blutkreislauf durch den Körper zirkulieren und kritische Körperfunktionen koordinieren. Sie erhöhen oder reduzieren Nervenimpulse und können auch als Neurotransmitter wirken.

Der Hypothalamus, die Hypophyse und die Zirbeldrüse spielen eine besonders wichtige Rolle in der spirituellen Erfahrung und werden in den folgenden Abschnitten ausführlicher beschrieben.

Die Beziehung Hypothalamus / Hypophyse

Mit Zugang zu sowohl dem zentralen Nervensystem als auch dem endokrinen System spielt der Hypothalamus eine zentrale Rolle bei der Verbindung der beiden und bei der Aktivierung der Zirbeldrüse. Es ist auch mit dem limbischen System verbunden, einem Zentrum für unsere Gefühle und Emotionen. Wenn der Hypothalamus mit der Hypophyse in Verbindung gebracht wird, hat er daher die Fähigkeit, die meisten wichtigen Systeme und Organfunktionen im Körper sowie unsere Emotionen zu beeinflussen.

Zusammen regulieren der Hypothalamus und die Hypophyse alle unsere grundlegenden Überlebensprozesse wie Körpertemperatur, Hunger, Durst, Müdigkeit, Wachstum, Schlaf, Gewicht, sexuelle Funktion, Schmerzlinderung, Blutdruck, zirkadiane Rhythmen und Stressreaktionen wie Kampf oder Flucht.

Der Hypothalamus ist etwa mandelgroß und befindet sich unmittelbar hinter dem Chiasma opticum. Es sezerniert Neurohormone, die mit der Hypophyse kommunizieren, was auf die Freisetzung oder Hemmung von wichtigen Hypophysenhormonen hinweist, die wiederum die Funktion der Zirbeldrüse harmonisieren und aktivieren.

Die Hypophyse hat zwei Hauptlappen, die sich embryologisch, anatomisch und funktionell deutlich unterscheiden. Insgesamt hat die Hypophyse etwa die Größe einer Erbse; Es sitzt unterhalb des Hypothalamus, in der Sella turcica des Os sphenoidale.

Da die Hypophyse von dem Os sphenoidale umschlossen ist, ist sie sehr empfindlich gegenüber Fehlansrichtungen oder Einschränkungen in der Bewegung dieses Knochens. Wenn Sie Ihre Zunge auf den Gaumen drücken, drücken Sie auf die Unterseite der Hypophyse.

Der Hypothalamus kommuniziert über Blutgefäße mit dem Hypophysenvorderlappen und verbindet sich direkt mit dem Hinterlappen über den Hypophysenstiel oder das Infundibulum. Obwohl die Hypophyse oft als die Hauptdrüse bezeichnet wird, weil sie das endokrine System zu kontrollieren scheint, spielt der Hypothalamus eine wesentlichere Rolle in diesem System als bisher angenommen. Der Hypothalamus empfängt und integriert Informationen aus dem Rest des Körpers und sezerniert dann die Neurohormone, die wichtige Hypophysenhormone freisetzen oder hemmen. Durch die Signalgebung und Steuerung der Hypophyse spielt der Hypothalamus eine entscheidende Rolle im endokrinen System und ist in einem größeren Sinn für die Aktivierung der Zirbeldrüse wichtig ([Wir alle haben ein „drittes Auge“ – „Geistmoleküle“ ermöglichen außerkörperliche Erfahrungen \(Video\)](#)).

Funktionen der Hypophyse in körperlicher Gesundheit und geistigem Erwachen

Der Hypophysenvorderlappen sezerniert sieben Schlüsselhormone, die mit der Laktation, der Freisetzung von Testosteron und der Produktion von Wachstumshormonen des Geschlechts, der Schilddrüse und des Menschen in Verbindung stehen. Der hintere Lappen produziert keine Hormone, sondern speichert und gibt zwei wichtige im Gehirn vor: Oxytocin und Vasopressin. Oxytocin fördert die Instinkte der Mutter, die Bindung zwischen den Partnern, das Vertrauen und die sexuelle Lust. Vasopressin beeinflusst die zirkadianen Rhythmen, die Rückresorption von Wasser in den Blutkreislauf und stimuliert auch väterliche Schutz- und Fürsorgeinhalte.

Die Hypophyse bezieht sich auf unser Wachstum und ihre Gesundheit ist auch wichtig für die Aktivierung der Zirbeldrüse. Wenn es synchron mit der Zirbeldrüse zu schwingen beginnt, sind wir inspiriert, körperlich und geistig zu wachsen und uns zu erneuern. Dies geschieht auch durch geistiges Heilen.

Die Zirbeldrüse

Die Zirbeldrüse befindet sich in der Mitte des Gehirns, hinter und über der Hypophyse. Da die Zirbeldrüse in stark geladener Liquorflüssigkeit (Liquor cerebrospinalis, CSF) gebadet ist und mehr Blutfluss pro Kubikvolumen hat als jedes andere Organ, kann es sich um die Drüse mit der höchsten Konzentration an Energie im Körper handeln. Neben den hohen Konzentrationen von Liquor und Blut ist die Zirbeldrüse auch die dominierende Quelle des Melatonins im Körper ([Das Dritte Auge entsperren: Was die Illuminati Sie nicht wissen lassen wollen \(Video\)](#)).

Melatonin und die Zirbeldrüse

Melatonin ist für seine Auswirkungen auf unsere Stimmung, die Immunfunktion, den Tagesrhythmus und die Qualität und Quantität unseres Schlafes von Bedeutung. Melatonin ist als Anti-Aging- und Anti-Stress-Mittel bekannt, da es Cortisol unterdrückt und ein starkes Antioxidans ist.

Die Produktion von Melatonin durch die Zirbeldrüse wird durch Dunkelheit aktiviert und durch Licht gehemmt. Nach der Freisetzung zirkuliert Melatonin durch das Gehirn über den Liquor und dringt in nahe gelegene Blutgefäße zur Verteilung an den Rest des Körpers ein. Wenn der Melatoninspiegel gestört ist, kann es zu Stimmungsschwankungen, Depressionen und jahreszeitlichen Störungen kommen.

Serotonin und anderes Bewusstsein, die die Neurochemikalien verbessern, die durch die Zirbeldrüse abgesondert werden

Neben der Produktion von Melatonin metabolisiert eine gesunde, aktivierte Zirbeldrüse auch andere Neurochemikalien, die körperliche und emotionale Prozesse auf zellulärer Ebene koordinieren. Diese Neurochemikalien, darunter Pinoline und DMT, sollen Körper und Geist miteinander verbinden. Die Zirbeldrüse spielt eine Schlüsselrolle bei der Produktion dieser Neurochemikalien, da sie eine der höchsten Konzentrationen von Serotonin im Körper hat und Serotonin eine kritische Vorstufe für diese ist.

Spirituelle Aspekte der Zirbeldrüse

Angesichts seiner wichtigen Rolle überrascht es nicht, dass eine gesunde, aktivierte Zirbeldrüse seit Jahrtausenden mit Spiritualität verbunden ist. Seine Tannenzapfen-Form findet sich in Kunst und Artefakten vieler alter Traditionen, wo es mit Erleuchtung und Unsterblichkeit verbunden ist. Die alten Ägypter verehrten diese winzige Drüse und konservierten sie sogar während des Mumifizierungsprozesses.

Mit seinen Stacheln und Spiralen zeigt der Tannenzapfen eine perfekte Fibonacci-Sequenz — symbolisiert Wachstum und die vereinigende Kraft, die der Schöpfung zugrunde liegt, alles verkörpert in einer aktivierten Zirbeldrüse.

Die Zirbeldrüse: Schlüssel zum Öffnen des dritten Auges

Spirituelle Traditionen assoziieren und aktivieren die Zirbeldrüse mit der Öffnung des dritten Auges der inneren Vision, Einsicht und Weisheit. Wissenschaftliche Forschung beginnt, die Beziehung zwischen der Zirbeldrüse und der Sehkraft zu validieren: Vergleichende Forschung in Anatomie, Physiologie und Biochemie der Zirbeldrüse und der Netzhaut bei einer Vielzahl von Tierarten lässt darauf schließen, dass die beiden Organe evolutionäre und Entwicklungswege teilen.

Moderne lebende Fossilien wie die Tuatara haben ein lichtempfindliches Zirbeldrüsenauge mit einer rudimentären Linse, Hornhaut und Netzhaut. Andere Arten wie Frösche und Neunaugen haben auch Zirbeldrüsenaugen. Beim Menschen ähneln die Zellen der Zirbeldrüse den Retinazellen in ihrer Zusammensetzung und in Anwesenheit von Proteinen, die sonst nirgends im Körper gefunden werden. Die Lichtempfindlichkeit der Zirbeldrüse tritt bei verschiedenen Arten auf und ist beim Menschen mit der Öffnung des dritten Auges verbunden ([Drittes Auge: Energiezentrum tief im Gehirn](#)).

Melatonin und die Spirit Molecules

In Bezug auf spirituelle Erfahrung (wie auch bei der Geistheilung) beruhigt Melatonin den Körper und den Geist und ermöglicht den Zugang zu höherem Bewusstsein. Sowohl Pinoline als auch DMT, die von einer gesunden, aktivierten Zirbeldrüse abgesondert werden, sind psychoaktiv und verursachen Veränderungen in Wahrnehmung, Stimmung, Bewusstsein, Kognition und Verhalten. Pinoline ermöglicht Visionen und Traumzustände im Bewusstsein und wurde von alten Ägyptern und Zoroastriern in ihren Ritualen verwendet. Es unterstützt die DNA-Replikation und soll mit dem Puls des Lebens bei ~ 8 Zyklen pro Sekunde in Resonanz treten.

DMT wird in der Zirbeldrüse während tiefer Meditation und außergewöhnlichen Bedingungen der Geburt, sexueller Ekstase, extremer körperlicher Belastung und Nahtod-Erfahrungen produziert. Es verändert auch unser Traumbewusstsein, wenn es während der Rapid Eye Movement Phase des Schlafes in den Blutkreislauf freigesetzt wird. DMT verbindet den Körper und Geist aufgrund seiner Beziehung zu visionären Erfahrungen und außergewöhnlichen Zuständen des transzendenten Bewusstseins. Dr. Rick Strassman nennt DMT das Spirit Molecule.

Die Zirbeldrüse und Vibration

Die aktivierte Zirbeldrüse kann auch unsere Erfahrung durch Vibration beeinflussen. Wie wir bereits früher mit dem Herzen gesehen haben, können rhythmische Schwingungen eine starke Wirkung auf unsere

Wahrnehmung, Emotionen und unseren physischen Zustand haben. Wir wissen das intuitiv, und wir erfahren es direkt, wenn wir die Auswirkungen von Musik auf unsere Stimmung, unser Gedächtnis und unsere Physiologie spüren. In den frühen 1980er Jahren erforschte der französische Musiker Fabien Maman die Wirkung von Schallschwingungen auf Zellen; er fand heraus, dass Klänge Krebszellen zerstören und gesunde beleben können. Heutzutage ist es üblich, dass Eltern klassische Musik spielen, um die Gehirnentwicklung bei ihren Kindern vor und nach der Geburt zu stimulieren.

Rhythmus-Mitreißen, auch Resonanz genannt, tritt auf, wenn zwei Wellenformen mit genau der gleichen Geschwindigkeit miteinander zu schwingen beginnen. Wenn der Hypothalamus und die Hypophyse mit der pulsierenden Schwingung der Zirbeldrüse mitreißen, kann sich unser ganzes System in Richtung Harmonie bewegen.

Daoisten glauben, dass der Nordstern die Quelle des ursprünglichen Impulses ist. Schwingungen von diesem Stern waren entscheidend für die Entwicklung der ersten Lebensformen auf der Erde. Es wird gesagt, dass die Fähigkeit der Erde, das Leben zu unterstützen, mit der Neigung des Planeten zum Nordstern zusammenhängt (anstatt direkt auf die Sonne ausgerichtet zu sein). Diese Ausrichtung maximiert die bewohnbare Fläche und optimiert die Umgebung für Pflanzen und Tiere.

Aufgrund der starken Kraft und des Einflusses des Nordsterns verbinden sich viele Qi Gong Übungen absichtlich mit dem Nordstern. Laut Daoists sendet der Nordstern pulsierende Vibrationen aus, die die Zirbeldrüse beeinflussen und aktivieren.

Wenn die Zirbeldrüse synchron mit dem Nordstern pulsiert, empfängt sie kosmische Informationen und leitet sie durch Resonanz an den Hypothalamus und die Hypophyse weiter. Im Gegenzug senden sie Botschaften an das Herz, das durch sein eigenes elektromagnetisches Pulsieren mit dem Rest des Körpers kommuniziert.

Magnetfelder und die Zirbeldrüse

Die Zirbeldrüse reagiert nicht nur empfindlich auf Licht und Vibration, sondern aktiviert teilweise auch durch Magnetfelder. Studien mit Vögeln und anderen Tieren kommen zu dem Schluss, dass die Zirbeldrüse Magnetfelder überwacht und dem Körper hilft, sich im Raum zu orientieren, indem er als Navigationszentrum fungiert. Diese magnetorezeptive Kapazität erklärt auch, warum geomagnetische Stürme und Umweltstress die Zirbeldrüse beeinflussen können, was zu Problemen mit zirkadianen Rhythmen und Melatoninsekretion führt.

Wie wir bereits besprochen haben, erzeugt das Herz ein starkes elektromagnetisches Feld, das den ganzen Körper durchdringt. Wenn das Herz mit den hohen Frequenzen von Liebe und Mitgefühl aktiviert wird, wird sein elektromagnetisches Feld verstärkt und erweitert. Die Empfindlichkeit der Zirbeldrüse gegenüber elektromagnetischer Energie bewirkt, dass sie zusammen mit dem Herzen zu vibrieren und zu aktivieren beginnt.

Wenn diese beiden Organe zusammen reißen, öffnet ihre hohe Schwingung das dritte Auge für größere Inspiration, Intuition und innere Vision . Aufgrund der Verbindung der Zirbeldrüse mit der räumlichen Orientierung und den zirkadianen Rhythmen verschiebt sich unsere Wahrnehmung von Raum und Zeit oft, wenn sich die Zirbeldrüse in einem stark erregten Zustand befindet. Solche Erfahrungen wurden von Meditierenden und Qigong-Praktizierenden seit Jahrtausenden erwähnt, und die Forschung liefert nun Erklärungen für diese Phänomene.

Der Kristallpalast

In den daoistischen Praktiken wird die Region des Gehirns, die von der Zirbeldrüse, der Hypophyse und den Hypothalamusdrüsen begrenzt wird, Kristallpalast genannt. Der Kristallpalast befindet sich zwischen der linken und rechten Hemisphäre des Gehirns und zwischen dem Vorderhirn der Vernunft und dem Hinterhirn des Instinkts. Viele Meditationspraktiken erwähnen den Kristallpalast, aber einige Menschen haben Schwierigkeiten, ihn zu erkennen, weil diese Strukturen sich im Schädel befinden und nicht direkt berührt werden können.

Mit ein wenig Übung ist es jedoch einfach, sich durch unser Bewusstsein und unsere Absicht mit diesen spirituellen Drüsen zu verbinden und sie zu aktivieren. Die Lage der Zirbeldrüse wird oft als Zentrum des Kopfes beschrieben — sie befindet sich auf der Höhe der Augenbrauen, über und hinter der Hypophyse und dem Hypothalamus. Hinter den Augen kreuzen sich die Sehnerven am Chiasma opticum. Unter dem Chiasma opticum befindet sich die Hypophyse, die in der Sella turcica des Os sphenoidale sitzt. Über und hinter dem Sehnervenkreuz befindet sich der Hypothalamus.

Die Zirbeldrüse und ihre Beziehung zum Licht

Alle drei Drüsen des Kristallpalastes sind extrem empfindlich und reagieren auf Licht. Vor 2002 waren der Wissenschaft zwei Formen von Lichtrezeptoren im Auge bekannt: Zapfen (für Farbsehen) und Stäbchen (für schwaches Sehen).

Im Jahr 2002 entdeckten Wissenschaftler einen dritten Photorezeptor: Zellen in der Netzhaut, die ein lichtempfindliches Pigment namens Melanopsin enthalten. Diese Zellen senden Nachrichten an den suprachiasmatischen Kern (SCN) des Hypothalamus. Die SCN ist verantwortlich für die Kontrolle der zirkadianen Rhythmen, die unseren Schlaf, Wachheit, Hormone, Temperatur und Verdauungsfunktionen beeinflussen.

Wenn der Hypothalamus Informationen über das Vorhandensein oder Fehlen von Licht erhält, signalisiert er der Zirbeldrüse, die Produktion von Cortisol und Melatonin zu aktivieren und zu starten oder zu hemmen. Schwankungen im Melatoninspiegel verursachen eine Kaskade von Veränderungen in der SCN, Hypophyse und Netzhaut. Die Hypophyse reagiert auch auf Licht durch die Freisetzung von Vasopressin, was die SCN beeinflusst, um unsere zirkadiane Uhr anzupassen.

Zusätzlich zu dem von unseren Augen wahrgenommenen Licht zeigen Studien nun, dass der ganze Körper als Lichtrezeptor fungiert. Licht, das auf irgendeinen Teil des Körpers scheint, kann erkannt werden, was dem SCN und der Zirbeldrüse signalisiert, die Melatoninproduktion zu stoppen.

Da es heutzutage so viel Umgebungslicht gibt, erhalten unsere Systeme selten die tiefe Entspannung, die in völliger Dunkelheit auftritt. Viele Menschen finden, dass das Entfernen von Lichtquellen aus dem Schlafzimmer hilfreich sein kann, um Schlafzyklen zu optimieren, die allgemeine Gesundheit zu verbessern und die Aktivierung und das Ausbalancieren der Zirbeldrüse stark zu stimulieren ([Drittes Auge schützen: Zirbeldrüse auf den aktuellen Zyklus der dunklen Jahreszeit einstellen](#)).

Qi Gong Praktiken zur Aktivierung der Zirbeldrüse und zur Harmonisierung des Kristallpalastes

Viele Praktiken des Chi Kung (auch bekannt als Qi Gong) enthalten einfache Elemente wie Atmen oder Klopfen, die verwendet werden können, um die Knochen und Drüsen des Kristallpalastes zu aktivieren.

1. Atmen

Verschiedene Atemübungen bewegen die Pumpen , aktivieren die Zirbeldrüse und die Hirnanhangdrüse und regen den Fluss der Gehirn-Rückenmarks-Flüssigkeit an. Man sagt, dass die Atmung den Liquor ionisiert und somit seine Wirksamkeit erhöht.

2. Tippen

Klopft sanft auf Ihre Stirn zwischen den Augenbrauen aktiviert die Zirbeldrüse und alle drei Strukturen des Crystal Palace. Die Schwingung sendet eine Welle direkt an die Zirbeldrüse zurück und aktiviert sie dabei.

Die gleiche Vibration bewegt sich auch durch die Knochen zum Keilbein, was wiederum die Hypophyse stimuliert, die in der Sella turcica ruht. Die Schwingung der Hypophyse weckt den Hypothalamus durch den Hypophysenstiel.

3. Tonung

Tonisieren oder Chanten sendet Vibrationen in den Kristallpalast und in die 7 Chakren, aktiviert die Zirbeldrüse und andere Drüsen und aktiviert den Liquor. Das Singen der acht Kräfte des Pakua, um elementare Energien anzuziehen, ist eine außergewöhnlich kraftvolle Übung, um den Kristallpalast zu aktivieren. Eine vollständige Anleitung zum Singen der acht Kräfte finden Sie in "Cosmic Fusion" (Destiny Books, 2007).

4. Drücken

Drücken Sie Ihre Zunge auf das Dach des Mundes aktiviert die Hypophyse und durch seine physikalischen und chemischen Verbindungen, aktiviert auch die Zirbeldrüse und Hypothalamus.

5. Zusammendrücken

Wenn wir unsere Augen zusammendrücken, aktiviert die Muskelverbindung mit dem Keilbein die Hypophyse. Saugen in unsere Wangen bewegt den Kiefer, der die Nacken- und Schädelpumpen stimuliert. Die Kontraktion des analen Schließmuskels und Perineums sendet Vibrationen an die Muskeln, die den Anus umhüllen und den Beckenboden bilden. Vom Becken aus bewegt sich die Vibration dann über Wirbelsäule und Duralrohr zum Hinterhauptbein. Das intrakraniale Membransystem überträgt die Vibration auf die Mitte des Kopfes und aktiviert die Zirbeldrüse und die Hypophyse.

6. spiralförmig

Spiralbewegungen wie das Drehen des Pakuas, des Tai-Chi-Symbols oder unserer Dantianer erzeugen ein elektromagnetisches Feld, das den Liquor energetisiert und die Kraft des Herzfeldes erhöht, wodurch die Zirbeldrüse und andere Drüsen des Kristallpalastes aktiviert werden.

7. In der Dunkelheit sein

Dunkelheit bewirkt eine erhöhte Produktion und Freisetzung von Melatonin und schließlich von Pinolin- und DMT als Folge seiner Wirkung, die Zirbeldrüse zu aktivieren und dabei zu helfen, die Funktion des dritten Auges zu stimulieren und zu öffnen.

8. Lachen und Lächeln

Lächeln öffnet sowohl das Herz als auch die Krone, lässt mehr Licht durchdringen und erhöht gleichzeitig die Schwingung der Organe. Lachen und Lächeln reduzieren Stress und entspannen den Körper, was den Fluss von Chi erhöht. Lachen löst auch die Freisetzung von Endorphinen aus und fördert das Wohlbefinden. Entspannung erhöht den Blutfluss, der die Wirkung der im Kristallpalast freigesetzten Hormone verstärkt und eine Aktivierung der Zirbeldrüse bewirkt.

9. Fokussierung

Da Energie dahin fließt, wo unsere Aufmerksamkeit liegt, werden wir sie auf die Strukturen des Kristallpalastes aufmerksam machen.

Hinweis: Das Tao betont auch die Wichtigkeit einer guten Ernährung und Flüssigkeitszufuhr. Wir sind 70–80 Prozent Wasser und Wasser ist gut leitfähig.

Um die Aktivierung der Zirbeldrüse und des Crystal Palace zu erhöhen, ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr entscheidend. Darüber hinaus ist eine gute, ausgewogene Ernährung reich an Tryptophan hilfreich bei der Bereitstellung der Bausteine für diese wichtigen Biochemikalien. Tryptophan ist reichlich in vielen Lebensmitteln einschließlich Schokolade, Algen, Mandeln, Bananen, getrockneten Datteln, Sesamsamen, Kichererbsen und Erdnüssen.

Rückenmarksatmung: Die ultimative Übung für spirituelle Aktivierung und Erwachen

Chi Kung durch die Augen der Craniosacralen Wissenschaft

Um zu verstehen, wie tiefgreifend diese Chi-Kung-Praktiken sind und wie sie eine natürliche spirituelle Erfahrung und Aktivierung der Zirbeldrüse ohne den Einsatz von Substanzen, Kräutern und anderen weniger organischen Methoden entzünden, lassen Sie uns sehen, was mit der Übung zur Rückenmark-Atmung geschieht weiter in diesem Artikel.

Während wir die Rückenmarksatmung praktizieren, erzeugt das rhythmische Pulsieren des Rückenmarks ein elektromagnetisches Feld, das die Gehirn-Rückenmarks-Flüssigkeit auflädt und die Zirkulation dieser wichtigen Flüssigkeit im ganzen Körper fördert, was zur Aktivierung der Zirbeldrüse führt. Ein erhöhter Fluss verschiebt das Elektrolytgleichgewicht, mit dem der CSF die Fähigkeit des Körpers reguliert, Elektrizität zu leiten. Je größer die Leitfähigkeit, desto mehr Energie kann durch das Nervensystem fließen, die Zellen aufladen und sie für die Aktivierung aktivieren. Alle psychoaktiven Substanzen (wie DMT), die von der aktivierten Zirbeldrüse freigesetzt werden, treten ebenfalls in den Liquor ein und laden ihn noch weiter auf.

Bei der Rückenmarksatmung überträgt die Kreuzbeinbewegung Vibrationen durch die Duralöhre auf die Wirbelsäule und auf das Okziput. Verbunden mit dem Okziput am Sphenobasilargelenk (SBJ) beginnt auch das Os sphenoidale zu vibrieren und stimuliert die Hypophyse. Gleichzeitig aktiviert die wellenartige Bewegung des Hypophysenstiels den Hypothalamus und milkt die Hypophyse, was, wie wir wissen, mit der Gesundheit und Aktivierung der Zirbeldrüse zusammenhängt. Das Melken der Hypophyse setzt mehr Oxytocin und Vasopressin frei, was Gefühle von Vertrauen, Entspannung, Frieden und Einfühlungsvermögen erhöht und gleichzeitig Angst, Angst und Aggression reduziert.

Die Hypophyse befindet sich oberhalb der Keilbeinhöhle, die fast direkt in den Rachen abfließt. Bei hoher Aufregung kann Liquor in die Keilbeinhöhle übertreten. Hier vermischen sich Vasopressin und Oxytocin mit dem bereits hoch geladenen Liquor und tropft in den Rachen, was uns den Nektar (häufig als Soma bezeichnet) gibt, der oft in spirituellen Erfahrungen beschrieben wird. Sowohl Vasopressin als auch Oxytocin sind kritische Hormone während des Geburtsprozesses; ihre Anwesenheit im Nektar kann zu geburtenähnlichen Erfahrungen beitragen. Die Auswirkungen dieser Hormone auf die Bindung können auch das Gefühl tiefer Verbundenheit und bedingungsloser Liebe erklären, die Teil vieler Erleuchtungserlebnisse sind.

Dieses starke Gebräu fließt durch den Rachen und in den Magen, wo es direkt durch die Schleimhäute absorbiert wird. Ein Teil dieser Flüssigkeit gelangt auch später in den Verdauungstrakt. Auf diese Weise wird der Nektar zum unteren Dantian zur Integration in den physischen Körper gebracht, der Himmel und Erde vereint.

Während der spirituellen Erfahrungen beeinflusst die aktivierte Zirbeldrüse den Rest des Gehirns durch ihren Einfluss auf CSF, der sowohl das Gehirn als auch das Rückenmark vollständig eintaucht. Nach dem Baden des Gehirns wird etwa die Hälfte des Liquors in den Blutkreislauf im Kopf resorbiert. Die andere Hälfte verlässt den Kopf durch Lymphdrainage. Aus der Lymphe kommt der Supercharged CSF in den Blutkreislauf des Körpers und wird zum Herzen getragen. Blut fließt durch das Herz und die Gefäße in einer Spiralbewegung, was die elektromagnetische Ladung des CSF verstärkt. Diese neuralen, biochemischen und elektromagnetischen Verbindungen zwischen dem Gehirn und dem Herzen können zu ekstatischen, das Herz erweiternden Empfindungen führen.

Das Herzfeld ist das stärkste elektromagnetische Feld des Körpers: Wenn sich das Bewusstsein vom Kopf zum Herzen bewegt, wird das Feld stärker und organisierter. Wenn der Kopf mit der Schwingung des Herzens mitschwingt, feuern die Neuronen im Gehirn unterschiedlich ab, was das Gemurmel reduziert, die Kommunikation zwischen Körper und Geist erhöht und eine weitere Aktivierung der Zirbeldrüse induziert. Während der spirituellen Erfahrungen ist also die flüssig-leichte Ambrosia des CSF in allen drei Dantian aktiv und verstärkt ihre Kräfte. Da die Zirbeldrüse selbst in CSF gebadet ist, kann es eine sich selbst verstärkende positive Rückkopplungsschleife geben, die Spitzenerfahrungen erzeugt. Da sich das Herzfeld erstreckt und mindestens drei Meter vom Körper entfernt gefühlt werden kann, haben unsere Erfahrungen auch das Potenzial für einen Welleneffekt in unseren Gemeinschaften ([Ajna Chakra: Geheimnisse der Zirbeldrüse](#)).

Lichter und Musik

Forschungen des Neurochirurgen Wilder Penfield berichteten 1958, dass die Stimulation des rechten Schläfenlappens im Gehirn dazu führte, dass Patienten spirituelle Erfahrungen berichteten, wie Gott zu sehen, ihren Körper zu verlassen, Musik zu hören und die Toten zu sehen. Seither zeigen Studien von Peter Fenwick und Vernon Neppe auch Verbindungen zwischen mystischen Erfahrungen und den Temporallappen. Obwohl der genaue Mechanismus, mit dem die Temporale stimuliert werden, noch nicht bekannt ist, kann es sein, dass der Liquor, der in der zwischen den Temporallappen gelegenen interpedunkulären Zisterne vorhanden ist, beteiligt sein kann.

Eine Struktur namens Colliculus hilft dabei, den Kopf auf das Gesehene oder Gesehene auszurichten. Es empfängt visuelle und auditive Reize und hat sensomotorische Verbindungen, um Orientierungsbewegungen zu unterstützen. Es umgibt die Zirbeldrüse und wird durch seine Sekretion aktiviert. Wenn die Zirbeldrüse erwacht und Biochemikalien wie Serotonin, Tryptamin, Pinolin, Melatonin oder DMT freisetzt, beeinflusst das den Colliculus, der einige der Lichter, Visionen und himmlische Musik erklären kann, die Menschen berichten, wenn das dritte Auge offen ist und der Kristallpalast ist aktiv.

Erweckung der Kernverbindung zwischen dem Cranium und Sacrum

Zuvor erwähnten wir die Weichteile-Dura-Mater-Verbindung zwischen dem Schädel und dem Kreuzbein — der Kernverbindung. Für einen guten Fluss im physischen Körper muss es eine gute Verbindung und Kommunikation zwischen dem Himmel (dem Schädel) und der Erde (dem Kreuzbein) geben. Rückenmarksatmung ist eine der besten Möglichkeiten, um diese Verbindung zu wecken und sie gesund zu halten und hat auch den zusätzlichen Effekt der Aktivierung der Zirbeldrüse.

Rückenmarksatmung belebt die Wirbelsäule, fördert eine gute Beweglichkeit und Beweglichkeit, aktiviert die kranialen und sakralen Pumpen und fördert den Fluss der Rückenmarksflüssigkeit, was wiederum die Aktivierung der Zirbeldrüse stimuliert. Es hilft auch, die Rückenmuskulatur zu entspannen, so dass die Meditation bequem ist, und erhöht den Fluss von Chi durch die Wirbelsäule.

Im modernen Leben arbeiten viele Menschen am Schreibtisch und sitzen viele Stunden am Tag. Darüber hinaus sitzen viele Leute auch fern oder spielen im Internet, wenn sie zu Hause sind. So viel Sitzen behindert die Bewegung des Kreuzbeins und reduziert den Flow. Rückenmarksatmung ist eine gute Möglichkeit, den negativen Auswirkungen von längerem Sitzen entgegenzuwirken ([Zirbeldrüse: Das Auge des Horus – mystisches Licht der Seele \(Video\)](#))

U-Rückenmarksatmung

1. Stehen Sie mit Ihren Füßen schulterbreit auseinander und die Knie leicht gebeugt.
2. Entspannen Sie sich und beginnen Sie zu bemerken, wie Sie sich fühlen.
3. Beginne mit dem natürlichen Atmen.
4. Beim nächsten Einatmen, halten Sie Ihre Ellbogen gebeugt und Ihre Finger in Richtung Himmel, bringen Sie Ihre Arme mit den Schultern und leicht zurückgezogen. Schräg das Kreuzbein nach hinten neigen und die Wirbelsäule beugen. Öffnen Sie Ihre Brust und lassen Sie den Brustkorb sich ausdehnen, aktivieren Sie den Thymus und die Nebennieren. Lassen Sie Ihren Kopf nach hinten fallen und lassen Sie Ihren Kiefer weich werden.
5. Während du ausatmest, neige dein Kreuzbein nach vorne, stecke dein Steißbein und rundet deine Wirbelsäule, als würde es sich zu einem Ball zusammenrollen. Bringe deine Ellbogen vor deine Brust und lass dein Kinn auf deine Brust fallen, während du deine Zähne leicht zusammenbaltest.
6. Wiederholen Sie 9 oder 18 Mal, dann kehren Sie Kopf und Wirbelsäule in die neutrale Position zurück und ruhen Sie sich aus.

Literatur:

[Codex Humanus – Das Buch der Menschlichkeit](#)

[Die Wahrnehmungsfälle, Teil 2: Oder ... alles nur Mumpitz. Ja, ALLES.](#)

[Die HerzIntelligenz\(R\)-Methode: Gesundheit stärken, Probleme meistern – mit der Kraft des Herzens \(HeartMath – HerzIntelligenz\)](#)

[Das Ego im Dienste des Herzens: Ein neues Eden](#)

Quellen: PublicDomain/[medium.com](#) am 21.02.2020