

Olaf Jacobsen

# *Dein Gehirn deutet*

Nehmen wir unsere Deutungskraft ernst,  
ändert sich (fast) alles!

*- Leseprobe -*  
(„Erde retten“)

Olaf Jacobsen Verlag

---

Die in diesem Buch beschriebenen Methoden sollen ärztlichen Rat und medizinische Behandlung nicht ersetzen.

Die vorgestellten Informationen und Anleitungen sind sorgfältig recherchiert und wurden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Dennoch übernehmen Autor und Verlag keinerlei Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Anwendung oder Verwertung der Angaben in diesem Buch entstehen. Die Informationen in diesem Buch sind für die Leser:innen zur eigenen, persönlichen Weiterbildung gedacht.

---

### **Wie wird hier geschlechtergerecht formuliert?**

Wird eine Bezeichnung in der Mehrzahl benötigt, dann wird der Gender-Doppelpunkt verwendet (Bsp.: Teilnehmer:innen). Bei Bezeichnungen in der Einzahl wird unregelmäßig zwischen weiblich und männlich abgewechselt.

© 2023 Olaf Jacobsen Verlag  
Theodor-Rehbock-Str. 7, 76131 Karlsruhe  
[www.olaf-jacobsen-verlag.de](http://www.olaf-jacobsen-verlag.de)

Das Werk einschließlich all seiner Teile, **also auch diese Leseprobe**, ist urheberrechtlich geschützt.

Die Inhalte dürfen ohne Einverständnis des Verlags nicht kopiert und nicht verteilt werden. Alle Rechte sind vorbehalten.

Cover-Foto: Ulrike Leone, walnut-3072652,  
abgerufen von pixabay.com am 8.2.2023

Gestaltung des Covers: Olaf Jacobsen

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

ISBN 978-3-936116-78-6 (Broschur)  
ISBN 978-3-936116-79-3 (E-Book PDF)

# Inhalt

Gebrauchsideen

## **Das Persönliche**

Das sinnvolle Schutz-Netzwerk im Gehirn

Das befreite Potenzial

Natürliche Unsicherheit

Selbstzufriedenheit als weiße Leinwand

Authentizität

Meine Ausbildungen

Vier Aspekte meines Menschenbildes

## **Bist du Gast oder zu Hause?**

Zu Gast bei Fremden

Bei sich zu Hause

Unser natürliches Streben

Natürliche Bewertungen

Die zielbezogene Wertung

Das Streben hinter den Wertungen

## **Die Glückszelle**

Die Basis der Glückszelle

Die Glückszelle in der Schule

Wo finden wir die Glückszelle im Alltag?

Das Potenzial hinter einem Abwehrgefühl

Unsere tiefe Verbundenheit zu allem

## **Ich weiß, dass ich nichts weiß**

Deuten, um zu wissen

Das Streben danach, Energie zu sparen

Unser Gehirn deutet

Unabhängigkeit in tiefer Verbundenheit

Von der Hilflosigkeit zur Verbundenheit

## **Deine Menschenwürde**

Eine klare Definition

Was ist eine Entwürdigung?

Unbewusste Angriffe auf die Würde

Ein lösender Umgang mit einer Entwürdigung

Was genau ist „mensenunwürdig“?

Mehr Potenzialentfaltung

## **Wie retten wir die Erde?**

Das rettende Chaos?

Der World Climate Contest

## **Wahlmöglichkeiten für dein Gehirn**

Begegnungsknoten

Wie Wahlmöglichkeiten dein Gehirn beglücken

Erhöhung von Wahlmöglichkeiten überall

Unendliche Auswahl durch Deutungsfreiheit

Mein Schutz-Netzwerk befreit mein Potenzial

Danke

Ausbildung für Freie Systemische Aufstellungen

Empathisches NeuroSonanz<sup>®</sup>-Coaching

Über den Autor

Veröffentlichungen von Olaf Jacobsen

Buch-Wahlmöglichkeiten

## **Wie retten wir die Erde?**

### **Das rettende Chaos?**

Wenn wir jetzt alle deuten, dass jeder die Welt und sich selbst subjektiv persönlich deutet, wie wollen wir dann überhaupt *gemeinsam* unseren Planeten – unser Zuhause – vor dem Untergang retten? Gäbe es nicht ein unheimliches Chaos von unterschiedlichsten Zielen?

Ja und nein. Es hängt wieder davon ab, was du als „Chaos“ bezeichnest (deutest). Wenn ein großes Chaos letztendlich dazu führen würde, dass der Planet durch dieses Chaos gerettet werden würde, dann wäre das Chaos gut – bzw. es wäre kein Chaos mehr, sondern eine durch den Zufall koordinierte Rettungsaktion. Aber wie sollen wir wissen können, was genau den Planeten rettet?

Genau das ist unser Problem. Deute ich.

Angenommen es gäbe tatsächlich jemanden, der ganz genau wüsste, wie wir unseren Planeten retten. Zusätzlich hätte er sogar einen klaren Plan. Und wir wüssten alle, dass dieser Plan wirklich funktionieren wird – und wären alle in der Lage, energievoll mitzuhelfen. Ich glaube, dann wäre die Schaffenskraft groß. Wir würden ins Handeln kommen. Einer hat die Klarheit und beschreibt allen das Ziel und was dazugehört und was nicht. Alle anderen machen mit und folgen dem Plan, weil sie davon überzeugt sind, dass es genauso klappen wird. Wie bei einem Fuß-

ballspiel, wo der Trainer den genialen Plan hat (hoffentlich) und die Spieler den Plan so gut wie möglich umsetzen wollen (hoffentlich). Oder wie in einem Unternehmen, in welchem die Chefin den genialen Plan hat (hoffentlich) und die Mitarbeiter:innen alles genauso umsetzen, wie es dem Plan entspricht (hoffentlich). Das wäre dann eine Glückszelle.

Doch genau das gibt es bezogen auf die Rettung der Welt nicht. Wir warten darauf, dass endlich jemand mit einem gut funktionierenden Plan daherkommt und wir alle an der Umsetzung mitwirken können. Und weil wir genau darauf **warten**, entsteht diese Handlungslosigkeit. Oder es entsteht das Gefühl, dass eine einzige Tat alleine doch nichts bringt, weil wir nicht wirklich Hand in Hand aktiv sind. Wenn ich meinen Müll trenne und dann im Fernsehen beobachten muss, wie der Müll falsch verarbeitet wird (Abtransport auf die Müllhalden armer Länder) und kaum ein Recyceln stattfindet. Oder wenn ich beobachte, wie mein Nachbar in die Bio-Tonne Plastiktüten wirft, obwohl auf der Tonne "KEIN PLASTIK" steht. Ich fühle Ohnmacht. Hilflosigkeit (= Grenzüberschreitung!). Ich will die anderen Menschen in ihrem Sein ändern (= Entwürdigung!) und halte kämpfend an meinem Willen fest (= eigenes Schutz-Netzwerk). Ich warte, dass die anderen Menschen sich endlich so geändert haben, bis deutlich zu spüren ist, dass einer einen klaren gut funktionierenden Plan hat und alle anderen mitmachen wollen (= Glückszelle).

Und wenn ich mal nicht passiv auf den universellen Retter warte, dann wehre ich mich gegen die aktuelle Situation. Ich gehe auf die Straße und demonstriere. Aber im Grunde warte ich auch bei solchen Aktionen darauf, dass andere Menschen („die da oben“) sich ändern (= Entwürdigung). Ich gehe nicht auf die Straße, um selbst aktiv „aufzuräumen“, indem ich z. B. die Autos zu einem langsamen Fahren animiere, damit sie weniger Abgase

ausstoßen, oder indem ich den Asphalt aufreiße und dort Bäume pflanze.

In welcher Rolle befinde ich mich eigentlich, wenn ich so denke und fühle? Wenn ich darauf warte, dass sich „da oben“ etwas bewegt? Oder in der Nachbarschaft? Oder wenn ich auf eine große Aktionswelle von vielen Menschen warte, die die Umwelt aktiv schützen? Bei der ich sofort **mitmachen** würde?

Ich befinde mich in der **Gast-Rolle**. Ich denke nicht, dass ich mich in meinem eigenen **Zuhause** befinde und einfach meine eigene Wohnung so gestalten kann, wie ich es mir wünsche. Sondern ich sehe mich als Gast abhängig von den Zielen und Regeln meiner Gastgeber. Dabei sehe ich, dass meine Gastgeber Ziele haben, die oft *nicht funktionieren*. Oder dass der klare Plan *fehlt*. Oder dass der Plan *unstimmig* ist ... Hoppla! Ich bewerte?!??

Aber wenn ich die anderen bewerte, dann muss ich dafür doch ein eigenes Ziel als Maßstab in mir haben – oder wie war das noch?!? Ohne eigenes Ziel keine Bewertung! Das bedeutet: Ich muss da irgendwo **ein Ziel in mir drin** haben, durch das ich spüren kann, wann ein „klarer Plan“ vorhanden ist, wann jemand im Bereich Klimaschutz aus meiner Perspektive „sinnvoll“ handelt, wann etwas stimmig ist und wann nicht. Ich befinde mich also *doch* in meinem „Zuhause“, in welchem ich **selbst Ziele habe** und mein Umfeld daran messe und bewerte!!

**Hier** sehe ich die Chance für uns alle: Wir haben die Möglichkeit, uns auf uns selbst zu konzentrieren und unsere eigenen Ziele und Visionen zum Vorschein zu holen. Dabei geht es nicht um die Frage, was jeder Einzelne zum Klimaschutz in der Rolle als Mitspieler „beitragen“ kann. Sondern es geht um Hebelwirkungen, die wir *selbst* finden und bedienen.

Ich behaupte: Jede:r von uns kann genau spüren, was wirklich wirkungsvoll funktioniert. Denn das würde ein Begeisterungsgefühl auslösen. Hätten wir Menschen so ein grundlegendes Gespür nicht („Was begeistert mich und was nicht?“), dann könnten wir auch keine Hitparaden und Chart-Shows erstellen. Es gäbe kein „Supertalent“, kein „Deutschland sucht den Superstar“ und kein „Voice of Germany“. Es gäbe kein „Eurovision Song Contest“. Solche Veranstaltungen zeigen, dass es die Möglichkeit gibt, dass sich mehrere Menschen begeistert hinter einem bestimmten Song versammeln und diesen als besonders „positiv“ bewerten. Es ist in solchen Wettbewerben keine gleichmäßige Verteilung durch den Zufall zu erkennen, sondern es zeigt sich eindeutig: Eine große Mehrheit versammelt sich hinter einer ganz bestimmten Sache. Es scheint also Dinge zu geben, die auf Menschen grundsätzlich anziehender zu wirken scheinen als andere Dinge.

Ich deute: Genauso können wir spüren, welche Klimaschutz-Ideen besonders genial, sinnvoll und hilfreich sind. Das sind nämlich genau die Ideen, die uns selbst begeistert fühlen lassen. Und nicht nur uns ...

## **Der World Climate Contest**

Was wäre, wenn es einen World Climate Contest gäbe?

Meine Idee ist: Zwei Mal im Jahr, im Frühling und im Herbst, schreibt man einen Wettbewerb in jedem Stadtteil und in jedem Dorf aus. Auf dieser regionalen Ebene erreicht man alle Menschen. Jeder darf ein Zwei-Minuten-Video auf seinem Handy aufnehmen und darin seine beste Idee für die Rettung der Erde formulieren. Dieses Video kann auf die Wettbewerb-Website hochgeladen werden. Jede Idee nimmt am Wettbewerb teil – und

jede:r darf über alle Ideen abstimmen. Diejenigen Ideen mit dem größten Zuspruch bekommen Preise und Unterstützungen in der Umsetzung. Kann eine Gewinnerin ihre Idee nicht selbst umsetzen, wird es auf einer anderen Ebene von den Veranstaltern, von Sponsoren, von Unternehmen oder von der Politik umgesetzt.

Die Besten nehmen dann zusätzlich auf der nächsten Ebene teil, beim Stadt-Wettbewerb oder im Landkreis. Dann kommt der Bundesland Contest. Anschließend der Deutschland Contest, die europäische Ebene und schließlich der Welt-Vergleich. Alles geschieht unter dem Titel „World Climate Contest“. Beispiel:

World Climate Contest Karlsruhe Ost-Stadt

World Climate Contest Karlsruhe Stadt

World Climate Contest Baden-Württemberg

World Climate Contest Deutschland

World Climate Contest Europe

World Climate Contest

Wenn dieser Wettbewerb unter diesem Titel im Stadtteil durchgeführt wird, könnten viele Teilnehmer:innen bereits dort das Gefühl haben, am großen Weltgeschehen teilzuhaben. Entweder als Ideengeber:in oder als Wähler:in oder beides. Und die Ideengeber:innen können ihre Vision leben, mit ihrer Idee möglicherweise auf Welt-Ebene etwas bewirken zu können. So wie Greta Thunberg mit ihrer Einzelaktion in einem Großteil der Welt etwas bewegen konnte.

Ich deute, dass häufig bestimmte einzelne Menschen in Machtpositionen Entscheidungen fällen, die sich möglicherweise blockierend auf einen wirksamen Klimaschutz auswirken. Beispielsweise die Firmenchefs von Unternehmen, die ihre Produkte in

Plastikverpackungen verkaufen und keine Alternativen verwenden wollen. Doch es gibt in solchen Firmen auch Mitarbeiter:innen, die vielleicht einen gewissen Einblick haben und dann Ideen entwickeln, was für Änderungen mit Hebelwirkung innerhalb der Firma möglich wären. Diese Ideen geben sie dann beim World Climate Contest an, ohne dabei Firmengeheimnisse zu verraten. Und vielleicht schaffen es diese Ideen „nach oben“. Andere Firmen greifen diese Ideen erfolgreich auf und ziehen letztendlich alle mit ... Eine Klima-Bewegung „von unten“ her, mithilfe von uns allen. Denn wir alle arbeiten irgendwo mit und haben dort Einblicke in ungünstige Strukturen. Eine Klima-Bewegung, die an den Blockaden machtvoller Positionen einfach vorbeifließt. So wie sich 1989 die Bürger:innen der ehemaligen DDR selbst befreien konnten.

Für die Umsetzung des Wettbewerbs könnte man eine einzige Website dazu konstruieren, die von allen auf der gesamten Welt einsehbar und bedienbar ist. Jeder kann sich die Ideen-Videos seiner eigenen Region oder auf der gesamten Welt anschauen. So ähnlich wie Facebook, Instagram, Twitter, Youtube etc. (Diese Plattformen wurden auch nicht von der Politik gegründet). Und dort, wo die eigene Region, in der man selbst lebt, am Contest beteiligt ist, kann man auch für die tollsten Video-Ideen aktiv abstimmen.

So ein Wettbewerb, der immer mehr Menschen erreicht, regt möglicherweise auch die Kreativität vieler weiterer Menschen an, so dass sie sich selbst Gedanken machen und vielleicht beim nächsten Wettbewerb ihre neuen Ideen mit einbringen. Gleichzeitig entsteht aufgrund der Öffentlichkeit ein verstärktes Wir-Gefühl bezogen auf die Rettung unseres Planeten. Und ganz wichtig: Durch die Vielzahl der Ideen werden in unseren Gehirnen die Wahlmöglichkeiten radikal erhöht, so dass wir uns aus all

diesen Möglichkeiten genau das herausuchen können, was uns selbst im Alltag motiviert und wofür wir uns berufen fühlen. Über diese Erhöhung von Wahlmöglichkeiten und die genial befreienden Wirkungen auf unser Gehirn schreibe ich noch mehr im nächsten Kapitel.

Entscheidend ist auch, dass *alle* Länder mitmachen dürfen – auch Russland, Katar, Nordkorea, Syrien usw. Niemand wird ausgeschlossen. Denn auf der Ebene des Weltklimas und des gemeinsamen Überlebens auf dieser Erde sind wir alle gleich. Diese Ebene können wir erreichen, wenn wir uns über alle politischen Bestrebungen und kulturellen Richtungen und Schutz-Netzwerke erheben, indem wir uns allein auf unseren ganz eigenen persönlichen Willen konzentrieren, die Erde zu retten – unser aller **Zuhause**.

Ich beschreibe mal als Beispiel eine kleine Idee, die ich seit einigen Wochen für den World Climate Contest habe:

Man richtet an einer Autobahnstrecke eine für Autofahrer unsichtbare Mess-Stelle ein und misst die durchschnittliche Geschwindigkeit der Fahrzeuge – abgesehen von Stau-Situationen. Für ungefähr zwei Wochen. Dann stellt man ab drei Kilometern vor der Mess-Stelle alle fünfhundert Meter rechts und links neben der Fahrbahn jeweils ein rundes Verkehrsschild mit der Zahl 100 auf, die von einem *grünen* Kreis (statt rot) umrahmt wird. Darunter ein Schriftschild mit dem Wort „freiwillig“. Dann misst man wieder die durchschnittliche Geschwindigkeit der Fahrzeuge. Haben sich die Autofahrer tatsächlich inspirieren lassen, wäre das Aufstellen solcher Schilder (z. B. alle fünf Kilometer und/oder als Banner an Brückengeländern) eine Alternative zum Tempolimit.

Ich biete dir die Idee an: Lasse innerlich von all deinen Erwartungen (= warten) gegenüber anderen Menschen los. Gehe in Gedanken in dein Zuhause – oder auf deine eigene innere Insel. Überlege dort Folgendes: Wenn du alle finanziellen Mittel hättest und alle Türen wären offen, d. h. es gäbe keine Menschen, die dich in deinem Vorhaben blockieren würden. Ganz im Gegenteil: Alle Menschen würden mithelfen. Was würdest du selbst für die Rettung unserer Erde mit all ihren Lebewesen tun, organisieren, bewirken? In der Region, im Bundesland, im Staat, in Europa und/oder in der Welt?

Gib dir einen Moment Zeit und fühle dich ein. Wenn alles möglich wäre, was würdest du tun bzw. initiieren?

Als ich das Jacqueline fragte, fing sie sofort an zu sprudeln und in ihrer Vorstellung die Landwirtschaft umzubauen. Mehr Wiesen für Bienen, mehr Unterstützung für herkömmliche Bauern für einen Umbau zum Bio-Bauernhof, Tempolimit auf den Autobahnen, Begrünung der Städte. Und ich denke dann noch an eine zuverlässigere Müllverarbeitung.

Das sind natürlich erst einmal allgemein formulierte Ziele, die uns durch die Medien nicht unbekannt sind. Was ich mit diesem Beispiel aber zeigen wollte, ist, dass wir zu sprudeln beginnen, sobald wir in unserer Innenwelt deuten, wie es wäre, wenn es keine Begrenzungen mehr gäbe und alles möglich wäre. Und vielleicht kommen dann auch Ideen, die bereits vor Ort umgesetzt werden können. Oder Ideen, wie man die Begrünung der Städte konkret von den Bürger:innen umsetzen lassen könnte und und und ...

Es gibt schon viele Ideen für Klimaschutz. Offensichtlich sind es aber noch nicht genug, denn diese Ideen scheinen noch keinen „klaren Durchbruch“ in der Menschheit bewirken zu können.

Schreibe dir deinen eigenen Plan auf. Und vielleicht kannst du auch schon selbst aktiv werden – in dem Rahmen, der dir in deinem aktuellen Leben momentan möglich ist. Warte nicht mehr auf „die da oben“, sondern finde einen Hebel im „Hierunten“, der eine möglichst große positive und begeisternde Wirkung in deinem nahen Umfeld (und darüber hinaus?) entfaltet.

Oder/und – wenn dich die Idee für den World Climate Contest begeistert – schreibe eine Mail an [bin-dabei@world-climate-contest.com](mailto:bin-dabei@world-climate-contest.com) mit der Botschaft, dass du als Teilnehmer:in mitmachen würdest. Und vielleicht auch, wie du beim Aufbau oder bei der Durchführung dieses Wettbewerbs helfen oder unterstützen könntest.

Ich bin gespannt, was meine Idee für den World Climate Contest auslöst, welche Deutung du dazu entwickelst und ob sich dazu eine breite Resonanz entfaltet.

Du kannst den aktuellen Stand der Entwicklungen auf der Website [www.world-climate-contest.com](http://www.world-climate-contest.com) einsehen.

***Ende der Leseprobe aus dem Buch „Dein Gehirn deutet“.***