

# **EPIGENETIK trifft uns alle**

## **Geerbte Probleme lösen**

Polarity Verlag

Die Reihe: Energie - Materie - Bewusstsein

Frauke & Wilfried Teschler

Originalausgabe

Copyright © 2014 by Polarity Verlag, Kall-Urft

1. Auflage April 2014

Alle Rechte vorbehalten.

Auch die auszugsweise Veröffentlichung oder Reproduktion jeglicher Art, abgesehen von  
Rezensionszitaten, bedürfen der Genehmigung des Verlags.

Lektorat: Elisabeth Aichinger (elisabeth.aichinger@gmx.at)

Umschlagfoto: marrySW / pixelio.de

Polarity Verlag, Kall-Urft

Burg Dalbenden 0

53925 Kall-Urft

Fon: 02441/7716490

E-Mail: [info@polarity-verlag.de](mailto:info@polarity-verlag.de)

<http://polarity-verlag.de>

# Inhaltsverzeichnis

<a href="#">Inhaltsverzeichnis</a> .....	3
<a href="#">Vorab</a> .....	4
<a href="#">Die Begriffe</a> .....	5
<a href="#">Wie ich lernte, (m)eine Demenz zu verhindern</a> .....	6
<a href="#">Die Epigenetischen Inkarnationen</a> .....	8
<a href="#">Die frohe Kunde der Epigenetik: Das Erbgut ist veränderbar!</a> .....	9
<a href="#">Was ist eine genetische Prädisposition?</a> .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">So entstehen epigenetische Inkarnationen – ein Überblick</a> .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">So wirken epigenetische Inkarnationen – ein Überblick</a> .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">Die gesundheitliche Relevanz epigenetischer Inkarnationen</a> .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">Epigenetisch / erblich bedingter Diabetes muss kein „Schicksal“ bleiben!</a>	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">Lebensbereiche, die von epigenetischen Inkarnationen beeinflusst werden</a>	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">Was kann ich tun, wenn ich befürchte, von epigenetischen Inkarnationen betroffen zu sein?....</a>	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">Über die Autoren</a> .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">Frauke Teschler</a> .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">Wilfried Teschler</a> .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">Kontakt &amp; Links</a> .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">Literaturtipps und Quellen zum Thema Epigenetik</a> .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>
<a href="#">Literatur zur Reinkarnationstherapie / Inkarnationsarbeit</a> .....	<b>Fehler! Textmarke nicht definiert.</b>

## Vorab

Seit langem suchen Menschen nach Möglichkeiten, erblich bedingte Probleme, Erkrankungen, Malaisen verändern zu können.

Hier ist der Weg dazu!

Demenz

Depression

Diabetes

Herzerkrankungen

Bluthochdruck

Hypercholesterinämie

Angststörungen

Nervenstörungen

Fettleibigkeit

Hauterkrankungen

Lese-/Rechtschreibschwäche

Wahrnehmungsprobleme

...

## Die Begriffe

**EPIGENETIK:** Der Begriff Epigenetik entspringt einem Zusammenschluss der griechischen Silbe *epi* = 'jenseits' oder auch 'um... herum' und *Genetik*.

Die Epigenetik befasst sich mit der Vererbung von Eigenschaften, die nicht auf den Genen selbst, sondern „Jenseits“ der Gene zu finden sind. Die Epigenetik ist ein relativ neues Forschungsgebiet, da bisher die Gene als die ultimativen und alleinigen Träger sämtlicher Erbinformationen galten. Der Begriff selbst - und auch die universitären Forschungsansätze - sind Ausdruck einer Sicht von Vererbung, bei der die Gene im Mittelpunkt stehen, die allein auf biochemischen Prozessen beruht und bei der somit auch nur biochemische Prozesse untersucht werden.

**GENOM:** Genom ist eine weitere Bezeichnung für das Erbgut eines Organismus. Manchmal wird damit die Gesamtheit aller Gene – die lange als DAS Erbgut galten - bezeichnet, manchmal die Summe aller vererbaren Informationen.

**TRANSGENERATORISCHER EFFEKT:** Unter einem transgeneratorischen Effekt versteht man die Tatsache, dass ein bestimmtes Ereignis, eine Begebenheit bis in die Generation der Nachfahren hinein wirksam ist.

**EPIGENETISCHE INKARNATION:** Epigenetische Inkarnation ist ein Begriff, der aus der Inkarnationsarbeit von Wilfried und Frauke Teschler stammt. Er bezeichnet ein geerbtes Muster, eine geerbte Information, welche zu einer Veränderung und Organmodifikation im jetzt lebenden Organismus führen kann. Epigenetische Inkarnationen beruhen auf Erlebnissen, Lebensbedingungen, Ereignissen im Leben eines Vorfahren.

**INKARNATION:** Eine Inkarnation (In Carne, Latein. = im Fleische, im Fleische seiend) ist ein körperfremdes Muster, welches nicht aus dem jetzigen Leben stammt. Inkarnationsbedingte Muster können sowohl aus eigenen Inkarnationen (eigenen vergangenen Leben), wie auch aus Ereignissen im Leben eines Vorfahren (epigenetische Inkarnation) stammen.

## Wie ich lernte, (m)eine Demenz zu verhindern

Als ich so um die 30 Jahre alt war, beschäftigte mich die Tatsache, dass in unserer Familie Fälle von Demenz vorkamen. Ich war zwar noch lange nicht in dem Alter, in dem diese Krankheit in der Regel ausbricht, jedoch beunruhigt. Ich überlegte, sah hin und stellte fest, dass – rein erblich betrachtet – dieses Los durchaus auch auf mich fallen könnte. Natürlich wusste ich, dass eine erbliche Komponente eine Disposition ist, eine Möglichkeit, die nicht zwangsläufig zu einer Erkrankung führen muss. Ich hatte gelesen, eine genetische Disposition käme nicht bei jedem Betroffenen zum Tragen, sondern wäre eben nur eine Möglichkeit. Doch wie dem auch sei, ich hatte keine Lust mit der Möglichkeit einmal dement zu werden, zu leben, ich wollte bei wachem Verstand alt werden.

Ich fing klein an und erkundigte mich nach Präventionsideen, die jedoch alles in allem recht dürftig ausfielen: „Halten Sie sich geistig fit!“ - „Machen Sie Gehirnjogging!“ - „Betätigen Sie sich auch körperlich!“ - „Ernähren Sie sich mediterran!“ und „Vermeiden Sie den Kontakt mit Aluminium“. Jaa!

Hatten doch meine Verwandten eigentlich auch alles getan, jedoch war das Ergebnis eher nicht so toll...

Mit Spannung verfolgte ich damals die Diskussion um das Human Genome Project HGP in den 90er Jahren. Das gesamte menschliche Genom (als Genom bezeichnet man die Gesamtheit der Gene eines Organismus) sollte identifiziert und alle menschlichen Gene aufgeschrieben werden, um somit sämtliche möglichen Verursacher von erblich bedingten Krankheiten herauszufinden!

Was für ein Projekt und was für eine Perspektive!

Mit der Identifizierung des menschlichen Genoms - so postulierte die Wissenschaft - könne man mit der Zeit die Gene genau lokalisieren, die für die Entstehung einer Krankheit verantwortlich sind. Alzheimer und Demenz stand natürlich - neben der Erforschung von Diabetes - im Fadenkreuz der Wissenschaftler, da man diese Krankheiten aufgrund ihrer Häufigkeit mittlerweile bereits als Volksseuchen bezeichnen konnte.

Zur Erinnerung: Aus der Bewegung um das Human Genom Project, in welches - das muss in diesem Zusammenhang erwähnt werden - ganze 3 Milliarden Dollar an Fördergeldern aus der ganzen Welt flossen, entstand ein wahrer Gen-Hype. Beinahe täglich konnte man den Medien neue Enthüllungen und Prophezeiungen entnehmen - über das Gen für Legasthenie - welches gefunden sei, Homosexualität, Depression, Kriminalität und so weiter und so fort.

Kriminalität...? Legasthenie...? Ich wurde stutzig...

Als aktive Pädagogin in einem sozialen Brennpunkt hatte ich viel mit Kindern und Jugendlichen zu tun, die nicht nur massive Lernprobleme hatten, sondern auch mit jenen, die auf dem Weg waren, eine kriminelle Karriere zu starten. Ich kannte die Bedingungen, in denen sie lebten, sehr gut und hatte auch Einblick in die Lebensumstände, die ihre Probleme bedingten. Für diese überaus komplexen Geschehnisse wollten die Forscher jeweils EIN Gen gefunden haben, einen biochemischen Komplex, der jeweils für die Synthese eines Eiweißes zuständig ist? Da stimmt etwas nicht, sagte mir mein Gefühl. Nicht, dass ich es vollkommen ausschließen wollte, dass genetische Faktoren bei der

Legasthenie EINES Kindes eine Rolle spielen (könnten), das hatte ich bereits erlebt und ich hielt es auch durchaus für möglich.

Aber ein einziges Gen sollte tatsächlich alle Schwierigkeiten von Kindern beim Lesen- und Schreibenlernen verursachen? Ein einziges Gen sollte dafür verantwortlich sein, ob ein Mensch kriminell wird oder nicht? Auch mein biotechnologisch nicht weiter ausgebildeter - jedoch über eine gute Menschenkenntnis verfügender Verstand - sagte mir, ne, ne, ne! Es gibt mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit kein Kriminalitäts-Gen und auch kein Legasthenie-Gen. Einzig und allein nachvollziehbar für mich wäre, dass bei dem einen oder anderen Kind genetische Elemente MIT zur Ausbildung von Lernschwierigkeiten führen können. Jedoch waren diese derart unterschiedlich, dass bestimmt nicht bei allen betroffenen Kindern ein und dieselbe Information für ihr Zustandekommen verantwortlich sein konnte. Kriminalität? Vollkommen ausgeschlossen. Aber vielleicht Alzheimer? Oder Demenz? Das war schon eher vorstellbar, auch wenn ich wusste, dass es in der Entwicklung von Demenz ebenfalls sehr unterschiedliche Formen gibt, die bei Weitem nicht gleich verlaufen.

Ich dachte weiter nach und wurde wieder skeptisch, denn selbst wenn die Wissenschaft tatsächlich ein Gen finden sollte, welches für Demenz zuständig ist, was wäre die Perspektive für mich? Alle kaputten Gene austauschen? Oder nur die im Gehirn? Aus einem solchen Projekt Hoffnung für meine drohende Demenz zu schöpfen, erschien mir bei näherer Betrachtung doch etwas fragwürdig...

Heute ist es sehr still um dieses große Projekt geworden. Denn zum Verdruss der forschenden Wissenschaftler bewahrheitete sich keine der großmundig angekündigten Heilsbotschaften. Auch eine genetische Lokalisation der Altersdemenz fand nicht statt. Im Gegenteil, das Projekt ergab, dass die Gene, die einst als Dreh- und Angelpunkt des menschlichen Lebens - und vor allen Dingen auch der erblichen Informationen - betrachtet wurden, bisher völlig überschätzt wurden. Sie haben nicht nur eine viel geringere Bedeutung als vermutet, sondern spielen offenbar auch in Bezug auf die Übertragung von Erbinformationen nicht die erste Geige. Man schreibt heute gerade einmal 1,6 Prozent aller Informationen, die erblich relevant sind, einer direkten Funktion der Gene zu.

Der Eindruck, die Gene seien unser Erbgut, der über lange Zeit wissenschaftlich und auch in der öffentlichen Meinung vorherrschte, wurde von diesen Ergebnissen total erschüttert. Bis heute ist der Glaube an die Bedeutung der Gene nicht korrigiert. Und das Denken und Forschen geht weiter und die Hoffnung auf eine biotechnologische Lösung stirbt wahrscheinlich zuletzt. Doch liegt hier wirklich die einzige Chance für die Prävention oder Heilung genetisch determinierter Erkrankungen?

Langer Rede kurzer Sinn - ich schloss mit dem Thema erst einmal ab und wandte mich Neuem zu. Ich begann eine Körpertherapie-Ausbildung. Nicht in erster Linie, um meine potenzielle Demenz zu bekämpfen, daran dachte ich zwischenzeitlich ehrlich gesagt gar nicht mehr. Während dieser Ausbildung kam dann jedoch etwas, mit dem ich nicht gerechnet hatte - ein Pack-Ende für meine genetische Belastung. Es kam ganz leise und unspektakulär auf mich zu, denn damals befanden wir uns noch inmitten der Hochzeit des genetischen Determinismus. Hätte man behauptet, erblich übertragene Eigenschaften seien veränderbar, wäre man (ich wahrscheinlich auch) gevierteilt worden!

(...)

(...)

## Die Epigenetischen Inkarnationen

### Die frohe Kunde der Epigenetik: Das Erbgut ist veränderbar!

Seit nicht allzu langer Zeit ist die Epigenetik in aller Munde. Von ihr wird die Lösung für viele erblich bedingte Erkrankungen erwartet. Immer mehr Bücher kommen auf den Markt, die den revolutionären Einfluss der Erkenntnisse der Epigenetikforschung auf die Medizin und das Bewusstsein proklamieren. Die Beeinflussbarkeit der Gene (wobei Gen in diesem Fall eigentlich der falsche Begriff ist, denn die Epigenetik befasst sich genau genommen nicht mit der Veränderbarkeit der Gene, sondern mit den vererbten Informationen, die jenseits der DNA, also jenseits des genetischen Codes selbst vorhanden sind) scheint mitten in der Welt der Alternativmedizin angekommen zu sein.

Neue Gurus erscheinen am Firmament und verbreiten ihre Kunde in alle Welt. Schaut man jedoch genauer hin, so ist diese Kunde leider sehr dünn. Bis heute reicht sie nicht sehr weit über eine empfohlene gute Lebensführung, positives Denken, gesunde Ernährung, die Empfehlung zu meditieren und vor allem die Mahnung an Eltern, sich „anständig“ zu benehmen, um nicht das Erbgut ihrer Kinder zu verderben, hinaus. Dinge, die im Großen und Ganzen nichts Neues sind. Sie erscheinen hier nur in einem neuen Gewand und in einem anderen Kontext.

Doch die Auseinandersetzung mit den Inhalten von epigenetisch erworbenen Eigenschaften - wir nennen sie epigenetische Inkarnationen - kann zielgerichtet und effektiv eingesetzt werden. Wie und mit welchen Erfolgen, davon möchte ich Ihnen berichten. Ich möchte Ihnen erzählen, welche konkreten Erlebnisse zu Veränderungen der Erbinformationen führen (können), wie sich diese Veränderungen in den Folgegenerationen auswirken und auch, wie man sie revidieren, lösen, rückgängig machen kann. Denn genau das ist letztendlich der springende Punkt und die wirklich spannende Möglichkeit, die in der Entdeckung der epigenetischen Abläufe steckt.

Die Veränderbarkeit der Erbinformationen ist keine Einbahnstraße. Es gibt nicht nur negative, unerwünschte bzw. im schlechtesten Fall krankmachende Einflüsse auf die Erbinformationen, gewusst wie, kann man die Flexibilität des Erbguts wunderbar nutzen und unerwünschte Eigenschaften sowie störende Informationen rückgängig machen.

Die Modifizierbarkeit der Erbinformationen an sich ist nicht nur im Sinne von Krankheit und Verfall zu interpretieren. Im Gegenteil, glücklicherweise sind die Erbanlagen wandelbar, denn so sind wir in der Lage, uns an die ständig sich verändernden Lebensbedingungen anzupassen. Nur so können wir auf Umwelteinflüsse, innere oder äußere Gegebenheiten reagieren und unsere körperlichen Funktionen an veränderte Verhältnisse anpassen. Nicht immer ist eine erfolgte epigenetische Veränderung in einer Folgegeneration zweckmäßig, daher sprechen wir im Zusammenhang mit Epigenetik in erster Linie von Erkrankungen. Denn Veränderungen, die keine negativen (konflikträchtigen) Folgen haben, werden meist gar nicht wahrgenommen. Möchte man Epigenetik vollständig erfassen, gehört jegliche Modifikation von Erbinformationen in ihren Bereich - erwünschte, gezielte und positive Veränderungen ebenso wie unerwünschte und jene, die Zustände produzieren, die wir als Krankheiten bezeichnen.

Ein Beispiel für die Auswirkungen epigenetischer Modifikationen:

"Seit längerem stört es mich ungemein, dass ich fast ständig mit einer laufenden Nase zu tun habe. Im Frühjahr, wenn die ersten Pollen durch die Frühlinglüfte wehen, ist dieses Phänomen besonders stark. Doch es ergreift mich auch, wenn ich einen staubigen Raum betrete bzw. im wahrsten Sinn des Wortes

Staub aufwirbele oder in anderer Weise mit kleinen Partikeln in Berührung komme. Die ganze Malaise begann, als ich in einem Haus wohnte, in dessen Garten viele Birken wuchsen. Der Frühling kam kurz und heftig und sein Erscheinen ging damit einher, dass alles von einer dicken Schicht gelben Birkenstaubs bedeckt war. Ich hatte vorher noch nie etwas mit Heuschnupfen oder Ähnlichem zu tun, aber das war offensichtlich zu viel für mich. Das Schniefen und Prusten fing an.

In den folgenden Jahren tauchten diese Beschwerden immer wieder auf, ich betrachtete mich nun als Allergikerin und unternahm - mit gutem Erfolg - das eine oder andere naturheilkundliche Medikament gegen die lästigen Symptome. Auf meiner Suche nach Lösungen stieß ich auf die Arbeit mit epigenetischen Inkarnationen und dabei wurde mir ein ganz ungewöhnlicher Zusammenhang klar. Ich wusste, ich bin in meiner Familie nicht die einzige, die Probleme mit den Nasenschleimhäuten hat. Das Problem war bei mir zwar besonders ausgeprägt, was ich auf die oben genannte Wohnsituation unter den Birken zurückführte, jedoch konnte ich durchaus von einer familiären Belastung / Disposition ausgehen. Mein Vater hatte definitiv damit zu tun und soweit ich es erinnern kann, auch meine Großmutter.

Ich lernte die Vorgehensweisen zur Auseinandersetzung mit epigenetischen Inkarnationen kennen und begab mich auf die Suche nach dem Ursprung der Empfindlichkeit meiner Nasenschleimhaut.

Ich stieß auf einen Vorfahr, der Müller war. Dieser Müller war ein sehr stattlicher Mensch, im Rheinland würde man sagen: Ein Kerl von einem Mann! Groß, kräftig, zupackend; Säcke mit Mehl oder Getreide zu heben, waren eine Kleinigkeit für ihn.

Doch etwas bereitete ihm Schwierigkeiten bei seiner Tätigkeit und das war der Mehlstaub. Damals gab es kein Gebläse, welches die Raumluft von Staub befreite. Und so arbeitete er den ganzen Tag im Staub oder besser gesagt im Mehl. Das Mehl setzte seiner Nase zu und verklebte seine Atemwege. Das war mehr als lästig, er hatte sozusagen immer die Nase voll! Und natürlich reagierte er oder besser gesagt sein Organismus auf diese Belastung. Um nicht so viel Mehl einzuatmen und den Staub besser loszuwerden, half sich „der Organismus“ meines Vorfahren auf zweierlei Weise. Zum einen intensivierte er die Schleimproduktion innerhalb der Nase und weiterhin reduzierte sich die Nasenatmung, damit erst gar nicht so viel Mehlstaub in die Nase gelangte. (Als ich diesen Zusammenhang bemerkte, realisierte ich zum ersten Mal, dass auch meine Nasenatmung eingeschränkt ist, obwohl ich mich gar nicht vor massivem Staub schützen muss.)

Die Beeinträchtigung durch das Mehl war für meinen Vorfahren sehr stark und vor allem dauerhaft. Die Kombination von Intensität und Dauerhaftigkeit führte bei ihm zu einer Prägung, die sich bis in die Zellen, bis in das Erbgut hinein auswirkte. Die momentane Reaktion: Einschränkung der Nasenatmung plus vermehrte Schleimbildung meines Vorfahren wurde zu einer bleibenden Information im Erbgut, die sich auf nächste Generationen, bis hin zu meiner Person übertrug. In der Fachsprache nennt man dieses Phänomen den transgeneratorischen Effekt.

Das Besondere an dieser Auseinandersetzung war für mich, dass ich heute unter den Symptomen litt, die damals vor 200 Jahren einen Sinn gemacht hatten. Ich spürte dieselben Auswirkungen und konnte selbst heute noch die Zusammenhänge mitbekommen, in denen die Informationen entstanden waren. Die Informationen rund um die lädierte oder besser gesagt veränderte/modifizierte Nase waren in mir vorhanden, abgespeichert und ich konnte ihre Entstehungszusammenhänge wahrnehmen.

Ich setzte mich mit der Situation meines Urur(...)großvaters auseinander und siehe da, meine Nase wurde freier. Ich verstand, dass meine dauernde „Laufnase“ die Folge einer speziellen Konstitution der

Nasenschleimhaut ist, die zwar für meinen Verwandten einmal recht nützlich bzw. seinen Lebensbedingungen angemessen, jedoch für mich sehr störend war. Denn ich bin keine Müllerin, hatte gänzlich andere Lebensbedingungen und auch nicht ständig eine „volle Nase“.

An irgendeinem Punkt in der Auseinandersetzung mit der Situation des Vorfahren hatte ich das Gefühl, keine Anbindung an die Prägung meines Vorfahren mehr zu haben. Das war ein gutes Gefühl. Meine Nase war jetzt meine Nase, immer noch etwas angegriffen, aber lange nicht mehr so stark wie zuvor. Auch die Nasenschleimhaut war noch etwas schwach auf der Brust, denn sie hatte sich bisher ja nicht „normal“ - das heißt meinen Lebensbedingungen gemäß - entwickeln können. Es war schon Land gewonnen und noch mehr in Sicht!“

Diese spezifische Art der Erbinformationen, die in dem Beispiel geschildert wird, bezeichnen wir als „Epigenetische Inkarnation“.

(...)