

MentalRevolution - Brainnet im Bauch Wie der Darm unseren Geist steuert!

Das Gedanken mächtig sind, wissen wir inzwischen. Das muss ich Ihnen ganz sicher nicht mehr erzählen. Oder vielleicht doch? Wussten Sie, daß uns täglich zwischen 40.000 und 60.000 Gedanken im Kopf umherschwirren, wir aber nur einen sehr geringen Teil dessen bewusst wahrnehmen. Wissenschaftliche Studien belegen mittlerweile, daß wir menschliche Wesen nur einen Bruchteil unserer neuronalen Fähigkeiten nutzen, die unserem Gehirn zur Verfügung stehen.

Tatsächlich besitzt unser Gehirn Areale, die es uns ermöglichen, mit einer gezielten Fokussierung, Handlungsaktivitäten zu erzeugen oder konkrete Ziele zu erreichen. Mittels transkraniellen Magnetstimulationen beispielsweise ist es möglich, Signale zwischen zwei unabhängigen Personen auszutauschen; indem einer sich einen bestimmten Vorgang exakt vorstellt, den der andere über speziell stimulierte Neuronen ausführt. Wenn Sie jetzt denken, daß klingt unglaublich, haben Sie recht. Ist aber wahr. Dieser Ansatz lässt sich am leichtesten mit virtuellen Computerspielen oder einem „Nerven“-Bypass für Querschnittsgelähmte erklären. Bei Querschnittslähmungen sind häufig Nervenbahnen im Rückenmark durchtrennt. Was dabei gerne unter den Tisch gekehrt wird, ist die Tatsache, daß die Nervenbahnen ober- und unterhalb der Verletzung intakt sind und intakt bleiben. Das Gehirn sendet nach wie vor Signale an die betroffenen Gliedmaße. Aufgrund der Trennung der Nervenbahnen erreichen diese Signale ihren Bestimmungsort jedoch nicht. Bei einer transkraniellen Magnetstimulation konzentriert sich die Person auf die Bewegung der betroffenen Gliedmaße. Durch die geistige intensive Vorstellung, ähnlich wie bei einer Meditation, werden Impulse an verschiedene Steuerungsareale im Gehirn gesendet, die sofort eine Art elektrischer Impulse an die gelähmten Bereiche schickt. Durch diese Stimulation wird die Muskulatur unterhalb des verletzten Bereiches aktiviert. Die Muskeln ziehen sich zusammen.



Nicht nur Neurone zeigen sich hierfür verantwortlich, auch verschiedenste Mikroorganismen wirken auf unsere Hirnaktivität ein und spielen eine entscheidende Rolle, sowohl bei der Entstehung von psychischen und neurodegenerativen Erkrankungen, wie auch der Entwicklung mentaler Fähigkeiten, Stärke und Verhalten.

Das menschliche Ökosystem beeinflusst die Entwicklung unseres Gehirns, unsere neuronalen Fähigkeiten, unser Verhalten wie auch unsere Gesundheit.

Die Zusammenhänge und Wirkrichtungen von emotionalen, psychischen und neurologischen Bewegungen in unserem Körper sind komplex und nicht immer zu erkennen. Lediglich die Sprache beziehungsweise Signale unseres Körpers, lassen Rückschlüsse auf innere Vorgänge zu.

Viele Menschen, die unter Ängsten und Stress leiden, klagen häufig über Probleme des Magen-Darm-Traktes, Herzrasen, Bluthochdruck, Schwindel, schmerzenden Gliedmaßen etc. Dies kann daran liegen, daß die Zellen in der Darmwand einen Großteil wichtiger Neurotransmitter wie Serotonin außerhalb der dafür zuständigen Regionen des Gehirns, produzieren. Dieser Vorgang hat Einfluss auf die Signalverarbeitung innerhalb unseres Gehirns, welches dadurch die gehirneigenen Neurone verringert und falsche Signale in falsche Richtungen und Regionen unseres Körpers sendet. Die Informationen dieser elektrischen Impulse werden fehlgeleitet. Man könnte sagen, daß die Kommunikation zwischen den Neuronen gestört ist, ähnlich wie bei dem Sender-Empfänger-Modell der Kommunikation. Die elektrischen Impulse müssen eine Art Kontaktstelle zwischen zwei Nervenzellen passieren und entsprechend andocken.

Wissenschaftlich ist die gegenseitige Beeinflussung verschiedener Darmbakterien und des Gehirns ein interessantes Forschungsgebiet. Die störungsfreie Kommunikation zwischen Kopf und Bauch ist ausschlaggebend für inneren Frieden, Gelassenheit, Empathie, Freude, Gesundheit und Erfolg.

Ihre Gabi Stratmann

Veröffentlicht am 17. Februar 2016

Download: <https://www.gabistratmann.de/2016/02/17/mentalrevolution/>