

Newsletter Ausgabe 179

für Eggetsberger.NET, Eterna Management S.L., IPN & iLM

Herzlich willkommen bei der Newsletter Ausgabe Nr. 179: März 2010!

LimbiClean

Mehrmals (ca. 1 – 3 Mal) monatlich bekommen Sie von uns kostenlos per E-Mail top-aktuelle Meldungen aus den Bereichen Medizin, länger leben, Biofeedback,

Biomesstechnik, Verhaltensforschung, Physik und Psychologie. Darüber hinaus werden Sie über unsere neuesten Forschungsergebnisse, Produkte und die aktuellen Seminartermine informiert.

Seit Newsletter Ausgabe 173 (Jänner 2010) wird der Newsletter des International-PcE-Networks (IPN) von unserer Forschungsplattform Eggetsberger.NET versendet. Unsere Newsletter finden Sie auch im Internet gratis im Newsletter Archiv

» [Zum Newsletter Archiv](#)

Aktuelle Themen:

1. LimbiClean
2. Gutes Immunsystem nur mit Vitamin D
3. Lächeln Sie beim Telefonieren!
4. Wenn man seine Mitmenschen im Kopf kopiert...

1. LimbiClean

Ein neues Seminar

Unser Limbisches System bestimmt über einen großen Teil des menschlichen Verhaltens. Gerade in Stresssituationen, bei potentiellen Gefahren oder wenn wir einfach überfordert sind, wird unser bewusst denkendes Gehirn, der Neocortex (dieser ist die Heimat der rechten und linken Gehirnhälfte), blockiert. Der Grund dafür ist unser Überlebensinstinkt. Wenn es für uns eng wird, übernimmt der Instinkt. Man reagiert und versucht zu überleben. Bewusstes Denken und Handeln hat da keinen Platz mehr.

Es ist dieses Verhalten des Limbischen Systems, das maßgeblich am überleben der Gattung Mensch beteiligt war bzw. ist. Jedoch ist es eben auch jenes System, das uns bei Prüfungen versagen lässt, uns bei Vorträgen ins Stottern bringt, Ängste in uns erweckt oder einfach die bewusste Kontrolle über die Situation entzieht.

LimbiClean ist ein neues Training der Psychonetik Methode, das es dem Anwender erlaubt, bewusste Kontrolle über das Limbische System zu erlangen. Dies geschieht über die Analyse und Trainingserstellung mit Hilfe unserer Messgeräte (z.B. PcE-Scanner iQ). Einfach zu erlernende körperbezogene Übungen stellen den besten Weg dar, mit dem Limbischen System zu kommunizieren. Diese Übungen werden im Rahmen des Seminars vermittelt und geübt.

Das neue Seminar nach Eggetsberger setzt da an, wo positives Denken und gute Vorsätze versagen, denn das Limbische System reagiert vor allem auf Signale des Körpers!

Weitere Informationen zum LimbiClean Seminar und eine Anmeldemöglichkeit finden Sie unter folgendem Internetlink: [Hier klicken!](#)

» [Bio-Vit Shop](#)

HINWEIS: LimbiClean steht nach dem ersten Seminar und der Vorstellung durch Gerhard H. Eggetsberger und sein Team auch als Lizenz für Lizenznehmer zur Verfügung.

Weitere Informationen zu unserem Lizenzmodell erhalten Sie, indem Sie eine Anfrage unser Formular stellen: [Zum Formular](#)

2. Gutes Immunsystem nur mit Vitamin D

Das Immunsystem ist nur mit Vitamin D gut aktiv.

Bei ausreichender Versorgung mit dem Sonnenvitamin werden die T-Zellen der Körperabwehr aktiv. Vitamin D ist für das Immunsystem überraschenderweise absolut unverzichtbar: Nur wenn es in ausreichender Menge vorhanden ist, werden die Killer-Zellen der Körperabwehr mobilisiert, so dass sie eindringende Viren oder Bakterien bekämpfen können. Zu dieser Erkenntnis kommt ein dänisches Forscherteam nach einer Untersuchung von Blutproben, die fünf Dialyse-Patienten gespendet hatten. Zwar sei bereits bekannt gewesen, dass Vitamin D das Immunsystem beeinflussen kann. Wie grundlegend seine Funktion jedoch ist, sei bislang übersehen worden, berichten Carsten Geisler von der Universität Kopenhagen und seine Kollegen.

Vitamin D wird vor allem in der Haut gebildet, wenn sie mit den UV-Strahlen des Sonnenlichts in Kontakt kommt, ist jedoch auch in verschiedenen Nahrungsmitteln wie Fischöl oder Eiern enthalten. Am bekanntesten ist es wegen seiner Funktion im Kalzium-Stoffwechsel des Körpers sowie beim Knochenaufbau. Daneben wurde es auch schon mit Autoimmunkrankheiten wie Multipler Sklerose und Infektionen, beispielsweise der Tuberkulose, in Verbindung gebracht. Erst jetzt konnten Geisler und sein Team jedoch zeigen, wie dieser Einfluss auf das Immunsystem vermutlich zustande kommt: Das Vitamin reißt sozusagen die Killer-Zellen der Körperabwehr, die T-Zellen, aus einem schlafähnlichen Zustand und aktiviert sie, so dass sie Krankheitserreger gezielt angreifen können.

Diese Aktivierung verläuft demnach etwa wie folgt: Kommt eine naive, also eine bisher nicht im Kampf eingesetzte T-Zelle in Kontakt mit einem potenziellen Eindringling, etwa einem Bruchteil einer Bakterienzelle, beginnt sie, ein Vitamin-D-Erkennungsprotein zu produzieren. Das wird dann wie eine Art Antenne ausgefahren und testet, ob Vitamin D verfügbar ist. Registriert die Antenne das Vitamin, läuft eine ganze Reaktionskaskade ab. Am Ende vervielfältigt sich die T-Zelle und bildet so Hunderte identischer Zellen, die alle auf den ausgespähten Krankheitserreger fokussiert sind. Fehlt das Vitamin D hingegen, findet diese Mobilisierung nicht statt.

Die Ergebnisse geben bisher unbekannte Einblicke in die Arbeit des Immunsystems, betonen die Forscher. Sie können daher in Zukunft helfen, die Reaktion der Körperabwehr zu regulieren – nicht nur beim Bekämpfen von Infektionen, sondern auch beim Dämpfen überschießender Immunreaktionen, wie sie etwa bei Autoimmunkrankheiten oder bei der Abstoßung nach Organtransplantationen vorkommen. In beiden Fällen vervielfältigen sich aktivierte T-Zellen explosionsartig und erzeugen eine Entzündung, die für den Körper verheerende Konsequenzen haben kann. Bei Mäusen, dem allseits beliebten Labormodell, gibt es die Verbindung zwischen Vitamin D und den T-Zellen übrigens nicht – vermutlich weil die

nachtaktiven behaarten Mäuse ohnehin nicht viel Vitamin D zur Verfügung haben und es daher keinen Vorteil gebracht hätte, wenn diese Substanz eine derartig wichtige Rolle in ihrem Immunsystem spielte.

Quelle: Carsten Geisler (Universität Kopenhagen) et al.: Nature Immunology, Online-Vorabveröffentlichung, doi: 10.1038/ni.1851

3. Lächeln Sie beim Telefonieren!

Ihr Gesprächspartner wird es hören.

Ein freundliches Lächeln macht nicht nur optisch Eindruck, haben britische Psychologinnen im Rahmen einer kleinen Studie ermittelt. Ihre Versuchsteilnehmer konnten auf Tonaufnahmen nicht nur erkennen, wann der Sprecher lächelte – sie vermochten auch, verschiedene Arten des Lächelns zu unterscheiden.

“Eine Stimme weist eine ganze Palette akustischer Eigenheiten auf”, erklärt Amy Drahota von der University of Portsmouth. “Es ist denkbar, dass wir diese feinen Abstufungen in jemandes Stimme deuten, ohne sie bewusst wahrzunehmen.” Diese Einsicht könne helfen, künstlich generierten Stimmen mehr Substanz und Charakter zu verleihen, so die Forscherin.

Drahota und Kolleginnen führten Pseudo-Interviews mit 8 Probanden durch. Diese mussten stets mit “Das mache ich im Sommer” antworten. Die Fragen waren so angelegt, dass sich im Laufe des Gesprächs lustige, bizarre und sogar peinliche Situationen ergaben. Anhand von Filmaufnahmen bestimmten die Forscherinnen, welche Art Lächeln – vom unbeschwertem Duchenne-Lächeln bis hin zum angestregten Verziehen der Mundwinkel – ihre Probanden jeweils zeigten.

Die zugehörigen Tonpassagen wurden dann einer zweiten Gruppe von Teilnehmern vorgespielt. Diese konnten recht gut beurteilen, ob und wie die Sprecher gerade lächelten, berichten die Psychologinnen im Fachblatt “Speech Communication”. An welchen Veränderungen der Stimme sich die Hörer orientierten, soll nun eingehender untersucht werden.

Forschung: AmyDrahota, Alan Costall und Vasudevi Reddy, Department of Psychology, University of Portsmouth

Veröffentlichung Speech Communication, DOI 10.1016/j.specom.2007.10.001

4. Wenn man seine Mitmenschen im Kopf kopiert...

Menschen ahmen mental laufend die Handlungen anderer nach!

Das macht man um das Handeln seiner Mitmenschen besser zu verstehen. Wie gründlich dieser Imitator im Kopf arbeitet, belegen Experimente einer deutsch-belgischen Forschergruppe. Sahen ihre Versuchsteilnehmer Fotos einer Hand mit bewegungsunfähigen Fingern, erfolgten ihre eigenen Fingerbewegungen merklich verzögert.

Ein grundsätzlich ähnliches Phänomen könne man beobachten, wenn Menschen im Verlauf einer Unterhaltung die gleiche Körperhaltung einnehmen, erläutert Roman Liepelt vom Max-Planck-Institut für Kognitions- und Neurowissenschaften. “Dieser Chamäleoneffekt ist so interessant für uns, weil er einen Zusammenhang zwischen beobachteten Bewegungen und dem motorischen System des Beobachters nahelegt.”

Liepelt und Kollegen gingen nun der Frage nach, ob der Imitator im Kopf auch die Begleitumstände berücksichtigt. Dazu zeigten sie ihren Probanden Fotos von Händen, bei denen einzelne Finger mit Metallklammern an der Unterlage fixiert waren, und forderten sie dann auf, den eigenen Zeige- oder Mittelfinger zu bewegen. War der Finger auch im Bild

fixiert, erhöhte das die Reaktionszeit der Probanden um einige Millisekunden, berichtet die Gruppe im Fachblatt "Neuropsychologia". Die Bewegung eines im Bild freien Fingers oder der Zehen gelang dagegen ohne Verzögerung.

Die Forscher konnten den Effekt zu jenem Teil des motorischen Systems zurückverfolgen, in dem auch die Spiegelneuronen vermutet werden – eben jene Nervenzellen, die beim passiven Beobachten einer Bewegung auf ähnliche Weise feuern wie beim aktiven Ausführen der Bewegung. Sahen die Probanden fixierte Finger, fiel die elektrische Reaktion in diesem Teil des Hirns schwächer aus.

Quelle: Roman Liepelt und Marcel Brass, Max-Planck-Institut für Kognitions- und Neurowissenschaften, Leipzig, und Vakgroep Experimentele psychologie, Universiteit Gent; und andere Veröffentlichung Neuropsychologia, DOI10.1016/j.

» Folgen Sie uns auf Facebook (Eggetsberger.NET)!

» Bio-Vit Shop

» Eggetsberger.NET