

BARBARA ANN
BRENNAN
LICHT-ARBEIT

Das Standardwerk der
Heilung mit Energiefeldern

GOLDMANN



GANZHEITLICH HEILEN

Buch

Unser physischer Körper wird von einem Energiefeld, der »Aura«, umschlossen, in dem sich unsere Erfahrungen von Krankheit und Gesundheit manifestieren. Das richtige Umgehen mit diesem Energiefeld macht es uns möglich, uns selbst und andere zu heilen.

In ihrer mehr als zwanzigjährigen Tätigkeit als spirituelle Heilerin beobachtete Barbara Ann Brennan die Energiefelder von mehr als fünftausend Patienten und Schülern. Auf dem Fundament dieser Erfahrung vermittelt sie eine Fülle von exakt beschriebenen Heilungswegen. Sie wendet sich mit ihrem Buch sowohl an den Leser, der über die Grenzen der etablierten Medizin hinausschauen will, als auch an den Lernenden, der sich zum spirituellen Heiler ausbilden möchte. Wer sich mit Licht-Arbeit als Heilungsweg auseinandersetzen möchte, kommt an diesem Buch nicht vorbei.

Autorin

Barbara Ann Brennan studierte Physik an der University of Wisconsin (USA) und war wissenschaftliche Mitarbeiterin der NASA am Goddard Space Flight Center. Vor mehr als zwanzig Jahren begann sie, ihre Forschung auf das menschliche Energiefeld zu konzentrieren. Sie machte eine Ausbildung als bioenergetische Therapeutin und lernte bei indianischen und nichtindianischen Heilern. Heute arbeitet sie als Heilerin in einer Privatpraxis in New York und gibt ihr Wissen in Kursen und Seminaren weiter.

*Von Barbara Ann Brennan
ist bei Goldmann außerdem lieferbar:
Licht-Heilung (12222)*

BARBARA ANN
BRENNAN

LICHT-ARBEIT

Das Standardwerk
der Heilung mit Energiefeldern

Aus dem Amerikanischen
von Gabriele Kuby



Ganzheitlich Heilen

GOLDMANN

Die Originalausgabe erschien unter dem Titel »Hands of Light«
bei Bantam Books, a division of
Bantam Doubleday Dell Publishing Group, Inc., New York
Illustration von Joseph A. Schmith

Umwelthinweis:

Alle bedruckten Materialien dieses Taschenbuches
sind chlorfrei und umweltschonend.

Vollständige Taschenbuchausgabe Dezember 1998
© 1989 der deutschsprachigen Ausgabe
Wilhelm Goldmann Verlag, München
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
© 1987 der Originalausgabe Barbara Ann Brennan
Umschlaggestaltung: Design Team München
Umschlagfoto: Bavaria/Stock Imagery
Druck: Elsnerdruck, Berlin
Verlagsnummer: 14151
Lektorat: Diane von Weltzien
WL • Herstellung: Stefan Hansen
Made in Germany
ISBN 3-442-14151-6
www.goldmann-verlag.de

5. Auflage

Dieses Buch ist allen Reisenden auf dem Weg nach Hause gewidmet.

Liebe ist das Gesicht und der Körper des Universums. Sie ist das verbindende Gewebe des Universums, der Stoff, aus dem wir gemacht sind. Liebe ist die Erfahrung, ganz zu sein, verbunden mit der Göttlichkeit des Universums.

Alles Leiden wird durch die Illusion des Getrenntseins verursacht: sie erzeugt Angst und Selbsthaß, die schließlich Krankheit zur Folge haben.

Sie selbst sind der Meister Ihres Lebens. Sie können sehr viel mehr tun als Sie glauben; Sie können sich sogar von einer »tödlichen Krankheit« heilen.

Die einzige wirklich »tödliche Krankheit« besteht darin, als Mensch zu leben. Tatsächlich ist das Leben aber keineswegs endlich, denn der Tod ist einfach der Übergang zu einer anderen Seinsebene.

Ich möchte Sie dazu ermutigen, die »üblichen« Begrenzungen Ihres Lebens zu überschreiten und sich selbst anders zu betrachten. Ich möchte Sie ermutigen, Ihr Leben am äußersten Rand der Zeit zu führen, so daß Sie jeden Augenblick von neuem in das Leben hineingeboren werden.

Ich möchte Sie dazu ermutigen, Ihre Lebenserfahrung nur lose und ohne Erstarrung zu einem Ganzen zu bündeln.

Inhalt

Teil I

Die Erde - ein Planet der Energie

| | | |
|-----------|------------------------------------------------------|----|
| Kapitel 1 | Die heilende Erfahrung | 17 |
| Kapitel 2 | Wie man dieses Buch benutzt | 28 |
| Kapitel 3 | Ausbildung zum Heiler und Öffnung für innere Führung | 35 |

Teil II

Die menschliche Aura

| | | |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Einleitung | Die persönliche Erfahrung | 45 |
| Kapitel 4 | Parallelen zwischen dem naturwissenschaftlichen Weltbild und unserem Selbstbild | 49 |
| Kapitel 5 | Die wissenschaftliche Erforschung des menschlichen Energiefeldes in Vergangenheit und Gegenwart | 67 |
| Kapitel 6 | Das universale Energiefeld | 81 |
| Kapitel 7 | Die Aura—das menschliche Energiefeld | 88 |

Teil III

Die Dynamik der Psyche und das menschliche Energiefeld

| | | |
|------------|-----------------------------------------------------|-----|
| Einleitung | Die therapeutische Erfahrung | 117 |
| Kapitel 8 | Die menschliche Entwicklung im Spiegel der A u r a | 119 |
| Kapitel 9 | Die psychologische Funktion der sieben Hauptchakras | 138 |
| Kapitel 10 | Chakradiagnose | 156 |
| Kapitel 11 | Beobachtungen der Aura in Therapiesitzungen | 170 |

| | | |
|------------|----------------------------------------------------------------|-----|
| Kapitel 12 | Energieblockierung und Abwehrmechanismen in der Aura | 190 |
| Kapitel 13 | Die Aura- und Chakramuster der wichtigsten Charakterstrukturen | 201 |

Teil IV

Die Wahrnehmungsinstrumente des Heilers

| | | |
|------------|-------------------------------------------------------------|-----|
| Einleitung | Die Ursachen von Krankheit. | 237 |
| Kapitel 14 | Die Trennung von der Wirklichkeit. | 240 |
| Kapitel 15 | Von der Energieblockierung zur körperlichen Krankheit | 245 |
| Kapitel 16 | Eine Übersicht über den Prozeß des Heilens | 260 |
| Kapitel 17 | Direkter Informationszugang durch erhöhte Sinneswahrnehmung | 270 |
| Kapitel 18 | Der Röntgenblick | 277 |
| Kapitel 19 | Hellhören und Kommunikation mit Geistführern | 291 |
| Kapitel 20 | Heyoans Metapher der Wirklichkeit | 304 |

Teil V

Spirituelles Heilen

| | | |
|------------|--------------------------------------------|-----|
| Einleitung | Das Energiefeld als Instrument des Heilens | 315 |
| Kapitel 21 | Vorbereitende Übungen zum Heilen | 317 |
| Kapitel 22 | Heilen auf allen Ebenen der Aura | 342 |
| Kapitel 23 | Heilen mit Farbe und Klang | 383 |
| Kapitel 24 | Heilen von transtemporalen Traumata | 393 |

Teil VI

Selbstheilung und der spirituelle Heiler

| | | |
|------------|-----------------------------------------------------------------|-----|
| Einleitung | Transformation und Selbstverantwortung | 407 |
| Kapitel 25 | Die neue Medizin: Der Patient wird zum Heiler - eine Fallstudie | 409 |
| Kapitel 26 | Gesundheit: Eine Herausforderung, der zu sein, der man ist. | 425 |
| Kapitel 27 | Die Entwicklung zum Heiler | 437 |

Anhang

| | |
|-------------------------------------------------------------------------|-----|
| Rückblickende Fragen und Stoff zum Nachdenken zu den einzelnen Kapiteln | 457 |
| Liste der Abbildungen und Schemata | 472 |
| liste der Übungen und Meditationen | 474 |
| Bibliographie | 475 |

Vorwort

Wir leben in einer neuen Zeit, für die die folgenden Worte Shakespeares besondere Aktualität haben: »Es gibt mehr Dinge zwischen Himmel und Erde, als eure Schulweisheit sich träumen läßt.« Dieses Buch richtet sich an jene, die jenseits der Grenzen der klassischen Medizin nach Erklärungen für ihre körperlichen und emotionalen Prozesse suchen. Es öffnen sich neue Dimensionen zum Verständnis der psychosomatischen Konzepte, wie sie von Wilhelm Reich, Walter Canon, Franz Alexander, Flanders Dunbar, Burr, Northrup und vielen anderen Forschern auf diesem Gebiet entwickelt wurden.

Im einzelnen wird in diesem Buch definiert, was heilende Erfahrungen sind, und die Geschichte der wissenschaftlichen Erforschung des menschlichen Energiefeldes dargestellt. Das Buch ist insofern einzigartig, als es das menschliche Energiefeld mit der Psychodynamik verbindet. Es zeigt auf, wie sich das Energiefeld in Abhängigkeit von Persönlichkeitsfunktionen verändert.

In der zweiten Hälfte des Buches werden auf der Grundlage metaphysischer Konzepte die Ursachen von Krankheit definiert und mit den Energiestörungen der Aura in Beziehung gebracht. Der Leser wird hier, unter dem Gesichtspunkt des Heilers und des Patienten, auch eine Beschreibung des Wesens spirituellen Heilens finden.

Das Buch beruht auf den subjektiven Erfahrungen der Autorin, die eine wissenschaftliche Ausbildung als Physikerin und als Psychotherapeutin absolvierte. Die Verbindung von objektivem Wissen und subjektiver Erfahrung erlaubt ihr eine Ausdehnung des Bewußtseins über die Grenzen herkömmlicher Wissenschaft hinaus.

Jene, die einem solchen Ansatz offen gegenüberstehen, werden in diesem Buch eine Fülle von Material finden, das ihr Wissen und ihre Erfahrungen bereichert, und mit dem sie experimentieren können. Jenen, die grundlegende Widerstände gegen einen solchen Ansatz haben, möchte ich empfehlen, sich die folgende Frage zu stellen: »Kann eine solche neue Perspektive, welche die Grenzen der Logik und des objektiven wissenschaftlichen Experimentierens überschreitet, existieren?«

Ich empfehle das Buch nachdrücklich all jenen, die das Phänomen des Lebens auf der physischen und auf den metaphysischen Ebenen fasziniert. Es ist das Ergebnis vieler Jahre engagierter Arbeit und legt Zeugnis ab vom Persönlichkeitswachstum der Autorin und der Entfaltung ihrer Gabe zu heilen. Dem Leser wird sich eine Welt voller Wunder eröffnen.

Frau Brennan ist für ihren Mut zu bewundern, daß sie sowohl ihre objektiven wie ihre subjektiven Erfahrungen vor der Welt ausbreitet.

*John Pierrakos. Md.
Institute of CORE Energetics
New York City*

Danksagung

Ich möchte meinen Lehrern danken, und da es viele sind, nenne ich sie in der Reihenfolge, in der ich mit ihnen gearbeitet habe. Die ersten waren Dr. Jim Cox und Ann Bowman; sie und viele andere bildeten mich in bioenergetischer Körperarbeit aus. Viele Jahre habe ich mit Dr. John Pierrakos gearbeitet, dessen Core-Energetik die Grundlage für meine spätere Heilarbeit wurde. Er lehrte mich, die Auraphänomene, die ich sah, mit der psychodynamischen Körperarbeit in Verbindung zu bringen, und hatte damit großen Einfluß auf mich. Danke, John. Eva Pierrakos bin ich zutiefst dankbar, daß sie mir den Zugang zu jenem spirituellen Weg - »The Pathwork« - eröffnet hat, dem ich folge. Ich danke auch meinen Heillehrern, dem Rev. C. B. und Rev. Rosalyn Bruyere. Auch möchte ich all meinen Studenten danken, die, weil sie zu mir kamen, um zu lernen, meine größten Lehrer waren.

Ich danke allen, die bei der Herstellung des Buches geholfen haben, insbesondere Marjorie Bair für ihren redaktionellen Rat; Dr. Jac Conaway für den Gebrauch seines Computers und Maria Adeshian für die Texterfassung. Bruce Austin möchte ich für die Schlußredaktion danken. Ganz besonders dankbar bin ich Marlee Talman für ihre redaktionelle Hilfe und die Leitung des gesamten Herstellungsprozesses dieses Buches. Für dauernde persönliche Unterstützung danke ich Eli Wilner, meiner Tochter Celia Conoway und meiner lieben Freundin Moira Shaw, die mich immer dann, wenn ich es am meisten brauchte, an meinen Wert erinnert hat.

Allen voran möchte ich meinen geistigen Lehrern danken, die mich Schritt für Schritt geführt haben und den größten Teil der Wahrheit, die in diesem Buch enthalten ist, durch mich zum Ausdruck gebracht haben.

Teil I

Die Erde — ein Planet der Energie

Kapitel 1

Die heilende Erfahrung

In meiner Arbeit als Heilerin bin ich vielen wunderbaren Menschen begegnet. Über einige von ihnen und die Erlebnisse mit ihnen, die das Leben eines Heilers so erfüllen, möchte ich hier berichten.

Meine erste Klientin an einem Oktobertag des Jahres 1984 war eine Frau Ende zwanzig mit dem Namen Jenny. Sie war eine lebenslustige Lehrerin, ungefähr 165 cm groß, mit dunklen Haaren und großen blauen Augen. Ihre Freunde nennen sie die Lavendeldame, weil Lavendelblau ihre Lieblingsfarbe ist, die sie meistens trägt. Jenny hat nebenbei noch ein Blumengeschäft und macht wunderschöne Blumengestecke für Hochzeiten und sonstige festliche Anlässe. Sie war damals seit einigen Jahren mit einem erfolgreichen Werbefachmann verheiratet. Bevor sie zu mir kam, hatte Jenny einige Monate zuvor eine Fehlgeburt gehabt und war seitdem nicht mehr schwanger geworden. Als sie zu ihrem Arzt ging, um feststellen zu lassen, warum sie kein Kind empfangen könne, mußte sie eine böse Überraschung erleben. Nach vielen Tests und Hinzuziehung anderer Ärzte war die einhellige Meinung, daß sie sich sobald wie möglich einer Gebärmutteroperation unterziehen müsse. Man hatte dort, wo die Plazenta mit dem Uterus verbunden ist, krankhafte Zellen gefunden. Jenny war bestürzt und hatte Angst. Sie und ihr Mann hatten erst in finanziell gesicherten Verhältnissen Kinder gewollt. Nun schienen alle Chancen verfliegen.

Als Jenny im August dieses Jahres zum erstenmal zu mir gekommen war, hatte sie mir nichts von ihrer medizinischen Geschichte erzählt. Sie hatte einfach nur gesagt: »Ich brauche

Ihre Hilfe. Sagen Sie mir, was Sie in meinem Körper sehen. Ich muß eine wichtige Entscheidung treffen.«

Während der Heilsitzung tastete ich ihr Energiefeld - die Aura - mit Hilfe meiner erhöhten Sinneswahrnehmung ab. Ich »sah« an der unteren linken Seite im Inneren des Uterus einige anormale Zellen, dort wo sich die Plazenta gelöst hatte. Gleichzeitig »sah« ich die Umstände, die mit der Fehlgeburt zusammenhingen. Ich »hörte« Worte, die Jennys Zustand beschrieben, und bekam Anweisungen, was zu tun sei: Jenny sollte einen Monat Urlaub machen, ans Meer fahren, bestimmte Vitamine nehmen, eine Diät einhalten, täglich meditieren und mindestens täglich zwei Stunden allein sein. Nach diesem Monat der Selbstheilung sollte sie sich wieder ihren Ärzten zeigen und sich untersuchen lassen.

Mir wurde gesagt, daß meine Arbeit damit getan sei und daß Jenny nicht mehr zu mir zurückzukehren brauche. Während der Sitzung erhielt ich Informationen über ihre psychische Verfassung und inwiefern diese einer Selbstheilung im Wege stehe. Sie gab sich die Schuld für die Fehlgeburt. Auf diese Weise setzte sie sich unnötig innerem Streß aus und hinderte ihren Körper daran, sich nach der Fehlgeburt zu erholen. Mir wurde mitgeteilt (und das bedeutete für mich, die Verantwortung zu übernehmen), daß sie mindestens einen Monat lang keinen anderen Arzt aufsuchen sollte, denn die verschiedenen Diagnosen und das Drängen zur Operation würden den Streß nur noch verschlimmern. Sie war todunglücklich, denn sie hatte sich so sehr ein Kind gewünscht. Als sie meine Praxis verließ, war sie etwas erleichtert und sagte, daß sie sich alles gut überlegen werde.

Als Jenny im Oktober wiederkam, umarmte sie mich und schenkte mir zum Dank ein süßes kleines Gedicht. Die Befunde der medizinischen Tests waren normal. Den August über hatte sie sich um Kinder von Freunden auf Fire Island gekümmert. Sie hielt ihre Diät ein, nahm ihre Vitamine und verbrachte viel Zeit allein, um sich selbst zu heilen. Sie nahm sich vor, sich noch einige Monate Zeit zu lassen, bevor sie versuchen wollte, wieder schwanger zu werden. Ein Jahr später hörte ich, daß Jenny einen gesunden Jungen zur Welt gebracht hatte.

Mein zweiter Klient an jenem Oktobertag war Howard. Er ist der Vater von Mary, die ich vor einiger Zeit behandelt hatte. Bei Mary war in der Vorsorgeuntersuchung ein präcanceröser Zustand festgestellt worden (PAP3), der nach etwa sechs Sitzungen behoben war. Seit einigen Jahren war sie nun gesund. Mary, die selber Krankenschwester ist, ist Leiterin einer von ihr gegründeten Organisation zur Fortbildung und Vermittlung von Krankenschwestern im Staat von Philadelphia. Sie zeigt Interesse an meiner Arbeit und überweist mir regelmäßig Patienten.

Howard war seit einigen Monaten bei mir. Er war Fabrikarbeiter gewesen und nun in Rente. Es machte sehr viel Freude, mit ihm zu arbeiten. Als er zu mir kam, war er grau im Gesicht und hatte ständig Herzschmerzen. Es erschöpfte ihn schon, nur durch das Zimmer zu gehen. Nach der ersten Sitzung wurde seine Gesichtsfarbe rosig, und die Schmerzen waren weg. Nachdem er zwei Monate lang einmal die Woche zu mir gekommen war, ging er wieder tanzen. Mary und mir lag daran, mein Heilen durch Handauflegen mit natürlichen Medikamenten zu unterstützen, die ein Arzt für Naturheilverfahren verschrieb, um die Arterien von Ablagerungen zu befreien. An jenem Tag setzte ich meine Arbeit fort, sein Energiefeld zu stärken und ins Gleichgewicht zu bringen. Seine zunehmende Genesung war für seine Ärzte und Freunde offensichtlich.

Ein weiterer Klient an jenem Tag war Ed. Er war zu mir gekommen, weil die Gelenke seiner Arme, insbesondere die Handgelenke, immer schwächer wurden. Er hatte Schmerzen während des Orgasmus. Auch sein Rücken war seit einiger Zeit kraftlos, was sich so verschlimmert hatte, daß er nichts mehr tragen konnte, nicht einmal einen Stoß Teller. Bei der ersten Sitzung sah ich in seiner Aura, daß er mit ungefähr zwölf Jahren sein Steißbein verletzt hatte. Zur Zeit der Verletzung fiel es ihm sehr schwer, mit den starken sexuellen Gefühlen zurechtzukommen, die mit der Pubertät in ihm wach geworden waren. Durch den Unfall wurden diese Gefühle schwächer, und er konnte besser damit umgehen.

Sein Steißbein war nach links verschoben und konnte sich so nicht ausreichend bewegen, um die Rückenmarksflüssigkeit

durch ihren normalen Kanal zu pumpen. Das verursachte eine Schwächung seines ganzen Energiesystems. Der nächste Schritt in diesem degenerativen Prozeß war eine Schwächung des unteren Rückens, dann des mittleren und schließlich des oberen. Wann immer ein Körperteil durch mangelnden Energiefluß schwach wurde, versuchte ein anderer Teil, diese Schwäche zu kompensieren. Es sammelte sich immer mehr Spannung in seinen Gelenken und Armen an, bis sie nachgaben und ebenfalls schwach wurden. Dieser ganze Prozeß hatte sich über Jahre hin erstreckt.

Ed und ich arbeiteten einige Monate lang mit gutem Erfolg. Zunächst ging es darum, das Steißbein so mit Energie zu versorgen, daß es sich wieder gerade richten konnte. Nun kam der Energiefluß im ganzen System in Bewegung und wieder ins Gleichgewicht. Nach und nach gewann Ed seine Stärke zurück. An jenem Nachmittag war als einziges Symptom nur noch ein wenig Schwäche in seinem linken Handgelenk da. Bevor ich mich darum kümmerte, stärkte und harmonisierte ich zuerst sein ganzes Energiefeld. Dann schickte ich heilende Energie in sein Handgelenk.

Die letzte Klientin, die ich an diesem Tag behandelte, war Muriel, Künstlerin und Frau eines bekannten Chirurgen. Sie war zum dritten Mal bei mir. Vor drei Wochen war sie mit einer stark vergrößerten Schilddrüse zu mir gekommen. Bei der ersten Sitzung machte ich von meiner erhöhten Sinneswahrnehmung Gebrauch, um Informationen über Muriels Verfassung zu bekommen. Ich konnte sehen, daß die Vergrößerung der Schilddrüse nicht auf Krebs zurückzuführen war und daß - zusammen mit den Medikamenten, die ihr von ihrem Arzt verschrieben worden waren — zwei Heilsitzungen ausreichen würden, um den Normalzustand wiederherzustellen. Ich sah auch, daß keine Operation nötig sein würde. Sie hatte mir von den Ärzten erzählt, die ihr Medikamente zur Verkleinerung der Schilddrüse gegeben hatten, die zwar zu einer gewissen Besserung führen sollten, eine Operation aber nicht würden verhindern können. Die Möglichkeit, daß es sich um Krebs handle, wollten sie nicht ausschließen. Die Operation sollte eine Woche nach unserer zweiten Sitzung

stattfinden. Als es so weit war, bestand keine Notwendigkeit mehr für die Operation. Die Ärzte waren sehr erstaunt. Sie kam an diesem Tag noch einmal zu mir, um sich bestätigen zu lassen, daß alles wieder normal war. Und so war es auch.

Wie kommen diese scheinbaren Wunder zustande? Was tue ich, wenn ich die Menschen heile? Die Methode, von der ich Gebrauch mache, heißt *Handauflegen* oder *Geistheilen*. Dieser Prozeß scheint etwas Mystisch-Geheimnisvolles an sich zu haben, ist aber durchaus erklärbar, wenn er auch sehr komplex ist. Zu diesem Vorgang gehört es, das menschliche Energiefeld wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Jeder hat ein solches Energiefeld, das den physischen Körper umgibt und durchdringt. Diese *Aura* hat maßgebenden Einfluß auf die Gesundheit. *Erhöhte Sinneswahrnehmung* erlaubt die Beobachtung von Dingen, die außerhalb der normalen Bandbreite der menschlichen Sinne liegen. Man kann damit Dinge sehen, hören, riechen, schmecken und berühren, die man sonst nicht wahrnehmen kann. Mit erhöhter Sinneswahrnehmung sieht man im Geist ein Bild, ohne daß die Augen daran beteiligt sind. Das ist keineswegs Einbildung. Man spricht auch von *Hellsichtigkeit*. Erhöhte Sinneswahrnehmung offenbart die dynamische Welt des fließenden Austausches zwischen den Lebensenergiefeldern, die alle Dinge umgeben und durchwirken. Den größten Teil meines Lebens habe ich als Tanz in einem lebendigen Meer von Energie erfahren, in das unsere Existenz eingetaucht ist. Durch diesen Tanz habe ich entdeckt, daß uns diese Energie Leben schenkt, uns trägt und nährt. Wir empfinden einander durch und mit dieser Energie. Wir sind ein Teil von ihr; sie ist ein Teil von uns.

Meine Klienten und Studenten fragen mich, wann ich begonnen hätte, das Energiefeld von Menschen wahrzunehmen; wann ich erkannt hätte, daß man damit wirkungsvoll arbeiten könne; wie das sei, wenn man Dinge wahrnehmen könne, die außerhalb des normalen Bereichs der menschlichen Sinne lägen; ob es eine ganz besondere Gabe sei, oder gelernt werden könne; was sie in letzterem Falle tun könnten, um ihre eigene Wahrnehmung zu erweitern, und welchen Wert das für ihr Leben hätte? Um diese Fragen zu beantworten, muß ich zum Anfang zurückkehren.

Meine Kindheit war sehr einfach. Ich wuchs auf einer Farm in Wisconsin auf. Da es in unserer Gegend nur wenige Spielkameraden gab, war ich viel allein. Ich war oft im Wald und verbrachte Stunden damit, vollkommen still zu sitzen und darauf zu warten, daß kleine Tiere in meine Nähe kämen. Ich übte mich darin, mit meiner Umgebung zu verschmelzen. Erst viel später begriff ich die Bedeutung dieser Stunden der Stille und des Wartens. Ich gelangte in einen erweiterten Bewußtseinszustand, in dem ich Dinge außerhalb der normalen Erfahrung wahrnahm. Ich erinnere mich, daß ich, ohne hinzuschauen, wußte, wo sich jedes Tier befand. Ich spürte es einfach. Wenn ich mich darin übte, mit verbundenen Augen durch den Wald zu laufen, dann spürte ich die Bäume, noch ehe ich sie mit den Händen berühren konnte. Ich merkte, daß die Bäume größer waren, als sie für das Auge zu sein schienen. Auch Bäume sind von Lebensenergiefeldern umgeben, und ich spürte diese Felder. Später lernte ich, die Energiefelder der Bäume und Tiere zu sehen. Ich entdeckte, daß alles mit einem Energiefeld - ähnlich dem Lichtschein einer Kerze - umgeben ist. Ich erkannte, wie alles durch die Energiefelder miteinander verbunden war, daß es keinen Raum gab, der nicht mit Energie angefüllt war. Alles, ich eingeschlossen, lebte in einem Meer von Energie.

Das war keine aufregende Entdeckung für mich. Es war einfach meine Erfahrung, so natürlich wie die Wahrnehmung eines Eichhörnchens, das auf einem Ast an einer Eichel knabbert. Ich legte mir aufgrund dieser Erfahrungen keine Theorie über das Funktionieren der Welt zurecht. Für mich war all das vollkommen natürlich, und ich glaubte, für alle anderen auch - und dann vergaß ich es.

Als Jugendliche hörte ich auf, in den Wald zu gehen. Ich begann mich dafür zu interessieren, wie die Dinge funktionierten und warum sie so waren, wie sie waren. In der Hoffnung, Ordnung zu Finden und die Struktur der Welt zu erkennen, stellte ich alles in Frage. Ich ging auf die Universität, erhielt mein Diplom in atmosphärischer Physik und arbeitete dann einige Jahre lang in einem Forschungsprojekt für die NASA. Daran schloß ich eine zweite Ausbildung zur Psychotherapeutin an. Erst nachdem ich schon

einige Jahre lang in diesem Beruf tätig war, fing ich an, um die Köpfe der Menschen Farben zu sehen. Plötzlich fielen mir wieder meine Kindheitserfahrungen im Wald ein. Nun wurde mir klar, daß diese Erfahrungen der Anfang meiner erhöhten Sinneswahrnehmung oder Hellsichtigkeit waren. Diese zauberhaften Kindheitserfahrungen führten mich schließlich dazu, schwerkranke Menschen diagnostizieren und heilen zu können.

Wenn ich zurückschaue, dann erkenne ich das Entwicklungsmuster meiner Fähigkeiten, das seit meiner Geburt wirkt. Es scheint mir, als wäre mein Leben von einer unsichtbaren Hand gelenkt worden, Schritt für Schritt von einer Erfahrung zur nächsten, ganz ähnlich dem Durchlaufen einer Schule - der Schule, die wir Leben nennen.

Die Erfahrungen im Wald erweiterten meine Sinneswahrnehmung. Während der Universitätsausbildung entwickelte ich meinen logischen Verstand. Mein psychologisches Training öffnete meine Augen und mein Herz für die Menschen. Schließlich erlaubte mir mein spirituelles Training (über das ich später sprechen werde), meine ungewöhnlichen Erfahrungen als *wirklich* anzunehmen. Ich begann, ein theoretisches Erklärungsmodell für diese Erfahrungen zu schaffen. Allmählich wurden meine erhöhte Sinneswahrnehmung und das menschliche Energiefeld ein integraler Teil meines Lebens.

Ich bin fest überzeugt, daß jeder Mensch die Wahrnehmung von Energiefeldern zu einem Teil seines Lebens machen kann. Zur Entwicklung der erhöhten Sinneswahrnehmung muß man in einen erweiterten Bewußtseinszustand eintreten. Dafür gibt es viele Methoden; Meditation ist die bekannteste. Suchen Sie unter den vielen Meditationsformen diejenige aus, die für Sie stimmt. Ich werde später einige Meditationsübungen vorschlagen, von denen Sie vielleicht eine praktizieren wollen. Aber es gibt auch andere Wege, wie man in einen erweiterten Bewußtseinszustand gelangen kann: Jogging, Wandern, Fischen, am Meeresstrand beobachten, wie die Wellen über den Sand laufen, oder im Wald sitzen, so wie ich es als Kind tat. Sicherlich praktizieren Sie bereits eine dieser Formen, ob Sie es nun Meditation, Tagträumen oder anders nennen. Worauf es ankommt, ist, daß Sie sich

Zeit nehmen, um in sich hineinzuhorchen - Zeit, um den lärmenden Verstand zum Schweigen zu bringen, der unablässig darüber redet, was Sie tun müssen oder hätten tun sollen, wie Sie in einer Diskussion hätten gewinnen können, was mit Ihnen nicht stimmt und so weiter und so fort. Wenn dieses pausenlose Geschwätz abgeschaltet wird, dann öffnet sich Ihnen eine neue Welt voll Harmonie und Zauber. Sie verschmelzen mit Ihrer Umgebung. Dabei verlieren Sie nicht Ihre Individualität, nein, Sie entfalten sie.

Die Erfahrung des erweiterten Bewußtseins kann man auch mit einem Verschmelzen mit der Umgebung beschreiben. Betrachten wir noch einmal das Bild der Kerze mit ihrer Flamme. Normalerweise sehen wir uns als Körper (Wachs und Docht) mit Bewußtsein (Flamme). Wenn wir in einem Zustand erweiterten Bewußtseins sind, dann erleben wir uns auch als das Licht, das die Flamme ausstrahlt. Wo aber beginnt das Licht, und wo endet die Flamme? Es scheint eine Trennlinie zu geben; aber kann man sie genau lokalisieren, wenn man näher hinschaut? Durchdringt nicht auch das schon im Zimmer vorhandene Licht, das nicht von der Kerze stammt (das Energiemeer), die Flamme? Ja, das tut es. Wo fängt das Licht des Zimmers an, und wo endet das Licht der Kerze? Die Physik sagt, das Licht einer Kerze hat keine Grenze; es strahlt ins Unendliche. Wo ist dann unsere äußerste Grenze? Meine Erfahrung erhöhter Sinneswahrnehmung, die aus einem erweiterten Bewußtsein resultiert, sagt mir, daß es keine Grenze gibt. Je mehr ich mein Bewußtsein erweitere, um so mehr erweitert sich auch meine Sinneswahrnehmung. Ich sehe eine Wirklichkeit, die immer schon da war, die aber vorher außerhalb meines Wahrnehmungsbereichs lag. Am Anfang konnte ich nur die größeren Energiefelder sehen, einen Lichtschein, der den Körper in einer Breite von etwa zweieinhalb Zentimetern umgibt. Mit zunehmender Erfahrung nahm ich ein größeres Feld wahr, das weiter über die Hautgrenze hinausstrahlte und anscheinend feiner in der Substanz war, und von weniger intensivem Licht. Jedesmal wenn ich glaubte, eine Grenze erreicht zu haben, ging meine Wahrnehmung zu einem späteren Zeitpunkt darüber hinaus. Der Horizont ist keine Grenze. Ich bin zu dem Schluß

gekommen, daß es angemessener ist, von Schichten zu sprechen: zuerst die Flamme, dann als nächste Schicht das Licht der Flamme, dann das Licht des Zimmers. Die Trennungslinie kann immer schwerer bestimmt werden. Zur Wahrnehmung der äußeren Schichten muß sich das Bewußtsein immer mehr erweitern. Wenn dies geschieht, hellt sich die vorher als matt empfundene Schicht scheinbar auf, und tritt deutlicher hervor.

Als sich meine erhöhte Sinneswahrnehmung allmählich immer mehr öffnete, begann ich, meine Beobachtungen aufzuschreiben. Die meisten stammen aus den fünfzehn Jahren, die ich als Therapeutin tätig war. Als Physikerin war ich zunächst skeptisch, als ich Energiefelder um den Körper von Menschen sah. Da die Phänomene aber Bestand hatten, selbst wenn ich die Augen schloß oder mich im Zimmer bewegte, schaute ich genauer hin. Und so begann meine persönliche Reise, die mich in Welten geführt hat, von denen ich nicht wußte, daß es sie gab, und die meine Erfahrung der Wirklichkeit, des Menschen, des Universums und meiner Beziehung zu ihnen vollkommen verwandelt hat.

Ich sah, daß das Energiefeld eine unmittelbare Beziehung zur Gesundheit und zum Wohlbefinden einer Person hat. Wenn jemand nicht gesund ist, zeigt sich das in seinem Energiefeld als gestörter Energiefluß, sei es als Ungleichgewicht oder als Stagnation, was in einer Verdunkelung der Farben zum Ausdruck kommt. Ein gesunder Mensch ist dagegen von hellen Farben umgeben, die in einem ausgeglichenen Feld ungehindert fließen. Die Farben und Formen haben einen spezifischen Zusammenhang mit der jeweiligen Krankheit. Erhöhte Sinneswahrnehmung ist in der Medizin und der psychologischen Beratung von größtem Wert. Ich bin dadurch fähig geworden, körperliche und psychische Probleme zu diagnostizieren und Wege zu ihrer Lösung zu finden.

Mit erhöhter Sinneswahrnehmung hat man den Mechanismus psychosomatischer Krankheiten klar vor Augen. Es wird offenbar, wie die meisten Krankheiten ihren Ausgang in den Energiefeldern nehmen und dann durch die Macht der Zeit und der Gewohnheit in den Körper eindringen und zu einer ersten

Störung werden. Sehr oft ist die Quelle dieses Prozesses in einem psychischen oder körperlichen Trauma zu finden oder in einer Kombination beider. Da erhöhte Sinneswahrnehmung die eigentliche Ursache einer Krankheit aufzeigt, offenbart sie auch, wie der Krankheitsprozeß in Heilung umgewandelt werden kann.

Als ich lernte, Energiefelder wahrzunehmen, lernte ich auch, bewußt mit einem solchen Feld zu interagieren, sowie mit allem anderen, das ich sehen konnte. Ich konnte mein Energiefeld so verändern, daß es auf das einer anderen Person einwirkte. Bald lernte ich, wie ein ungesundes Energiefeld ins Gleichgewicht gebracht werden konnte, so daß die Person wieder Gesundheit erlangte. Darüber hinaus kamen mir Informationen über die Quelle der Krankheit zu. Diese Informationen, die ich früher meiner Intuition zugeschrieben hatte, erkannte ich nun als von einer höheren Intelligenz stammend. Dieser Prozeß wird inzwischen allgemein *Channelling* oder Kanalisieren von Energien genannt. Solche Informationen tauchten als Worte, Konzepte oder symbolische Bilder in meinem Bewußtsein auf, während ich, die ich mich selbst in einem veränderten Bewußtseinszustand befand, das Energiefeld eines Klienten ins Gleichgewicht brachte. Ich lernte mit Hilfe der erhöhten Sinneswahrnehmung, Informationen auf unterschiedliche Weise aufzunehmen. Aus dem, was ich empfang, formte sich ein symbolisches Bild oder ein Begriff in meinem Geist, oder ich hörte zu dem, was ich im Energiefeld sah, eine direkte verbale Botschaft. In einem Fall hörte ich zum Beispiel ganz direkt: »Sie hat Krebs.« Dabei sah ich einen schwarzen Fleck in ihrem Energiefeld. Dieser schwarze Fleck stimmte in Größe, Form und Lage mit den Ergebnissen der Computertomographie überein, die später aufgenommen wurde. Dieser kombinierte Informationsempfang durch erhöhte Sinneswahrnehmung ist höchst effektiv, und meine Beschreibung des Zustandes eines Klienten ist sehr genau. Ich empfang auch Informationen darüber, was der Klient selbst tun kann, um den Heilungsprozeß zu fördern, der in der Regel eine Reihe von Sitzungen erfordert, die sich über Wochen oder Monate erstrecken, je nachdem, wie schwer die Krankheit ist. Heilung wird

erlangt, weil das Energiefeld ins Gleichgewicht kommt, das primäre Trauma bearbeitet wird und der Klient seine Lebensgewohnheiten ändert.

Es ist wesentlich, daß wir uns mit dem tieferen Sinn unserer Krankheit auseinandersetzen, indem wir uns fragen: Was bedeutet diese Krankheit für mich? Was kann ich aus dieser Krankheit lernen? Krankheit kann als Botschaft des Körpers gesehen werden, der sagt: »Moment mal, etwas stimmt nicht. Du hörst nicht auf dein *ganzes* Selbst: du mißachtetest etwas, das sehr wichtig für dich ist. Was ist es?«

So zwingt uns der Körper, der Quelle der Krankheit nachzuspüren, entweder auf der psychischen Ebene, auf der Ebene des Verstehens oder einfach durch eine Veränderung des Seinszustandes, die einem gar nicht bewußt zu sein braucht. Eine Rückkehr zur Gesundheit verlangt sehr viel mehr persönliche Arbeit und Veränderung, als einfach nur Pillen einzunehmen, die ein Arzt verschrieben hat. Ohne persönliche Veränderung wird man im Laufe der Zeit nur ein anderes Problem schaffen, das wiederum dazu auffordert, nach der Quelle zu suchen, aus der die Krankheit stammt. Der Schlüssel liegt an der Quelle. Wenn man hier die Lösung sucht, dann führt man eine tiefgreifende Veränderung herbei, die schließlich das persönliche Leben mehr mit dem Kern des eigenen Seins verbindet. Sie führt uns zu dem tieferen Teil in uns, der manchmal das höhere Selbst oder der göttliche Funken genannt wird.

Kapitel 2

Wie man dieses Buch benutzt

Dieses Buch ist in erster Linie für jene geschrieben, die an Selbsterkenntnis und Selbstentfaltung interessiert sind und an der neuen Heilmethode, die sich mit großer Geschwindigkeit ausbreitet: dem Handauflegen. In einer gründlichen Untersuchung der menschlichen Aura wird deren Beziehung zum Heilprozeß dargestellt werden, sowohl in psychischer wie körperlicher Hinsicht. Es wird eine Lebensgestaltung vorgeschlagen werden, die auf Gesundheit und Wachstum ausgerichtet ist. Das Buch ist für alle geschrieben, die für sich persönlich oder im Rahmen ihres Berufes als Arzt, Heilpraktiker, Pfleger, Therapeut oder Seelsorger nach mehr körperlicher, seelischer und geistiger Gesundheit streben.

Wenn Sie lernen möchten, sich selbst zu heilen, dann ist dieses Buch eine Herausforderung, denn Selbstheilung bedeutet Selbstwandlung. Jede Krankheit, sei sie psychisch oder physisch, kann Sie auf eine Reise der Selbstentdeckung führen, die Ihr Leben umkrepeln wird. Dieses Buch ist ein Reiseführer ins Land der Selbstheilung und der Heilung anderer.

Für professionelle Heiler, welcher Provenienz auch immer, ist es ein Nachschlagewerk, das ihnen lange Zeit zur Seite stehen kann. Für den Studenten ist es ein Lehrbuch, das unter der Anleitung eines erfahrenen Heilers als Arbeitsgrundlage dienen kann. Bei den angegebenen Übungen geht es nicht nur um Methoden des Heilens und der Wahrnehmung, sondern auch um Selbstheilung und Selbstdisziplin. Die Übungen sind darauf ausgerichtet, Ihr Leben ins Gleichgewicht zu bringen und Ihre innere Ruhe herzustellen, so daß sich Ihre Wahrnehmung erweitern

kann. Dieses Buch ist kein Ersatz für das Studium von Heilmethoden unter Anleitung eines Lehrers. Es ist nicht zu unterschätzen, wieviel Arbeit notwendig ist, um zu lernen, Energiefelder wahrzunehmen und heilend auf sie einzuwirken. Sie brauchen dafür praktische Erfahrung und die Verifikation dieser Erfahrungen durch einen qualifizierten Heiler. Die Wahrnehmung des menschlichen Energiefeldes ist nicht nur eine Sache des Studiums und der Übung, sondern sie verlangt persönliches Wachstum. Innere Veränderungen sind erforderlich, die Ihre Sensibilität erhöhen, damit Sie zwischen Innengeräuschen und feinen, von außen kommenden Informationen unterscheiden können; sie können nur »gehört« werden, wenn es im Inneren still ist.

Sollten Sie bereits Wahrnehmungen jenseits des Normbereiches haben, dann kann Ihnen dieses Buch zur Verifikation dienen. Obwohl diese Art von Erfahrungen immer einzigartig ist, kann man doch Gemeinsamkeiten feststellen, die im Prozeß der Wahrnehmungserweiterung oder - wie man auch sagt - der »Öffnung des Kanals« auftreten. Eine solche Bestätigung wird Ihnen Mut machen. Nein, Sie sind nicht im Begriff, verrückt zu werden. Auch andere hören etwas aus dem »Nichts« und sehen Lichterscheinungen, die nicht »da« sind. All das sind Anzeichen für wunderbare Veränderungen, die sich in Ihrem Leben vollziehen, und die vielleicht ungewöhnlich sind, aber dennoch ganz natürlich.

Es gibt zahlreiche Hinweise dafür, daß sich heutzutage die Sinneswahrnehmung sehr vieler Menschen über den normalen Bereich hinaus erweitert. Die meisten Menschen haben erhöhte Sinneswahrnehmungen, auch wenn sie es vielleicht gar nicht wissen. Möglicherweise vollzieht sich bereits eine Bewußtseinstransformation, die immer mehr Menschen befähigt, Informationen auf einer anderen und vielleicht höheren Frequenz zu empfangen. Ich kann es. Sie können es auch. Diese Entwicklung war ein langsamer, organischer Vorgang, der mich in neue Welten führte und meine persönliche Wirklichkeit vollkommen veränderte. Ich glaube, daß dieser Prozeß der Entfaltung erhöhter Sinneswahrnehmung ein natürlicher Schritt in der Evolution der menschlichen Rasse ist, der uns zur nächsten Stufe der

Entwicklung führt; auf dieser Stufe werden wir aufgrund unserer neuen Fähigkeiten zutiefst aufrichtig miteinander sein müssen. Unsere Gefühle und unsere private Wirklichkeit werden nicht mehr vor anderen verborgen sein. Sie teilen sich über unser Energiefeld automatisch mit. Wenn jeder diese Information aufnehmen kann, werden wir einander sehr viel klarer sehen und besser verstehen.

Zum Beispiel wissen Sie dann gleich, wenn jemand Ärger in sich aufgestaut hat. Das ist einfach. Mit erhöhter Sinneswahrnehmung sehen Sie, daß die Person von einem rötlichen Lichtschein umgeben ist. Um herauszufinden, was auf einer tieferen Ebene vor sich geht, kann man seinen Blick auf die Ursache des Ärgers richten, und zwar nicht nur in der Gegenwart, sondern auch auf seine Quelle, die in der Kindheit und in der Beziehung zu den Eltern zu finden ist. Unter dem rötlichen Schimmer wird sich eine raue, dickflüssige Substanz zeigen, die auf tiefe Traurigkeit schließen läßt. Wenn Sie sich auf das Wesen dieser grauen Substanz konzentrieren, dann wird vielleicht sogar die Kindheitsszene in Ihrem Bewußtsein auftauchen, die die Wurzel des tiefen Schmerzes ist. Sie werden erkennen, daß der Ärger negative Wirkungen auf den Körper hat. Sie werden sehen, daß die Person gewohnheitsmäßig mit Ärger reagiert, wo Weinen vielleicht viel angebrachter wäre und eine Lösung der Situation herbeiführen könnte. Mit erhöhter Sinneswahrnehmung werden Ihnen die Worte zufallen, die die Person in ihre eigene Tiefe führt, wo sie selbst eine Lösung finden kann, In einer anderen Situation werden Sie vielleicht feststellen, daß die Lösung gerade darin liegt, den Ärger zum Ausdruck zu bringen.

Wenn sich diese Art der Wahrnehmung in uns geöffnet hat, dann wird nichts mehr so sein wie vorher. Unser Leben wird sich in einer Weise verändern, wie wir es nie erwartet haben. Wir verstehen dann die Beziehung zwischen Ursache und Wirkung; wir erkennen den Einfluß, den unsere Gedanken auf unser Energiefeld nehmen, was wiederum auf unseren Körper und unsere Gesundheit wirkt. Wir entdecken, wie wir unser Leben und unsere Gesundheit neu ausrichten können. Durch unser Energiefeld schaffen wir selbst unsere Erfahrung der Wirklichkeit. Das

Energiefeld ist das Medium, durch das wir unsere Wirklichkeit prägen. Wenn wir diesen Schlüssel gefunden haben, werden wir fähig sein, wenn wir es wollen, die Wirklichkeit zu verändern. Über unser Energiefeld finden wir Zugang zu unserem tiefsten Sein. Es wird die Brücke zu unserer Seele, zu unserem inneren Leben, zu dem göttlichen Funken in jedem von uns.

Indem ich Sie in die Welt der erhöhten Sinneswahrnehmung und des menschlichen Energiefeldes führe, möchte ich Sie dazu ermutigen, das »Modell« Ihrer Selbst-Verstellung zu verändern. Sie werden sehen, wie Ihr Handeln und Ihr Glaubenssystem Ihre persönliche Wirklichkeit beeinflussen, ja sogar miterschaffen, sei es zum Guten oder zum Schlechten. Wenn Sie das einmal erkannt haben, wissen Sie auch, daß Sie die Macht haben, in Ihrem Leben das zu verändern, was Ihnen nicht gefällt, und das zu fördern, was Ihnen gefällt. Dazu ist viel Mut nötig. Arbeit und Aufrichtigkeit. Es ist kein leichter Weg, aber ganz bestimmt ein lohnender. Dieses Buch kann Ihnen den Weg weisen, nicht nur aufgrund eines neuen Paradigmas für die Beziehung zwischen Ihnen und Ihrer Gesundheit, sondern auch für eine neue Beziehung zu Ihrem gesamten Leben und dem Universum, in dem Sie sich befinden. Sorgen Sie dafür, daß Sie regelmäßig Zeit für sich haben, um diese neue Beziehung erleben zu können. *Sie* sind das Licht der Kerze, das ins Universum hinausstrahlt.

Ich habe das Buch in Abschnitte gegliedert, die jeweils verschiedene Aspekte des menschlichen Energiefelds behandeln. Der erste Abschnitt beschäftigt sich mit Ort und Funktion des Aurafeldes in Ihrem Leben. Was hat dieses Phänomen, von dem Mystiker schon immer gesprochen haben, mit Ihnen zu tun? Hat es überhaupt einen Nutzen, und wenn, welchen? Fallbeispiele zeigen, wie die Kenntnis dieses Phänomens unsere Wirklichkeit verändern kann. Zum Beispiel Jenny: Sie erkannte die Notwendigkeit, sich Zeit zur Selbstheilung zu nehmen, um Kinder bekommen zu können. Jenny nahm ihre Gesundheit und ihr Leben in die eigenen Hände (wo sie hingehören) und verwandelte auf diese Weise eine wahrscheinlich unerfreuliche Zukunft in eine glückliche. Diese Art der Erkenntnis kann uns alle in eine bessere Welt führen; eine Welt der Liebe, die aus tiefem Verständnis

erwächst; eine Welt der Schwesterlichkeit und Brüderlichkeit, wo Feinde zu Freunden werden, weil sie sich verstehen.

Teil II befaßt sich spezifischer mit dem Phänomen des Energiefeldes. Es wird unter dem Gesichtspunkt der Wissenschaftsgeschichte, der theoretischen und experimentellen wissenschaftlichen Forschung beschrieben. Nachdem ich mich gründlich mit dem vorhandenen Wissen auseinandergesetzt habe, beschreibe ich das menschliche Energiefeld aus meiner eigenen Sicht - einer Mischung aus Beobachtung und Theorie in Verbindung mit den Erfahrungen anderer aus der Literatur. Aus diesen Informationen entwickle ich ein Modell des menschlichen Energiefeldes, das sowohl in der psychologischen Arbeit wie im spirituellen Heilen als Grundlage dienen kann.

Teil III stellt meine Erkenntnisse über den Zusammenhang zwischen dem menschlichen Energiefeld und der Psychodynamik dar. Selbst wenn Sie sich bisher nicht für Psychotherapie oder den Prozeß der persönlichen Veränderung interessiert haben, werden Sie in diesem Abschnitt sicherlich Neues über sich selbst erfahren. Sie werden nicht nur besser verstehen, was Ihr innerer Antrieb ist, sondern auch, wie sich dieser Antrieb umsetzt. Diese Information ist für jene sehr wichtig, welche die normalen Grenzen der Psychologie und Körpertherapie überschreiten wollen, um den Menschen energetisch und spirituell in einer breiteren Perspektive wahrzunehmen. Es werden Bezugsrahmen dargestellt, welche die Integration der Phänomene der Aura mit praktischer Psychodynamik erlauben. Zeichnungen zeigen, wie sich das Energiefeld durch den Therapieprozeß verändert. Wer an Selbstentdeckung interessiert ist, wird in diesem Kapitel neue und tiefere Erkenntnisse über die Realität der Interaktion von Energiefeldern im täglichen Leben gewinnen. Nach der Lektüre des Buches werden Sie praktische Wege finden können, wie Sie die Dynamik des Energiefeldes in der Beziehung zu Ihren Nächsten - seien es Partner, Kinder oder Freunde - nutzen können. Sie werden besser verstehen, was in der Interaktion mit Ihren Kollegen im Büro vor sich geht. Manche Teile in diesem Abschnitt sind sehr theoretisch; ein allgemein interessierter Leser wird vielleicht einiges davon überschlagen. Später,

wenn Sie spezifische Fragen zur Funktionsweise des menschlichen Energiefeldes haben, werden Sie auf die übergangenen Kapitel zurückkommen.

Teil IV dieses Buches behandelt die verschiedenen Aspekte der Erweiterung unseres Wahrnehmungsbereiches - auf der persönlichen Ebene, auf der therapeutischen und auf der Ebene der Veränderung unserer Gesellschaft. Ich erläutere, auf welchen Gebieten die Wahrnehmung erweitert werden kann, welche Erfahrungen man dabei macht, und wie man es lernen kann. Ich formuliere auch einen theoretischen Bezugsrahmen, in den diese Erfahrungen eingeordnet werden können, und erörtere, welche Implikationen sie für die Menschheit haben, die sich als ganzes in einem ähnlichen Veränderungsprozeß befindet. Diese Veränderungen sind nicht nur für uns als Individuen von Bedeutung, sondern sie haben Einfluß auf das ganze, uns bekannte Gewebe des menschlichen Lebens.

Teil V befaßt sich mit dem Ablauf des Geistheilens. Ich versee ihn mit dem Attribut »Geist«, weil er sich immer in Verbindung mit unserem geistigen Wesenskern vollzieht. Ich stelle Heilerfahrungen und Methoden der Arbeit mit dem menschlichen Energiefeld dar. Zeichnungen zeigen, wie sich die Aura während einer Heilsitzung verändert. Die verschiedenen Heilmethoden werden den unterschiedlichen Schichten des Energiefeldes zugeordnet. Es wird gezeigt, welche Rolle die erweiterte Wahrnehmung beim Heilen spielt, so daß der Heiler den Heilprozeß in sich und anderen gezielt initiieren kann.

Weil es nicht einfach ist, diese Methoden zu lernen, ist dazu ein lebendiger Studienzusammenhang nötig. Schriftliche Erklärungen einer so spezialisierten Thematik dienen dazu, den Studenten theoretisch mit dem Gebiet vertraut zu machen, aber sie erheben nicht den Anspruch, die dargestellten Methoden praktisch vermitteln zu können. Zusätzlich muß man von jemandem, der selbst heilen kann, persönlich unterwiesen werden, um Kompetenz zu erlangen. Die Überprüfung und Bestätigung Ihrer Erfahrungen durch einen qualifizierten Heiler ist sehr wichtig. Professioneller Heiler zu werden, erfordert eine gründliche Ausbildung in didaktischer, angewandter und persönlicher Arbeit.

Jeder, der es wirklich will, kann die Fähigkeit zu heilen und Energien zu leiten in sich zur Entfaltung bringen. Das erfordert wie jeder andere qualifizierte Beruf ein hohes Maß an Studium und Übung. Ich bin überzeugt, daß es in nicht allzu ferner Zukunft anerkannte Ausbildungswege für Heilen durch Handauflegen und das Kanalisieren von Energien geben wird. Wenn Sie heute ein professioneller Heiler werden wollen, müssen Sie jemanden finden, der es schon ist, und bei ihm oder ihr in die Lehre gehen.

Teil VI stellt die persönliche Geschichte von Davids Heilung dar, der dabei eine aktive Rolle übernahm. Es wird deutlich, wie der Klient selbst zum Heiler wird. Zuletzt werden Methoden der Selbstheilung vorgestellt - die einzelnen Schritte, die dazu führen, das eigene Leben ins Gleichgewicht zu bringen, Gesundheit zu erlangen und zu bewahren. Ich beschreibe die persönlichen Entwicklungsstufen auf dem Weg zum Heiler, woraus sich die Fragen ergeben: Was ist Gesundheit; wer ist der Heiler?

Kapitel 3

Ausbildung zum Heiler und Öffnung für innere Führung

Es ist wichtig, daß der Heiler eine gründliche Ausbildung in einer Vielzahl von Methoden erhält. Dazu gehören: Therapeutische Methoden, Anatomie. Physiologie. Pathologie. Massagetechniken und Grundkenntnisse in Akupunktur. Homöopathie. Kräuterkunde und Ernährung. Handauflegen wird fast immer mit psychologischen oder medizinischen Methoden verbunden, entweder vom Heiler selbst oder in Kooperation mit anderen Therapeuten oder Ärzten, die mit dem Fall zu tun haben. Die Heilerin* muß in diesen Methoden bewandert sein, um zu verstehen, wie sie ineinandergreifen, und um mit den beteiligten Kollegen kommunizieren zu können. Sie können durch ihre geistige Führung die verschiedensten Anweisungen für den Patienten erhalten. Um sie interpretieren zu können, müssen sie sich in Anatomie und Physiologie auskennen. Die Zusammenarbeit mit Medizinern ist aber vor allem deswegen wichtig, weil man so dem Klienten helfen kann, sich selbst zu heilen.

Zu meiner Ausbildung gehörte ein physikalisches Vordiplom und ein Diplom in atmosphärischer Physik an einer Staatsuniversität. Fünf Jahre arbeitete ich an einem Forschungsprojekt der NASA mit Wettersatelliten. Ich machte eine zweijährige Ausbildung in Bioenergetik, ein Jahr in Massagetherapie, zwei Jahre in Anatomie/Physiologie und ein Jahr in Homöopathie: zwei Jahre

* Wir verwenden in diesem Buch, ohne strenge Maßstäbe bei der Verteilung anzulegen, mal die weibliche und mal die männliche Form der Begriffe. Selbstverständlich sollen aber Männer und Frauen gleichermaßen angesprochen werden. (Anm. d. Red.)

spezialisierte ich mich auf Methoden zur Erlangung eines veränderten Bewußtseinszustandes, insbesondere durch Tiefenentspannung. Das Core-Energetik-Training dauerte drei Jahre, das Pathwork Helpership Training fünf Jahre, und mehrere Jahre lang studierte ich bei verschiedenen Heilern im ganzen Land, sowohl privat als auch in Seminaren. Seit mehr als fünfzehn Jahren arbeite ich nun mit dem Energiefeld von Menschen, einzeln und in Gruppen. Da ich schon eine psychologische Praxis hatte, war der Rahmen gegeben, in dem ich als Heilerin tätig sein konnte. Immer mehr Leute verlangten Heilsitzungen anstatt Therapie, und so wurde aus der therapeutischen Praxis langsam eine Heilpraxis. Schließlich überließ ich die psychologisch-therapeutische Arbeit anderen und akzeptierte nur noch Menschen, die mit mir als Heilerin arbeiten wollten. In diesen Jahren war ich auch an verschiedenen Experimenten zur Messung des menschlichen Energiefeldes beteiligt.

Nun erst fühlte ich mich qualifiziert, in New York eine Praxis als Heilerin zu eröffnen und selbst die Kunst des Heilens zu lehren.

Heiler zu werden ist keine leichte Aufgabe, aber es ist auch nicht leicht, irgend etwas anderes gut zu machen. Man muß sich spirituell wie fachlich ausbilden. Dazu sind Erfahrungen nötig, die zum Überwinden der eigenen Persönlichkeitsschwächen herausfordern und den eigenen schöpferischen Impuls zur Entfaltung bringen. Solche Erfahrungen mögen den Anschein haben, als kämen sie von außen, aber das ist nicht wahr. Man schafft sie selbst, um zu prüfen, ob man reif ist, mit jener Energie, Kraft und Klarheit umzugehen, die das innere Wachstum im eigenen Energiesystem freisetzen. Diese Energie und Kraft muß mit Integrität, Aufrichtigkeit und Liebe eingesetzt werden, denn das Gesetz von Ursache und Wirkung ist in jeder Handlung wirksam. Sie bekommen immer das zurück, was von Ihnen ausgeht. Das nennt man Karma. Wenn die Energie zunimmt, die durch Sie als Heiler fließt, dann wird auch Ihre Macht größer. Machen Sie in irgendeiner Hinsicht negativen Gebrauch davon, dann wird diese Negativität auf Sie zurückgeworfen.

Je mehr sich mein Leben entfaltete, um so mehr spürte ich die unsichtbare Hand, die es lenkte. Zuerst war es nur eine Ahnung.

Dann fing ich an, geistige Wesen zu sehen, wie in einer Vision. Schließlich hörte ich, wie sie zu mir sprachen, und spürte, daß sie mich berührten. Nun akzeptiere ich, daß ich einen geistigen Führer habe. Ich kann ihn sehen, hören und fühlen. »Er« sagt, er sei weder männlich noch weiblich. In seiner Welt gäbe es keine geschlechtliche Spaltung, und die Wesen auf seiner Existenzebene seien ganz und heil. »Er« sagt, sein Name sei Heyoan, und das bedeute: »Der Wind, der Wahrheit durch die Jahrhunderte flüstert.« Die Beziehung zu mir stellte er langsam und organisch her. Sie wächst täglich und führt mich zu neuen Ebenen des Verstehens. Sie werden in diesem Buch erleben, wie sie sich allmählich verstärken, wenn wir zusammen neue Welten entdecken.

In diesem Buch werde ich immer wieder Beispiele für direkte geistige Führung geben und für den großen Einfluß, den sie ausübt. Jetzt möchte ich Ihnen zeigen, wie einfach sie zu uns kommt.

Die einfachste Art der geistigen Führung spüren wir täglich mehrmals in der Form von Unbehagen. Heyoan sagt, daß wir kaum krank würden, wenn wir nur darauf hörten und handelten. Mit anderen Worten: Wenn Sie Unbehagen ernst nehmen, dann können Sie wieder ins Gleichgewicht kommen, und das bedeutet Gesundheit. Dieses Unbehagen kann sich körperlich in der Form von Unwohlsein oder Schmerzen äußern, oder auf jeder anderen Ebene, sei sie emotional, mental oder spirituell. Es kann jeden Bereich Ihres Lebens betreffen.

Heyoan fragt: »Welches Unbehagen spüren Sie in Ihrem Körper, in Ihrem lieben? Wie lange wissen Sie schon davon? Was sagt es Ihnen? Was haben Sie getan, um es zu beheben?«

Wenn Sie diese Fragen ehrlich beantworten, dann werden Sie feststellen, wie wenig Gebrauch Sie von Ihrem ersten Werkzeug machen, um gesund, glücklich und weise zu werden. Jede Art von Unbehagen in Ihrem Körper oder in Ihrem Leben ist ein eindeutiges Zeichen dafür, daß Sie nicht in Übereinstimmung mit Ihrem wahren Selbst leben.

Wenn Sie sich von Ihren eigenen Signalen führen lassen, dann werden Sie sich ausruhen, wenn Sie müde sind, essen, wenn sie

hungrig sind, und zwar nur das, was Ihr Körper braucht und zum richtigen Zeitpunkt. Damit verändern Sie Lebensumstände, die Sie blockieren. Ist es Ihnen gelungen, Ihr Leben so zu strukturieren, daß Sie diese Dinge tun können? Es ist keine leichte Aufgabe!

Wenn Sie auf Ihre inneren Botschaften hören, die sich als Unbehagen äußern, und auf Ihre eigenen Bedürfnisse mehr achten, dann werden Sie zu mehr Ausgeglichenheit und Klarheit finden. Das wird Ihre Gesundheit stärken. Wenn Sie sich darin üben, nach innen zu hören, wird sich auch das Phänomen direkter oder verbaler Führung einstellen. Es wird damit anfangen, daß Sie von einer »inneren« Stimme einfache, verbale Anweisungen erhalten - einer Stimme, die Sie in Ihrem Innern hören, von der Sie aber wissen, daß ihr Ursprung jenseits Ihres Selbst liegt. Zwei wichtige Punkte sind zu beachten, wenn man sich für Führung öffnen will: Zum einen muß man sich erst darin üben, Botschaften für sich selbst zu empfangen, bevor man qualifiziert ist, das für andere zu tun. Zum anderen sind die Informationen und Anweisungen, die Sie anfangs erhalten, vielleicht sehr einfach und völlig unwichtig. Es kann sogar so scheinen, als sei es totale Zeitverschwendung, sich danach zu richten. Mittlerweile habe ich den Grund dafür entdeckt. Wenn man später wichtige Informationen über das Leben oder die Krankheit eines anderen Menschen erhält, können dabei Botschaften durchkommen, die überhaupt keinen Sinn ergeben, irrelevant, ja sogar falsch scheinen. Das kann auch tatsächlich der Fall sein, aber meistens handelt es sich um Reaktionen des Verstandes. Die Informationen, die durch einen klaren »Kanal« kommen, liegen oft jenseits dessen, was der Empfänger mit seinem rationalen Verstand fassen kann. Dann ist es wichtig, über viel Erfahrung zu verfügen und sich daran zu erinnern, wie oft es schon vorgekommen ist, daß Botschaften, die zunächst sinnlos erschienen, sich später als äußerst hilfreich und verständlich erwiesen haben. Ich weiß jetzt, daß in der Stunde, in der ich heile und Botschaften empfangen, die Informationen in einer nichtlinearen Weise kommen und sich erst allmählich, im Laufe dieser Stunde, zu einem verständlichen Bild zusammenfügen, das mehr Aussagen enthält, als auf rationale oder lineare Weise hätten vermittelt werden können.

Wenn Sie genau hinschauen, dann werden Sie in den größeren Mustern, die sich durch Ihr Leben ziehen. Führung erkennen. Warum folgte dieses Ereignis auf jenes? Was haben Sie daraus gemacht? Es ist kein Zufall, daß ich erst als Physikerin ausgebildet wurde, dann als Therapeutin und schließlich als Heilerin. All diese Ausbildungen haben mich für meine Lebensaufgabe vorbereitet. Die Physik lieferte mir den theoretischen Ausgangspunkt, von dem aus ich die Aura erforschte. Mit dem Hintergrund der Psychologie konnte ich den Energiefluß im Aurafeld mit der Psychodynamik in Verbindung bringen und in meiner therapeutischen Tätigkeit hatte ich Gelegenheit, die Aura vieler Menschen zu beobachten. Ohne Ausbildung in all diesen Bereichen hätte sich das Material nicht zu einem Ganzen zusammengefügt. Als ich bei der NASA war, war mir natürlich in keiner Weise bewußt, daß ich auf dem Wege war, mich zur Heilerin auszubilden. Ich hatte nie von so etwas gehört, noch war ich an Krankheiten interessiert. Ich wollte wissen, wie die Welt funktionierte. Überall suchte ich nach Antworten. Dieser Durst nach Erkenntnis war einer der stärksten Antriebe in meinem Leben. Wonach dürstet es Sie? Worin besteht Ihre Sehnsucht? Was es auch sein mag, sie wird Sie zu dem führen, das Sie als nächstes tun müssen, um Ihre Aufgabe zu erfüllen, selbst wenn Sie noch nicht wissen, worin diese Aufgabe besteht. Wenn etwas auf Sie zukommt, das wunderbar klingt und Spaß zu machen verspricht, dann packen Sie die Gelegenheit beim Schopfe. Das nenne ich Führung. Lassen Sie sich von Ihrem Leben tragen wie von einem Tanz. Wenn Sie es nicht tun, ist Führung nicht möglich und Sie blockieren Ihren Fortschritt.

Es gibt Zeiten, in denen ich diese Führung mal deutlicher, mal weniger deutlich spüre. Eine bestimmte Phase war so schön und so tief bewegend, daß mich dieses Erlebnis später über manche Schwierigkeiten hinweggetragen hat. Ich war damals Therapeutin in Washington. Während einer Sitzung kamen Bilder in mein Bewußtsein, die aus einem früheren Leben meiner Patienten zu stammen schienen. Ich sah die Person in einer völlig anderen Umgebung und in einer anderen Zeit, und w'as ich sah, schien Bedeutung für ihr gegenwärtiges Leben zu haben. Zum Beispiel

sah ich, daß eine Frau, die Angst vor dem Wasser hatte, in einem früheren Leben ertrunken war. Niemand hatte sie damals schreien hören, als sie aus einem Boot fiel. In diesem Leben fiel es ihr schwer, um Hilfe zu bitten — ein Problem, das ihr Leben mehr belastete als die Angst vor dem Wasser. Ich wußte allerdings nicht, was ich mit diesen Informationen machen sollte. Ich bat um Führung. Ich brauchte einen zuverlässigen Menschen oder eine Gruppe, die wußten, wie man mit solchen Informationen umging.

Die Antwort kam an einem Abend, als ich am Strand von Assateague Island, Maryland, kampierte. Es war eine regnerische Nacht, so daß ich unter einer durchsichtigen Plane schlief, die ich über Kopf und Schlafsack gebreitet hatte. Mitten in der Nacht wachte ich auf, weil ich eine klare Stimme hörte, die mich rief. »Niemand ist da«, dachte ich, als ich in den bedeckten Himmel hinaufschaute. Dann wurde mir plötzlich klar, daß ich ja die Plastikplane über mir hatte. Mit einer ruckartigen Bewegung schlug ich sie zurück - über mir wölbte sich das strahlende Sternenzelt, in dessen Anblick ich versank. Ich hörte himmlische Musik, die durch den Himmel die Sterne miteinander verband. Diese Erfahrung war für mich eine Antwort auf meine Frage. Kurz danach fand ich das Phoenicia Pathwork Center. Ich zog dorthin, blieb neun Jahre und erhielt die Ausbildung, die ich brauchte, um frühere Leben und andere übersinnliche Wahrnehmungen interpretieren zu können.

Ich wußte, wann es für mich an der Zeit war, eine therapeutische Praxis in New York zu eröffnen, weil der innere Zug so stark war. Die Räumlichkeiten boten sich an, und ich war bereit, mein Leben zu verändern. So fragte ich meine Führung mit Hilfe des automatischen Schreibens. Ich erhielt ein klares »Ja« und hatte damit grünes Licht. Allmählich wurde ich dahin geführt, die Therapiepraxis in eine Heilpraxis zu verwandeln. Wie schon gesagt, vollzog sich das beinahe ohne mein Zutun, denn die Leute baten immer häufiger um Heilsitzungen. Später erhielt ich die direkte verbale Botschaft, die Praxis zu schließen, um statt dessen zu lehren, dieses Buch zu schreiben und auf diese Weise mehr Menschen zu erreichen. Es ist nicht leicht, den angezeigten Veränderungen jeweils nachzukommen. Immer ist es eine neue

Herausforderung. Es scheint so, als wäre Veränderung und damit Wachstum immer dann angesagt, wenn sich mein Leben wieder in »sicheren« Bahnen bewegt. Zwar weiß ich nicht, was als nächstes kommen wird, aber ich weiß, daß ich Schritt für Schritt geführt werde.

In jeder Persönlichkeit steckt ein Kind. Jeder kann sich daran erinnern, wie es war, Kind gewesen zu sein, an die innere Freiheit eines Kindes und die ungebrochene Einfachheit der Erfahrung. Dieses innere Kind ist sehr weise. Es fühlt sich mit dem ganzen Leben verbunden. Es kennt die Liebe ohne zu fragen. Dieses innere Kind gerät in Vergessenheit, wenn wir erwachsen werden und versuchen, nur mit unserem Verstand zu leben. Dadurch beschränken wir uns. Das innere Kind muß wieder erweckt werden, wenn wir geführt werden wollen. Sie müssen zur Liebe, zum Vertrauen und zur Weisheit Ihres inneren Kindes zurückkehren, wenn Sie in sich die Fähigkeit entfalten wollen. Führung zu empfangen und danach zu handeln. Wir alle sehnen uns nach Freiheit - es ist das innere Kind, das sie uns schenken kann. Geben Sie ihm Raum, dann können der Erwachsene und das Kind in Ihnen in Dialog treten. Dieser Dialog wird Ihre beiden Seiten wieder zusammenführen - Ihre freie, liebevolle und Ihre rational vernünftige Seite.

Gelegentlich werden Sie in diesem Buch hören, wie das Kind mit der Heilerin, Therapeutin oder Physikerin spricht. Vielleicht werden sich dadurch Ihre Wirklichkeit und Ihre Erfahrung erweitern. Dieser Dialog öffnet die Tür zu einer Zauberwelt. Finden Sie die Tür in sich und halten Sie sie offen.

Wir alle werden von geistigen Lehrern geführt, die zu uns durch unsere Träume und unsere Intuition sprechen. Vielleicht sprechen sie auch eines Tages direkt, erst durch Schreiben und später in hörbaren Worten. Diese Lehrer sind voller Liebe und Respekt für uns. Irgendwann werden vielleicht auch Sie an den Punkt auf Ihrem Weg gelangen, wo Sie sie sehen und direkt mit ihnen kommunizieren können, so wie ich es tue. Das wird Ihr Leben verändern, denn Sie werden erkennen, daß Sie voll und ganz geliebt werden, genauso, wie Sie jetzt in diesem Augenblick sind. Sie verdienen diese Liebe. Sie sind sie wert. Sie verdienen

Gesundheit. Glück und Erfüllung in Ihrem Leben. Es liegt in Ihrer Macht, ein solches Leben zu schaffen, Schritt für Schritt können Sie lernen, wie Sie Ihr Leben verändern können, so daß es voll wird. Es gibt viele Wege zu dieser Fülle. Bitten Sie um Führung, wohin Sie sich wenden müssen, oder welchem Weg Sie folgen sollen, und Sie werden geführt werden. Ob Sie eine lebensgefährliche Krankheit haben, ein Eheproblem, eine Willensschwäche, ob Sie an Depressionen leiden oder mit schwierigen Situationen in dem von Ihnen gewählten Beruf konfrontiert sind - Sie können jetzt, in diesem Augenblick, mit der Veränderung beginnen. Orientieren Sie sich an Ihrer tiefsten Sehnsucht und dem größten Gut, das Sie sich selbst und anderen anbieten können. Bitten Sie einfach um Hilfe. Ihre Bitten werden Antwort finden.

Teil II

Die menschliche Aura

Einleitung

Die persönliche Erfahrung

Mit der Entfaltung unseres Empfindungsvermögens beginnen wir, die Welt ganz anders zu sehen. Wir werden auf Erfahrungsbereiche aufmerksam, die uns vorher eher nebensächlich erschienen. Wir merken, daß wir neue Begriffe gebrauchen, um diese neuen Erfahrungen mitzuteilen. Ausdrücke wie »schlechte Schwingung« oder »die Energie war toll« werden ganz alltäglich. Wir geben viel auf unsere intuitiven Erfahrungen, wenn uns zum Beispiel der erste Eindruck von einer Person wichtig ist, obwohl wir gar nichts über sie wissen. Was wir an ihr mögen oder nicht mögen, ist ihre »Ausstrahlung«. Wir spüren, wenn uns jemand anstarrt, und schauen auf, um festzustellen, wer es ist. Wir ahnen, daß etwas geschehen wird, und es geschieht. Wir fangen an, auf unsere Intuition zu hören. Wir »wissen« etwas, wissen aber nicht woher. Wir spüren, daß eine Freundin etwas braucht, und wenn wir es ihr geben, dann wird uns bestätigt, daß unser Gefühl richtig war.

In einem Streit haben wir das Empfinden, als würde etwas aus unserem Solarplexus herausgezogen oder als würden wir »festgenagelt«; als hätten wir einen Schlag in die Magengrube bekommen oder als würde jemand zähflüssigen Sirup über uns gießen. Es kann auch sein, daß wir uns von Liebe eingehüllt fühlen und glauben, in einem Meer von Wohlgefühl, Licht und Segnungen zu baden. All diese Erfahrungen haben einen realen Hintergrund auf der Ebene des Energiefeldes. Unsere alte Welt der festen, greifbaren Gegenstände ist von einer Welt strahlender Energie umgeben und durchdrungen, die ständig in Bewegung ist wie das Meer.

Über die Jahre hinweg habe ich beobachtet, daß sich solche Erfahrungen in der menschlichen Aura niederschlagen, in den beobachtbaren und meßbaren Komponenten des Energiefeldes, das den Körper umgibt und durchdringt. Wenn jemandem das »Herz gebrochen« wurde, dann kann der Hellsichtige diesen Riß tatsächlich sehen. Wenn Sie das Gefühl haben, leer gesaugt zu werden, dann ist das auf der Energieebene wirklich der Fall. Der Hellsichtige kann es sehen. Ich kann es sehen. Und auch Sie können es eines Tages, wenn Sie Ihrer Intuition folgen und Ihre Sinne entwickeln.

Bei der Entfaltung dieser höheren Sinneswahrnehmungen ist es eine Hilfe zu wissen, was heutige Wissenschaftler über die Welt dynamischer Energiefelder herausgefunden haben. Dieses Wissen trägt dazu bei, Blockierungen in unserem Verstand aufzulösen, die uns an der Erkenntnis hindern, daß auch wir den universalen Gesetzen unterworfen sind. Die moderne Wissenschaft sagt uns, daß der menschliche Organismus nicht nur eine physische Struktur von Molekülen ist, sondern daß wir, wie alles andere auch, aus Energiefeldern bestehen. Wir verlassen die Welt statischer Festkörper und betreten die Welt dynamischer Energiefelder. Auch wir strömen vor und zurück wie das Meer bei Ebbe und Flut und verändern uns ständig. Wie reagieren wir Menschen auf solche Informationen? Wir nehmen sie nach und nach in uns auf. Wenn es eine solche Wirklichkeit gibt, dann wollen wir sie erfahren. Wissenschaftler lernen, diese feinen Veränderungen zu messen. Sie entwickeln Instrumente, mit denen sie die Energiefelder, die unseren Körper umgeben, nachweisen und deren Frequenzen messen können. Mit dem Elektrokardiogramm (EKG) werden die Aktionsströme des Herzens gemessen, mit dem Elektroenzephalogramm (EEG) die Aktionsströme des Gehirns. Der Lügendetektor mißt den elektrischen Hautwiderstand. Jetzt können sogar die elektromagnetischen Felder um den Körper mit einem hochempfindlichen Gerät gemessen werden, das SQUID genannt wird (Superconducting Quantum Interference Device). Dieses Gerät berührt nicht einmal den Körper, wenn es die magnetischen Felder mißt. Dr. Samuel Williamson von der New York University ist der Meinung, man

könne mit dem SQUID mehr Informationen über das Funktionieren des Gehirns erhalten als mit einem normalen EEG.

Je empfindlicher die Instrumente werden, mit denen die Medizin die Impulse des Körpers mißt, desto mehr verändert sich die Auffassung von Gesundheit und Krankheit, ja vom Leben selbst; man spricht zunehmend von Energieimpulsen und Energiemustern. Schon 1939 haben Dr. H. Burr und Dr. F. Northrop an der Yale University herausgefunden, daß sie aus Meßwerten des Energiefeldes eines Samens (sie nannten es »L« oder »Lebensfeld«) Vorhersagen konnten, wie gesund die Pflanze sein würde, die sich aus dem Samen entwickelte. Sie stellten fest, daß sie durch Messung des Energiefeldes eines Froscheis Aussagen über die zukünftige Lage des Nervensystems im Frosch machen konnten. Derartige Messungen erlaubten ihnen sogar die genaue Vorhersage des Eisprungs bei Frauen, was an eine neue Methode der Geburtenkontrolle denken läßt.

1959 zeigte Dr. Leonard Ravitz von der William and Mary University, daß sich das menschliche Energiefeld entsprechend der geistigen und psychischen Stabilität einer Person verändert. Er war der Auffassung, daß die Gedankenprozesse ein Energiefeld erzeugen und daß Veränderungen in diesem Feld zu psychosomatischen Symptomen führen können.

1979 zeichnete Dr. Robert Becker von der Upstate Medical School in Syracuse, New York, ein komplexes elektrisches Feld über den Körper, das die gleiche Form wie der Körper und das zentrale Nervensystem hat. Er nannte dieses Feld »Direct Current Control System« und stellte fest, daß es bei physischen oder psychischen Modifikationen seine Form und seine Stärke veränderte. Er entdeckte außerdem Teilchen in der Größe von Elektronen, die sich in diesem Feld bewegen.

Dr. Victor Inyushin von der Kazakh Universität in Rußland erforscht seit 1950 intensiv das menschliche Energiefeld. Aufgrund seiner Ergebnisse geht er von der Existenz eines »bioplasmischen« Energiefeldes aus, das aus Ionen, freien Protonen und freien Elektronen besteht. Da dies ein Zustand ist, der sich von den vier bekannten Zuständen der Materie - fest, flüssig, gasförmig und plastisch - unterscheidet, vertritt Inyushin die These,

daß bioplasmische Energie ein fünfter Zustand der Materie ist. Die bioplasmischen Teilchen, so geht aus seinen Beobachtungen hervor, werden ständig durch chemische Prozesse in den Zellen erneuert und sind immer in Bewegung. Es scheint im Bioplasma ein relativ stabiles Gleichgewicht zwischen positiven und negativen Teilchen zu geben. Gerät das Verhältnis stark aus dem Gleichgewicht, so wird die Gesundheit des Organismus davon beeinträchtigt. Trotz der normalen Stabilität des Bioplasmas hat Inyushin festgestellt, daß erhebliche Teile seiner Energie in den Raum abgestrahlt werden. Wolken bioplasmischer Teilchen, die sich vom Organismus gelöst haben und durch die Luft bewegen, sind durchaus meßbar.

So sind wir in eine Welt von Lebensenergiefeldern, Gedankenfeldern und bioplasmischen Formen eingetaucht, die den Körper umfließen und von ihm ausgehen. Wir selbst sind zu vibrierendem, strahlendem Bioplasma geworden. Diese Erkenntnisse sind jedoch nicht neu. Schon immer haben die Menschen von diesen Phänomenen gewußt; sie werden in unserer Zeit nur neu entdeckt. In der Phase, in der sich die Wissenschaft ganz auf die Erforschung der physischen Welt konzentriert hat, war dieses Wissen der westlichen Welt entweder unbekannt oder es wurde abgelehnt und unterdrückt. Heute, wo sich der Erkenntnisbereich der Naturwissenschaften immer mehr ausweitet und die Physik Newtons von der Relativitätstheorie, elektromagnetischen Theorien und Teilchentheorien abgelöst wurde, können wir mehr und mehr erkennen, daß die naturwissenschaftliche Welt objektiver Beschreibungen nicht von der subjektiven Welt menschlicher Erfahrung getrennt ist.

Kapitel 4

Parallelen zwischen dem naturwissenschaftlichen Weltbild und unserem Selbstbild

Wir alle sind - mehr als wir zugeben wollen - vom westlichen, naturwissenschaftlichen Erbe geprägt. Die Art, wie wir zu denken gelernt haben, und viele unserer Selbstdefinitionen beruhen auf den gleichen Modellen, mit denen Physiker das Universum beschrieben haben. Dieses Kapitel zeigt in einem kurzen geschichtlichen Überblick, wie sehr sich das Weltbild der Naturwissenschaftler geändert hat, und welche Parallelen zu der Veränderung unserer Selbstdefinitionen bestehen.

Die westliche wissenschaftliche Methode besteht darin, zwischen dem mathematischen und dem experimentellen Beweis Übereinstimmung zu finden. Wenn sich eine solche Übereinstimmung nicht finden lässt, wird der Physiker nach einer anderen Theorie suchen, die bestimmte Phänomene sowohl mathematisch als auch experimentell erklärt und beweist. Hierin liegt der Grund, warum die westliche Wissenschaft zu einem so machtvollen Instrument der praktischen Veränderung geworden ist und insbesondere in der Medizin große Entdeckungen wie Röntgenstrahlen, Laserstrahlen und Computertomographie möglich machte.

Immer wieder werden neue Phänomene entdeckt, die mit den bestehenden Theorien nicht erklärt werden können. Neue Theorien werden durch eine neue Zusammenführung von bereits existierenden Erkenntnissen gefunden, die vorher widersprüchlich erschienen; neue Experimente werden erdacht und ausge-

führt, bis Experiment und mathematischer Beweis übereinstimmen. Die neuen Theorien werden, nachdem sie bewiesen sind, zu Naturgesetzen. In diesem Prozeß der Beschreibung neuer Phänomene werden unsere alten Sichtweisen in Frage gestellt. Unser Begriff von der Wirklichkeit erweitert sich. Die neuen Ideen fließen in unseren Alltag ein und unsere Selbstvorstellung verändert sich.

Dieses Kapitel zeigt, daß unsere Auffassung, wir bestünden aus Energiefeldern, in der Wissenschaft Rückhalt findet, ja, daß die Wissenschaft in Bereiche vorgedrungen ist, die sich unserer Erfahrung gerade erst zu erschließen beginnen, nämlich die holographische Sicht des Universums. In diesem Universum sind alle Dinge miteinander verbunden, entsprechend einer ganzheitlichen Erfahrung der Wirklichkeit. Viele der Einsichten in diesem Kapitel verdanke ich den Arbeiten von Fritjof Capra. Zunächst wollen wir aber noch einen Blick auf das alte wissenschaftliche Weltbild werfen.

Die Physik Newtons

Solange die östlichen Religionen noch keinen Einfluß auf unsere Kultur hatten, definierten wir unser Selbst (weitgehend unbewußt) auf der Basis einer Physik, die ein paar hundert Jahre alt ist. Ich meine damit unser Festhalten an der Vorstellung, daß das Universum aus festen Objekten besteht, und auch wir selbst feste Objekte sind. Diese Weitsicht wurde vor allem von Isaac Newton und seinen Kollegen Ende des 17. und zu Beginn des 18. Jahrhunderts vertreten. Im 19. Jahrhundert wurde die Physik Newtons durch eine Hypothese erweitert, die das Universum als Zusammensetzung von Grundbausteinen definierte, die man Atome nannte. Diese Atome dachte man sich wiederum als ein Konglomerat fester Objekte: als einen Kern von Protonen und Neutronen, den Elektronen umkreisen, ähnlich, wie sich die Planeten um die Sonne drehen.

Die mechanistische Physik Newtons bewährte sich bei der Beschreibung der Planetenbewegung, des Funktionierens von

Maschinen und der kontinuierlichen Bewegung von flüssigen Stoffen. Der enorme Erfolg des mechanistischen Modells ließ die Physiker des frühen 19. Jahrhunderts glauben, das ganze Universum sei ein gewaltiges mechanisches System, das entsprechend den Newtonschen Bewegungsgesetzen funktioniere. Diese Gesetze wurden als Naturgesetze aufgefaßt, man glaubte, sie seien die letztgültige Aussage über natürliche Phänomene. Sie vergegenständlichten Raum und Zeit als absolut und gingen von einer strikten kausalen Determiniertheit der physischen Phänomene aus. Alles konnte objektiv beschrieben werden. Alle physikalischen Reaktionen mußten eine physikalische Ursache haben, wie die Bewegung von Billiardkugeln. Interaktionen zwischen Energie und Materie, wie die Fähigkeit eines Radioempfängers, unsichtbare Radiowellen in Musik umzusetzen, waren noch nicht bekannt. Niemand hatte auch nur entfernt daran gedacht, daß die Ergebnisse nicht nur eines psychologischen, sondern auch eines physikalischen Experiments vom Beobachter beeinflußt werden könnten - eine Tatsache, die Physiker inzwischen bewiesen haben.

Dieses Weltbild war sehr beruhigend und ist es immer noch für jene, die die Welt gerne als fest und weitgehend unwandelbar betrachten, gelenkt von klar definierten Regeln. Ein Großteil unseres Alltags funktioniert noch immer nach der Mechanik Newtons. Abgesehen vom elektrischen System sind unsere Häuser entsprechend dieser Weitsicht gebaut. Wir erleben unseren Körper als mechanisches System. Den größten Teil unserer Erfahrung definieren wir in den Koordinaten eines absoluten, dreidimensionalen Raumes und linearer Zeit. Wir haben alle Uhren. Wir brauchen sie, damit sich unser Leben in die Struktur fügt, die wir geschaffen haben - eine überwiegend lineare.

In der Hektik unseres Alltags und in unserem Bemühen pünktlich zu funktionieren, sehen wir uns leicht selbst als mechanisch und verlieren den Kontakt zu unserem seelischen Erleben. Fragen Sie den Nächstenbesten, woraus das Universum besteht, und Sie werden als Antwort höchstwahrscheinlich eine Beschreibung des Newtonschen Atommodells bekommen (Elektronen, die einen Kern aus Protonen und Neutronen umkreisen). Wenn man

diese Theorie zu Ende denkt, dann kommen wir in die unangenehme Lage, uns als Pingpongbälle sehen zu müssen, die herumgewirbelt werden.

Physikalische Feldtheorie

Im frühen 19. Jahrhundert wurden neue Phänomene entdeckt, die sich mit der Physik Newtons nicht beschreiben ließen. Die Entdeckung und Erforschung elektromagnetischer Eigenschaften führte zum Konzept des Feldes. Ein Feld wurde als ein Zustand im Raum beschrieben, der das Potential hat, eine Kraft zu erzeugen. In der alten Newtonschen Mechanik interpretierte man die Interaktion zwischen positiv und negativ geladenen Teilchen, wie Elektronen und Protonen, einfach als Anziehung zwischen zwei Massen. Michael Faraday und James Clerk fanden es jedoch angemessener, von dem Begriff des Feldes auszugehen; danach baut jeder Körper ein Kraftfeld um sich herum auf, das als »Störung« oder »Erregungszustand« des Raumes beschrieben werden kann und das Wirkungen auf andere Felder ausübt. So wurde die Vorstellung geboren, daß das Universum mit Feldern gefüllt ist, die Kraft erzeugen und miteinander interagieren. Endlich gab es eine Theorie, die ansatzweise erklärbar machte, warum wir ohne den Gebrauch von Sprache und visueller Wahrnehmung über Entfernung Wirkung aufeinander ausüben können. Jeder hat schon einmal erlebt, daß er zum Telefon greift und weiß, wer dran ist, ohne daß ein Wort gesprochen wurde. Mütter wissen oft, wenn es ihren Kindern schlecht geht, gleichgültig, wo sie sind. Diese Dinge können mit der Feldtheorie erklärt werden.

In den letzten fünfzehn bis zwanzig Jahren (hundert Jahre nach den Physikern) dringt diese Sichtweise allmählich in unser Alltagsbewußtsein ein. Wir fangen gerade erst an, uns selbst als Feld zu begreifen. Wir spüren, daß jemand im Zimmer ist, ohne ihn zu sehen oder zu hören (Feldinteraktion); wir sprechen von guten oder schlechten Schwingungen, wir schicken anderen Energie oder lesen die Gedanken eines anderen. Wir wissen sofort, ob wir jemanden mögen, oder mit ihm in Konflikt geraten

worden. Solches »Wissen« kann mit der Harmonie oder Disharmonie in unserer Feldinteraktion erklärt werden.

Relativität

1905 veröffentlichte Einstein seine Arbeit zur »speziellen Relativitätstheorie« und brachte damit die Prinzipien des Newtonschen Weltbildes zum Einsturz. Gemäß der Relativitätstheorie ist der Raum nicht dreidimensional, und die Zeit ist keine eigenständige lineare Größe. Beide sind unauflöslich miteinander verquickt und bilden ein vierdimensionales Kontinuum, die »Raum-Zeit«. So können wir nie über Raum ohne Zeit sprechen und umgekehrt. Darüber hinaus gibt es keinen einheitlichen Zeitfluß, das heißt, die Zeit ist weder linear noch absolut. Zeit ist relativ. Verschiedene Beobachter werden Ereignisse verschieden in der Zeit einordnen, wenn sie sich relativ zu den beobachteten Ereignissen mit verschiedenen Geschwindigkeiten bewegen. Deswegen verlieren alle Messungen, die Zeit und Raum betreffen, ihre absolute Bedeutung. Zeit und Raum sind nur noch zwei Elemente unter vielen, die zur Beschreibung von Phänomenen herangezogen werden.

Laut Einsteins Relativitätstheorie können zwei Beobachter unter gewissen Bedingungen zwei Ereignisse sogar in umgekehrter Reihenfolge wahrnehmen, das heißt, für den Beobachter 1 geschieht das Ereignis A vor dem Ereignis B, während sich für den Beobachter 2 B vor A ereignet.

Zeit und Raum waren seit langem so grundlegend für die Beschreibung natürlicher Phänomene und unserer eigenen Erfahrung, daß eine Modifikation dieser Kategorien einen Umsturz unseres Bildes bedeutet, das wir uns von der Natur und uns selbst machen. Wir haben diesen Teil der Einsteinschen Relativitätstheorie noch nicht in unser persönliches Leben integriert. Wenn es uns zum Beispiel plötzlich wie ein Blitz durchfährt, daß eine Freundin in Gefahr ist und vielleicht gleich die Treppe herunterfallen wird, dann schauen wir auf die Uhr und rufen sie so bald wie möglich an, um zu hören, ob alles in Ordnung ist. Wir wollen

auch wissen, ob unsere Vorahnung richtig war oder nicht. Wenn nichts geschehen ist, schließen wir daraus, daß wir ein Opfer unserer Einbildung geworden sind. Damit werten wir unsere Erfahrung ab. Das ist Newtonsches Denken.

Was wir erlebt haben, kann nicht mit Newtonscher Mechanik erklärt werden, und doch versuchen wir, unsere übersinnliche Erfahrung in diese Begriffswelt einzuordnen. Anders gesagt, war das Ereignis, das wir gesehen haben, durchaus real. Da die Zeit nicht linear ist, kann es sich bereits in der Vergangenheit ereignet haben, kann zu dem Zeitpunkt geschehen, wo wir es sehen, oder in der Zukunft. Es kann auch nur ein wahrscheinliches Ereignis sein, das sich nicht manifestiert hat; deswegen muß unsere Vorahnung durchaus nicht falsch gewesen sein - wir haben eifrig reale Möglichkeit wahrgenommen. Hätten an der Treppe, die wir unsere Freundin hinunterstürzen sahen, eine Uhr und ein TKäander gehangen, dann hätten wir die Information über das Raum-Zeit-Kontinuum des Ereignisses mitwahrnehmen können. Eine Überprüfung im Rahmen der Newtonschen Wirklichkeit wäre dann leichter.

Wir müssen uns in Zukunft darum kümmern, unsere Erfahrungen, die außerhalb des Newtonschen Denkens liegen, nicht mehr zu entwerten, sondern statt dessen unsere Vorstellung der Wirklichkeit zu erweitern. Jeder hat schon erlebt, wie Zeit sich beschleunigt hat oder daß wir den Faden der Zeit verloren haben. Wenn wir lernen, unseren inneren Zustand zu beobachten, werden wir beobachten können, wie unser Zeiterleben sich mit unserer Gemütsverfassung und unseren Erfahrungen verändert. Wir erleben die Relativität von Zeit ganz deutlich in Augenblicken von Gefahr, wenn sich zum Beispiel die Momente vor einem Autounfall oder einem Beinahe-Zusammenstoß unglaublich in die Länge ziehen, und uns ein paar Sekunden wie eine Ewigkeit erscheinen. Zeiterleben kann nicht mit der Uhr gemessen werden, weil die Uhr ein Newtonsches Instrument ist, dazu geschaffen, die lineare Zeit der Newtonschen Mechanik zu messen.

Unsere Erfahrungsglut sich nicht in das Newtonsche System. Wenn wir jemanden nach vielen Jahren Wiedersehen, scheint es uns oft so, als hätten wir ihn gerade gestern verlassen - wie oft ist

uns das schon widerfahren. In der Regressionstherapie erlebt man Kinderszenen, als würden sie sich in der Gegenwart abspielen. Auch stellen wir fest, daß unser Gedächtnis bestimmte Ereignisse in eine andere Reihenfolge gebracht hat als ein anderer, der fliese Ereignisse auch erlebt hat. (Versuchen Sie einmal, Ihre Kindheitserlebnisse mit denen Ihrer Geschwister zu vergleichen!)

In der indianischen Kultur, in der man keine Uhren hatte, um lineare Zeit zu messen, gab es zwei verschiedene Arten von Zeit: die Jetztzeit und die übrige Zeit. Die australischen Ureinwohner kennen ebenfalls zwei Arten von Zeit: die verfließende Zeit und die »Große Zeit«. Was in der »Großen Zeit« geschieht, hat zwar eine Reihenfolge, kann aber nicht auf einen bestimmten Zeitpunkt festgelegt werden.

Lawrence Le Shan, der Hellsichtige getestet hat, spricht auch von zwei Arten von Zeit: die normale, lineare Zeit und die hellseherische Zeit. Letztere meint die Art von Zeit, die Hellseher erleben, wenn sie von ihrer Gabe Gebrauch machen. Sie hat Ähnlichkeit mit der »Großen Zeit«. Die Ereignisse haben eine Reihenfolge, die aber nur wahrgenommen werden kann, wenn man diese Ereignissequenz selbst eintaucht. Sobald die Hellseherin versucht, aktiv in den Fluß der Ereignisse einzugreifen, deren Zeugin sie ist, fällt sie sofort in die lineare Zeit zurück und wird nichts mehr wahrnehmen können, was außerhalb des normalen Zeitrahmens liegt. Sie muß sich dann erst wieder auf die hellseherische Zeit einstellen.

Die Regeln, denen der Wechsel zwischen verschiedenen Zeithorizonten folgt, sind weitgehend unbekannt. Die meisten Hellsichtigen lassen sich von den Bedürfnissen der Person leiten, wenn sie deren gegenwärtiges oder vergangenes Leben wahrnehmen. Manche Hellseher können sich willentlich auf jeden beliebigen Zeitrahmen einstellen.

Einsteins »Raum-Zeit-Kontinuum« macht die scheinbare Linearität der Ereignisse vom Beobachter abhängig. Wir sind nur allzu bereit anzunehmen, daß sich unsere vergangenen Leben genauso wie dieses Leben unter den gleichen physischen Bedingungen in der Vergangenheit abgespielt haben. Aber könnten

sich unsere früheren Leben nicht vielleicht *jetzt* in einem anderen Raum-Zeit-Kontinuum ereignen? Viele sind in Kontakt mit ihren vergangenen Leben gekommen und spüren ihre Wirkung so stark, als wären sie nur ganz kurz her. Aber wir sprechen selten von unseren zukünftigen Leben und deren Wirkung auf unser heutiges Leben. Je mehr wir *jetzt* leben, um so wahrscheinlicher ist es, daß wir sowohl unsere vergangene wie unsere zukünftige persönliche Geschichte neu schreiben.

Eine andere, wichtige Konsequenz der Einsteinschen Relativitätstheorie ist die Einsicht über die Austauschbarkeit von Materie und Energie. Masse ist nichts anderes als eine Form der Energie. Materie ist verlangsamte oder kristallisierte Energie. Unser Körper ist Energie. Um nichts anderes geht es in diesem Buch! Über die Energiekörper, die unseren physischen Körper umgeben, habe ich schon gesprochen, aber ich habe noch nicht deutlich gemacht, daß auch unser physischer Körper Energie ist.

Paradoxa

In den zwanziger Jahren fand die Physik Zugang zu der höchst erstaunlichen Welt der subatomaren Elementarteilchen. Jedesmal, wenn Physiker der Natur durch ein Experiment eine Frage stellten, antwortete die Natur mit einem Paradoxon. Je mehr sie um Klarheit rangen, desto größer wurde die Zahl der Paradoxa. Schließlich erkannten sie die Zugehörigkeit der Paradoxa zum inneren Wesen der subatomaren Welt, auf der unsere ganze physische Wirklichkeit beruht.

Man kann zum Beispiel experimentell beweisen, daß Licht ein Elementarteilchen ist. Durch eine kleine Veränderung des Experiments kann man jedoch auch die Existenz von Licht als Welle beweisen. Um das Phänomen Licht zu beschreiben, muß man also sowohl die Begriffe »Elementarteilchen« als auch »Welle« gebrauchen (solange wir überhaupt an solchen Begriffen festhalten). Wir bewegen uns also in eine Welt hinein, die auf dem Sowohl-Als-Auch beruht. Physiker nennen das Komplementarität. Elementarteilchen und Wellen - in der alten Physik ein

Entweder-Oder - werden nicht mehr als Gegensätze aufgefaßt, sondern als verschiedene, sich ergänzende Aspekte.

Max Planck entdeckte, daß Wärmeenergie (wie die eines Heizkörpers) nicht stetig abgestrahlt wird, sondern in Form von ☒»Energiepaketen«, genannt *Quanten*. Nach Einstein können alle Formen elektromagnetischer Strahlung nicht nur als Welle auftreten, sondern auch in Form dieser Quanten. Die Lichtquanten, diese masselosen Elementarteilchen, werden seither *bona fide* akzeptiert. Wir sind also inzwischen so weit, in einem Elementarteilchen, das man noch am ehesten mit einem »Ding« identifizieren kann, nichts anderes als ein »Energiepaket« zu sehen.

Wenn wir in immer tiefere Ebenen der Materie Vordringen, so zeigt uns die Natur keine isolierten Bausteine, wie sie von der Newtonschen Physik postuliert wurden. Die Suche nach solchen Bausteinen mußte aufgegeben werden, nachdem die Physiker so viele Elementarteilchen fanden, für die die Bezeichnung »elementar« nicht mehr zutreffen konnte. In den letzten Jahrzehnten stellten Physiker durch Experimente für die Materie eine uneingeschränkte Wandelbarkeit fest. Sie existiert auf der subatomaren Ebene nicht mit Sicherheit an bestimmten Orten, sondern zeigt lediglich »eine Tendenz« zu existieren. Alle Elementarteilchen können ineinander übergehen. Sie entstehen aus Energie, verwandeln sich in andere Elementarteilchen und lösen sich wieder in Energie auf. Wo und wann dies geschieht, kann nicht mit Sicherheit vorausgesagt werden, aber wir wissen, daß es unaufhörlich geschieht.

Auch auf der persönlichen Ebene eröffnen uns die moderne Psychologie und die spirituellen Traditionen eine Welt, in der sich die alten Formen des Entweder-Oder auflösen und einem Sowohl-Als-Auch Platz machen. Wir spalten uns nicht mehr in gut und schlecht. Wir fühlen gegenüber einem Menschen nicht nur Liebe oder nur Haß. Wir können beides empfinden und all die anderen Gefühle, die dazwischen liegen auch. Wir handeln verantwortlich. Wir stellen die Auflösung des alten Gegensatzes zwischen Gott und Teufel in einem ungebrochenen Ganzen fest, in dem das Göttliche in unserem Innern mit der Gottheit außen verschmilzt. Das Böse ist nicht das Gegenteil von Gott, sondern

Widerstand gegen die göttliche Kraft. Alles besteht aus derselben Energie. Die göttliche Kraft ist gleichzeitig schwarz und weiß, männlich und weiblich. Sie birgt in sich sowohl das weiße Licht wie die tiefschwarze Leere.

Wie der Leser sieht, gebrauchen wir immer noch Begriffe, die dem *Dualismus* verhaftet sind, aber es ist eine Welt »scheinbarer«, nicht »wirklicher« Gegensätze. Aus dem Dualismus schöpfen wir die Kraft, die uns zur Einheit führt.

Jenseits des Dualismus – das Hologramm

Die Physiker konnten den Widerspruch zwischen Elementarteilchen und Welle lösen, weil sie erkannten, daß es sich nicht um physische Wellen, wie Schall- oder Wasserwellen handelte, sondern um Wahrscheinlichkeitswellen. Diese stellen nicht die Wahrscheinlichkeit von Dingen dar, sondern von Zusammenhängen. Das ist schwer zu verstehen, aber was die Physiker im Grunde sagen, ist: So etwas wie ein »Ding« gibt es nicht. Was wir »Ding« genannt haben, ist in Wirklichkeit ein »Ereignis« oder ein Pfad, der zu einem Ereignis führen kann.

Unser altes Weltbild fester Gegenstände und deterministischer Naturgesetze hat sich in einer Welt wellenförmiger Muster von Zusammenhängen aufgelöst. Begriffe wie »Elementarteilchen«, »materielle Substanz« oder »isoliertes Objekt« haben ihre Bedeutung verloren. Das ganze Universum erscheint als *ein* dynamisches Gewebe von Energiemustern. als *eine* bruchlose Einheit, in die der Beobachter ständig einbezogen ist.

Wenn das Universum tatsächlich *ein* dynamisches Gewebe ist, dann kann es folglich so etwas wie einen Teil nicht geben. Wir sind das Ganze.

Kürzlich sagte David Bohm in seinem Buch *Die implizite Ordnung*, daß die physikalischen Grundgesetze nicht von einer Wissenschaft entdeckt werden können, die versucht, die Welt in Teile aufzuspalten. Er spricht von einer »impliziten umfassenden Ordnung«, die in einem unmanifesten Zustand existiert, und auf der die gesamte manifeste Realität beruht. Diese manifeste Realität

nennt er die »explizite entfaltete Ordnung«. »Es zeigt sich, daß die Teile in unmittelbarer Verbindung miteinander stehen, in einer dynamischen Beziehung, die irreduzierbar vom Zustand des ganzen Systems bedingt ist... So gelangt man zu einem neuen Begriff ungebrochener Ganzheit, der die klassische Idee aufhebt, die Welt könnte in voneinander getrennten und unabhängigen Teilen analysiert werden.«

David Bohm sieht in der holographischen Sicht des Universums ein Sprungbrett zum Verständnis der impliziten und der expliziten Ordnung. Das Konzept des Hologramms besagt, daß jedes Teil das Ganze enthält und daß das Ganze aus dem Teil rekonstruiert werden kann.

1971 erhielt Dennis Gabor den Nobelpreis für die Erfindung der Holographie. Dies ist eine Photographie ohne Linse, bei der ein Gegenstand mit kohärentem Licht (Laser) beleuchtet wird, und sein Wellenfeld als Interferenzbild auf einer Photoplatte gespeichert wird. Wenn die Hologrammplatte auch bei der Wiedergabe mit einem Laserstrahl beleuchtet wird, dann erscheint das ursprüngliche Wellenmuster als dreidimensionales Bild. Jedes Teil des Hologramms enthält in sich das Ganze; wird nur ein Teil des Hologramms beleuchtet, so kommt es zu einer Rekonstruktion des ganzen Bildes.

Karl Pribram, der bekannte Gehirnforscher, hat in zehnjähriger Arbeit immer mehr Beweise für das holographische Strukturieren des Gehirns gefunden. Wie er sagt, zeigen die Forschungsergebnisse vieler Laboratorien, die mit modernsten Methoden die temporalen und/oder räumlichen Gehirnfrequenzen analysieren, daß das Gehirn Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten holographisch strukturiert. Die Information wird dem ganzen System übermittelt, und damit kann jeder Teil die Information des Ganzen reproduzieren. Pribram benutzt das Modell des Hologramms nicht nur, um das Gehirn, sondern auch um das Universum zu beschreiben. Das Gehirn abstrahiere mittels eines holographischen Prozesses aus einem holographischen Bereich, der Zeit und Raum transzendiere. Parapsychologen haben nach der Energie gesucht, die als Träger von Telepathie, Psychokinese und Heilung durch Handauflegen angesehen wer-

den kann. Vom Standpunkt eines holographischen Universums aus gesehen, beruhen diese Phänomene auf Frequenzen jenseits von Zeit und Raum. Sie müssen nicht vermittelt werden. Sie sind ihrer Potenz nach simultan und allgegenwärtig.

Wenn wir in diesem Buch von Energiefeldern der Aura sprechen, gebrauchen wir in den Augen dieser Physiker sehr archaische Begriffe. Das Phänomen der Aura liegt deutlich *sowohl* innerhalb *als auch* außerhalb linearer Zeit und dreidimensionalen Raumes. Wie ich am Beispiel der Geschichte von Eds Heilung gezeigt habe, konnte ich »sehen«, wie sich Ed in der Pubertät sein Steißbein brach, weil sich diese Erfahrung in sein Energiefeld eingekerbt hatte. Die »Bruchstelle« eines einst gebrochenen Herzens zeigt sich auch noch im gegenwärtigen Energiefeld; der Hellsichtige kann in der Zeit zurückgehen und Zeuge des ursprünglichen Ereignisses werden. Ein Großteil der Erfahrungen, von denen in diesem Buch berichtet wird, bedürfen zu ihrer Erklärung mehr als dreier Dimensionen und scheinen sich unmittelbar, außerhalb der Zeit zu vollziehen. Die Fähigkeit, im Körper beliebige Tiefenschichten in unterschiedlicher Deutlichkeit wahrzunehmen, scheint auf zusätzlichen Dimensionen zu beruhen. Sowohl die Fähigkeit, Ereignisse der Vergangenheit wahrzunehmen, indem man einfach um diese Information bittet oder das Sehen und die durch einen Heilungsprozeß hervorgerufene Veränderung eines wahrscheinlichen Ereignisses als auch die Begabung, künftige Ereignisse vorherzusagen, scheint nur jenseits der linearen Zeitvorstellung möglich.

Wenn wir den Begriff des Energiefeldes gebrauchen, um die Aura zu beschreiben, dann sind wir im Dualismus befangen, das heißt, wir trennen das Feld von uns ab und betrachten »es« als ein gesondertes Phänomen, als einen »Teil« von uns. Ich werde von »meinem Feld« und »Ihrem Feld« sprechen usw. Das ist dualistisch. Ich muß mich dafür entschuldigen und bekennen, daß ich zum gegenwärtigen Zeitpunkt diese Erfahrungen nicht mitteilen kann, ohne mich sprachlich in den alten Begriffen zu bewegen.

Vom holographischen Gesichtspunkt aus repräsentiert nicht nur jeder Teil der Aura das Ganze, sondern er enthält das Ganze.

Wir können unsere Erfahrung also nur mit einem Phänomen beschreiben, das wir gleichzeitig beobachten und erzeugen. Jede Beobachtung verändert das beobachtete Muster. Wir sind nicht nur ein Teil des Musters, wir sind das Muster. Wir sind es und es ist wir: allerdings sollte das Wort »es« aufgegeben und durch einen anderen Begriff ersetzt werden, der geeignet ist, die Blockierungen im Gehirn aufzulösen, die uns hemmen, wenn wir über diese Dinge kommunizieren wollen.

Die Physiker sprechen von »Wahrscheinlichkeiten des Zusammenhangs« oder vom »dynamischen Gewebe zusammenhängender Energiemuster«. Wenn wir uns die Vorstellung eines dynamischen Gewebes zusammenhängender Energiemuster zu eigen machen, verlieren die Auraphänomene, die in diesem Buch beschrieben werden, ihren ungewöhnlichen und sonderbaren Charakter.

Alle Erfahrung ist miteinander verbunden. Wenn uns das bewußt wird, und wir zulassen, daß diese Verbundenheit in unsere kognitiven Prozesse Einlaß findet, dann können wir Ereignisse außerhalb der Zeit wahrnehmen. Aber sobald wir »wir« sagen, fallen wir in den Dualismus zurück. Es ist schwer, diese Verbundenheit zu erfahren, wenn wir das Leben hauptsächlich dualistisch wahrnehmen. Holistisches Gewahrsein liegt außerhalb linearer Zeit und dreidimensionalen Raumes und wird deswegen nicht leicht als solches erkannt. Wir müssen uns in holographischer Erfahrung üben, um sie erkennen zu können.

Meditation ist ein Weg, die Grenzen des linearen Verstandes zu überschreiten und die Verbundenheit aller Dinge zur erlebten Wirklichkeit werden zu lassen. Diese Wirklichkeit kann man sehr schwer in Worten ausdrücken, denn wir gebrauchen Worte auf lineare Weise.

Wir müssen ein Vokabular entwickeln, das uns erlaubt, uns gegenseitig in solche Erfahrungen hineinzuführen. Im japanischen Zen erhält der Schüler vom Meister einen kurzen, paradoxen, Satz oder eine Frage, auf die er sich konzentrieren soll. Ein solches *Koan* soll den Schüler über das lineare Denken hinausführen. Hier ist einer meiner Lieblingskoans:

Welchen Ton erzeugt das Klatschen mit einer Hand?

Meine Reaktion auf dieses bekannte Koan besteht darin, daß ich mich ins Universum ausdehne und in einen Strom tonlosen Tons eintauche, der ewig fließt.

Schneller als Licht

Naturwissenschaftler sind derzeit damit beschäftigt, sowohl mathematisch als auch experimentell zu beweisen, daß es eine universale, unmittelbare Verbundenheit gibt.

1964 veröffentlichte der Physiker J.S. Bell einen mathematischen Beweis, der als »Bell Theorem« bekannt ist. Subatomare Elementarteilchen, so beweist Bell auf mathematischem Wege, sind auf eine Weise miteinander verbunden, die Raum und Zeit transzendiert, so daß alles, was auf *ein* Elementarteilchen einwirkt, auch auf andere Auswirkungen hat. Diese Wirkung ist augenblicklich und bedarf zu ihrer Vermittlung nicht der Zeit. In seiner Relativitätstheorie sah Einstein ein sich schneller als mit Lichtgeschwindigkeit bewegendes Elementarteilchen noch als unmöglich an. In Beils Theorem können Wirkungen »superluminal«, schneller als Lichtgeschwindigkeit sein. Beils Theorem ist inzwischen durch Experimente untermauert worden. Wir sprechen jetzt also über ein Phänomen, das mit der Relativitätstheorie von Einstein nicht mehr erklärt werden kann. Wir versuchen, den Dualismus Welle/Teilchen zu überschreiten.

Mit der Entwicklung immer feinerer Meßinstrumente, die uns zunehmend tiefer in die Materie eindringen lassen, stoßen wir also wieder auf Phänomene, die mit der gängigen Theorie nicht erklärt werden können. Jeder Sprung in der Naturerkenntnis führt zu großen gesellschaftlichen Veränderungen. So revolutionierte die Entdeckung der Elektrizität im späten neunzehnten Jahrhundert die Welt und veranlaßte uns, tiefer darüber nachzudenken, wer wir sind. Der nächste große Sprung war die Entdeckung der Kernspaltung in den vierziger Jahren unseres Jahrhunderts. Es scheint, als ob wir uns jetzt wieder in einer Phase gewaltiger Veränderung befänden. Wenn die Physiker entdecken, wie diese unmittelbare Verbundenheit funktioniert, dann

können wir auch lernen, uns unserer unmittelbaren Verbundenheit mit der Welt und miteinander bewußt zu werden. Das würde zweifellos die Kommunikation revolutionieren. Es würde unsere Art der Interaktion drastisch verändern. Diese unmittelbare Verbundenheit könnte uns befähigen, die Gedanken eines anderen zu lesen, wann immer wir wollen. Wir wüßten, was im anderen vorgeht, und könnten einander wirklich verstehen. Wir würden vielleicht auch sehen, daß unsere Gedanken, Gefühle (Energiefelder) und Handlungen eine viel größere Wirkung auf die Welt haben, als wir bisher angenommen haben.

Morphogenetische Felder

Rupert Sheldrake stellt in seinem Buch *Das schöpferische Universum* die These auf, daß alle Systeme nicht nur durch die bekannten Formen energetischer und materieller Faktoren reguliert werden, sondern durch unsichtbar organisierende, *morphogenetische Felder*. Diese Felder sind insofern Urheber von Ordnung, als sie eine Art Bauplan für Form und Verhalten darstellen. Sie haben keine Energie im gewöhnlichen Sinn, weil sich ihre Wirkung über die Grenzen von Zeit und Raum, in denen Energie normalerweise definiert wird, hinaus erstreckt. Das heißt, die Wirkung dieser Felder ist unabhängig von Nähe oder Ferne.

Wenn entsprechend dieser Hypothese ein Vertreter einer Spezies ein neues Verhalten lernt, dann verändert sich das verursachende Feld für die ganze Spezies, wenn auch vielleicht nur sehr geringfügig. Wird das neue Verhalten lange genug wiederholt, dann entsteht eine »morphologische Resonanz«, die auf die gesamte Spezies wirkt. Sheldrake nannte diese »unsichtbare Matrix« »morphogenetisches Feld«, (von griech. »morph« - Form, Gestalt und »genese« - Werden). Die Aktivität dieses Feldes schließt Aktivität über Entfernung mit ein, und zwar in zeitlicher und räumlicher Hinsicht. Form wird also nicht durch zeitlose Naturgesetze bestimmt, sondern ist vielmehr von morphologischer Resonanz quer durch die Zeit abhängig. Das bedeutet, daß sich morphogenetische Felder unabhängig von Zeit und Raum

ausbreiten können und daß Ereignisse der Vergangenheit Einfluß auf Ereignisse an beliebigen anderen Orten haben können. Ein Beispiel dafür gibt Lyall Watson in seinem Buch *Lifetide: The Biology of Consciousness* (Lebensflut: Die Biologie des Bewußtseins). Er beschreibt darin das »Prinzip des hundertsten Affen«. Watson hatte beobachtet, daß, wenn Affen auf einer Insel ein neues Verhalten gelernt hatten, plötzlich Affen einer anderen Insel dieses Verhalten auch zeigten, obwohl es keinerlei »normale« Kommunikationsmöglichkeit gegeben hatte.

David Bohm vertrat in der Zeitschrift *Revisions* die Gültigkeit dieser Beobachtung auch für die Quantenphysik. Das Einstein-Podolsky-Rosen-Experiment zeige die Existenz nichtlokaler Zusammenhänge, subtiler Verbindungen zwischen weit entfernten Elementarteilchen. Das System schein ein unteilbares Ganzes zu sein, in dem das formative Feld nicht einem einzelnen Elementarteilchen zugeschrieben werden könne, sondern nur dem Ganzen. Was einem Teilchen geschehe, könne unmittelbaren Einfluß auf das formative Feld eines weitentfernten anderen Teilchens haben. Bohm fährt fort, daß »die Vorstellung zeitloser Gesetze, die das Universum regieren, nicht aufrechterhalten werden kann, weil die Zeit selbst ein Teil der Notwendigkeit ist, die sich entwickelt hat«.

In der selben Zeitschrift sagt Rupert Sheldrake: »Der schöpferische Prozeß, der neue Gedanken entstehen läßt, durch welche sich neue Formen verwirklichen, hat in diesem Sinne Ähnlichkeit mit der schöpferischen Wirklichkeit, die im evolutionären Prozeß neue Formen hervorbringt. Der schöpferische Prozeß kann als sukzessive Entwicklung zunehmend komplexerer Systeme auf höheren Ebenen durch die Verbindung bislang unzusammenhängender Dinge betrachtet werden.«

Multidimensionale Wirklichkeit

Der Physiker Jack Sarfatti meint in *Psychoenergetic Systems* (Psychoenergetische Systeme), daß die Tatsache wechselseitiger Einwirkung jenseits von Lichtgeschwindigkeit auf eine höhere

Ebene der Wirklichkeit verweise, auf der die »Dinge« mehr miteinander verbunden und Ereignisse stärker miteinander korreliert seien; diese Verbundenheit werde wiederum durch eine noch höhere Ebene hergestellt. Wenn wir also Zugang zu einer höheren Ebene finden, dann können wir vielleicht verstehen, wie Verbindung jenseits von Lichtgeschwindigkeit möglich ist.

Schlußfolgerung

Die moderne Physik stellt fest, daß es keine Grundbausteine der Materie gibt, sondern daß das Universum ein unteilbares Ganzes ist; ein unermessliches Gewebe interagierender Wahrscheinlichkeiten. Bohms Arbeit zeigt die Entstehung des manifesten Universums aus diesem Ganzen. Da wir unauflöslich ein Teil des Ganzen sind, können wir uns in einen holistischen Seinszustand hineinbegeben, ganz werden und mit der schöpferischen Kraft des Universums in Verbindung treten; mit dieser Kraft können wir, wie ich meine, andere an jedem beliebigen Ort heilen. Es gibt Heiler, die dazu in einem gewissen Grad fähig sind, indem sie mit Gott und dem Patienten verschmelzen.

Heiler werden bedeutet, die Annäherung an diese universale schöpferische Kraft, die wir als Liebe erfahren, indem wir unser Selbst damit identifizieren und so sehr ausweiten, daß es eins wird mit Gott, zu vollziehen. Ein Schritt in Richtung auf diese Ganzheit besteht darin, unsere begrenzten Selbstdefinitionen aus unserer Newtonschen Vergangenheit voneinander getrennter Einheiten loszulassen und uns als Energiefelder wahrzunehmen. Wenn wir diese Wirklichkeit praktisch und verifizierbar in unser Leben integrieren, sind wir auch dazu fähig, Einbildung von höherer Wirklichkeit zu unterscheiden. Erkennen wir uns erst einmal als Energiefelder, dann verbindet sich höheres Bewußtsein mit höheren Frequenzen und größerer Kohärenz.

Indem wir Sarfatts Modell benutzen, wird unser Blick auf eine Welt gerichtet, die sehr viel Ähnlichkeit mit der in diesem Buch beschriebenen hat: Die Welt der Aura und des universalen Energiefeldes. Dort existieren wir in mehr als einer Welt. Unsere

höheren Körper (höhere Aurafrequenzen) gehören einer höheren Ordnung an und sind mit den höheren Körpern anderer mehr verbunden als es unser physischer Körper ist. Mit der Ausweitung unseres Bewußtseins auf höhere Frequenzen und höhere Körper treten wir mehr und mehr aus der Getrenntheit heraus, bis wir schließlich eins werden mit dem Universum. In Sarfattis Modell besteht die Meditationserfahrung darin, daß wir unser Bewußtsein auf eine höhere Frequenz heben, wo es dann die Wirklichkeit einer höheren Ebene erfahren kann: die höheren Körper, das höhere Bewußtsein und die höheren Welten, in denen wir existieren.

Wir wollen uns nun den Phänomenen des Energiefeldes näher zuwenden und fragen, was uns die experimentelle Wissenschaft darüber sagen kann.

Kapitel 5

Die wissenschaftliche Erforschung des menschlichen Energiefeldes in Vergangenheit und Gegenwart

Obwohl die Mystiker nicht über Energiefelder und das Bioplasma betreffende Formen gesprochen haben, finden sich in den spirituellen Traditionen der Welt, die zum Teil 5000 Jahre alt sind, Aussagen, die mit den Beobachtungen der Wissenschaftler in neuester Zeit übereinstimmen.

Spirituelle Tradition

Adepten aller Religionen sprechen von der Erfahrung, daß sie Licht um den Kopf von Menschen sehen. Durch religiöse Übungen wie Meditation und Gebet gelangen sie in einen erweiterten Bewußtseinszustand, der ihre latente Fähigkeit zur erhöhten Sinneswahrnehmung öffnet.

Die spirituelle Tradition Indiens, die mehr als 5000 Jahre zurückreicht, spricht von einer universalen Energie, die sie *Prana* nennt. Diese universale Energie wird als Wesenselement und Quelle allen Lebens aufgefaßt. Prana, der Atem des Lebens, gibt allen Formen Leben und durchströmt sie.

Yogis üben sich in der bewußten Kontrolle dieser Energie durch Atemtechniken, Meditation und Körperübungen, um einen andauernden Zustand erweiterten Bewußtseins zu erlangen und ihre Jugendlichkeit weit über die normale Zeitspanne hinaus zu bewahren.

Die Chinesen sprechen seit dem dritten Jahrtausend vor Christus von einer vitalen Energie, die sie *Chi* nennen. Die gesamte Materie, sei sie belebt oder unbelebt, wird von dieser universalen Energie durchdrungen. Das Chi besteht aus zwei polaren Kräften, dem Yin und dem Yang. Wenn Yin und Yang im Gleichgewicht sind, dann ist das lebendige System gesund; wenn sie im Ungleichgewicht sind, entsteht Krankheit. Übermäßiges Yang kann zu exzessiver organischer Aktivität führen. Ein Übergewicht von Yin bewirkt Trägheit. Beides führt zu Krankheit. Die alte Kunst der Akupunktur zielt darauf, Yin und Yang ins Gleichgewicht zu bringen.

Die Kabbala, die mystische Tradition des Judentums, deren Wurzeln in das Jahr 538 vor Christus hineinreichen, spricht von diesen Energien als dem astralen Licht. Christliche religiöse Gemälde zeigen Jesus oder Heilige von einem Lichtschein umgeben, dem Heiligenschein. Im Alten Testament gibt es zahlreiche Hinweise auf Lichterscheinungen an Menschen oder in der Natur, die wir zum Teil nicht mehr richtig verstehen. Zum Beispiel hat Moses in der Statue von Michelangelo zwei Hörner; mit dem hebräischen Wort *karnaem*, das Horn oder Licht bedeuten kann, waren aber sicher zwei Lichtstrahlen gemeint.

John White nennt in seinem Buch *Future Science* (Die Wissenschaft der Zukunft) 97 Kulturen mit 97 verschiedenen Begriffen für das Phänomen der Aura.

Viele esoterische Lehren und Lehrer - die alten vedischen Texte des Hinduismus, Theosophen, Rosenkreuzer, indianische Medizinmänner, Tibeter und indische Buddhisten, japanische Zen-Buddhisten, Madame Blavatsky und Rudolf Steiner, um nur einige zu nennen - sprechen detailliert über das menschliche Energiefeld. Heute werden ihre Erkenntnisse durch die Beobachtungen der Wissenschaftler auf der konkreten physischen Ebene ergänzt.

Die wissenschaftliche Tradition von 500 v. Chr. bis zum Ende des 19. Jahrhunderts

Immer wieder gibt es in der Geschichte der westlichen Wissenschaft Forscher, die von einer universalen, die gesamte Natur durchdringenden Energie sprechen. Der erste Hinweis auf diese vitale Energie, die als Lichtkörper wahrgenommen wurde, findet sich in der westlichen Literatur bei den Pythagoräern um 500 v. Chr. Sie vertraten die Auffassung, daß dieses Licht im menschlichen Organismus verschiedene Wirkungen hervorrufen könne, einschließlich der Heilung von Krankheit.

Die Gelehrten Boirac und Liebeault stellten im 12. Jahrhundert das Vorhandensein einer Energie fest, die Wechselwirkungen zwischen Menschen über Entfernung zuläßt. Sie berichteten von der heilenden oder krankmachenden Wirkung, die jemand einfach durch seine Gegenwart auf eine andere Person ausüben kann. Der große Arzt und Philosoph Paracelsus, der in der ersten Hälfte des 16. Jahrhunderts wirkte, nannte diese Energie *Illia-ster*, und meinte, daß sie aus vitaler Kraft und vitaler Materie bestehe. Der Mathematiker Helmont sprach zu Beginn des 19. Jahrhunderts von einer universalen Flüssigkeit, welche die gesamte Natur durchwirke. Dabei handle es sich aber nicht um körperliche oder kondensierbare Materie, sondern um reinen, vitalen Geist, der alle Körper durchdringe. Der Philosoph und Mathematiker Leibniz schrieb, das Universum bestehe aus Kraftzentren, die in sich selbst die Quelle ihrer Bewegung trügen.

Helmont und Mesmer beobachteten im 19. Jahrhundert weitere Eigenschaften des Phänomens universaler Energie. Sie berichteten von der Aufladung belebter und unbelebter Objekte mit dieser »Flüssigkeit« und von der Wirkung, die sie über die Entfernung hinweg aufeinander ausüben könnten. Dies ließ sie die Existenz eines dem elektromagnetischen Feld ähnlichen Feldes vermuten. Mesmers Forschungen begründeten den Mesmerismus, die Lehre vom animalen Magnetismus, der den Weg zur Hypnotik wies.

Carl-Ludwig Freiherr von Reichenbach experimentierte in der Mitte des 19. Jahrhunderts dreißig Jahre lang mit dem, was er *odische Kraft* nannte. Er stellte fest, daß diese ein Feld erzeugte, dessen Eigenschaften in vieler Hinsicht dem elektromagnetischen Feld von James Clerk Maxwell (Beginn des 19. Jahrhunderts) entsprachen. Er entdeckte aber auch spezifische Eigenschaften der odischen Kraft. So war er der Auffassung, daß die Pole eines Magneten nicht nur eine magnetische Polarität besitzen, sondern zusätzlich eine Polarität, die das odische Feld aufbaut. Auch Objekte, die selbst nicht magnetisch sind, wie zum Beispiel Kristalle, zeigen diese spezifische Polarität. Einem sensitiven Beobachter erscheinen die Pole eines odischen Kraftfeldes als »heiß, rot und unangenehm« oder als »kalt, blau und angenehm«. Darüber hinaus machte er die Entdeckung, daß sich grundsätzliche Pole - anders als im Elektromagnetismus - nicht anziehen, sondern abstoßen, die odische Kraft also die gegenseitige Anziehung von gleichem bewirkt. Wie wir später sehen werden, ist das ein sehr wichtiges Phänomen der Aura.

Reichenbach erforschte auch die Beziehung zwischen elektromagnetischen Emissionen der Sonne und den damit einhergehenden Konzentrationen des odischen Feldes. Die stärkste Konzentration dieser Energie fand er im roten und blauvioletten Bereich des Sonnenspektrums. Je nach Art der Aufladung würden subjektive Empfindungen von Wärme oder Kälte erzeugt, deren Zusammenhang Reichenbach mit dem Periodensystem der Elemente durch Blindtests nachwies. Elektropositive Elemente erzeugten bei den Testpersonen warme und unangenehme Empfindungen, während elektronegative Elemente kühle und angenehme Empfindungen hervorriefen, deren Stärke von der Stellung der Elemente im Periodensystem abhing. Die Empfindungen von warm bis kalt korrespondierten mit dem Spektrum der Farben von Blauviolett bis Gelblichrot.

Reichenbach entdeckte, daß das odische Feld mit sehr langsamer Geschwindigkeit von etwa vier Metern pro Sekunde durch einen Draht geleitet werden konnte und daß die Geschwindigkeit mehr von der Dichte des Materials abhing als von seiner elektrischen Leitfähigkeit. Objekte konnten mit odischer Energie aufge-

laden werden, ähnlich wie bei der Aufladung durch ein elektrisches Feld. Andere Experimente zeigten die Möglichkeit, einen Teil dieses Feldes wie Licht durch eine Linse zu bündeln, während ein anderer Teil um die Linse herumfloß, ähnlich wie die Flamme einer Kerze Objekte umfließt. Dieser abgelenkte Teil des odischen Feldes reagierte auch dann wie eine Kerzenflamme, wenn er Luftbewegungen ausgesetzt wurde, was eine gasförmige Substanz vermuten ließ. Das Aurafeld, so zeigen diese Experimente, hat also Eigenschaften, die sowohl an Elementarteilchen, wie bei Flüssigkeiten oder Gasen, als auch an Lichtwellen denken lassen.

Die odische Kraft erzeugt nach Reichenbach im menschlichen Körper eine Polarität, die der von Kristallen entlang ihrer Hauptachse gleicht. Aufgrund dieser Experimente beschrieb er die linke Körperseite als Minuspol und die rechte als Pluspol. Diese Auffassung erinnert stark an das chinesische Yin-Yang-Prinzip.

Beobachtungen von Medizinern im 20. Jahrhundert

Es gab also bis zum Beginn des zwanzigsten Jahrhunderts verschiedene Ansätze, das Energiefeld von Menschen und Objekten zu erforschen; und auch in unserem Jahrhundert haben sich zahlreiche Mediziner diesem Phänomen zugewandt.

1911 berichtete der Arzt William Kilner von seinen Untersuchungen des menschlichen Energiefeldes' das er mit Hilfe getönter Blenden und Filter beobachtet hatte. Er sagte, er habe einen wechselhaften Lichtschimmer mit einer dreischichtigen Struktur um den Körper von Menschen gesehen: a) direkt an der Haut eine dunkle Hülle von knapp einem Zentimeter Breite, umgeben von b) einer zweieinhalb Zentimeter breiten dunstigen Schicht, die senkrecht vom Körper abstrahle, und c) etwas weiter außen ein zartes Leuchten ohne klare Umrisse von etwa fünfzehn Zentimetern Breite. Kilner stellte fest, daß die *Aura* - so nannte er dieses Phänomen - sich von Mensch zu Mensch stark unterscheidet, je nach Alter, Lebensgeschichte, geistiger Verfassung und Gesundheit. Bestimmte Krankheiten zeigten sich als Flecken oder Unre-

gelmäßigkeiten in der Aura, was Kilner veranlaßte, aufgrund der Farbe, Struktur, Ausdehnung und allgemeinen Erscheinung der Lichthülle ein Diagnosesystem zu entwickeln. Zu den Krankheiten, die er auf diese Weise diagnostizierte, gehörten Leberinfektionen, Tumore, Blinddarmentzündung, Epilepsie und psychische Störungen wie Hysterie.

In den fünfziger Jahren entwickelten Dr. George de la Warr und Dr. Ruth Drown neue Instrumente, um die Strahlung von lebendigem Gewebe messen zu können. Dr. de la Warr ist der Schöpfer von »Radionics«, einem Ferndiagnose- und Fernheilsystem, das mit dem biologischen Energiefeld des Menschen arbeitet. Am eindrucksvollsten sind die Photographien, die er mit Hilfe einer als Antenne funktionierenden Haarsträhne des Patienten aufgenommen hat. Auf diesen Photographien werden krankhafte Gewebeveränderungen sichtbar, wie Tumore und Zysten in der Leber, Tuberkulose der Lungen und bösartige Gehirntumore. Sogar ein lebendiger, drei Monate alter Fötus konnte im Uterus photographiert werden.

Dr. Wilhelm Reich, Psychiater und Kollege von Freud, erforschte eine universale Energie, die er *Orgon* nannte. Er untersuchte den Zusammenhang zwischen Störungen des Orgonstroms im menschlichen Körper und physischen bzw. psychischen Krankheiten. Reich entwickelte eine psychologische Methode, in der er Freudsche Analysetechniken zur Aufdeckung des Unbewußten mit Körpertechniken verband, die geeignet waren, Blockierungen des natürlichen Stroms der Orgonenergie im Körper aufzulösen. Dadurch konnte er die Blockierungen durch negative geistige und emotionale Zustände auflösen.

In den dreißiger bis fünfziger Jahren erforschte Reich diese Energie mit Hilfe des modernsten elektronischen und medizinischen Instrumentariums seiner Zeit. Er beobachtete, daß diese Energie im Himmel pulsierte und alle organischen wie anorganischen Objekte umfloß. Mit einem speziell konstruierten Hochleistungsmikroskop beobachtete er das Pulsieren der Orgonenergie an Mikroorganismen.

Reich konstruierte verschiedene Apparate zur Erforschung des Orgonfeldes. Eines nannte er den *Orgonakkumulator*, der Orgon-

energie konzentrieren und Objekte damit aufladen konnte. F.r beobachtete, wie eine Vakuumentladungsröhre elektronischen Strom bei einem sehr viel niedrigeren Entladungspotential leitete, nachdem sie lange Zeit in einem Akkumulator aufgeladen worden war. Darüber hinaus glaubte Reich, die Halbwertszeit von radioaktiven Isotopen durch Aufladung in einem Organakkumulator verlängern zu können.

Dr. Lawrence Bendit und Phoebe Bendit führten in den dreißiger Jahren weitreichende Untersuchungen des menschlichen Energiefeldes durch und entdeckten den Zusammenhang, in dem dieses mit der Gesundheit, der Heilfähigkeit und der seelischen Entwicklung des Menschen steht. In ihrer Arbeit legen sie besonderen Wert auf das Erkennen und Verstehen der *ätherischen Entwicklungskräfte*, die die Grundlage von Gesundheit und Heilung des Körpers sind.

In den sechziger Jahren brachte Dr. Schafica Karagulla die von Sensitiven gemachten visuellen Wahrnehmungen mit körperlichen Störungen in Zusammenhang. Zum Beispiel war das Medium Dianne in der Lage, Energiemuster von Kranken wahrzunehmen und die medizinischen Probleme genau zu beschreiben - von Gehirnstörungen bis zu Verstopfung im Dickdarm. Auf der ätherischen Ebene wird ein Feld oder ein vitaler Energiekörper sichtbar, der eine Matrix bildet, die den physischen Körper mit einem Lichtnetz durchzieht. Diese energetische Matrix stellt den Bauplan dar, wonach sich die physische Materie bildet und in dem sie verankert ist. Das Gewebe des Körpers existiert nur aufgrund dieses vitalen Feldes.

Dr. Karagulla erforschte auch den Zusammenhang zwischen Störungen der Chakras und Krankheiten. Wieder ein Beispiel des Mediums Dianne:

Sie sah bei einem Patienten, daß dessen Kehl-Chakra überaktiv und von roter, stumpfgrauer Farbe war. Die Schilddrüse des Patienten sah Dianne als schwammiges, zu weiches Gebilde. Die rechte Seite arbeitete nicht so gut wie die linke. Die Schulmedizin diagnostizierte die Basedowsche Krankheit, durch welche die Schilddrüse vergrößert wird, und zwar rechts immer mehr als links.

Dr. Dora Kunz, Präsidentin der amerikanischen Abteilung der theosophischen Gesellschaft, hat viele Jahre lang als Heilerin gearbeitet und mit Medizinern kooperiert. In *The Spiritual Aspects of the Healing Arts* (Der spirituelle Aspekt der Heilkünste) schreibt sie: »Wenn das Vitalfeld gesund ist, schwingt es in einem natürlichen, autonomen Rhythmus. Jedem Organ entspricht ein bestimmter energetischer Rhythmus im ätherischen Feld. Zwischen den Sphären der Organe kommt es zu einer Interaktion der verschiedenen Rhythmen, als würde ein Transfer stattfinden; wenn der Körper heil und gesund ist, pflanzen sich diese Rhythmen leicht von einem Organ zum anderen fort. Bei einem pathologischen Zustand verändern sich jedoch sowohl die Rhythmen wie der Grad der Energie.

So hinterläßt zum Beispiel eine Blinddarmoperation sichtbare Spuren im Energiefeld. Die Gewebe, die nun einander berühren, transferieren die Energie anders, als es zuvor der Blinddarm getan hat. In der Physik spricht man von passender oder nicht passender Impedanz bzw. Scheinwiderstand. Im gesunden Körper paßt die Impedanz der benachbarten Gewebe zusammen, so daß die Energie leicht durch alle Gewebe hindurchfließen kann. Operationen oder Krankheiten können die Impedanz so verändern und zu einer Streuung der Energie statt zu ihrem Transfer führen.«

Dr. John Pierrakos hat ein System zur Diagnose und Behandlung von psychischen Störungen entwickelt, das sich auf die Beobachtung des menschlichen Energiefeldes stützt; dazu bedient er sich der visuellen Beobachtung und des Pendels. Die so gewonnenen Informationen verbindet er mit psychotherapeutischen Methoden der Bioenergetik und mit einer von Eva Pierrakos entwickelten Erkenntnisarbeit. Diesen Prozeß nennt er *Core Energetik* (core = Kern, Seele). Er stellt eine Methode innerer Heilung dar, bei der es darum geht, den Widerstand des Ich und der Persönlichkeit zu überwinden, um die Körperenergien freizusetzen. Core Energetik zielt darauf, alle Körper ins Gleichgewicht zu bringen (den physischen, ätherischen, emotionalen, mentalen und spirituellen), um einen harmonischen Heilprozeß der ganzen Person zu bewirken.

Aus dem Gesagten und weiteren, hier nicht genannten Arbeiten, schließe ich, daß die Lichtabstrahlung des menschlichen Körpers in enger Beziehung zu seiner Gesundheit steht. Ich halte es für sehr wichtig, Instrumente zu entwickeln, mit denen wir diese Lichtabstrahlung zuverlässig messen können, damit diese Informationen von der Medizin für die klinische Diagnose und Heilung verwertet werden können.

Meine Kollegen und ich haben eine Reihe von Experimenten zur Messung des menschlichen Energiefeldes durchgeführt. In einem dieser Experimente maßen Dr. Richard Dobrin, Dr. John Pierrakos und ich die Lichtenergie bei einer Wellenlänge von ca. 350 Nanometern in einem dunklen Raum vor, während und nach dem Aufenthalt von Personen. Die Ergebnisse zeigten eine geringe Lichtzunahme, wenn jemand im Raum anwesend war. In einem Fall verminderte sich die Lichtmenge: Im Raum befand sich eine Person, die völlig erschöpft und verzweifelt war. In einem anderen Experiment, das wir zusammen mit dem United Nations Parapsychological Club durchführten, konnten wir einen Teil der Aura auf einem Schwarzweißbildschirm mit Hilfe eines Farbverstärkers sichtbar machen. Mit diesem Instrument kann man Schwankungen der Lichtintensität im Umfeld des Körpers erheblich vergrößern. Bei einem späteren Experiment an der Drexel Universität mit Dr. William Eidson und Karen Gestla (feinem Medium, das jahrelang mit Dr. Rhine an der Duke Universität zusammengearbeitet hatte) gelang es uns, einen Laserstrahl von zwei Milliwatt mit Auraenergie entweder abzuschwächen oder abzulenken. All diese Experimente lieferten zwar Anhaltspunkte für die Existenz der Energiefelder, waren aber kein schlüssiger Beweis. Über die Ergebnisse wurde zwar groß im Fernsehen berichtet, aber dennoch konnten die Forschungen mangels finanzieller Unterstützung nicht fortgeführt werden.

In Japan ist es Hiroshi Motoyama gelungen, an Menschen, die viele Jahre lang Yoga praktiziert haben, niedrige Lichtenergie zu messen. Er machte seine Untersuchungen in einer Dunkelkammer mit einer extrem lichtempfindlichen Kamera.

Dr. Zheng Rongliang von der Lanzhou Universität in der Volksrepublik China maß die Chi-Energie des menschlichen Körpers

mit Hilfe eines hochempfindlichen biologischen Lichtdetektors, bestehend aus einer Blattader, die mit einem Photoquanten-Meßgerät für niedrige Lichtintensität verbunden war. Er untersuchte die Energiefeldemanation eines Qigong-Meisters (Qigong ist ein altes chinesisches Körperübungssystem) und eines Hellsichtigen. Das Meßsystem zeigte die Strahlung in Form einer Pulsfrequenz an, die an der Hand gemessen wurde. Es zeigte sich, daß sich die Pulsfrequenz des Qigong-Meisters stark von der des Hellsichtigen unterschied.

Am Atomkernforschungsinstitut der Academia Sinica in Shanghai wurde das Auftreten der Lebenskraftstrahlung von Qigong-Meistern in einer niedrigfrequenten Schallwelle gezeigt, die als niedrigfrequente modulierte Trägerwelle erscheint. In manchen Fällen konnte das Chi auch als Fluß von Mikroteilchen gemessen werden, die einen Durchmesser von sechzig Mikrometern und eine Geschwindigkeit von zwanzig bis fünfzig Zentimetern in der Sekunde aufwiesen.

Vor einigen Jahren gab eine Gruppe sowjetischer Wissenschaftler vom Bioinformationsinstitut von A. S. Popow bekannt, daß lebende Organismen Energieschwingungen im Frequenzbereich von dreihundert bis zweitausend Nanometern abstrahlen. Sie nannten diese Energie *Biofeld* oder *Bioplasma*. Menschen mit einem hohen Bioenergetransfer zeigten ein sehr viel breiteres und stärkeres Biofeld. Diese Ergebnisse wurden von der Akademie für Medizinische Wissenschaft in Moskau bestätigt; Forschungen in England, Holland, der Bundesrepublik Deutschland und Polen weisen in die gleiche Richtung.

Die aufregendste Untersuchung, die ich über die menschliche Aura kenne, wurde von Dr. Valorie Hunt und anderen an der Universität von Kalifornien, in Los Angeles durchgeführt. Untersucht wurden die Wirkungen von Rolfing auf Körper und Psyche; während der Rolfing-Sitzungen wurde die Frequenz von Körpersignalen im unteren Millivoltbereich aufgezeichnet. Zu diesem Zweck wurden Elektroden aus Silber/Silberchlorid an der Haut angebracht. Gleichzeitig mit der Aufzeichnung der elektronischen Signale beobachtete Rosalyn Bruyere vom Healing Light Center in Glendale/Kalifornien die Aura sowohl des Rolfing-

Therapeuten wie des Klienten. Ihre Kommentare wurden auf dem gleichen Tonband festgehalten wie die elektronischen Daten. Sie berichtete fortlaufend, wie sich die Chakras und die Aura in Farbe, Größe und Energiefluß veränderten.

Die Wissenschaftler analysierten dann mathematisch die aufgezeichneten Wellenmuster mit einer Fourier-Analyse und einer Frequenzanalyse des Sonogramms. Beides führte zu erstaunlichen Ergebnissen. Wellenformen und Frequenzen korrelierten signifikant mit den von Bruyere beobachteten Farbveränderungen. Mit anderen Worten, wenn Bruyere an irgendeiner Seite der Aura Blau wahrnahm, dann zeigten die elektronischen Messungen an der selben Stelle immer die charakteristische Wellenform und Frequenz von Blau. Dr. Hunt wiederholte dieses Experiment mit sieben anderen Personen, die Auren sehen können. Die Farben, die sie in der Aura sahen, korrelierten mit den entsprechenden Frequenzen- und Wellenmustern. Im Februar 1988 zeigten Zwischenergebnisse dieses Forschungsprojektes folgende Korrelationen zwischen Farbe und Frequenz (Hz = Hertz, oder Schwingung/Sekunde):

| | |
|---------|---------------------------------------------|
| Blau | 250-275 Hz plus 1200 Hz |
| Grün | 250-475 Hz |
| Gelb | 500-700 Hz |
| Orange | 950-1050 Hz |
| Rot | 1000-1200 Hz |
| Violett | 1000-2000 Hz plus 300-400 Hz; 600-800 Hz |
| Weiß | 1100-2000 Hz |

Diese Frequenzbänder treten - abgesehen von den Zusatzfrequenzen von Blau und Violett - in umgekehrter Reihenfolge wie die Farbsequenz des Regenbogens auf. Die gemessenen Frequenzen sind nicht nur charakteristisch für die gemessene Energie, sondern auch für das verwendete Instrumentarium.

Dr. Hunt sagt: »In all den Jahrhunderten, in denen Sensitive Auren gesehen und beschrieben haben, ist dies die erste objektive, elektronische Messung ihrer Frequenz, Amplitude und

Zeit, welche die subjektiven Beobachtungen der Farbstrahlung verifiziert.«

Die Tatsache, daß die Farbfrequenzen, die hier den subjektiven Wahrnehmungen zugeordnet wurden, nicht mit den Licht- oder Pigmentfrequenzen übereinstimmen, tut den Ergebnissen keinen Abbruch. Wenn wir uns klarmachen, daß das, was wir als Farben sehen, Frequenzen sind, die das Auge wahrnimmt und differenziert, und die wir dann mit einem Wort belegen, dann gibt es keinen Grund, warum Auge und Gehirn Farbe nur in hohen Frequenzen interpretieren sollten. Das entscheidende Kriterium für die Erfahrung von Farbe ist die visuelle Interpretation. Je mehr wir jedoch unsere Meßinstrumente verfeinern und unsere Datenverarbeitungstechniken verbessern, um so wahrscheinlicher ist es, daß wir auch Frequenzen in einem Bereich messen können, der weit über den jetzt üblichen von ein bis fünfhundert Hertz hinausgeht.

»Die Chakras«, fügt Dr. Hunt hinzu, »hatten häufig die Farben, die ihnen in der metaphysischen Literatur zugeschrieben werden, nämlich Kundalini (Muladhara): rot, Unterbauch (Svadhithana): orange, Milz (Manipura): gelb, Herz (Arahata): grün, Kehle (Visuddha): blau, drittes Auge (Ajna): violett und Scheitel (Sahasrara): weiß. Aktivität in einem bestimmten Chakra schien Aktivität in einem anderen auszulösen. Das Herzchakra war durchgängig am aktivsten. Die Testpersonen erlebten je nach dem Körperteil, der mit Rolfing behandelt wurde, die verschiedensten Gefühle, Bilder und Erinnerungen. Diese Ergebnisse erhärten die Ansicht, daß die Erinnerung an Erfahrungen im Körpergewebe gespeichert ist.«

Zum Beispiel können bei der Behandlung der Beine im Rolfing frühkindliche Erfahrungen der Sauberkeitserziehung wieder lebendig werden. Der Klient erinnert sich dann nicht nur an diese Erfahrungen, sondern durchlebt sie erneut. Oft verlangen Eltern von einem Kind, daß es auf den Topf geht, bevor im Körper des Kindes die Verbindung zwischen Gehirn und Muskulatur hergestellt ist, die es überhaupt erst befähigt, die Schließmuskeln zu beherrschen. Wenn das Kind dazu physiologisch noch nicht in der Lage ist, kompensiert es dies durch Anspannung der Schen-

kelmuskulatur. Das bedeutet eine starke Belastung und Anspannung des Körpers. Oft wird diese Anspannung zu einer lebenslangen Gewohnheit: sie kann jedoch durch Rolfing oder Bioenergetik gelöst werden. Mit der Auflösung der Muskelanspannung wird auch die Erinnerung freigesetzt. Ein anderes Beispiel für das Festhalten von Erinnerung in Form von Muskelanspannung ist der verspannte Schultergürtel, mit dem so viele von uns leben. In dieser Region setzen sich häufig verdrängte bzw. unterdrückte Ängste fest. Vielleicht stellen Sie sich einmal die Frage, wovor Sie sich fürchten: ob Sie meinen, etwas nicht leisten oder erreichen zu können, und was geschehen könnte, wenn es Ihnen nicht gelingt?

Schlußfolgerung

Wenn wir das menschliche Energiefeld definieren als alle Felder oder Emanationen des Körpers, dann sehen wir, daß viele Bestandteile des Energiefeldes im Laboratorium gemessen werden konnten. Dazu gehören die elektrostatischen, magnetischen, elektromagnetischen, akustischen, thermischen und visuellen Komponenten des menschlichen Energiefeldes. All diese Messungen sind im Einklang mit den normalen physiologischen Prozessen des Körpers, gehen aber auch über diese hinaus und eröffnen Zugang zum psychosomatischen Bereich.

Dr. Hunts Messungen zeigen spezifische Frequenzen für spezifische Farben der Aura. Diese Frequenzen können von höheren Frequenzen überlagert sein, die von dem verfügbaren Instrumentarium nicht erfaßt wurden.

Einige von den Untersuchungen, die oben beschrieben wurden, zeigen auch, daß das menschliche Energiefeld aus Elementarteilchen besteht, die sich wie Luft- oder Wasserströme verhalten. Diese Teilchen sind extrem klein, einigen Forschern zufolge sogar subatomar. Wenn sich aufgeladene Teilchen in Wolken gemeinsam bewegen, nennen die Physiker sie *Plasma*. Plasma zeigt gewisse Gesetzmäßigkeiten, welche die Physiker zu der Annahme bewegen, es handele sich um einen Zustand zwischen

Energie und Materie. Viele Eigenschaften des menschlichen Energiefeldes, die im Labor gemessen wurden, verweisen auf einen fünften Zustand der Materie, den manche Wissenschaftler *Bioplasma* nennen.

All diese Untersuchungen zeigen, daß das übliche Modell des Körpers als einer Einheit von Systemen (wie dem Verdauungssystem) unzureichend ist. Es bedarf eines zusätzlichen Modells, das von einem organisierenden Energiefeld ausgeht. Das Modell eines noch so komplizierten, elektromagnetischen Feldes erfüllt diesen Zweck nicht. Viele paranormale Phänomene, die mit dem Energiefeld Zusammenhängen, wie Präkognition oder Erinnerung an frühere Leben, können mit dem elektromagnetischen Feldmodell nicht erklärt werden.

Nach Dr. Valorie Hunt kann man den Körper »aufgrund seiner atomaren Zellstruktur unter dem Quantenkonzept der Energie betrachten«. Sie hält die holographische Sichtweise des menschlichen Energiefelds für adäquat. »Das Konzept des Hologramms, wie es in der Physik und Gehirnforschung entwickelt wird, scheint eine wahrhaft vereinheitlichende Sicht der Wirklichkeit zu liefern, die eine Neuinterpretation aller biologischen Erkenntnisse auf einer anderen Ebene notwendig macht.«

Marylin Ferguson erklärte im *Brain Mind Bulletin*: »Das holistische Modell ist als neues Paradigma beschrieben worden, eine integrale Theorie, mit der sich auch all die herrlichen wilden Seitenströme der Wissenschaft und des Geistes beschreiben lassen. Hier haben wir nun endlich eine Theorie, die Biologie und Physik in einem offenen System zur Einheit führt.«

Kapitel 6

Das universale Energiefeld

Als ich als Erwachsene wieder anfang, die Lebensenergiefelder zu sehen, war ich skeptisch und wußte nicht, was ich davon halten sollte. Ich war noch nicht auf die einschlägige Literatur gestoßen (siehe die zwei vorhergehenden Kapitel) und hatte noch nicht die Orientierung erhalten, die ich in Kapitel 3 wiedergegeben habe. Natürlich war ich als Naturwissenschaftlerin mit Energiefeldern vertraut, aber sie hatten einen unpersönlichen Charakter und wurden durch mathematische Formeln definiert. Gab es sie wirklich? Waren sie von Bedeutung? War es vielleicht nur Einbildung? War der Wunsch der Vater des Gedankens, oder erlebte ich tatsächlich eine andere Dimension der Wirklichkeit, in der Sinn und Ordnung zu finden waren, und die mir zum Verständnis meiner gegenwärtigen Lebensumstände, ja des Lebens überhaupt, verhelfen konnte?

Ich hatte von Wundern gelesen, aber sie waren alle in der fernen Vergangenheit an Menschen geschehen, die ich nicht kannte. Vieles schien der Phantasie und dem Hörensagen entsprungen zu sein. Die Physikerin in mir verlangte nach kontrollierter Beobachtung, um eindeutig festzustellen, ob diese Phänomene real waren oder nicht. Ich begann also, Daten zu sammeln, das heißt, meine persönlichen Erfahrungen aufzuzeichnen, um zu prüfen, ob sie so wie die physische Welt in ein logisches System paßten. Wie Einstein glaubte ich, daß »Gott mit dem Universum nicht würfelt«.

Die beobachteten Phänomene hatten große Ähnlichkeit mit der mir bekannten Welt, waren in Form und Farbe wohl geordnet und deutlich nach dem Prinzip von Ursache und Wirkung struk-

turiert. Aber es gab immer einen kleinen Rest, etwas Unbekanntes, Unerklärliches, Geheimnisvolles. Ich erkannte, wie langweilig das Leben wäre, wenn wir nicht immer wieder mit dem Unbekannt-Geheimnisvollen in Berührung kämen bei unserer Bewegung durch ... was? Zeit und Raum? - Das waren damals meine Gedanken. Jetzt sehe ich, daß wir uns durch unsere persönlichen Erfahrungen von »Wirklichkeit« hindurchbewegen - daß wir denken, fühlen, empfinden, sind, verschmelzen und allein stehen, nur um wiederum in den unendlichen Tanz der Transformation einzutauchen, in dem sich die Seele auf ihrem Weg zu Gott bildet und wächst.

Meine Wahrnehmungen stimmten mit dem überein, was in esoterischen Büchern über das Thema Aura und Energiefelder stand. Ich sah die Farben, Formen und Bewegungen, die dort beschrieben wurden. Zuerst machte ich eigene Beobachtungen und fand erst dann Entsprechungen in der Literatur, ganz so, als würde eine unsichtbare Hand darüber wachen, daß ich erst die Erfahrung hatte, bevor ich darüber las, um nicht eine fremde Vorstellung auf die Wirklichkeit zu projizieren. Ich glaube nun fest daran, daß ich geführt werde; es ist, als würde sich eine Melodie durch mein Leben ziehen, die mich im Prozeß des inneren Wachstums immer wieder zu neuen Erfahrungen und neuen Lektionen trägt.

Übung zur Wahrnehmung des universalen Lebensenergiefeldes

Der einfachste Weg zur Wahrnehmung des universalen Energiefeldes besteht darin, sich einfach an einem sonnigen Tag auf eine Wiese zu legen und in den blauen Himmel zu schauen. Nach einer Weile werden Sie die kleinen Orgonkügelchen sehen, die am Himmel verschnörkelte Muster bilden. Sie sehen aus wie winzige weiße Kügelchen, manchmal mit einem schwarzen Punkt in der Mitte, die ein oder zwei Sekunden aufscheinen, wieder verschwinden und dabei für einige Augenblicke eine zarte Spur hinterlassen. Wenn Sie weiter hinschauen und Ihr Gesichtsfeld

ausdehnen, dann werden Sie sehen, daß der ganze Raum rhythmisch pulsiert. An Sonnentagen sind diese winzigen Energiebällchen hell und bewegen sich schnell. Ist der Himmel bedeckt, so sind sie durchsichtiger, weniger zahlreich und bewegen sich langsamer. In schlechter Stadtluft vermindern sie sich noch mehr, sind dunkel und sehr langsam. Sie haben nur noch wenig Energie. Die größte Fülle von hell aufgeladenen Globuli beobachtete ich in den Schweizer Alpen an strahlenden Wintertagen, als alles von einer dicken Schneeschicht überzogen war. Offensichtlich läßt Sonnenlicht die Kügelchen auf.

Richten Sie jetzt Ihren Blick auf den Rand einer Baumkrone, die sich deutlich von dem blauen Himmel abhebt. Vielleicht sehen Sie einen grünen Schimmer um die Bäume und stellen fest, daß in dieser Lichthülle keine Energiebällchen zu sehen sind. Wenn Sie aber genauer hinschauen, dann werden Sie bemerken, daß die Kügelchen am Rand dieses grünen Schimmers herumtanzen, in die Aura des Baums hineinfließen und dort verschwinden. Anscheinend absorbiert die Aura des Baumes die Energiebällchen. Der grüne Schimmer tritt im Frühling und Sommer auf, wenn die Blätter treiben. Zuvor haben die meisten Bäume eine rötliche Aura ähnlich den Knospen an den Zweigen.

Wenn Sie eine Zimmerpflanze genau anschauen, sehen Sie ein ähnliches Phänomen. Stellen Sie die Pflanze unter eine helle Lampe vor einem dunklen Hintergrund. Vielleicht sehen Sie, wie blaugüne Linien an den Blättern in der Wachstumsrichtung hochschießen. Sie leuchten plötzlich auf und verblassen langsam wieder, um vielleicht auf der anderen Seite der Pflanze erneut aufzuschießen. Diese Linien reagieren auf Ihre Hand oder einen Kristall, den Sie in die Nähe der Pflanze bringen. Wenn Sie den Kristall von der Pflanze wegbewegen, dann werden Sie sehen, daß sich die Aura der Pflanze und die Aura des Kristalls in die Länge ziehen, um in Kontakt zu bleiben. (Siehe Abb. 6-1)

Ich versuchte einmal, den Phantomeffekt zu beobachten, von dem im Zusammenhang mit der Kirlianphotographie so viel die Rede ist. Photographiert man ein Blatt mit der Kirlianmethode, nachdem ein Stück abgeschnitten wurde, so ist dennoch das ganze Blatt sichtbar. Ich betrachtete die Aura eines Blattes - sie

war wasserblau. Nachdem ich ein Stück abgeschnitten hatte, wurde die Aura des ganzen Blattes rotbraun. Ich schreckte zurück und entschuldigte mich bei der Pflanze. Als sich die Aura nach ein oder zwei Minuten wieder wasserblau gefärbt hatte, waren deutlich Spuren des fehlenden Teils zu sehen, aber nicht so deutlich wie auf Kirlianphotographien.



Abb. 6-1: Die Wirkung eines Lapislazuli auf die Aura einer Pflanze

Unbelebte Objekte haben auch eine Aura. Die meisten persönlichen Gegenstände werden mit der Energie ihres Besitzers durchtränkt und strahlen diese Energie aus. Edelsteine und Kristalle haben eine interessante Aura mit vielen Schichten und komplizierten Mustern und können zum Heilen verwendet werden. Der Amethyst zum Beispiel hat eine goldene Aura und sendet goldene Strahlen von seinen Eckpunkten aus.

Eigenschaften des universalen Energiefeldes

Wie ich in Kapitel 5 dargestellt habe, hat man zu allen Zeiten vom universalen Energiefeld gewußt und hat es beobachtet. Die Zeugnisse reichen so weit zurück wie die Geschichte selbst. Jede Kultur hatte einen anderen Namen für das Phänomen des Energiefeldes und betrachtete es aus ihrem spezifischen Blickwinkel. Dabei entdeckte jede Kultur ähnliche Grundeigenschaften. Mit der Entfaltung der wissenschaftlichen Methode hat auch die westliche Kultur damit begonnen, das universale Energiefeld genau zu untersuchen.

Mit zunehmender Verfeinerung unserer Meßinstrumente können wir auch feinere Eigenschaften des universalen Energiefeldes messen. Diese Untersuchungen legen den Schluß nahe, daß das universale Energiefeld aus einer Energie besteht, die bislang von der westlichen Wissenschaft nicht erkannt worden ist, oder vielleicht aus einer Form von Materie, die feiner als die uns bisher vertraute Materie ist. Wenn wir Materie als kondensierte Energie definieren, dann bewegt sich das universale Energiefeld vielleicht in einem Zwischenbereich von Materie und Energie. Wie wir bereits wissen, sprechen einige Wissenschaftler von diesem Phänomen als *Bioplasma*.

Dr. John White und Dr. Stanley Krippner führen eine Reihe von Eigenschaften des universalen Energiefeldes auf: Es durchdringt den gesamten Raum, alle belebten und unbelebten Objekte, und verbindet alles miteinander; es fließt von einem Objekt zum anderen, und seine Dichte verhält sich umgekehrt zur Entfernung von seiner Quelle. Es gehorcht den Gesetzen harmonischer

Induktanz und Resonanz - was sich zum Beispiel in dem Phänomen äußert, daß beim Anschlagen einer Stimmgabel eine andere Stimmgabel in der Nähe in Schwingung versetzt wird und den gleichen Ton erzeugt.

Visuelle Beobachtungen zeigen ein durch eine Reihe von geometrischen Punkten, isolierten pulsierenden Lichtpunkten, Spiralen, Liniennetzen, Funken und Wolken hochgradig organisiertes Feld. Es pulsiert und kann auf einer höheren Ebene mit allen Sinnen wahrgenommen werden, durch Berührung, Geschmack, Geruch, Ton und Licht.

Dem universalen Energiefelde liegt grundsätzlich eine synergetische Organisation zugrunde, was bedeutet, daß die gleichzeitige Aktion unabhängiger Einheiten zusammen einen größeren Effekt hat als die Summe der einzelnen Aktionen. Dieses Feld stellt das Gegenteil von Entropie dar, ein Begriff, der die Erscheinung des langsamen Verfalls beschreibt, die wir in der physischen Realität allerorten beobachten, den Zusammenbruch von Form und Ordnung. Das universale Energiefeld wirkt organisierend und formbildend auf die Materie. Es scheint in mehr als drei Dimensionen zu existieren. Jeder Veränderung in der materiellen Welt geht eine Veränderung im Energiefeld voraus. Das universale Energiefeld ist immer an eine Bewußtseinsstufe gekoppelt, sei sie hochentwickelt oder primitiv. Das hochentwickelte Bewußtsein geht mit »hohen Schwingungen« und hoher Energie einher.

Wir sehen also, daß sich das universale Energiefeld gar nicht so sehr von dem unterscheidet, was wir sonst über die Natur wissen. Um alle seine Eigenschaften verstehen zu können, veranlaßt es uns jedoch, unseren geistigen Raum auszudehnen. Auf manchen Ebenen ist es ein »normales« Ding wie Salz oder Stein; es hat Eigenschaften, die wir mit den üblichen wissenschaftlichen Methoden definieren können. Wenn wir jedoch tiefer in sein Wesen eindringen, ist es mit den normalen wissenschaftlichen Erklärungen nicht mehr zu fassen. Es verflüchtigt sich. Wir meinen, wir hätten ihm seinen Platz neben der Elektrizität und den anderen nicht so ungewöhnlichen Phänomenen zugewiesen, aber dann entschlüpft es uns wieder und läßt uns fragen: »Was ist

es wirklich? Und außerdem, wissen wir denn überhaupt, was Elektrizität ist?»

Das universale Energiefeld existiert in mehr als drei Dimensionen. Was heißt das? Es ist synergetisch und formbildend. Das ist ein Widerspruch zum zweiten Gesetz der Thermodynamik, daß nämlich die Entropie immer mehr zunimmt, die Unordnung im Universum also immer größer wird, und daß man nicht mehr Energie aus etwas herausholen kann als man hineingesteckt hat. (Das Perpetuum mobile ist noch nicht erfunden worden.) Dieses Gesetz scheint für das universale Energiefeld nicht zu gelten, denn dieses scheint ununterbrochen Energie zu erzeugen. Wie das Füllhorn bleibt es immer voll, gleichgültig wieviel man herausnimmt. Das sind aufregende Konzepte, die uns davor bewahren können, immer tiefer in den Pessimismus des Atomzeitalters zu versinken. Vielleicht werden wir eines Tages eine Maschine erfinden, welche Energie aus dem universalen Energiefeld verfügbar macht, so daß wir genügend Energie haben werden, ohne Schaden anzurichten.

Kapitel 7

Die Aura - das menschliche Energiefeld

Das menschliche Energiefeld ist die Manifestation der universalen Energie auf der menschlichen Ebene. Man kann es als Lichtkörper beschreiben, der den physischen Körper umgibt und durchdringt, und der eine spezifische Ausstrahlung besitzt. Dieses Energiefeld wird gewöhnlich »Aura« genannt. Die Aura ist der Teil des universalen Energiefeldes, der alle Objekte umgibt. Uns interessiert hier vor allem der menschliche Körper. Aufgrund von Beobachtungen haben Auraforscher theoretische Modelle entwickelt, welche die Aura in verschiedene Schichten aufteilen. Diese Schichten werden manchmal *Körper* genannt, die sich schichtweise überlagern und durchdringen. Aufsteigend von innen nach außen besteht jeder folgende Körper aus einer feineren Substanz und hat »höhere Schwingungen« als der Körper, den er überlagert und durchdringt.

Übung zur Wahrnehmung der menschlichen Aura

Dies ist die einfachste Methode, um ein Gespür für das menschliche Energiefeld zu entwickeln: Setzen Sie sich mit einer Gruppe von Menschen in einen Kreis und fassen Sie sich an den Händen. Lassen Sie die Auraenergie im Kreis fließen. Lassen Sie sich eine Weile Zeit, um diesen pulsierenden Strom zu spüren. In welche Richtung fließt er? Wie empfindet es Ihr Nachbar? Haben Sie die gleiche Empfindung?

Ohne irgend etwas zu verändern oder zu bewegen, halten alle zugleich den Energiefluß an. Halten Sie ihn eine Weile und lassen ihn dann wieder fließen. Versuchen Sie es noch einmal. Spüren Sie den Unterschied? Was ist Ihnen angenehmer? Machen Sie nun das gleiche mit einem Partner. Setzen Sie sich einander gegenüber und legen Sie die Handflächen aneinander. Lassen Sie die Energie natürlich fließen. In welche Richtung bewegt sie sich? Senden Sie von Ihrer rechten Hand Energie aus, und lassen Sie sie durch die linke zurückströmen. Machen Sie es umgekehrt. Halten Sie den Energiefluß an. Versuchen Sie, die Energie gleichzeitig aus beiden Händen auszusenden. Saugen Sie die Energie gleichzeitig mit beiden Händen ein. Stoßen, Ziehen und Anhalten sind drei Grundformen, wie man beim Heilen auf das Energiefeld einwirkt. Üben Sie sich darin.

Nehmen Sie die Hände nach unten und arbeiten Sie allein weiter; halten Sie Ihre Handflächen einander in einem Abstand von fünf bis zwölf Zentimetern gegenüber; bewegen Sie Ihre Hände langsam hin und her, so daß sich der Abstand vergrößert und verkleinert. Lassen Sie zwischen Ihren Händen etwas entstehen, können Sie es spüren? Wie fühlt es sich an? Bewegen Sie die Hände jetzt weiter auseinander, etwa zwanzig bis fünfundzwanzig Zentimeter. Dann führen Sie sie langsam wieder zusammen, bis Sie einen leichten Druck auf den Händen fühlen und eine Spur mehr Kraft aufwenden müssen, um Ihre Hände anzunähern. Wenn Sie diesen Druck spüren, dann haben sich Ihre Energiekörper am Rand berührt, und zwar der ätherische Körper bei einem Abstand von zwei bis drei Zentimetern (die erste Schicht der Aura).

Bei einem Abstand von sieben bis zehn Zentimetern berührt sich der äußere Rand des emotionalen Körpers (die zweite Schicht der Aura). Bringen Sie Ihre Hände nun sehr vorsichtig näher zusammen, bis Sie den äußeren Rand des Emotionalkörpers bzw. Energiefeldes Ihrer rechten Hand spüren und mit der Haut Ihrer linken berühren. Bewegen Sie die rechte Hand noch zwei bis drei Zentimeter zur linken. Spüren Sie das Kribbeln auf Ihrem linken Handrücken? Es entsteht dadurch, daß das Energiefeld der rechten Hand in die linke Hand eindringt.

Nehmen Sie die Hände nun wieder auseinander bis zu einem Abstand von etwa achtzehn Zentimetern. Deuten Sie mit Ihrem rechten Zeigefinger auf die linke Handfläche (die Fingerspitze hat einen Abstand von ein bis zwei Zentimetern) und lassen Sie den Zeigefinger über der Handfläche kreisen. Was spüren Sie? Kribbelt es? Woher kommt das?

Bei gedämpftem Licht halten Sie Ihre Hände so, daß die Fingerspitzen zueinander weisen. Die Hände haben etwa einen halben Meter Abstand von Ihrem Gesicht. Der Hintergrund sollte eine nackte, weiße Wand sein. Entspannen Sie Ihre Augen, bis Ihr Blick weich ist, und schauen Sie auf den Raum zwischen den Fingerspitzen, der drei bis vier Zentimeter betragen sollte. Das Licht darf nicht hell sein. Die Augen sind entspannt. Was sehen Sie? Bewegen Sie die Fingerspitzen aufeinander zu und wieder zurück. Was verändert sich im Zwischenraum der Finger? Was sehen Sie im Umfeld der Hand? Bewegen Sie langsam eine Hand nach oben und eine nach unten, so daß sich andere Finger als zuvor gegenüberstehen. Was ist jetzt passiert? Ungefähr fünf- undneunzig Prozent aller Menschen, die diese Übung versuchen, sehen etwas. Jeder spürt etwas. Die Antworten auf die Fragen finden Sie am Ende des Kapitels.

Wenn Sie diese Übungen und die aus Kapitel 9 zur Wahrnehmung der Aura eine Weile gemacht haben, werden Sie vielleicht die ersten Schichten der Aura, so wie ich sie beschrieben habe, sehen können. Später, wenn Sie darin geübt sind, die unteren Schichten zu sehen, können Sie die Übungen für erhöhte Sinneswahrnehmung machen, wie sie in den Kapiteln 17, 18 und 19 beschrieben sind. Mit der zunehmenden Öffnung des Dritten Auges, werden Sie allmählich die höheren Schichten der Aura wahrnehmen können.

Nachdem Sie nun vielleicht die niedrigeren Schichten der Aura gespürt und gesehen haben, will ich sie jetzt beschreiben.

Die Anatomie der Aura

Es gibt aufgrund der unterschiedlichen subjektiven Wahrnehmungen viele verschiedene Systeme zur Beschreibung der Aura. Alle unterteilen die Aura in Schichten und definieren diese nach Ort, Farbe, Helligkeit, Form, Dichte, Flüssigkeit und Funktion. Jedes System ist darauf abgestimmt, wie jemand mit der Aura arbeitet. Zwei Systeme kommen meinem am nächsten: das eine stammt von Jack Schwarz mit mehr als sieben Schichten, und wird in seinem Buch *Human Energy Systems* (Menschliche Energiesysteme) beschrieben, und das andere von Rosalyn Bruyere, die ihr System der sieben Schichten in dem Buch *Wheels of Light. A Study of the Chakras* (Lichträder - Eine Studie der Chakras) darstellt.

Die sieben Schichten der Aura

Ich nehme sieben Schichten der Aura wahr. Am Anfang konnte ich nur die niedrigeren Schichten sehen, die am dichtesten sind und am leichtesten wahrgenommen werden können. Im Laufe der Jahre konnte ich immer mehr Schichten sehen. Je höher die Schicht, um so mehr muß sich das Bewußtsein erweitern. Um die fünfte, sechste und siebte Schicht wahrnehmen zu können, mußte ich mich in einen meditativen Zustand bringen, meistens mit geschlossenen Augen. Nach vielen Jahren der Übung konnte ich sogar über die siebte Schicht hinaussehen, worauf ich am Ende des Kapitels kurz eingehen werde.

Meine Beobachtungen der Aura zeigten mir eine interessante, dualistische Struktur. Jede zweite Schicht ist stark strukturiert wie stehende Lichtwellen, während die Schichten dazwischen aus farbigen Flüssigkeiten zu bestehen scheinen, die unaufhörlich in Bewegung sind. Diese Flüssigkeiten bewegen sich zwischen den stehenden, schimmernden Lichtwellen hindurch und an ihnen entlang, sie werden von ihnen gelenkt. Die stehenden Lichtwellen sehen aus wie Schnüre winziger, schnell blinkender

Lichter, von denen jedes in einem anderen Rhythmus blinkt. Kleine Energieladungen scheinen sich an diesen Schnüren entlang zu bewegen.

Die erste, dritte, fünfte und siebte Schicht haben also eine feste Struktur, während die zweite, vierte und sechste aus einer Art Flüssigkeit ohne spezifische Struktur bestehen. Sie nehmen dadurch Form an, daß sie zwischen den strukturierten Schichten hindurchfließen und sich ihnen dabei etwas angleichen. Jede höhere Schicht durchdringt alle niedrigeren Schichten, auch den physischen Körper. Der emotionale Körper umschließt also den ätherischen und den physischen Körper. Im Grunde handelt es sich allerdings nicht um »Schichten«, auch wenn wir die einzelnen Körper so wahrnehmen. Vielmehr ist jeder Körper eine ausgedehnte Form unseres Selbst, die die begrenzteren Formen in sich trägt.

Vom wissenschaftlichen Standpunkt aus kann jede nachfolgende Schicht als eine höhere Schwingungsebene betrachtet werden, die denselben Raum wie die niedrigeren Schwingungsebenen einnimmt, aber darüber hinausreicht. Um die jeweils nächste Schicht wahrnehmen zu können, muß der Beobachter sein Bewußtsein auf die nächste Frequenzebene anheben. So zeigt sich uns ein Bild von sieben Körpern, die gleichzeitig denselben Raum einnehmen, wobei jeder folgende den vorhergehenden überstrahlt — eine Erscheinung, die wir im »normalen« Leben nicht kennen. Viele Leute sind der irrigen Ansicht, daß die Aura einer Zwiebel gleiche, bei der man die einzelnen Schichten abschälen könne. Das ist nicht der Fall.

Die strukturierten Schichten enthalten *alle* Formen des physischen Körpers, mitsamt den inneren Organen, Blutgefäßen etc. *und* zusätzliche Formen, die der physische Körper nicht hat. Es gibt einen vertikalen Energiefluß, der entlang dem Rückenmark im Feld auf und ab pulsiert. Er geht über die Grenzen des physischen Körpers am Steißbein und am Scheitel hinaus. Ich nenne das den senkrechten Hauptkraftstrom. Im Feld befinden sich trichterförmige Strudel, die man Chakras nennt. Ihre Spitze weist zum senkrechten Hauptkraftstrom, und der offene Trichter reicht bis zum Rang der jeweiligen Auraschicht.

Die sieben Schichten und die sieben Chakras der Aura

Jede Schicht hat ein anderes Aussehen und ihre eigene, besondere Funktion. Jede Schicht steht mit einem bestimmten Chakra in Verbindung, das heißt, die erste Schicht gehört zum ersten Chakra, die zweite zum zweiten usw. Das sind Vereinfachungen, die sich bei tieferem Eindringen in die Thematik als sehr viel komplizierter erweisen. An diesem Punkt will ich zunächst nur eine Übersicht geben. Die erste Schicht und das erste oder Wurzel-Chakra (Skr.: Muladhara-Chakra) sind dem physischen Funktionieren und der physischen Empfindung zugeordnet - dem Empfinden von Schmerz und Lust. Es ist die Ebene der automatischen und autonomen Körperfunktion. Die zweite Schicht und das zweite oder Sakral-Chakra (Skr.: Sradhithana-Chakra) werden allgemein dem emotionalen Aspekt des Menschen zugeordnet. Sie können als Vehikel unseres Gefühlslebens betrachtet werden. Die dritte Schicht und das dritte oder Nabel-Chakra (Skr.: Manipura-Chakra) gehören zum Intellekt, und zwar in der Form des linearen Denkens. Die vierte Schicht, zu der das vierte oder Herz-Chakra (Skr.: Anahata-Chakra) gehört, ist die Ebene, auf der wir lieben, und zwar nicht nur unsere Nächsten, sondern die gesamte Menschheit. In diesem Chakra findet die Umwandlung von Energie in Liebe statt. Zur fünften Ebene gehört der höhere Wille, der mit dem göttlichen Willen in Beziehung steht. Zum fünften oder Kehl-Chakra (Skr.: Visuddha-Chakra) gehört die Kraft des Wortes, das Schaffen durch das Wort, aber auch das Zuhören und die Übernahme von Verantwortung für unser Handeln. Die sechste Ebene und das sechste oder Stirn-Chakra (Skr.: Ajna-Chakra), oft auch »Drittes Auge« genannt, sind der Ort der himmlischen Liebe. Es ist eine Liebe, die den Bereich der menschlichen Liebe überschreitet und alles Leben umfaßt. Sie äußert sich als liebevolle Pflege für alles, was lebt. Sie erkennt alle Lebensformen als eine Manifestation Gottes. Die siebte Schicht und das siebte oder Kronen-Chakra (Skr.: Sahasrara-Chakra) sind die Ebene des höheren Bewußtseins, die

Ebene der Erkenntnis und Integration unserer spirituellen und körperlichen Verfassung als Mensch.

Es gibt also in unserem Energiesystem spezifische Orte für unsere Empfindungen, Gefühle, Gedanken, Erinnerungen und andere nichtphysische Erfahrungen, über die wir unseren Ärzten und Therapeuten berichten. Wenn wir den Zusammenhang zwischen unseren physischen Symptomen und diesen Zentren erkennen, werden wir das Wesen bestimmter Krankheiten besser verstehen. Ja, das Wesen von Gesundheit und Krankheit überhaupt! Das Studium der Aura kann dann eine Brücke zwischen der Schulmedizin und unserem geistig-seelischen Befinden sein.

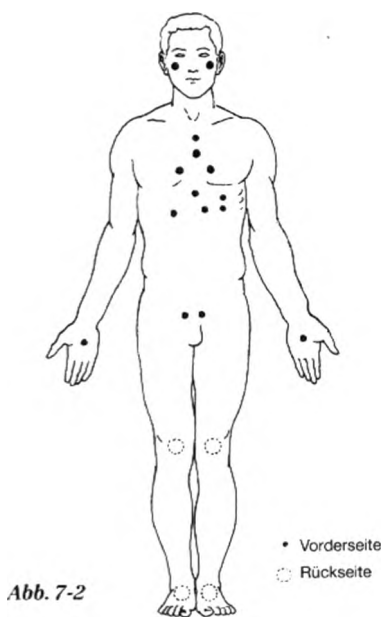
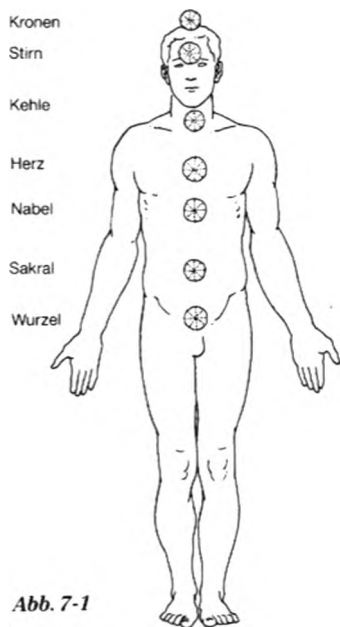
Die Lage der Chakras im Körper

Die Lage der sieben Hauptchakras im menschlichen Körper, wie sie in Abb. 7-1 gezeigt wird, korrespondiert mit den Hauptnervenknoten im jeweiligen Körperbereich.

Dr. David Tansely schreibt in seinem Buch *Radionics and the Subtle Bodies of Man* (Radionics und die feinstofflichen Körper des Menschen), daß die sieben Chakras dort entstehen, wo sich die stehenden Lichtlinien einundzwanzigmal kreuzen.

Die einundzwanzig Nebenchakras sind an den Punkten, wo sich die Energielinien vierzehnmal kreuzen (siehe Abb. 7-2), und zwar: Jeweils eines vor den Ohren, jeweils eines auf der oberen Hälfte der Brust, eins zwischen den Schlüsselbeinen, jeweils eines in den Handflächen, jeweils eins an den Fußsohlen, jeweils eines hinter den Augen (nicht abgebildet), jeweils eines an den Geschlechtsdrüsen, eines an der Leber, eines am Magen, zwei an der Milz, jeweils eines in den Kniekehlen, eins an der Thymusdrüse und eins am Solarplexus. Diese Chakras haben ungefähr einen Durchmesser von nur sieben Zentimetern, drei Zentimeter vom Körper entfernt. Die zwei Nebenchakras an den Handflächen sind für das Heilen sehr wichtig. Dort, wo sich die Energielinien siebenmal kreuzen, gibt es sogar noch kleinere Wirbel. Tansely meint, daß diese kleinen Wirbel mit den Akupunkturpunkten der chinesischen Medizin übereinstimmen könnten.

Jedes Hauptchakra an der Vorderseite hat ein Gegenstück auf der Rückseite des Körpers. Gemeinsam stellen sie den vorderen und rückwärtigen Aspekt des Chakras dar. Der vordere Aspekt hat allgemein mit dem Gefühl des Menschen zu tun, der hintere mit dem Willen, und die drei Kopfbzentren mit den mentalen



Die sieben Hauptchakras

Die einundzwanzig Nebenchakras

Prozessen. (Siehe Abb. 7-3.) Das zweite Chakra hat also eine 2 A und 2 B Komponente, das dritte Chakra eine 3 A und 3 B Komponente und so weiter bis zum sechsten Chakra. Das Wurzel- und das Kronen-Chakra können, wenn man so will, als Paar betrachtet werden, denn es sind die nach außen geöffneten Enden des vertikalen Hauptkraftstroms, der die Wirbelsäule hinauf und hinunter läuft, und auf den alle Chakras ausgerichtet sind.

Die Spitze des Chakras, der Punkt, an dem es mit dem Hauptkraftstrom verbunden ist, nennt man die »Wurzel« oder das

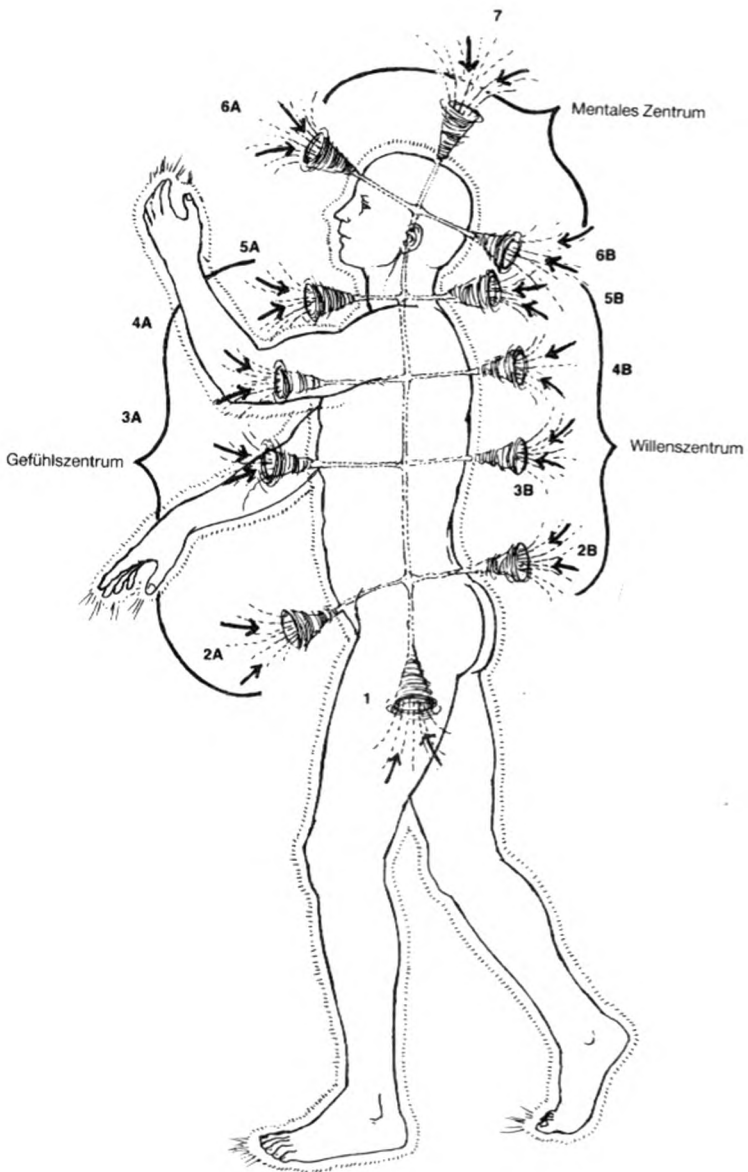


Abb. 7-3: Die sieben Hauptchakras an der Vorder- und Rückseite

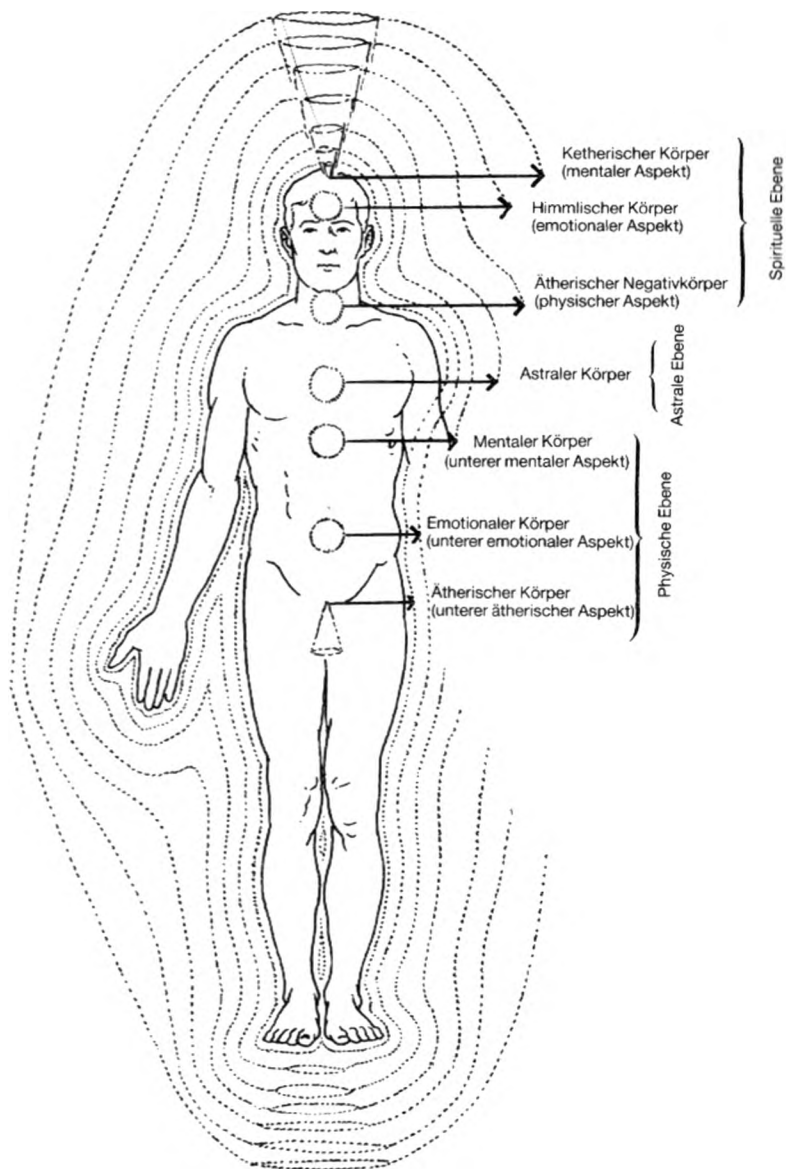


Abb. 7-4: Die sieben Auraschichten

»Herz« des Chakras. Sie fungieren als Schleusen, die den Energieaustausch zwischen den verschiedenen Schichten der Aura auf der Ebene des jeweiligen Chakras regulieren. Das heißt, jedes der sieben Chakras hat sieben, den Auraschichten entsprechende Ebenen. Auf jeder Ebene hat das Chakra ein anderes Aussehen, was bei der Beschreibung der verschiedenen Schichten im einzelnen dargelegt wird. Damit die Energie von einer Schicht zur anderen fließen kann, muß sie die Schleusen an der Wurzel der Chakras passieren. Abb. 7-4 zeigt das Aurafeld mit den sieben, sich überlagernden Schichten und Chakras.

In all diese Chakras strömt Energie aus dem universalen Energiefeld. Es scheint, als würde jeder Energiewirbel aus dem universalen Energiefeld Energie ansaugen. Sie scheinen sich wie Wasser- oder Luftstrudel zu verhalten, wie wir sie in der Natur als Wirbelsturm, Wind- oder Wasserhose kennen. Das offene Ende eines normalen Chakras auf der ersten Ebene der Aura hat, ca. drei Zentimeter vom Körper entfernt, einen Durchmesser von etwa fünfzehn Zentimetern.

Die Funktion der Chakras

Jeder Kraftwirbel steht in einem Energieaustausch mit dem universalen Energiefeld. Wenn wir von »Offenheit« im psychologischen Sinn sprechen, dann ist das buchstäblich wahr. Alle Haupt- und Nebenchakras und alle kleineren Kraftpunkte bis zu den Akupunkturpunkten sind Öffnungen, durch welche die Energie in die Aura hinein- und aus ihr hinausfließen kann. Wir sind wie Schwämme in einem Meer von Energie. Da die Energie immer mit einer Bewußtseinsform verbunden ist, erleben wir die Energie, die wir austauschen als Sehen, Hören, Fühlen, Spüren, als Intuition oder direkte Erkenntnis.

Wir sehen also, »Offenheit« bedeutet zweierlei: Zum einen einen hohen Energieumsatz zwischen den Chakras und dem universalen Energiefeld. Zum anderen, daß wir auch das mit der uns durchfließenden Energie verbundene Bewußtsein in uns aufnehmen und uns damit auseinandersetzen. Dies ist keine

leichte Aufgabe, und die meisten von uns sind nicht dazu fähig. Es wäre einfach zu viel »Input«. Indem man den Energiefluß durch ein Chakra erhöht, kann psychisches Material, das zu diesem Chakra gehört, ins Bewußtsein gehoben werden. Würde der Energiestrom durch ein Chakra plötzlich stark erhöht, dann würde so viel psychisches Material freigesetzt, daß wir es gar nicht verarbeiten könnten. Es ist deswegen ratsam - in welcher Art von Wachstumsprozeß wir uns auch befinden mögen die Chakras langsam zu öffnen, damit wir genug Zeit haben, uns mit unserer persönlichen Problematik auseinanderzusetzen und die neuen Informationen in unser Leben zu integrieren.

Je mehr Energie durch die Chakras fließt, um so gesünder sind wir. Krankheit wird durch ein Ungleichgewicht in der Energie oder durch eine Blockierung des Energieflusses erzeugt. Mit anderen Worten, ein Mangel an Energiefluß im menschlichen Energiesystem führt allmählich zu Krankheit. Er verzerrt unsere Wahrnehmungen, drückt unsere Gefühle nieder, und hindert uns daran, uns dem Lebensstrom in all seiner Fülle zu überlassen. Ohne Arbeit an unserer inneren Reifung und ohne Klarheit, sind wir psychisch nicht fähig, offen zu bleiben.

Jeder unserer fünf Sinne ist den Chakras zugeordnet. Der Tastsinn gehört zum Wurzel-Chakra: Hören, Riechen und Schmecken zum Kehl-Chakra: Sehen zum Stirn-Chakra, dem Dritten Auge. Dies wird im Kapitel über Wahrnehmung ausführlich erörtert.

Die Chakras des Aurakörpers haben drei Hauptfunktionen:

1. Vitalisierung jedes Aurakörpers und damit des physischen Körpers.
2. Entfaltung verschiedener Aspekte der Selbst-Bewußtheit. Jedes Chakra steht in Beziehung mit einer spezifischen psychischen Funktion. Kapitel 11 behandelt den psychischen Effekt der Öffnung der einzelnen Chakras auf der ätherischen, emotionalen und mentalen Ebene.
3. Energieübertragung zwischen den verschiedenen Ebenen der Aura. Jede Auraschicht hat ihre eigenen, sieben Chakras in derselben Anordnung wie im physischen Körper. Dies ist möglich, weil jede höhere Schicht eine höhere Schwingungsoktave

darstellt. Jedes Chakra besteht so imgrunde aus sieben Chakras auf jeweils höheren Frequenzebenen. Diese scheinen ineinander gesteckt zu sein wie ineinander gestellte Gläser; das Chakra der nächsthöheren Ebene erstreckt sich weiter ins Aurafeld hinaus; seine Öffnung liegt am Rand der jeweiligen Auraschicht und ist etwas breiter als beim vorhergehenden Chakra.

Die Energie fließt von einer Schicht zur nächsten, fließt durch Schleusen an den Spitzen der Chakras. Bei den meisten Menschen sind diese Schleusen verschlossen. Sie öffnen sich durch spirituelle Reinigung, so daß die Chakras dann Energieüberträger von einer Schicht zur anderen sein können. Alle Chakras auf der ätherischen Ebene sind direkt mit den Chakras des nächst feineren, emotionalen Körpers verbunden, der den ätherischen Körper umhüllt und durchdringt. Die Chakras des emotionalen Körpers sind mit denen des mentalen Körpers verbunden usw. durch alle sieben Schichten hindurch.

In der östlichen esoterischen Literatur schreibt man jedem Chakra eine bestimmte Anzahl von Blütenblättern zu. Bei näherer Untersuchung erweisen sich diese Blütenblätter als kleine, sehr schnell rotierende Wirbel. Jeder Wirbel wandelt eine bestimmte Energieschwingung um, die mit der Spin-Frequenz des Wirbels

Die Hauptchakras und die zugehörigen Körperzonen (Schema 7-5)

| Chakra | Anzahl der kleinen Wirbel/Farbe | Endokrine Drüse | Körperzone |
|----------|---------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------|
| 7-Kronen | 972 perlmutt-weiß | Zirbeldrüse | Großhirn, rechtes Auge |
| 6-Stirn | 96 violett | Hypophyse | Zwischenhirn, linkes Auge. Ohren. Nase, Nervensystem |
| 5-Kehle | 16 blau | Schilddrüse | Bronchien. Stimmblätter. Lunge. Speiseröhre |
| 4-Herz | 12 grün | Thymusdrüse | Herz, Blut. Vagus. Kreislauf |
| 3-Nabel | 10 gelb | Bauchspeicheldrüse | Magen, Leber. Gallenblase. Nervensystem |
| 2-Sakral | 6 rot-orange | Keimdrüsen | Fortpflanzungssystem |
| 1-Wurzel | 4 rot | Nebenniere | Wirbelsäule. Nieren |

in Resonanz steht. Das Sakral-Chakra hat zum Beispiel vier Wirbel und wandelt vier Energiefrequenzen um. Die Farben der Chakras hängen mit der Frequenz der Energie zusammen, die in einem bestimmten Chakra umgewandelt wird.

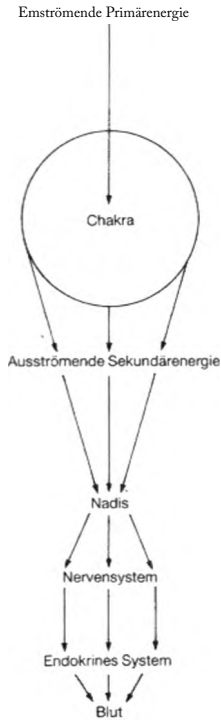


Abb. 7-6: Stoffwechselbahn der einströmenden Primärenergie

Da die Chakras die Aufgabe haben, den Körper mit Lebensenergie zu versorgen, stehen sie in direktem Zusammenhang mit jeder Art von Erkrankung. In Abb. 7-4 sind die sieben Hauptchakras entlang der Wirbelsäule aufgeführt, zusammen mit den Körperregionen, die sie regieren. Jedes Chakra gehört zu einer endokrinen Drüse und zu einem der Hauptnervenknoten. Die Chakras absorbieren die universale oder primäre Energie (Chi, Orgon, Rana etc.), zerlegen sie in ihre Komponenten und leiten

sie entlang der *Nadis* zum Nervensystem, den endokrinen Drüsen und dem Blut, um den Körper zu versorgen. (Siehe Schema 7-5.)

Die psychodynamische Funktion der Chakras, die später noch im einzelnen erörtert wird, bezieht sich hauptsächlich auf die ersten drei Körper der Aura, die mit den physischen, mentalen und emotionalen Interaktionen auf der irdischen Ebene zu tun haben. Wenn zum Beispiel das Herz-Chakra gut funktioniert, dann ist man sehr liebesfähig. Ist das erste Chakra ganz gesund, hat man in der Regel einen starken Lebenswillen und steht mit beiden Beinen auf der Erde. Man ist fest im Leben verwurzelt. Wenn das sechste und das dritte Chakra gut arbeiten, ist man in der Lage, klar zu denken. Funktionieren diese beiden Chakras schlecht, dann neigt man zu gedanklicher Verwirrung.

Der ätherische Körper (Erste Schicht)

Der ätherische Körper (von »Äther«, einem Zustand zwischen Energie und Materie) besteht aus feinen Energielinien, die sich wie ein glitzerndes Lichtnetz über den Körper ziehen, ähnlich den Linien auf einem Bildschirm. Er hat die gleiche Struktur wie der physische Körper mit allen anatomischen Teilen und Organen. Der ätherische Körper stellt ein Gerüst aus Kraftlinien dar oder eine Energiematrix, die der physischen Materie des Körpergewebes Form und Halt gibt. Der physische Körper kann nur durch dieses Kraftfeld existieren, das heißt, dieses Kraftfeld ist eine Voraussetzung, nicht eine Wirkung des physischen Körpers. Aus Beobachtungen des Pflanzenwachstums, die Dr. John Pierakos und ich durchgeführt haben, hat sich diese Aussage eindeutig ergeben. Mit Hilfe erhöhter Sinneswahrnehmung konnten wir sehen, daß die Pflanze zuerst die Matrix des Blattes als Energiefeld projiziert. Erst danach wächst das Blatt in diese schon bestehende Form hinein.

Die netzartige Struktur des ätherischen Körpers ist ständig in Bewegung. Blau-weiße Lichtpunkte bewegen sich auf den Energielinien, die den ganzen physischen Körper durchziehen. Der ätherische Körper reicht einen bis fünf Zentimeter über den

physischen Körper hinaus und pulsiert fünfzehn- bis zwanzigmal pro Minute.

Die Farbe des ätherischen Körpers geht von Hellblau bis Grau. Das Hellblau zeugt von größerer Feinheit als das Grau, und der ätherische Körper eines sensiblen Menschen mit einem empfindlichen Körper wird mehr ins Blaue gehen, der eines sportlichen, robusten Typs eher ins Graue. Alle Chakras dieser ersten Schicht haben dieselbe Farbe wie die Schicht insgesamt, sie bewegen sich also auch zwischen Blau und Grau. Die Chakras sehen wie Wirbel aus, zu denen sich das Lichtnetz des ätherischen Körpers verdichtet. Man kann all die Organe des physischen Körpers in Gestalt dieses oszillierenden, bläulichen Lichts wahrnehmen. Wie bei der Pflanze, so bildet auch hier die ätherische Struktur die Matrix, in die hinein die Zellen wachsen. Wenn man den ätherischen Körper isolieren könnte, so würde man einen Mann oder eine Frau aus bläulichen, oszillierenden Lichtlinien sehen.

Vielleicht können Sie das Pulsieren des ätherischen Körpers selbst wahrnehmen, wenn Sie die Schulter eines Menschen vor einem weißen, schwarzen oder dunkelblauen, glatten Hintergrund betrachten. Die Energie pulsiert an der Schulter nach oben und fließt dann wie eine Welle den Arm hinunter. Wenn Sie genauer hinschauen, werden Sie zwischen der Schulter und dem blauen Lichtschimmer einen Abstand sehen. Der blaue Schimmer verblaßt nach außen. Aber Achtung: sobald Sie dieses Licht sehen, verschwindet es wieder, weil es sich so schnell bewegt. Wenn Sie sich vergewissern, um festzustellen, ob Sie sich nicht getäuscht haben, ist es schon den Arm hinunterpulsirt. Versuchen Sie es noch einmal; vielleicht erwischen Sie die nächste Pulsation.

Der emotionale Körper (Zweite Schicht)

Den nächstfeineren Körper der Aura nennt man den emotionalen Körper. Er hat mit dem Gefühlsleben zu tun. Der emotionale Körper folgt im großen und ganzen dem Umriß des physischen Körpers. Seine Struktur ist weit flüssiger als die des ätherischen

Körpers und sie ist kein Duplikat des physischen Körpers. Vielmehr scheint der zweite Körper aus farbigen, feinstofflichen Wolken zu bestehen, die ständig in Bewegung sind. Er erstreckt sich drei bis acht Zentimeter über den Körper hinaus.

Der emotionale Körper durchdringt die dichteren Körper, die er umhüllt. Die Farben reichen von hellstrahlenden Tönungen bis zu trübe schmutzigen, je nach Klarheit oder Verwirrtheit der Gefühle oder der Energie, die sie erzeugen. Klare Gefühle mit hoher Energie wie Liebe, Erregung, Freude oder Ärger zeigen sich in leuchtenden und klaren Farben; verwirrte Gefühle drücken sich in dunklen, schmutzigen Farben aus. Wenn sich solche Gefühle differenzieren, sei es durch Energiezufuhr, durch Interaktionen mit anderen Menschen oder durch körperorientierte Psychotherapie, dann differenzieren sich auch die vorher vermischten Farben und zeigen sich in ihrer ursprünglichen Reinheit. Kapitel 9 befaßt sich mit diesem Prozeß.

Der emotionale Körper weist alle Farben des Regenbogens auf. Jedes Chakra hat eine andere Farbe, entsprechend der Reihenfolge der Regenbogenfarben, und zwar:

- Chakra 1 = rot
- 2 = rot-orange
- 3 = gelb
- 4 = hell-grasgrün
- 5 = himmelblau
- 6 = indigo
- 7 = weiß

In Kapitel 9 wird über die Veränderungen des emotionalen Körpers während Therapiesitzungen berichtet. Manchmal werden farbige Energiebälle nach außen abgestoßen. Das tritt besonders dann auf, wenn in der Therapie starke Gefühle frei werden.

Der mentale Körper (Dritte Schicht)

Die dritte Schicht der Aura ist der mentale Körper. Dieser Körper erstreckt sich über den emotionalen Körper hinaus und besteht aus noch feineren Stoffen, die mit den gedanklichen Prozessen in

Beziehung stehen. Hr erscheint gewöhnlich als hellgelbes Licht, das vom Kopf und den Schultern ausströmt und den ganzen Körper umfließt. Dieses Licht wird im Zustand der Konzentration heller und dehnt sich weiter aus. Seine Reichweite beträgt acht bis zwanzig Zentimeter.

Der mentale Körper enthält die Struktur unserer Ideen. Er ist überwiegend gelb. In seinem Feld bilden sich Gedankenformen ab, die wie Blasen von unterschiedlicher Helligkeit und Form aussehen. Die Gedankenformen sind mit zusätzlichen Farben überlagert, die von der emotionalen Ebene stammen. Die Farbe zeigt an, welche Emotion jemand mit einer bestimmten Gedankenform verbindet. Je klarer und präziser eine Idee ist, um so klarer und wohlgestalteter ist auch die dazugehörige Gedankenform. Wir führen den Gedankenformen Energie zu, wenn wir uns auf den entsprechenden Gedanken konzentrieren. Fixe Ideen oder immer wiederkehrende Gedanken werden zu mächtig ausgebildeten Kräften, die auf unser Leben wirken.

Diesen Körper wahrzunehmen war für mich am schwersten. Vielleicht hat das auch damit zu tun, daß die Menschen gerade erst anfangen, ihren mentalen Körper zu entwickeln und von ihrem Intellekt einen klaren Gebrauch zu machen.

Jenseits der physischen Welt

In dem System, mit dem ich beim Heilen arbeite (Abb. 7-4), gehören die ersten drei Auraschichten und die durch sie fließende Energie zur physischen Welt. Die oberen drei mit der ihnen zugehörigen Energie gehören zur geistigen Welt. Die Astralebene oder die vierte, die dem Herz-Chakra zugeordnete Schicht, ist der Schmelztiegel, in dem alle Energie auf ihrem Weg von einer Welt in die andere verwandelt wird. Die spirituelle Energie muß durch das Feuer des Herzens in die niedrigeren, physischen Energien verwandelt werden, und die physischen Energien der unteren drei Aura-Schichten werden in diesem Feuer in spirituelle Energien transformiert. Wenn wir beim Heilen mit dem ganzen Spektrum der Aura arbeiten (siehe Kapi-

tel 22), nutzen wir die Energien aller Schichten und aller Chakras und leiten sie durch das Herz, das Zentrum der Liebe.

Wir haben uns bisher nur mit den drei unteren Schichten beschäftigt. Der größte Teil der körperorientierten Psychotherapie, die ich in den Vereinigten Staaten kennengelernt habe, arbeitet nur mit diesen unteren drei Schichten und dem Herz-Chakra. Bezieht man jedoch die oberen vier Schichten mit ein, verändert sich alles. Sobald sich die Wahrnehmung über die dritte Schicht hinaus öffnet, nimmt man Wesen wahr, die auf diesen Ebenen existieren, und die keinen physischen Körper haben. Aus meinen und den Beobachtungen anderer Hellseher weiß ich, daß es Ebenen der Wirklichkeit — oder »Frequenzbänder der Wirklichkeit« - gibt, die über die physische Welt hinausgehen. Die oberen vier Schichten des Aurafeldes entsprechen vier Ebenen der höheren Wirklichkeit. Wieder muß ich betonen, daß das hier dargelegte System nichts anderes als ein Versuch ist, die beobachteten Phänomene zu erklären. Ganz bestimmt wird es in der Zukunft bessere Systeme geben. Dieses hier hat sich für mich als nützlich erwiesen.

Wie Abb. 7-3 zeigt, ordne ich die oberen drei Chakras dem physischen, emotionalen und mentalen Aspekt des Menschen auf der geistigen Ebene zu. Normalerweise machen wir von diesen Teilen unseres Selbst nur sehr begrenzt Gebrauch. Es handelt sich um den höheren Willen, die höheren Gefühle der Liebe und die höhere Erkenntnis, also um ganzheitliches, augenblickliches Erfassen. Die vierte Ebene ist die Ebene der Liebe. Sie ist das Tor, durch das wir Zugang zu anderen Ebenen der Wirklichkeit finden.

Dies ist jedoch eine Vereinfachung. Jede oberhalb der dritten liegende Schicht stellt eine eigene Ebene der Wirklichkeit dar mit den ihr eigenen Wesen, Formen und Wahrnehmungsmöglichkeiten, die das, was wir normalerweise menschlich nennen, überschreiten. Jede stellt eine eigene Welt dar, in der wir leben und zu der wir durch unser Sein Zugang haben. Die meisten von uns erfahren diese Wirklichkeiten im Schlaf, ohne sich daran zu erinnern. Manche können ihr Bewußtsein durch Meditations-techniken so erweitern, daß sie Zugang zu diesen Ebenen finden.

Durch Meditation öffnen sich die Schleusen an den Wurzeln der Chakras, und die verschiedenen Ebenen öffnen sich dem Bewußtsein. Im folgenden werde ich mich auf die Beschreibung der Auraschichten in ihrer begrenzten Funktion beschränken. Später werde ich jedoch noch auf die höheren Ebenen oder »Frequenzen« der Wirklichkeit eingehen.

Die astrale Ebene (Vierte Schicht)

Der Astralkörper ist amorph und besteht aus farbigen Wolken, die noch schöner sind als die des emotionalen Körpers. Der Astralkörper hat zwar die gleichen Farbausprägungen, aber sie sind gewöhnlich mit dem rosa Licht der Liebe durchtränkt. Er erstreckt sich ungefähr fünfzehn bis dreißig Zentimeter nach außen. Die Farben der Chakras entsprechen den Regenbogenfarben des emotionalen Körpers, aber über jedem liegt der rosa Schimmer des Lichts der Liebe. Das Herz-Chakra eines liebenden Menschen ist auf der astralen Ebene ganz mit rosa Licht gefüllt. Wenn zwei Menschen sich lieben, spannt sich ein Bogen von rosafarbenem Licht von Herz zu Herz, und das pulsierende goldene Licht der Hypophyse bekommt einen rosa Schein. Gehen Menschen Beziehungen zueinander ein, dann bilden sich Bänder zwischen ihren Chakras. Diese Bänder können außer auf der astralen auch auf vielen anderen Ebenen des Aurafeldes bestehen. Je länger und je tiefer eine Beziehung ist, um so mehr solcher Bänder gibt es und um so stärker sind sie. Bei Trennungen zerreißen die Bänder, was manchmal sehr schmerzhaft ist. In der Phase des Überwindens einer Trennung lösen sich die Bänder auf den unteren Ebenen des Feldes und werden ins eigene Feld zurückgenommen. Auf der astralen Ebene kann man zwischen Menschen rege Interaktion beobachten; man sieht große Blasen unterschiedlicher Farbe quer durch den Raum strömen. Das kann mehr oder weniger angenehm sein. Sicher haben Sie schon einmal erlebt, daß es Ihnen unangenehm war, mit einer Person in einem Zimmer zu sein, obwohl diese Sie gar nicht wahrzunehmen schien; auf der Energieebene findet aber

durchaus etwas statt. Ich habe beobachtet, wie Menschen, die sich in einer Gruppe gegenseitig gar nicht zu bemerken schienen, auf der Energieebene intensiv miteinander kommunizierten. Es ist nicht nur eine Sache der Körpersprache; es handelt sich tatsächlich um einen Energieaustausch, den man wahrnehmen kann. Wenn sich zum Beispiel ein Mann oder eine Frau auf einer Party vorstellt, mit jemandem ins Bett zu gehen, dann wird auf der Ebene des Energiefeldes getestet, ob die Felder vereinbar sind. In Kapitel 9 werden noch mehr Beispiele für das Phänomen der Aurainteraktion gegeben.

Der ätherische Negativkörper (Fünfte Schicht)

Ich nenne die fünfte Schicht der Aura deswegen den ätherischen Negativkörper, weil sie in einer Art Blaupause alle Formen der physischen Ebene enthält und ähnlich aussieht wie das Negativ eines Photos. Die fünfte Schicht ist sozusagen die Blaupause der ätherischen Schicht, die ihrerseits, wie schon gesagt, Blaupause für den physischen Körper ist. Die ätherische Ebene des Energiefeldes erhält ihre Struktur durch die ätherische Negativform. Sie ist die Blaupause, oder die vollkommene Form, in die sich der ätherische Körper hineinentwickelt. Sie erstreckt sich etwa einen halben Meter nach außen. Wenn in der ätherischen Schicht durch Krankheit Verzerrungen auftreten, ist es notwendig, auf der Ebene des ätherischen Negativkörpers zu arbeiten, damit sich die ätherische Schicht wieder in ihre ursprüngliche Form zurückbilden kann. Dies ist die Ebene, auf der der Klang schöpferische Kraft hat, auf der daher die Verwendung von Klang und Musik zum Zwecke des Heilens am wirksamsten ist. Darüber wird noch in Kapitel 23 zu sprechen sein. Ich sehe diese Formen als klare, durchsichtige Linien auf kobaltblauem Hintergrund, ganz ähnlich der Blaupause eines Architekten, nur mit dem Unterschied, daß diese Blaupause in einer anderen Dimension existiert. Es ist, als würde die Form aus dem Negativ geschaffen - der Hintergrund wird ausgefüllt, und der leere Raum ergibt Form.

Verdeutlichen wir uns dies, indem wir vergleichen, wie eine Kugel in der Euklidischen Geometrie und wie sie im ätherischen Raum entsteht. In der Euklidischen Geometrie wird zuerst ein Punkt definiert; zieht man von diesem Punkt aus in alle drei Dimensionen einen Radius, so entsteht eine Kugel. Im ätherischen Raum, den man negativen Raum nennen könnte, ist das anders. Eine unendliche Zahl von Ebenen aus allen Richtungen füllt den Raum so, daß in der Mitte ein kugelförmiger Raum frei bleibt. Der Raum, der von den Ebenen nicht gefüllt ist, definiert die Kugel. Auf diese Weise schafft die ätherische Negativform einen leeren oder negativen Raum, in dem die erste oder ätherische Schicht der Aura existieren kann. Um es noch einmal zu sagen: Die ätherische Negativform stellt die Blaupause des ätherischen Körpers dar, der seinerseits den Raster (strukturiertes Energiefeld) liefert, auf dem der physische Körper wachsen kann.

Wenn ich mich nur auf die Schwingungsfrequenz der fünften Ebene konzentriere, kann ich die fünfte Schicht in der Beobachtung isolieren. Sie erstreckt sich ungefähr sechzig bis fünfund-siebzig Zentimeter nach außen und sieht aus wie ein schmales Oval. Diese fünfte Schicht enthält die Struktur des gesamten Aurafeldes, dazu gehören die Chakras, die Organe und die Körperformen, alle in negativer Form. Diese Strukturen erscheinen als transparente Linien vor einem dunkelblauen Hintergrund, dem festen Raum. Wenn ich mich auf diese Ebene eingestellt habe, kann ich wie von selbst auch alle anderen Formen in meiner Umgebung aus dieser Perspektive wahrnehmen, was automatisch vor sich geht. Zuerst richte ich meine Aufmerksamkeit auf die fünfte Ebene im allgemeinen und erst dann auf die Person, deren Energiefeld ich betrachte.

Der himmlische Körper (Sechste Schicht)

Die sechste Schicht ist der emotionale Aspekt der Geistebene und wird himmlischer Körper genannt. Er erstreckt sich etwa sechzig bis achtzig Zentimeter nach außen. Dies ist die Ebene, auf der wir geistige Ekstase erleben. Durch Meditation und viele andere

Transformationsmethoden, die ich in diesem Buch beschreibe, können wir auf diese Ebene gelangen. Wenn wir durch unser Sein an den Punkt gekommen sind, an dem wir wissen, daß wir mit dem ganzen Universum verbunden sind, wenn wir in allem, was existiert, Licht und Liebe sehen, wenn wir in dieses Licht eintauchen und fühlen, daß wir ein Kind des Lichtes sind und das Licht ein Kind von uns, wenn wir uns eins mit Gott fühlen, dann haben wir unser Bewußtsein auf die sechste Ebene der Aura gehoben.

Bedingungslose Liebe kann nur fließen, wenn das offene Herz-Chakra mit dem offenen Stirn-Chakra in Verbindung steht. Wir können dann unsere Liebe zur Menschheit, diesen Grundimpuls zu all unseren Mitmenschen, mit der Ekstase der spirituellen Liebe verbinden, die, über die physische Wirklichkeit hinaus, alle Bereiche der Existenz umfaßt. Wir erleben so die bedingungslose Liebe. Den himmlischen Körper sehe ich in wunderschönen, schillernden Pastellfarben; es liegt ein golden-silberner Schein darüber, ähnlich wie Perlmutter. Die Form des himmlischen Körpers ist anders als die ätherische Negativform: sie ist nicht strukturiert und erscheint einfach als Lichtstrahlung, die vom Körper ausgeht, wie der Schein einer Kerze. In diesem Schein heben sich einzelne, hellere Strahlen ab.

Der ketherische Negativkörper oder kausale Körper (Siebte Schicht)

Die siebte Ebene ist der mentale Aspekt der Geistesebene und wird ketherischer Negativkörper genannt. Er erstreckt sich etwa fünfundsiebzig bis hundertfünf Zentimeter nach außen. Wenn wir unser Bewußtsein auf diese Ebene heben, wissen wir, daß wir eins mit dem Schöpfer sind. Der Umriss der siebten Schicht bildet die Eiform der ganzen Aura; in ihr sind alle Aurakörper enthalten, die sich in der gegenwärtigen Inkarnation eines Individuums manifestieren. Auch dieser Körper ist eine hoch strukturierte Matrix. Ich sehe feine Fäden aus golden-silbrigem Licht, die sehr stabil zu sein scheinen und die ganze Aura zusammenhalten.

Auch auf dieser Ebene zeichnet sich die Struktur des physischen Körpers und der Chakras ab.

Wenn ich mich auf diese Frequenzebene einstelle, sehe ich wunderbares goldenes Licht, das so schnell pulsiert, daß ich von »schimmern« spreche. Es scheint aus abertausend goldenen Fäden zu bestehen. Die Spitze der goldenen Eiform ist unten, das obere Ende erstreckt sich, je nach Person, etwa hundertfünfzehn Zentimeter nach außen. Der äußere Rand hat für mich tatsächlich den Charakter einer Eierschale von etwa einem Zentimeter Stärke. Diese äußere Schale ist sehr elastisch und widerstandsfähig und schützt das Feld eines Menschen ebenso wie die Eierschale das Küken. Alle Chakras und Körperformen erscheinen auf dieser Ebene in goldenem Licht. Es ist die stärkste, formbewahrende Ebene des Aurafeldes. Sie kann mit einer stehenden Lichtwelle von sehr komplexer Form verglichen werden, die mit einer sehr hohen Frequenz schwingt. Wenn man sie betrachtet, kann man fast einen Ton hören. Ich bin überzeugt, daß man den Ton wirklich hören kann, wenn man sich meditativ in ein solches Bild versenkt. Auf dieser Ebene tritt auch der Hauptkraftstrom in Erscheinung, der die Wirbelsäule hinauf und hinunter läuft und den ganzen Körper mit Energie versorgt. Der goldene Kraftstrom, der die Wirbelsäule auf und ab pulsiert, läßt Energie durch die Wurzeln der Chakras fließen und verbindet die Energien, die durch jedes Chakra aufgenommen werden. Vom Hauptkraftstrom fließen goldene Seitenarme senkrecht vom Körper außen; sie verzweigen sich wieder und umfließen das ganze Feld, so daß alle tieferen Schichten in dieser netzartigen Struktur aufgehoben sind. Dieses Netz ist mit der Kraft des goldenen Lichtes ausgestattet, dem göttlichen Geist, der das Feld zusammenhält und in seiner Integrität bewahrt.

Auf der ketherischen Ebene zeichnen sich auch die Spuren vergangener Leben ab. Sie zeigen sich als farbige Lichtbänder, die über die Eischale laufen. Das Band im Bereich von Kopf und Nacken ist meistens Ausdruck jener Inkarnation, die Sie in Ihren gegenwärtigen Lebensumständen bearbeiten. Jack Schwarz spricht über diese Bänder und die Bedeutung ihrer Farben. In dem Kapitel 24, über transtemporale Traumata, werde ich später

beschreiben, wie man mit diesen Bändern arbeiten kann. Die ketherische Ebene ist die letzte Schicht der Aura auf der geistigen Ebene. Sie enthält den Lebensplan und ist die letzte Ebene, die mit dieser Inkarnation in direktem Zusammenhang steht. Danach kommt die kosmische Ebene, die vom begrenzten Standpunkt nur einer Inkarnation nicht mehr zugänglich ist.

Die kosmische Ebene

Zum gegenwärtigen Zeitpunkt kann ich noch zwei Ebenen darüber wahrnehmen, die achte und die neunte. Sie gehören zum achten und neunten Chakra oberhalb des Kopfes. Sie scheinen aus sehr feinen und hohen Schwingungen zu bestehen. Auch sie scheinen dem allgemeinen Muster eines Wechsels zwischen Substanz (achte Ebene) und Form (neunte Ebene) zu folgen. Die achte Ebene erscheint eher flüssig und die neunte als kristalline Negativform aller niedrigeren Ebenen. In der Literatur habe ich keine Hinweise auf diese Ebenen gefunden, was nicht heißt, daß es sie nicht gibt. Ich selbst weiß sehr wenig über diese Ebenen. Mir wurde jedoch von meinen geistigen Führern offenbart, daß hier sehr wirkungsvolle Heilmethoden möglich sind. Ich werde darauf in Kapitel 22 eingehen.

Wahrnehmung der Aura

Wenn Ihnen Ihre Hellsichtigkeit allmählich zugänglich wird, werden Sie anfangs wahrscheinlich nur die unteren Ebenen der Aura wahrnehmen; vermutlich ohne sie unterscheiden zu können. Vielleicht sehen Sie nur Farben und Formen. Mit der Zeit werden Sie sich auf zunehmend höhere Frequenzen einstellen können, und Sie werden auch die höheren Körper sehen. Ihre Fähigkeit, die verschiedenen Schichten zu unterscheiden und sich willentlich auf eine Schicht zu konzentrieren, wird zunehmen.

Die meisten Abbildungen in den nächsten Kapiteln zeigen nur die unteren drei oder vier Körper der Aura. Die verschiedenen

Schichten werden darin nicht unterschieden. Sie scheinen mit einander vermischt und in den konkreten Interaktionen nicht mehr unterscheidbar zu sein. Meistens sind unsere Emotionen, unsere Gedanken und unsere Gefühle zu anderen Menschen auf der unteren Ebene so miteinander vermischt, daß wir sie schwer auseinanderhalten können. Verwirrung zeigt sich in der Aura. Oft beruht sie auf einer Vermischung des mentalen und des emotionalen Körpers.

In den folgenden Beschreibungen des therapeutischen Prozesses werden die verschiedenen Körper allgemein nicht unterschieden. Durch den therapeutischen oder jeden anderen Wachstumsprozeß treten die einzelnen Schichten jedoch deutlicher in ihrer Eigenart hervor. Der Klient kann immer besser zwischen Emotionen, Gedankenprozessen und den höheren Gefühlen bedingungsloser Liebe unterscheiden. Diese Unterscheidungsfähigkeit entsteht, indem der Klient die kausalen Beziehungen zwischen den verschiedenen Ebenen versteht, die in Kapitel 15 beschrieben sind. Das heißt, er erkennt auf welche Weise seine Glaubenshaltungen die Überzeugungen des mentalen Körpers beeinflussen und damit wiederum, über den emotionalen und ätherischen Körper, auf den physischen Körper einwirken. Diese Erkenntnis führt zu der Fähigkeit, die verschiedenen Schichten des Aurafeldes zu unterscheiden. In dem Maß, in dem der Klient selbst klarer wird und lernt, Körperempfindungen, Emotionen und Gedanken auseinanderzuhalten und entsprechend zu handeln, in dem Maß treten auch die einzelnen Schichten des Aurafeldes deutlicher in ihrer Eigenart hervor.

Wenn wir uns später mit dem Heilen beschäftigen, wird es sehr wichtig, die einzelnen Schichten der Aura zu unterscheiden.

Antworten zu den Wahrnehmungsübungen der Aura

Die Energie fließt fast immer von links nach rechts im Kreis herum. Es ist sehr unangenehm, wenn man sie anhält, und meistens unmöglich, den Energiefluß ganz zu stoppen. Das

»Etwas«, das zwischen Ihren Händen entsteht, spüren Sie als eine kitzlige Empfindung mit etwas Druck, ähnlich wie statische Elektrizität. Wenn sich die Ränder der Energiekörper berühren, spüren Sie Kribbeln und leichten Druck; das gleiche an der Haut, wenn der Rand eines Energiekörpers die Hand berührt. Beim Kreisen des Zeigefingers über der Handfläche spüren Sie die Kreisform als leichtes Kribbeln. Die meisten Menschen sehen einen Lichtsaum um die Finger, wenn sie versuchen, die Aura zu sehen. Dieser Lichtsaum hat Ähnlichkeit mit erhitzter Luft über einem Heizkörper. Manchmal erscheint er farbig, zum Beispiel in einer blauen Tönung. Wenn sich die Energiekörper der Finger berühren, bilden sie beim Auseinanderziehen elastische Fäden. Verschieben Sie die Fingerspitzen, so daß andere Finger einander gegenüberstehen, so wird das Energiefeld zuerst mitgehen und dann plötzlich zu der näheren Fingerspitze überspringen.

Teil III

**Die Dynamik der Psyche
und das menschliche
Energiefeld**

Einleitung

Die therapeutische Erfahrung

Erst als ich Therapeutin war, begann ich als Erwachsene, die Aura wieder bewußt wahrzunehmen. Als Therapeutin war es nicht nur erlaubt, sondern sogar meine Aufgabe, die Menschen genau zu beobachten. In meinen vielen Praxisstunden sah ich die Dynamik der verschiedensten Menschen. Das war ein echtes Privileg, denn die sozialen Normen lassen dies gewöhnlich nicht zu. Sie haben sicher schon erlebt, daß Sie, wenn Sie im Bus oder Cafe einen Fremden interessiert betrachten, bald einen Blick zugeworfen bekommen, der Sie zwingt wegzuschauen. Warum wußte die Person überhaupt, daß Sie sie angeschaut haben? Sie spürte es in ihrem Energiefeld. Und warum war es ihr unangenehm? Die meisten Menschen irritiert es, wenn sie gesehen werden. Wir wollen anderen keine Einsicht in die Dynamik unserer Persönlichkeit gewähren. Wir schämen uns für das, was jemand anders sehen könnte. Wir haben alle Probleme, und alle versuchen wir, zumindest einen Teil davon zu verbergen. In diesem Abschnitt lege ich nun dar, wie sich unsere Erfahrungen, zu denen auch unsere Probleme gehören, in der Aura abzeichnen. Ich werde dies mit psychotherapeutischer Körperarbeit und den Charaktertypen in Beziehung setzen, so wie sie von der Bioenergetik definiert werden. Beginnen wir aber zunächst mit dem Ausgangspunkt der Psychotherapie, der Kindheitsentwicklung.

Es gibt die verschiedensten entwicklungspsychologischen Ansätze. Erik Erikson ist berühmt für seine Forschungen über den Zusammenhang zwischen Wachstumsstufen und Alter. Seine Begriffe wie orale Phase, Pubertät, Adoleszenz sind in unsere

Alltagssprache eingegangen. In keiner dieser Untersuchungen wird die Aura auch nur erwähnt, denn die meisten Forscher im Bereich der Psychologie wissen nichts davon. Beobachtet man jedoch die Aura, so erhält man genaue Informationen über die psychische Struktur und den Wachstumsprozeß einer Person. Was sich auf einer Wachstumsstufe in der Aura abzeichnet, das steht in direkter Beziehung zur psychischen Entwicklung auf dieser Stufe, ja diese kann sogar als natürliche Folge der Veränderungen im Aurafeld gesehen werden. Betrachten wir nun die normale Entwicklung unseres Energiefeldes von der Geburt bis zum Tod.

Kapitel 8

Die menschliche Entwicklung im Spiegel der Aura

Um die menschliche Erfahrung von der Geburt bis zum Tod und darüber hinaus darzustellen, werde ich mich sowohl psychologischer wie metaphysischer Ansätze bedienen. Wenn Sie die Metaphysik stört, dann nehmen Sie sie einfach als Metapher.

Inkarnation

Der Prozeß der Inkarnation dauert ein Leben lang. Es ist nicht ein Ereignis, das mit der Geburt beendet ist. Um es zu beschreiben, müssen wir von metaphysischen Begriffen Gebrauch machen. Inkarnation ist eine organische Seelenentwicklung, bei der fortwährend feinere Schwingungen oder Seelenaspekte von den feineren in die dichteren Körper der Aura einfließen, bis sie schließlich den physischen Körper erreichen. Das Individuum nutzt die Energien der verschiedenen Stufen für ihr lebenslanges Wachstum.

Jeder Lebensabschnitt korrespondiert mit neuen und höheren Schwingungen und der Aktivierung unterschiedlicher Chakras. Jede Stufe macht neue Energien zugänglich, führt zu einer Ausweitung des Bewußtseins und in einen neuen Bereich der Erfahrung des Lernens. So gesehen ist das Leben voll aufregender Entdeckungen und voller Herausforderungen für die Seele. Der Prozeß der Inkarnation wird vom höheren Selbst gelenkt. Der Lebensplan ist in der siebten Schicht der Aura gespeichert, dem

ketherischen oder kausalen Körper. Diese Matrix hat dynamischen Charakter, das heißt, sie ändert sich entsprechend den freien Willensentscheidungen, die ein Mensch in seinem Leben trifft. Mit zunehmendem Wachstum wird das Individuum fähig, immer höhere Schwingungen und höhere Energie durch seinen Aurakörper und die Chakras hindurchzulassen und sie dafür offen zu halten. Mit dem Fortschreiten auf dem Lebensweg weitet sich so der Bereich der Wirklichkeit immer mehr aus. Und wie sich jedes Individuum entfaltet, so auch die ganze Menschheit. In der Hegel ist jede nachfolgende Generation fähig, auf einer höheren Schwingungsebene zu leben als die vorhergehende, so daß die ganze Menschheit in einem evolutionären Prozeß begriffen ist, der sie auf immer höhere Schwingungsebenen und in immer umfassendere Wirklichkeiten führt. Dieses Prinzip der Höherentwicklung der Menschheit kommt in vielen grundlegenden Schriften der großen Religionen zum Ausdruck, so in der Kabbala, der Bhagavadgita, den Upanischaden und anderen.

Der Inkarnationsprozeß, welcher der Empfängnis vorausgeht, ist von Madame Blavatsky dargelegt worden, später von Alice Bailey und neuerdings von Phoebe Bendit und Eva Pierrakos. Nach Pierrakos berät die zur Inkarnation bereite Seele ihren Lebensplan mit ihren geistigen Führern. Die Seele befindet mit ihren Führern darüber, welche Aufgaben für ihr Wachstum zu erfüllen sind, mit welchem Karma sie sich auseinanderzusetzen hat und welche negativen Glaubenshaltungen durch Erfahrung zu verwandeln sind. Dies stellt die persönliche Aufgabe einer Person für ihr Leben dar. Geht es zum Beispiel um das Erlangen von Führungsqualitäten, dann wird sie in Situationen kommen, in denen gerade dies von ihr verlangt wird. Das kann unter ganz verschiedenen Umständen geschehen. Der eine wird vielleicht in eine Familie hineingeboren, in der eine lange Führungstradition besteht, sei es in der Wirtschaft oder in der Politik, während ein anderer vielleicht in eine Familie geboren wird, wo es nie Führer gab, ja Führer sogar als negative Autoritäten gesehen werden, gegen die es zu rebellieren gilt. Die Aufgabe der Person besteht nun darin, diese Thematik aufzugreifen und zum Ausgleich zu bringen. Nach Eva Pierrakos ist das Maß an Leitung, die eine

Seele von ihren Geistführern erhält, abhängig von ihrer Reife. Die Eltern werden so ausgewählt, daß sie das Umfeld schaffen, das für bestimmte Erfahrungen notwendig ist. Die Auswahl der Eltern determiniert die Energiemischung, aus der sich schließlich das physische Gefäß bildet, in das sich die Seele zur Erfüllung ihrer Aufgabe inkarniert. Diese Energien statten die Seele genau mit dem Instrumentarium aus, das sie für ihre Aufgabe braucht. Die Seele übernimmt zum einen eine persönliche Aufgabe, wie zum Beispiel den Erwerb von Führungsqualität; zum anderen entscheidet sie sich für eine Aufgabe in der Welt. Beides ist so aufeinander abgestimmt, daß die Erfüllung der persönlichen Aufgabe die Person dafür vorbereitet, ihre Weltaufgabe leisten zu können. Der persönliche Prozeß setzt in der Seele Energien frei, die sie dann für die Welt nutzen kann.

Bleiben wir bei dem obigen Beispiel, so muß die Person erst die Fähigkeit zur Führung erwerben, bevor sie in der Welt eine Führungsrolle übernehmen kann. Vielleicht fühlt sie sich von der langen Reihe ihrer Vorfahren, die brillante Führer waren, eingeschüchtert, oder im Gegenteil dazu inspiriert, ihre eigene Führungsrolle zu ergreifen. Jeder Fall ist anders, so wie jede Seele einzigartig ist, die auf die Erde gekommen ist, um zu lernen. Der Lebensplan enthält eine Vielzahl von möglichen Wirklichkeiten, die der Willensfreiheit ein breites Feld eröffnen. Das Gesetz von Ursache und Wirkung ist in diesen Lebensplan eingewoben; wir schaffen unsere eigene Wirklichkeit. Zu dieser Schöpfung tragen viele verschiedene Teile unseres Wesens bei. Es ist nicht immer leicht, die geschaffene Wirklichkeit als Ergebnis bestimmter Ursachen zu verstehen, obwohl doch ein großer Teil unserer Erfahrung so erklärt werden kann. Man schafft tatsächlich das, was man will. Und das, was man will, ist im Bewußtsein, im Unterbewußtsein, im Überbewußtsein und im kollektiven Bewußtsein gespeichert. All diese schöpferischen Kräfte fließen zusammen und schaffen auf unserem Weg durchs Leben Erfahrungen auf den verschiedensten Ebenen. Was Karma genannt wird, sind für mich lange Ketten von Ursache und Wirkung, die sich auch auf den verschiedenen Ebenen unseres Seins auswirken. So weben wir als einzelne und als Gruppen - und natürlich gibt es kleine

und große Gruppen - den bunten Teppich unserer Lebenserfahrung. Unter diesem Gesichtspunkt steht man staunend wie ein Kind vor dem Reichtum des Lebens.

Nach der Planungsphase verliert die Seele nach und nach das Bewußtsein von der geistigen Welt. Bei der Empfängnis entsteht zwischen der Seele und dem befruchteten Ei eine energetische Verbindung. Zu diesem Zeitpunkt bildet sich auch eine ätherische Gebärmutter, welche die einströmende Seele vor allen äußeren Einflüssen, außer denen der Mutter, schützt. Mit dem Wachstum des Körpers im Bauch der Mutter fühlt sich die Seele allmählich in die Materie hineingezogen und verbindet sich nach und nach mit dem Körper. Es kommt ein Punkt, an dem die Seele sich plötzlich dieser Verbindung bewußt wird - ein starker Blitz bewußter Energie fährt in den sich bildenden Körper hinein. Dies ist der Moment, in dem das Kind anfängt, sich im Mutterbauch zu bewegen. Die Seele verliert dann ihr Bewußtsein, um nach und nach im physischen Körper wieder zu erwachen.

Geburt

Der Zeitpunkt der Geburt ist von einzigartiger Bedeutung für die sich inkarnierende Seele, In diesem Augenblick verliert die Seele ihre ätherische Schutzhülle und ist zum ersten Mal den Einflüssen der Außenwelt ausgeliefert. Sie befindet sich im Energie Meer, das uns alle umgibt, und wird von ihm berührt. Auch die großen starken Felder der Himmelskörper wirken jetzt auf die Seele ein. Und natürlich wird nun auch das große Meer der universalen Energie zum erstenmal von diesem neuen Energiefeld beeinflußt und dadurch vergrößert und bereichert. Es ist, als erklänge in der großen Symphonie des Lebens ein neuer Ton.

Säuglingsalter

Nun beginnt der Prozeß des langsamen Erwachens in der physischen Welt. Zunächst schläft das Baby noch sehr viel. Die Seele hält sich noch in den höheren Energiekörpern auf. Sie überläßt den physischen und den ätherischen Körper ganz der Aufgabe

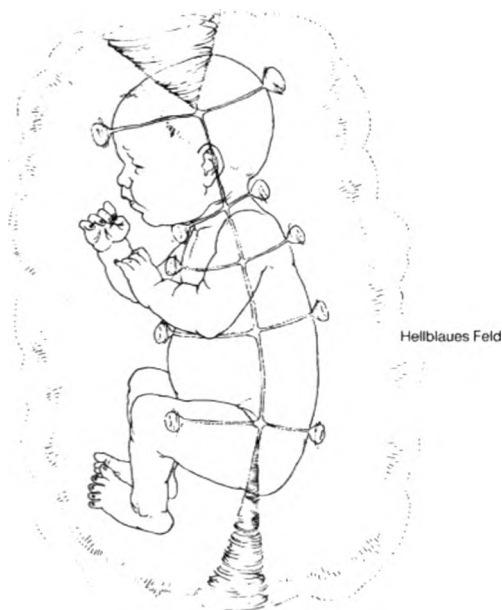


Abb. 8-1: Normale Aura eines Babys

des physischen Wachstums. In der Anfangsphase muß sich das Kind an die Begrenzungen der dreidimensionalen Welt mit den zu ihr gehörenden Empfindungen gewöhnen. Ich habe oft gesehen, daß Neugeborene dabei große Schwierigkeiten haben. Sie haben immer noch ein gewisses Bewußtsein der geistigen Welt bewahrt, und es fällt ihnen schwer, ihre geistigen Spielgefährten und geistigen Eltern loszulassen und ihre Zuneigung auf die neuen Eltern zu übertragen. Bei diesen Neugeborenen ist das

Kronen-Chakra weit offen (Abb. 8-1). Sie kämpften damit, sich in den engen Grenzen ihres kleinen Körpers zurechtzufinden. Wenn sie ihren physischen Körper verlassen, und ich sie in ihren höheren Körpern wahrnehme, dann erscheinen sie oft als Geistwesen von mehr als drei Meter Größe. Es fällt ihnen sehr schwer, das Wurzel-Chakra zu öffnen und sich mit der Erde zu verbinden.

Ein Beispiel dafür war ein Junge, der einen Monat nach dem erwarteten Termin geboren worden war. Nach einer sehr schnellen Geburt bekam er Fieber. Die Ärzte machten eine Liquorpunktion im Rückenmarkskanal, um festzustellen, ob es Enzephalitis sein könnte. Diese Punktion wurde am Sakral-Chakra vollzogen. Das Kind konnte sich nicht von zwei Spielgefährten in der geistigen Welt lösen, wie auch nicht von einer Frau, die ihrerseits ebenfalls nicht loslassen wollte. In diesem Kampf stellte es immer dann die Verbindung zur Erde her, wenn sein Führer amwesend war. Sobald das Kind den Kontakt zu seinem Führer verlor, tauchten die Spielgefährten und die Frau wieder auf, so daß es zwischen den zwei Welten hin- und hergerissen war. Die Anziehung der Frau aus der geistigen Welt war zu diesem Zeitpunkt größer als die Anziehung seiner physischen Mutter. In seinem Inkarnationskampf schoß Energie aus dem Sakral-Chakra und aus der rechten Seite heraus; auf diese Weise verhinderte es, daß die Energie ins Wurzel-Chakra hinabfloß und sich mit der Energie der Erde verband. Begünstigt wurde dieser Umstand auch durch die Punktion, die in der Aura ein Loch verursacht hatte. Sobald die Verbindung zu seinem Führer wieder da war, ließ der Kampf nach, er beruhigte sich, das Wurzel-Chakra öffnete sich, und der Prozeß der irdischen Verankerung konnte weitergehen.

Ich versuchte ihn dabei zu unterstützen. Zuerst war er dafür empfänglich, aber später weigerte er sich. Als ich versuchte, Energie in seine Aura zu schicken, begann er zu schreien. Er wußte, was ich vorhatte, und ließ mich nicht in seine Nähe kommen. Ich wollte das Loch am Sakral-Chakra auf der siebten Ebene seiner Aura wieder schließen und die Energie nach unten leiten. Er ließ es nicht zu. Ich näherte mich ihm sogar, wenn er schlief. Sobald ich an sein Bettchen trat, wachte er auf und schrie aus Leibeskräften. Es war offensichtlich ein harter Kampf, und er

wollte nicht, daß ihm irgend jemand dabei half. Das sekundäre physische Symptom dieses Kampfes waren Verdauungsschwierigkeiten, die durch die ständige Überanspruchung des Solarplexus mit Schreien und Weinen entstanden waren. Nachdem er sich schließlich entschieden hatte, auf der irdischen Ebene zu bleiben, konnte das Problem erfolgreich behandelt werden. Das Horoskop des Kindes zeigt ganz deutlich, daß es das Potential eines Führers hat.

Auf dem Weg der Seele in die irdische Existenz, der durch die Öffnung des Wurzel-Chakras zu einer Verankerung auf der physischen Ebene führt, verläßt die Seele den Körper noch häufig durch das Kronen-Chakra. Auf dieser Stufe hat das Wurzel-Chakra das Aussehen eines normalen und das Kronen-Chakra das eines weit geöffneten Trichters. Die anderen Chakras ähneln kleinen chinesischen Teetassen, die eine feine Verbindung zum Rückenmark haben (Abb. 8-1). Das Feld eines Babys ist im ganzen amorph mit wenig Struktur und einer blauen oder grauen Tönung.

Wenn das Baby seine Aufmerksamkeit auf einen Gegenstand seiner Umgebung richtet, strafft sich die Aura und wird heller, besonders um den Kopf herum. Läßt die Aufmerksamkeit nach, verblaßt auch die Aura; ein Teil der Erfahrung fügt der Aura ein wenig Farbe hinzu und erhöht ihre individuelle Ausprägung. So baut sich auch die Aura allmählich auf, ein Prozeß, der das ganze Leben lang weitergeht, denn alle Erfahrungen hinterlassen ihre Spuren in der Aura.

Nach der Geburt besteht zwischen Mutter und Kind eine sehr starke energetische Verbindung. Sie wird manchmal Keimplasma genannt. Bei der Geburt ist diese Verbindung am stärksten; sie wird ein Leben lang bestehen bleiben, auch wenn sie mit dem Wachstum des Kindes allmählich in den Hintergrund tritt. Diese psychische Nabelschnur ist die besondere Verbindung der Kinder mit ihren biologischen Eltern. Das erklärt, warum Kinder und Eltern manchmal spüren, wenn der andere in Not ist, auch wenn sie räumlich weit voneinander entfernt sind.

Das Feld eines Kindes ist für die Atmosphäre, in der es lebt, hochgradig empfänglich und sehr verletzlich. Es spürt genau,

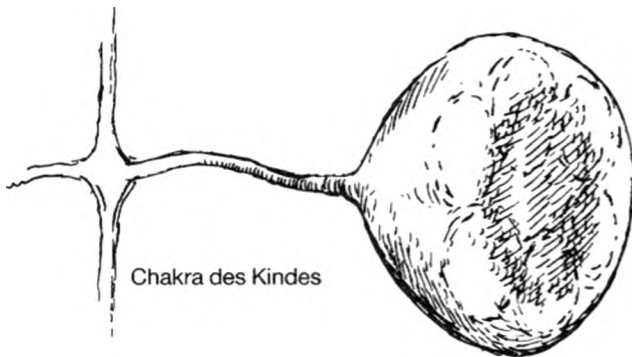
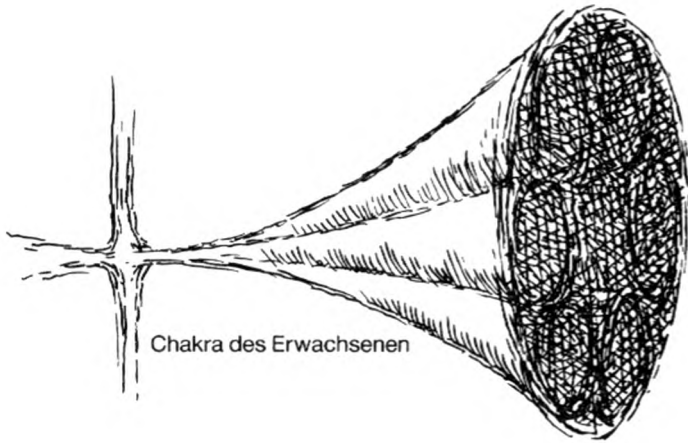


Abb. 8-2: Chakra des Erwachsenen und des Kindes

was zwischen seinen Eltern vorgeht, ob dies nun offen geschieht oder nicht. Es reagiert entsprechend seinem Temperament ständig auf seine energetische Umgebung. Das kann sich in Angstgefühlen, Phantasien, Wutanfällen oder Krankheit äußern. Die Chakras des Kindes sind alle offen und haben noch keinen

Schutzfilm gebildet, der die psychischen Einflüsse von außen filtert. So ist das Kind äußerst verletzlich und formbar. Obwohl die Chakras nicht so entfaltet sind wie bei einem Erwachsenen, und die Energie, die durch sie hindurchfließt, nur verschwommen erlebt wird, ist das Feld des Kindes doch für alle Einflüsse offen, und es muß sie irgendwie verarbeiten. (Siehe Abb. 8-2 zum Vergleich eines erwachsenen und eines kindlichen Chakras.)

Ungefähr im Alter von sieben Jahren bildet sich eine Schutzschicht über den Chakras, die viele Einflüsse aus dem universalen Energiefeld abschirmt. Das Kind ist dann nicht mehr so verletzlich wie vorher. Diese Stufe entspricht im Individualisierungsprozeß des Kindes dem Erwachen der bewußten Verstandestätigkeit.

Oft kann man beobachten, wie sich ein kleines Kind auf den Schoß von Mutter oder Vater flüchtet. Durch das Feld der Eltern wird das Kind vor äußeren Einflüssen geschützt. Wegen dieser Verletzlichkeit des Kindes, halte ich gar nichts davon, wenn man Kindern Zutritt zu Therapiegruppen von Erwachsenen gewährt. Der Erwachsene hat keine Ahnung, was dies für ein Kind bedeutet, es sei denn, er ist selbst in diesen Zustand der Verletzlichkeit regrediert. Ich habe erlebt, daß Eltern ihre Kinder ungewollt psychischen Schocks aussetzen, wenn sie sie in Therapiegruppen mitnehmen, weil sie meinen, das wäre progressiv, oder weil sie sich dem Gruppendruck fügen. Die Wut des Erwachsenen ist für das kindliche System genauso ein Schock wie physische Mißhandlung, und Trauer und Depression überschwemmen es wie Nebel.

Durch das Stillen wird das Kind nicht nur physisch ernährt, sondern es wird auch ätherische Energie auf das Kind übertragen. In jeder Brustwarze ist ein kleines Chakra, welches das Baby mit Energie versorgt. Die Chakras des Kindes sind ja noch nicht entwickelt und können deswegen noch nicht alle Energien aus dem universalen Energiefeld umsetzen, die für die Erhaltung des Lebens notwendig sind.

Die frühe Kindheit

Mit dem Wachstum des Kindes entfaltet sich das zweite Chakra, und sein emotionales Leben wird reicher. Das Kind malt sich Phantasiewelten aus, in denen es lebt, und beginnt sich dadurch als eigenständige Person neben der Mutter zu erfahren. Zu diesen Phantasiewelten gehören die persönlichen Gegenstände des Kindes. Es umspinnt sie mit ätherischen Fäden. Je wichtiger die Funktion eines Gegenstandes in der Phantasiewelt, um so stärker die Energiefäden, die daran geknüpft werden. Der Gegenstand wird ein Teil des Selbst des Kindes. Wenn er dem Kind entzogen wird, dann zerreißt dabei das Feld, und das Kind wird physisch und emotional darunter leiden.

Im Alter von etwa zwei Jahren betrachtet das Kind seine Eltern als persönliches Eigentum: »Meine Mama«, »mein Papa«, In der Aura treten die Farben Gelblichrot und Rosa mehr hervor. Das Kind lernt, mit anderen in Beziehung zu treten, es lernt die erste Form von Liebe. Das Kind kann sich jetzt vom Feld der Mutter trennen, mit dem es aber durch die ätherische Nabelschnur verbunden bleibt. So beginnt der Prozeß der Identitätsfindung. Das Kind schafft sich seine eigene Phantasiewelt und lebt darin. Es dreht sich aber immer wieder um, um sicher zu gehen, daß Mama nicht zu weit entfernt ist. Der Raum, den das Kind allmählich um sich schafft, besteht hauptsächlich aus Energie der ätherischen Ebene mit einer blauen Tönung, In diesem Raum spielt das Kind gerne allein und achtet darauf, daß ein Spielkamerad, der dort eingelassen wird, nicht zu viel Störung hineinbringt. Das Ich des Kindes ist noch nicht stark genug, um wirklich zwischen sich und anderen unterscheiden zu können. Es kämpft darum, seine Einzigartigkeit zu finden, fühlt sich aber immer noch mit allem verbunden. Die persönlichen Gegenstände und die Phantasiewelt tragen dazu bei, den eigenen Raum zu definieren. Wenn ein Fünf- oder Siebenjhriges von einem anderen Kind besucht wird, dann fühlt es sich zwischen dem Wunsch nach Kommunikation und dem Bedürfnis, den Raum des eigenen Selbst zu schützen, hin- und hergerissen. Es muß also Kontrolle über seine

persönlichen Gegenstände behalten, die ihm ja dabei helfen, seine Eigenständigkeit zu definieren. Der Kampf besteht darin, sich als »eigenständiges Individuum« zu erkennen und zu bewahren und doch mit einem anderen »Individuum« verbunden zu sein.

Mit etwa sieben Jahren fängt das Kind an, seinen eigenen Raum mit goldener Energie zu durchwirken. Der Raum wird offener, größer, ist weniger an die Mutter gebunden und kann sich für Fremde leichter öffnen. Das Selbst-Bewußtsein des Kindes ist gewachsen, und es kann jetzt wahrnehmen, daß es anderen Menschen ähnlich ist. Andere dürfen sich jetzt in seinem privaten Raum mehr zum Ausdruck bringen und alle möglichen Energieformen erzeugen. Das bringt Spaß und Lebendigkeit und beflügelt die Phantasie. Jetzt kommt die Phase der »Banden«. All dies wird deswegen möglich, weil die Chakras im Alter von etwa sieben Jahren eine Schutzmembran gebildet haben, welche die energetischen Einflüsse aus der Umgebung filtert. Das Kind fühlt sich sicherer, weil es dies in seinen verschiedenen Aurakörpern tatsächlich ist.

Übung zum Erspüren des Energieraumes

Auch Erwachsene prägen den Raum, der sie umgibt mit ihrer Energie. Ein solcher Energieraum ist wie ein Nest, in dem ein Mensch lebt und sich geborgen fühlt. Versuchen Sie einmal, die Energieräume zu spüren, die Menschen um sich schaffen. Sie können dabei sowohl über sich selbst eine Menge lernen, als auch über den, der diesen Raum erzeugt. Beginnen Sie einfach damit, sich in die Energieräume einzufühlen, in denen Sie sich regelmäßig aufhalten. Wenn Sie das nächste Mal einen Freund besuchen, fragen Sie sich: »Wie fühlt es sich hier an?« »Ist es mir angenehm?« »Will ich bleiben, oder lieber wieder Weggehen?«

Wenn Sie Kinder haben, gehen Sie in ihr Zimmer. Sie werden in jedem Raum einen Unterschied in der Energie spüren. Was erfahren Sie dabei über Ihr Kind? Welche Seite des Kindes drückt sich darin aus? Stimmen die Farben für Ihr Kind, oder haben Sie den Raum mit *Ihren* Farben geprägt? Denken Sie darüber nach.

Versuchen Sie das gleich mit verschiedenen Geschäften. Für mich ist es manchmal unmöglich, in einem Laden zu bleiben, weil ich die Energie nicht aushalten kann, die dort herrscht.

Machen Sie jetzt ein kleines Experiment mit Gegenständen. Setzen Sie sich mit ein paar Leuten zusammen (am besten solchen, die Sie nicht gut kennen); alle legen einen persönlichen Gegenstand in die Mitte, und Sie wählen den aus, der Sie anzieht. Halten Sie ihn in der Hand. Wie fühlt er sich an? Schwer, warm, angenehm, unangenehm, traurig, glücklich, sicher, gefährlich, gesund, krank? Kommen Ihnen irgendwelche Bilder? Lassen Sie sich Zeit, um in den Gegenstand hineinzuspüren. Danach besprechen Sie Ihre Wahrnehmungen mit dem Besitzer des Gegenstandes. Ich wette, daß einiges von dem, was Sie gespürt haben, richtig ist. Üben Sie sich darin, und Sie werden es das nächste Mal schon besser können.

Latenzphase

In der Latenzphase zwischen sieben Jahren und der Pubertät steht die Entwicklung des Intellekts und des dritten Chakras im Vordergrund. Die zum Intellekt gehörende Farbe Gelb tritt jetzt in der Aura mehr hervor. Obwohl das dritte Chakra die mentalen Energien freisetzt, und das Kind jetzt in der Schule ist, kommen diese Energien doch in erster Linie seinem Phantasieleben zugute. Tiefe teleologische Bedürfnisse werden wach, und Verbindungen zur längst vergangenen Entwicklungsgeschichte der Menschheit kommen ins Spiel. Das Kind wird zum Ritter, zum indianischen Häuptling, zur Prinzessin, zur Fee. Es handelt sich hier um tiefe, idealistische Antriebe, welche die Sehnsucht der Seele offenbaren und höchstwahrscheinlich etwas mit ihrer Lebensaufgabe zu tun haben. Im Spiel tauchen die Kinder in Archetypen ein, die ihre tiefe spirituelle Sehnsucht, ihre Ziele und ihr Streben zum Ausdruck bringen. Jetzt arbeiten die unteren drei Chakras - das physische, emotionale und mentale Zentrum der irdischen Ebene - zusammen, um die erste Phase der Seeleninkarnation zu vollziehen.

Adoleszenz

Die Herausforderung der Adoleszenz, wie aller anderen Stadien des Wachstums, besteht darin, inmitten des Chaos der körperlichen und emotionalen Veränderungen, der süßen Sehnsüchte und der schmerzhaften Zurückweisungen, das eigene Selbst zu finden und ihm treu zu bleiben. Mit dem Einsetzen der Pubertät treten große Veränderungen im ganzen Körper und im Energiefeld auf. In der Aura ist jetzt mehr Grün zu sehen. Der persönliche Energieraum nimmt jetzt die Schwingungen der Freunde auf. Mit der Öffnung des Herz-Chakras für neue Ebenen des Fühlens und mit dem Erwachen von Eros und Liebe in der Tiefe der Psyche füllt sich das Feld mit der wunderschönen Farbe Rosa. Die Hypophyse (das Dritte Auge) wird aktiviert, und der Körper reift zur Gestalt des Erwachsenen heran. Alle Chakras sind von diesen Veränderungen betroffen. Die neuen, höheren Schwingungen werden vom Individuum manchmal mit freudiger Erregung begrüßt oder aber auch als schlimme Störung abgelehnt, weil sie ein Sehnen und eine Verletzlichkeit mit sich bringen, die das Individuum vorher noch nicht erfahren hat. Das ganze Feld kann gestört sein und die Chakras können völlig aus dem Gleichgewicht geraten. Aber die Entwicklung kann auch fließend und in Harmonie vonstattengehen. Auf jeden Fall durchlebt das Individuum große Veränderungen seiner emotionalen Realität, und die Verwirrung kommt in seinen Handlungen zum Ausdruck; in einem Augenblick ist es ein Kind, im anderen ein Erwachsener.

Der heranwachsende Mensch durchlebt nun erneut die Wachstumsstufen, die er schon erfahren hat, aber mit einem Unterschied: Bei den ersten drei Stufen stand das eigene Selbst im Mittelpunkt des Universums. »Ich« war es, »meine« Mama, »mein« Papa, »meine« Freunde. Jetzt geht es um eine Ich-Du-Beziehung. Das Ich existiert nicht allein, und das Wohlergehen des Ichs hängt von der erfolgreichen Anpassung an das Nicht-Ich ab. Ein Grund dafür ist die Tatsache, daß das Individuum seine Liebesobjekte nun nicht mehr »besitzt«, so wie es das vorher mit seinen Eltern und seinen Spielsachen getan hat. Jetzt sieht es sich

genötigt, seine Handlungen so auszurichten, daß es der geliebten Person liebenswert erscheint; jedenfalls glaubt es das. Es entsteht eine psychische Spannung zwischen dem Selbstbild und dem Idealbild, zwischen dem, was die Person glaubt, daß sie sei, und dem, was sie glaubt, daß sie sein soll. Dies wiederum hängt davon ab, was sie glaubt, daß der andere möchte, wie sie sei. Natürlich befand sich das Kind auch schon mit den Eltern in einem solchen Anpassungsprozeß, aber er kommt jetzt mehr an die Oberfläche, weil die geliebte Person ja jederzeit einen anderen wählen kann und dies auch oft und sogar öffentlich tut.

Erwachsenenalter

Am Ende der Adoleszenz haben die Chakras und Energiemuster des Individuums eine gewisse Stabilität erlangt. Alle Chakras haben jetzt ihre erwachsene Form. Oft versuchen Menschen an diesem Punkt stehenzubleiben und alle weiteren Veränderungen abzuwehren. Manchen gelingt dies, und ihr Leben stagniert dann in den »sicheren« Mustern klar definierter und begrenzter Wirklichkeit. Die meisten Menschen werden jedoch von ihren Lebenserfahrungen hinreichend gebeutelt, um zu erkennen, daß die Wirklichkeit nicht so leicht begrenzt werden kann; eine lebenslange Suche nach Sinn führt sie von einer Herausforderung zur anderen in immer tiefere Erfahrungen der Erfüllung.

Im Erwachsenenalter dehnt sich das Ich-Du auf die eigene, neu geschaffene Familie aus, die ihr eigenes Energiemuster erzeugt. Mehr Energien fließen durch das Kehl-Chakra und erlauben einen größeren Umsatz von Geben und Nehmen. Im Laufe der Zeit kann sich das Ich-Du immer mehr erweitern. Das Herz kann sich so weit öffnen, daß darin nicht nur Liebe für den Ehepartner und die Kinder fließt, sondern für die ganze Menschheit. Die Farbe, die jetzt in der Aura sichtbar wird, ist ein wunderschönes Lila. Es weist auf die Integration von Ich, Du und Sie hin, von Selbst, anderem und Gruppe. Mit der Öffnung des Dritten Auges für höhere Schwingungen erkennt man die Einheit allen Lebens und fühlt die Kostbarkeit und Einzigartigkeit jeder Seele.

Reife

Wird der Mensch alt und nähert sich dem Tode, können die Energiekörper auf einer noch höheren Ebene schwingen. Das Haar wird leuchtend weiß, so wie das weiße Licht, das durch ihr Sein strömt und die Anziehung an die Welt des Geistes erhöht. Die Ich-Du-Beziehung erweitert sich zu einer tiefen persönlichen Beziehung zu Gott. Die irdische Energie der tieferen Chakras nimmt ab und wird nach und nach durch die höheren, feineren Energien ersetzt, die sehr viel geistiger sind als das Leben auf der körperlichen Ebene. Der Mensch bereitet sich darauf vor, nach Hause in die Welt des Geistes zurückzukehren. Wenn diese natürlichen Prozesse verstanden werden und sich in der Psyche entfalten dürfen, wird das Leben des Menschen mit Heiterkeit und Liebe erfüllt sein. Das lebenslange Wachstum trägt nun Früchte: Das Leben wird stimmig. Besonders das Nabel-Chakra wird nun harmonischer. Die Wahrnehmung vertieft sich, so daß das Leben - trotz abnehmender körperlicher Kraft - immer interessanter und reicher wird. Es ist bedauerlich, wie wenig unsere Kultur diese Quelle von Weisheit und Licht respektiert und nicht so von ihr Gebrauch macht, wie das andere Kulturen tun, zum Beispiel die Indianer, wo die Entscheidungsmacht bei den Großmüttern und Großvätern liegt.

Tod

Nach Phoebe Bendit verläßt ein Mensch beim Tod die irdische Ebene durch das Kronen-Chakra. Im Moment des Todes fährt ein leuchtender Lichtstrahl aus dem Scheitel heraus. Diese Erfahrung des Austritts aus dem Kronen-Chakra wird oft als ein Durchgang durch den Tunnel zwischen Leben und Tod beschrieben. Man steht vor einem langen Tunnel, an dessen Ende helles Licht leuchtet. Die »Tunnelerfahrung« ist das Aufsteigen der Seele durch den Hauptkraftstrom entlang der Wirbelsäule und das Eintreten in helles Licht am Kronen-Chakra.

Im Tod begegnen der Seele alte, schon verstorbene Freunde und ihre Geistführer. Die Seele sieht ihr ganzes Leben schnell an sich vorüberziehen und weiß mit aller Klarheit, was geschehen ist, welche Entscheidungen getroffen wurden, welche Lektionen gelernt wurden und welche in der nächsten Inkarnation zu lernen sind. Es folgt eine Zeit, in der die bestandenen Prüfungen gefeiert werden, ein Aufenthalt in der Geistwelt, bis die Seele zur nächsten Inkarnation bereit ist. Ich habe oft gesehen, daß Menschen, die nach einer langen Krankheit gestorben sind, nach dem Tod eine Weile in weißem Licht ausruhen. Es scheint, als würde für sie auf der anderen Seite in einer Art Sanatorium gesorgt.

Ich habe zwei Menschen beobachtet, die zwei Tage lang im Sterben lagen. In beiden Fällen starben sie an Krebs und waren schon lange krank gewesen. Die unteren drei Körper zerfielen und lösten sich vom physischen Körper in schillernden Wolken. Das spiegelte sich auf ihrer Haut in einer opalisierenden, weißen Tönung. Auch die unteren drei Chakras lösten sich auf, und lange Energiefäden traten aus dem Solarplexus aus. Die oberen vier Chakras waren weit offen; sie erschienen wie klaffende Löcher und waren nicht mehr von einer Schutzschicht bedeckt. Die beiden Menschen waren in dieser Übergangsphase meistens nicht in ihrem Körper. Anscheinend weilten sie mit ihren Geistführern in einer anderen Welt. Wenn die Sterbenden in ihren Körpern anwesend waren, befanden sich zahlreiche Geistwesen im Zimmer. In einem Fall sah ich Azrael als Torhüter. Als die Sterbende große Schmerzen durchleiden mußte, fragte ich Azrael, warum er ihr nicht helfe. Er sagte: »Ich habe noch keinen Befehl bekommen.« (Azrael ist der Todesengel und sieht stark und schön aus, keineswegs erschreckend, wie es manchmal heißt.)

Heyoan über den Tod

Mein Geistführer hat über den Todesprozeß gesprochen, und ich möchte ihn hier zitieren. Er sagt, daß der Tod etwas ganz anderes ist, als wir uns vorstellen, nämlich ein Übergang von einem

Bewußtseinszustand in einen anderen. Wir seien schon gestorben, weil wir vergessen haben, wer wir sind. Jene Teile, die wir vergessen haben, blenden wir aus unserer Wirklichkeit aus, und wir haben uns inkarniert, um sie zu erlösen. Obwohl wir den Tod fürchten, sind wir, wie er sagt, schon gestorben; im Inkarnationsprozeß reintegrieren wir uns mit unserem größeren Sein und finden dadurch mehr Leben, Er sagt, das einzige, was stirbt, ist der Tod. In unserem Leben blenden wir Erfahrungen aus, die wir vergessen wollen. Wir sind darin sehr erfolgreich. Schon in der Kindheit beginnen wir mit diesem Ausblenden und machen es das ganze Leben weiter. Diese ausgeblendeten Bewußtseinstteile zeigen sich in der Aura als Blockierungen, über die wir in dem Kapitel über Psychodynamik sprechen werden. Heyoan sagt, der wirkliche Tod trete schon im Leben in der Form der von uns errichteten inneren Wand ein:

»Wie du weißt, trennt dich nur eines von allem anderen, nämlich du selbst. Das wichtigste ist, daß der Tod schon eingetreten ist für all die Teile von dir selbst, die du ausgrenzt. Von unserem Standpunkt aus gesehen wäre das die klarste Definition für das, was der Mensch für den Tod hält. Er besteht in der Ausgrenzung und der Trennung. Tod heißt Vergessen; vergessen, wer du bist - das ist Tod. Du bist schon gestorben. Du hast dich nur deswegen inkarniert, um jene Teile von dir zum Leben zu erwecken, die schon, wie du sagst, tot sind, wenn wir dieses Wort überhaupt gebrauchen wollen. Diese Teile von dir sind schon tot.

Der Vorgang des Todes, den wir einen Übergang zu größerer Bewußtheit nennen, kann man als ein Geschehen im Energiefeld begreifen. Wir werden diesen Prozeß jetzt beschreiben, damit du ihn unter dem Aspekt der Aura verstehen kannst. Das Feld wird gewaschen, geklärt, und die Chakras werden geöffnet. Wenn du stirbst, gehst du in eine andere Dimension. Die drei unteren Chakras lösen sich auf. Die drei unteren Körper lösen sich auf. Beachte, daß wir von auflösen sprechen. Wer einen sterbenden Menschen begleitet hat, der hat die schimmernde Tönung seiner Haut im Gesicht und an den Händen gesehen. Die Haut hat einen Perlmutterglanz, und schöne, schimmernde Wolken strömen vom

Körper weg. Diese Wolken sind die unteren Energiekörper, die dazu gedient haben, den physischen Körper zusammenzuhalten, und die jetzt zerfallen. Die unteren Chakras öffnen sich, und Energie fließt aus ihnen heraus. Die oberen Chakras sind große Öffnungen zu einer anderen Dimension. Das sind die ersten Stufen des Todes, in denen sich das Energiefeld allmählich auflöst. Die unteren Teile des Energiefeldes trennen sich von den oberen Teilen. In den drei Stunden vor und nach dem Tod findet eine Waschung des Körpers statt, eine Taufe, eine spirituelle Wäsche des Körpers, in dem die Energie wie eine Fontäne durch den Hauptkraftkanal nach oben schießt. Eine Fontäne goldenen Lichts schießt durch den Körper und alle Blockierungen werden gelöst. Die Aura wird weiß-golden.

Was weiß der Sterbende von dieser Erfahrung? Das ganze Leben zieht blitzartig an ihm vorüber. Das ist alles. Alle vergessenen Erfahrungen werden wach, die ganze Lebensgeschichte fließt durch das Bewußtsein, und wenn sich die Seele vom Körper löst, dann löst sich auch das Bewußtsein. Die Wände lösen sich auf, deren Transformation die Aufgabe dieses Lebens war. Es ist eine gewaltige Integration.

Wenn sich die Wände des Vergessens in deinem Inneren auflösen, erinnerst du dich daran, wer du wirklich bist. Du verschmilzt mit deinem großen Selbst und spürst seine Leichtigkeit und seine Unermeßlichkeit. Der Tod ist, im Gegensatz zur gängigen Meinung, eine wunderbare Erfahrung. Viele von euch haben gehört, welche Erfahrungen Menschen gemacht haben, die klinisch tot waren, aber doch wieder ins Leben zurückgekehrt sind. Übereinstimmend sprechen sie von einem Tunnel, an dessen Ende glänzendes Licht strahlt. Sie sprechen davon, daß sie dort von einem wunderbaren Wesen erwartet wurden. Sie sehen ihr Leben an sich vorüberziehen und besprechen ihr Leben mit diesem Wesen. Die meisten berichten, daß sie sich selbst dafür entschieden haben, in die physische Welt zurückzukehren, um das, was sie zu lernen haben, zu vollenden, obwohl es an jenem anderen Ort unbeschreiblich schön war. Sie haben keine Angst mehr vor dem Tod, sondern freuen sich darauf, weil sie wissen, daß sie in lichtvolle Heiterkeit hinübergehen werden.

Es ist deine eigene Wand, die dich von dieser Wahrheit trennt: Was du Tod nennst, ist in Wirklichkeit ein Übergang ins Licht. Der Tod, von dem du glaubst, daß du ihn erfahren wirst, den erzeugst du schon jetzt durch deine eigene Wand. Jedesmal wenn du dich in irgendeiner Weise trennst, stirbst du einen kleinen Tod. Jedesmal wenn du die herrliche Lebenskraft, die in dir fließt, blockierst, erzeugst du einen kleinen Tod. Wenn du dich also an jene von dir abgetrennten Teile erinnerst und sie in dein Leben integrierst, liegt der Tod schon hinter dir. Du wirst wieder lebendig. Mit der Ausweitung deines Bewußtseins löst sich die Wand zwischen dir und der Welt, die Wand zwischen der geistigen und der physischen Wirklichkeit auf. Der Tod ist nichts anderes als die Auflösung der Wand der Illusion, wenn du bereit bist weiterzugehen. Das kleine irdische Selbst stirbt und das große Selbst lebt. Du bist immer noch das individuelle Selbst, das du warst; wenn du deinen Körper fallen läßt, bewahrst du die Essenz deines Selbst. Du kannst deine Essenz spüren, wenn du die Meditationen zur Integration von Zukunft und Vergangenheit ausführst. Dein physischer Körper stirbt, aber du betrittst eine andere Ebene der Wirklichkeit. Du bewahrst die Essenz deines Selbst, losgelöst vom Körper und befreit von den Grenzen der Inkarnation. Wenn du deinen Körper verläßt, erfährst du dich vielleicht als einen Punkt goldenen Lichtes, aber du wirst immer noch du selbst sein.«

Kapitel 9

Die psychologische Funktion der sieben Hauptchakras

Im Reifungsprozeß des Menschen repräsentiert jedes Chakra die für das Individuum typischen psychologischen Muster. Wir reagieren auf unangenehme Erfahrungen, indem wir unser Gefühl blockieren und den natürlichen Energiefluß drosseln. Das beeinträchtigt die Entfaltung und Reifung der Chakras und verhindert, daß sie ihre psychologische Funktion ausgewogen erfüllen. Wird zum Beispiel ein Kind oft zurückgewiesen, wenn es jemandem seine Liebe schenken will, wird es wahrscheinlich aufhören, das zu tun. Zu diesem Zweck wird es sein Liebesgefühl abwürgen, das sich vorher in bestimmten Handlungen ausgedrückt hat, und dazu muß es den Energiefluß durch das Herzchakra stoppen. Wird der Energiefluß durch ein Chakra behindert oder verlangsamt, so beeinträchtigt das seine Funktion. Im Laufe der Zeit führt das in der Regel zu einem körperlichen Problem.

Die gleiche Entwicklung gilt auch für alle anderen Chakras. Wenn jemand bei seinen Erfahrungen das Gefühl blockiert, blockiert er auch die Chakras, die sich dadurch allmählich verbilden. Sie werden mit stagnierender Energie verstopft, ihre Drehung wird unregelmäßig oder geht in die falsche Richtung (gegen den Uhrzeigersinn), ja sie können völlig entstellt werden und sogar zerreißen, was sich dann als Krankheit äußert.

Wenn die Chakras normal funktionieren, sind sie »offen«, drehen sich im Uhrzeigersinn und transformieren die spezifischen Energien, die der Organismus aus dem universalen Ener-

giefeld braucht. Mit der Drehung im Uhrzeigersinn nimmt das Chakra Energie aus dem universalen Energiefeld auf, analog zu der Rechthandregel des Elektromagnetismus, die besagt, daß eine Umpolung des magnetischen Feldes um einen Draht in diesem Draht einen Strom induziert. Wenn man den Draht mit den Fingern der rechten Hand greift und die Finger in Richtung des positiven magnetischen Pols zeigen, dann weist der Daumen automatisch in Richtung des induzierten Stromes. Die gleiche Regel gilt für die Chakras. Wenn Sie Ihre rechte Hand so über das Chakra halten, daß sich die Finger im Uhrzeigersinn über den äußeren Rand des Chakras biegen, dann weist Ihr Daumen zum Körper in Richtung des »Stromes«. In diesem Fall nennen wir das Chakra »offen« für einströmende Energien. Wenn Sie die Finger jedoch entgegen dem Uhrzeigersinn über das Chakra legen, dann weist der Daumen nach außen. Das Chakra dreht sich entgegen dem Uhrzeigersinn, der Energiefluß strömt vom Körper nach außen und der Stoffwechsel wird gestört. In diesem Fall fließen die Energien, die wir brauchen und die wir als psychische Wirklichkeit erfahren, nicht ins Chakra hinein. Wir sprechen dann von einem »geschlossenen« Chakra. das die Energien von außen nicht aufnehmen kann.

Bei den meisten Menschen, die ich beobachtet habe, drehen sich drei oder vier Chakras gleichzeitig entgegen dem Uhrzeigersinn. Im Laufe der Therapie öffnen sich diese Chakras mehr und mehr. Da die Chakras nicht nur Energie transformieren, sondern auch Sensoren für Energie sind, liefern sie uns Informationen über unsere Umgebung. Verschließen wir die Chakras, so können wir diese Informationen nicht aufnehmen. Wenn sich unsere Chakras also entgegen dem Uhrzeigersinn drehen, dann senden wir unsere Energie in die Welt hinaus, spüren, welche Art von Energie wir aussenden, und sagen, das sei die Welt. In der Psychologie nennt man das *Projektion*.

Das Bild der Wirklichkeit, das wir auf die Welt projizieren, ist ein Ergebnis unserer Kindheitserfahrungen; aus diesen Erfahrungen haben wir Schlüsse gezogen, wie die Welt sei; dieses Bild hat sich das Kind gemacht, das wir damals waren. Da jedes Chakra eine spezifische psychische Funktion hat, ist jedes Chakra

eine Sendestation für bestimmte allgemeine psychische Qualitäten, die aber ganz persönlich geprägt sind, weil die Lebenserfahrung jedes Menschen einzigartig ist. In den Chakras zeichnen sich sowohl die langfristigen wie die gegenwärtigen Lebensthemen eines Menschen ab.

John Pierrakos und ich haben die Fehlfunktion jedes einzelnen Chakras mit psychologischen Störungen in Beziehung gesetzt. Jede Störung in einem Chakra, die man mit Hilfe des Pendels feststellen kann, zeigt sich als Störung des psychischen Bereichs, mit dem das jeweilige Chakra in Beziehung steht. Wenn wir den Zustand der Chakras messen, können wir also den psychischen Zustand eines Klienten diagnostizieren. Um psychische Veränderungen zu bewirken, arbeite ich auch direkt mit den Chakras. Umgekehrt haben wir festgestellt, daß psychische Muster, die von Psychologen beschrieben werden, sich im menschlichen Energiefeld abzeichnen und zwar in einer Weise, die ihre Lage, Form und Farbe vorhersagbar macht.

Abb. 7-1 zeigt, wo die sieben Hauptchakras im Körper liegen, die zur psychologischen Diagnose verwendet werden. Sie unterteilen sich in Zentren des Intellekts, Zentren des Willens und Zentren des Gefühls. Psychisch gesund ist der, bei dem alle drei Arten von Chakras offen und im Ausgleich sind: Intellekt, Wille und Gefühl. Die drei Chakras im Kopf und in der Kehle steuern den Intellekt; die Chakras auf der Vorderseite des Körpers steuern die Gefühle; ihre Gegenstücke auf der Rückseite des Körpers steuern den Willen. Schema 9-1 führt die Hauptchakras mit ihrer psychologischen Funktion auf.

Betrachten wir nun die psychische Funktion jedes Chakras. (Siehe dazu auch Abb. 7-3.) **Das erste Chakra, das Wurzel-Zentrum (1)** steht in Beziehung zur Qualität der physischen Energie und des Willens, in der physischen Wirklichkeit zu leben. Es ist der Ort, an dem sich die Lebenskraft in der physischen Welt zuerst manifestiert. Wenn die Lebenskraft voll durch dieses Zentrum fließt, dann ist der Lebenswille stark. Strömt die Lebenskraft stark und ungehindert durch die unteren drei Chakras und hinunter in die Beine, so geht das mit einer klaren und direkten Bejahung der körperlichen Potenz einher. Das Steißbein funkzio-

Die Hauptchakras mit ihrer psychologischen Funktion (Schema 9-1)

| | |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zentren des Intellekts | |
| 7 Kronen-Zentrum | sind assoziiert mit: Integration der gesamten Persönlichkeit mit dem Loben und den spirituellen Aspekten der Menschheit |
| 6A Stirn-Zentrum | Fähigkeit zu Visualisieren und zu erkennen |
| 6B Mentales Ausführungs-Zentrum . | Fähigkeit, Ideen in die Tat umzusetzen |
| Zentren des Willens | |
| 5B Nacken-Zentrum | Selbstverwirklichung in Beruf und gesellschaftlicher Stellung |
| 4B Schulterblatt-Zentrum | Ich-Wille, der auf die äußere Welt gerichtet ist |
| 3B Zwerchfell-Zentrum | Heilen, Wille zur Gesundheit |
| 2B Sakral-Zentrum | (Quantität der Sexualenergie |
| 1 Wurzel-Zentrum..... | Quantität der Lebensenergie, Lebenswille |
| Zentren des Gefühls | |
| 5A Kehle-Zentrum..... | Rezeptivität |
| 4A Herz-Zentrum | Herzensliebe zu anderen Menschen, Offenheit gegenüber dem Leben |
| 3A Nabel-Zentrum..... | Lebensfreude, Weisheit, den eigenen Platz im Universum kennen |
| 2A Scham-Zentrum..... | Qualität der Liebe für das andere Geschlecht, lustvolles Geben und Nehmen auf der körperlichen, mentalen und spirituellen Ebene |

niert wie eine Energiepumpe auf der ätherischen Ebene und leitet den Energiefluß die Wirbelsäule hinauf.

Die Bejahung der körperlichen Potenz und des Lebenswillens gibt dem Individuum Präsenz und Vitalität. Ein solcher Mensch sagt: »Ich bin jetzt hier.« Er steht mit beiden Beinen auf dem Boden. Kraft und Vitalität strömen von ihm aus. Oft hat so jemand die Funktion eines Generators, indem er die Energiesysteme der ihn umgebenden Menschen wieder auflädt.

Wenn das Wurzel-Zentrum blockiert oder geschlossen ist, dann ist auch ein Großteil der physischen Vitalität blockiert, und

ein solcher Mensch hinterläßt keinen starken Eindruck in der physischen Welt. Er ist nicht »da«. Er geht körperlicher Aktivität aus dem Wege, hat ein niedriges Energieniveau und kränkelt vielleicht. Seine Körperkraft ist gering.

Das Wurzel-Zentrum (2A) bezieht sich auf die Qualität der Liebe zum anderen Geschlecht, zu der ein Mensch fähig ist. Wenn dieses Chakra offen ist, dann kann körperliche und sexuelle Lust geschenkt und empfangen werden. Die Person wird den Geschlechtsverkehr genießen und wahrscheinlich orgasmusfähig sein. Ein voller körperlicher Orgasmus ist jedoch nur möglich, wenn alle Zentren offen sind.

Das Sakral-Zentrum (2B) bezieht sich auf die Quantität der Sexualenergie einer Person. Ist dieses Zentrum offen, so spürt die Person ihre sexuelle Kraft. Ist es blockiert, so ist die sexuelle Kraft und Potenz schwach und Sex enttäuschend. Die Person wird kein starkes sexuelles Bedürfnis haben und Sex möglichst aus dem Wege gehen; sie wird die Lust nicht anerkennen und die Bedeutung der Sexualität herunterspielen, was alles zu einer Unterernährung dieses Zentrums führt. Da der Körper im Orgasmus in Lebensenergie gebadet wird, fehlt ihm diese Energiezufuhr und der Psyche die Ernährung durch die körperliche und seelische Vereinigung mit einem anderen Menschen.

Die Beziehung zwischen den Zentren 2A und 2B. Das Sakral- und das Scham-Zentrum sind ein Paar, und bilden zusammen das Sakral-Chakra. Dort, wo sich das vordere und das rückwärtige Zentrum berühren, im Herzen des Chakras in der Wirbelsäule, äußert sich die Lebenskraft in ihrer zweiten, äußerst machtvollen Funktion als Trieb zur sexuellen Vereinigung. Diese Kraft durchbricht die selbstaufgelegten Grenzen zwischen zwei Menschen und zieht sie zueinander hin.

Die Sexualität eines Menschen hängt also mit seiner Lebenskraft zusammen. (Das gilt natürlich für alle Zentren: ist ein Zentrum blockiert, so ist auch die Lebenskraft in diesem Bereich blockiert.) Da im Beckenraum die Quelle der Vitalität sitzt, führt jede Blockierung eines Zentrums in diesem Bereich zu einer Minderung der körperlichen und sexuellen Vitalität. Bei den meisten Menschen fließt die sexuelle Energie durch die beiden

Zentren, läßt sich dabei auf und entlädt sich im Orgasmus. Diese Energiebewegung revitalisiert den Körper und reinigt ihn in einem Energiebad. Es befreit ihn von Energieverstopfungen, Abfallprodukten und tiefsitzenden Spannungen. Der sexuelle Orgasmus ist für das körperliche Wohlbefinden wichtig.

Das beiderseitige Loslassen in der tiefen Vereinigung durch Geben und Nehmen im sexuellen Akt ist eine der Hauptmöglichkeiten des Menschen, die Getrenntheit des Ichs zu überwinden und Vereinigung zu erfahren. Wenn dies in Liebe und mit Respekt für die Einzigartigkeit des Partners geschieht, ist es eine heilige Erfahrung, in welcher der evolutionäre Urtrieb der Paarung auf der körperlichen Ebene mit der tiefen spirituellen Sehnsucht nach der Einheit mit Gott verschmilzt. Der sexuelle Akt ist eine Vermählung sowohl der spirituellen wie der körperlichen Aspekte zweier Menschen.

Manche spirituelle Disziplinen wie Kundalini-Yoga und die Tantra-Tradition behaupten, daß auf fortgeschrittenen Stufen der spirituellen Entwicklung eine solche Energieentladung für das Wohlbefinden des Menschen nicht mehr notwendig sei. Dies gilt aber nur für Menschen, welche die tiefe Vereinigung im sexuellen Akt erlangt haben. (Die meisten Menschen gehören nicht zu dieser Kategorie.) In vielen spirituellen Schulen wird die sexuelle Energie mit Hilfe meditativer Techniken an der Entladung gehindert, transformiert und in die verschiedenen Energiekanäle umgelenkt; sie wird durch die Wirbelsäule nach oben geschickt, um so in Energie höherer Schwingungsebenen transformiert zu werden. Diese wird dann dazu verwendet, die höheren spirituellen Energiekörper aufzubauen. Dies ist eine sehr machtvolle und potentiell gefährliche Praxis, die nur unter Anleitung ausgeführt werden darf. Gopi Krishna spricht in seinem Buch *Kundalini* von der Transformation des körperlichen Samens, des Spermas, in spirituelle Energie oder Kundalini. Viele spirituelle Schulen vertreten die Ansicht, daß das Sperma oder der spirituelle Same zurückgehalten werden soll, um für den Transformationsprozeß genutzt zu werden.

Blockierungen in den Zentren 2 A und 2 B. Eine Blockierung des Scham-Zentrums kann eine Orgasmusunfähigkeit zur Folge

haben. Die Frau ist dann nicht fähig, sich ihrem Partner zu öffnen und sexuelle Energie von ihm aufzunehmen. Sie wird wahrscheinlich nicht in der Lage sein, ihre Vagina wirklich zu spüren und das Eindringen des Penis als lustvoll zu empfinden. Vielleicht wird ihr die kitorale Stimulation mehr Zusagen als die Penetration. Vielleicht ist es ihr ein Bedürfnis, immer die aktive Rolle im Sexualakt zu übernehmen, das heißt, oben zu liegen und den größten Teil der Bewegungen zu initiieren. Ihre Störung besteht darin, daß sie immer die Kontrolle haben muß. In einem gesunden Zustand würde sie einmal aktiv sein und einmal empfangend; im gestörten Zustand fürchtet sie hingegen unbewußt die Macht ihres Partners. Durch sanfte, geduldige und liebevolle Zuwendung ihres Partners wird sich vielleicht im Laufe der Zeit ihr Scham-Zentrum ein wenig öffnen, und sie wird fähig, den Mann lustvoll in sich eindringen zu lassen. Sie muß ihre tiefen Angstgefühle und ihr inneres Festhalten durchleben, um die Bilder zu finden, welche diese Gefühle in ihr erzeugen. Ich will durchaus nicht sagen, daß eine Frau im Sex nicht aktiv sein darf. Ich spreche vielmehr über ein Ungleichgewicht im Geben und Nehmen.

Eine ernsthafte Blockierung des Scham-Zentrums beim Mann äußert sich meist als frühzeitiger Orgasmus oder als Unfähigkeit zur Erektion. Ein solcher Mann hat auf einer tiefen Ebene Angst vor der vollen Kraft seiner Sexualität und hält sie deswegen fest. Sein Energiefluß bricht oft ab, staut sich auf oder wird nach hinten umgeleitet, so daß im Orgasmus die Energie aus dem hinteren Sakral-Zentrum hinausschießt, anstatt durch den Penis. Diese Erfahrung ist manchmal schmerzhaft und kann zu einer Aversion gegen den Orgasmus, zu einer Vermeidung von Geschlechtsverkehr und auf anderen Ebenen zu Schwierigkeiten mit seiner Partnerin führen, so wie umgekehrt auch die mangelnde Orgasmusfähigkeit einer Frau. Entsprechend dem Gesetz »Gleiches zieht Gleiches an« finden sich oft Menschen mit den gleichen Schwierigkeiten zusammen. Sehr oft wird dann der Partner beschuldigt, und die Scheinlösung besteht darin, einen neuen Partner zu suchen. Dadurch wird das Unglück nur verlängert, und zwar so lange, bis die Person erkennt, daß sie selbst der

»Besitzer« des Problems ist. An diesem Punkt kann nun damit begonnen werden, die eigentliche Ursache in Gestalt von Bildern und Überzeugungen im Unterbewußten zu finden.

Es ist in solchen Fällen ein Segen, wenn man einen Gefährten hat, der verständnisvoll ist und zu einem hält. Wenn beide ihre Schwierigkeit eingestehen, anstatt dem anderen die Schuld zu geben, dann können sie dem anderen Liebe, Verstehen und Unterstützung entgegenbringen und so eine neue Qualität der Zusammengehörigkeit entwickeln.

Diese Art des Wachstums braucht viel Zeit und Geduld. Sie verlangt wirkliches Geben, ohne vom anderen die Erfüllung der eigenen Bedürfnisse zu fordern. Wenn wechselseitiges Vertrauen und Selbstachtung wachsen, weil man aufgehört hat, sich gegenseitig Vorwürfe zu machen und sich statt dessen liebevoll begegnet, dann öffnet sich die Sexualität und wird zu einem nährenden Austausch.

Es ist nicht ungewöhnlich, daß eines dieser beiden Zentren offen und das andere geschlossen ist. Sehr oft besteht bei den paarweise angeordneten Chakras dieser Doppeleffekt: Überfunktion des einen und Unterfunktion des anderen Aspekts, weil die Person sich der Kraft nicht gewachsen fühlt, die entsteht, wenn beide Seiten offen sind. So ist es zum Beispiel für viele Leute schwer, gleichzeitig ihre gewaltige sexuelle Kraft zu fühlen und dabei für das Geben und Nehmen im Liebesakt ganz offen zu bleiben. Sehr oft verwandelt sich die sexuelle Kraft in Phantasie, anstatt durch ein Eintauchen in die Tiefe und das Geheimnis des Partners den Augenblick aufzuschließen. Der Mensch ist ein Wunder von großer Schönheit und Komplexität. Wie selten erlauben wir uns, ungehemmt und staunend in diese Schönheit einzutauchen.

Die psychologischen Probleme, die aus einem Ungleichgewicht zwischen Chakra 2 A und 2 B entstehen, führen zu unbefriedigenden Lebensumständen. Wenn zum Beispiel das rückwärtige Zentrum stark ist und sich im Uhrzeigersinn bewegt, während das vordere Zentrum schwach oder geschlossen ist, hat die Person einen starken sexuellen Trieb und wahrscheinlich ein großes Bedürfnis nach sexuellen Beziehungen. Das Problem besteht

darin, daß diese starke sexuelle Energie und Triebkraft nicht mit der Fähigkeit einhergeht, sexuell zu geben und zu nehmen. So ist es sehr schwer, das sexuelle Bedürfnis zu befriedigen. Wenn das rückwärtige Zentrum stark ist, sich aber entgegen dem Uhrzeigersinn bewegt, so gilt das gleiche; der sexuelle Trieb ist jedoch häufig zusätzlich an negative Bilder gekoppelt, vielleicht sogar an gewalttätige sexuelle Phantasien. Das macht die Befriedigung natürlich noch schwerer, und wer unter einer solchen Konfiguration leidet, wird versuchen, durch Sublimation das ganze Thema zu vermeiden, weil er sich wegen seiner Bedürfnisse schämt. Möglicherweise hat aber eine solche Person auch ständig wechselnde Sexualpartner und beraubt sich so der Möglichkeit einer tiefen Seelenbewegung im sexuellen Akt. Immer wieder bricht sie Bindungen ab oder kann auf der sexuellen Ebene gar keine Bindung eingehen.

Das Nabel-Zentrum (3 A). Wenn dieses Chakra voll funktioniert, dann erleben wir tiefe Freude, weil wir unsere Einzigartigkeit erkennen, unseren Platz gefunden haben und uns im Universum geborgen fühlen. Jemand, bei dem dieses Chakra offen ist, kann in den Sternenhimmel blicken und sich zugehörig fühlen. Er ist auf seinem Platz im Universum fest verankert. Er ist das Zentrum seiner Einzigartigkeit, in der sich das manifeste Universum zum Ausdruck bringt, und daraus schöpft er Weisheit.

Obwohl der Nabel ein mentales Zentrum ist, steht sein gesundes Funktionieren in direktem Zusammenhang mit dem Gefühlsleben einer Person, und zwar deswegen, weil der Intellekt oder die mentalen Prozesse als Regulatoren des Gefühlslebens dienen. Das intellektuelle Verstehen von Gefühlen schafft einen Bezugsrahmen, der sie ordnet und sie in einen sinnvollen Zusammenhang stellt. Wenn dieses Zentrum offen ist, besitzt die Person ein tiefes und reiches Gefühlsleben, das sie dennoch nicht überschwemmt. Ist jedoch die Schutzmembran zerrissen, dann sind die Emotionen extrem und unbeherrschbar. Ein solcher Mensch kann von externen Quellen der Astralebene beeinflusst und verwirrt werden. Er kann sich im Universum und in den Sternen verlieren. Durch den übermäßigen Gebrauch des Chakras wird er in diesem Bereich Schmerzen bekommen und schließlich

vielleicht eine Krankheit wie Nachlassen der Nebennierendrüsensfunktion.

Wenn dieses Zentrum geschlossen ist, werden die Gefühle blockiert, vielleicht so sehr, daß die Person gar nichts mehr fühlt. Die tiefere Bedeutung der Gefühle, die der Existenz eine andere Dimension verleihen, wird ihr nicht bewußt sein. Sie wird ihre Einzigartigkeit nicht erleben und den großen Sinn ihrer Existenz im Universum nicht erfassen. Oft funktioniert dieses Zentrum als Block zwischen dem Herzen und der Sexualität. Wenn diese beiden offen sind, aber das Nabel-Zentrum blockiert ist, funktionieren die beiden getrennt, das heißt, Sex wird nicht mit Liebe verbunden und umgekehrt.

Herz und Geschlecht verbinden sich ganz harmonisch, wenn man sich seiner Verwurzelung im physischen Universum und der langen Kette von Menschen bewußt ist, die uns vorausgegangen ist und das physische Vehikel geschaffen hat, dessen Eigentümer man jetzt ist. Wir dürfen den tiefen physischen Aspekt unserer Existenz nie unterschätzen.

Das Nabel-Zentrum hat große Bedeutung für die Verbindung mit anderen Menschen. Nach der Geburt ist das Kind durch eine ätherische Nabelschnur weiterhin mit der Mutter verbunden. In jeder Beziehung zwischen zwei Menschen entstehen Bänder zwischen ihren Nabel-Zentren. Je stärker die Verbindung zwischen zwei Menschen ist, um so fester und zahlreicher sind diese Bänder. Endet eine Beziehung, so lösen sich diese Bänder allmählich auf. Auch zwischen anderen Chakras entwickeln sich solche Bänder, aber die des dritten Chakras scheinen die Abhängigkeit, die in der Beziehung zwischen Mutter und Kind geherrscht hat, wiederzubeleben; sie sind deswegen im therapeutischen Ablauf unter dem Gesichtspunkt der Transaktionsanalyse sehr wichtig. Transaktionsanalyse ist eine Methode, mit der das Wesen der Interaktion mit anderen Personen bestimmt werden kann. Interagieren Sie mit einem anderen Menschen so, wie es ein Kind mit einem Elternteil tut? Oder interagieren Sie so, als ob der andere ein Kind wäre und Sie ein Erwachsener? Oder verhalten Sie sich beide wie Erwachsene? Diese Art der Analyse zeigt sehr viel über das Wesen der Reaktion auf andere Menschen. Die

Art, wie Sie die Chakrabänder in Ihrer Ursprungsfamilie geknüpft haben, wird sich in allen späteren Beziehungen wiederholen. Solange man Kind ist, repräsentieren die Bänder zwischen Kind und Mutter eben auch ihre Beziehung zueinander. Beim Erwachsenen werden sich höchstwahrscheinlich derartige Abhängigkeitsbände mit dem Partner entwickeln. Mit zunehmender Lebenserfahrung und Reife werden sich die Kind/Mutterbände allmählich in eine Bindung zwischen zwei Erwachsenen transformieren.

Das Zwerchfell-Zentrum (3 B) befindet sich hinter dem Solarplexus und steht in Verbindung mit dem Willen zur körperlichen Gesundheit. Wenn jemandem die eigene Gesundheit stark am Herzen liegt, ist dieses Zentrum offen. Es ist auch mit der Fähigkeit zu spirituellem Heilen verbunden. Bei manchen Heilern, so heißt es, sei es sehr groß und weit entwickelt. Es ist auch ein Willenszentrum wie jenes zwischen den Schulterblättern, und ist außer bei Leuten, welche die Fähigkeit zu heilen haben, meistens kleiner als die anderen Willenszentren. Das Zwerchfell-Zentrum hinten bildet mit dem Nabel-Zentrum vorne ein Paar. Ist das eine offen, so ist es gewöhnlich auch das andere. Wenn jemand seinen Platz im Universum kennt und so fraglos einnimmt wie ein Grashalm oder die »Lilien auf dem Felde«, dann wird sich seine Selbstannahme auf der physischen Ebene als Gesundheit manifestieren. Umfassende Gesundheit in mentaler, emotionaler und spiritueller Hinsicht macht die Offenheit und Ausgeglichenheit aller Zentren erforderlich.

Sie werden bei der Beschreibung der verschiedenen Chakras sehen, daß ihr vorderer und rückwärtiger Aspekt als Paar zusammenarbeiten, und wieviel wichtiger es ist, sich um das Gleichgewicht zwischen ihnen zu bemühen als um die weite Öffnung eines spezifischen Chakras.

Das Herz-Zentrum (4 A) ist das, durch welches wir lieben. Die Energie, die dieses Zentrum durchfließt, verbindet uns mit allem Leben. Je mehr es sich öffnet, um so größer wird unsere Fähigkeit, immer weitere Teile des Lebens mit unserer Liebe zu umfassen. Wenn dieses Zentrum seine Funktion voll erfüllt, dann lieben wir uns selbst, unsere Kinder, unsere Partner, unsere Familie,

unsere Haustiere, unsere Freunde, unsere Nachbarn, unsere Landsleute, unsere Mitmenschen und alle Geschöpfe auf dieser Erde.

Durch dieses Zentrum verbinden wir uns mit dem Herz-Chakra jener Menschen, die wir lieben. Dazu gehören Kinder und Eltern, Liebhaber und Ehepartner. Das kommt in dem Wort »Herzensband« zum Ausdruck. Wenn wir Liebe durch das Herz-Zentrum fließen fühlen, treten uns oft Tränen in die Augen. Im Erleben dieses offenen, liebenden Zustandes erkennen wir, wieviel wir vorher entbehrt haben, und wir weinen. Wenn dieses Chakra offen ist, kann man den anderen in seinem Wesen wahrnehmen. Man sieht seine Einzigartigkeit und seine innere Schönheit. Man sieht das Licht im anderen, aber auch die negativen Aspekte. Im negativen Zustand, wenn das Herz-Zentrum geschlossen ist, kann man nicht lieben, nicht Liebe schenken, ohne etwas zu erwarten.

Das Herz-Zentrum ist das wichtigste Chakra im Heilprozeß. Alle Energien, die durch die Chakras transformiert werden, steigen an den Wurzeln der Chakras durch den Hauptkraftstrom hinauf ins Herz-Chakra, bevor sie die Hände oder die Augen des Heilers verlassen. Im Heilprozeß verwandelt das Herz die Energien der irdischen Ebenen in spirituelle Energien, und die Energien der spirituellen Ebene in irdische, denn nur so können sie dem Patienten zugute kommen.

Das **Schulterblatt-Zentrum (4B)** befindet sich in der Mitte zwischen den beiden Schulterblättern. Es steht in Zusammenhang mit dem Ich-Willen oder dem äußeren Willen und befähigt uns zum Handeln in der physischen Welt. Wir verfolgen unser Ziel.

Wenn sich dieses Zentrum im Uhrzeigersinn bewegt, wollen wir in der Welt etwas leisten und fühlen uns von anderen Menschen darin unterstützt. Unsere Erfahrungen festigen diese positive Einstellung, weil wir sie leben. Wir erleben unseren eigenen Willen in Übereinstimmung mit dem göttlichen Willen. Wir stellen fest, wie der Wille unserer Freunde sich unserem Willen an die Seite stellt. Wenn Sie zum Beispiel Vorhaben, ein Buch zu schreiben, wissen Sie, daß Ihre Freunde Ihnen helfen werden,

und daß ein Verleger sagen wird: »Ja, das ist genau das, was wir gesucht haben.«

Bewegt sich dieses Zentrum jedoch entgegen dem Uhrzeigersinn, so leben wir in der falschen Vorstellung, der Wille Gottes und der anderer Menschen stehe unserem Willen entgegen. Es scheint uns, als wären andere Menschen ein Hindernis bei der Erfüllung unserer Wünsche oder Ziele. Wir meinen, sie überfahren oder überwältigen zu müssen, um das zu bekommen, was wir wollen. Wir glauben an Sätze wie: »Mein Wille zählt mehr als deiner.« Hier spielen tiefsitzende Überzeugungen über die Funktionsweise des Universums eine Rolle.

Empfindet man das Universum als feindlichen Ort, in dem nur der Stärkere überlebt, kann sich das in der Einstellung niederschlagen: »Wenn ich nicht meinen Willen bekomme, ist mein Überleben gefährdet.« Ein solcher Mensch muß seine Umwelt ständig unter Kontrolle halten, um sich sicher zu fühlen. Die Lösung besteht darin zu erkennen, inwiefern man diese feindliche Umgebung durch die eigene Aggression schafft, um sich dann auf das Risiko des Loslassens einzulassen und festzustellen, ob man auch ohne Kontrolle überleben kann. Geht man ein solches Risiko ein, wird man allmählich die Erfahrung machen, daß das Universum ein Ort voller Güte, Fülle und Sicherheit ist und daß die eigene Existenz vom Ganzen getragen wird.

Dieses Zentrum kann auch überaktiv sein. Es ist dann sehr groß und dreht sich im Uhrzeigersinn, während das Herz-Zentrum klein ist, oder sich sogar gegenläufig bewegt. In diesem Fall ist der Wille nicht besonders negativ: er wird nur dazu benutzt, die Funktion zu übernehmen, die eigentlich das Herz-Zentrum hat. Anstatt loszulassen, zu vertrauen, zu lieben und damit mehr Energie durchs Herz-Zentrum hindurchzuführen, kompensiert die Person mit ihrem Willen.

Sie leitet den größeren Teil der Energie durch den rückwärtigen Aspekt des vierten Chakras zwischen den Schulterblättern. Im geheimen sagt so jemand vielleicht: »Ich möchte meinen Willen durchsetzen, ohne auf dich Rücksicht nehmen zu müssen.« Ein solcher Mensch agiert mehr aus seinem Willen als aus Liebe, mehr mit Macht als mit Kraft. In diesem Zustand neigt man

dazu, seinen Partner zu »besitzen«, anstatt ihn als ebenbürtig zu achten.

Das Kehl-Zentrum (5 A) befindet sich vorne an der Kehle und steht in Zusammenhang mit der Übernahme von Verantwortung für die eigenen Bedürfnisse. Das Neugeborene wird an die Brust gelegt, muß aber saugen, um Nahrung zu erhalten. Dieses einfache Prinzip gilt im ganzen Leben. Je mehr eine Person reift, um so mehr ist sie selbst für die Erfüllung ihrer Bedürfnisse verantwortlich. Reife ist dann erreicht, wenn dieses Zentrum voll funktions-tüchtig ist, und ein Mensch aufhört, anderen die Schuld für die Entbehrungen in seinem Leben zu geben und sich statt dessen aufmacht, selbst das zu schaffen, was er braucht und ersehnt.

Dieses Zentrum zeigt auch, ob eine Person fähig ist, das anzunehmen, was sich ihr anbietet. Bewegt sich das Zentrum gegenläufig, so kann sie nicht nehmen, was ihr gegeben wird. Das geht meistens mit Mißtrauen einher. Wenn man die Welt als einen feindlichen Ort betrachtet, ist man vorsichtig und hat negative Erwartungen hinsichtlich dessen, was auf einen zukommt. Man erwartet eher Feindseligkeit, Gewalt oder Demütigung und nicht Liebe und Nahrung. Da man mit diesen Erwartungen ein negatives Kraftfeld um sich aufbaut, zieht man auch negative Erfahrungen an. Wenn man also Gewalttätigkeit erwartet, so hat man die Gewalttätigkeit in sich selbst und zieht sie deswegen an, gemäß dem Gesetz »Gleiches zieht Gleiches an«, wie es in Kapitel 6 im Zusammenhang mit dem universalen Energiefeld erklärt wurde.

Wenn sich das Kehl-Zentrum öffnet, wird man allmählich mehr »Nahrung« anziehen und aufnehmen können. In der Übergangsphase zum offenen Zustand ist das Anziehen negativer Erfahrungen durchaus möglich, da man ja glaubt, daß es so sein müsse. Durchlebt man diese Erfahrung, findet ihre Ursache im eigenen Inneren und gewinnt wieder Vertrauen, dann wird sich das Kehl-Zentrum öffnen. Dieser Wechsel zwischen Öffnen und Schließen geht solange weiter, bis alle negativen Erwartungen zu Vertrauen in ein wohlwollendes, nährendes Universum verwandelt sind.

Das Nacken-Zentrum (5 B). Der rückwärtige Aspekt des sechsten Chakras wird manchmal auch Zentrum des Selbstbewußt-

seins genannt. Es steht in Zusammenhang mit der Art, wie ein Mensch seinen Platz in der Gesellschaft, in seinem Beruf und unter Gleichartigen einnimmt. Wenn es in diesem Lebensbereich hapert, wird der Mangel an Selbstbewußtsein oft mit Stolz kompensiert.

Das Nacken-Zentrum ist normalerweise dann offen, wenn man in der Arbeit erfolgreich ist und das Gefühl hat, daß man mit dieser Arbeit die eigene Lebensaufgabe erfüllt. Wenn jemand einen Beruf hat, der ihn herausfordert und erfüllt und in den er seine ganze Kraft hineingibt, ist dieses Zentrum in voller Blüte. Er wird in seinem Beruf erfolgreich sein und sich vom Universum getragen und genährt fühlen. Ist das nicht der Fall, so hält sich die Person zurück und gibt nicht ihr Bestes. Sie wird keinen Erfolg haben und diesen Mangel an Erfolg mit ihrem Stolz übertünchen. Im geheimen »weiß« sie ja, daß sie besser sein könnte, wenn sie nur wollte oder von ihrem Beruf mehr gefordert würde. Beides kommt nie zustande, und die Person verteidigt sich mit ihrem Stolz, um der darunter liegenden Verzweiflung nicht begegnen zu müssen. Sie weiß, daß sie in Wirklichkeit ein Versager ist. Sie wird wahrscheinlich die Rolle des Opfers spielen und behaupten, das Leben habe ihr nicht die Gelegenheit gegeben, ihr großes Talent zu entfalten. Dieser Stolz muß freigesetzt werden, damit der Schmerz und die Verzweiflung gefühlt und gelöst werden können.

Im Nacken-Zentrum finden wir auch die Angst vor dem Versagen, die uns daran hindert, Risiken einzugehen und das zu schaffen, wonach wir uns so sehr sehnen. Das gilt auch für die persönlichen Freundschaften und für soziale Beziehungen im allgemeinen. Indem man Kontakt vermeidet, geht man auch der Gefahr aus dem Weg, abgelehnt zu werden; das ist gewöhnlich von Konkurrenzverhalten und Überheblichkeit begleitet, die sich in der Überzeugung äußern »Ich bin besser als du, du genügt mir nicht«. Da das Gefühl der Ablehnung seine Quelle in unserem Innern hat und wir es dann auf andere nach außen projizieren, vermeiden wir lieber den Kontakt. Wenn Sie das Risiko eingehen, den Beruf zu ergreifen, den Sie eigentlich ausüben möchten, die Kontakte zu suchen, nach denen Sie sich sehnen und die Gefühle

in sich zuzulassen, die dabei entstehen, dann wird sich dieses Zentrum öffnen.

Das **Stirn-Zentrum (6A)** steht in Zusammenhang mit der Fähigkeit zu Visualisieren und mit dem Intellekt zu begreifen. Dazu gehören die Vorstellungen, die sich ein Mensch von der Wirklichkeit und vom Universum macht und von der Art und Weise, wie die Welt auf ihn reagiert. Wenn sich das Zentrum entgegen dem Uhrzeigersinn bewegt, sind die Begriffe, mit denen man die Welt zu fassen sucht, verwirrt, unwahr und in der Regel negativ. Solche Vorstellungen werden auf die Welt projiziert und schaffen die Welt nach diesem Bild. Wenn das Zentrum verstopft und schwach ist, mangelt es der Person gewöhnlich an kreativen Einfällen, weil zu wenig Energie durch das Zentrum fließt. Bewegt sich das Zentrum stark gegenläufig, kann die Person starke, machtvolle negative Energien hervorbringen. Verbindet sich dies mit einem aktiven mentalen Ausführungs-Zentrum am Hinterkopf (6 B), dann kann das im Leben eines Menschen Verwüstung anrichten.

Im Therapieprozeß werden die negativen Glaubenshaltungen und Bilder gereinigt oder zurechtgerückt; taucht ein solches negatives Bild im Energiesystem auf und wird dominant, kann sich das Stirn-Zentrum plötzlich gegen den Uhrzeigersinn bewegen, auch wenn es das normalerweise nicht tut. Die Therapie bringt das Bild an die Oberfläche, und der Klient kann es mit entsprechender Hilfe als das erkennen, was es ist und das Zentrum dreht sich wieder im Uhrzeigersinn. Eine erfahrene Therapeutin kann diese momentane Richtungsänderung an der mangelnden Stabilität der Gefühle erkennen, die mit der Bewegung entgegen dem Uhrzeigersinn einhergehen; sie weiß, daß es nicht der Normalzustand ist. Wenn das Zentrum plötzlich in eine chaotische Bewegung verfällt, erkennt sie daran die Lösung eines der festsitzenden Bilder, die sich der Klient von der Wirklichkeit gemacht hat, und seine Persönlichkeit wird erschüttert.

Das **mentale Ausführungs-Zentrum (6 B)** ist für die Durchsetzung der kreativen Ideen verantwortlich, die im Stirn-Zentrum entstehen. Wenn das Ausführungs-Zentrum offen ist, folgen den Ideen die angemessenen Handlungen, durch die sie sich in der

physischen Welt materialisieren können. Ist es nicht offen, hat die Person große Schwierigkeiten, ihre Ideen fruchtbar werden zu lassen. Besonders frustrierend ist es, wenn das vordere Zentrum offen ist, und das rückwärtige geschlossen. Man hat viele kreative Einfälle, aber es wird nie etwas daraus. Meistens hat man irgendeine Entschuldigung dafür und macht die Außenwelt für das Problem verantwortlich. Oft muß so jemand lediglich lernen, wie er etwas Schritt für Schritt in die Realität umsetzen kann.

Läßt er sich auf ein schrittweises Umsetzen ein, so tauchen dabei eine Menge Gefühle auf, wie: »Ich kann einfach nicht so lange warten«, »Ich will dafür keine Verantwortung übernehmen«, »Ich möchte diese Idee nicht an der Wirklichkeit überprüfen«, »Das dauert mir alles viel zu lang«, »Ich möchte nicht so viel dafür arbeiten müssen« oder »Du machst die Arbeit, ich habe die Ideen«. Ein solcher Mensch hat wahrscheinlich in seiner Jugend nicht gelernt, wie man ein Ziel Schritt für Schritt in die Wirklichkeit umsetzt. Er hat möglicherweise auch Widerstand dagegen, in der physischen Wirklichkeit zu leben und dort die Position des Lehrlings einzunehmen.

Arbeitet dieses Zentrum im Uhrzeigersinn und das Stirn-Zentrum gegen den Uhrzeigersinn, so ist die Situation noch mißlicher. Selbst wenn die Vorstellungen der Person nicht viel mit der Wirklichkeit zu tun haben, wird sie dennoch versuchen, sie durchzusetzen und dabei sogar einen gewissen Erfolg haben. Wenn jemand zum Beispiel glaubt, diese Welt sei ein ekelhafter Platz, wo sowieso nur jeder an sich denkt, und man sich also einfach nehmen kann, was man braucht, und wenn er weiß, wie man das macht, sein ausführender Wille also gut funktioniert, dann begeht er möglicherweise kriminelle Akte. In diesem Fall ist wahrscheinlich auch das Herz blockiert. Das Leben wird ihm als Beweis für die Stimmigkeit seiner Vorstellung dienen. Er wird solange einen gewissen Erfolg haben, bis er erwischt wird. Es kann bei einer solchen Konfiguration Vorkommen, daß man etwas Unmögliches durchsetzen will. Oder man gehört zu jenen, die die Ideen eines anderen ausführen, gleichgültig worin sie bestehen.

Das **Kronen-Zentrum (7)** verbindet den Menschen mit seiner Spiritualität. Es ist der Ort der Integration seines ganzen Wesens, des Körpers, der Gefühle, des Intellekts und des Geistes. Ist das Zentrum geschlossen, erlebt der Mensch seine Spiritualität nicht. Er weiß nicht, worüber andere reden, wenn sie ihre spirituellen Erfahrungen mitteilen. Ist das Zentrum offen, so erlebt die Person ihre Spiritualität auf eine Weise, die für dieses Individuum einzigartig ist. Ihre Spiritualität bewegt sich nicht in den Grenzen eines Dogmas. Sie kann mit Worten schwer ausgedrückt werden. Es handelt sich mehr um einen Seinszustand, einen Zustand der Transzendierung der weltlichen Wirklichkeit. Der Erfahrungsraum geht weit über die physische Welt hinaus und schafft im Individuum ein Gefühl der Ganzheit, des Friedens und des Glaubens und gibt seiner Existenz Sinn.

Kapitel 10

Chakradiagnose

Es gibt unterschiedliche Methoden, um den Zustand der Chakras festzustellen. Experimentieren Sie mit verschiedenen Möglichkeiten, um herauszufinden, welche Ihnen am leichtesten fällt und die besten Ergebnisse bringt.

In meiner Erfahrung hat sich das Pendel am besten als Einstieg bewährt. Es funktioniert wie ein Verstärker und erhöht Ihre Sensitivität für den Energiefluß. Das beste Pendel, das ich für diesen Zweck ausfindig gemacht habe, ist aus Buchenholz. Es hat die Form einer Birne und ist zweieinhalb Zentimeter breit und dreieinhalb Zentimeter lang. Sein Energiefeld verteilt sich symmetrisch um die senkrechte Achse, was für diese Art von Messung wichtig ist.

Wenn Sie in Ihren Händen etwas Sensitivität entwickeln oder einfach Berührung gern haben, können Sie versuchen, den Energiefluß durch die Chakras mit Ihren Händen zu spüren und sich in dieser Methode zu üben. Sie können auf diese Weise empfinden, ob die Energie frei fließt, ob sie sich zu Klumpen zusammenballt und die Chakras verstopft, ob sie schwach oder stark ist. Sie können das gleiche mit einem Akupunkturpunkt machen, indem Sie einfach Ihre Fingerspitze darauf legen. Bei dieser Art von Wahrnehmung werden Sie vielleicht sogar physische Reaktionen in Ihrem Körper spüren, die Ihnen die gewünschten Informationen geben.

Wenn sich im Laufe der Zeit Ihre erhöhte Sinneswahrnehmung mehr entfaltet hat, werden Sie vielleicht fähig sein, einfach nur die Chakras anzuschauen und zu sehen, in welche Richtung sie sich drehen (mit oder gegen den Uhrzeigersinn), und welche

Farben sie haben (dunkel und verstopft, ausgebleichen und schwach, oder klar, hell und kräftig). Sie werden auch sehen können, ob sie in irgendeiner Weise entstellt sind. Schließlich werden Sie die Chakras auf jeder Auraschicht wahrnehmen können.

Zunächst wollen wir aber Erfahrungen mit dem Pendel machen.

Übungen zur Chakradiagnose mit dem Pendel

Um die vorderen Chakras zu messen, bitten Sie Ihren Patienten, sich auf den Rücken zu legen und für die rückwärtigen auf den Bauch.

Halten Sie das Pendel an einem Faden von ungefähr fünfzehn Zentimetern Länge über das Chakra und befreien Sie sich von allen Vorurteilen, die Sie möglicherweise über den Zustand des Chakras haben. (Das ist sehr schwer und verlangt Übung.) Das Pendel soll so nahe wie möglich am Körper sein, ohne ihn zu berühren. Ihre Energie fließt in das Energiefeld des Pendels, um dieses mit Energie aufzuladen. Das mit Ihrem Energiefeld verbundene Pendelfeld interagiert dann mit dem Feld des Klienten und veranlaßt das Pendel zu schwingen. (Siehe Abb. 10-1.) Es wird sich wahrscheinlich kreisförmig über dem Körper des Klienten bewegen. Es kann aber auch in einer geraden Linie oder in einer Ellipse schwingen, oder in unregelmäßigen Zickzackbewegungen. Der Umfang und die Richtung der Pendelbewegungen zeigen den Umfang und die Richtung des Energieflusses durch das Chakra.

Dr. John Pierrakos hat festgestellt, daß die Bewegung des Pendels im Uhrzeigersinn auf ein psychodynamisch offenes Chakra hinweist. Die Gefühle und psychologischen Erfahrungen, die von diesem Chakra gesteuert werden und durch es hindurch fließen, sind also ausgeglichen und kommen im Leben dieser Person voll zum Tragen. Bewegt sich das Pendel entgegen dem Uhrzeigersinn, so ist das Chakra psychodynamisch geschlossen, in dem betreffenden psychischen Bereich besteht also ein Problem. Die

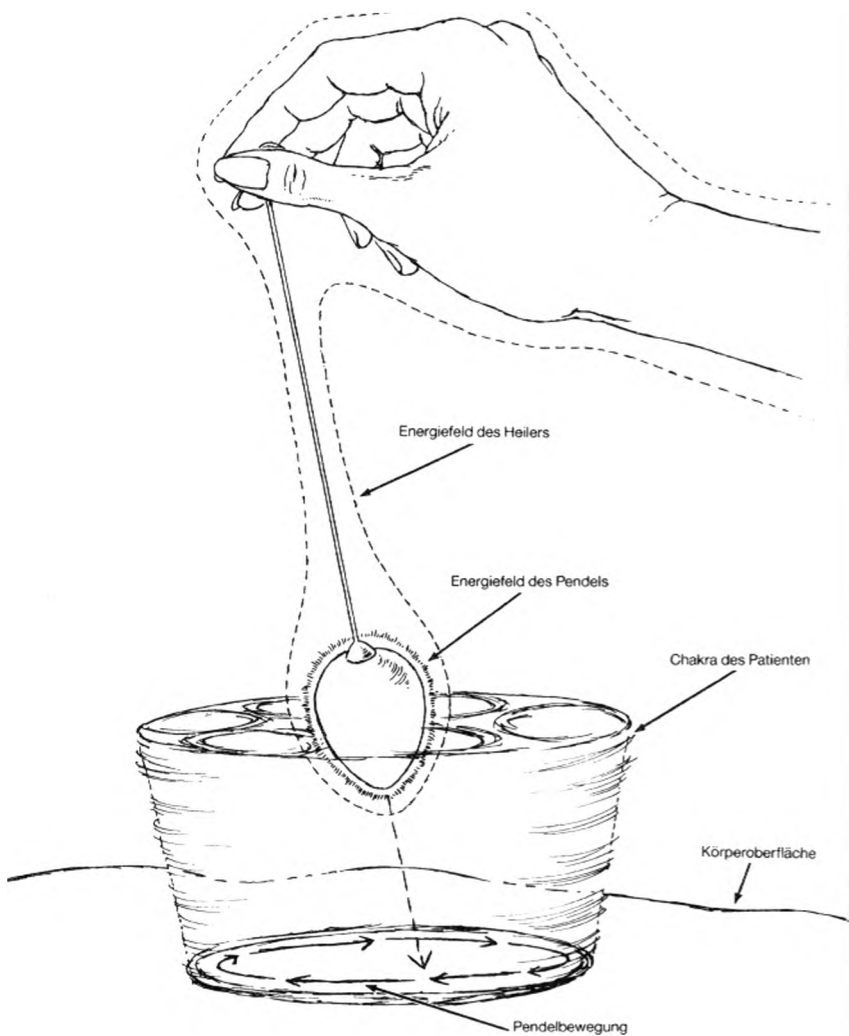


Abb. 10-1: Das Auspendeln eines Chakras

Gefühle und psychologischen Erfahrungen, die von diesem Chakra gesteuert werden, sind nicht im Gleichgewicht, weil die Energie blockiert ist, und die Person wahrscheinlich negative Erfahrungen in diesem Bereich hat.







Der Durchmesser des Kreises, den das Pendel beschreibt, weist auf die Stärke des Chakras hin und auf das Maß an Energie, das durch es hindurchfließt. Er steht aber auch in Beziehung zu dem Energieniveau des Heilers und des Klienten an diesem Tag. Beschreibt das Pendel einen großen Kreis, so fließt viel Energie hindurch. Ist der Kreis klein, so fließt wenig Energie hindurch.

Es ist wichtig zu wissen, daß der Durchmesser des Pendelkreises nicht der Größe des Chakras entspricht, sondern nur ein Hinweis darauf ist. Die Größe des Pendelausschlages ist, wie schon gesagt, eine Funktion der Interaktion aller drei Felder: des Feldes des Klienten, des Therapeuten und des Pendels selber. Wenn die Energie der beiden Menschen gering ist, erscheinen alle Chakras klein; ist die Energie hoch, so erscheinen sie größer. Wichtiger als die absolute Größe ist der Vergleich der Größe der verschiedenen Chakras. Gesundheit erreicht man dadurch, daß die Energie durch alle Chakras gleichmäßig fließen kann. Die Chakras sollten zu diesem Zweck alle die gleiche Größe haben.

Es gibt viele Varianten der zwei Grundformen der Pendelbewegungen - im Uhrzeigersinn oder gegen den Uhrzeigersinn die ein Hinweis auf bestimmte psychische Zustände sind. Schema 10-2 listet die verschiedenen Bewegungsformen des Pendels auf. Auch wenn sie auf den ersten Blick etwas schwierig erscheint, ist die Sache doch ganz einfach. Jede Bewegung, die das Pendel beschreibt, weist auf einen Zustand zwischen den beiden folgenden Extremen hin: dem vollkommen offenen Chakra (Kreis im Uhrzeigersinn mit fünfzehn Zentimetern Durchmesser, Abkürzung: I 15) und einem ganz geschlossenen Chakra (Kreis gegen den Uhrzeigersinn von fünfzehn Zentimetern Durchmesser, Abkürzung; G 15). Ich treffe selten auf Durchmesser von mehr als fünfzehn Zentimetern, außer ein Chakra ist extrem überstrapaziert oder nach einer spirituellen Erfahrung besonders offen. In solchen Fällen habe ich auch schon Durchmesser von fünfundzwanzig Zentimetern gemessen.

Chakradiagnose (Schema 10-2)

| Symbol* | Kurzform | Bedeutung des Symbols | Psychologische Bedeutung |
|---------|----------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | 16 | Im Uhrzeigersinn, 15 cm Durchmesser | Offen und harmonisch, klare Wahrnehmung der Wirklichkeit. |
| | IHR | Im Uhrzeigersinn, elliptisch, rechts, 7 cm Durchmesser | Offen. Spaltung zwischen Aktivität und Rezeptivität, aktive Seite stärker entwickelt. Aktive, maskuline Yang-Seite der Wirklichkeit wird stärker wahrgenommen. |
| | 1HL7 | Im Uhrzeigersinn, elliptisch, links, 7 cm Durchmesser | Offen. Spaltung zwischen Aktivität und Rezeptivität, rezeptive Seite mehr entwickelt. Rezeptive, feminine Yin-Seite der Wirklichkeit wird stärker wahrgenommen. |
| | IF.V7 | Im Uhrzeigersinn, elliptisch, vertikal, 7 cm Durchmesser | Offen. Verschiebung der Energie nach oben zum Spirituellen zur Vermeidung von Interaktion. |
| | IEII15 | Im Uhrzeigersinn, elliptisch, horizontal, 15 cm Durchmesser | Offen. Energie wird nach unten gedrückt und t'estgehalten zur Vermeidung von energetischem Austausch mit anderen. |
| | GI 5 | Gegen den Uhrzeigersinn, 15 cm Durchmesser | Geschlossen und unharmonisch mit aktiven Projektionen der Wirklichkeit. |
| | GER7 | Gegen den Uhrzeigersinn, elliptisch, rechts, 7 cm Durchmesser | Geschlossen. Gespalten, aggressiver Aspekt stärker entwickelt als passiver; Projektion einer passiv, yin-gefärbten Wirklichkeit. |
| | GF.1,5 | Gegen den Uhrzeigersinn, elliptisch, links 5 cm Durchmesser | Geschlossen. Gespalten, passiver Aspekt stärker entwickelt als aggressiver; Projektion einer aggressiven, yang-gefärbten Wirklichkeit. |
| | GEV7 | Gegen den Uhrzeigersinn, elliptisch, vertikal, 7 cm Durchmesser | Geschlossen. Verschiebung der Energie nach oben zum Spirituellen zur Vermeidung von Interaktion. |
| | GEH 12 | Gegen den Uhrzeigersinn, elliptisch, horizontal, 12 cm Durchmesser | Geschlossen. Energie wird nach unten gedrückt und festgehalten zur Vermeidung von energetischem Austausch mit anderen. |

| | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | V15 | Vertikal, 15 cm Ausschlag | Verlagerung von Gefühlen und Energie zum Spirituellen zur Vermeidung persönlicher Interaktion. |
|  | H10 | Horizontal. 10cm Ausschlag | Energiefluß und Gefühle werden nach unten gedrückt zur Vermeidung persönlicher Interaktion. Starke Blockierung. |
|  | R7 | Rechts. 7 cm Ausschlag | Kruste Spaltung zwischen aggressiver und passiver Seite; aggressive Seite stärker entwickelt. |
|  | L10 | Links, 10cm Ausschlag | Ernste Spaltung zwischen aggressiver und passiver Seite; passive Seite stärker entwickelt |
| • | S | Stillstand | Chakra arbeitet gar nicht, wird Krankheit auf der physischen Ebene nach sich ziehen. |
|  | IEAS12 | im Uhrzeigersinn, elliptisch, Achsensprung. 12 cm Durchmesser | Person ist mitten in tiefem Veränderungsprozess, arbeitet an Problemen, die von diesem Chakra gesteuert werden. Sensitives Chaos. |
|  | GEAS15 | Gegen den Uhrzeigersinn, elliptisch, Achsensprung, 15 cm Durchmesser | Wie oben, aber negatives Chaos. |
| * Anmerkung: Die graphischen Symbole sind aus der Perspektive der Aufsicht auf den Körper der Person gezeichnet. | | | |

Bedeutung der Abkürzungen

I = Im Uhrzeigersinn

G = Gegen den Uhrzeigersinn

L = Links

V = Vertikal

H = Horizontal

AS = Achsensprung

S = Stillstand

E = Elliptisch

R = Rechts

Außer den Abstufungen zwischen den Extremen von I15 und G15 gibt es noch den Chakrastillstand (S), bei dem sich das Pendel überhaupt nicht bewegt. In diesem Fall verändert das Chakra entweder gerade seine Drehrichtung, oder die Person hat es derartig überstrapaziert oder blockiert, daß es gänzlich aufgehört hat sich zu drehen und nicht mehr in der Lage ist, Energie aus dem universalen Energiefeld zu transformieren. Wenn ein solcher Zustand anhält, wird er zweifellos zur Krankheit führen, denn der Körper kann nicht gesund sein, wenn er nicht Energie von außen aufnimmt. (Siehe Kapitel 15 über die Beziehung zwischen Krankheit und Chakras.)

Ein elliptischer Ausschlag des Pendels weist auf ein rechts-linksseitiges Ungleichgewicht des Energieflusses im Körper hin. Rechts und links bezieht sich auf die rechte und linke Seite des Körpers des Klienten, das Pendel schwingt also über dem Körper des Patienten entweder nach links oben (IEL), oder nach rechts oben (IER).

Dies ist auch ein Hinweis darauf, daß eine Seite des Körpers stärker ist als die andere. Die rechte Seite (IER, GER) repräsentiert die aktive, aggressive, »maskuline« oder Yang-Qualität. Die linke Seite (IEL, GEL) repräsentiert die passive, rezeptive, »feminine« oder Yin-Qualität der Persönlichkeit. Wenn das Pendel eine Ellipse beschreibt, deren oberes Zentrum sich über der rechten Seite des Körpers des Klienten befindet, so ist, wie Dr. John Pierrakos beobachtet hat, der maskuline Aspekt der Persönlichkeit stärker als der feminine. Die Person wird wahrscheinlich »überaktiv« und auch in den Augenblicken aggressiv sein, in denen es angemessener wäre, empfänglich zu sein, und zwar in den psychischen Bereichen, die von dem Chakra gesteuert werden.

Bewegt sich das Pendel über einem Chakra ellipsenförmig nach links oben (IEL, GEL), so wird die Person in diesem Bereich eher zur Passivität neigen. Wenn sich zum Beispiel das Willenszentrum zwischen den Schulterblättern (4 B) als passiv erweist (Ellipse nach links oben), wird sie unfähig sein, sich das zu holen, was sie braucht. Sie wird passiv bleiben, wenn sie aktiv sein müßte. Sie wird darauf warten, daß ihr ein anderer das Ge-

wünschte gibt. Sie wird nicht fähig sein, sich für ihr Recht einzusetzen, oder aufzustehen, wenn sie an der Reihe ist. Oft brüstet sich eine solche Person mit falscher Bescheidenheit, während sie in Wahrheit Angst davor hat, aggressiv zu sein, und zwar aufgrund von tief sitzenden Bildern über die Bedeutung von Aggressivität.

Eine bestimmte Vorstellung und Bewertung von Aggressivität ist ungebrochen von der Kindheit mitgetragen worden. Das Kind mag zum Beispiel einen sehr aggressiven Vater gehabt haben, der es jedesmal überwältigt oder gedemütigt hat, wenn es nach etwas gegriffen hat, das es brauchte. Es hat auf diese Weise gelernt, daß Nach-etwas-greifen eine schlechte Methode ist, um das zu bekommen, was es wollte. Kinder sind sehr kreativ, und so hat das Kind wahrscheinlich andere Wege ausprobiert, um sein Ziel oder zumindest einen Ersatz zu erreichen. Das, womit es Erfolg hatte, übernimmt das Kind dann als natürliches Verhalten. Es wird dieses Verhalten so lange fortsetzen, bis es sich in seinem Leben nicht mehr bewährt. Leider ist es sehr schwer, eine Gewohnheit zu brechen; es erfordert Arbeit, neue Wege zu finden, weil Aggression in erster Linie als negativ betrachtet wird. Gewöhnlich verbirgt sich hinter der Passivität eine feindselig aggressive Seite der Persönlichkeit, die ihre Gefühle am liebsten hemmungslos ausschreien würde und nehmen möchte, was sie will. Wenn die Person dies in einem therapeutischen Kontext wiederholt tut, wird sie allmählich fähig, die gesunde Aggression in ihre Persönlichkeit zu integrieren. Die Aggressionsarbeit muß mit der Transformation der Passivität in gesunde Rezeptivität verbunden sein.

Je größer die Abweichung des Pendels von der Kreisbewegung über einem Chakra ist, um so ernster ist die psychische Störung in diesem Bereich. Die stärkste Rechts-Links-Spaltung zeigt sich in einer geradlinigen Hin- und Herbewegung des Pendels im Winkel von fünfundvierzig Grad über der senkrechten Achse des Körpers (R7, L10 in Schema 10-2). Je größer die Pendelbewegung ist, desto mehr Energie ist in der psychischen Störung gebunden. Eine Messung von R15 für Zentrum 4 B zeigt, daß sich die Person rücksichtslos nimmt, was sie will.

Die gleiche Regel für die Messung der Ernsthaftigkeit eines Zustandes gilt für den geradlinigen Ausschlag des Pendels entweder entlang der vertikalen Achse (parallel zur vertikalen Achse des Körpers [V]), oder horizontal (senkrecht zur vertikalen Achse des Körpers [H]). Der vertikale Ausschlag ist ein Anzeichen dafür, daß das Individuum seine Energie nach oben lenkt und somit persönliche Interaktion vermeidet. Der horizontale Pendelausschlag zeigt an, daß die Person die Energie nach unten drückt und Gefühle und Energiefluß staut, um auf diese Weise der persönlichen Interaktion aus dem Weg zu gehen. Ein Pendelergebnis von V12 bei Zentrum 3 A bedeutet zum Beispiel, daß die Person ihr Bedürfnis nach Verbundenheit nach oben, ins Spirituelle, richtet und eine enge persönliche Beziehung zu einem anderen Menschen meidet. Sie definiert ihren Platz im Universum vom Standpunkt spiritueller Glaubenshaltungen aus und schneidet sich von der Verbundenheit mit einem anderen menschlichen Wesen ab. Ein Pendelergebnis von H 12 für dasselbe Zentrum würde anzeigen, daß sich die Person mit niemandem verbindet, weder auf der spirituellen noch auf der menschlichen Ebene. Das kann zur persönlichen Isolation führen. Das Chakra könnte aufgrund des mangelnden Gebrauchs und des Energiestaus völlig zum Stillstand kommen. In einem solchen Fall ist starke psychodynamische Körperarbeit notwendig.

Wenn sich jemand im therapeutischen Prozeß auf einen bestimmten Aspekt seines Wesens konzentriert, sei es, daß er sich von innen heraus dafür entschieden hat oder durch äußere Umstände dazu gedrängt wird, werden ein oder mehrere Chakras wahrscheinlich chaotische oder asymmetrische Bewegungen vollführen. (EAS12, GEAS15 in Schema 10-2.) Das Pendel wird chaotisch hin und her schwingen, meist in einer elliptischen Bewegung mit Achsensprung. Eine solche Zickzackbewegung kann den Anfänger verwirren. Hält man das Pendel jedoch längere Zeit über das Chakra, so wird man den Achsensprung beobachten können. Die Bewegungsmuster des Pendels werden wie die letzten beiden Eintragungen in Schema 10-2 aussehen. Für den Therapeuten sind sie ein Signal dafür, wieviel sich im Klienten ereignet. Es ist dann an der Zeit, die Themen auf einer

tiefen Ebene zu behandeln und dabei dem Klienten viel Zeit und Raum für Selbsterforschung zu geben. Der Klient sollte sich wenn möglich aus seinen täglichen Pflichten zurückziehen, um diese Periode des tiefgreifenden persönlichen Wandels voll nutzen zu können. Ich habe das Phänomen immer wieder an Menschen beobachtet, die sich in einer einwöchigen, intensiven Zurückgezogenheit befanden und dabei einen starken Wandlungsprozeß durchmachten.

Mit zunehmender Pendelerfahrung wird der Therapeut die Sprache des Pendels immer differenzierter verstehen. Die Geschwindigkeit des Ausschlages zeigt an, wieviel Energie in einem Chakra transformiert wird. Durch Übung lernt er, bestimmte Qualitäten zu erkennen, wie zum Beispiel Enge, Spannung, Überschwenglichkeit, Schwere, Traurigkeit, Kummer, inneren Frieden oder Klarheit. Ein schneller Ausschlag kann hektisch sein und auf Überarbeitung, Spannung und Druck in diesem Bereich hinweisen; er kann aber auch ein ekstatisches Gefühl und positive Aggression in diesem Gebiet anzeigen. Indem der Therapeut seine Wahrnehmungsfähigkeit für die Qualität des Energieflusses durch ein Chakra schärft, kann er sich besser über den Zustand des Klienten informieren. Er kann sagen, wie stabil ein Chakra ist, wie lange es ungefähr schon in dem Zustand ist, in dem er es vorfindet, ob es zwischen zwei oder mehr Zuständen hin und her schwankt und anderes mehr. Ein Chakra kann zwanzig Prozent der Zeit offen sein oder achtzig Prozent. Ein erfahrener Therapeut wird dies spüren. Natürlich bedarf es dazu der Übung und der Überprüfung.

Beim Übergang vom geschlossenen zum offenen Zustand in der intensiven Therapiearbeit gehen die Chakras durch verschiedene Phasen. Im Prozeß der Verwandlung der eigenen Grundüberzeugungen wird die Bewegung der Chakras neu ausgerichtet. Ein Chakra, das bisher mit einem großen Durchmesser geschlossen war (G15), schrumpft manchmal zunächst, wechselt die Richtung und vergrößert sich dann wieder in einer harmonischen Drehung auf fünfzehn Zentimeter (I15). Öfter geschieht es, daß ein G 15-Chakra, sagen wir das Herz- oder Nabel-Zentrum, innerhalb von fünf Minuten tiefen Weinens die Richtung wechselt

und zu I15 wird. Diese Art von plötzlicher Veränderung wird nicht lange anhalten; wenn die Person die Arbeit jedoch über lange Zeit fortsetzt, wird das Chakra nach jeder Öffnung länger offenbleiben. Das erhöht die Zeit, in der es harmonisch funktioniert, und die Phasen, in denen sich die Person glücklich fühlt, werden länger. Schließlich wird sich das Chakra in der offenen Position stabilisieren und sich nur noch selten schließen. Die Person wird dann in ihrer Entwicklung fortschreiten und mit dem nächsten Chakra arbeiten, das unharmonisch funktioniert und sie am Glückseligsein hindert. Wenn sich in einer Therapiesitzung ein chronisch geschlossenes Chakra öffnet, so ist es nicht ungewöhnlich, daß sich ein anderes Chakra zur Kompensation vorübergehend schließt. Die Persönlichkeit kann den neuen offenen Zustand nicht aushalten, ohne sich am Anfang einen imaginären Schutz zu schaffen.

Studie über die Wirkung intensiver innerer Arbeit in der Zurückgezogenheit

Wir wollen jetzt die Chakrakonfigurationen untersuchen, die in einem bestimmten Fall tatsächlich gemessen wurden. Es handelt sich um eine Frau, die zweimal in das Phoenicia Pathwork Center nach Phoenicia/New York kam, um jeweils eine einwöchige, sehr intensive Zurückgezogenheit zu erleben. Das erste Mal kam sie 1979 und das zweite Mal 1981. Das zweite Mal kam sie mit ihrem neuen Ehemann, und die beiden machten sehr intensive Paararbeit. Die Chakramessungen wurden am Anfang der Woche vorgenommen, bevor die Arbeit begonnen hatte, und dann noch einmal am Ende der Woche nach Beendigung der Arbeit. Bei allen Messungen war die Frau in einem sehr ruhigen Zustand. Die Ergebnisse sind in Schema 10-3 aufgeführt. Um sie interpretieren zu können, müssen Sie die Abb. 7-3 und Schema 9-1 hinzuziehen.

Wie Sie aus den Ergebnissen sehen, funktionieren die mentalen Zentren am besten, dann kommen die Gefühlszentren und am schlechtesten arbeiten die Willenszentren. Das heißt, die Frau

hat einen gut funktionierenden Intellekt, insbesondere, was ihre Fähigkeit zur begrifflichen Erfassung der Realität (6 A) und zur Integration von Persönlichkeit und Spiritualität (7) angeht.

Ihr mentales Ausführungs-Zentrum (6 B) weist meistens eine Rechts-Links-Spaltung auf, da sie in Situationen, die mit der schrittweisen Umsetzung ihrer Ideen zu tun haben, eher zu Aggression neigt, während doch Rezeptivität angemessener wäre. Sie wird sich zum schrittweisen Handeln entscheiden, ohne zu berücksichtigen, ob es der richtige Zeitpunkt ist. Als sie zum ersten Mal kam, war dieses Zentrum aggressiv. Am Ende der Woche hatte es sich beruhigt; es war nicht mehr aggressiv, sondern stand beinahe still. Dieser Stillstand hielt nicht an. Er verwandelte sich auch nicht in ein harmonisches Funktionieren, was häufig im Laufe der Zeit geschieht. Als sie nach zwei Jahren wiederkam, war das Zentrum wieder aggressiv und veränderte sich während des zweiten Aufenthalts nicht. Sie hatte immer

Wirkung intensiver innerer Arbeit (Schema 10-3)

| Chakra | 1979 | | 1981 | |
|-----------------------------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
| | vor Therapie | nach Therapie | vor Therapie | nach Therapie |
| 7-Kroncn | I15 | I15 | I12 | I12 |
| 6B-Tatkraft | IER10 | S | RI0 | IER15 |
| 5 B-Beruf/ Gesellschaft | G7 | IER7 | G7 | I10 |
| 4B-Ich-Wille | I12 | I12 | G12 | I12 |
| 3B-Wille zur Gesundheit | IER7 | G7 | IEH10 | I10 |
| 2B-Sexueller Antrieb | GI0 | GI0 | GI0 | I10 |
| 6A-Einsicht | 110 | 112 | 112 | I12 |
| 5A-Re/eptivität/ Verantwortung | L10 | IER10 | 112 | I7 |
| 4 A-Liebe | I7 | I10 | 110 | I10 |
| 3A-Universales Erkennen | GI0 | I7 | G7 | I12 |
| 2A-Sexuelle Hingabe | I10 | I10 | IEAS10 | I12 |

noch das Problem, beim Durchsetzen ihrer Ideen übermäßig aggressiv zu sein. Das war das einzige Chakra, das sich nicht geändert hatte. Alle anderen Chakras waren am Ende des zweiten Aufenthalts im Gleichgewicht.

Auch ihre anderen Willenszentren wiesen Probleme auf. Im Laufe der beiden Wochen setzte immer wieder eines von ihnen aus. Als sie 1979 ankam, arbeiteten die Zentren 5 B, 3 B und 2 B nicht richtig, denn ihre Aggressivität äußerte sich negativ als Stolz (Zentrum 5 B), Selbstzerstörung (Zentrum 3 B) und in einer Dämpfung der sexuellen Kraft. Letzteres bewirkte die Aufspaltung des Energieflusses durch das Zentrum 2 B in vier Teile (das Pendel zeigte vier klar unterscheidbare Kreise), und daß sie von dieser Energie, zum Beispiel in Kämpfen mit ihrem früheren Mann, negativen Gebrauch machte. Nach dem ersten Aufenthalt war der einzige Fortschritt in ihren Willensfunktionen im Bereich des Stolzes festzustellen, mit dem sie ihre Gefühle der Unzulänglichkeit kompensiert hatte. Sie hatte den Stolz aufgegeben und in positive Energie verwandelt, der ihrer beruflichen Arbeit zugute kam (5 B). Dennoch herrschte in diesem Zentrum immer noch eine gewisse Überaktivität. Als sie nach zwei Jahren zum zweiten Mal kam, hatte sie immer noch die gleichen Willensprobleme. Sie lösten sich während dieser zweiten Woche, und alle Willenszentren begannen normal zu funktionieren.

Die Gefühlszentren wiesen einige Schwierigkeiten auf; sie waren aber nicht so stark wie bei den Willenszentren. Das Herz-Zentrum (4 A) war während der zwei Jahre offen geblieben. (Sie ist sehr liebesfähig.) Das Kehrl-Zentrum (5 A) zeigte ihre Schwierigkeiten, Positives von außen anzunehmen, und ihren Drang, eigene Bedürfnisse aggressiv zu verleugnen. Nach der ersten Woche milderte sich beides, und als sie nach zwei Jahren wiederkam, war das Problem gelöst, vor allem dadurch, daß sie eine sehr innige Beziehung zu dem Mann hergestellt hatte, den sie liebte. Hingegen war das Nabel-Zentrum (3 A), wodurch sich der eigene Platz im Universum manifestiert, bei ihrer Ankunft geschlossen. Es öffnete sich während des ersten Aufenthalts, schloß sich aber wieder in der Zwischenzeit. Am Ende des zweiten Aufenthaltes im Phoenicia Pathwork Center war es wie-

der offen und konnte mehr Energie transformieren. Durch die Paararbeit, in der sie die Beziehung zu dem Mann, den sie liebte, klären und stabilisieren konnte, öffnete sich das Zentrum ihrer Sexualkraft.

Während der ersten Woche hatte sie ihre Gefühlszentren geöffnet und begonnen, sich in der Welt des Fühlens heimisch zu fühlen, In der zweiten Woche arbeitete sie sehr stark mit den Gefühlszentren, die nicht so blockiert waren wie die Willenszentren, und sie war dadurch fähig, sich ihrem Willensmißbrauch zu stellen und die Willenszentren ins Gleichgewicht zu bringen. Wie die Ergebnisse zeigen, hatten die meisten Chakras große Durchmesser, was anzeigt, daß die Person mit diesem Energiesystem viel Kraft hat.

Es ist interessant, daß die Zentren der Krone, der Stirn und des Herzens in der zweijährigen Zwischenphase alle offen blieben. Die Frau ist also mit ihrer Spiritualität stark verbunden, kann die Realität begrifflich erfassen und ist liebesfähig. Sieht man ihre Persönlichkeit im ganzen, so tritt als stärkste Funktion die Vernunft hervor und die Tatsache, daß sie ihren Willen übermäßig aggressiv einsetzt, um Gefühle der Verletzlichkeit zu kompensieren und sich gegen Verletzungen zu schützen.

Wie ich schon sagte, funktionierten am Ende des zweiten Aufenthalts alle Willenszentren gut, mit Ausnahme des mentalen Ausführungs-Zentrums. Solange es so bleibt, wird ihr Intellekt, ihr Wille und ihr Gefühl ausgeglichen sein, und sie wird ein glücklicheres und harmonischeres Leben führen können.

Kapitel 11

Beobachtungen der Aura in Therapiesitzungen

Die Aura ist das »fehlende Glied« zwischen Biologie und Schulmedizin und Psychotherapie. Sie ist der Ort, wo sich all die Emotionen, Gedanken, Erinnerungen und Verhaltensmuster befinden, über die wir in der Therapie endlos sprechen. Diese wabern nicht nur in unserer Einbildung umher, sondern sie haben Ort, Zeit und Raum. Gedanken und Gefühle bewegen sich zwischen den Menschen in Zeit und Raum hin und her, und zwar mittels des menschlichen Energiefeldes. Weiß man etwas von diesen Prozessen, so kann man sie beeinflussen. Lassen Sie uns nun den Energiefluß in der Aura von Menschen betrachten, und zwar in ihrem alltäglichen Leben und in der Therapie. Wir werden uns auf die farbigen Formbewegungen der unteren vier Schichten der Aura konzentrieren und in einem späteren Kapitel auf die Diskussion der Chakras zurückkommen.

Die Wahrnehmung von Farben im Energiefeld

Wenn man anfängt, die Aura zu sehen, weiß man zunächst nicht, was die Farben bedeuten. Durch Übung wird die allgemeine Bedeutung der Farben allmählich klar und kann mit zunehmender Sensitivität direkt erfaßt werden. (In Kapitel 23 wird die Bedeutung der Farben im einzelnen behandelt.)

Ich erinnere mich noch deutlich an meine erste Wahrnehmung einer »Explosion« im menschlichen Energiefeld. In einem bio-

energetischen Urschrei-Workshop 1972 beobachtete ich, wie eine Klientin plötzlich aufleuchtete, als sie ihre Trauer über den Tod ihres Vaters ausschrie, der an Krebs gestorben war. Helle rote, gelbe, orange und ein paar blaue Strahlen schossen aus ihrem Kopf heraus. Ich blinzelte mit den Augen, aber das Phänomen blieb bestehen. Ich kniff die Augen zusammen, ging im Raum umher, ich suchte das Nachbild - es änderte sich nichts an der Wahrnehmung. Ich konnte nicht länger leugnen, daß ich um den Kopf der Menschen Farben sah, und begann nun, das Phänomen näher zu betrachten.

Als ich langsam geübter darin wurde, die Aura zu sehen, fing ich an, meine Beobachtungen mit dem persönlichen Zustand der Person in Beziehung zu setzen. Ich stellte fest, daß die Menschen helle Farben aussenden, wenn sie innerlich oder äußerlich aktiv sind. Sind sie ruhig, so kehrt das Aurafeld zu einem stabilen, »normalen« Zustand zurück.

Im allgemeinen sieht die »normale« oder »ruhende« Aura folgendermaßen aus. Die erste Schicht, welche die Haut in einem Abstand von einem bis vier Zentimetern umgibt, hat eine blaue Tönung und pulsiert fünfzehn- bis zwanzigmal pro Minute. Das pulsierende Licht bewegt sich in einer wellenförmigen Bewegung über die Arme und Beine und den Rumpf nach unten. Dann folgt eine hellblaue bis graue Schicht, die in der Nähe des Körpers heller ist und nach außen verblaßt. Das Blau wandelt sich gewöhnlich in der Umgebung des Kopfes in Gelb mit einer Ausdehnung von etwa sieben bis zehn Zentimetern. Normalerweise fließen aus den Fingerspitzen, den Zehen und dem Scheitel hellblaue Lichtbänder heraus. Die meisten Menschen können nach einigen Minuten Übung und klaren Anweisungen diese Bänder sehen. Sie sind meistens blau, können aber auch eine rötliche und purpurne Färbung annehmen, oder jeden anderen Farbton.

Übungen zur Wahrnehmung der Aura anderer Menschen

Nachdem Sie die Übungen zur Wahrnehmung der Aura an Ihren Fingerspitzen gemacht haben, wollen wir nun die Aura anderer Menschen betrachten. Am besten eignet sich dazu die Abenddämmerung. Der Raum sollte gerade noch so hell sein, daß Sie das Gesicht des anderen gut sehen können. Bitten Sie Ihren Freund, sich vor eine glatte, weiße Wand oder eine Filmleinwand zu stellen. Es darf kein künstliches Licht da sein, in das Sie aus Versehen schauen könnten. Entspannen Sie Ihre Augen.

Um die Aura zu sehen, müssen Sie von der Nachtfunktion Ihrer Augen Gebrauch machen, so als würden Sie im Dunkeln gehen und feststellen, daß Sie die Dinge besser wahrnehmen können, wenn Sie sie nicht direkt anschauen. Sie benutzen mehr die Stäbchen in Ihren Augen als die Zapfen. Die Stäbchen sind für niedrige Lichtstärken weit empfindlicher als die Zapfen, die für Tageslicht und helle Farben eingerichtet sind. Betrachten Sie den Raum um den Kopf Ihres Freundes oder um die Nacken/Schulterpartie. Entschärfen Sie Ihren Blick, damit Sie mehr den Raum betrachten als eine bestimmte Linie. Während Sie Ihren Blick auf dem Kopf weich ruhen lassen, erlauben Sie dem Licht, in Ihre Augen einzuströmen. Schaffen Sie in sich die Empfindung, daß Sie etwas in Ihre Augen hineinkommen lassen, anstatt daß Sie mit Ihren Augen etwas zu erfassen trachten; es ist ein Vorgang der Öffnung, nicht des Bemühens. Lassen Sie sich viel Zeit. Versuchen Sie es mit verschiedenen Menschen, am besten mit jemandem, der selbst die Aura sehen kann, denn so können Sie das, was Sie wahrnehmen, mit ihm besprechen.

Vielleicht glauben Sie etwas zu sehen, und sobald Ihnen das zu Bewußtsein kommt, ist es schon verschwunden; Sie konnten noch nicht einmal sagen: »Da ist es!« Vergewissern Sie sich, daß Sie nicht dieselbe Wahrnehmung haben, wenn Sie auf die leere Wand schauen. Wäre das der Fall, so handelt es sich um den Nachbildeffekt, ein Bild, welches das Auge aufgrund von komplementären Farbwirkungen oder starken Helligkeitskontrasten

selbst erzeugt. Das Auraphänomen ist sehr schnell und nicht statisch - es pulsiert. Sie sehen vielleicht eine Farbe den Arm hinunterzucken oder oben aus dem Feld abfließen. Vielleicht sehen Sie eine Art Nebel um den Körper, der nicht besonders aufregend aussieht. Seien Sie nicht enttäuscht, das ist nur der Anfang. Kaufen Sie sich eine Aurabrille - manche esoterischen Buchläden führen so etwas - und folgen Sie der Gebrauchsanweisung. Eine solche Brille ist bei der Entwicklung Ihrer Wahrnehmungsfähigkeit hilfreich; sie hat einen kumulativen Effekt auf die Sensitivität des Auges. Kobaltblaue Gläser sind am besten, aber schwer zu bekommen. Die meisten Aur Brillen sind dunkelrot und funktionieren auch gut.

Machen Sie diese Übungen nie zu lange, denn sie bewirken starke Müdigkeit. Meistens werden die Leute furchtbar aufgeregt, wenn sie zum erstenmal etwas sehen. Machen Sie dann weiter, beginnen Zweifel zu nagen und das Energiesystem ermüdet. Es dauert nicht lange, und das Zimmer ist voll mit erschöpften Gestalten. Üben Sie also täglich nur wenig und überprüfen Sie Ihre Wahrnehmungen anhand der Illustrationen und Beschreibungen, die nun folgen.

Wenn jemand ein starkes Gefühl hat, dann wird seine ruhende Aura plötzlich von einer anderen Farbe und Form durchdrungen, die seinem Gefühlszustand entsprechen. Beruhigt sich sein Gefühl, nimmt die Aura wieder ihre ursprüngliche Farbe an. Wie lange das dauert, ist von Person zu Person verschieden, und hängt von verschiedenen Faktoren ab. Wenn die Person das Gefühl nicht zum Ausdruck bringt, wird es in der Aura gewöhnlich so lange in einer schwächeren Tönung bleiben, bis sie es tut; bringt sie nur einen Teil zum Ausdruck, so verschwindet auch nur ein Teil aus der Aura. Die Farben und Formen können schnell hindurchzucken und aus dem Aurafeld austreten, oder sie verblassen in einigen Minuten oder sogar erst in ein paar Wochen. Sie können auch von anderen Farben und Formen schichtweise überlagert werden. Manche Formen, auf die ich später eingehen werde, bleiben jahrelang in der Aura sichtbar. Jeder Gedanke, jedes Gefühl und jede Erfahrung beeinflusst und verändert die Aura. Manche lassen bleibende Spuren zurück.

Betrachten wir zum Beispiel die Aura eines Sängers. Wenn er singt, weitet sich seine Aura aus und hellt sich auf. Nach dem Einatmen, bevor er eine neue Liedzeile beginnt, schießen helle Blitze und Funken schillernden blauviolettten Lichtes nach außen. Nimmt die Aufmerksamkeit des Publikums zu, dehnt sich seine Aura aus. Große Lichtbögen spannen sich vom Sänger zum Publikum und beider Auren treten miteinander in Verbindung. Wenn Gefühle vom Sänger zum Publikum fließen, entstehen gemeinsame Formen.

Diese Energiebewußtseinsformen drücken in ihrer Struktur und in ihrer Farbe die gemeinsamen Gedanken und Gefühle der Gruppe aus, aber auch die Musik, die ertönt. Am Ende des Liedes trennen sich die Formen wieder und werden durch den Applaus aufgelöst, der alle Formen aus dem Feld löscht und es für den nächsten Akt freimacht. Sowohl der Künstler wie das Publikum werden energetisch aufgeladen, indem sie die Energie absorbieren, die durch die Musik geschaffen wurde. Ein Teil dieser Energie wird dazu verwandt, Blockierungen im Körper aufzulösen; ein anderer Teil kommt der nächsten künstlerischen Darbietung zugute.

Bei einem Mann, der über sein Lieblingsthema einen Vortrag hält, weitet sich die Aura aus und wird gelbgolden mit silbrig-goldenen oder schillernd blauen Funken. Zwischen dem Vortragenden und dem Publikum entsteht das gleiche Phänomen, wie ich es schon bei dem Sänger beschrieben habe, dieses Mal liegt die Betonung jedoch auf den mentalen Energien, die sich gelbgolden abzeichnen. Nach dem Vortrag, der den Sprecher in eine Hochstimmung versetzt hat, bleibt die Aura eine Weile ausgeweitet. Es ist zu einem wechselseitigen Austausch von Energie gekommen. Ein Teil des Publikums hat die Schwingungen des Vortragenden aufgenommen, und zwar dadurch, daß sie die eigene Schwingung durch harmonische Induktion auf die Ebene des Vortragenden anheben. Liebe leuchtet in der Aura in einem weichen wunderschönen Rosa. Manchmal ist es mit Gold gemischt. Spirituelle Gefühle zeigen sich in einer ganzen Reihe von Farben; blau für Wahrheit, purpur für Geistigkeit und silber/gold für Reinheit.

Manchmal strahlen Menschen die Farben aus, die sie gerne tragen. Eine Frau, die ein Core-Energetik-Training leitet, trägt häufig grün, denn diese Farbe steht in Verbindung mit körperlicher Gesundheit und mit Heilen. Ein Mann, der am liebsten ein Hemd in einer lila Farbe trägt, strahlt diese Farbe auch aus. Sie entspricht seinen liebevollen Gefühlen und seiner Weichheit.

Schwangerschaft weitet das Feld der betreffenden Frau aus und macht es deutlich heller. So zeigten sich bei einer Kursteilnehmerin, die im sechsten Monat mit einem Mädchen schwanger war, schöne weiche Farbwolken in Blau, Rosa, Gelb und Grün, die sich über ihre Schultern nach unten bewegten.

Dies sind nur einige Beispiele dafür, daß das menschliche Energiefeld mit allem, was wir auf der rein körperlichen und psychischen Ebene wahrnehmen, aufs engste verbunden ist.

Ärger und andere negative Emotionen

Rot gilt als Ausdruck von Ärger. Als ich jedoch einmal meinem glücklichen, energiegeladenen, elfjährigen Sohn beim Spielen zuschaute, kamen rote und orange Strahlen aus seinem Kopf. Es ist ein spezifischer Rotton, der Ärger anzeigt. Helles Rotorange ist kein Zeichen für Ärger; es ist Ausdruck der vibrierenden Lebenskraft. Auch die Frau, die den Tod ihres Vaters betrauerte und in dem erwähnten Urschrei-Workshop eine Gefühlsexplosion erlebte, hatte diesen Rotton in ihrer Aura. Sie hatte gleichzeitig die verschiedensten Gefühle, was sich in den vielen Farben ausdrückte. Das Leuchten ihrer Aura und die geradlinigen Strahlen, die nach außen schossen, zeigten, wie intensiv ihre Gefühle waren.

Wut erscheint dunkelrot. Wenn jemand Wut ausdrückt, schießt sie in Blitzen oder Funken nach außen. Ich habe das in der Therapie mit einzelnen oder Gruppen oft beobachtet.

Im Gegensatz dazu tritt nicht ausgetragene Wut und/oder nicht freigesetzter Schmerz als roter Fleck aus dem Kehlbereich aus und bewegt sich langsam nach außen. Wird die Person in diesem Augenblick mit einer verletzenden Bemerkung konfrontiert, so

bewegt sich der rote Fleck sofort wieder auf ihren Körper zu und tritt im Herzbereich in ihn ein. In dem Moment, in dem der Fleck das Herz der betreffenden Person berührt, mag sie zu weinen beginnen. Jedoch nicht in einer kathartischen Weise sondern in der Bedeutung: »Ich Arme, ich Opfer.« Nach meiner Interpretation sticht sich die Person mit ihrer eigenen Wut in ihr Herz.

Angst zeigt sich in der Aura weißlich-grau und stachelig, analog zu der »aschfahlen« Gesichtsfarbe, mit der sich Angst ausdrückt. Die Aura sieht sehr unangenehm aus und hat einen abstoßenden Geruch. Neid erscheint schmutzig, dunkelgrün und klebrig, jemand ist »grün vor Neid«. Traurigkeit ist dunkelgrau und schwer und lastet wie eine düstere Wolke über dem Kopf. Frustration und Reizbarkeit zeigen sich in dunkelroten Tönungen (rot vor Ärger); besonders charakteristisch für Ärger sind die unregelmäßigen Schwingungen, die gegen das Energiefeld eines anderen Menschen anprallen und sehr unangenehme Empfindungen auslösen. Freunde reagieren auf eine solche Störung gewöhnlich dadurch, daß sie die Person zu einem direkten Ausdruck der negativen Gefühle auffordern, mit denen sie dann leichter umgehen kann. Wenn zum Beispiel jemand fragt: »Bist du wütend?«, und der andere ärgerlich »Nein!« schreit, dann wird ein Teil dieser unangenehmen Ladung auf der Energieebene frei.

Die Wirkung von Drogen auf die Aura

Drogen wie LSD, Marihuana, Kokain und Alkohol schädigen die gesunde Leuchtkraft der Aurafarben und bilden »ätherischen Schleim«, so wie es auch Krankheit tut. Das Schnupfen von Kokain ruft in der Aura grauen, ätherischen, klebrigen Schleim möglicherweise auf nur einer Seite des Gesichtes hervor, während die andere Seite relativ klar bleibt.

Bei einem Mann, der sehr viele LSD-Trips genommen hatte und viel Alkohol trank, war die Aura schmutzig-grünbraun. Bei ihm bildete sich auf einer Seite des Kopfes ein schmutziger grüner Fleck, der sich langsam nach unten bewegte und nicht

freigesetzt wurde. Der Fleck entsprach den verwirrten, undifferenzierten und gestauten Gefühlen von Ärger, Neid und Schmerz des Mannes. Wäre er in der Lage gewesen, diese Gefühle zu sortieren, ihre Ursachen zu verstehen, sie zum Ausdruck zu bringen und freizusetzen, dann hätte sich dieser Fleck sicherlich in hellere und klarere Farben differenziert-rot, grün und grau- und wäre nach außen abgewandert. Da sein Feld aber sehr stark verschmutzt war, mußte sich dieser Mann einer intensiven energetischen Reinigung unterziehen, um den ätherischen Schleim zu entfernen; erst dann konnte er seine Energie so steigern, daß er die Kraft hatte, seine Gefühle zu durchleuchten und freizusetzen.

Klumpen in der Aura

Ein anderer Kursteilnehmer hatte sich ebenfalls jahrelang mit Drogen wie LSD und Marihuana vollgepumpt mit dem Ergebnis, daß seine Aura schmutzig-grün war. Der »Abfall« des Drogenkonsums zeigt sich oben rechts neben dem Kopf als ein schwerer »Klumpen«. Der Mann hielt seinen Kopf immer etwas zur Seite geneigt, so als müßte er ein Gegengewicht schaffen. Gewicht und Kopfhaltung blieben wochenlang in derselben Position. Als ich ihm das mitteilte, war er Fähig, es zu erkennen. (Er schaute in einen Spiegel.) Um den Klumpen loszuwerden, mußte auch er von den Drogen loskommen und sein Feld reinigen. Zusätzlich zur Körperarbeit empfahl ich ihm Fasten, gefolgt von einer reinigenden Diät. Das sollte seine Energie so weit anheben, daß er fähig würde, in das Gebilde einzudringen und es aufzulösen.

Eine andere Variante von Schleimkondensation, die als Gewicht in Erscheinung tritt, beobachtete ich bei einer Frau, die über lange Zeit das »brave Mädchen« gewesen war und sich nun endlich zum ersten Mal dagegen auflehnte. Sie hörte auf, »brav« zu sein, und war in einer Therapiesitzung sehr wütend geworden. Sie warf die Stühle um, zertrampelte die Schachtel mit Papiertaschentüchern und riß sie in Stücke. Nach der Sitzung fühlte sie sich befreit. In der darauffolgenden Woche zog sie sich jedoch wieder ganz in ihr Schneckenhaus zurück und kam mit

schrecklichem Kopfweg in meine Praxis. Sie bewegte sich sehr vorsichtig und zog ihre Schultern bis zu den Ohren hinauf. Über ihrem Kopf sah ich einen großen Schleimklumpen. Anscheinend war dieser Schleim in der vorhergehenden Sitzung freigeworden und hatte sich nun dort angehäuft. (Das Phänomen der Giftabsonderung durch bioenergetische Arbeit ist wohlbekannt. Starker Energiefluß setzt Giftstoffe in den Geweben frei. Manchmal werden die Leute nach tiefgehender Arbeit »krank«. Wir sprechen von »Scheingrippe«.) Meine Klientin war nun nicht mehr rebellisch, sondern eher masochistisch - sie strafte sich selbst. Ich schlug ihr vor, mit Körperbewegung zu beginnen, und forderte sie auf, sich mit einer schnellen Bewegung des Oberkörpers nach vorne zu beugen. Als sie das tat, schleuderte sie den Schleimklumpen etwa siebzig Zentimeter nach vorne; sie fiel beinahe um, als würde sie von einem starken Gewicht gezogen. Sie konnte sich gerade noch halten, und der Schleimklumpen schnellte, wie an Gummibändern befestigt, auf ihren Kopf zurück. Sie fiel nun beinahe nach hinten. Sie hatte Angst, die Bewegung zu wiederholen, und so konzentrierten wir uns in der Körperarbeit darauf, bei ihr die Empfindung hervorzurufen, mit beiden Beinen fest auf der Erde zu stehen und von ihr getragen zu werden. Diesen Prozeß nennt man »Erdung«. Bis zum Ende der Sitzung hatte sich der Schleim in einer dünnen Schicht über den ganzen Körper verteilt. Ihr Kopfweg war weg. Die Körperarbeit mußte einige Wochen lang fortgesetzt werden, um sie restlos vom Schleim zu befreien.

Übung, um das »Gewicht« des Energiefeldes zu erfahren

Die folgende Akido-Übung wird Ihnen helfen, ein Gefühl für Ihr Gewicht durch die Aura zu erlangen.

An jeder Seite von Ihnen steht eine Person. Die beiden versuchen, Sie hochzuheben, indem sie Ihre Oberarme unter der Achsel und oberhalb des Ellenbogens greifen. Achten Sie darauf, daß Sie bei all diesen Übungen gerade hochgehoben werden,

ohne vorher zu einer Seite gedrückt zu werden, denn dadurch kann die Verbindung zur Erde zerreißen.

Lassen Sie sich beim ersten Mal einfach so hochheben und versuchen Sie dabei zu empfinden, wie leicht oder schwer Sie für die anderen sind. Senden Sie nun Ihr Energiefeld nach oben. Sie denken »oben« und konzentrieren sich auf die Zimmerdecke. Lassen Sie sich dafür Zeit. Wenn Sie merken, daß Sie Ihre Konzentration oben halten können, dann lassen Sie sich hochheben. War es jetzt leichter?

Nun intensivieren Sie Ihre Verbindung mit dem Boden. Lassen Sie sich auch dafür Zeit. Aus Ihren Fingerspitzen und Ihren Fußsohlen wachsen Wurzeln tief in die Erde hinein. Konzentrieren Sie sich auf die starke energetische Verbindung, die Sie mit dem Boden haben. Wenn Sie sich fest geerdet fühlen, dann lassen Sie sich wieder hochheben. Sind Sie jetzt schwerer?

Dissoziierte Gedankenformen in der Aura

In den Jahren meiner bioenergetischen Arbeit als Therapeutin habe ich ein Phänomen beobachtet, das ich »Bewegung durch Realitätsräume« nenne. Diese »Räume« haben Ähnlichkeit mit dem »Gelände« der Topographie, dessen charakteristische Merkmale die mathematischen Operationen definieren, mit denen es meßtechnisch erfaßt werden kann. Im Bereich der Psychodynamik gibt es »Realitätsräume« oder »Glaubenssysteme«, die Gruppen von Gedankenformen enthalten, in denen sich die Realität adäquat oder verborgen darstellt. Jede Gedankenform enthält ihre eigenen Definitionen der Realität, wie zum Beispiel »Alle Männer sind grausam«, »Liebe ist schwach«, »Kontrolle gibt Sicherheit und Stärke«. Ich beobachte, wie sich die Menschen in ihrer Alltagserfahrung durch verschiedene Räume und Realitäts Ebenen bewegen, die durch diese Gruppen von Gedankenformen definiert sind. In jeder Gruppe oder jedem Realitätsraum wird die Welt anders erfahren.

Diese Gedankenformen sind mit Energie geladen und beobachtbar; sie strahlen Farben unterschiedlicher Stärke aus. Ihre

Intensität und ihre Form sind ein Ergebnis der Energie und der Bedeutung, die ihnen das Individuum gibt. Gedankenformen werden durch gewohnheitsmäßige, wiederkehrende Gedanken erzeugt und aufrechterhalten. Je spezifischer und klarer diese Gedanken sind, um so bestimmter ist die Form. Die Art und Stärke der Emotionen, die an bestimmte Gedanken gekoppelt sind, geben ihnen ihre Farbe, ihre Intensität und ihre Kraft. Solche Gedanken können bewußt sein oder auch nicht. Eine Gedankenform kann zum Beispiel dadurch entstehen, daß man von der Idee besessen ist: »Er wird mich verlassen.« Der Erzeuger der Gedankenform verhält sich so, als würde dies sicher geschehen. Das Energiefeld der Gedankenform wird auf das Feld der betreffenden Person negativ einwirken. Wahrscheinlich wird diese Person dadurch abgestoßen. Je mehr eine solche Gedankenform bewußt oder unbewußt mit Energie versorgt wird, um so sicherer wird sie das gefürchtete Ergebnis zeitigen. Gedankenformen erscheinen meist als ein so natürlicher Teil der Persönlichkeit, daß das Individuum sie gar nicht wahrnimmt. Sie bilden sich in der Kindheit und beruhen auf den Folgerungen, die das Kind aus seinen Erfahrungen gezogen hat; so werden sie in die Persönlichkeit integriert. Sie sind eine zusätzliche Last, welche die Person trägt und von deren Wirkung sie nichts weiß. Solche Ansammlungen von Gedankenformen oder Glaubenssystemen ziehen die entsprechenden Ereignisse in der Außenwelt an.

Da diese Gedankenformen nicht tief im Unterbewußtsein begraben sind, sondern sich am Rand des Bewußtseins befinden, können sie durch therapeutische Methoden wie die Körperarbeit der Core-Energetik, Wortassoziationsspiele und Meditation ins Bewußtsein gehoben werden. Bringt man die Gefühle, die an sie gebunden sind, zum Ausdruck und setzt sie frei, so kann man die Formen verändern. Durch diese Entwicklung kann man die Annahmen über die Wirklichkeit, aus denen die Gedankenformen bestehen, klarer sehen. Wenn die unangemessenen Annahmen (die aus der kindlichen Logik stammen) aufgedeckt, erkannt und freigesetzt werden, können sie durch eine reifere und klarere Realitätssicht ersetzt werden, die zu positiven Lebenserfahrungen führt.

Die Gedankenformen stehen meist in wechselseitigem Zusammenhang; nur selten ist das Bewußtsein in einem Realitätsraum so eingeschlossen, daß es sich der anderen nicht bewußt wäre. Eine solche Person hat also ein hohes Maß an Integration in ihrem täglichen Leben. Ein anderer Persönlichkeitstyp fließt mit Leichtigkeit von einem Realitätsraum in einen anderen, ohne sich deren Verbundenheit bewußt zu sein. Sie kann den dynamischen Wechsel weder integrieren noch verstehen; sie lebt in Verwirrung, insbesondere dann, wenn ein chronisch gleichbleibender Kreislauf aufgelöst wird. Sie ist in einer automatisch ablaufenden Gedankenkette gefangen. In diesen Teufelskreis ist sie hoffnungslos verstrickt und kann sich nur daraus befreien, wenn er ans Licht gebracht und ausagiert wird.

In einem solchen Zustand der Verstrickung findet die Person den vorübergehenden Ausweg nur dadurch, daß sich alle verfügbare Energie in diesem Kreislauf erschöpft. Sie weiß nicht, wie sie herausgekommen ist und ist deswegen nicht in der Lage, den Teufelskreis zu durchbrechen, wenn er das nächste Mal ausgelöst wird. Solche Zustände können auch euphorisch sein, zum Beispiel, wenn jemand überzeugt ist, daß er berühmt und reich werden wird, ohne sich darüber klar zu sein, welch gewaltige Arbeit es erfordert, ein solches Ziel zu erreichen. Es kann aber auch sein, daß sich jemand in einem viel schlimmeren Zustand wähnt, als er es wirklich ist. In beiden Fällen befindet er sich mit der Wahrheit über sich selbst oder seine Lebenssituation nicht in Übereinstimmung. Er sieht nur einen Teil von sich und hält ihn für das Ganze. Vielleicht hat er das Potential, all die großen Dinge zu leisten, die er im ersten Fall für erreichbar hält, aber dafür ist sehr viel Arbeit und Zeit notwendig. Im zweiten Zustand, dem negativen, sieht er Teile von sich, die der Veränderung bedürfen, aber er vergißt, daß Veränderung tatsächlich möglich ist.

William Butler schreibt in seinem Buch *How to Read the Aura* (Wie man die Aura wahrnimmt und deutet), daß bestimmte Gedankenformen im Energiefeld solange fixiert sind, bis sie durch einen inneren oder äußeren Energiestoß in Bewegung kommen. Die Formen bewegen sich dann in einer chronischen Sequenz durch die Aura, werden aber nicht freigesetzt. Sie spielen einfach

ihr Spiel, solange die Energie reicht, gehen dann in einen Ruhezustand über, bis sie wieder genügend Energie angesammelt haben, um sich erneut zu bewegen. Gedankenformen gewinnen durch die gewohnheitsmäßigen, halbbewußten Gedanken und die dazugehörigen Emotionen Energie, aber auch durch die Anziehung, die sie auf ähnliche Gedanken und Gefühle von anderen Menschen ausüben. Mit anderen Worten: Wenn Sie sich ständig für irgend etwas verurteilen, dann werden Ihre Handlungen und Ihre Gefühle diesem Urteil entsprechen, und es wird nicht lange dauern, bis Ihre Umwelt Ihr Selbstbild übernimmt und Ihnen durch Gedanken und Gefühle genau die Energie zukommen läßt, die Ihrem negativen Selbstbild entspricht. Wenn Sie sich zum Beispiel einreden, daß Sie dumm, wertlos, häßlich oder dick sind, werden andere bald mit Ihnen übereinstimmen. Diese Energie kommt zu Ihrem eigenen Vorrat noch hinzu, bis Ihre Gedankenform so viel Energie angesammelt hat (die kritische Maße erreicht hat), daß sie sich entladen kann. Sie fallen dann in einen Zustand, in dem Sie davon überzeugt sind, dumm, häßlich, wertlos oder dick zu sein; dieser akute Zustand dauert solange, bis die Energie vorübergehend erschöpft ist. Sie können natürlich auch ein äußeres Ereignis anziehen, das zu einer Energieexplosion führt. In beiden Fällen gleicht sich der Ablauf. Ein solcher Auslöser muß nicht negativ sein. Wenn sich die Person in einem therapeutischen Prozeß befindet, gibt ihr das die Gelegenheit, den Teufelskreis zu durchbrechen und so zu bearbeiten, daß sie beim nächsten Mal nicht darin gefangen wird.

Indem der Therapeut die Realitätsräume beschreibt, die der Klient gerade erlebt, erkennt der Klient den ganzen Zusammenhang und kann allmählich in sich einen objektiven Beobachter schaffen, der fähig ist, die Wirklichkeitsträume zu beschreiben, durch die er geht. Klient und Therapeut können durch diese Arbeit den chronischen Kreislauf zunehmend klarer definieren und gemeinsam einen Ausweg finden: Sie entwickeln eine Strategie, wie der Teufelskreis das nächste Mal durchbrochen werden kann.

Bei einer schizoiden Klientin erkannte ich deutlich, wie sie in einer solchen Form einrastet, und ging daher an die Tafel und

schrieb die Formen in dem Augenblick an, in dem sie sie zum Ausdruck brachte. Während sie ihre Gedanken aussprach, zeichnete ich von einem Gedanken zum nächsten Pfeile. Bald war der ganze Kreislauf an der Tafel sichtbar. Der Umriss einer solchen Form ist in der Regel eng begrenzt, und der Klient lebt also in einer sehr engen Wirklichkeit, in der überwiegend negative Definitionen und Unterscheidungen herrschen. Vielleicht erscheinen ihm alle anderen Menschen weit entfernt oder gefährlich, oder er ist fest davon überzeugt, ein Opfer zu sein. Der Durchbruch kommt dann, wenn der Klient einen bestimmten Gedanken mit starker emotionaler Ladung so lange festhalten kann, bis die Emotion zum Ausdruck kommt. Wenn der Klient den Ärger oder den Schmerz, der an einen Gedanken geknüpft ist, aushält, stößt er zu tieferen Ebenen dieser Gedankenform vor.

Die schizoide Klientin konnte in dem Moment, als ich die Formen anzeichnete, plötzlich erkennen, in welcher Welt sie lebte. Sie war dadurch fähig, mit sich selbst in Kontakt zu treten und den chronischen Kreislauf zu durchbrechen. Sie brachte ihre Wut zum Ausdruck und erkannte dann die tieferen Schichten des Problems. Die äußere Ebene der Gedankenform ist die Maske, die lieber andere anklagt, als selbst Verantwortung zu übernehmen. Die Person tut dies, um vor sich selbst »gut« zu erscheinen. Das raubt ihr natürlich ihre Kraft, die sie erst dann wiedergewinnt, wenn sie zu der tieferen Wirklichkeit durchdringt, die das Herz dieser Gedankenform bildet. Es besteht in dem Trauma des Kindes, das glaubte, es sei »schlecht«, und nichts könne daran geändert werden.

Meine Klientin begriff die ganze Struktur und wußte, wie sie diese in Zukunft würde durchbrechen können: Sie mußte zuerst ihren Ärger darüber zum Ausdruck bringen, daß sie sich in der Falle fühlte, und dann den Schmerz zulassen, der an diese Gedankenform gebunden war. Normalerweise vermied sie den Schmerz, indem sie an der Oberfläche der Gedankenform und damit in der Unwirklichkeit hängen blieb. Indem sie sich dem Schmerz aussetzte, konnte sie das »Kind«, das sich »schlecht« fühlte, in den »Erwachsenen« integrieren, der wußte, daß das Kind nicht schlecht war.

Meistens sind die Gedankenformen von den Gefühlen dissoziiert, damit die Person die schmerzhaften Gefühle, die in ihnen enthalten sind, nicht erleben muß. Die Person macht große Anstrengungen, die Gedankenform nicht in Bewegung zu setzen, weil dadurch die unerwünschten Gefühle hochkommen könnten. Selbst wenn sie Situationen aus dem Wege geht, durch welche die Gefühle angestoßen werden könnten, funktioniert das nicht ganz, weil sie die Gedankenformen immer wieder mit Energie auflädt. Im Laufe der Therapie werden die Gedankenformen immer mehr mit der Persönlichkeit in Verbindung gebracht. Die negativen Aspekte werden in positive Funktionen verwandelt und in die »normale« Aura als formlose, helle Farben integriert.

Reinigung der Aura während einer Therapiesitzung

Das Core-Energetik-Training ist darauf ausgerichtet, durch Konzentration und körperliche Anstrengung Blockierungen im Energiefeld aufzulösen. Abb. 11-1 zeigt einen solchen Vorgang. Der Klient lehnt sich rückwärts über einen gepolsterten Hocker, um die Muskeln des Oberkörpers zu dehnen und die Entspannung einzuleiten. Die Folge ist eine energetische Entladung und damit eine Auflösung der Blockierung. Der Klient hatte eine starke Energieblockierung am Ansatzpunkt des Zwerchfells an der Wirbelsäule. Bei der Arbeit auf dem bioenergetischen Hocker löste sich diese Blockierung plötzlich mit einem Energieausbruch. Die »Energiewolke« bewegte sich schnell entlang der Wirbelsäule nach oben. Als sie den Kopf des Klienten erreichte und in sein Bewußtsein einbrach, beobachtete ich, wie er in einen anderen Wirklichkeitsraum eintrat. Er fing an zu weinen und durchlebte noch einmal Schmerzen aus seiner frühen Kindheit. Dadurch setzte er die in der Wolke gebundene Energie mehr und mehr frei, und sie konnte so aus seinem Energiefeld abfließen.

Es folgt nun eine Beschreibung einer typischen Therapiesitzung. Zunächst einige Hintergrundinformationen über die Klientin, die ich Susan nenne:

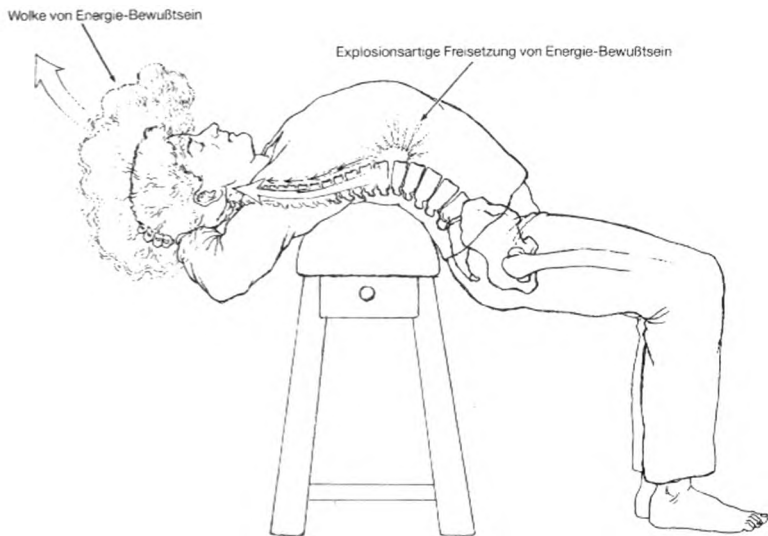


Abb. 11-1: Ein Mann auf einem bioenergetischen Hocker

Susan, eine schöne blonde Frau Ende Zwanzig, selbst Therapeutin, führte mit ihrem Ehemann, ebenfalls Therapeut, eine sehr gute und stabile Ehe, aus der sie eine zweijährige Tochter hat. Sie und ihr Mann, beide in ihrer Umgebung Führerpersönlichkeiten, waren bei ihrer Begegnung und Heirat noch sehr jung gewesen. Susans Vater war zwei Wochen vor ihrer Geburt bei einem Unfall ums Leben gekommen. Die Mutter war danach mit einem Baby und zwei kleinen Söhnen allein. Sie hatte fast kein Einkommen und mußte andere Menschen bitten, Susan aufzunehmen und für sie zu sorgen. Susan wuchs in zwei Familien auf, die eine war sehr sauber, ordentlich und streng christlich, während es bei ihrer Mutter eher schlampig zuging. Ihre Mutter konnte den Schmerz über den Verlust ihres Mannes kurz vor der Geburt ihres dritten Kindes nie verwinden. Sie hat nicht wieder geheiratet, hatte aber viele Liebesaffären.

Susans frühe Heirat befriedigte ihr Bedürfnis nach einem Mann, der für sie sorgte, was sie ja mit ihrem Vater nie erlebt hatte. Susan schleppte auch die Angst mit sich herum, daß sie,

wie ihre Mutter, zu einer guten Ehe nie fähig sein würde, oder aber dafür so vollkommen sein müßte, wie die christliche Familie, in der sie zeitweise aufwuchs.

Als Susan an jenem Morgen zur Therapie kam, schien sie sehr glücklich und fröhlich zu sein. Sie sprach darüber, wie die letzte Woche mit ihrem Ehemann gewesen war. Als sie sprach und die Arme bewegte, warf sie eine rosa-weiße »Glückswolke« nach oben. Diese Fröhlichkeit diente jedoch dazu, ihre tieferen Gefühle zu verdecken, die ich in ihrem Energiefeld wahrnahm. Ich sah einen dunkelgrauen Fleck in ihrem Solarplexus, der Ausdruck für Angst und andere negative Gefühle war. Die zweite Blockierung war auf der Stirn zu sehen (ein helleres Grau, bezeichnend für Verwirrung); sie stand in direktem Zusammenhang mit den emotionalen Herzschmerzen (rot). Sie zeigte starke intellektuelle Aktivität an den Seiten ihres Kopfes (gelb). Im Beckenraum vibrierte ihre sexuelle Lebensenergie (rot-orange).

Während sie fröhlich erzählte und dabei mit ihren Armen rosa und weiße Wolken nach oben warf, überdeckte oder maskierte die hellgelbe Energie, die von den Seiten ihres Kopfes ausstrahlte, den grauen Problembereich auf ihrer Stirn. Sie überzeugte sich selbst davon, daß sie glücklich sei, indem sie das Grau mit dem Gelb, dem Ausdruck ihrer mentalen Energie, übertünchte. Als ich beschrieb, was ich sah, hörte sie sofort auf, die »falsche« rosa Wolke zu erzeugen. Der graue Bereich auf der Stirn trat nun deutlich hervor.

Susans Zustand veränderte sich schlagartig; sie fühlte Angst und Schmerz. Nun fing sie an darüber zu sprechen, was wirklich los war. Kurz bevor sie zu ihrer wöchentlichen Sitzung gekommen war, hatte sie gehört, daß ihre Mutter mit einer Art Augenschwäche ins Krankenhaus eingeliefert worden war. Der Arzt hatte die Vermutung geäußert, das Symptom könne für eine ernste Krankheit wie Multiple Sklerose stehen. Susan war von dieser Nachricht sehr betroffen und brauchte all ihre Kraft, um ihre Gefühle, die sie für ihre Mutter hatte, zu durchleben. Indem sie ihre Sexual- und Lebensenergie im Beckenraum festhielt und sie nicht die Beine hinunterfließen ließ, blockierte sie ihre Verbindung zum Boden und damit zum Fundament, das ihr als

Mensch auf dieser Erde gegeben ist. An diesem Punkt der Sitzung war es also wichtig, die Energie nach unten in die Erde zu leiten und sie so mit ihrer energetischen Grundlage in Verbindung zu bringen, der Kraft in ihrem Becken und ihren Beinen.

Mit Bein- und Beckenübungen bewegten wir die Energie aus dem Beckenraum durch die Beine nach unten, um so eine Grundlage für schwierigere Arbeit zu haben. Die Energie floß sehr schnell durch die Beine in den Boden und dann über ihren ganzen Körper, so daß ihr System gleichmäßiger aufgeladen war. Als der Stau im Beckenraum gelöst und dadurch eine Veränderung der Energie eingetreten war, spürte sie ihre eigene Sexual- und Lebenskraft und bekam dadurch ein Gefühl von Sicherheit. Diese Beckenblockierung war an ihre Mutter gekoppelt, die mit ihrer eigenen sexuellen Energie nicht gut umgehen konnte. Susan hatte immer noch Angst davor, so zu sein wie ihre Mutter. Da Susan eine starke Verbindung zwischen Herz und Geschlecht hatte, bestand in Wirklichkeit keine derartige Gefahr, und die Energie hatte deswegen so schnell die Beine hinunter und in den Boden fließen können. Nach der Erdung ihrer Energie, konnte Susan angenehme Gefühle haben und sie gleichzeitig beherrschen, konnte sich also frei entscheiden, wie sie mit dieser Kraft umgehen wollte.

Nun war Susan fähig, ihren Schmerz über die Krankheit ihrer Mutter zum Ausdruck zu bringen. Sie fing an zu weinen, und der rote Fleck im Herzbereich wurde freigesetzt. Wir gingen nun dazu über, an der stärksten Blockierung im Solarplexus zu arbeiten, die mit unerfüllten Kindheitsbedürfnissen zu tun hatte und derentwegen sie Groll gegen ihre Mutter hegte. Das Energiefeld spiegelte ihren inneren Konflikt. Auf der einen Seite fühlte sie Liebe zu ihrer Mutter und Schmerz über ihre Krankheit, auf der anderen Seite spürte sie Wut über ihre Zurückweisung als Kind, die sich etwa so äußerte: »Du hast dich damals nicht um mich gekümmert, warum sollte ich mich jetzt um dich kümmern?« Durch das Bewußtmachen und Verstehen des Konflikts löste sich der graue Bereich in der Stirn allmählich auf.

Um den dunklen Fleck im Solarplexus aufzulösen, war starke Körperarbeit nötig. Susan lehnte sich rückwärts über den bio-

energetischen Hocker, um die Blockierung zu dehnen und zu lockern. Sie machte dann heftige Bewegungen mit dem Oberkörper, den sie nach vorne und nach unten warf, um die Gefühle, die in dieser Blockierung gebunden waren, freizusetzen. Es war nicht nur das Gefühl der Zurückweisung durch ihre Mutter, sondern auch Susans Bedürfnis, ihre Mutter für alle Entbehrungen verantwortlich zu machen, die sie je erfahren hatte. Susan hatte sich in ihrem gegenwärtigen Leben »sicher« im Zustand der Entbehrung eingerichtet; die Entbehrungen der Kindheit waren durch die Gewohnheit, sich selbst Entbehrungen zuzufügen, ersetzt worden. Der dunkle Fleck im Solarplexus, der zunächst zehn Zentimeter groß gewesen war, hellte sich auf und vergrößerte sich auf den doppelten Umfang; ein Teil davon blieb aber immer noch im Energiefeld haften, was mir anzeigte, daß das Problem noch nicht ganz gelöst war. Da dieser dunkle Fleck grundlegende Lebensthemen betraf, mußten wir längere Zeit an seiner Auflösung arbeiten.

Wenn ich von einem »sicheren Einrichten im Zustand der Entbehrung« spreche, so meine ich damit, daß Susan sich dabei wohl fühlte. Es schien ihr der normale Zustand zu sein. Wir Menschen fühlen uns in dem sicher, was wir kennen und daher für normal halten, ob es das nun ist oder nicht. Unsere Norm vom Normalen bildet sich in unserer Kindheit.

Bei Susan zeigte sich die Version ihres »Normalen« in ihrem Zuhause. Als Kind wußte sie nicht, ob die eine oder die andere Familie ihr Zuhause war. Das Problem blieb weiter bestehen. In ihrer ganzen achtjährigen Ehe lebte sie in einem halbfertigen Haus, das nie richtig eingerichtet war. Im Laufe der Therapie änderte sich das. Susan schaffte sich in ihrem Heim eine angenehme und schöne Umgebung. Der äußere Zustand hatte ihren inneren Zustand widergespiegelt.

Vielleicht erkennen Sie nun durch die Beobachtung des Energiefeldes den Zusammenhang zwischen Krankheit und psychischen Problemen deutlicher. Wir unterdrücken unsere Gefühle, indem wir den Energiefluß blockieren. Das schafft stagnierende Energietümpel in unserem System, die zu Krankheiten führen, wenn sie lange bestehenbleiben. In Teil IV werden wir darauf im

einzelnen eingehen. Wenn man Krankheit so betrachtet, dann wird der Zusammenhang zwischen Therapie und Heilen offensichtlich. Der Horizont des Heilers muß so weit sein, daß er die Gesamtheit des menschlichen Wesens umfaßt. Zwischen Körper, Intellekt, Gefühl und Geist gibt es keine Trennung - *alle* müssen im Gleichgewicht sein, wenn ein Mensch gesund sein will. Der Heiler beschäftigt sich mit körperlichen, psychischen und geistigen Fehlfunktionen. Es ist unmöglich zu heilen, ohne die psychischen Ebenen der Persönlichkeit einzubeziehen. Je mehr die Heilerin die Psychodynamik ihrer Klienten versteht, um so besser wird sie ihren Klienten helfen können, sich selbst zu heilen.

Kapitel 12

Energieblockierung und Abwehrmechanismen in der Aura

Nachdem ich immer wieder Blockierungen im Energiefeld von Menschen beobachtet habe, begannen sich bestimmte Typen herauszuschälen. Ich fand sechs verschiedene Typen von Energieblockaden. Auch stellte ich fest, daß die Menschen in ihrem Energiefeld Abwehrmechanismen aufbauen, um sich vor Erfahrungen zu schützen, die sie sich als unangenehm vorstellen. Sie organisieren ihr gesamtes Aurafeld zu einem energetischen Abwehrsystem um.

Betrachten wir zunächst die sechs Typen von Energieblockierungen, die ich beobachtet habe.

Typen von Energieblockierungen

Die Abb. 12-1 bis 12-6 zeigen, wie ich diese Blockierungen wahrnehme. Die *Stagnationsblockierung* (Abb. 12-4) entsteht durch depressive Resignation. Gefühle und Energie stagnieren, was zu einer Ansammlung von Körperflüssigkeiten führt. Der Körper schwemmt auf. Diese Blockierung hat eine niedrige Energieladung und geringe Intensität und ist oft mit Verzweiflung verbunden. Wenn sie über längere Zeit aufrechterhalten wird, kann Kolitis oder Angina pectoris daraus entstehen. Ihre Farbe ist gewöhnlich grau-blau. Die Aura fühlt sich klebrig und schwer an, wie Schleim. Sie wird von Ärger, meistens in der Form des Vorwurfs, bestimmt. Die Person hat aufgegeben und fühlt sich

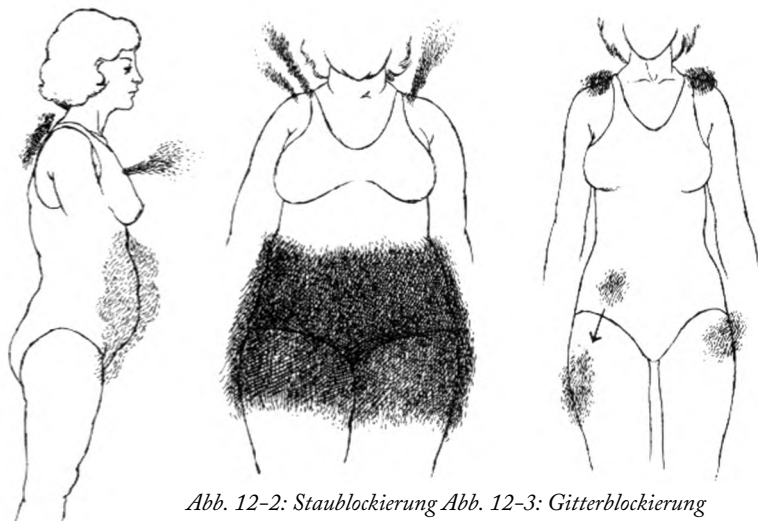


Abb. 12-2: Staubblockierung Abb. 12-3: Gitterblockierung

Abb. 12-1: Stagnationsblockierung



Abb. 12-4: Eisenrüstung

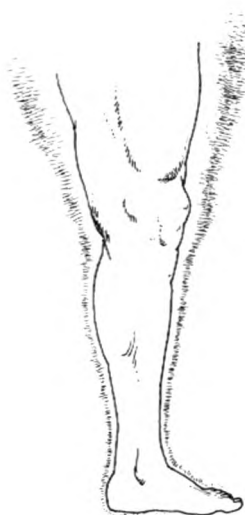


Abb. 12-5: Energieerschöpfung

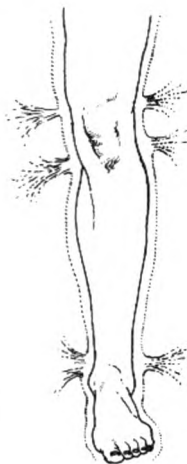


Abb. 12-6: Energieleck

machtlos, zum Beispiel eine Frau, die unglücklich verheiratet war und ihren Beruf für die Ehe geopfert hatte. Jetzt, mit über fünfzig, war es für sie unmöglich, in ihren Beruf zurückzukehren. Sie machte ihrem Ehemann Vorwürfe und gab ihm die Schuld an ihrem Unglück. Sie verlangte von ihren Töchtern, das zu tun, was ihr nicht gelungen war. Sie versuchte, ihr Leben durch sie zu leben. Das ging natürlich nicht gut.

Im Gegensatz dazu, ist in der **Staublockierung** (Abb. 12-2), die durch die Unterdrückung von Gefühlen entsteht, sehr viel Wut wie in einem Vulkan angesammelt. Die Blockierung ist dunkelrot und sieht gefährlich aus - man möchte bei dem Vulkanausbruch nicht gerne dabeisein. Die Energieblockierung führt zu einer Ansammlung von Fett und Muskeln in der betreffenden Körperzone. Wenn der Stau über lange Zeit aufrechterhalten wird, kann das zu Unterleibsentzündung und anderem führen. Die Person weiß gewöhnlich von ihrer Wut, fühlt sich aber in der Falle, weil sie den Ausdruck von Wut mit Demütigung verbindet. Eine meiner Klientinnen kam in der Kindheit zu der Überzeugung, daß sexuelle Gefühle mit Demütigung verbunden sind. Ihr Vater hatte sie in ihrer Sexualität gedemütigt. Das Ergebnis war die Blockierung ihrer starken sexuellen Empfindungen und deren Anstauen im Bauchraum. Allmählich verwandelten sie sich in Wut. Da sie aus Angst vor Demütigung die Wut nicht zum Ausdruck brachte, sammelte sich immer mehr Energie im Bauchraum an und führte zu chronischen Infektionen, die nach mehreren Jahren eine Unterleibsentzündung zur Folge hatten.

Die **Gitterblockierung** (Abb. 12-3) ist ein wirksames Mittel zur Vermeidung von Gefühlen, insbesondere von Angst. Die Blockierung wird einfach verschoben, wenn die Person durch eine Lebenssituation oder in der Therapie herausgefordert wird. Versucht die Therapeutin durch Körperübungen oder Tiefenmassage eine Blockierung zu lösen, dann springt sie an eine andere Stelle. Diese Art von Blockierung führt nicht so leicht zu Krankheit, wie die beiden vorhergehenden Typen. Im Leben einer solchen Person scheint alles glatt zu gehen, sie hat Erfolg im Beruf, hat eine »perfekte« Ehe, vorbildliche Kinder, hat aber doch das Gefühl, daß irgend etwas fehlt. Sie kann tiefe Gefühle nur kurz aushalten und

zieht sich immer wieder daraus zurück. Schließlich wird sie sich in eine Krise hineinmanövrieren, um zu ihren tieferen Gefühlen durchzubrechen. Diese Krise kann in jeder Form auftreten, als plötzliche Krankheit, als Unfall oder Liebesaffäre.

Die Blockierung vom Typ **Eisenrüstung** (Abb. 12-4) hält alle Gefühle fest und friert sie ein. Das Energiefeld ist in einem hohen Spannungszustand und fixiert die Gefühle an bestimmten Plätzen. Eine solche Person kann ihr Leben auf der äußeren Ebene gut strukturieren. Der Körper ist funktionstüchtig, die Muskeln sind eher hart. Auf der persönlichen Ebene ist das Leben weniger erfüllend, weil die Eisenrüstung alle Gefühle zunichte macht. Die Dauerspannung im ganzen Körper kann zu verschiedenen Krankheiten führen: Magengeschwür durch Überarbeitung, oder Herzprobleme durch ständiges Vorwärtsdrängen ohne Gefühlszufuhr auf der persönlichen Ebene. Da die Person ein schlechtes Körpergefühl hat, und vielleicht die Dauerspannung in den Muskeln gar nicht spürt, kann es zu Überlastung kommen. Auch das Leben dieser Person scheint »perfekt« zu funktionieren, nur fehlt ihr jede tiefere Verbundenheit auf der persönlichen Ebene. Auch sie wird wahrscheinlich irgendwann in eine Lebenskrise kommen, die sie mit ihrer tieferen Wirklichkeit in Verbindung bringen wird. Viele Männer brauchen dafür einen Herzanfall. Mir kommt ein sehr erfolgreicher Geschäftsmann, Herausgeber mehrerer Zeitschriften, in den Sinn. Über seine Arbeit verlor er den Kontakt zu seiner Familie. Nach einem Herzanfall kamen seine Kinder zu ihm und sagten: »Wenn du weiter so viel arbeitest, wirst du sterben. Zeig uns, wie man dein Geschäft führt.« Er tat es, sie lernten, was es zu lernen gab, und die Familie fand wieder zusammen.

Die Blockierung der **Energieerschöpfung** (Abb. 12-5) besteht darin, daß die Energie nicht in die Extremitäten hineinfließt. Das führt zu einer Schwächung der Glieder und in manchen Fällen sogar zu körperlicher Unterentwicklung in diesen Bereichen. Die Person vermeidet, die unterversorgten Glieder zu benutzen, um ihre Schwäche nicht spüren zu müssen. Dies wiederum tut sie, um tiefere Gefühle des Versagens zu vermeiden, wie zum Beispiel die Unfähigkeit, auf den eigenen Beinen zu stehen.

Beim **Energieleck** (Abb. 12-6) entweicht Energie, anstatt die Glieder hinunterzufließen. Die Person tut das (unbewußt), um den Energiefluß durch die Glieder so zu schwächen, damit ihr in bestimmten Situationen die Stärke oder das Gefühl fehlt, auf Erfahrungen zu reagieren.

Diese Vermeidungshaltung hat ihre Wurzeln in der Kindheit: Das Kind hat gelernt, spontane Reaktionen entweder als ungehörig oder sogar als gefährlich zu interpretieren. Vielleicht ist das Kind oft auf die Hand geschlagen worden, wenn es nach etwas gegriffen hat, das es gerne haben wollte. Die beiden letztgenannten Blockierungen haben oft kalte Hände und Füße zur Folge. Die Person ist an den Gliedern oft sehr verletzlich und Gelenkprobleme treten nicht selten auf.

Welche Blockierungen eine Person entwickelt, ist von vielen Faktoren abhängig, von ihrer Persönlichkeit und ihren Kindheitserfahrungen. Wir alle benutzen einige dieser Blockierungen. Welche sind Ihre liebsten?

Energetische Abwehrmechanismen

Wir alle schaffen Blockierungen in unserem Energiesystem, weil wir die Welt für unsicher halten. Solche Blockierungen prägen unser ganzes Energiesystem. Der Abwehrmechanismus dient dazu, äußere Kräfte aggressiv oder passiv abzuwehren, Macht auszustrahlen, um einen Aggressor in die Schranken zu weisen, oder Aufmerksamkeit indirekt auf uns zu lenken ohne zuzugeben, daß man sie braucht.

Abb. 12-7/1 und II zeigen Abwehrsysteme, die ich beobachtet habe. Sie werden dann eingesetzt, wenn sich die Person bedroht fühlt.

Wenn jemand die **Stacheln aufstellt**, nimmt die Aura gewöhnlich eine weiß-graue Färbung an. Es ist schmerzhaft, eine solche Aura zu berühren. Lege ich jemandem die Hand auf, der das nicht will, so spüre ich, wie die Stacheln durch meine Hand hindurchgehen. Die meisten Menschen reagieren darauf mit Distanzierung.

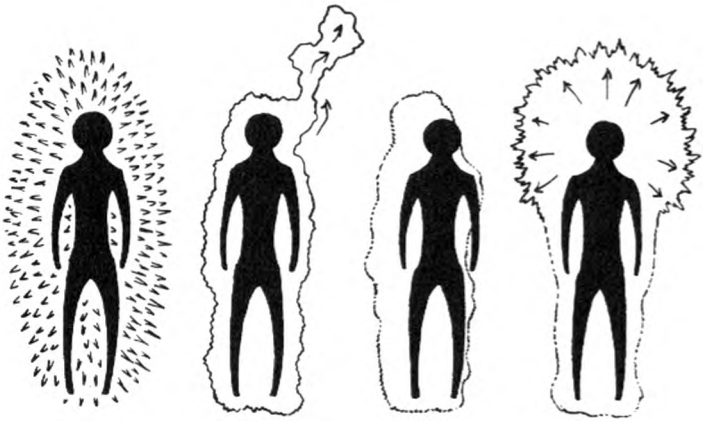
Wehrt jemand ab, indem er **in den Rückzug geht**, dann verläßt der Teil des Bewußtseins und der Aura einer Person, die sich bedroht fühlt, den Körper in einer hellblauen Energiewolke. Die Augen nehmen einen glasigen Ausdruck an, obwohl die Person so tut, als würde sie zuhören.

Das gleiche gilt für Personen, die **neben sich stehen**. Das kann - anders als der Rückzug - ein Zustand sein, der Tage oder sogar Jahre anhält. Ich habe Menschen gesehen, die aufgrund eines Traumas oder einer Operation in der Kindheit jahrelang in diesem Zustand waren. Sie befanden sich nicht wirklich in ihrem Körper. Ein Fall war eine junge Frau, die im Alter von zwei Jahren eine Herzoperation durchgemacht hatte. Sie war einundzwanzig, als sie zu mir kam. Die höheren Körper lösten sich teilweise von ihrem Körper ab und flössen nach oben. Der Grund dafür war die Abspaltung der Gefühle.

Das **leere Geschwätz** zieht viel Energie in den Kopfbereich, gewöhnlich in der Farbe Gelb; sie geht mit einer ernsten Nackenblockierung und Energieerschöpfung in der unteren Körperhälfte einher, die blaß und reglos ist. Um den Status quo aufrechtzuerhalten und ein gewisses Gefühl von Lebendigkeit zu erzeugen, bleibt die Person verbal aktiv. Dieser verbale Austausch hält die Energie im Kopfbereich in Bewegung.

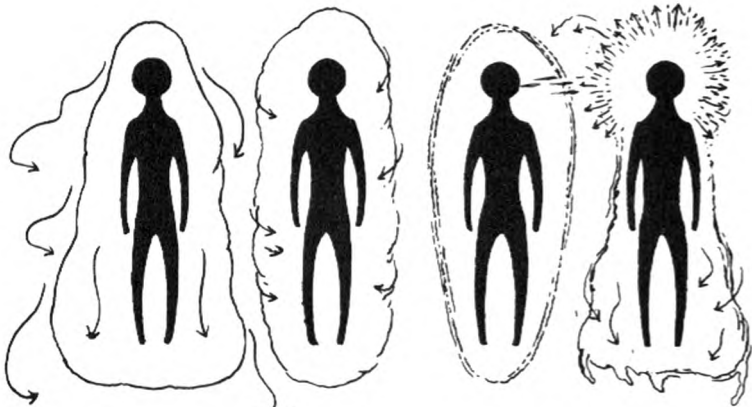
Orales Saugen hängt mit dem leeren Geschwätz eng zusammen. Die Person saugt Energie aus anderen heraus, um ihr Feld anzufüllen, was sie anders nicht kann. Mit anderen Worten, die Person ist unfähig, die Orgonenergie ihres Umfeldes selbst zu transformieren und braucht daher vorverdaute Energie. Diese Art des Saugens findet unter dem Deckmantel von leerem Geschwätz statt, das den anderen langweilt oder erschöpft; es zeigt sich auch in den »Staubsaugeraugen«, die manche Menschen haben. Sie suchen Gesellschaft und finden meistens Menschen, die ihrerseits Energie loswerden wollen (Masochisten). Sie ergänzen sich gut und erfüllen wechselseitig ihre Bedürfnisse.

Bei Menschen, die andere **an den Haken nehmen** (engl.: *to hook somebody*, abhängig machen), sieht man manchmal wirklich einen Haken im Energiefeld über ihrem Kopf. Sie haben in der Regel eine psychopathische Charakterstruktur. Werden sie in



Sich

Stacheln aufstellen zurückziehen Neben sich stehen Leer schwitzen



Fangarme ausstrecken

Gut sichtbar
lautlos brüten

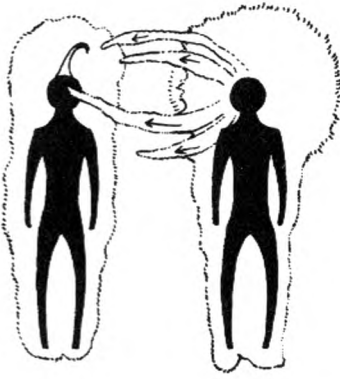
Verbale Pfeile
abschießen

Kombination

Abb. 12-7/1: Energetische Abwehrsysteme



Oral saugen



An den Haken nehmen

Abhängig machen



Hysterisch
explodieren



Sich durch
Überheblichkeit isolieren



Machtwillen
zur Schau stellen

Abb. 12-7/II: Energetische Abwehrsysteme

einer Gruppe mit etwas konfrontiert, fühlen sie sich äußerst bedroht und bilden in ihrem Energiefeld einen solchen »Haken«. Geht es wirklich heiß her, dann werfen sie diesen Haken auf den, den sie als Aggressor ausmachen, meist von einer verbalen Attacke begleitet. Will die Person ihrerseits jemanden attackieren, dann versucht sie, den anderen mit mentaler Energie zu packen. Sie hält ihn so lange in ihrem Energiefeld fest, bis sie sicher ist, daß sie sich den anderen gefügig gemacht hat. Diese Art von Verteidigung und Angriff ist für den anderen sehr bedrohlich; er wird mit scheinbar logischen Schritten zur »richtigen« Schlußfolgerung gedrängt und bekommt zwischen den Zeilen die Botschaft, tunlichst zuzustimmen. Meist wird unterstellt, daß die angegriffene Person »schlecht« ist und unrecht hat, während der Angreifer »gut« ist und recht hat.

Fangarme sind schmierig und schwer und operieren lautlos. Sie greifen nach dem Solarplexus, um das Innerste herauszuziehen, damit es verschlungen werden kann. Eine solche Person lechzt nach Sicherheit, sie ist durchaus nicht leer; sie ist voll von ihrem Wesen, aber weiß nichts damit anzufangen, weil sie fürchtet, innere Bewegung könne zu Demütigung führen. So verfängt sie sich in Verzweiflung und verliert sogar den Kontakt mit ihrem eigenen Wesen. Vielleicht verlegt sie sich auf lautloses Brüten, aber so, daß es alle sehen können. Dann wird sie von ihren »Saugnäpfen« selbst nach unten gezogen.

Das lautlose Brüten macht auf der energetischen Ebene viel Lärm. So jemand setzt sich gerne mitten unter Leute, die Spaß haben und fröhlich sind. Bald werden einige auf ihn zukommen, um ihm zu helfen; das gibt ihm Gelegenheit, unbewußt, aber schlau und gekonnt, die Hilfe als untauglich zurückzuweisen und um weitere Vorschläge zu bitten. Und so geht das Spiel weiter. Die Person mit den Fangarmen glaubt, daß sie etwas von außen braucht, während ihre eigentliche Not darin besteht, daß sie nicht gibt. Vielleicht versucht sie es dann damit, **verbale Pfeile** abzuschießen, um jemanden in Wut zu bringen. Solche Pfeile sind nicht nur verbal schmerzhaft, sondern auch auf der energetischen Ebene. Sie fliegen durch die Luft und treffen sehr genau ins Ziel. Der Schütze hofft unbewußt, mittels Schmerz den ande-

ren zum Aufbrausen zu bringen, denn das ist für ihn der Vorwand, seine eigene Wut herauszulassen ohne die Gefahr der Demütigung. Mit dieser präzisen intellektuellen Taktik versucht er, den anderen zu demütigen und dabei Empfindungen im unteren Teil seines Körpers zu vermeiden.

Die Person, deren Abwehrmechanismus in **Hysterie** besteht, wird nur allzu gern mit einer Explosion auf diese »Pfeile« reagieren. In einem hysterischen Ausbruch schießt sie farbige Blitze in den Raum, und die Anwesenden fühlen sich zwangsläufig durch das Chaos und die angestaute Gewalt bedroht und eingeschüchtert. Das Ergebnis ist, daß sich das Zimmer schnell leert.

Man kann sich auch aus einer Situation befreien, indem man die eigenen Grenzen undurchdringlich macht und sich dahinter in **Isolation** begibt. Die Botschaft ist Überheblichkeit. Ein anderer demonstriert seine Überlegenheit, indem er seinen **Machtwillen** gut kontrolliert und strukturiert zur Schau stellt: Er bläst seine Aura auf, und keiner wagt mehr zu bezweifeln, wer hier das Sagen hat und mit wem man sich besser nicht anlegt.

Übung zum Auffinden des eigenen Abwehrsystems

Probieren Sie die verschiedenen Abwehrmechanismen aus; von welchen machen Sie Gebrauch? Machen Sie die folgende Übung in einer Gruppe. Alle gehen im Zimmer herum und fühlen sich nacheinander in die verschiedenen Abwehrmechanismen ein. Welche sind Ihnen besonders vertraut? Welche benutzen Sie bei welchen Gelegenheiten?

Es gibt noch viele andere Abwehrmechanismen. Sicherlich fallen Ihnen selbst noch welche ein - wenn Sie an Ihre eigenen Strategien denken oder die Ihrer Freunde. Seien wir uns darüber klar: wir alle benutzen diese Mechanismen und sind bewußt und unbewußt damit einverstanden, auf diese Weise miteinander zu interagieren; niemand wird jedoch dazu gezwungen. Auf manchen Ebenen unserer Persönlichkeit macht es uns sogar Freude, uns so zu verhalten. Wenn wir diese Mechanismen bei anderen wahrnehmen, braucht uns das keine Angst zu machen. Es steht

uns immer zur Wahl, tolerant darauf zu reagieren oder bei in eine Verteidigungshaltung zu verfallen. Vergessen wir nicht, es gibt immer einen Grund für Verteidigung - wir versuchen, einen verletzlichen Teil von uns zu schützen, den wir vor anderen und oft auch vor uns selbst verbergen wollen. Die meisten dieser Abwehrsysteme entwickeln wir in der Kindheit. Wie in Kapitel 8 ausgeführt, ist die Aura eines Kindes ebensowenig entwickelt und gefestigt wie sein Körper. Auch die Aura geht wie das Individuum durch Entwicklungsstadien, und es bilden sich Charakterstrukturen heraus, die ihre Stärken haben und ihre Verletzlichkeit.

Kapitel 13

Die Aura- und Chakramuster der wichtigsten Charakterstrukturen

Charakterstruktur ist ein Begriff der körperorientierten Psychotherapie zur Beschreibung physisch-psychischer Menschentypen. Nach langen Beobachtungen und Forschungen kam Wilhelm Reich zu dem Schluß, daß die meisten Menschen, die er behandelte, in fünf Typen eingeteilt werden konnten. Er stellte fest, daß Menschen mit ähnlichen Kindheitserfahrungen und ähnlichen Kind-Eltern-Beziehungen auch ähnliche Körperstrukturen hatten. Er fand außerdem bei Menschen mit ähnlichen Körpern auch ähnliche psychodynamische Muster vor. Diese hingen nicht nur von der Art der Kind-Eltern-Beziehung ab, sondern auch vom Alter, in dem das Kind seine ersten traumatischen Erfahrungen gemacht hat, aufgrund derer es anfängt, seine Gefühle und damit den Energiefluß zu blockieren; es entwickelt ein Abwehrsystem, das ihm zur Gewohnheit wird. Die energetische Abwehr gegen ein Trauma, das das Kind im Mutterleib erlebt hat, ist eine ganz andere als gegen traumatische Erfahrungen in der oralen Phase, in der analen Phase (Sauberkeitserziehung) oder in der Latenzzeit. Es kann gar nicht anders sein, weil das Individuum und sein Energiefeld sich in den verschiedenen Wachstumsstufen sehr stark verändern (siehe Kapitel 8).

In diesem Kapitel werde ich die verschiedenen Charakterstrukturen auf der Ebene der Ätiologie, der Körperstrukturen und der Muster im Energiefeld beschreiben. Ich werde auch über das Wesen des höheren Selbst und die persönliche Lebensaufgabe jedes Charaktertyps sprechen, soweit das möglich ist. Das höhere

Selbst und die Lebensaufgabe jedes Menschen sind einzigartig, es können aber einige Verallgemeinerungen gemacht werden.

Das höhere Selbst des Menschen wird als göttlicher Funke im Inneren gesehen, als der göttliche Kern in jedem Individuum, als der Ort, an dem wir eins sind mit Gott. In jeder Zelle unseres physischen und geistigen Wesens ist der göttliche Funke enthalten - das göttliche Bewußtsein.

Die Lebensaufgabe hat zwei Formen. Die eine liegt auf der persönlichen Ebene; sie besteht darin, daß der Mensch lernt, einen neuen Teil seiner Identität zum Ausdruck zu bringen. Die Teile der Seele, die nicht eins sind mit Gott, prägen die jeweilige Inkarnation, damit das Individuum lernt, mit dem Schöpfer eins zu werden und doch ein einzigartiges Individuum zu bleiben. Außer der persönlichen Aufgabe hat jeder Mensch eine Weltaufgabe; es ist eine Gabe, welche die Seele mitbringt, um sie der Welt zu schenken. Oft wächst das Individuum frühzeitig und ganz natürlich in diese Aufgabe hinein. Ein Maler hat seine Kunst, ein Arzt die Gabe des Heilens, ein Musiker die Fähigkeit zu komponieren, eine Mutter ihre Liebesfähigkeit etc. Andere Menschen müssen lange suchen und ihren Beruf immer wieder wechseln, bis sie endlich den Platz finden, an dem sie ihren ureigenen Beitrag zur Welt leisten können. Die Kraft und die Klarheit, mit der man die Weltaufgabe ergreifen kann, hängen stark von der Lösung der persönlichen Aufgabe ab.

Der Körper des Individuums ist die Kristallisation seiner Energiefelder in der physischen Welt. Die Aufgabe, die eine Seele zu vollbringen hat, ist in das Energiefeld eingeschrieben. Die Charakterstruktur kann man als die Kristallisation der Grundprobleme betrachten, deren Lösung sich das Individuum in dieser Inkarnation zur Aufgabe gemacht hat. Die Aufgabe kristallisiert sich im Körper, damit das Individuum sie leicht sehen und bearbeiten kann. Wenn wir unsere Charakterstruktur in Beziehung zu unserem Körper studieren und erforschen, dann können wir den Schlüssel finden, der die Tür zur Selbstheilung und zum Erkennen der Lebensaufgabe öffnet.

Das Grundübel, das ich bei allen Menschen gefunden habe, mit denen ich je gearbeitet habe, ist Selbsthaß. Selbsthaß ist die

Hauptmerkmale der fünf Charakterstrukturen: Persönlichkeit (Schema 13-1)

| | Schizoid | Oral | Psychopathisch | Masochistisch | Rigide |
|--------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| Entwicklungsbruch | Vor und während der Geburt | Säuglingsalter | Frühe Kindheit | Autonome Phase | Pubertät |
| Trauma | Ablehnende Mutter | Verlassen werden | Verführung/Betrug | Kontrolle Zwang bei Essen und Sauberkeit | Ablehnung von Geschlechtlichkeit und Liebe |
| Gefühlsmuster | Zusammenhalten | Anklammern | Anmaßen | Im Inneren vorstecken | Zurückhalten |
| Sexualität | Sex, um Lebenskraft zu spüren | Sex, um Nähe und Kontakt zu erfahren | Feindlich/labil Homosex. Phantasien | Impotenz Interesse an Pornographie | Sex mit Verachtung |
| Charakter-schwäche | Angst | Gier | Unaufrichtigkeit | Haß | Stolz |
| Fordert das Recht auf... | Existenz | Zuwendung/ Erfüllung | Unterstützung/ Ermutigung | Unabhängigkeit | Gefühl (L.i.e.b.e./S.o.x) |
| Klagt Über... | Angst | Passivität/ Erschöpfung | Gefühl von Niederlage | Spannung | Gefühllosigkeit |
| Negative Absicht | »Ich wende mich von dir ab.« | »Ich zwinge dich, es mir zu geben.« »Ich brauche es nicht.« | »Mein Wille geschehe.« | »Ich liebe Negativität.« | »Ich gebe nicht nach.« |
| Positive Polarität | Bindung statt Rückzug | Bedürfniserfüllung statt Im-Stich-lassen | Nachgeben statt Durchsetzen | Freiheit statt Unterordnung | Liebe statt Sex |
| Notwendige Schritte | Stärkung der eigenen Grenzen | Eigene Bedürfnisse anerkennen Auf eigenen Beinen stehen | Vertrauen | Sich frei zur Geltung bringen Öffnung für Spiritualität | Verbindung zwischen Herz und Genitalien |

Hauptmerkmale der fünf Charakterstrukturen: Körper- und Energiesystem (13-2)

| | Schizoid | Oral | Psychopathisch | Masochistisch | Rigide |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| Körperbau | Langgestreckt rechts/links Ungleichgewicht | Dünn Hingefallene Brust | Vorgewölbte Brust Oberkörper schwer | Kopf vorgebeugt Schwer | Rücken starr Becken nach hinten gekippt |
| Körperspannung | Ringspannung Unkoordiniert Schwache Gelenke | Kraftlos Glatte Muskeln An sich haltend | Obere Hälfte gestaut Untere Hälfte spastisch | Explosive Spannung | Spastisch Gitterblockade Eisenrüstung |
| Kreislauf | Kalte Hände/Füße | Kalte Brust | Beine/Unterleib kalt | Kaltes Gesäß | Kaltes Becken |
| ☒ Energieniveau | Überaktiv Nicht auf dem Boden | Unteraktiv Wenig Energie | Überaktiv Danach Kollaps | Unteraktiv (Energie wird nach innen gewendet) | Überaktiv (Hohe Energie) |
| Energieverteilung | Im Kern erfroren | Im Kopf Oberall zu wenig | Im Oberkörper | Kocht innerlich | An der Peripherie, Energie wird vom Kern ferngehalten |
| Die wichtigsten aktiven Chakras | 7 6A 3A 2B asymmetrisch | 7 6A 2A | 7 6A und 6B 4B | 6. vorne 3. vorne | Willenszentren 6, vorne |
| Psychodynamik der offenen Chakras | Geist Intellekt Wille | Geist Intellekt Liebe | Intellekt Wille | Geist Gefühl Wille | Wille Geist |
| Energetisches Abwehrsystem | Rückzug Stacheln aufstellen Neben sich Stehen | Oral saugen Leer schwätzen Hysterisch explo- dieren | An den Haken nehmen Hysterisch explo- dieren | Schweigendes Brüten Fangarme | Stärke zur Schau stellen Durch Überheb- lichkeit isolieren |

Hauptmerkmale der fünf Charakterstrukturen: Beziehungen/Interaktion (Schema 13-3)

| | Schizoid | Oral | Psychopathisch | Masochistisch | Rigide |
|------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| Bewirkt beim anderen | Intellektualisieren | Bemuttern | Unterordnen | Hänseln | Konkurrieren |
| Reaktionsmuster | Abdriften | Passivität Bedürftigkeit Abhängigkeit | Ausüben von Kontrolle | Schuld, Scham, Festhalten | Rückzug hinter die eigenen Grenzen |
| Kommunikationsart | Gebraucht Absoluta | Frägt | Befiehlt | Jammert, eckelt sich | Stellt Bedingungen |
| Sprache | Unpersönlich | Indirekt | Direkt Manipulation (»Du sollst.«) | Indirekt Manipulation (Höfliche Floskeln) | Verführerisch |
| Doppelbindung | »Existieren heißt sterben.« | »Wenn ich bitte, dann ist es keine Liebe. Wenn ich nicht bitte, bekomme ich es nicht.« | »Ich muß recht haben, oder ich sterbe.« | »Wenn ich wütend werde, werde ich gedemütigt. Wenn ich nicht wütend werde, werde ich auch gedemütigt.« | »Beide Entscheidungen sind falsch.« |
| Die Maske sagt: | »Ich lehne dich ab, bevor du mich ablehnst.« | »Ich brauche dich nicht.« »Ich werde nicht darum bitten.« | »Ich habe recht. Du hast unrecht.« | »Ich töte (verletze) mich, bevor du es tust.« | »Ja, aber...« |
| Das niedrige Selbst sagt: | »Du existierst auch nicht.« | »Sorge für mich.« | »Ich werde dich beherrschen.« | »Ich werde dich ärgern und provo- zieren.« | »Ich werde dich nicht lieben.« |
| Das höhere Selbst sagt: | »Es gibt mich wirklich.« | »Ich bin zufrieden und erfüllt.« | »Ich gebe nach.« | »Ich bin frei.« | »Ich gebe mich hin. Ich liebe.« |

Grundkrankheit, an der wir alle leiden. Die verschiedenen Charakterstrukturen zeigen, auf welche Art wir Selbsthaß und Selbstablehnung gegen uns richten. Wenn wir Tag für Tag daran arbeiten, unsere eigene Psychodynamik zu verstehen, können wir durch diesen Prozeß zur Selbstannahme gelangen. Wir können Jahre damit verbringen, Hingabe an den göttlichen Willen, Wahrheit und Liebe zu praktizieren - solange wir nicht gelernt haben, bedingungslos zu lieben, sind wir noch nicht nach Hause zurückgekehrt. Wir müssen mit dem eigenen Selbst anfangen. Können wir uns bedingungslos lieben, wenn wir unsere Fehler und Schwächen sehen? Können wir uns verzeihen, wenn wir einen Fehler gemacht haben und den Entschluß fassen, daraus zu lernen? Wir müssen zu der Überzeugung gelangen: »Ich werde mich wieder mit dem Licht in Übereinstimmung bringen und werde durchleben, was immer ich durchleben muß, um den Weg zu meinem göttlichen Selbst und nach Hause zurückzufinden.« Unter diesem Gesichtspunkt wenden wir uns jetzt den Charakterstrukturen zu, wohl wissend, daß es wahrscheinlich ein Leben lang dauern wird, bis wir auf einer tiefen Ebene die Frage beantworten können, warum wir diese bestimmte Charakterstruktur haben.

Dr. Al Lowan und Dr. John Pierrakos beschrieben die Charakterstrukturen zunächst auf der Ebene des Körpers und der Persönlichkeit. War Wilhelm Reichs Typenlehre nur auf Biologie und Krankheit ausgerichtet, so ergänzte John Pierrakos sie um die spirituelle Dimension. Er stellte die Beziehung zwischen Chakrafunktion und Charakterstruktur her. Ich führte die Arbeit fort, indem ich die allgemeinen Auramuster für jede Charakterstruktur und die dazugehörigen Abwehrsysteme benannte (siehe Abb. 13-4 bis 13-8). In den Schemata 13-1,13-2 und 13-3 werden die Hauptcharakteristika jeder Struktur aufgeführt. Diese Listen entstanden in einem bioenergetischen Ausbildungsseminar von Dr. Jim Cox 1972 und in einem Core-Energetik-Ausbildungsseminar von Dr. John Pierrakos 1975, an denen ich teilnahm. Die Informationen über das Energiefeld stammen aus meiner eigenen Arbeit.

Die schizoide Struktur

Bei der schizoiden Charakterstruktur ereignete sich das traumatische Erlebnis, durch das die Lebensenergie blockiert wurde, vor der Geburt oder in den ersten Lebenstagen. Das Trauma gründet sich auf die direkte Ablehnung durch einen Elternteil, sei es durch Ärger oder Wut eines Elternteils, sei es, daß Vater oder Mutter das Kind nicht wollten, oder sei es eine traumatische Erfahrung während der Geburt, in der die emotionale Bindung zwischen Mutter und Kind zerriß und sich das Kind verlassen und ausgeliefert gefühlt hat. Derartige Ereignisse können ganz verschieden wirken: Ein leichter Kontaktverlust zwischen Mutter und Kind kann für das eine Kind traumatisch sein, während er an einem anderen spurlos vorübergeht. Es ist abhängig vom Wesen der sich inkarnierenden Seele und von der Aufgabe, die sie sich für dieses Leben gestellt hat.

Die natürliche energetische Abwehr gegen dieses Trauma in der allerersten Lebensphase besteht darin, daß sich die Seele in die Geistwelt zurückzieht, aus der sie kommt. Der Abwehrmechanismus wird im Laufe der Zeit auf eine Weise perfektioniert, die der Person diesen Rückzugsplatz in der geistigen Welt jederzeit erreichbar macht (siehe Abb. 12-2). Der Rückzug wird zur gewohnheitsmäßigen Reaktion in jeder Situation der Bedrohung. Um dieses Abdriften zu kompensieren, versucht sich die Person auf der Persönlichkeitsebene zusammenzuhalten. Die Hauptschwäche dieses Typs ist Angst - Angst, kein Existenzrecht zu haben. In der Interaktion mit anderen, sei es mit dem Therapeuten oder mit Freunden, wird er eine unpersönliche, zu Absoluta neigende Sprache verwenden und die Dinge gerne intellektualisieren. Das verstärkt nur die Erfahrung, vom Leben getrennt zu sein und nicht wirklich zu existieren.

Wenn er sich in Therapie begibt, ist die Hauptklage Angst. Thema der Therapie ist folgender Widerspruch: Der Klient muß Einheit erfahren, um zu spüren, daß er existiert, glaubt aber selbst, er müsse sich aus der Realität zurückziehen, um zu überleben. Seine negative Absicht ist der Rückzug. Dadurch entsteht die

Doppelbindung: »Existieren heißt Sterben.« Er muß lernen, die Grenzen, durch die er sich definiert, zu stärken, um seine Kraft in der physischen Welt zu erfahren.

Hört der Klient in der Therapie auf, brav zu sein, und fängt an zu arbeiten, zeigt sich als erste Schicht der Persönlichkeit die Maske: dem Muster folgend gibt sie anderen die Schuld: »Ich lehne Dich ab, bevor Du mich ablehnen kannst.« Wenn die Arbeit in tiefere Persönlichkeitsschichten vordringt, kommen Emotionen des niedrigen Selbst oder des Schattens zum Ausdruck: »Du existierst auch nicht.« Die Lösung kommt, wenn das höhere Selbst der Persönlichkeit hervortritt und sagt: »Ich bin.« Menschen mit einem schizoiden Charakter können leicht aus ihrem Körper heraustreten und tun es regelmäßig. Der Körper macht den Eindruck, als wären seine einzelnen Teile nicht fest miteinander verbunden. Diese Menschen sind gewöhnlich lang und dünn, können aber auch einen schweren Körper haben. Die Spannung legt sich in Ringen um den Leib. Die Gelenke sind meist schwach, die Koordination ist schlecht und Hände und Füße sind meist kalt. Die Person ist oft hyperaktiv und schlecht geerdet. Der Hauptenergieblock sitzt im Nacken, nah an der Schädelbasis, und hat eine dunkle, blau-graue Färbung. An dieser Stelle tritt gewöhnlich Energie aus. Oft ist die Wirbelsäule schief, weil sich die Person gewohnheitsmäßig von der physischen Wirklichkeit abwendet und ihren Körper partiell verläßt. Die Handgelenke, Fußgelenke und Waden sind schwach, und die Verbindung zum Boden ist schlecht. Eine Schulter kann größer sein als die andere (selbst wenn die Person nicht Tennis spielt). Oft wird der Kopf etwas zur Seite gehalten, und der Blick ist vage und abwesend — was die Person ja tatsächlich ist. Manchmal machen solche Menschen einen »wolkigen« Eindruck. Sie haben oft sehr früh angefangen zu masturbieren, weil sie sich über die Sexualität mit ihrer Lebenskraft verbunden fühlten, obwohl sie von den Menschen ihrer Umgebung isoliert waren.

Der schizoide Charakter vermeidet durch sein Abwehrsystem die Furcht vor Auslöschung. Natürlich konnte er sich dieser Furcht als Baby nicht stellen, denn er war vollkommen abhängig von den Menschen, die ihm Angst machten, und von denen er

sich in der Stunde seiner größten Bedürftigkeit - während der Geburt - verlassen gefühlt hatte. Als Säugling hat der schizoide Charakter zumindest einen Elternteil als feindselig erfahren, einen Menschen, dem er vollkommen ausgeliefert war. Diese Erfahrung ist die Quelle seiner existentiellen Angst.

Der schizoide Charakter kann sich von der Furcht ausgelöscht zu werden, befreien, wenn er als Erwachsener seine eigene Wut als Wurzel des inneren Terrors erkennt. Diese Wut entsteht durch die immer wiederkehrende Erfahrung, daß die Welt ein kalter, feindlicher Platz ist, wo man nur überleben kann, wenn man sich isoliert. Hinter dieser Wut steckt der verzweifelte Schmerz des unerfüllten Bedürfnisses nach Liebe und Zuwendung.

Die große Angst des schizoiden Charakters besteht in der Befürchtung, von seiner eigenen Wut in Stücke gerissen zu werden, so daß nichts mehr von ihm übrig bleibt. Sich dieser Wut nach und nach zu stellen, ohne in sein Abwehrsystem zu flüchten, ist der Schlüssel zur Lösung dieses Problems. Wenn es ihm gelingt, fest auf dem Boden zu stehen und den Terror seiner eigenen Wut zu durchleben, dann wird er den Schmerz und die Sehnsucht nach Verbindung mit anderen Menschen fühlen und in sich einen Platz schaffen, den Selbstliebe füllen kann. Selbstliebe bedarf der Übung. Wir brauchen sie alle, welche Kombination von Charakterstrukturen wir auch haben mögen. Selbstliebe entsteht, wenn wir leben, ohne uns zu betrügen. Sie entsteht, wenn wir unserer inneren Wahrheit gemäß leben, worin diese auch bestehen mag. Sie entsteht, wenn wir uns selbst treu bleiben. Es gibt einfache Übungen zur Selbstliebe, die im letzten Kapitel dieses Buches dargestellt werden.

Das Energiefeld des schizoiden Charakters

Kennzeichnend für das Energiefeld des schizoiden Charakters sind seine Sprünge und Brüche. Der größte Teil der Energie wird im inneren Kern festgehalten, bis er durch Therapie und Heilen freigesetzt wird. Abb. 13-4 zeigt die dünnen und brüchigen Umrisse des ätherischen Körpers und die Energielecks an den Gelen-

ken. Er hat meist eine blasse hellblaue Tönung. Der emotionale Körper ist entweder sehr eng und starr, oder er verändert ständig seine Form, ohne Gleichgewicht zwischen vorne und hinten, rechts und links. Das mentale Feld ist in der Regel heller als das ätherische und ungleichmäßig verteilt, mit einem Übergewicht auf einer Seite und am Hinterkopf. Die spirituellen Körper des schizoiden Charakters sind in der Regel stark ausgebildet und leuchtend; insbesondere die sechste Ebene der Aura, der himmlische Körper, strahlt in mannigfaltigen Farben. Das Oval des ketherischen Körpers ist gewöhnlich sehr hell mit einer eher silbernen als goldenen Tönung. Es hat nicht seine volle Größe und seine Grenzen sind unscharf, insbesondere an den Füßen tritt eine Verengung der Eiform auf, die sich als körperliche Schwäche äußern kann.

Das Ungleichgewicht der Aura, das sich vor allem in den unteren drei Körpern zeigt, wirkt sich auf die Chakras der schizoiden Person aus, die noch nicht begonnen hat, an sich zu arbeiten. Viele Chakras drehen sich gegenläufig, senden also mehr Energie aus, als sie aufnehmen. Die Störung der Chakras entspricht den Charakterzügen, die der Transformation bedürfen. Chakras, die sich im Uhrzeigersinn drehen, also offen sind, sind meist asymmetrisch und auch sie funktionieren damit nicht harmonisch. Durch einen Teil des Chakras fließt mehr Energie als durch einen anderen. Meistens handelt es sich um ein Ungleichgewicht zwischen der rechten und der linken Seite; wenn mehr Energie durch die rechte Seite des Chakras fließt, dann wird die Person wahrscheinlich in dem Bereich, der von diesem Chakra gesteuert wird, eher aktiv und aggressiv sein als empfänglich.

Dieser Zustand der Asymmetrie, nämlich einer Spaltung zwischen der aktiven und der passiven Seite, wurde in Kapitel 10 beschrieben. Ein diagonaler oder elliptischer Pendelausschlag weist auf ein asymmetrisches Chakra hin, das sich dem Hellsichtigen so darstellt, wie es Abb. 13-4 zeigt.

Offen sind in der Regel folgende Chakras: Das rückwärtige Sakral-Zentrum (2B), das Nabel-Zentrum (3A), das Stirn-Zentrum (6A) und das Kronen-Zentrum (7). Die Tatsache, daß das

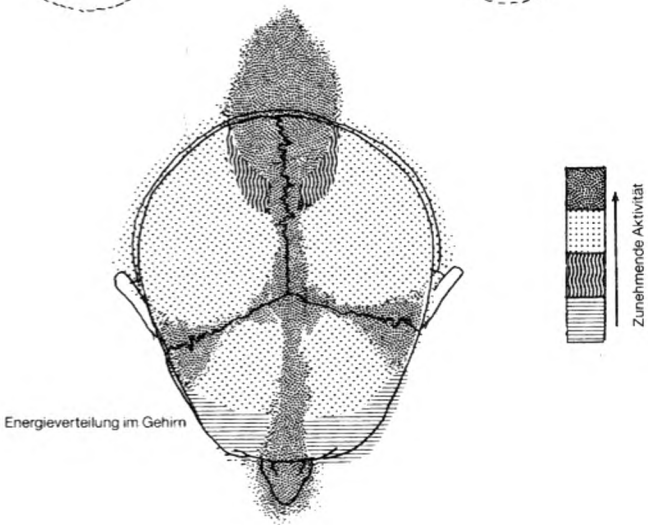
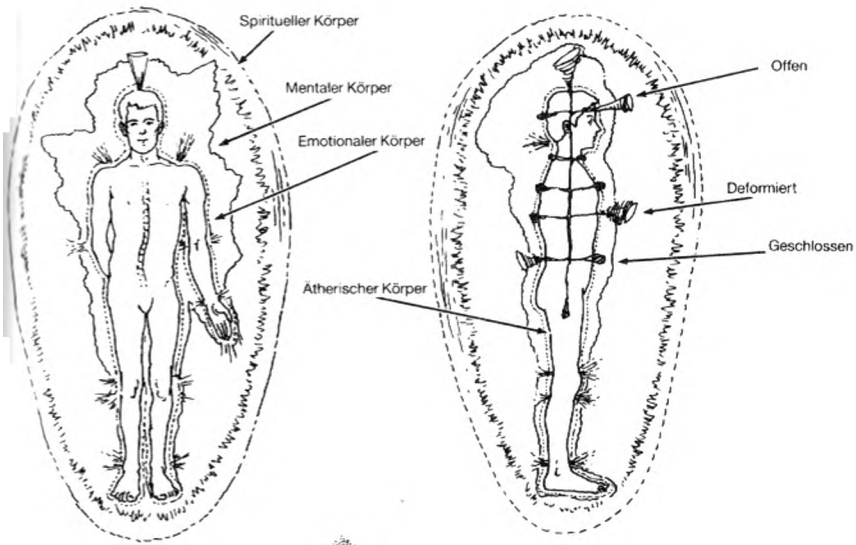


Abb. 13-4: Die Aura des schizoiden Charakters

sechste und siebte Zentrum offen sind, weist auf eine starke spirituelle Orientierung der Person hin. Das offene Sakral-Zentrum steht für den Einsatz des Willens. Die Chakrakonfigurationen sind wandelbar und verändern sich durch die transformativische Arbeit der Person. Je mehr sie sich auf der physischen Ebene einwurzelt, um so mehr öffnen sich die Chakras. Oft ist auch das rückwärtige Sakral-Zentrum bei Beginn der Arbeit noch verschlossen.

Abb. 13-4 zeigt auch die Konzentration aktiver Energie im Gehirn. Der hellste und aktivste Bereich ist das Hinterhaupt, von dort spannt sich eine Lichtbrücke zum Dritten Auge, dem zweitaktivsten Chakra und zum dritten Gehirnentrikel. Dann kommen die Seitenlappen, die mit Sprache zu tun haben. Große Gehirnbereiche sind energetisch unterversorgt. Im oberen Stirnbereich ist wenig Energie, was sich in dem leeren, abwesenden Blick des Schizoiden zeigt. Er lenkt seine Energie gewöhnlich die Wirbelsäule hinauf und läßt sie am Hinterhaupt austreten, wodurch an dieser Stelle eine Energiewölbung entsteht. Auf diese Weise vermeidet er den Kontakt mit dem Hier und Jetzt auf der physischen Ebene.

Die Abwehrmechanismen des Schizoiden sind hauptsächlich »Stacheln aufstellen«, »Sich zurückziehen« und »Nebensichstehen«, wie in Kapitel 12, Abb. 12-7/I beschrieben. Natürlich können auch Personen mit ganz anderen Charakterstrukturen von diesen Mechanismen Gebrauch machen.

Das höhere Selbst und die Lebensaufgabe des schizoiden Charakters

Im persönlichen Wachstumsprozeß ist es wichtig, sich selbst gegenüber ehrlich zu sein und die eigenen Schwächen und Fehler zu erkennen, um sie bearbeiten zu können. Es ist aber wenig förderlich, sich mit den negativen Seiten des Selbst ausschließlich zu beschäftigen. Zwischen der Aufmerksamkeit, die man den negativen, wandlungsbedürftigen Teilen schenkt, und der Energie, mit der man sich dem höheren Selbst zu wendet und ihm

erlaubt hervorzutreten, muß immer ein Gleichgewicht bestehen. Eben darin besteht Transformation.

Menschen mit einer schizoiden Persönlichkeit oder einem Einschlag in diese Richtung, sind meist sehr spirituell. Sie haben ein tiefes Gespür für den Sinn des Lebens. Oft versuchen sie, den weltlich orientierten Menschen ihrer Umgebung eine geistige Wirklichkeit nahezubringen. Oft sind sie sehr begabt und schöpferisch. Man kann sie mit einem schönen Haus mit vielen Zimmern vergleichen. Jedes Zimmer ist sehr geschmackvoll im Stil einer anderen Kultur oder Epochen eingerichtet. Jedes Zimmer hat seine ganz eigene Atmosphäre, denn der Schizoide hat schon viele Leben gelebt, in denen er seine vielfältigen Begabungen entwickelte. Das Problem besteht darin, daß es zwischen den Zimmern keine Türen gibt. Um von einem Zimmer ins nächste zu kommen, muß er aus dem Fenster steigen, eine Leiter hinunter- und eine andere hinaufklettern, um durchs Fenster in den nächsten Raum zu gelangen. Das ist sehr praktisch. Der Schizoide muß sein Wesen integrieren, muß Türen in die Mauern zwischen den schönen Zimmern brechen, damit ihm alle Teile seines Wesens zugänglich werden.

Die persönliche Aufgabe des schizoiden Charakters besteht darin, sich seinem inneren Terror und seiner Wut zu stellen, die ihn daran hindern, seine große schöpferische Kraft zum Ausdruck zu bringen. Die Angst und die Wut halten seine verschiedenen Wesensteile voneinander getrennt, weil er sich vor dem machtvollen Hervortreten seiner schöpferischen Gaben fürchtet. Seine Aufgabe besteht auch darin, seine Spiritualität in der materiellen Welt zu manifestieren. Er könnte das dadurch tun, indem er schreibt, Erfindungen macht oder anderen Menschen hilft. Die Aufgabe ist etwas ganz Individuelles und kann nicht generalisiert werden.

Der orale Charakter

Der orale Charakter entsteht durch einen Entwicklungsbruch in der oralen Phase: die Erfahrung des Verlassenwerdens. Das Kind erlebte den Verlust seiner Mutter, durch Tod, Krankheit oder ein Zurückhalten von Liebe. Die Mutter gab dem Kind, aber sie gab nicht genug. Oft tat sie nur so, als würde sie geben, aber sie gab in dem Gefühl, sich selbst etwas zu nehmen. Das Kind kompensierte diesen Verlust, indem es zu früh »unabhängig« wurde - oft fing es sehr früh an zu sprechen und zu gehen. So lernt es nicht, was Empfänglichkeit ist, und hat Angst, um das zu bitten, was es wirklich braucht, weil es überzeugt ist, daß es ihm nicht gegeben wird. Sein Gefühl mangelnder Fürsorge und Geborgenheit führt zu Abhängigkeit, zu einer Tendenz sich anzuklammern, zu »grapschen« und zu verminderter Aggressivität. Es kompensiert durch »Unabhängigkeit«, die bei Streß zusammenbricht. Seine Rezeptivität wird zur verächtlichen Passivität, und Aggression wird zu Gier.

Der Mensch mit einer oralen Struktur hat als Grunderfahrung Entbehrung, fühlt sich leer und hohl und will keine Verantwortung übernehmen. Sein Körper ist unentwickelt mit langen, dünnen, weichen Muskeln und schlaksiger Haltung. Er erscheint nicht reif und erwachsen, hat eine kalte, enge Brust und atmet flach. Oft saugen seine Augen die Energie des anderen auf. Aus Angst, verlassen zu werden, neigt er dazu, sich an andere anzuklammern. Er kann nicht allein sein und braucht ständig Wärme und Unterstützung von anderen. Er versucht sich das, was er braucht von »außen« zu holen, um gegen sein schreckliches Gefühl der inneren Leere anzugehen. Er unterdrückt seine intensiven Gefühle der Sehnsucht und der Aggression. Er hält seine Wut über das Verlassenwerden im Inneren fest. Er benutzt Sexualität, um Nähe und Kontakt zu erleben. Eine orale Person hat in ihrem Leben viele Enttäuschungen erlebt, ist immer zurückgewiesen worden, wenn sie auf jemanden zugegangen ist. Sie wird dadurch bitter und hat das Gefühl, nie genug zu bekommen. Sie kann nie Befriedigung erlangen, weil sie versucht, eine Seh-

sucht zu befriedigen, die sie gerade dadurch verleugnet, daß sie sie mit etwas anderem kompensiert. Sie verlangt von anderen Zuwendung und Erfüllung, In der Kommunikation benutzt sie gerne indirekte Fragen, um einen mütterlichen Impuls hervorzurufen. Aber diese Reaktion befriedigt sie nicht, weil sie erwachsen und kein Kind mehr ist. Die vorherrschende Klage zu Beginn der Therapie ist Passivität und Erschöpfung. Ziel der Therapie muß es sein, die Person in die Erfahrung hineinzuführen, daß das Leben sie nährt. Dies ist schwierig, weil sie glaubt, ihre Bedürfnisse könnten nur dann befriedigt werden, wenn sie das Risiko eingeht, von einem anderen verlassen oder getäuscht zu werden. Die negative Absicht ist: »Ich werde dich zwingen, es mir zu geben« oder »Ich brauche dich (es) nicht«. Daraus entsteht die Doppelbindung: »Wenn ich darum bitte, ist es keine Liebe: wenn ich nicht bitte, dann bekomme ich es nicht.« Die therapeutische Lösung des Problems für die Person besteht darin, das Erkennen und Anerkennen ihrer Bedürfnisse zu lernen und ihr Leben so zu leben, daß sie befriedigt werden. Sie muß lernen, auf ihren eigenen Füßen zu stehen.

Die erste Schicht, auf die der Therapeut stößt, ist die Maske, die sagt: »Ich brauche dich nicht«, oder »Ich werde auf keinen Fall darum bitten.« Unter der Maske kommt dann das niedrige Selbst oder der Schatten hervor und sagt: »Sorge für mich!« Wenn sich die orale Struktur schließlich auflöst, und das höhere Selbst der Persönlichkeit hervortritt, dann sagt es: »Ich bin befriedigt und erfüllt.«

Das Energiefeld des oralen Charakters

Der orale Charakter (Abb. 13-5) hat ein schwaches Energiefeld, das ruhig und still ist. Der Hauptteil der Energie sitzt im Kopf. Der ätherische Körper liegt eng um die Haut und ist hellblau. Auch der emotionale Körper kann sich nicht recht ausdehnen, hat wenig Farbe und Energie. Der mentale Körper ist hell und gelblich. Die höheren Ebenen der Aura sind eher stumpf. Die äußere Eiform (7. Schicht) hat nicht ihre volle Größe, sie leuchtet nicht.

hat einen mehr silbrigen als goldenen Schein und ist an den Füßen eng, mit sehr wenig Energie.

Die Chakras sind überwiegend geschlossen oder energielos. Das Kronen- und Stirn-Zentrum sind meistens offen, was für intellektuelle und spirituelle Klarheit spricht. Wenn die orale Person angefangen hat, an ihrem inneren Wachstum zu arbeiten, kann auch das vordere Scham-Zentrum offen sein. Sie ist dann an Sex interessiert und hat sexuelle Empfindungen.

Die Verteilung der Energie im Kopfbereich ist in der unteren Zeichnung von Abb. 13-5 dargestellt. Sie zeigt, daß sich der Großteil der Energie vorne und an den Seitenlappen des Gehirns konzentriert und daß im Hinterhauptbereich wenig Energie ist. Der Schwerpunkt des oralen Charakters liegt auf der intellektuellen und verbalen Aktivität und nicht auf der körperlichen.

Seine Abwehrmechanismen sind in erster Linie »Leeres Geschwätz«, »Orales Saugen« und »Verbale Pfeile abschießen«, um Aufmerksamkeit auf sich zu lenken. Der orale Charakter tut dies aber nicht, um Wut zu provozieren, wie der masochistische Charakter, der in Kapitel 12 beschrieben wurde.

Das höhere Selbst und die Lebensaufgabe des oralen Charakters

Der orale Charakter muß lernen, auf den Reichtum des Universums zu vertrauen und Gier in Geben zu verwandeln. Er muß aufhören, die Opferrolle zu spielen und das anerkennen, was ihm gegeben wird. Er muß sich mit seiner Angst vor dem Alleinsein konfrontieren, muß tief in die innere Leere eintauchen, um dort sprudelndes Leben zu entdecken. Wenn er sich zu seinen Bedürfnissen bekennt und auf seinen eigenen zwei Beinen steht, dann wird er sagen können: »Ich habe es«, und die Core-Energie wird anfangen zu fließen.

Die innere Landschaft des oralen Charakters ähnelt einem feinen Musikinstrument. Er muß dieses Instrument stimmen und seine eigene Melodie in der Symphonie des Lebens erklingen lassen, dann wird er erfüllt sein.

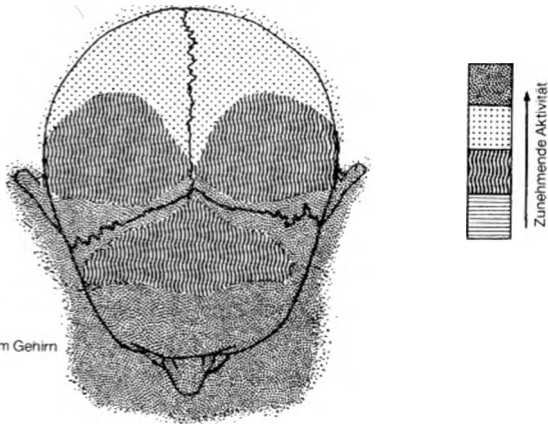
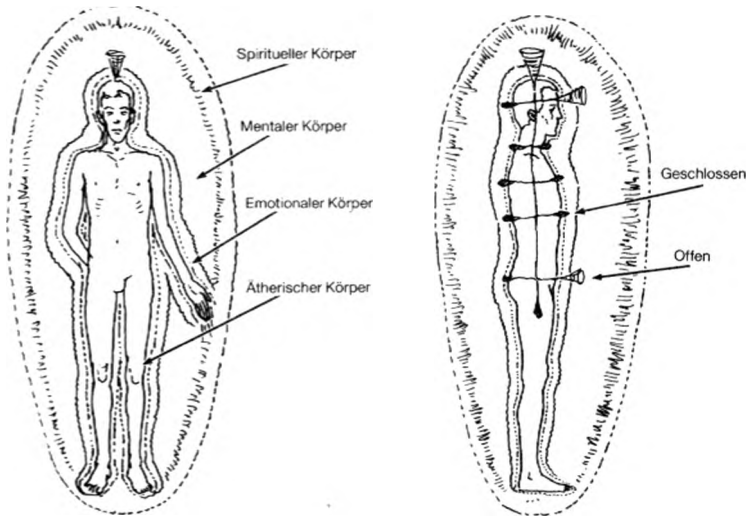


Abb. 13-5: Die Aura des oralen Charakters

Wenn das höhere Selbst befreit ist und hervortritt, kann der orale Charakter seine Intelligenz in schöpferischer, künstlerischer oder wissenschaftlicher Arbeit nutzen. Er wird ein sehr guter Lehrer sein, denn er ist vielseitig interessiert und kann Wissen mit Herzensliebe verbinden.

Der psychopathische Charakter

Der psychopathische Charakter erlebte den gegengeschlechtlichen Elternteil als geheimen Verführer. Vater oder Mutter wollten etwas von dem Kind. Der Psychopath befand sich in einer Dreiecksbeziehung mit den Eltern und wurde vom gleichgeschlechtlichen Elternteil nicht gestützt. Er ergriff die Partei des gegengeschlechtlichen Elternteils, bekam nicht, was er brauchte, fühlte sich betrogen und kompensierte dies durch die Manipulation dieses Elternteils.

Er reagierte auf die Situation mit dem Bedürfnis, um jeden Preis über andere Kontrolle auszuüben. Um das zu erreichen, macht er sich rar und lügt, wenn es sein muß. Er verlangt von anderen Unterstützung und Ermutigung. In der Interaktion manipuliert er mit »Du solltest...«, um Unterordnung zu erreichen. Unterstützung erlangt er dadurch nicht.

Eine Person mit dieser Struktur hat ein gewaltiges Bedürfnis, über andere zu dominieren und Macht auszuüben. Sie erreicht das durch Tyrannisieren und Verführen. Auch die Sexualität wird oft zu einem Mittel der Unterdrückung und ist von blühenden Phantasien begleitet. Die Person knüpft an ihr Idealbild starke Gefühle der Überlegenheit und Verachtung, die ein tiefes Minderwertigkeitsgefühl überdecken.

Wenn sich der Psychopath in Therapie begibt, ist seine Hauptklage das Gefühl von Niederlage. Er möchte siegen. Um aber Unterstützung zu erlangen, muß man sich ein Stück weit aufgeben, und das, glaubt er, heißt Niederlage. Seine negative Absicht ist: »Mein Wille geschehe.« Daraus entsteht die Doppelbindung: »Ich muß im Recht sein, oder ich sterbe.« Das Problem löst sich in der Therapie, indem er lernt zu vertrauen.

Die erste Schicht, auf die der Therapeut stößt, ist die Maske. Sie sagt: »Ich habe recht, du hast unrecht.« In tieferen Schichten der Persönlichkeit tritt das niedrige Selbst oder der Schatten auf und sagt: »Ich will dich beherrschen.« Wenn die Lösung einsetzt, tritt das höhere Selbst der Persönlichkeit hervor und sagt: »Ich gebe nach.«

Die obere Hälfte des Körpers scheint aufgeblasen zu sein, und der Energiefluß zwischen dem oberen und unteren Teil des Körpers ist teilweise blockiert. Der Bauchraum ist energetisch unterversorgt, kalt und eng. Der Schulterbereich, der obere Nacken und die Augen sind sehr verspannt; die Beine sind schwach und die Person ist nicht geerdet.

Die psychopathische Struktur ist ein Bollwerk gegen die Angst vor Fehlem und vor dem Versagen. Ein solcher Charakter ist zwischen seiner Abhängigkeit von anderen und seinem Bedürfnis, sie zu beherrschen, zerrissen. Er fürchtet, beherrscht und mißbraucht zu werden, und hat Angst, in der Position des Opfers gedemütigt zu werden. Sexualität wird als Machtspiel betrieben; den Partner zu besiegen, ist dabei wichtiger als die Lust. Er versucht, seine eigenen Bedürfnisse nicht zu zeigen, indem er andere von sich abhängig macht.

Das Energiefeld des psychopathischen Charakters

Die Energie konzentriert sich in der oberen Hälfte des Körpers. Der Psychopath neigt dazu, erst hyperaktiv zu sein und dann zu kollabieren. Das Energiefeld ist auf allen Auraschichten im unteren Teil unterversorgt und im oberen Teil stark geladen; die Eiform ist entsprechend entstellt. Der ätherische Körper wird zu den Füßen hin dünner und sein Blau ist in der Regel kräftiger als beim schizoiden und oralen Typ. Auch der emotionale Körper ist oben voller. Der mentale Körper wölbt sich nach vorne heraus, und der emotionale Körper hat manchmal eine Auswölbung am Willenszentrum zwischen den Schulterblättern. Auch die höheren Auraschichten sind in der oberen Hälfte stärker und heller (Abb. 13-6).

Die Willenszentren an den Schultern und am Nacken sind gewöhnlich offen, wobei das Schulterblatt-Zentrum extrem groß und überstrapaziert ist; auch Stirn- und Kronen-Zentrum sind offen; die meisten anderen Chakras sind geschlossen, insbesondere die Gefühlszentren. Das rückwärtige Sakral-Zentrum kann teilweise offen sein. Der Psychopath arbeitet also im wesentlichen mit der Energie des Intellekts und des Willens.

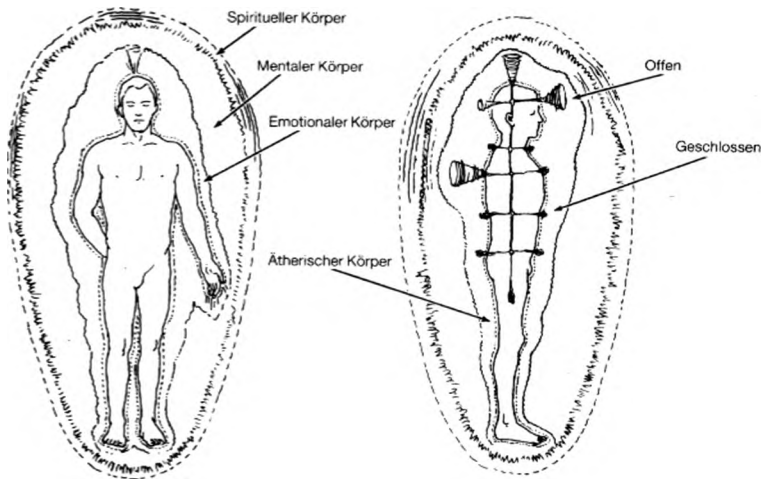
Die Energieaktivität im Gehirn ist am stärksten und hellsten an den vorderen Hirnlappen. Sie wird nach hinten weniger und ist am Hinterhaupt gewöhnlich ruhig und ziemlich dunkel. Das zeigt, daß die Person hauptsächlich an intellektuellen Fragestellungen interessiert ist und nicht an Körperaktivität, sofern diese nicht ihrem aktiven Willen dient. Auch der Intellekt wird zu einem Instrument des Willens gemacht.

Als Abwehrmechanismus sendet der Psychopath von seinem starken vorderen Gehirnlappen Energiebögen zum Kopf eines anderen, um diesen »intellektuell in die Zange zu nehmen«. Auch »Leeres Geschwätz« ist eine seiner Waffen. Er kann wie ein Vulkan hysterisch explodieren, aber er bleibt dabei beherrscht und liefert sich nicht dem Chaos aus.

Das höhere Selbst und die Lebensaufgabe des psychopathischen Charakters

Der Psychopath muß Hingabe lernen, indem er nach und nach aus der oberen Körperhälfte »die Luft herausläßt« und aufhört, andere zu beherrschen; er tut dies, indem er sich für sein tieferes Wesen und seine sexuellen Gefühle öffnet. Dadurch befriedigt er seine tiefe Sehnsucht, in der Wirklichkeit zu leben, Freunde zu haben, und sich wie ein Mensch zu fühlen.

In der phantastischen inneren Landschaft des Psychopathen spielen sich heroische Abenteuer ab. Wahrheit und Ehrlichkeit sind hier auf seiten der Sieger. Mit Standhaftigkeit und Entschlossenheit wird um edle Werte gekämpft. Wie sehr sehnt er sich danach, diese Werte in die Wirklichkeit zu bringen. Eines Tages wird er das tun.



Energieverteilung im Gehirn

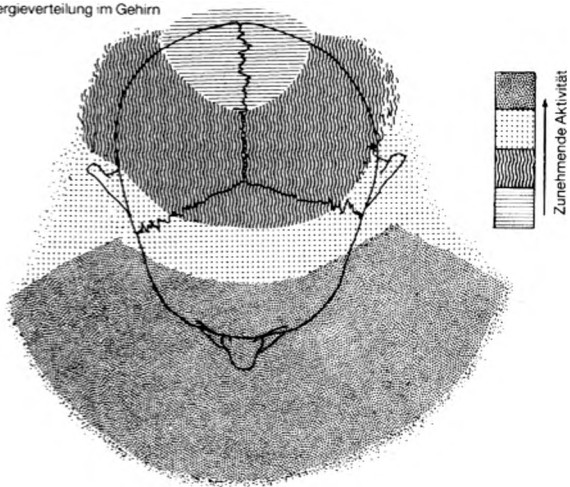


Abb. 13-6: Die Aura des psychopathischen Charakters

Wenn die Energien des höheren Selbst freigesetzt sind, ist der Psychopath ehrlich und integer. Sein hochentwickelter Intellekt kann dazu dienen, Konflikte zu lösen und andere zu ihrer Wahrheit zu führen. Durch seine eigene Ehrlichkeit kann er auch in anderen Ehrlichkeit hervorbringen. Er kann schwierige Projekte leiten, und sein großes Herz ist voller Liebe.

Der masochistische Charakter

Die Liebe, welche die masochistische Persönlichkeit in ihrer Kindheit erfahren hat, war an Bedingungen geknüpft. Die Mutter war dominant und aufopferungsvoll zugleich. Sie kontrollierte Nahrungsaufnahme und Ausscheidungen des Kindes. Für jeden Versuch, seine Freiheit zu bewahren, wurden ihm Schuldgefühle eingeimpft. All seine Anstrengungen, dem Druck zu widerstehen, wurden gebrochen; es fühlte sich dadurch in der Falle, gedemütigt und als Versager. Seine Reaktion bestand darin, seine Gefühle und seine Kreativität im Inneren zu verschließen. Das erzeugte Ärger und Haß in ihm. Der Masochist verlangt Unabhängigkeit, aber in der Interaktion mit anderen vertritt er seinen Standpunkt mit einer weinerlichen Höflichkeit, durch die er andere zu manipulieren sucht. Er wird deswegen von anderen gehänselt. Das macht ihn wütend, er war schon vorher wütend, aber jetzt hat er das Recht, die Wut zum Ausdruck zu bringen. So verfängt er sich in einem Teufelskreis der Abhängigkeit. Der Masochist leidet, jammert und klagt, verhält sich äußerlich unterwürfig, aber gibt nie wirklich nach. Im Inneren wüten negative und feindselige Gefühle wie Verachtung, Überheblichkeit und Angst, vor deren Ausbruch er sich fürchtet. Er kann impotent sein und hat ein starkes Interesse an Pornographie. Eine Frau wird wahrscheinlich orgasmusunfähig sein und ihre Sexualität für unsauber halten.

Die Hauptklage, die der Therapeut anfangs hört, ist Verspannung. Der Masochist möchte davon frei sein, glaubt aber, daß er sich unterwerfen müßte und gedemütigt würde, wenn er locker ließe und das annähme, was in seinem Inneren ist.

Seine unbewußte negative Absicht besteht darin, blockiert zu bleiben und das Negative zu lieben. Das führt zu der Doppelbindung: »Wenn ich wütend werde, werde ich gedemütigt; wenn ich nicht wütend werde, werde ich auch gedemütigt.« Um das Problem therapeutisch zu lösen, muß er Selbstbewußtsein erlangen, frei werden und sich mit den spirituellen Teilen seiner Persönlichkeit verbinden.

Im therapeutischen Prozeß zeigt sich zuerst die Maske, die sagt; »Ich werde mich selbst töten (verletzen), bevor du mich tötest (verletzt).« Nachdem die innere Landschaft in der Therapie eine Weile erforscht wurde, wird das niedrige Selbst wach und sagt: »Ich verachte dich und werde dich provozieren.« Allmählich wird dadurch das höhere Selbst befreit, das die Situation durch die Erkenntnis löst: »Ich bin frei.«

Der Körper des Masochisten ist schwer und gedrunken, mit überentwickelten Muskeln, einem kurzen Hals und kurzer Taille. Er hat starke Spannungen im Nacken, Kiefer, Kehle und Bauch, den er nach innen zieht. Sein Gesäß ist kalt. Die Energie wird in der Kehle gedrosselt, und sein Kopf steht vor.

Psychodynamisch steckt er in einem Sumpf, indem er jammert, klagt, seine Gefühle zurückhält und provoziert. Wenn er mit seiner Provokation Erfolg hat, dann gibt ihm das den Freibrief zur Explosion. Er weiß nicht, daß er provoziert und glaubt, nur zu versuchen, es anderen recht zu machen.

Das Energiefeld des masochistischen Charakters

Die Hauptenergie des Masochisten ist internalisiert. Er ist unteraktiv und kocht im Inneren. Das Energiefeld (Abb. 13-7) hat seine volle Ausdehnung. Der ätherische Körper ist dicht, dick, rauh und stumpf und tendiert mehr zu grau als zu blau. Der emotionale Körper ist voll, sehr farbig und ziemlich gleichmäßig verteilt, so wie auch der ätherische Körper. Der mentale Körper ist groß und hell, sogar im unteren Teil. Intellekt und Emotion sind integrierter als bei den vorherigen Charaktertypen. Der himmlische Körper ist hell, mit den Farben Kastanienbraun, Bläulichviolett und

Blau. Die Eiform hat ihre volle Größe und eine dunkelgoldene Tönung. Die äußere Hülle wird etwas nach unten gezogen, so daß sich mehr ein Oval als eine Eiform ergibt. Sie ist stark ausgeprägt und sehr fest und elastisch.

Vor Beginn der Core-Energetik-Arbeit sind beim Masochisten gewöhnlich das Stirn- und Nabel-Zentrum offen und vielleicht teilweise das rückwärtige Sakral-Zentrum. Er macht also von allen drei Aspekten seiner Persönlichkeit Gebrauch, dem Intellekt, dem Gefühl und dem Willen. Die stärkste Energieaktivität im Gehirn ist vorne, in der Mitte und seitlich, mit einem kleinen Ausläufer zum Hinterhaupt, wo ansonsten wenig Aktivität herrscht. Die üblichen Abwehrmechanismen des Masochisten sind »Fangarme ausstrecken«, »Gut sichtbar lautlos brüten« und »Verbale Pfeile abschießen«.

Das höhere Selbst und die Lebensaufgabe des masochistischen Charakters

Der Masochist muß sich vom Gefühl der Demütigung befreien, indem er seine Aggressivität freisetzt. Er muß sich die Freiheit nehmen, sich aktiv zum Ausdruck zu bringen, wie und wann es ihm gerade einfällt. Die innere Landschaft eines masochistischen Charakters ähnelt einer Filigranarbeit aus Silber oder Gold. Seine schöpferische Kraft gestaltet ihren Gegenstand fein und kunstvoll, sehr geschmackvoll und mit einer starken persönlichen Prägung. Jedes Detail ist wichtig. Wenn er seine hochentwickelte Kreativität zum Ausdruck bringt, dann wird die Welt staunen.

Die Energien seines höheren Selbst sind voller Fürsorglichkeit für andere. Er ist ein natürlicher Vermittler. Sein Herz ist groß. Er ist bereit, andere zu unterstützen und hat sehr viel an Energie und Einsicht zu geben. Er hat tiefes Mitgefühl und gleichzeitig die Fähigkeit zur Lebensfreude, die er mit spielerischer Leichtigkeit zum Ausdruck bringt. All diese Gaben wird er in sich entfalten und Hervorragendes leisten.

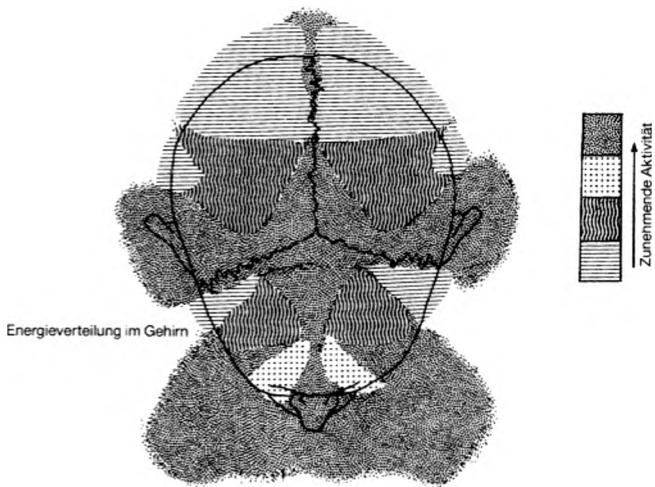
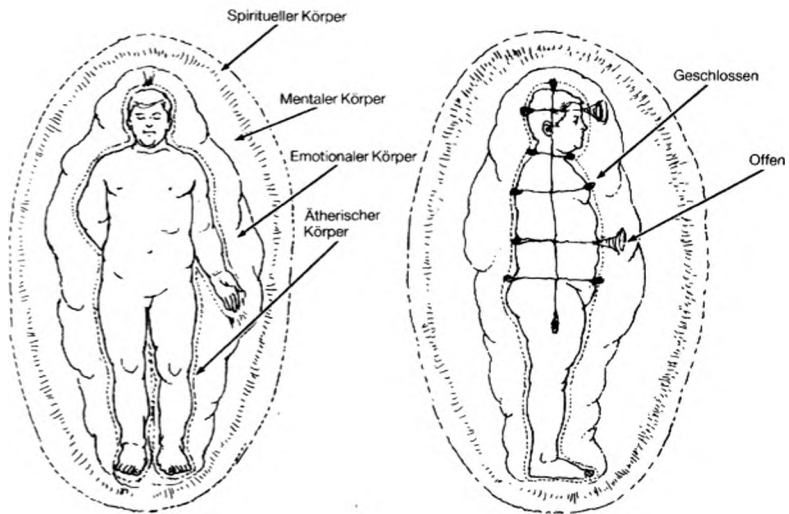


Abb. 13-7: Die Aura des masochistischen Charakters

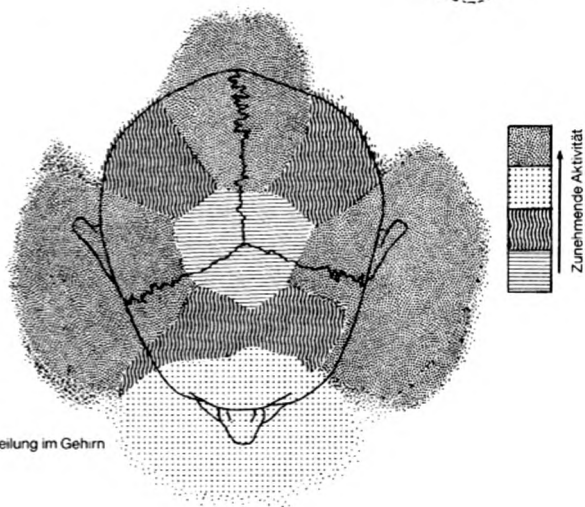
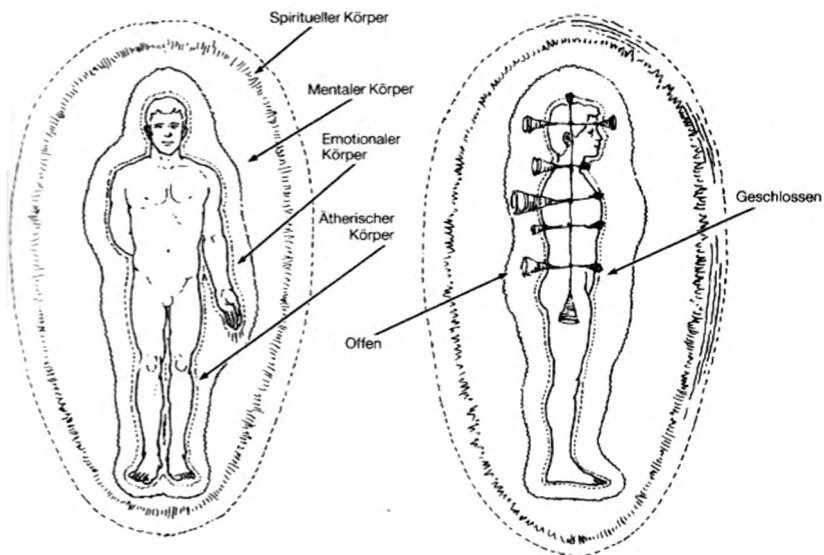
Der rigide Charakter

Eine Person mit einer rigiden Charakterstruktur wurde in ihrer Kindheit vom gegengeschlechtlichen Elternteil zurückgewiesen. Das Kind erlebte dies als einen Verrat an seiner Liebe, weil sinnliches Vergnügen, Sexualität und Liebe für das Kind ein und dasselbe sind. Um diese Zurückweisung zu kompensieren, entschied sich das Kind, seine Gefühle zu kontrollieren - Schmerz, Wut und auch positive Gefühle - indem es sie zurückhielt. Hingabe ist für diese Person eine gefährliche Angelegenheit, weil all diese Gefühle frei werden könnten. Sie vermeidet es deswegen, ihre Bedürfnisse direkt zu befriedigen und manipuliert andere, um ihr Ziel zu erreichen. Liebesgefühle sind mit Stolz verbunden und die Zurückweisung sexueller Liebe verletzt ihren Stolz.

Psychodynamisch hält die rigide Person ihre Gefühle und ihr Handeln ständig im Zaum, um sich nur ja nicht lächerlich zu machen. Sie ist sehr weltorientiert, sehr ehrgeizig und konkurriert aggressiv. Sie sagt: »Ich bin überlegen und ich weiß alles.« Im Innern lauert die Furcht vor Verrat und Verletzung, aber Verletzlichkeit darf auf keinen Fall gezeigt werden.

Der rigide Charakter hat eine stolze, aufrechte Haltung mit hoch erhobenem Kinn. Er ist sehr beherrscht in der äußeren Welt und identifiziert sich stark mit der physischen Wirklichkeit. In der Position der Stärke vermeidet das Ich, loslassen zu müssen. Die Person hat Angst vor unwillkürlichen Prozessen, die nicht vom Ich kontrolliert werden. Sie hat in sich eine Wand errichtet, durch die Gefühle weder hinaus noch hinein können. Im Sex fühlt sie Verachtung, nicht Liebe.

Durch das Zurückhalten seiner Gefühle verstärkt der rigide Charakter seinen Stolz nur noch mehr. Er verlangt vom anderen Liebe und sexuelles Empfinden, stellt aber selbst in der Interaktion auf manipulative Weise Bedingungen, um sich nicht hingeben zu müssen. Dadurch entsteht Konkurrenzkampf, nicht Liebe. Sein Stolz wird verletzt, er kämpft noch mehr um seine Überlegenheit - ein Teufelskreis, in dem er auf keinen Fall bekommt, was er will.



166.13-8: Die Aura des rigiden Charakters

Wenn er sich dem Therapeuten präsentiert (falls er das überhaupt tut), ist seine Hauptklage, kein Gefühl zu haben. Er möchte sich Gefühlen hingeben, aber er glaubt, daß er dadurch verletzt wird, und hat deswegen die negative Absicht: »Ich werde mich nicht hingeben.« Er sucht Sex, aber nicht Liebe, und findet keine Befriedigung. Das führt zu der Doppelbindung: »Wie ich es mache, ist es falsch.« Hingabe tut weh, Stolz verhindert Gefühl. Die therapeutische Lösung des Problems besteht darin, daß er lernen muß, sein Herz mit seinen Genitalien zu verbinden.

Im therapeutischen Prozeß sagt die Maske: »Ja, aber...« Nach einer Weile tritt das niedrige Selbst oder der Schatten ins Bewußtsein und sagt: »Ich werde dich nicht lieben.« Wenn durch Körperarbeit die Gefühle in Fluß kommen, wird das höhere Selbst die Situation schließlich dadurch lösen, indem es sagt: »Ich binde mich. Ich liebe.«

Der Körper hat harmonische Proportionen, ist gut integriert und hat viel Energie. Typische Blockierungen sind die »Eisenrüstung« oder die »Gitterblockade«. Das Becken ist nach hinten gekippt und kalt.

Das Energiefeld des rigiden Charakters

Der Hauptteil der Energie wird an der Peripherie gehalten, weit weg vom inneren Kern. Der Rigide ist hyperaktiv. Seine Ausgeglichenheit und Integration zeigt sich in der Aura, die stark und hell und gleichmäßig über den Körper verteilt ist. Das ätherische Feld ist stark, breit und gleichmäßig, hat eine blau-graue Tönung und eine mittelgrobe Körnung. Der emotionale Körper zeigt ruhige Ausgeglichenheit und ist ebenfalls gleichmäßig verteilt, allerdings ist er weniger farbig als bei den anderen Charaktertypen. Er kann auf der Rückseite größer sein, weil dort alle Zentren offen sind.

Der mentale Körper ist gut entwickelt und hell. Der spirituelle Körper ist eher stumpf, wenn sich die Person noch nicht für bedingungslose Liebe und ihre eigene Spiritualität geöffnet hat. Die kausale oder ketherische Hülle ist stark, widerstandsfähig,

sehr gut geformt und leuchtend, mit einem mehr goldenen als silbernen Schein.

Die offenen Chakras sind die rückwärtigen Willens- und Sexualzentren und die mentalen Zentren. Der rigide Charakter lebt also im wesentlichen durch seinen Intellekt und seinen Willen. Das Kronen- und das Nabel-Zentrum sind manchmal offen und manchmal nicht. In der therapeutischen Arbeit öffnen sich die vorderen Gefühlszentren.

Die Energieverteilung im Gehirn zeigt sehr viel Aktivität an den Seiten und in der Mitte des Hinterhaupts. Manchmal sind auch die vorderen Gehirnlappen sehr aktiv, je nachdem, was die Person tut. Wenn dabei vor allem der Intellekt beansprucht wird, ist auch dieser Bereich des Gehirns hell und aktiv; wenn nicht, dann steht er an zweiter Stelle. Im Falle künstlerischer Aktivität wie Malen oder Musik sind die Seitenlappen heller.

Ich stelle fest, daß sich die Aktivitätsmuster im Gehirn gleichmäßiger über alle Seiten des Gehirns verteilen, wenn Menschen wachsen und an Einsicht gewinnen. Zwischen vorne und hinten und den beiden Seiten bilden sich Brücken, die, von oben betrachtet, wie ein Kreuz aussehen. Wenn jemand seine Spiritualität entfaltet und vielleicht durch Meditation spirituelle Erfahrungen macht, dann wächst die Aktivität im zentralen Gehirnbereich.

Die Abwehrmechanismen des rigiden Charakters sind »Machtwillen zur Schau stellen«, »Sich durch Überheblichkeit isolieren« und manchmal »Hysterisch explodieren« (siehe Abb. 12-7/II).

Das höhere Selbst und die Lebensaufgabe des rigiden Charakters

Der rigide Charakter muß seine Gefühlszentren öffnen und zulassen, daß seine Gefühle nach außen fließen und von anderen wahrgenommen werden. Es ist wichtig, daß er seine Gefühle mitteilt, worin sie auch bestehen mögen. Das läßt Energien in den Kern seines Wesens hinein- und wieder hinausfließen und setzt sein einzigartiges, höheres Selbst frei.

Die innere Landschaft des rigiden Charakters ist voller Abenteuer, Leidenschaft und Liebe. Hohe Berge sind zu besteigen, hehre Kämpfe zu gewinnen und Frauenherzen in romantischer Liebe zu gewinnen. Wie Ikarus fliegt er zur Sonne, und wie Moses führt er sein Volk ins gelobte Land. Er wird andere mit Liebe und Leidenschaft für das Leben inspirieren. Was immer seine Tätigkeit ist, er ist ein natürlicher Führer. Er wird fähig sein, mit anderen und dem Universum in intensiven Kontakt zu treten. Er wird sich leicht und spielerisch im Universum bewegen können und das Leben voll genießen.

Therapeutische Leitlinien

Es ist sehr hilfreich, wenn Sie beim Heilen die allgemeine Charakterstruktur Ihres Patienten im Kopf behalten. Sie können dann Ihre Heilarbeit mehr auf die Eigenarten der Person zuspitzen und dadurch eine hohe Wirksamkeit erreichen. Erhöhte Sinneswahrnehmung ist dabei sehr nützlich. Ein besonders wichtiger Aspekt ist, wie der Patient mit seinen Grenzen umgeht. Die Person mit einer *schizoiden Charakterstruktur* muß Klarheit über ihre Grenzen gewinnen und sie stärken. Für sie ist es wichtig, für ihre spirituelle Wirklichkeit äußere Bestätigung zu finden. Die Aura des Schizoiden muß aufgeladen werden und er muß lernen, wie er diesen Zustand halten kann. Die Energielecks müssen geschlossen werden. Auch die Aura des *oralen Charakters* bedarf der Aufladung und die Chakras der Öffnung. Auch er muß lernen, sich abzugrenzen und erleben, wie es sich anfühlt, offen zu sein, damit er den Zustand durch Körperübungen und Meditation halten kann. Die orale Person braucht sehr viel Berührung. Beim *Psychopathen* muß die untere Körperhälfte aufgeladen und die unteren Chakras geöffnet werden; er muß lernen, mehr vom Herzen als vom Willen her zu leben. Es ist sehr wichtig, sexuelle Themen mit ihm sehr zartfühlend zu behandeln. Um das zweite Chakra zu einem harmonischen Funktionieren zu bringen, ist sehr viel Verständnis und Zuwendung nötig. Die Heilerin braucht viel Feingefühl, wenn sie die untere Körperhälfte berührt. Die

Person mit einem *masochistischen Energiefeld* muß lernen, ihre blockierten Gefühle aus ihrer Erstarrung zu lösen und freizusetzen. Es ist äußerst wichtig, ihre Grenzen zu respektieren. Berühren Sie den Masochisten nie ohne Erlaubnis. Je mehr er an seinem Heilprozeß beteiligt ist, um so schneller wird sich Erfolg einstellen. Seine Heilung steht immer in Zusammenhang mit der Freisetzung seiner Kreativität, die im Inneren verborgen ist und zum Ausdruck kommen will. Die Aura des *rigiden Charakters* muß weicher werden. Er muß sein Herz-Chakra öffnen, um Liebe und andere Gefühle in sich aufkommen zu lassen. Die zweite Auraschicht muß aktiviert und ins Bewußtsein gehoben werden. Die Heilerin sollte dabei langsam vorgehen und den Klienten immer nur für kurze Zeit starken Gefühlen aussetzen. Die tiefen Core-Energien der Persönlichkeit werden bei ihm durch Handauflegen geweckt. Es ist wichtig, daß die Heilerin seine Persönlichkeit liebevoll annimmt, wenn sie ihre Hände auf seinen Körper legt.

Überwindung der Charakterstruktur

Durch psychodynamische, körperliche und spirituelle Arbeit verändert sich die Aura. Sie kommt ins Gleichgewicht, die Chakras öffnen sich mehr und mehr. Die falschen Bilder und Begriffe unserer negativen Glaubenssysteme lösen sich auf, und stagnierende Energie gerät in Fluß, das Energiefeld wird leichter und kann auf einer höheren Ebene schwingen. Das Feld wird elastischer und flüssiger. Mit der wachsenden Effizienz des Energiestoffwechsels nimmt die Kreativität zu. Das Feld weitet sich aus, tiefergehender Wandel wird möglich.

Viele Menschen haben einen golden-silbernen Lichtpunkt im Zentrum ihres Kopfes, der sich mit zunehmender Entwicklung der Person zu einem leuchtenden Lichtball ausweitet und sich über den Körper hinaus erstreckt. Es ist der Same, der den astralen Körper mit Licht erfüllt und ihn zu einem leuchtenden Organ entwickelt, das die Wirklichkeit jenseits der physischen Welt wahrnehmen und mit ihr in aktiven Austausch treten kann. Die Quelle dieses Lichtes ist der Punkt, in den die Wurzeln des

Kronen-Chakras und des Dritten Auges münden, den Orten der Zirbeldrüse und der Hypophyse. Wenn der mentale Körper strahlender wird, entwickelt sich ein Gefühl für die Wirklichkeit jenseits des Physischen. Das Leben verändert sich in einer Weise, die ein natürlicher Energieaustausch mit dem Universum möglich macht. Wir erleben uns als einen einzigartigen Aspekt des Universums, der doch mit dem Ganzen verschmolzen ist. Wir erkennen unser Energiesystem als ein Energietransformationssystem, das Energie von seiner Umgebung aufnimmt, sie aufspaltet, verwandelt, wieder verbindet und auf einer höheren, spirituellen Ebene ins Universum aussendet. Wir alle sind lebendige Transformationssysteme. Da die Energie, die wir transformieren, Bewußtsein hat, transformieren wir also Bewußtsein. Wir spiritualisieren tatsächlich Materie.

Charakterstruktur und Lebensaufgabe

Jede Charakterstruktur ist ein Modell eines Transformationssystems, das nicht richtig funktioniert. Zuerst blockieren wir die Energie; ihr Umlauf in unserem Energiesystem verlangsamt sich und an manchen Stellen entstehen Verstopfungen. Wir tun das, weil wir unser Leben nach unseren negativen Überzeugungen ausrichten. Sehr oft befinden wir uns außerhalb der Wirklichkeit, weil wir so leben und reagieren, wie wir meinen, daß das Universum sei, und nicht, wie es wirklich ist. Aber das funktioniert nicht lange. Wir erzeugen dadurch Leiden in unserem Leben. Früher oder später hören wir die Botschaft, die uns sagt, daß wir etwas falsch machen. Wir verändern uns und unser Energiesystem, um die Schmerzen zu lindern. Wir lösen die Blockierung in unserem System und transformieren die Energie. Dadurch befreien wir uns nicht nur persönlich von unserem negativen Glaubenssystem, sondern wir wirken auch positiv auf die Menschen in unserer Umgebung.

Wenn wir an der Auflösung unserer Blockierung arbeiten, dann erfüllen wir unsere persönliche Aufgabe. Das setzt in uns die Energie frei, das zu tun, was wir schon immer in unserem

Leben tun wollten: die tiefe Sehnsucht, die wir schon in unserer Kindheit hatten, der geheime Traum, der unsere Aufgabe in der Welt beinhaltet. Das, was Sie am allerliebsten in Ihrem Leben tun möchten, das ist Ihre Lebensaufgabe. Sie sind gekommen, um sie zu erfüllen. Indem Sie Ihre persönliche Blockierungen auflösen, bahnen Sie den Weg, Ihre tiefste Sehnsucht Wirklichkeit werden zu lassen. Gestatten Sie Ihrer Sehnsucht, Sie zu leiten. Folgen Sie ihr. Es wird Ihnen Glück bringen.

Sie haben Ihren Körper und sein Energiesystem so gewählt, daß er ein Instrument zur Erfüllung Ihrer Lebensaufgabe ist. Das Energiebewußtsein, das sich darin ausdrückt, ist am besten für die Aufgabe geeignet, für die Sie sich inkarniert haben. Keiner anderer hat genau die Kombination von Qualitäten und möchte genau das tun, was Sie tun wollen. Sie sind einzigartig. Wenn Sie den Energiefluß in Ihrem Energiesystem, das Sie für Ihre Aufgabe geschaffen haben, blockieren, blockieren Sie auch die Erfüllung Ihrer Aufgabe. Die allgemeinen Muster der Blockierung, die Menschen in sich errichten, nennt man Charakterstruktur und Abwehrmechanismus. Sie benutzen sie gewohnheitsmäßig und trennen sich von dem, dessentwegen Sie auf die Erde gekommen sind. Sie sind auch direkte Manifestationen dessen, was Sie noch nicht vom Leben wissen und was Sie in dieser Inkarnation lernen wollen. Ihre ureigene Lektion ist in Ihrem Körper und in Ihrem Energiesystem kristallisiert. Sie haben Ihr Klassenzimmer nach Ihren eigenen Angaben gebaut und ausgestattet. Darin leben Sie.

Wie Sie sehen werden, führen Energieblockierungen schließlich zu körperlichen Störungen. Von den Störungen läßt sich auf Ihre Charakterstruktur schließen und auf die Art und Weise, wie Sie Ihre schöpferischen Energien blockieren. Worin Ihre Krankheit auch bestehen mag, sie steht in direkter Beziehung zu Ihrer Lebensaufgabe. Über Ihr Energiesystem ist Ihre Krankheit ein Ausdruck Ihrer tiefsten Sehnsucht. Sie sind krank, weil Sie dieser Sehnsucht nicht folgen. Ich frage Sie deswegen noch einmal: Was möchten Sie in Ihrem Leben am allerliebsten tun - mehr als irgend etwas anderes in der Welt? Stellen Sie fest, wie Sie sich davon abhalten. Räumen Sie diese Blockierung zur Seite. Tun Sie das, was Sie wirklich tun wollen, und Sie werden gesund.

Übung zum Auffinden der eigenen Charakterstruktur

Betrachten Sie sich im Spiegel! Welchen Körpertyp haben Sie? Machen Sie sich die Merkmale der verschiedenen Charakterstrukturen mit Hilfe der Schemata dieses Kapitels klar. Dann beantworten Sie die Fragen 7 bis 10 im Anhang auf Seite 458.

Teil IV

Die Wahrnehmungs- instrumente des Heilers

Einleitung

Die Ursachen von Krankheit

Aus der Sicht des Heilers ist Krankheit ein Ergebnis von Ungleichgewicht. Ungleichgewicht entsteht, wenn Sie vergessen, wer Sie sind. Zu vergessen, wer Sie sind, führt zu Gedanken und Handlungen, die einen ungesunden Lebensstil nach sich ziehen, und schließlich zu Krankheit.

Die Krankheit selbst ist ein Signal dafür, daß Sie nicht im Gleichgewicht sind, weil Sie vergessen haben, wer Sie sind. Sie ist eine direkte Botschaft, die Ihnen nicht nur die Art Ihres Ungleichgewichts deutlich macht, sondern Ihnen auch die Schritte zeigt, die Sie an Ihrem wirklichen Selbst und zur Gesundheit zurückführen. Diese Information ist sehr präzise, wenn Sie die Botschaft zu entschlüsseln vermögen.

Krankheit kann also als eine Lektion verstanden werden, die Sie sich selbst aufgegeben haben, damit Sie sich daran erinnern, wer Sie sind. Es werden Ihnen jetzt sofort alle möglichen Einwände gegen diese Aussage einfallen. Die meisten davon begrenzen aber Ihre Wahrnehmung auf eine Wirklichkeit, die nur diesen Lebenszyklus sieht und nur das Leben im physischen Körper. Mein Blickwinkel transzendiert diese Sichtweise. Die obigen Aussagen können nur dann richtig verstanden werden, wenn Sie bereits erkannt und akzeptiert haben, daß Sie jenseits der physischen Dimensionen von Zeit und Raum existieren. Daß diese Aussagen der Liebe entspringen, können Sie nur dann fühlen, wenn Sie sich selbst als Teil des Ganzen und damit als das Ganze begreifen. Sie beruhen auf der Vorstellung, daß es zwischen Individuation und Ganzheit keinen Widerspruch gibt, denn zwar setzt sich das Ganze aus einzelnen Teilen zusammen, diese aber

sind nicht nur Teil des Ganzen, sondern wie ein Hologramm selbst das Ganze.

Meine persönliche Entwicklung in den Jahren, in denen ich als Therapeutin arbeitete und die Energiefelder der Menschen beobachtete, brachte zwei Veränderungen meiner Wahrnehmung mit sich, die einen drastischen Wandel meiner Arbeitsmethoden bewirkten. Zum einen bekam ich während der Sitzungen Anweisungen von spirituellen Lehrern. Zum anderen begann ich, ins Innere des Körpers hineinschauen zu können. So wurde aus der Therapeutin langsam eine Heilerin.

Heilen war für mich zuerst eine Erweiterung der Therapie und wurde dann zum Kern jeder Art von Therapie, denn es werden alle Dimensionen der Seele und des Körpers berührt - weit über das hinaus, was Psychotherapie leisten kann. Meine Arbeit wurde klar. Ich heilte die Seele oder wurde ein Instrument, um die Seele daran zu erinnern, wer sie ist und wohin sie geht, wenn Krankheit anzeigt, daß sie das vergessen und ihren Weg verloren hat. Diese Arbeit erfüllt mich ganz und gestattet mir, mit hohen Energien und spirituellen Wesen in Kontakt zu kommen. Gleichzeitig ist sie eine große Herausforderung, denn sie verlangt von mir, mich dem Leiden auszusetzen, das schreckliche Krankheiten mit sich bringt. Der Heiler muß es bis zu einem gewissen Grad selbst erfahren, um heilen zu können. Ich durfte mich nicht scheuen, die massiven Energie- und Seelenstörungen meiner Klienten mitfühlend wahrzunehmen. Die Menschheit lebt in einem Strom von schrecklichem Leiden und Einsamkeit und hat die tiefe Sehnsucht, frei zu werden. Die Arbeit der Heilerin ist eine Arbeit der Liebe. Sanft berührt sie die leidenden Bereiche der Seele und läßt Hoffnung aufkeimen. Behutsam weckt sie in der Seele die uralte Erinnerung, wer sie ist. Sie berührt den göttlichen Funken in jeder Zelle des Körpers und erinnert sie daran, daß sie bereits Gott ist, und daß der Strom des universalen Willens, dem sie angehört, unausweichlich in Gesundheit und Ganzheit münden wird.

In den nächsten Kapiteln werde ich den Prozeß der Krankheit und des Heilens aus der Sicht der spirituellen Lehrer erörtern. Ich werde Beispiele für spirituelle Führung beim Heilen geben und

zeigen, wie ich mit erhöhter Sinneswahrnehmung arbeite, und wie Sie es lernen können. Ich werde Heoyans Sicht der Wirklichkeit darstellen. Es ist wichtig, daß Sie ein Verständnis all dieser Dinge erlangen, damit Sie die Heilmethoden lernen können, die in Teil V vorgestellt werden.

Kapitel 14

Die Trennung von der Wirklichkeit

Wie in Kapitel 4 dargestellt wurde, hat sich die mechanistische Auffassung Newtons, das Universum sei aus Bausteinen der Materie zusammengesetzt, im frühen 20. Jahrhundert überlebt. Die Wissenschaftler haben Entdeckungen gemacht, die zeigen, daß wir uns in einem Netz der Verbundenheit befinden. Wir sind keine getrennten Einzelwesen, wir sind individualisierte Wesen. Es sind nur unsere alten Newtonschen Denkgewohnheiten, die uns glauben machen, wir seien vom Ganzen getrennt. Sie sind jedoch einfach nicht wahr. Betrachten wir an einem Beispiel, wie Selbstverantwortlichkeit verstanden werden kann.

Nehmen wir an, ein kleines Kind wird durch eine Bluttransfusion mit Aids infiziert. Interpretiert man dieses Ereignis vom Standpunkt der Getrenntheit, dann wird man sagen: »Oh, was für ein armes Opfer.« Macht man sich die popularisierte Version der Selbstverantwortung zu eigen, dann sagt man vielleicht: »Es ist selbst der Schöpfer seines Schicksals, also ist es seine Schuld.« Von einem holistischen Standpunkt aus würde man sagen: »Oh, was für eine harte Lektion haben diese tapfere Seele und ihre Familie in der großen Wirklichkeit für sich gewählt. Wie kann ich ihnen am besten helfen? Wie kann ich sie am besten lieben? Wie kann ich ihnen helfen, sich daran zu erinnern, wer sie sind?« Wenn man das Leben so versteht, dann gibt es keinen Widerspruch zwischen Verantwortung und Liebe, aber einen großen Unterschied zwischen Verantwortung und Schuld.

Vom Standpunkt der Individuation und des Holismus aus kann man seinen Mitmenschen und allem, was sie durchleben, mit Achtung und Offenheit begegnen. Äußerungen wie: »Du hast dir

deinen Krebs selbst eingebrockt, so etwas würde ich nicht tun«, entspringen der Perspektive der Trennung, nicht der Individuation. Die Vorstellung des Getrenntseins erzeugt Angst und Opfermentalität; beides stützt die Illusion der Machtlosigkeit. Dagegen machen Verantwortlichkeit und Annehmen der Wirklichkeit stark; sie erzeugen die Kraft, die eigene Wirklichkeit zu prägen. Wenn es stimmt, daß Sie unbewußt die Dinge gestalten, wie sie sind, dann liegt es in Ihrer Hand, Veränderung zu bewirken. Betrachten wir deshalb den Prozeß des Vergessens genauer.

Solange wir Kinder sind, findet nur ein kleiner Teil unserer Erfahrung in den Reaktionen unserer Umgebung Bestätigung. Das schafft einen inneren Konflikt zwischen Selbsterhaltung und Bestätigung durch andere. Als Kinder brauchen wir sehr viel Bestätigung; wir sind in einer Phase des Lernens und dieses Lernen beruht auf Bestätigung von außen. Das Ergebnis ist, daß wir uns entweder eine geheime Phantasiewelt schaffen oder daß wir uns von dem Großteil unserer inneren Wirklichkeit, der keine Bestätigung gefunden hat, abwenden, um ihn irgendwo für zukünftige Verifikation zu bewahren. Wir blocken also Erfahrungen, seien es Bilder, Gedanken oder Gefühle, ab. Durch diese Blockierung trennen wir uns zumindest zeitweise von einem Teil unserer Erfahrung. Wir trennen uns von uns selbst und vergessen, wer wir sind. In den Kapiteln 9 und 10 haben wir uns ausführlich mit Blockierungen im Energiefeld beschäftigt. Die Wirkung dieser Blockierungen besteht in der Unterbrechung des gesunden Energieflusses in der Aura, was schließlich zu Krankheit führt. Man spricht auch von stagnierender Seelensubstanz - Anhäufung von Energiebewußtsein, das wir von uns abgeschnitten haben. Betrachten wir den Ablauf gestaltpsychologisch unter Zuhilfenahme des Begriffes »Wand«.

Wann immer Sie Unbehagen empfinden, stoßen Sie sich an der Wand, die Sie zwischen Ihrem größeren integrierten Selbst und einem Teil von sich errichtet haben. Diese Wand dient dazu, einen Teil Ihres Selbst auszugrenzen, den Sie gegenwärtig nicht in Ihre Erfahrung hineinnehmen möchten. Im Laufe der Zeit wird diese Wand stärker und Sie vergessen, daß Sie einen Teil Ihres Selbst ausgegrenzt haben. Das Ausgegrenzte erscheint Ihnen

dann als etwas Äußerliches, so als würde die Mauer eine gefürchtete äußere Kraft abhalten. Diese inneren Wände schaffen wir in Äonen der Seelenerfahrung. Je länger sie bestehen, um so mehr glauben wir, daß sie uns vor äußeren Gefahren schützen, und sehen nicht, daß sie das Selbst vom Selbst trennen. Sie scheinen Sicherheit zu gewähren, aber sie verfestigen doch nur immer mehr die Erfahrung der Trennung.

Übung zur Erforschung Ihrer inneren Wand

Wenn Sie sich Ihrer eigenen inneren Wände bewußt werden wollen, können Sie folgende Übung machen. Erinnern Sie sich an eine besonders unangenehme Situation, einen Konflikt, in dem Sie sich gerade befinden oder an ein ungelöstes Problem der Vergangenheit. Versetzen Sie sich mit allen Sinnen in die Situation, stellen Sie sich diese bildlich vor, hören Sie die entsprechenden Worte oder Töne. Suchen Sie nach der Angst, die darin enthalten ist. Angst ist das Gefühl der Trennung. Wenn Sie Angst spüren, konfrontieren Sie sich mit der Mauer aus Angst. Wie fühlt sie sich an, wie schmeckt sie, wie sieht sie aus, wie riecht sie? Welche Oberfläche hat sie, welche Farbe? Ist sie hell oder dunkel, scharf oder hart? Woraus besteht sie? Werden Sie zu dieser Wand! Was denkt sie, sagt sie, sieht sie, fühlt sie? Welche Auffassungen hat dieser Teil Ihres Bewußtseins von der Wirklichkeit?

Heyoan sagt über die Wand folgendes: »Gehen wir zurück zur Vorstellung der Wand, die du selbst errichtet hast, um, wie du damals meintest, dadurch ein inneres Gleichgewicht zu schaffen; in Wirklichkeit hast du ein äußeres Ungleichgewicht geschaffen wie in einer Schleuse, wo eine Wasserebene höher ist als die andere. Du siehst dich hinter dieser Wand und spürst die Macht der großen Flut dagegendrücken. Deine Wand ist ein Ersatz für etwas, von dem du glaubst, das es dir im Innern fehlt. Mit anderen Worten, du spürst eine große Kraft auf dich zukommen und meinst, dafür zu schwach zu sein. Du baust eine Mauer, um dich zu schützen, so wie die Burgen im Mittelalter mit Mauern umgeben wurden. Wenn du dich hinter dieser Wand befindest, mußt

du erst ihr Wesen erforschen, denn sie besteht aus deiner Essenz. Sie besteht aus Bausteinen von Überzeugungen - Überzeugungen davon, was du tun mußt, um sicher zu sein. Das Wunderbare ist, daß diese Wand aus deiner Essenz besteht und Kraft enthält. Diese Kraft kann transformiert werden, von deinem inneren Selbst. Du kannst sie auch als Treppe zu deinem inneren Selbst betrachten, das diese Kraft nie verloren hat. Das ist nur eine andere Metapher für die gleiche Sache; wähle die, die dir am besten entspricht. Du sitzt hinter deinem Schutzwall, und gleichzeitig in deinem Schutzwall, weil er nichts anderes ist als du selbst. Du kannst eine Brücke des Bewußtseins bauen, wenn du hörst, was du als Wand sagst, und was die Person sagt, die durch sie geschützt wird.«

Übung zur Auflösung der Wand

Sie sind die Wand und Sie sind die Person hinter der Wand. Lassen Sie die beiden ein Gespräch führen. Haben Sie das gründlich getan, dann führen Sie ein Gespräch zwischen sich und dem, was jenseits der Wand ist, und ein Gespräch zwischen der Wand und dem, was jenseits von ihr ist. Führen Sie die Gespräche so lange fort, bis die Energie durch die Wand hindurchfließt. Heyoan fährt fort:

»Jetzt kannst du die Wand als Symbol für die Blockierungen auf der psychodynamischen Ebene verstehen. Du kannst auch erkennen, daß sie dazu dient, die Person, die du glaubst zu sein, von der abzugrenzen, die du wirklich bist. Denn du bist auch die Kraft auf der anderen Seite der Wand, welche Form sie auch haben mag. Du hast keine Macht über sie, aber kannst an ihrer Kraft teilhaben. Die Wand repräsentiert den Glauben an die Macht über etwas, die Macht der Trennung — eine der schlimmsten Krankheiten, die die Erde in dieser Zeit befallen hat, die Krankheit der Macht. Wenn du die Metapher von der Wand mit deiner eigenen inneren und äußeren Realität füllen kannst, und zwar nicht nur auf der psychodynamischen Ebene, sondern auch auf der Ebene des Geistes und der Welt, dann kannst du sie als

Instrument der Selbsterkenntnis und des Heilens gebrauchen. Sie kann dir dazu dienen, dich daran zu erinnern, wer du bist.«

Betrachten wir die Wand auf der Ebene des Energiefeldes. Wie schon gesagt, kann die Wand als Energieblockierung in der Aura gesehen werden. Wenn Sie in die Wand hineingehen, sie erleben und beleben, bringen Sie Licht in die Finsternis der Blockierung. Sie löst sich auf und behindert nicht länger den natürlichen Energiefluß.

Blockierungen gibt es auf allen Ebenen der Aura. Ihre Wirkung geht durch alle Schichten hindurch. Betrachten wir nun, wie eine Blockierung auf einer Auraschicht - sei es auf der Ebene des Denkens, des Glaubens oder des Fühlens - schließlich im physischen Körper Krankheit erzeugt.

Kapitel 15

Von der Energieblockierung zur körperlichen Krankheit

Die Dimension der Energie und des Bewußtseins

Wir haben gesehen, daß wir sehr viel mehr sind als unser physischer Körper. Wir bestehen aus aufsteigenden Schichten von Energie und Bewußtsein. Vielleicht haben wir ein inneres Empfinden dafür. In diesem Kapitel beschreibe ich, wie wir unser Fühlen und Denken auf den verschiedenen Ebenen erfahren.

Unser innerer göttlicher Funken existiert auf einer sehr viel höheren Ebene der Wirklichkeit und des Bewußtseins als unser Alltagsbewußtsein. Wir sind dieses höhere Bewußtsein ebenso wie wir unser Alltagsbewußtsein sind. Zu diesem höheren Bewußtsein kann man durch Übung Zugang finden. Was sich dort auftut, ist keine Überraschung. Man hat das Gefühl: »0 ja! Das wußte ich ja schon immer!« In unserem göttlichen Funken wohnt höchste Weisheit; wir können uns von ihr in unserem täglichen Leben und unserem Wachstum leiten lassen.

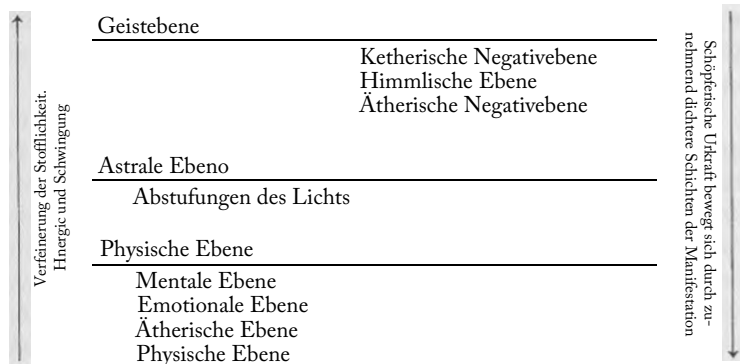
Da die Aura das Medium ist, durch welches die schöpferischen Impulse unserer höheren Wirklichkeiten sich stufenweise, bis hinunter zur physischen Realität, niederschlagen, können wir unser Bewußtsein auch durch die verschiedenen Schichten des Aurafeldes wieder in die Wirklichkeit des göttlichen Selbst erheben. Wir müssen zu diesem Zweck genauer wissen, wie die schöpferischen Impulse Schicht für Schicht übertragen werden, bis sie in der physischen Welt unsere tägliche Lebenserfahrung bestimmen.

Betrachten wir zunächst noch einmal, was die Aura tatsächlich ist. Sie ist mehr als ein Medium oder ein Feld. Sie ist das Leben selbst. Jede Schicht ist ein Körper, der genauso real, lebendig und funktionstüchtig ist wie unser physischer Körper. Jeder Körper existiert in einer Bewußtseinsrealität, die in mancher Hinsicht unserer physischen Realität ähnelt und sich in anderer Hinsicht von ihr unterscheidet. Jede Schicht gehört zu einer eigenen Welt, aber diese Welten sind miteinander verbunden und existieren im gleichen Raum, in dem wir unsere physische Wirklichkeit erfahren.

Schema 15-1 zeigt die Wirklichkeitsebenen, auf denen wir existieren, in Beziehung zu den Schichten der Aura, wie sie in Kapitel 7 dargestellt sind. Die physische Ebene hat vier Abstufungen: die physische, die ätherische, die emotionale und die mentale. Die astrale Ebene ist die Brücke zwischen Geist und Körper. Die spirituelle Ebene liegt darüber und ist ihrerseits in Bereiche gegliedert. Wie schon in Kapitel 7 gesagt, gibt es mindestens drei spirituelle Verwirklichungsstufen - die ätherische Negativform, die himmlische und die ketherische Ebene.

Schöpfung oder Manifestation ereignet sich, wenn eine Idee oder eine Überzeugung von ihrer Quelle in den hohen Ebenen von

Ebenen der Wirklichkeit, auf denen wir existieren (Schema 15-1)



Ausdruck des Bewußtseins auf den sieben Ebenen der Aura (Schema 15-2)

| Ebene | Ausdruck des Bewußtseins | Aussage des Bewußtseins |
|------------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| 7 Ketherische Negativebene | Höhere Erkenntnis | Ich erkenne. Ich bin. |
| 6 Himmlische Ebene | Höhere Gefühle | Ich liebe allumfassend. |
| 5 Ätherische Negativebene | Höherer Wille | Ich will. |
| 4 Astrale Ebene | Ich-du-Gefühle | Ich liebe die Menschheit. |
| 3 Mentale Ebene | Denken | Ich denke. |
| 2 Emotionale Ebene | Persönliche Gefühle | Ich fühle emotional. |
| 1 Ätherische Ebene Physische Ebene | Körperempfindungen Körperfunktion | Ich empfinde körperlich. Ich existiere. Ich werde. |

Stufe zu Stufe durch die dichterem Ebenen der Wirklichkeit dringt, bis sie sich in der physischen Wirklichkeit kristallisiert. Wir bilden unsere Welt nach unseren Überzeugungen. Natürlich wirkt auch das, was auf den niedrigeren Ebenen geschieht, auf die höheren zurück. Um den Prozeß, der Gesundheit oder Krankheit hervorruft, zu verstehen, wollen wir näher betrachten, wie sich das Bewußtsein auf den verschiedenen Ebenen der Aura manifestiert.

Schema 15-2 stellt dar, wie sich das Bewußtsein auf jeder Auraschicht zum Ausdruck bringt und welche Aussage es macht. Auf der *physischen Ebene* hat das Bewußtsein die Form des Instinkts, der automatischen Reflexe und des automatischen Funktionierens der Organe. Es macht die Aussage: »Ich existiere.« Auf der *ätherischen Ebene* drückt sich das Bewußtsein in

Empfindungen von Lust und Schmerz aus. Unangenehme Empfindungen wie Kälte oder Hunger signalisieren uns, daß wir etwas brauchen, damit unsere Energie wieder harmonisch fließt. Auf der *emotionalen Ebene* drückt sich das Bewußtsein in Grundgefühlen und Reaktionen wie Angst, Wut und Liebe aus. Die meisten dieser Emotionen beziehen sich auf das Selbst. Auf der *mental*en Ebene äußert sich das Bewußtsein als rationales Denken. Das ist die Ebene des linearen, analytischen Intellekts.

Auf der *astralen Ebene* wird das Bewußtsein in starken Gefühlen erlebt, die das Selbst und den Nächsten überschreiten und die ganze Menschheit umfassen. Die astrale Ebene ist eine vollkommen andere Welt; sie wird von Menschen, die »Astralreisen« erlebt haben, so beschrieben: Die Objekte haben eine flüssige Gestalt; Licht wird nicht in erster Linie von Objekten reflektiert, sondern von ihnen ausgestrahlt; um Entfernungen zu überwinden, muß man sich nur auf das Ziel konzentrieren und die Aufmerksamkeit darauf fixieren. Die Richtung ändert sich, sobald die Aufmerksamkeit vom Ziel abweicht.

Die Unterschiede und Ähnlichkeiten zwischen der physischen und der astralen Ebene wären für einen Physiker nicht erstaunlich; auch auf der astralen Ebene herrschen Naturgesetze, die in einem Medium feinerer Stofflichkeit, höherer Energie und schnellerer Schwingungen wirksam werden. Diese Gesetze stehen natürlich in Beziehung zu denen der physischen Welt. Ich glaube, die Naturgesetze unserer Welt sind einfach nur Spezialfälle von Allgemeingesetzen, die das gesamte Universum regieren.

Auf der spirituellen Ebene öffnen sich wieder neue Wirklichkeiten, die von meiner begrenzten Sicht aus weit schöner sind als unsere-voll Licht und Liebe.

Auf der fünften Ebene, der *ätherischen Negativform*, äußert sich das Bewußtsein als höherer Wille, der Dinge erschafft, indem er ihnen geistige Gestalt und Namen gibt. Auf der *himmlischen Ebene* drückt sich das Bewußtsein in höheren Gefühlen wie universaler Liebe aus, die nicht nur Menschen umfaßt, sondern das gesamte Leben. Auf der siebten, der *ketherischen Ebene*, äußert sich das Bewußtsein in höherer Erkenntnis. Hier, im

umfassenden Erkennen, ist die Quelle des schöpferischen Impulses.

Das Wirken der schöpferischen Urkraft beginnt im höchsten spirituellen Körper und gelangt von dort in den astralen Körper. Man kann auch sagen, daß die feineren Substanzen und Energien der spirituellen Körper im Astralkörper harmonische Resonanz erzeugen, die dann wieder in den unteren drei Körpern harmonische Resonanz nach sich zieht. Dieser Ablauf setzt sich bis in die Frequenzebene des physischen Körpers fort. (Ein Beispiel für das Phänomen der harmonischen Induktion ist das Mitklingen einer zweiten Stimmgabel, wenn man eine anschlägt.) Jeder Körper drückt diesen Impuls gemäß seiner Bewußtseinswirklichkeit aus. Ein schöpferischer Impuls aus der geistigen Ebene bewirkt auf der astralen Ebene weitherzige Gefühle. Auf den niedrigeren Frequenzebenen drückt er sich zuerst in Gedanken aus, dann in bestimmten Gefühlen, in körperlichen Empfindungen, und, auf der Ebene des physischen Körpers, in der Reaktion des autonomen Nervensystems. Es entspannt sich, wenn es den Impuls positiv versteht, oder verengt sich, wenn es ihn negativ erfährt.

Der schöpferische Prozeß der Gesundheit

Gesundheit ist das Ergebnis eines fortwährenden schöpferischen Prozesses. Sie entsteht und erhält sich dann, wenn die schöpferische Kraft von den geistigen Ebenen gemäß der universellen oder kosmischen Gesetze, nach unten gelenkt wird (Schema 15-3). Wenn der *ketherische Negativkörper* mit der größeren geistigen Wirklichkeit in Einklang steht, manifestiert er die göttliche Erkenntnis dieser Wirklichkeit. Seine Aussage ist: »Ich weiß, daß ich eins bin mit Gott.« Diese Erfahrung der Einheit mit Gott schließt das Bewußtsein der eigenen Individualität mit ein. Diese Wirklichkeit erzeugt auf der Stufe des *himmlischen Körpers* universale Liebe. Auf der Ebene des *ätherischen Negativkörpers* führt das Gefühl der Einheit mit Gott zum Einklang des individuellen Willens mit dem göttlichen Willen. Das drückt sich auf der *astral Ebene* als Liebe für die Menschheit aus. Die Erfahrung

Der schöpferische Prozeß der Gesundheit (Schema 15-3)

| | |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ketherischer Negativkörper | Göttliche Erkenntnis: Ich weiß, daß ich eins bin mit Gott. |
| Himmlicher Körper | Göttliche Liebe: ↓ Ich liebe allumfassend. |
| Ätherischer Negativkörper | Göttlicher Wille: ↓ Dein Wille und mein Wille sind eins. |
| Astraler Körper..... | Lieben: ↓ Ich liebe die Menschheit. |
| Mentaler Körper | Klares Denken: ↓ Klares Denken im Dienst von Liebe und Willen. |
| Emotionaler Körper..... | ↓ Echtes Fühlen: Natürlicher, unblockierter Gefühlsfluß in Übereinstimmung mit der göttlichen Wirklichkeit. Ergebnis: |
| Ätherischer Körper | Liebe: Sein: ↓ Natürlicher Energiestoffwechsel sorgt für gesunde Struktur und Funktion des ätherischen Körpers: Yin-Yang-Gleichgewicht; Ergebnis: |
| Physischer Körper..... | Wir sind »in Ordnung«. Existieren: ↓ Natürlicher Stoffwechsel der chemischen Energien; Körpersysteme im Gleichgewicht. Ergebnis: Gesundheit |

allumfassender Liebe beeinflusst die *mentale Schicht* und prägt ihre Wahrnehmungen von der Realität. Die Schwingung des mentalen Körpers wird durch das Gesetz der harmonischen Induktion auf die energetische Ebene des *emotionalen Körpers* vermittelt und drückt sich dort in Gefühlen aus. Wenn die Wahrnehmung der Wirklichkeit mit den kosmischen Gesetzen über-

einstimmt, dann sind die Gefühle harmonisch und können in der Person frei fließen. Sie werden nicht blockiert.

Die Energie fließt in den *ätherischen Körper*, der darauf mit natürlicher Harmonie reagiert. Das Ergebnis sind angenehme Körperempfindungen, die für einen natürlichen Energiestoffwechsel mit dem universalen Energiefeld sorgen. Diese Energie nährt den ätherischen Körper, wodurch er seine Struktur und Funktion aufrechterhalten kann. Es kommt zu einem natürlichen Gleichgewicht der Yin-Yang-Energien im ätherischen Körper. Da die Gefühle nicht blockiert werden, bleibt die natürliche Sensitivität des Körpers erhalten, der genau weiß, was für ihn gut oder schlecht ist, sich richtig ernährt und ausreichend bewegt. Der gesunde ätherische Körper erhält die Gesundheit des *physischen Körpers*, in dem die chemischen und organischen Systeme im Ausgleich sind und normal funktionieren. In einem gesunden System sind die Energien jedes Körpers im Gleichgewicht und stützen das Gleichgewicht in den anderen Körpern. Auf diese Weise führt Gesundheit zu mehr Gesundheit.


Der dynamische Prozeß von Krankheit

Im kranken System (Schema 15-4) findet der gleiche, von oben nach unten gerichtete Ablauf statt. In diesem Fall wird jedoch die schöpferische Urkraft auf ihrem Weg durch die verschiedenen Energieschichten entstellt und wirkt so gegen das universale Gesetz. Zu dieser Deformation kommt es dann, wenn der schöpferische Impuls, welcher der menschlichen spirituellen Wirklichkeit entspringt, auf Energieblockierungen in der Aura stößt. Die Deformation wirkt von einer Schicht zur anderen weiter. Ich habe den Ausgangspunkt von Störungen schon auf der siebten Ebene der Aura wahrgenommen, wo sich Risse oder Verschlingungen der Lichtlinien zeigen. Diese »spirituellen Verzerrungen« haben immer mit Glaubenssystemen zu tun, die ein Mensch in diesem Leben erworben hat. Wenn diese aus anderen Inkarnationen stammen, sind sie karmisch. Ich betrachte Karma als den Niederschlag von Glaubenssystemen früherer Inkarnationen im

jetzigen Leben; es wird solange bestehen bleiben, bis diese Glaubenssysteme wieder mit der größeren Wirklichkeit in Einklang gebracht werden. Eine Verzerrung der siebten Schicht steht in Beziehung mit wirklichkeitsverzerrenden Überzeugungen. Ein Beispiel wäre: »Ich glaube, daß ich mehr wert bin als andere.« Diese Verzerrung blockiert und entstellt die himmlische Liebe. Die Person liebt ihr Überlegenheitsgefühl. Das Licht des himmlischen Körpers ist dann sehr schwach. Das wirkt auf die fünfte Schicht und verzerrt auch diese. Die Person wird danach trachten, überlegen zu sein. Die astrale Ebene reagiert mit dem Bedürfnis nach Überlegenheit, was Blockierungen oder dunkle Flecken stagnierender Energie im astralen Körper erzeugt. Der mentale Körper liefert der Person gute Gründe für ihre Überzeugung, daß sie überlegen ist. Glücklicherweise funktioniert der Selbstbetrug nicht durchgängig, und man wird früher oder später vom Gegenteil überzeugt sein. Wenn ich nicht überlegen bin, dann muß ich unterlegen sein. Die Person bringt sich in eine mentale Zwickmühle, welche die Struktur des mentalen Körpers verzerrt. Die Lebenskraft teilt sich in zwei widerstreitende Ströme, und die Person verfällt in dualistische Gespaltenheit. Ein Beispiel für diesen Konflikt ist: »Ich kann es« und »ich kann es nicht.« Das ist eine Zwickmühle im mentalen Körper, die in einer Störung des Energieflusses und der Schwingung zum Ausdruck kommt.

Gelingt es der Person nicht, sich aus dieser Zwickmühle zu befreien, dann kann daraus eine dissoziierte Gedankenform entstehen, die ins Unbewußte abgedrängt wird. Sie wirkt dort durch induzierte Vibration auf den emotionalen Körper und erzeugt Angst, weil das Problem unlösbar erscheint. Die Angst hat ihre Wurzeln in der Irrealität und kann von der Person nicht angenommen werden. Sie wird deswegen abgeblockt, und nach einer Weile vielleicht auch ins Unbewußte abgeschoben. Da die Gefühle im emotionalen Körper nicht mehr frei fließen können, was sich in dunklen Flecken stagnierender oder sehr schwacher Energie zeigt, wirkt diese Störung in den ätherischen Körper in Form von zerrissenen oder verwirrten Lichtlinien hinein. Da sie den Raster bilden, auf dem die Zellen des physischen Körpers

Der dynamische Prozeß von Krankheiten (Schema 15-4)

| | | | |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ketherische Negativ- ebene | Ich glaube, daß ich bin. | Glaubt an seine Überlegenheit. | Verschlingung oder Reiß der Lichtlinie in der siebenten Schicht. |
| | | ↓ | |
| Himmliche Ebene | Ich liebe, was glaube. | Liebt seine Überlegenheit. | Schwaches oder blockiertes himmlisches Licht. |
| | | ↓ | |
| Ätherische Negativ- ebene | Ich setze meine Überzeugungen in der Wirklichkeit durch. | Strebt nach Überlegenheit. | Deformierung auf der ätherischen Negativ-ebene. |
| | | ↓ | |
| Astrale Ebene | Ich orientiere meine Wünsche an meinen Überzeugungen. | Sehnt sich nach Überlegenheit. | Blockierung auf der astralen Ebene, dunkle Formen, stagnierende Energie. |
| | | ↓ | |
| Mentale Ebene | Ich orientiere mein Denken an meinen Überzeugungen. Ja/Nein | Glaubt (nicht) an seine Überlegenheit. (Sackgasse) | Störungen des Energiefeldes, dissoziierende Gedankenformen. |
| | | ↓ | |
| Emotionale Ebene | Ich orientiere mein Fühlen an meinen Überzeugungen. | Angst | Dunkle Energieblockierungen, Energie stagnierend oder erschöpft. |
| | |  | |
| | | ↓ | |
| Ätherische Ebene | Ich bin meine Überzeugungen. | Körperliche Schmerzen | Verschlingungen, Brüche oder Unterbrechungen auf der ätherischen Ebene; Ungleichgewicht von Yin und Yang; Solarplexus hat zuviel Energieentladung. |
| | | ↓ | |
| Physische Ebene | Meine Überzeugungen prägen meine Existenz. | Körperlich unwohl (Krankheit) | Krankheiten wie Magengeschwür. |

wachsen, wird das Problem bis zum physischen Körper durchdringen und als Krankheit in Erscheinung treten.

In unserem Beispiel (Schema 15-4) könnte die Angst sich negativ auf den Solarplexus der ätherischen Ebene auswirken und dort zu einer Überladung mit Yin-Energie führen. Bleibt dieser Zustand bestehen, wird er den chemischen Stoffwechsel des physischen Körpers in Unordnung bringen und schließlich zur Krankheit führen. Ein Übermaß an Yin im Solarplexus könnte eine Übersäuerung des Magens und auf diesem Wege ein Magengeschwür hervorrufen.

Im kranken System wird also eine Energiestörung in den höheren Körpern Stufe um Stufe in die niederen Körper übertragen und führt zwangsläufig zur Krankheit des physischen Körpers. Die Empfindlichkeit des Körpers wird dadurch herabgesetzt, und der Körper kann nicht mehr richtig signalisieren, was er braucht. Das führt in vielen Fällen zu falscher Ernährung, was wiederum eine Rückkoppelung entstehen läßt und die Energien noch mehr aus dem Gleichgewicht bringt. Jeder Körper der Aura, der nicht im Gleichgewicht ist, wirkt negativ auf die angrenzenden Körper. So führt Krankheit zu mehr Krankheit.

Mit erhöhter Sinneswahrnehmung habe ich beobachtet, daß sich Krankheit in den Auraschichten 2, 4 und 6 in der Form von Blockierungen als zu wenig, zu viel oder stagnierende Energie zeigt. In den strukturierten Schichten des Feldes 1,3,5 und 7 tritt die Krankheit als Verzerrung, Unterbrechung oder Verwirrung der Lichtlinien in Erscheinung. Die Rasterstruktur dieser Schichten kann Löcher aufweisen. Medikamente haben eine starke Wirkung auf die Aura. Ich habe dunkle Energieflecken in der Leber gesehen, die von einer medikamentösen Behandlung verschiedener, vorhergehender Krankheiten stammten. Hepatitis hinterläßt in der Leber noch Jahre nach ihrer angeblichen Heilung eine orange-gelbe Tönung. Die Spuren eines röntgendichten Kontrastmittels, das zum Zwecke der Diagnose in den Rückenmarkskanal injiziert worden war, habe ich noch zehn Jahre später gesehen, obwohl es angeblich in ein oder zwei Monaten vom Körper ausgeschieden wird. Chemotherapie verstopft das ganze Aurafeld, aber insbesondere die Leber mit grün-brauner,

schleimartiger Energie. Bestrahlungstherapie zerreißt die strukturierten Schichten der Aura wie Hitze einen Nylonstrumpf. Operationen hinterlassen Narben in der ersten Auraschicht und manchmal bis hinauf zur siebten Schicht. Diese Narben, Deformationen und Verstopfungen können geheilt werden, wenn man dem physischen Körper hilft, sich selbst zu heilen. Ohne heilende Einwirkung auf die Aura ist es für den physischen Körper sehr viel schwerer zur Gesundheit zurückzukehren. Wenn ein Organ durch Operation entfernt wurde, kann es dennoch auf der ätherischen Ebene wieder hergestellt werden, und die Harmonie in den höheren Aurakörpern bleibt erhalten. Vielleicht wird es uns eines Tages, wenn sich unsere Kenntnis der Aura und der Biochemie erweitert hat, gelingen, dem Körper den Impuls zu geben, fehlende Organe nachwachsen zu lassen.

Da durch die Chakras am meisten Energie aufgenommen wird, sind sie für das Gleichgewicht des Energiesystems entscheidend. Wenn ein Chakra nicht richtig funktioniert, führt das zu Krankheit. Je mehr ein Chakra aus dem Gleichgewicht ist, um so ernster ist die Krankheit. Wie in Kapitel 8 (Abb. 8-2) dargestellt, sehen die Chakras wie Energiewirbel aus, die aus einer Anzahl kleinerer Energiekegel bestehen. Chakras von Erwachsenen haben eine Schutzmembran. In einem gesunden System drehen sich die spiralförmigen Kegel in rhythmischem Einklang und ziehen Energie vom universalen Energiefeld in den Körper hinein. Jeder Kegel ist auf eine spezifische Frequenz »gestimmt«, die der Körper für sein gesundes Funktionieren braucht. In einem kranken System arbeiten die Energiewirbel nicht synchron. Die einzelnen Energiekegel, aus denen sich der ganze Wirbel bildet, können sich schnell, langsam oder ruckartig bewegen, oder deformiert sein. Manchmal gibt es Brüche im Energiemuster. Einer der Kegel kann ganz oder teilweise kollabiert sein oder sich umstülpen. Solche Deformationen weisen auf einen pathologischen Zustand in dem betreffenden Körperbereich hin. So berichtet Schafica Karagula in *Breakthrough to Creativity* (Der Durchbruch zur Kreativität), daß in einem Fall von Gehirnfunktionsstörung einer der kleineren Wirbel des Kronen-Chakras

nicht aufrecht stand, wie das bei Gesunden der Fall ist, sondern vornübergeneigt war. Die Matrix im Gehirn der Person ließ Lücken erkennen, die die Energie überspringen mußte. Diese »Funkenstrecke« trat an der Stelle auf, wo ein Teil des Gehirns durch Operation entfernt worden war. Schon Pierrakos berichtet in *The Case of the broken Heart* (Der Fall des gebrochenen Herzens), daß er bei Patienten mit Angina pectoris und Herzkranzkrankungen Störungen der Herzchakras beobachtet habe. Es waren keine lichtvollen Energiewirbel, sondern sie schienen mit dunkler, klebriger Substanz verstopft zu sein.

Abb. 15-5 bis 15-10 zeigt einige konkrete Beispiele von deformierten Chakras, wie ich sie beobachtet habe. Die erste Abbildung (15-5) zeigt die typische Verzerrung des Nabel-Chakras in allen Fällen von Hiatushernie (Zwerchfellbruch), die ich gesehen habe. Das Nabel-Chakra hat acht kleinere Wirbel. Der kleine Wirbel auf der linken Körperhälfte im oberen linken Quadranten sieht aus wie eine herausgesprungene Feder. Diese Deformation zeigt sich auf allen Auraschichten bis hinauf zur siebten. Abb. 15-6 zeigt, daß die Spitze eines kleinen Wirbels aus der Wurzel des Chakras herausgerissen ist. Ich habe das bei vielen Chakras gesehen. Im ersten Chakra tritt es dann auf, wenn das Steißbein verletzt worden ist. Im Nabel-Chakra kann es durch eine schlimme, traumatische Erfahrung dazu kommen. Oft ist es auch eine Folge von Operationen. Abb. 15-7 zeigt ein verstopftes Chakra. Bei jedem, der Angina pectoris hat, ist das Herz-Chakra mit dunkler Energie verstopft. Bei den drei Aidspatienten, die ich beobachtet habe, waren das erste und das zweite Chakra verstopft und manchmal das gesamte Energiefeld durch alle Schichten hindurch, je nachdem, wie weit die Krankheit fortgeschritten war. Bei jedem Krebspatienten ist ein Chakra zerrissen, wie in Abb. 15-8 gezeigt, und zwar durch alle Auraschichten hindurch. Es kann Vorkommen, daß es trotz eines Chakrarisses noch zwei Jahre dauert, bis der Krebs auf der physischen Ebene zum Ausbruch kommt. Die Schutzmembran eines solchen Chakras ist abgerissen. Bei Menschen mit sehr schlimmen Krebsarten habe ich beobachtet, daß die siebte Schicht von den Füßen aufwärts, vom ersten bis zum Herz-Chakra aufgerissen ist. Es entweicht

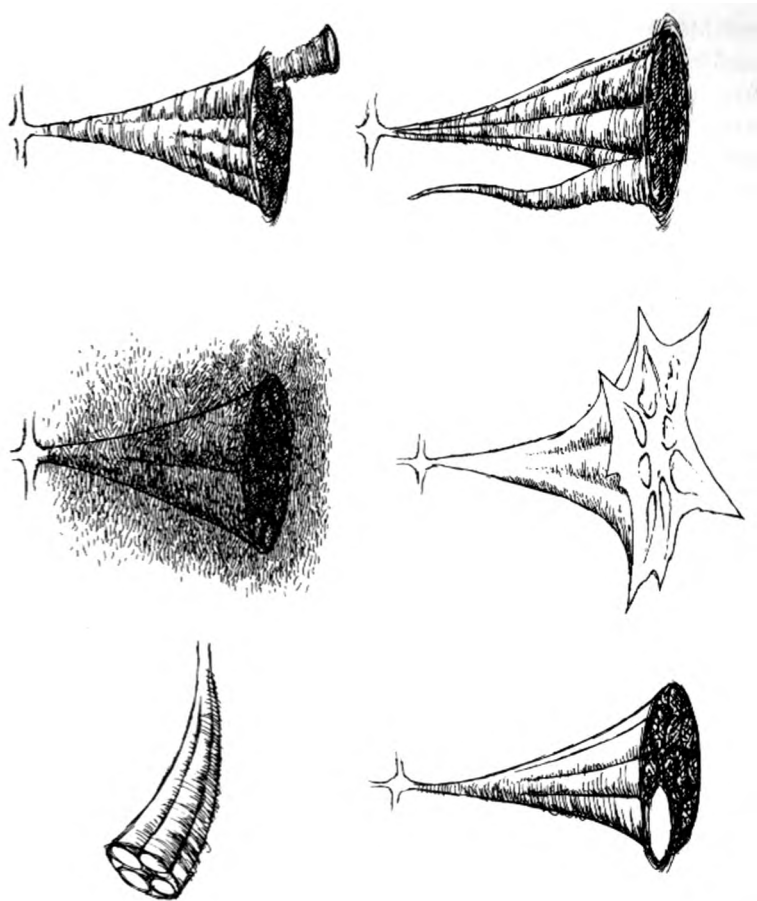


Abb. 15-5 bis Abb. 15-10: Deformierte Chakras

also Energie aus dem System, und alle möglichen Einflüsse von außen können auf den Patienten einwirken. Die Auswirkungen darauf sind nicht nur psychischer, sondern auch körperlicher Natur. Das Energiefeld ist nicht in der Lage, das System vor der Aufnahme ungesunder Energien zu schützen. Abb. 15-9 zeigt ein zur Seite gebogenes Chakra. Ich habe das oft im ersten Chakra

von Menschen beobachtet, bei denen ein Bein kräftiger ist als das andere. Meistens beruht das auf ein durch eine Verletzung zur Seite gebogenes Steißbein.

Ich gelange allmählich zu der Auffassung, daß jeder Unterwirbel eines Chakras ein bestimmtes Organ mit Energie versorgt. Ich habe bemerkt, daß Pankreasstörungen immer in einem bestimmten Wirbel des Nabel-Chakras sichtbar werden, der genau unter dem liegt, der bei einer Hiatushernie hervorspringt; bei Leberstörungen ist es ein anderer Wirbel im selben Chakra, der nah an der Leber liegt.

Abb. 15-10 zeigt eine Störung, die durch ein Therapiemarathon entstanden ist. Eine Frau hatte mit ihrem drogenabhängigen Sohn ein einwöchiges Intensivseminar gemacht. Dabei war ein Wirbel des Nabel-Chakras aufgerissen. Er bewegte sich fast nicht, und die Schutzmembran war weg. Da die Frau eine Woche nach dieser Erfahrung zu mir kam, konnte ich die Aura wieder in Ordnung bringen, bevor weiterer Schaden entstanden war. Andernfalls hätte die Gefahr bestanden, daß in der Leber - dem mit diesem Wirbel verbundenen Organ - Probleme aufgetreten wären, sofern nicht ein Selbstheilungsprozeß eingesetzt hätte.

Es gibt viele andere Störungsformen, ich habe extrem große und extrem kleine Chakras gesehen, und solche, bei denen das Innere nach außen gestülpt war. Jede Art von Störung führt letztlich zu Krankheit und immer besteht eine Beziehung zu dem Energiebewußtsein der Person oder ihren Welt- und Wertvorstellungen. Mit anderen Worten, Störungen in einer Auraschicht werden immer im Bewußtseinsbereich dieser Schicht zum Ausdruck kommen. Wir nehmen sie als Schmerzen wahr, seien diese körperlich, emotional, mental oder spirituell. Schmerz ist der Regulationsmechanismus, der uns darauf hinweist, daß etwas aus dem Gleichgewicht geraten ist, und uns dazu aufruft, die Situation zu korrigieren. Wenn wir vorher nicht auf die feineren Signale gehört haben, wenn wir unsere Bedürfnisse immer wieder verleugnet haben, dann wird uns schließlich Leiden veranlassen, das zu tun, dessen wir bedürfen. Schmerz lehrt uns, um Hilfe und Heilung zu bitten, und ist deswegen der Schlüssel zur Erziehung der Seele.

Übung zum Erkennen des Sinns Ihrer Krankheit

Die Schlüsselfrage im Prozeß der Heilerziehung ist: »Was bedeutet die Krankheit für mich? Was ist die Botschaft meines Körpers? Inwiefern habe ich vergessen, wer ich bin?« Die Krankheit ist eine spezifische Antwort auf die Frage: »Was habe ich davon, daß ich krank bin?«

Wir alle erzeugen ein gewisses Maß von Krankheit in unserem physischen Körper. Wenn wir nach der eigentlichen Ursache forschen, stellen wir immer fest, daß wir vergessen haben, wer wir sind. Solange wir daran festhalten, daß Individualität mit Getrenntsein gleichzusetzen ist, werden wir weiter Krankheit in uns erzeugen. So kommen wir wieder zu unserem Ausgangspunkt zurück - die holistische oder holographische Sicht des Universums.

Kapitel 16

Eine Übersicht über den Prozeß des Heilens

Der Heiler hat Patienten und Ärzten drei Dinge anzubieten: Eine neue und erweiterte Sichtweise der Ursachen und Heilmöglichkeiten von Krankheiten; Informationen über eine gegebene Lebens- oder Krankheitssituation, die sonst nicht zugänglich sind; und direkte Arbeit mit dem Patienten, die dessen eigene Heilkräfte weckt. Wie miraculös das Ergebnis auch sein mag, der Heiler tut doch nichts anderes, als im Patienten natürliche Prozesse in Bewegung zu setzen, durch die er sich selbst heilt, auch wenn diese Prozesse nicht im Bereich dessen liegen, was normalerweise für natürlich gehalten wird. Körper und Energiesystem haben eine natürliche Tendenz zur Gesundheit. Der Heiler kennt Wege und Methoden, um Gesundheit hervorzurufen. Auch der Arzt arbeitet mit diesen Prinzipien. Aber unter der Last so vieler unpersönlicher Fälle und der ständigen Konfrontation mit Krankheit sind viele Ärzte darauf ausgerichtet, spezifische Symptome zu heilen, was manchmal nicht dasselbe ist wie die Herstellung von Gesundheit. Für den Heiler bedeutet Gesundheit nicht nur physische Gesundheit, sondern Gleichgewicht und Harmonie aller Lebensbereiche.

Der Vorgang des Heilens ist imgrunde ein Erinnerungsvorgang - Erinnern daran, wer man ist. Die Energien in jedem Aurakörper werden ins Gleichgewicht gebracht. Gelingt dies, so ist das Ergebnis Gesundheit. Die Seele hat ihre Lektion gelernt und ist deswegen in größerer Übereinstimmung mit der Wahrheit.

Es gibt heutzutage zwei verschiedene Ansätze des Heilens. Beim »inneren Heilen« werden alle Ebenen der Person ins Gleichgewicht gebracht, die physische, emotionale, mentale und spirituelle; es wird deutlich, inwiefern die Überzeugungen die Wirklichkeit prägen. Der andere Ansatzpunkt ist »äußeres Heilen«; die verschiedenen Auraschichten und der physische Körper werden dadurch ins Gleichgewicht gebracht, daß ihnen Energie aus dem universalen Energiefeld zugeführt wird.

Meiner Anschauung nach ist das innere Heilen das wesentliche, allerdings sind äußere Heilmethoden als Unterstützung notwendig.

Der Prozeß des inneren Heilens

Beim inneren Heilen werden die Energien jedes Aurakörpers ins Gleichgewicht gebracht, indem die spezifische Ausdrucksweise des Ungleichgewichts ins Bewußtsein gehoben, korrigiert und die entsprechende Auraschicht durch Handauflegen geheilt wird. (Siehe Schema 16-1.) Die Harmonisierung eines Körpers wirkt positiv auf die anderen Körper.

Das Heilen auf allen Ebenen der Aura wird in Kapitel 22 ausführlich dargestellt. Hier gebe ich eine kurze Übersicht. Beim Heilen auf der *ketherischen Ebene* wird das falsche Glaubenssystem ins Bewußtsein gehoben und in Frage gestellt. Die Struktur des siebten Aurakörpers wird, wenn nötig, wiederhergestellt. Dadurch öffnet sich die sechste Schicht automatisch und wird für himmlische Liebe empfänglich. Auf der *himmlischen Ebene* befindet sich der Heiler im Zustand allumfassender Liebe und überträgt diese auf den Patienten. Der *ätherische Negativkörper*, die fünfte Schicht, wird durch »spirituelle Operation« wieder positiv ausgerichtet. Dadurch kommt der persönliche Wille mit dem göttlichen Willen in Einklang. Heilen auf der *astralen Ebene* geschieht durch Aufladen und Reinigung des Energiefeldes. Der Heiler befindet sich im Zustand der Liebe für die ganze Menschheit und überträgt diese Energie auf den Patienten. Dadurch entspannt sich die mentale Schicht und gibt einen Teil ihres

Widerstandes auf. Auf der *mental* Ebene hebt der Heiler die falschen Denkprozesse ins Bewußtsein, die auf dieser Schicht Ungleichgewicht erzeugen. Sie beruhen auf der Logik des Kindes, das traumatische Erfahrungen gemacht hat. Wenn der Erwachsene sie als das erkennt, was sie sind, können sie durch reifere Sichtweisen ersetzt werden. Der Heiler hilft dem Klienten, für alte Probleme neue Lösungen zu finden. Auf der *emotionalen Ebene* werden blockierte Gefühle durch Aufladen und Reinigen des Energiefeldes freigesetzt. Der Patient durchlebt alte Traumata und all die Gefühle, die bisher blockiert waren. Manchmal können die Spuren traumatischer Erfahrungen entfernt werden, ohne daß es dem Patienten zu Bewußtsein kommt. Auf der *ätherischen Ebene* wird die Struktur des Feldes wiederherge-

Der Prozeß des inneren Heilens (Schema 16-1)

| | | |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ketherischer Negativkörper | Heilen auf der 7. Ebene | In Frage stellen falscher Glaubenshaltungen. |
| Himmlicher Körper | Heilen auf der 6. Ebene | Eintauchen in allumfassende Liebe. |
| Ätherischer Negativkörper | Chirurgie auf der 5. Ebene | Ausrichtung des individuellen Willens auf den göttlichen Willen. |
| Astraler Körper | Reinigen und Auf- laden, Liebe | Lieben und Annehmen. |
| Mentaler Körper | Reinigen und Auf- laden, Neuausrich- tung des Denkens | In Frage stellen des dualisti- schen Denkens. |
| Emotionaler Körper | Reinigen und Auf- laden, Neuausrich- tung des Fühlens | Erleben blockierter Gefühle und Schmerzen, um Gefühlsfluß energetisch freizusetzen. |
| Ätherischer Körper | Reinigen und Auf- laden, Reparatur der Struktur | Freisetzen des Energieflusses und der Schwingungen im ätherischen Körper. Neustrukturierung. Organstoffwechsel ins Gleich- gewicht bringen. |
| Physischer Körper | Massage | Mit Vitalkraft aufladen. Chemische Prozesse ins Gleich- gewicht bringen und dadurch Körpersysteme. |

stellt, um dem Patienten ein Gefühl von Wohlbefinden und Stärke zu geben. Auf der Ebene des *physischen Körpers* wird mit Bewegungen, Körperpositionen und mit der Stimme gearbeitet, um physische Blockierungen wie Muskelverspannung, Fettablagerungen oder Schwäche zu beheben.

Die Heilarbeit richtet sich auf alle Aurakörper. Dies geschieht in Einzelarbeit mit einem Klienten, aber auch manchmal in Gruppen. Gesundheit auf der Ebene des physischen Körpers tritt meistens erst dann ein, wenn alle anderen Körper ins Gleichgewicht gebracht sind. Das kann in einer einzigen Sitzung geschehen, oder ein ganzes Jahr dauern.

Sie werden sich sicherlich fragen, wodurch ein Heiler zu all dem fähig ist. Der Schlüssel ist ein erweiterter Bewußtseinszustand, der den Zugang zu einem sehr breiten Wirklichkeitsbereich eröffnet.

Der Prozeß des äußeren Heilens

Um einen solch umfassenden Heilprozeß zu unterstützen und zu beschleunigen, werden äußere Heilmethoden angewandt; sie sind in vielen Fällen notwendig, weil die körperlichen Symptome, die letztlich durch falsche Überzeugungen entstanden sind, nicht warten können, bis jene korrigiert sind. Manchmal ist äußeres Heilen notwendig, um das Leben eines Menschen zu retten. Wenn jedoch der innere Heilprozeß nicht stattfindet und das falsche Glaubenssystem nicht ans Licht gebracht und verändert wird, dann wird sich Krankheit erneut im physischen Körper niederschlagen, selbst wenn die gegenwärtigen Symptome zunächst verschwinden.

Mit dem Fortschritt holistischer Medizin sind viele neue, sehr wirksame Heilmethoden aufgekommen. Viele Ärzte empfehlen eine Änderung der Ernährungsgewohnheiten und Körperbewegung zur Erhaltung der Gesundheit. Homöopathie, Chiropraktik, Akupunktur, Kinesiologie, Massage und andere Körpertherapien werden allerorten praktiziert. Die Menschen werden zunehmend gesundheitsbewußter; sie unterziehen sich Fitnessprogrammen

und regelmäßigen Kontrollen ihres Gesundheitszustandes, um Störungen zu entdecken, bevor sie zu ernst geworden sind. Handauflegen wird in verschiedenen Formen überall praktiziert. Es besteht großes Interesse an Schamanismus und anderen alten Heilmethoden. Chirurgen auf der energetischen Ebene kommen in den Westen und arbeiten mit Hunderten von Menschen. Wir erleben eine Revolution der Gesundheitsfürsorge. Warum?

Durch die moderne Technologie und den Verlust des Hausarztes, der die ganze Familie kannte und über lange Zeit behandelte, hat sich die Medizin entpersonalisiert. Früher übernahm der Hausarzt Verantwortung für die Gesundheit einer ganzen Familie; manchmal kannte er die Geschichte mehrerer Generationen. Heute kann sich ein Arzt oft kaum mehr an die Namen seiner Patienten erinnern, weil es so viele sind. Mit der immer größeren Abhängigkeit des Arztes von technischen Apparaten, die oft das Leben von Menschen retten, kann er unmöglich Verantwortung für die Gesundheit jedes Patienten übernehmen. Diese Verantwortung ist auf den Patienten selbst zurückgefallen - und dort gehört sie auch hin. Da ist die Basis der Gesundheitsrevolution. Viele Menschen wollen ihre Gesundheit wieder in die eigenen Hände nehmen. Um diesen Übergang ohne größere Brüche zu vollziehen, ist es am besten, die verfügbaren Methoden zu integrieren, denn dann kann der Heilprozeß wieder etwas ganz Persönliches werden, so wie er das in der Vergangenheit gewesen ist.

Möglichkeiten der Kooperation zwischen Heilern und Ärzten

Wenn Heiler und Arzt Zusammenarbeiten, muß sich der Patient nicht zwischen unpersönlicher, medizinischer Technologie und persönlicher Tiefenbehandlung entscheiden; beides kommt ihm dann zugute. Betrachten wir, wie diese Zusammenarbeit aussehen könnte.

Der Heiler kann den Arzt, wie zu Beginn dieses Kapitels gesagt, auf dreierlei Weise unterstützen; er hat eine breitere Sichtweise

der verursachenden Faktoren einer Krankheit; er hat Zugang zu Informationen, die durch die gegenwärtigen medizinischen Methoden nicht oder nicht schnell genug erlangt werden können; durch Handauflegen kann er das Energiesystem des Patienten ins Gleichgewicht bringen und die Heilung beschleunigen. Oft ist die Kraft, die ihm dadurch zukommt, für die Rettung seines Lebens entscheidend.

In der klinischen Arbeit kann die Heilerin direkt mit dem Arzt und der Patientin zusammenarbeiten, um das Problem diagnostisch zu bestimmen, um festzustellen, wie sehr das Energiesystem aus dem Gleichgewicht geraten ist (wie ernst also die Krankheit ist) und um die Ursachen auf anderen Ebenen als der physischen zu erkennen und mit der Patientin an der Bedeutung der Krankheit in ihrem Leben zu arbeiten.

Die Diagnosemethoden, die der Heilerin zur Verfügung stehen, werden im nächsten Kapitel besprochen. Durch höhere Sinneswahrnehmung kann sie spezifische Empfehlungen für notwendige Medikamente, zusätzliche Heilverfahren, Diät, Körperbewegung etc. bekommen. Zusammen mit dem Arzt kann die Heilerin die Patientin begleiten und mit Hilfe ihrer erhöhten Sinneswahrnehmung Empfehlungen geben, wie die Dosierung der Medikamente, Vitamine und dergleichen von Woche zu Woche, von Tag zu Tag oder sogar von Stunde zu Stunde geändert werden soll. Heilerin und Arzt können sich auf diese Weise so fein auf die Patientin einstellen, wie man das bisher nicht für möglich hält. Die Heilerin ist dazu in der Lage, das Energiefeld der Patientin zu beobachten und die Wirkung der Medikamente oder anderer therapeutischer Methoden genau zu beschreiben.

Einige Male habe ich mit großem Erfolg so gearbeitet. Ich kenne einen Heiler namens Mietek Wirkus, der drei Jahre lang mit Ärzten in einer Klinik zusammengearbeitet hat, die speziell für diesen Zweck gegründet worden war; sie gehört zur »IZICS«, der medizinischen Gesellschaft in Warschau. Diese Klinik ist nach wie vor sehr erfolgreich. Die Unterlagen der Klinik zeigen, daß Handauflegen, genannt »Bioenergothérapie« (BET), in folgenden Fällen am wirksamsten ist: bei Krankheiten des Nervensystems, den Folgeerscheinungen von Migräne, Bronchial-

asthma, Bettnässen, Neuralgie, psychosomatischen Krankheiten, Magengeschwüren, manchen Arten von Allergie, der Rückbildung von Eierstockzysten, gutartigen Tumoren, Sterilität, arthritischen Schmerzen und bei anderen Arten von Schmerzen. Bioenergotherapie erleichtert bei Krebs die Schmerzen und vermindert die erforderliche Dosis von Schmerz- und Beruhigungsmitteln, die der Patient nehmen muß. Auch bei der Behandlung von tauben Kindern hat sich die Methode bewährt. In fast allen Fällen zeigten die Patienten nach der Bioenergotherapie ruhigeres und entspannteres Verhalten, waren gänzlich oder nahezu schmerzfrei und hatten von einem beschleunigten Genesungsprozeß (besonders nach Operationen) profitiert. Auch in den Vereinigten Staaten arbeiten immer mehr Heiler mit Ärzten zusammen.

Sehr interessant wäre es, wenn Menschen mit erhöhter Sinneswahrnehmung an Forschungsprojekten teilnehmen würden, die nach Heilmitteln für Krankheiten suchen, die bisher wie Krebs als unheilbar gelten. Durch die Fähigkeit, direkt in den Körper hineinzuschauen, die im nächsten Kapitel erörtert wird, kann der Heiler den Krankheitsprozeß im Körper beobachten. Was für eine wunderbare Möglichkeit, die Forschung zu unterstützen!

Die Heilerin weiß durch Beobachtung der Aura, welche der vielen holistischen Heilmethoden für einen Patienten am besten sind. Ich habe die Einwirkung der verschiedenen Methoden und Medikamente auf das Aurafeld beobachtet. Aubrey Westlake hat in dem Buch *The Pattern of Health* (Das Muster der Gesundheit) den positiven Einfluß von Bachblüten auf die unterschiedlichen Auraebenen dargestellt. Ich meinerseits habe festgestellt, daß die Höhe der Potenz von homöopathischen Medikamenten mit der Höhe der zu behandelnden Auraschicht verknüpft ist. Potenzen über 1 M wirken auf die oberen vier Schichten des Aurafeldes und die niedrigeren Potenzen auf die unteren Auraschichten. Wegen der enormen Wirkkraft höherer Potenzen wird Anfängern immer geraten, mit niedrigeren Potenzen zu beginnen (mit den unteren Energiekörpern) und erst dann auf die höheren Körper einzuwirken, wenn das korrekte Mittel gefunden ist. Viele Heiler können

beim Handauflegen entscheiden, auf welche Ebene sie die Energie lenken wollen. Das gleiche gilt für Selbstheilung durch Meditation, mit der man alle Aurakörper harmonisieren kann. Radionics ist eine Methode mit Hilfe von Maschinen, die bestimmte Frequenzen erzeugen, Heilenergien aus dem universalen Energiefeld zu bündeln und sie dem Patienten auch über weite Entfernungen zukommen zu lassen. Eine Blutprobe oder eine Haarsträhne des Patienten dient gewöhnlich als »Antenne«. Der Radionics-Heiler kann entscheiden, mit welcher Auraschicht er arbeiten will.

Chiropraxis wirkt auf die ersten drei Auraschichten, ebenso Kräuter, Vitamine, Medikamente und Operationen. Heilen durch Handauflegen, Meditation, Licht, Farbe, Ton und Kristalle reichen auch in die oberen Auraschichten hinein. Durch Forschungen könnten wir lernen, wie wir mit den verschiedenen Methoden die besten Ergebnisse erzielen.

Die westliche Medizin hat sich vor allem auf den physischen Körper konzentriert und ist in diesem Bereich sehr weit fortgeschritten, insbesondere was einzelne Organe und Organsysteme angeht. Die wichtigsten Methoden sind Medikamente und Operationen. Das große Problem sind die gewaltigen Nebenwirkungen, die dabei auftreten. Medikamente werden aufgrund der Kenntnis des physischen Körpers verschrieben, aber sie enthalten auch Energien, die auf die höheren Körper wirken. Diese Wirkungen werden beim Testen von Medikamenten nicht berücksichtigt. Sie werden erst dann sichtbar, wenn sie sich im physischen Körper niederschlagen. Ich habe die Spuren von Medikamenten ganze zehn Jahre nach ihrer Einnahme in der Aura sehen können. Zum Beispiel stellte ich fest, daß das Immunsystem einer Patientin durch ein Hepatitismedikament geschwächt worden war, das sie fünf Jahre zuvor eingenommen hatte. Ein rotes Kontrastmittel, das für Diagnosezwecke in den Rückenmarkskanal injiziert worden war, behinderte die Heilung von Rückenmarksnerven noch zehn Jahre danach.

Auf dem Wege zu einem holistischen Heilsystem

Ich glaube, die holistischen Heilsysteme der Zukunft werden das gewaltige »analytische« Wissen der Schulmedizin mit dem »synthetischen« Wissen von den höheren Energiekörpern miteinander verbinden. Es wird dann möglich sein, die Diagnose für den physischen und alle anderen Energiekörper gleichzeitig zu stellen und die bestmögliche Therapie festzulegen. Dabei werden innere und äußere Heilmethoden Anwendung finden. Ärzte, Chiropraktiker, Homöopathen, Heiler, Therapeuten, Akupunkteure etc. werden kooperieren, um den kürzesten Weg zur ganzheitlichen Heilung zu finden. Man wird die Seele des Patienten erkennen, die sich auf ihrer Reise zurück zu ihrem wahren, göttlichen Selbst befindet, und Krankheit wird als Botschaft gesehen werden, die dem Reisenden die Richtung weist.

Wir müssen die analytischen Methoden der wissenschaftlichen Medizin anwenden, um in die Geheimnisse der höheren Körper einzudringen und praktisches Wissen über ihre Funktion und Struktur zu gewinnen. Wir brauchen Forschungsprojekte, in denen die Heilmethoden der höheren Körper zusammen mit den Methoden der allopathischen Medizin getestet werden, um die Wechselwirkungen zu studieren. Wie wirken allopathische und homöopathische Medikamente zusammen? Welche ergänzen sich harmonisch und welche wirken negativ aufeinander und sollten nicht gemeinsam verabreicht werden?

Wir brauchen Analysemethoden für die höheren Energiekörper. Da der ätherische Körper noch am meisten Stofflichkeit aufweist und dem physischen Körper am ähnlichsten ist, sollten wir hier beginnen. Was für ein großartiges Instrument hätten wir, wenn wir ein Bild von der Rasterstruktur des ätherischen Körpers produzieren könnten, das die Energieverteilung aufzeigt! Mit dieser Information und weiterer Forschung wäre es möglich, immer wirksamere Methoden zu entwickeln, um die Energien des ätherischen Körpers ins Gleichgewicht zu bringen. Der Schritt, der auch die höheren Körper in das Heilsystem einbeziehen würde, wäre nicht mehr groß. So könnten wir eines

Tages Störungen heilen, bevor sie sich im physischen Körper als Krankheit niedergeschlagen haben.

Vor allem sollte das medizinische Personal, allen voran die Ärzte, darin ausgebildet werden, das Energiefeld wahrzunehmen, damit sie den Krankheitsablauf im Energiekörper des Patienten beobachten können. Es gibt schon Ärzte, die in dieser Richtung nach Hilfe suchen. Ihre schwersten Fälle schicken sie zu Heilem. Meistens tun sie das heimlich. Es ist an der Zeit, aus den Nischen herauszukommen, und offen als Team zu kooperieren.

Stellen Sie sich vor, welche Fortschritte die medizinische Forschung machen würde, wenn Menschen daran beteiligt würden, die fähig sind, in den Körper hineinzuschauen und die inneren Prozesse direkt wahrzunehmen. Man wäre nicht auf Tierversuche im Laboratorium angewiesen, sondern könnte die Forschung am Patienten und seinen Bedürfnissen orientieren, ohne ihn dabei zu gefährden. Wenn man direkt wahrnehmen kann, welche Behandlung ein Patient braucht, kann man die Therapie ganz individuell abstimmen.

Heyoan sagt, daß »die richtige Substanz in der richtigen Dosierung zum richtigen Zeitpunkt transformierend wirkt und Gesundheit auf dem kürzesten Weg mit den geringsten Nebenwirkungen herstellt«. Mit Gesundheit meint er nicht nur physische Gesundheit, sondern Gleichgewicht auf allen Ebenen.

Angesichts dieses Potentials wollen wir nun betrachten, wie Informationen über die verschiedenen Ebenen der Aura gewonnen werden können.

Kapitel 17

Direkter Informationszugang durch erhöhte Sinneswahrnehmung

Informationsgewinn jenseits der üblichen Methoden kann den Heilprozeß enorm unterstützen. Man kann auf diese Weise fast jede Art der Information erhalten, die man braucht. »Direkter Zugang« bedeutet nichts anderes als direkten Kontakt mit der erwünschten Information. Man spricht von medialer oder übersinnlicher Wahrnehmung oder Heilfühlen. Schauen wir uns genauer an, worum es sich wirklich handelt.

Die Information erreicht uns durch unsere fünf Sinne: Sehen, Tasten, Schmecken, Hören und Riechen. Bei den meisten Menschen sind ein oder mehrere Sinne besonders hoch entwickelt. Wie die Erfinder des neurolinguistischen Programmierens, Richard Bandler und John Grinder, in ihrem Buch *Neue Wege der Kurzzeittherapie* darlegen, prägt die Art unserer Informationsaufnahme unsere innere Verfassung und die Prozesse des Denkens und Fühlens. Die innere Erfahrung läuft auf bestimmten, gewohnheitsmäßigen Schienen. Einer kombiniert in erster Linie den visuellen und kinästhetischen Modus (Fühlen und Spüren), ein anderer den auditiven und kinästhetischen, und wieder ein anderer den visuellen und auditorischen. Für unterschiedliche innere Prozesse verwendet man verschiedene Kombinationen. Vielleicht wissen Sie, ob Sie hauptsächlich im Bereich von Bildern, von Tönen oder von Gefühlen leben. Es lohnt sich, das herauszufinden, weil Sie am besten in dem Bereich mit der Entwicklung erhöhter Sinneswahrnehmung ansetzen, der schon jetzt am stärksten ausgebildet ist.

Wenn mir zum Beispiel ein Name gesagt wird, dann höre ich den Namen zuerst, taste mich darauf mit dem Gefühl in alle Richtungen, bis ich spüre, daß sich zu der Person eine Verbindung hergestellt hat. Nun sehe ich Bilder und höre Informationen über die genannte Person. Vor einigen Jahren war ich dazu noch nicht in der Lage.

Die erste Öffnung zur erhöhten Sinneswahrnehmung war bei mir im kinästhetischen Bereich. Ich hatte viele, viele Stunden mit therapeutischer Körperarbeit verbracht, im engen physischen Kontakt mit Menschen und ihrem Energiefeld. Dann öffnete sich das Sehen. Ich begann Dinge zu sehen, die mit dem, was ich fühlte, in Beziehung standen. Nach langer Übung fing ich an, Informationen zu hören. Jeder dieser Zugangswege kann durch Übungen und Meditation eröffnet werden. Wenn Sie sich in einen stillen, ruhigen Zustand bringen und sich auf einen Ihrer Sinne konzentrieren, wird er sich entfalten. Es ist nur eine Frage der Übung. Die Hauptschwierigkeit besteht darin, in den ruhigen Zustand zu gelangen und auf das Ziel konzentriert zu bleiben.

Übungen zur Steigerung der Wahrnehmungsfähigkeit

Um Ihre *kinästhetische Wahrnehmung* zu steigern, setzen Sie sich in bequemer Meditationshaltung hin und konzentrieren sich darauf, das Innere Ihres Körpers zu spüren. Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf einzelne Körperteile und Organe. Sie können diesen Körperteil auch berühren. Wenn Sie visuell orientiert sind, können Sie auch hinschauen. Liegt Ihr Schwerpunkt mehr im Bereich des Hörens, dann lauschen Sie auf Ihren Atem oder Ihren Herzschlag.

Tun Sie nun das gleiche mit dem Sie umgebenden Raum. Erfühlen Sie den Raum mit geschlossenen Augen. Tasten Sie die Wände und die Objekte in der Vorstellung ab, sei es mit Ihrem Tast- oder mit Ihrem Sehsinn. Wenn Sie Hilfe brauchen, öffnen Sie die Augen und berühren Sie die Gegenstände wirklich; setzen

Sie sich dann wieder hin und tun Sie das gleiche in der Vorstellung.

Lassen Sie sich von einem Freund mit verbundenen Augen in ein unbekanntes Zimmer führen. Tasten Sie das Zimmer kinästhetisch ab, so wie Sie das mit Ihrem Körper gemacht haben. Was wissen Sie jetzt über das Zimmer? Nehmen Sie die Augenbinde ab und überprüfen Sie Ihre Information. Machen Sie das gleiche mit Menschen, Tieren und Pflanzen.

Um Ihre *visuelle Wahrnehmung* zu steigern, bringen Sie sich wieder in einen ruhigen, meditativen Zustand und betrachten das Innere Ihres Körpers mit geschlossenen Augen. Wenn Sie Schwierigkeiten dabei haben, nehmen Sie ein anderes Sinnesorgan zu Hilfe. Berühren Sie einen Körperteil oder horchen Sie auf die inneren Abläufe, bis Sie ein Bild vor Augen haben.

Machen Sie nun das gleiche mit dem Zimmer. Untersuchen Sie zuerst die Einzelheiten mit offenen Augen; schließen Sie dann die Augen und lassen Sie in Ihrem Geist ein Bild des Zimmers entstehen. Gehen Sie jetzt in ein unbekanntes Zimmer und tun Sie das gleiche mit geschlossenen Augen. Was können Sie »sehen«?

Beachten Sie: Wir sprechen hier von visueller Wahrnehmung. Das ist etwas anderes als Visualisierung, durch die man in einem schöpferischen Akt etwas visuell erzeugt.

Um Ihre *auditive Wahrnehmung* zu steigern, horchen Sie im Zustand der Meditation auf das Innere Ihres Körpers. Wiederum gilt: Wenn Sie Hilfe brauchen, legen Sie Ihre Hand auf den Körperteil, auf den Sie gerade horchen, oder schauen Sie ihn an. Gehen Sie dann hinaus und hören Sie auf die Töne Ihrer Umgebung. Wenn Sie das im Wald tun, werden Sie die Synchronizität der Geräusche wahrnehmen. Es klingt wie eine Sinfonie. Hören Sie noch genauer hin. Was können Sie außerdem hören? Töne, die nicht existieren? Lauschen Sie mit noch größerer Achtsamkeit - eines Tages kann die Stille beredt werden. Itzhak Bentov schreibt in seinem Buch *Auf der Spur des wilden Pendels* von einem hohen Ton, den viele Meditierende hören. Er liegt jenseits des normalen Frequenzbereichs. Bentov konnte die Frequenz dieses Tones messen.

Als ich mein Sehen öffnete, entdeckte ich, daß die Bilder in zweierlei Form zu mir kamen: als Symbol und als Abbildung von etwas Faktischem. Im Fall des symbolischen Bildes sieht man etwas, das für die betreffende Person Bedeutung hat. Vielleicht sieht man eine Wolke am Himmel oder eine große Schokoladentorte. Im anderen Fall sieht man Bilder von Ereignissen oder Dingen. Vielleicht wird man Zeuge einer Erfahrung, die der Patient in der Vergangenheit gemacht hat. In beiden Fällen hat die Heilerin die Rolle der Zeugin, denn sie begibt sich in einen anderen Zeitrahmen und wird dort Zeugin der Ereignisse. Das gleiche gilt für die symbolische Vision. Die Heilerin sieht Bilder und beschreibt sie in der Sequenz, in der sie sich vor ihrem inneren Auge entfalten. Ich nenne das rezeptives Kanalisieren von Energien. Es ist ganz wichtig, diese Bilder nicht zu interpretieren oder sie in ihrer Sequenz zu unterbrechen. Sie können für die Heilerin und für den Patienten eine andere Bedeutung haben. Sieht man zum Beispiel ein blaues Auto die Straße hinunterfahren, sagt man nicht sofort: »Oh, was bedeutet denn das?« Man beobachtet vielmehr das Auto und erlaubt der Szene, sich zu entfalten. Stück für Stück entsteht ein verstehbares Bild. Manchmal weiß man zunächst nicht, ob das Bild symbolische Bedeutung hat, oder etwas Faktisches wiedergibt. (Etwas, das geschehen ist, oder geschehen wird.) Manchmal dauert es eine halbe oder ganze Stunde, bis sich das Bild zu einer verstehbaren Einheit fügt.

Es gibt auch Medien, die ihre eigenen Symbole verwenden und diese in der Arbeit mit einem Klienten interpretieren. Das erfordert sehr viel Übung, weil sich das Medium erst ein klares Symbolsystem erarbeiten muß, durch welches man Information empfangen kann.

Der Heiler kann ein Organ des Patienten wahrnehmen. Er sieht das Bild entweder auf dem Schirm seines Bewußtseins, oder er schaut wie mit Röntgenaugen direkt in den Körper des Patienten und in das Organ hinein. Ich nenne das den »Röntgenblick«. Er ist ein äußerst wichtiges Werkzeug für die Beschreibung einer Krankheit.

Mit diesem Röntgenblick kann ich aktiv und direkt Zugang zu

der gesuchten Information gewinnen. Ich kann meinen Blick auf jeden Bereich des Körpers lenken und entscheiden, was ich sehen will - in welcher Tiefe, auf welcher Ebene der Aura, in welchem Grad der Auflösung, auf der makroskopischen oder der mikroskopischen Ebene.

Wahrnehmung über Entfernung

Ich habe festgestellt, daß die Fähigkeit zur direkten Wahrnehmung unabhängig davon funktioniert, ob die Person mit mir in einem Zimmer ist oder nicht. Die weiteste Entfernung, über die ich die Aura je wahrgenommen habe, war während eines Telefongesprächs zwischen New York und Italien. Beim gegenwärtigen Stand meiner Erfahrung scheinen meine Fernwahrnehmungen ziemlich genau zu sein, aber die Heilkräfte wirken nicht so stark wie im unmittelbaren Kontakt.

Direkte Wahrnehmung und Präkognition

Oft werden meinem spirituellen Führer Fragen über die Zukunft gestellt. Er antwortet immer, daß man zwar über wahrscheinliche Ereignisse sprechen, aber keine Vorhersagen machen könne, weil jeder von uns einen freien Willen besitze, mit dem er die Zukunft gestalten könne. Dennoch haben sich seine Vorhersagen von möglichen Entwicklungen fast immer bewahrheitet. Heyoan sagte beispielsweise einer Frau, daß es für sie interessant sein könnte, mit den Vereinten Nationen zu arbeiten. Mittlerweile hat sie zwei Einladungen von der UNO bekommen. Einem Mann wurde gesagt, er würde etwas mit dem Diplomatischen Dienst von Mexiko zu tun haben und während seiner Ferien in Portugal den entsprechenden Kontakt knüpfen. So geschah es. Anderen wurde gesagt, sie müßten bestimmte Dinge in ihrem Leben zu Ende bringen, weil ein Umzug bevorstünde. Tatsächlich ziehen sie jetzt um, obwohl sie vorher überhaupt nicht daran gedacht hatten. Einmal wurde mir zu Beginn einer Heilsitzung gesagt, die

Patientin habe Krebs und würde sterben. So geschah es. Als sie zur Sitzung kam, hatte ich nicht einmal den Verdacht, und die Diagnose wurde erst vier Monate später nach der vierten Computertomographie gestellt. Sie zeigte den Tumor in genau der gleichen Form, Größe und Lage, wie ich ihn mit meiner inneren Wahrnehmung gesehen hatte. Natürlich war ich sehr erschrocken, als ich diese Information, bekam. Ich sagte der Patientin nichts davon, forderte sie aber auf, sofort zum Arzt zu gehen. Leider konnte ich mit ihm keinen Kontakt herstellen. Solche Erfahrungen werfen die Frage nach der Verantwortlichkeit des Heilers auf, auf die wir später eingehen werden.

Die beste experimentelle Überprüfung des direkten Zugangs zur Information ist die Arbeit von Russell Targ und Harold Puthoff vom Stanford Research Institute über Fernwahrnehmung. Sie ließen eine Versuchsperson im Keller des Laboratoriums aufzeichnen, an welchen Stellen sich Menschen in einem Raum im Obergeschoß befanden. Targ und Puthoff hatten ihre Experimente zuerst mit bekannten Medien gemacht, denen die Aufgabe keine Schwierigkeiten bereitete. Später stellen sie fest, daß es jeder konnte, selbst wenn er noch so skeptisch war.

Ich glaube, die meisten Menschen können in ihrem Alltagsleben Zugang zu direkter Information finden. Welche Information würde Ihnen helfen, in Ihrem Beruf erfolgreicher zu sein? Durch Gebrauch Ihrer eigenen erhöhten Sinneswahrnehmung können Sie diese Information wahrscheinlich erhalten. Damit will ich sagen, daß uns Menschen viele Wege offen stehen, um Information und Führung zu erhalten - sofern wir nur darum bitten und bereit sind, sie zu empfangen.

Wenn die Menschheit die Fähigkeit zur direkten Wahrnehmung in sich öffnet - und einiges spricht dafür, daß dies geschieht dann wird sich das gesamte Erziehungssystem und die gesamte Gesellschaft verändern. Wir werden nicht nur in die Schule gehen, um deduktives und induktives Denken zu lernen, um Informationen anzuhäufen und unser Gedächtnis zu schulen, sondern wir werden zur Schule gehen, um zu lernen, wie wir unmittelbar Zugang zu dem im Augenblick notwendigen Wissen erlangen können. Anstatt Texte zu memorieren, werden wir

lernen, wie wir Informationen abrufen können, die im »Gedächtnis des universalen Energiefeldes« gespeichert sind. Der esoterische Begriff für diese Informationsspeicherung ist *Akashachronik*. Gemeint ist, daß alle Ereignisse und das gesamte Wissen der Menschheit ins universale Hologramm energetisch eingepreßt sind. Wir brauchen die Information dann nicht mehr im Gehirn zu speichern, sondern können sie jederzeit direkt abrufen. Erinnerung heißt dann, sich auf das universale Hologramm einzustimmen und dort die Information abzulesen, anstatt im eigenen Gehirn danach zu suchen.

Da diese Information, wie in Kapitel 4 dargestellt, außerhalb der linearen Zeit liegt, werden wir wahrscheinlich bis zu einem gewissen Grad in die Zukunft schauen können, so wie es Nostradamus tat, der vorhersagte, daß ein Diktator namens Hitler in Europa an die Macht kommen würde - 200 Jahre bevor es wirklich geschah.

Kapitel 18

Der Röntgenblick

Eines Morgens lag ich neben meinem Mann im Bett und betrachtete die Muskel- und Knochenstruktur an seinem Nacken. Ich fand es sehr interessant zu sehen, wie die Muskeln mit den Halswirbeln verbunden waren. Plötzlich wurde mir bewußt, daß ich in das Innere seines Körpers schaute, und ich hörte sofort damit auf. Ich hielt mich danach eine ganze Weile von dieser Ebene der Wirklichkeit fern und sagte mir, daß es Einbildung gewesen sei.

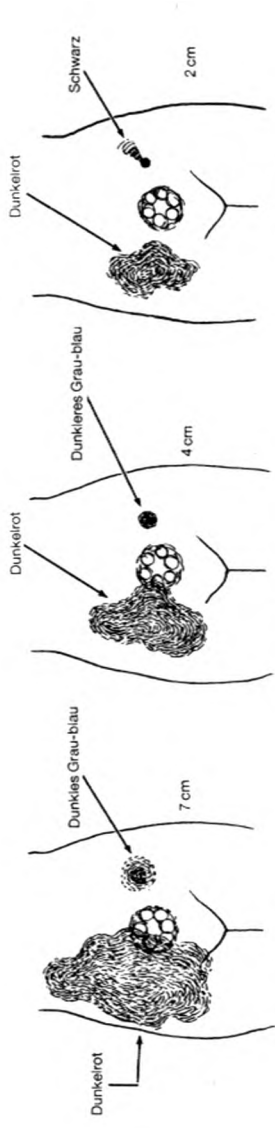
Natürlich machte ich die Erfahrung eines Tages wieder. Ich begann, in meine Klienten hineinzuschauen. Zuerst empfand ich das als beunruhigend, aber mein Röntgenblick ließ sich davon nicht beeinträchtigen und ich auch nicht. Das, was ich im Innern sah, stimmte mit den Informationen überein, die ich von Patienten oder ihren Ärzten erhielt.

Die Fähigkeit, nach innen zu schauen, ist die menschliche Version des Röntgenstrahls oder der Kernspintomographie, und ein genauso feines Instrument. Man kann in den Körper in jede beliebige Tiefe und mit beliebiger Genauigkeit hineinschauen. Es ist eine neue Art der Wahrnehmung. Ich konzentriere mich auf das, was ich sehen will, sei es ein Organ oder ein Mikroorganismus, und empfangen Bilder, die wie ganz normale Bilder aussehen. Eine gesunde Leber sieht dunkelrot aus, so wie sie das auch in Wirklichkeit tut. Ist die Leber von Hepatitis befallen, hat sie eine krankhaft gelb-braune Farbe. Wenn die Person unter Chemotherapie steht, sieht die Leber gewöhnlich grün-braun aus. Mikroorganismen sehen ganz ähnlich aus wie unter dem Mikroskop.

Anfangs öffnete sich dieser Röntgenblick spontan, später gewann ich mehr Kontrolle darüber. Ich merkte, daß ich dafür in einem besonders offenen Zustand sein mußte, in dem mein Drittes Auge aktiv war, und ich mich ansonsten in einem ruhig konzentrierten Zustand befand. Später entdeckte ich Techniken, mit denen ich in diesen Zustand gelangen und in einen Körper hineinschauen konnte, wenn es mir notwendig erschien. Müdigkeit ist ein Hindernis, weil man sich dann schlechter konzentrieren und die Schwingungsebene nur mühsam erhöhen kann. Ich entdeckte auch, daß es keine Rolle spielte, ob meine Augen offen oder geschlossen waren, aber natürlich konnte ich mit offenen Augen noch zusätzliche Informationen aufnehmen. Manchmal benutze ich meine Augen, um mich auf einen bestimmten Punkt zu konzentrieren, oder ich schließe sie, um mich durch nichts ablenken zu lassen.

Beispiele für den Gebrauch des Röntgenblicks

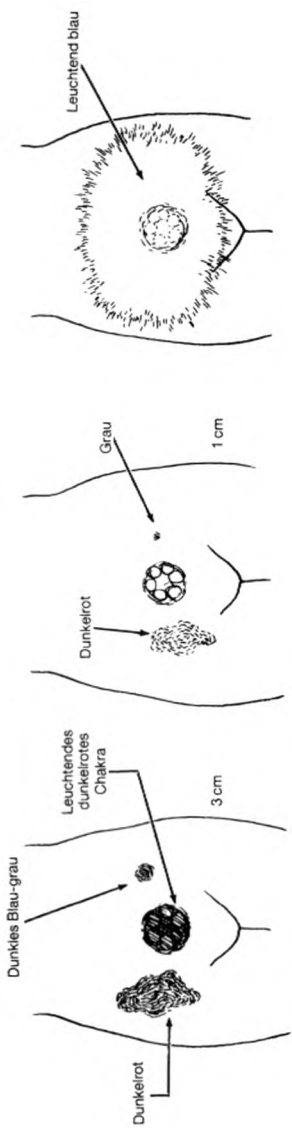
Ein Beispiel für das, was man mit dem Röntgenblick sehen kann, wird in Abb. 18-1 A bis F gezeigt. Es handelte sich um eine Eierstockzyste. Ich sah, daß sie die Größe eines Tennisballs hatte, sieben Zentimeter im Durchmesser. Am 3. Januar (Abb. 18-1A) hatte sie eine dunkle, blau-graue Färbung. Die Zyste war schon von einem Arzt diagnostiziert worden, nicht aber die Unterleibsentzündung, die sich in der Aura dunkelrot abzeichnete. Am 15. Januar (Abb. 18-1 B) war die Zyste nur noch vier Zentimeter groß und die Unterleibsentzündung vom Arzt erkannt worden. Am 21. Januar (Abb. 18-1 C) maß sie noch zwei Zentimeter, aber sie war schwärzer und hatte einen eigenartigen, spiralförmigen Ableger gebildet. Die Patientin machte eine Reinigungsdiät, die das Problem behob. (Diesmal arbeitete ich nicht mit ihrem Energiesystem, sondern beobachtete nur den Fortschritt.) Am 29. Januar (Abb. 18-1 D) war die Zyste auf drei Zentimeter angewachsen; bei der Klientin hatte gerade die Menstruation eingesetzt, und es handelte sich somit um eine normale Erscheinung. Am 6. Februar (Abb. 18-1 E) war die Zyste nur noch einen Zentimeter



C. 21. Januar

B. 15. Januar

A. 3. Januar



F. 3. März

E. 6. Februar

D. 29. Januar

Abb. 18-1: Heilung einer Unterleibsentszündung und einer Eierstockzyste (Röntgenblick)

groß und am 3. März (Abb. 18-1 F) ganz verschwunden. Statt dessen war der Raum mit viel gesunder, prämenstrueller Energie gefüllt. Alle diese Beobachtungen stimmten mit dem Befund der wiederholten ärztlichen Untersuchungen überein.

Wegen der schwärzlichen Abzeichnung der Zyste in der Aura, die ich am 21. Januar beobachtet hatte, hatten sowohl der Arzt wie auch ich der Frau geraten, Antibiotika zu nehmen. Wir wollten das weitere Verschleppen der Unterleibsentzündung (in ihrem Fall waren es drei Jahre) verhindern, um das Krebsrisiko auszuschließen. Die Patientin unterzog sich während der ganzen Behandlung einer Reinigungsdiät. Sehr wahrscheinlich hätte sie die Infektion auch ohne Antibiotika überwunden, wir wollten aber kein Risiko eingehen. Ich konnte sehen, daß die Zyste beinahe schwarz war. Krebs hat im Frühstadium eine dunkle, grau-blaue Färbung. Wenn er fortschreitet, zeichnet er sich in der Aura schwarz ab. Später treten darin weiße Punkte auf. Wenn die weißen Punkte anfangen zu blitzen und wie bei einem Vulkanausbruch explodieren, dann hat der Krebs Metastasen gebildet. In diesem Fall war die Zyste zu dunkel geworden, als daß man die Wirkung der Diät hätte abwarten dürfen.

In einem anderen Fall bat mich eine Studentin am Ende eines Seminars, ihrer Freundin, die zwei fasrige Verwachsungen im Unterleib hatte, Heilenergie zu senden. Noch während die Studentin sprach, hatte ich die Innenansicht des Bauchraums ihrer Freundin vor Augen. Was ich sah, zeichnete ich an die Tafel. Zwei Monate später, als die Freundin zu mir kam, stellte sich heraus, daß ihr Arzt die gleiche Diagnose gestellt hatte. Sie hatte zwei ziemlich kleine, fasrige Geschwülste, die sich in der Aura in einer rötlich-braunen Tönung abzeichneten. Die rechte Geschwulst befand sich weiter oben und an der Außenseite des Uterus, während die linke weiter unten und teilweise in den Uterus hineingewachsen war. Was ich aus der Ferne nicht gesehen hatte, aber nun im direkten Kontakt sah, war ein Bruch im Scham-Zentrum des zweiten Chakras, der vermutlich auf die chirurgische Entfernung des linken Eierstocks zurückzuführen war. Allerdings war das Chakra sicherlich schon vor der Operation gestört, was wahrscheinlich die Fehlfunktion erst verursacht

hatte. Eine solche Operation ist für das Chakra - da bin ich mir sicher — ein traumatischer Einbruch. Hinzu kommt, daß Frauen nach einer Eierstockoperation gewöhnlich die Energie aus diesem Bereich abziehen, weil sie den emotionalen Schmerz dieses Verlustes nicht fühlen wollen. Eine solche Blockierung hemmt den Heilprozeß und macht das Trauma nur noch schlimmer.

Präkognition und Röntgenblick

Ein Fall von Präkognition ereignete sich, als ich einmal auf dem Weg zu einer Freundin war. Nicht weit von ihrem Büro entfernt wurde mir von meinen Geistlehrern gesagt, sie sei nicht da, weil sie einen Herzanfall gehabt habe, und sie brauche mich. Das Büro war verschlossen, so ging ich zu ihrer Wohnung und fand sie dort in Schmerzen; den linken Arm preßte sie an den Körper, In ihrer Kehle und im Solarplexus sah ich angestauten Schmerz und Angst und im Herzbereich stagnierende Energie, die sich durch den Körper bis zum rückwärtigen Aspekt des Herz-Chakras zog. Der fünfte Thoraxwirbel war nach links verschoben. Dieser Wirbel ist zwar nicht durch Nerven mit dem Herzen verbunden, aber er befindet sich an der Wurzel des Herz-Chakras. Direkt über dem Herzen sah ich eine Aortaschwäche. Während wir die Energiestagnation im Herzbereich bearbeiteten, die zu den Blockierungen in der Kehle und im Solarplexus geführt hatten, konnte meine Freundin ihre angestauten Gefühle loslassen, ihre Schmerzen mit mir teilen und weinen. Die dunklen Flecken lösten sich auf und der Thoraxwirbel rückte in seine normale Position. Sie fühlte sich sehr viel besser. Die Aortaschwäche war immer noch da, als ich sie verließ, hat sich aber im Laufe der Zeit erheblich gebessert.

Mikroskopische Wahrnehmung

Mit dem Röntgenblick ist es auch möglich, mikroskopisch kleine Bestandteile des Körpers zu sehen. So konnte ich bei einer Person, bei der man eine lepraartige Infektion festgestellt hatte, die winzigen stäbchenförmigen Organismen im Arm- und Schulterbereich sehen. Ich konnte sehen, daß diese Organismen sowohl die Muskeln als auch den Knochen befallen hatten. In der Heilarbeit floß ein sehr starkes, lavendelfarbenes und dann silbriges Licht in den Körper und durchflutete den infizierten Bereich. Das Licht versetzte die Organismen in eine sehr schnelle Schwingung. Es schien, als würden sie dadurch vom Gewebe abgetrennt. Dann drehte sich der Energiefluß um, und die Organismen wurden aus dem Körper herausgesaugt.

Im Fall einer Patientin mit akuter Rückenmarksleukämie, die mit Chemotherapie behandelt worden war, sah ich eigenartige, flache, weiße, samenartige Objekte, welche die roten Blutkörperchen zu verkleben schienen. Ein Jahr, bevor sie zu mir kam, war ihr von verschiedenen Ärzten gesagt worden, daß sie wahrscheinlich innerhalb von zwei Wochen sterben würde. Damals war sie sofort einer intensiven, chemotherapeutischen Behandlung unterzogen worden. Als man ihr mitteilte, sie würde nur noch zwei Wochen leben, hatte sie ein weißgoldenes Licht im Raum gesehen und gewußt, daß sie nicht sterben würde. Auf jede Medizinflasche, die ihr während des Krankenhausaufenthalts eingefloßt wurde, schrieb sie: »Reine Liebe.« Es kam zu keinen Nebenwirkungen, und die Krankheitssymptome ließen nach.

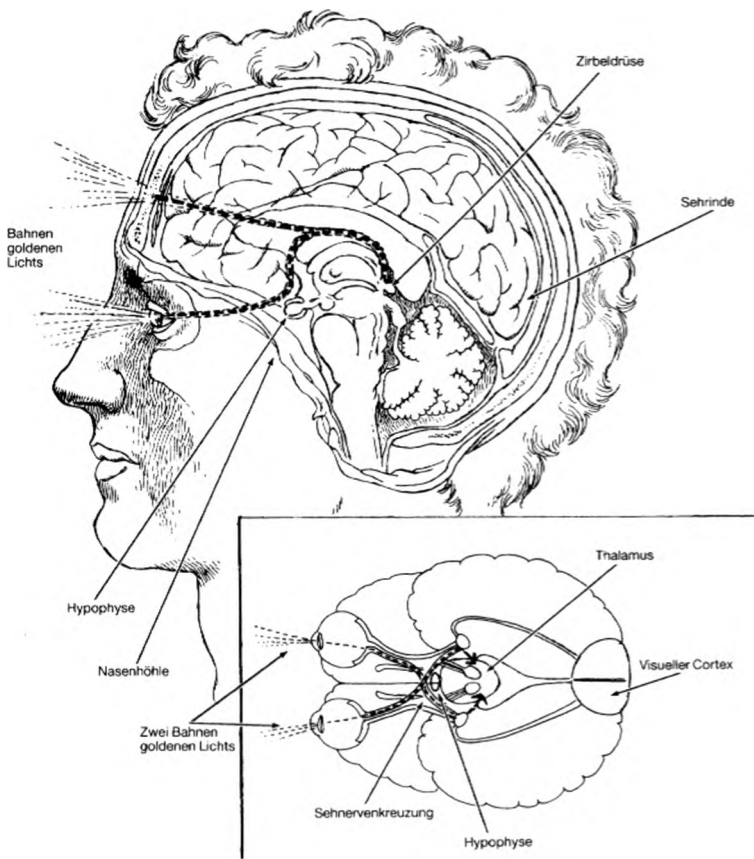
Während sie in ambulanter Behandlung weiterhin mit Chemotherapie behandelt wurde, begann sie, eine Freundin von mir aufzusuchen, die Botschaften eines Geistwesens mit Namen Emmanuel empfing. Emmanuel sagte der Patientin, sie solle mit der Chemotherapie aufhören, weil sie davon krank würde. Die Ärzte rieten ihr sehr von diesem Schritt ab, denn die Bluttests zeigten, daß sie noch nicht geheilt war. Sie entschied sich dennoch gegen die Chemotherapie. Zu diesem Zeitpunkt kam sie zu mir, und ich sah die samenartigen Objekte in ihrem Blut. Schon in der ersten

Sitzung wurden sie durch einen Schauer lavendel- und silberfarbenen Lichtes freigesetzt und aus dem Körper herausgesaugt. Der nächste Bluttest erbrachte völlig normale Werte - zum ersten Mal seit der Diagnose.

Bei ihrer Heilung war nicht ich das wichtigste Instrument; meine Rolle bestand darin, sie zu unterstützen und das Blut zu reinigen. Ich konnte sehen, daß ihr Blut wieder normal war, wie es die Bluttests bestätigten. Schließlich kam der Punkt, an dem sie meine Unterstützung nicht länger brauchte. Es fiel ihr nicht leicht, sich dieser Wahrheit zu stellen. Sie hatte mich gebraucht, weil ihr die Ärzte unmißverständlich den Tod prophezeit hatten, sollte sie die Chemotherapie abbrechen. Ich will hier nicht die Ärzte kritisieren; sie taten alles, was sie vermochten, um das Leben der Patientin zu retten. Aber in ihrem Fall gab es noch andere Faktoren, die den Ärzten nicht bewußt waren, zu denen ich als Heilerin aber Zugang hatte. Dies ist ein Beispiel dafür, wie sehr offene Kooperation zwischen Heilem und Medizinern den Patienten zugute kommen könnte. Wir können einander sehr viel geben, um den Heilprozeß optimal zu fördern.

Der Vorgang des inneren Wahrnehmens

Mit dem Röntgenblick kann ich den Weg des Lichtes in den Körper verfolgen und bin zu folgender Erklärung dieser Art des Sehens gekommen: Das Licht tritt durch das Dritte Auge und durch die physischen Augen ein und fließt, wie in Abb. 18-2 gezeigt, die Sehnerven entlang. Dieses Licht hat eine höhere Schwingung als das normale Licht und kann die Haut durchdringen. Es passiert die Sehnervenkreuzung und umfließt die dahinter liegende Hypophyse. Das Licht gabelt sich: Ein Strahl geht zu den Okzipetallappen für die normale Sehtätigkeit, und der andere in den Thalamus zur Steuerung der Augenbewegung. Durch bestimmte Meditations- und Atemtechniken kann man die Hypophyse in Schwingung versetzen, so daß sie goldenes Licht ausstrahlt (oder rosa Licht, wenn die Person verliebt ist). Durch diese Schwingung und das goldene Licht gelangt mehr Licht in den



.466. 18-2: Die anatomischen Grundlagen des Röntgenblicks

Thalamusbereich. Das Licht schlägt einen Bogen über den Corpus callosum und erreicht die Zirbeldrüse, die als Sensor der inneren Wahrnehmung fungiert. Durch eine bestimmte Atemtechnik kann ich die Zirbeldrüse in Schwingung versetzen. Ich lasse die Luft am hinteren, oberen Rachen und am Gaumensegel heftig vorbeistreichen. Dieses meditative Atmen bringt mich in einen ruhigen, konzentrierten Zustand und führt außerdem goldenes Licht die Wirbelsäule nach oben und rosa Licht die Vorder-

seite hinauf. Diese beiden Lichtströme überkreuzen sich im Thalamusbereich. So wird noch mehr Energie zur Stirnmitte gebracht und ins Zentrum des Gehirns - die Punkte des medialen Sehens. Subjektiv ist diese Art des Sehens von der Empfindung begleitet, als würde man Energie oder Information ins Dritte Auge einströmen lassen.

Es scheint so, als hätte ich mitten in meinem Kopf eine Art Radarantenne. Sie befindet sich im Zentralbereich meines Gehirns, am Schnittpunkt einer Linie zwischen den Schläfen mit einer Linie zwischen dem Dritten Auge und dem Hinterkopf. Von diesem Punkt aus kann ich in jede Richtung schauen, ohne meinen Kopf zu bewegen; es ist jedoch meistens hilfreich, wenn ich direkt dort hinschaue, wo ich etwas abtaste.

Wenn ich einen neuen Patienten vor mir habe, dann taste ich erst den ganzen Körper ab, um festzustellen, wo die Schwierigkeit liegt. Es zieht mich zu den Bereichen, die meine Aufmerksamkeit brauchen. Dann stelle ich mich genauer auf diesen Bereich ein und betrachte ihn mit einem feineren Auflösungsgrad. Manchmal ist es hilfreich, wenn ich meine Hände auf die betreffende Körperstelle lege.

Manchmal benutze ich auch eine andere Methode. Ich bitte darum, daß mir ein Bild von der Problemstelle gezeigt wird, und empfangen dann eine bildliche Darstellung der Situation.

Übungen zur Öffnung der inneren Wahrnehmung

1. Mit dem Bewußtsein durch den Körper wandern

Zur Entwicklung des inneren Sehens sind Körperreisen im Zustand der Tiefentspannung geeignet.

Legen Sie sich auf den Rücken und lockern Sie alle Kleidungsstücke, die Sie beengen. Atmen Sie mehrmals tief durch und entspannen Sie sich. Nun atmen Sie tief ein und spannen Ihren ganzen Körper so fest wie möglich an. Halten Sie Ihren Atem an; wenn Sie ausatmen, lassen Sie alle Spannung los. Machen Sie es noch einmal. Beim dritten Mal spannen Sie Ihren Körper nur halb so stark an wie vorher. Atmen Sie aus und entspannen Sie sich.

Atmen Sie dreimal tief und wohlig durch, ohne Ihren Körper anzuspannen. Stellen Sie sich vor, daß die Spannung wie Honig von Ihrem Körper abtropft. Spüren Sie, wie sich Ihr Herzschlag verlangsamt und in einen ruhigen, gesunden Rhythmus kommt.

Stellen Sie sich vor, Sie seien ganz klein, klein wie ein Lichtpunkt, und treten Sie an einer beliebigen Stelle in Ihren Körper ein. Ihr winziges Selbst fließt zur linken Schulter und löst dort alle Spannungen. Der kleine Lichtpunkt Ihres Selbst fließt den linken Arm hinunter in die Hand, die sich mit einer Empfindung von Kribbeln, Wärme und Energie entspannt. Ihr kleines Selbst fließt den linken Arm hinauf und hinunter in das linke Bein und löst dort die Spannung auf; dann wandert es das linke Bein hinauf und das rechte Bein hinunter und von dort hinauf in den rechten Arm. Ihr ganzer Körper ist schwer und warm. Nun erforschen Sie mit Ihrem kleinen Selbst das Innere Ihres Körpers. Gehen Sie in Ihr Herz hinein und folgen Sie dem Blutstrom, der durch den Körper gepumpt wird. Ist Ihr Kreislaufsystem in Ordnung? Fühlt es sich gesund an? Wandern Sie durch die Lungen und betrachten das Lungengewebe.

Gehen Sie in die Verdauungsorgane. Folgen Sie dem Weg der Nahrung durch den Körper, vom Mund durch die Speiseröhre in den Magen. Wie sieht er aus? Bekommt er genug Energie? Sind die Verdauungsenzyme im Gleichgewicht? Folgen Sie der Nahrung weiter in den Dünndarm und dann in den Dickdarm. Ist alles in Ordnung? Gehen Sie in die Leber, die Bauchspeicheldrüse und die Milz. Arbeiten Sie richtig? Wandern Sie durch Ihre Genitalien. Bekommen Sie die liebevolle Zuwendung, die Ihnen gebührt?

Wenn es irgendeinen Ort in Ihrem Körper gibt, der Ihnen Sorge macht, dann schicken Sie Ihr kleines Selbst mit Liebe und Energie in diesen Bereich. Schauen Sie sich gut um. Wenn etwas fehlt, lassen Sie Ihr kleines Selbst das Notwendige tun. Bedarf es der Reinigung, dann tun Sie es. Fehlt Energie, dann lassen Sie von Ihrem kleinen Selbst Energie dort hinbringen.

Wenn Sie mit der liebevollen Erforschung Ihres Körpers fertig sind, lassen Sie ihr kleines Selbst wieder zu seiner normalen Größe anwachsen und mit Ihrem wirklichen Selbst eins werden.

Kommen Sie in den normalen Bewußtseinszustand zurück, aber bleiben Sie entspannt, voller Selbstvertrauen und Wachheit. Sie haben Ihren eigenen Körper abgetastet.

Sie können diese Art der Selbsterforschung jederzeit wiederholen.

2. Einen Freund abtasten

Setzen Sie sich auf einen Stuhl vor Ihren Freund. Einer ist der Beobachter, der andere willigt ein, beobachtet zu werden. Machen Sie eine Meditation, um ruhig zu werden. Konzentrieren Sie sich sanft auf Ihren Freund. Halten Sie dabei die Augen geschlossen. Erinnern Sie sich daran, wie es war, durch Ihren eigenen Körper zu reisen. Jetzt reisen Sie visuell durch den Körper Ihres Freundes. Das wird sich anders anfühlen, weil Sie diesmal einen fremden Körper abtasten.

Wandern Sie erst über den ganzen Körper, um festzustellen, ob Sie zu einem Bereich besonders hingezogen werden. Sie können dabei Ihre Hände benutzen, aber ohne Ihren Freund zu berühren. Später werden Sie Ihre Hände nicht mehr brauchen. Zieht es Sie zu einem Körperbereich, dann stellen Sie Ihre Aufmerksamkeit genauer darauf ein. Betrachten Sie die Organe in diesem Bereich. Glauben Sie das, was Sie sehen. Vielleicht ist es eine Farbe, ein Tastgefühl, eine Körperempfindung, oder nur ein vages Gefühl. Lassen Sie Bilder in sich aufsteigen.

Sind Sie mit dem, was Sie gefunden haben, zufrieden, dann lassen Sie sich von einem anderen Körperbereich anziehen und wiederholen Sie, was Sie vorher getan haben. Fühlen Sie diese Anziehung nicht, dann wandern Sie durch den ganzen Körper. Sie können das Schritt für Schritt tun, oder analog den verschiedenen Körpersystemen, falls Sie die Anatomie kennen (was für Sie als Heiler selbstverständlich sein sollte). Achten Sie auf Ihre Wahrnehmungen! Wenn Sie fertig sind, kommen Sie zu sich zurück, und öffnen die Augen.

Besprechen Sie mit Ihrem Freund, was Sie »gesehen« haben. Gibt es Übereinstimmung zwischen Ihren Wahrnehmungen und dem, was er von sich selbst weiß? Was stimmt nicht überein? Haben Sie eine Erklärung dafür? Vielleicht hatten Sie eine vorge-

faßte Meinung. Vielleicht liegt das Problem in Ihrem eigenen Körper. Vielleicht haben Sie recht, und Ihr Freund weiß nichts von dem, was Sie »gesehen« haben. Wechseln Sie jetzt die Rollen, und lassen Sie sich von Ihrem Freund abtasten. Wenn Sie dabei passiv sind, machen Sie es ihm leichter.

3. Meditation zur Öffnung des Dritten Auges

Die folgende Übung stammt von einem meiner Lehrer. Legen Sie sich auf den Rücken, oder setzen Sie sich bequem aufrecht hin. Atmen Sie tief durch die Nase ein. Füllen Sie zuerst den Bauch mit Luft, dann den unteren Teil der Lungen und dann den oberen. Öffnen Sie den Mund so weit Sie können. Drücken Sie die Zungenspitze nach hinten gegen den Gaumen und lassen Sie die Luft nur so entweichen, daß sie dabei über das Gaumensegel streicht. Versuchen Sie den Atem so weit wie möglich nach hinten in die Kehle zu verlagern. Der Ton sollte fein, nicht gurgelnd sein. Biegen Sie den Kopf nicht zurück. Halten Sie ihn gerade auf der Wirbelsäule. Lassen Sie die Luft langsam ausströmen. Zuerst aus Ihrem Bauch, dann aus der mittleren Brust und dann aus der oberen Brust. Lassen Sie die Luft vollständig heraus. Atmen Sie ein und entspannen Sie sich. Wiederholen Sie diese Rachenatmung. Wenn Sie damit zurechtkommen, Visualisieren Sie beim Ausatmen einen goldenen Lichtstrom, der im hinteren Beckenraum beginnt und die Wirbelsäule bis zur Gehimmitte emporsteigt. Machen Sie drei Rachenatemzüge mit dieser Visualisierung. Konzentrieren Sie sich jetzt auf die Vorderseite Ihres Körpers. Hier ist der Lichtstrom rosa. Atmen Sie dreimal durch den Rachen. Die zwei Lichtströme überkreuzen sich und münden in die Mitte des Gehirns.

Machen Sie nicht mehr als drei oder vier Atemzüge für jede Körperseite; es könnte Ihnen sonst schwindlig werden. Behandeln Sie diese Übung mit viel Respekt, denn sie wirkt sehr stark. Gehen Sie langsam und mit großer Achtsamkeit vor. Ihre Evolution ist ein organischer Prozeß, der nicht forciert werden kann, auch wenn wir das gerne möchten.

Oft mache ich während einer Heilsitzung kurze Atemübungen, die meine Schwingungs- und Energieebene so anheben, daß ich

die Aura differenzierter und auf höheren Ebenen sehen und höhere Frequenzen durch mein Feld übertragen kann. Zu diesem Zweck lenke ich die Luft in den oberen Rachenbereich, aber ich tue das mit kurzen, schnellen Atemzügen durch die Nase. Die oben beschriebenen Übungen habe ich schon so oft gemacht, daß mir das jetzt leicht fällt. Manchmal atme ich auch langsam und gleichmäßig ohne Pause ein und aus und lenke dabei die Luft hinten an den Rachen. Dadurch sammle ich mich, mache mein Gehirn leer und bringe mein Energiefeld ins Gleichgewicht, Ich nenne diese Technik *nasale Rachenatmung*.

Die Zeit bis zur Ursache der Krankheit zurückrollen

Ich habe einen Weg entdeckt, wie ich die Ursache eines physischen Problems »lesen« kann. Er besteht in einer Verbindung von zwei Techniken. Die eine ist der normale Weg, wie wir Erinnerungen in uns wachrufen. Erinnern Sie sich einfach an eine Zeit, als Sie jünger waren. Suchen Sie sich ein bestimmtes Alter oder einen Ort aus, an dem Sie gelebt haben, und lassen Sie die Zeit wieder lebendig werden. Gehen Sie noch weiter zurück. Durch welche inneren Prozesse werden Ihre Erinnerungen wach? Wenn ich mich an etwas erinnere, weiß ich zuerst, wie es sich anfühlt. Ich bewahre meine Erinnerungen in Gefühlen, Bildern oder Tönen auf. Es ist leicht, »in der Zeit zurückzurollen«, wir alle tun das. Die meisten von uns glauben, wir könnten das nur für uns selbst tun, und nicht für andere. Das ist eine einschränkende Sichtweise. Ich habe entdeckt, daß ich durch das Zurückrollen in der Zeit auch die Krankengeschichte eines Klienten aufrollen kann.

Bei der zweiten Technik mache ich von der kinästhetischen und der inneren, visuellen Wahrnehmung Gebrauch. Erst stelle ich eine kinästhetische Verbindung mit dem entsprechenden Körperteil her. Dann sehe ich ein Bild von dem Problembereich und beschreibe seinen Zustand. Während ich die Verbindung halte, rolle ich die Zeit zurück und werde Zeuge der Geschichte

dieses Körperteils. Schließlich stoße ich so auf die Ursache des Problems. Ich sehe die traumatischen Erfahrungen, die dem Patienten physisch oder psychisch zugestoßen sind. Die meisten ernstesten Krankheiten sind das Ergebnis einer Serie von Traumata. Ich gehe einfach so lange zurück, bis ich kein Trauma mehr finde. Das früheste Trauma ist der Auslöser des gegenwärtigen Problems.

Kapitel 19

Hellhören und Kommunikation mit Geistführern

Die Informationen, die ich durch Hellhören erhielt, waren zuerst recht allgemein und wurden dann durch Übung immer präziser. Am Anfang hörte ich Worte, die dem Klienten liebevoll Mut zusprachen. Später hörte ich Namen von Menschen, hörte, welche Krankheit ein Patient hatte, und welche Heilmittel, sei es Diät, Vitamine oder Medikamente, angebracht waren. Viele Menschen, die diesen Anweisungen folgten, wurden gesund.

Der beste Zugang zum Hellhören ist folgender: Nehmen Sie Bleistift und Papier, setzen Sie sich bequem zur Meditation hin, zentrieren Sie sich, heben Sie Ihr Bewußtsein und warten Sie auf Führung. Formulieren Sie im Geiste eine Frage. Stellen Sie die Frage so genau wie möglich. Lassen Sie in sich den Wunsch lebendig werden, wirklich die Wahrheit zu hören, wie die Antwort auch lauten mag. Dann schreiben Sie die Frage auf. Legen Sie Schreibzeug und Papier griffbereit neben sich. Bringen Sie Ihre Gedanken zur Ruhe und konzentrieren Sie sich. Warten Sie darauf, daß die Antwort zu Ihnen kommt. Nachdem Sie eine Weile in Stille verweilt haben, wird dies geschehen. Die Antwort kommt in Form von Bildern, Gefühlen, allgemeinen Begriffen, Worten oder sogar Gerüchen. Schreiben Sie die Antwort auf, worin sie auch bestehen mag. Auch wenn Sie sie für irrelevant halten, schreiben Sie weiter. Die Form, in die sich die Information kleidet, ist unterschiedlich. Bleiben Sie dabei und schreiben Sie. Durch das Schreiben wird die einströmende Information allmählich die Form von hörbaren Lauten annehmen. Versuchen Sie,

die Worte, die zu Ihnen kommen, direkt zu hören. Üben Sie, üben Sie, üben Sie! Schreiben Sie alles auf, was zu Ihnen kommt. Lassen Sie nichts aus. Wenn Sie fertig sind, legen Sie das Papier zur Seite und schauen es mindestens vier Stunden nicht mehr an. Lesen Sie später, was Sie geschrieben haben. Sie werden erstaunt sein. Führen Sie ein Buch, in das Sie Ihre Erfahrungen eintragen.

Nachdem ich diese Übung drei Monate lang jeden Morgen bei Sonnenaufgang gemacht hatte, kam die verbale Information so schnell, daß ich mit dem Schreiben nicht nachkam. Die Stimme sagte, ich sollte mir eine Schreibmaschine kaufen. Es dauerte nicht lange, und auch das Tippen war nicht schnell genug. Die Stimme machte den Vorschlag, ich sollte ein Tonbandgerät benutzen. Es war zunächst schwer, mich vom Schreiben auf das laute Aussprechen der Worte umzustellen. Der Ton meiner eigenen Stimme störte meine innere Ruhe. Durch Übung wurde ich wieder klar. Der nächste Schritt bestand darin, es für eine andere Person zu tun, und dann vor einer Gruppe. Das war eine besondere Herausforderung, denn bei dem verbalen Leiten von Energien kann man nur die ersten Worte hören. Es erfordert sehr viel Vertrauen, in den Anfang eines Satzes hineinzuspringen und den unbekanntem Rest aus dem Mund herausfließen zu lassen.

Wenn man anfängt, verbale Informationen zu empfangen, entsteht mit Notwendigkeit die Frage: »Wer spricht?« Zweifellos hörte ich eine Stimme. Entspringt sie meinem eigenen Unterbewußtsein, oder hat sie eine andere Quelle? Fragen Sie am besten die Stimme selbst. Ich tat es und bekam die Antwort: »Mein Name ist Heyoan, dein Geistführer.«

»Was bedeutet Heyoan?«

»Der Wind, der Wahrheit durch die Jahrhunderte flüstert.«

»Woher kommst du?«

»Kenia.«

Ich hatte schon vorher Visionen von Geistwesen gehabt, aber ich hatte sie als Bilder aus meinem Inneren eingestuft. Nun sprachen sie mit mir. Ich fühlte auch bald ihre Berührung, und manchmal, wenn ich sie im Raum wahrnahm, roch ich einen wunderbaren Duft. War es nur eine Metapher oder Wirklichkeit?

Die Gesamtheit meiner persönlichen Wirklichkeit erreicht mich durch meine Sinne, und jetzt, wo diese Sinne erweitert sind, lebe ich in einer größeren, breiteren Wirklichkeit. Andere, deren Wahrnehmungen sich erweitert haben, erleben sie auch. Für mich ist sie real. Sie können sich nur durch eigene Erfahrung ein Urteil bilden.

Wenn Sie einen Geistführer um Informationen bitten, dann wenden Sie sich an eine Person, die weiser und weiter fortgeschritten ist als Sie selbst. Die Information überschreitet oft Ihren Horizont, aber wenn Sie sie nicht abschneiden, wird Ihnen der Sinn allmählich aufgehen. Die Botschaften eines Geistführers enthalten Informationen, die vom linearen Verstand nicht zu fassen sind und die Menschen sehr tief berühren können. Sie wirken jenseits der menschlichen Grenzen auf die Seele.

Wenn ich mit einer Person arbeite, dann spricht meistens zuerst Heyoan und ich bin ein passives Empfangsgerät. An einem bestimmten Punkt macht Heyoan dann dem Patienten den Vorschlag, Fragen zu stellen, um Klarheit zu gewinnen. Geistführer wissen in der Regel besser, wo das Problem wirklich liegt, als wir. Sie unterlaufen den Widerstand der Person und kommen gleich zum Kern des Problems. So verschwenden wir, wenn Heyoan eine Sitzung eröffnet, keine Zeit.

Auch ich stelle Heyoan während einer Sitzung Fragen, meistens im stillen. Ich bitte um ein Bild von der Situation oder von einem spezifischen Körperteil, oder ich bitte um die Erklärung eines bestimmten Problems. Vielleicht frage ich: »Ist das Krebs?« Meistens bekomme ich ziemlich genaue Antworten, aber es ist nicht immer leicht, sie anzunehmen, besonders dann nicht, wenn ich der Antwort mit Bangen entgegen sehe. Ich blockiere dadurch die Information und muß mich erst wieder zentrieren, um weiterzumachen.

Übungen zur Öffnung für spirituelle Führung

Setzen Sie sich entspannt hin, der Rücken ist gerade, das Becken leicht nach vorne gekippt. Sie können auf einem Stuhl sitzen und sich anlehnen, oder in der Yogahaltung mit gekreuzten Beinen auf einem Kissen am Boden. Es ist wichtig, daß Sie bequem sitzen.

1. Wenn Sie ein kinästhetischer Typ sind, dann schließen Sie die Augen und folgen Sie einfach dem Ein- und Ausströmen Ihres Atems. Hin und wieder sagen Sie sich: »Zentriere dich durch bewußtes Atmen.« Mit Ihrem geistigen Auge gehen Sie mit dem Atem in Ihre Körpermitte hinein. Ihre Sinneswahrnehmung wird sich erhöhen, und vielleicht richten Sie jetzt Ihre Aufmerksamkeit auf den Fluß der Energie durch den ganzen Körper.

2. Wenn Sie ein visueller Typ sind, dann stellen Sie sich Ihre Wirbelsäule, durch die der Hauptkraftstrom der Aura verläuft, als goldene Röhre vor. Visualisieren Sie über Ihrem Kopf einen weiß-goldenen Ball. Während Sie ruhig atmen, sinkt der Ball langsam die Röhre hinab zum Solarplexus, der Mitte Ihres Körpers. Beobachten Sie, wie der goldene Ball in Ihrem Solarplexus immer größer wird, und wie eine Sonne strahlt.

Der goldene Ball wird so groß, daß er Ihren Körper und Ihre Aura mit goldenem Licht erfüllt. Er wächst weiter, und das goldene Licht erfüllt den ganzen Raum. Wenn Sie bei dieser Meditation mit anderen Menschen im Kreis sitzen, können Sie wahrnehmen, wie das goldene Licht einen Ring um die Gruppe bildet und schließlich das ganze Zimmer erfüllt. Das Licht dehnt sich weiter aus, füllt das ganze Haus, die Umgebung des Hauses, die Stadt, das Land, den Kontinent, die Erde und wächst selbst darüber noch hinaus. Gehen Sie langsam vorwärts. Erweitern Sie Ihr Bewußtsein, bis der goldene Lichtball Mond und Sterne umfängt, und schließlich das ganze Universum füllt. Erleben Sie sich als Teil des Universums: Sie sind eins mit ihm, und deswegen auch eins mit Gott.

Lassen Sie das Licht weiter leuchten, aber ziehen Sie es nun Schritt für Schritt wieder in sich hinein, so wie Sie es ausgesandt

haben. Füllen Sie Ihr Sein mit dem ganzen Licht und Wissen des Universums. Tun Sie das langsam und Schritt für Schritt. Sie spüren jetzt, wie stark Ihr Aurafeld aufgeladen ist. Sie haben auch das Wissen mit zurückgebracht, daß Sie mit dem Schöpfer eins sind.

3. Wenn Sie ein auditiver Typ sind, meditieren Sie mit einem Mantra, sei es ein heiliger Name, wie Om, Sat-Nam oder Jesus, oder der Satz: »Sei still und wisse, daß ich Gott bin.« Oder Sie meditieren mit einem Ton. Wenn es mir an manchen Tagen schwerfällt, mich zu zentrieren, verwende ich eine Kombination der genannten Methoden, um das ständige Geschwätz in meinem Gehirn zu beenden. An anderen Tagen genügt ein einfaches Mantra.

Falls Sie weitere Meditationen und Übungen kennenlernen wollen, wie Sie in einen ruhigen, harmonischen Zustand kommen und Ihre Sensitivität erhöhen können, empfehle ich Ihnen, die vielen Bücher, die solche Übungen beschreiben, zu Rate zu ziehen. In einem zentrierten und ruhigen Zustand können Sie sich nun darauf einstellen, spirituelle Führung zu empfangen.

Direkter Kontakt mit Ihren persönlichen Geistführern

Jeder Mensch hat geistige Führer, die ihn durch viele Inkarnationen begleiten. Zusätzlich hat man Geistlehrer, die einem für spezifische Aufgaben zur Seite gestellt werden. Wenn Sie Künstler sind, werden Sie von künstlerisch orientierten Geistlehrern inspiriert. Sie sind mit solchen verbunden, die in der geistigen Welt, wo die Formen noch vollkommener und schöner sind, als wir sie auf der irdischen Ebene schaffen können, zu Ihrer Art von schöpferischer Arbeit eine Beziehung haben.

Um mit Ihrem Führer in Kontakt zu kommen, brauchen Sie das ruhige, friedvolle Bewußtsein, daß Sie eins sind mit Gott, daß allen Teilen Ihres Seins ein göttlicher Funke innewohnt und daß Sie vollkommen sicher sind. Diese Einstellung bringt Sie in einen Zustand innerer Ruhe, der Ihre Ohren öffnet.

Bei Kontakt mit meinen Geistführern spüre ich die erregende Gegenwart eines Führers, der voll Licht und Liebe ist. Ich nehme einen weißen Lichtstrahl über meinem Kopf wahr, und steige in diesem Lichtstrahl auf. (Man könnte sagen, ich gehe mit meinem geistigen Auge in den Lichtstrahl hinein.) Meine Erregung läßt nach, und ich spüre, wie sich eine rosa Wolke der Liebe auf mich herabsenkt. Ich werde von einem Gefühl der Liebe und Sicherheit erfüllt. Ich spüre, wie ich in einen höheren Bewußtseinszustand gehoben werde. Mein Körper richtet sich dabei vielleicht auf und es kann sein, daß ich unwillkürlich gähne, was dazu beiträgt, das Kehlchakra zu öffnen. (Das Chakra, durch das man seine Führer hört.)

Ich gelange in einen himmlischen Zustand der Ruhe, der Heiterkeit und des Friedens. Nun höre und sehe ich meine Führer. Ich steige immer noch weiter auf. Meistens sind es drei Lehrer, die mich führen. Die Person, die gekommen ist, mir zu helfen, wird in der Regel von ihren Führern begleitet.

An dem Gefühl von Licht, Liebe und Frieden erkennen Sie, daß Sie wirklich mit Ihren Führern verbunden sind. Wenn sich dieses Gefühl nicht einstellt, hat es höchstwahrscheinlich noch nicht geklappt.

Der Führer kommuniziert in der Form, die Sie am leichtesten annehmen können. Es mögen allgemeine Begriffe sein, Worte, symbolische Bilder, oder Bilder von Ereignissen, die sich in der Vergangenheit oder im vergangenen Leben ereignet haben. Wenn Sie eine Kommunikationsform nicht erreicht, oder Sie bei dem, was sie erfahren, Angst bekommen, wechseln die Führer zu einer anderen Form, oder gehen das Thema anders an. Habe ich zum Beispiel Angst, daß die Worte, die durchkommen, eine bestimmte Bedeutung haben könnten, oder stellt jemand eine besonders kontroverse Frage, dann »renne ich fort« von diesem Platz des inneren Friedens und der Harmonie, und kann nicht mehr hören, was der Führer sagt.

Ich brauche dann ein oder zwei Minuten, um zu diesem inneren Ort zurückzukehren. Wenn es mir nicht gelingt, die Worte wieder zu erfassen, bekomme ich vielleicht von den Führern einen allgemeinen Begriff, den ich mit meinen eigenen Worten zu

erklären versuche. Allmählich fließen meine Worte wieder mit ihren zusammen, und die Verbindung ist wiederhergestellt. Oder ich bekomme ein Bild, das ich beschreibe und dessen Deutung der Klient selbst versucht.

Meine innere Erfahrung beim Leiten der Worte meiner Führer ist wie folgt: Ich setze mich mit gekreuzten Beinen auf den Boden und lege meine Handflächen auf die Schenkel. Zuerst zentriere ich mich. Ich tue das kinästhetisch und verankere mich damit in meinem Körper. Ich habe das Gefühl, daß ich um meine untere Körperhälfte ein starkes, energetisches Fundament schaffe. Auf dieser Grundlage hebe ich mein Bewußtsein; ich empfinde körperlich, wie ich aufsteige und verbinde mich visuell mit dem Licht in der Höhe. Dabei wende ich meine Handflächen nach oben. An einem bestimmten Punkt finde ich den Kontakt mit dem Geistführer. Ich spüre es körperlich. Ich sehe den Führer hinter meiner rechten Schulter und höre die ersten Worte aus dieser Richtung. Wenn wir beide bereit sind anzufangen, dann halte ich meine Hände mit aneinandergelegten Fingerspitzen vor meinen Solarplexus oder vor mein Herz. Dadurch kommt mein Energiefeld ins Gleichgewicht und ich kann in dem erhobenen Zustand verweilen. Die Rachenatmung ist dabei eine Hilfe. Nun beginne ich, seine verbalen Botschaften zu empfangen und weiterzugeben. Zuerst kommen die Worte von einem Punkt hinter meiner rechten Schulter. Je mehr ich in den Prozeß eintauche, um so näher kommen die Worte. Der Führer scheint an mich heranzurücken. Bald gibt es zwischen Hören und Sprechen keinen Zeitverzug mehr, und die Quelle der Worte scheint über oder in meinem Kopf zu sein. Der Führer scheint sich wie ein Handschuh über mich zu stülpen. Er bewegt meine Arme und Hände im Fluß mit den Worten. »Er« gebraucht meine Hände auch, um mein Energiefeld ins Gleichgewicht zu bringen und in meine Chakras Energie fließen zu lassen, während »er« spricht. Dadurch bleibt die Energie auf einem hohen Niveau. Mein persönliches Selbst scheint über mir zu schweben, zuzuhören und alles zu beobachten. Ich fühle mich mit dem Führer so sehr verschmolzen, als wäre ich er. In diesem Zustand fühle ich mich viel größer, als in der Persönlichkeit »Barbara«.

Am Ende spüre ich, wie sich der Führer wieder von mir löst und wie mein Bewußtsein in meinem Körper sinkt und mit meiner Persönlichkeit verschmilzt. An diesem Punkt fühle ich mich meistens ziemlich schutzlos.

Die Chakras als Wahrnehmungsorgane

Bisher habe ich nur über vier Sinne gesprochen, durch die man direkten Zugang zur Information finden kann: Sehen, Hören, Empfinden und Riechen. Es ist selten, aber wahrscheinlich ist es auch über den Geschmack möglich. Bei der Erforschung des direkten Informationszugangs habe ich festgestellt, daß jeder Sinn mit einem Chakra in Beziehung steht, das heißt, wir gelangen durch den Wahrnehmungsmechanismus des jeweiligen Chakras an die Information.

Wenn ich jemanden beobachte, der die Botschaften eines Geistführers empfängt, kann ich sehen, mit welchem Chakra er arbeitet, also durch welches Chakra die Information fließt. Dieses Chakra ist dann besonders aktiv und wird von deutlich mehr Energie durchflossen. Beachten Sie, daß wir beim kinästhetischen Sinn meist nicht zwischen Körpergefühl, Emotion und Intuition unterscheiden. Ich glaube aber, daß es sehr unterschiedliche Wahrnehmungen sind. Auch Lieben betrachten wir nicht als eine Sinneswahrnehmung, und doch gehe ich davon aus. Achten Sie einmal darauf, was geschieht, wenn Sie heben oder geliebt werden. Lieben gehört nicht zur gleichen Kategorie wie die anderen Gefühle. Natürlich ist lieben mehr als nur eine Sinneswahrnehmung. Es ist ein Zustand der Synchronizität mit anderen Menschen.

Die Art der Information, die Sie durch jedes Chakra empfangen, ist unterschiedlich. Das *Wurzel-Chakra* vermittelt kinästhetische Information - Körpergefühle wie Gleichgewicht oder Ungleichgewicht, Schauer, die den Rücken hinunterlaufen, Schmerzen in einem Körperteil, das Gefühl von Krankheit oder Gesundheit, von Sicherheit oder Gefahr. Diese Informationen sagen der Heilerin, in welchem Zustand der Patient ist. Wenn sich die

Heilerin krank fühlt und weiß, daß sie es nicht ist, dann kann sie daraus Schlüsse auf den Patienten ziehen. Die Schmerzen, die er im Bein hat, spürt sie vielleicht in ihrem eigenen Bein oder in der Hand, die sie auf das Bein des Patienten legt. All diese Informationen werden vom ersten Chakra aufgenommen, sofern die Heilerin sich soweit leer macht, um wie ein Resonanzboden zu funktionieren, und zwischen ihrem und dem Körper des Patienten unterscheiden kann. Sie kann das auch feststellen, indem sie sich fragt, ob die Schmerzen schon vor dem Patienten da waren oder nicht. Natürlich hat diese Methode des Informationszugangs Nachteile: Man wird sehr schnell müde, wenn man die körperlichen Schmerzen jedes Patienten am eigenen Leib spürt.

Das *Sakral-Chakra* gibt Informationen über den Gefühlszustand, sei es den eigenen oder den des Patienten. Der Heiler muß mit Hilfe seines Energiefeldes zwischen beiden unterscheiden können. Das kann man durch Übung und häufiges klares Feedback lernen. Der Heiler spürt beim Patienten, der Schmerzen im Bein hat, welche Emotionen damit einhergehen. Ist er aufgebracht, weil er krank ist, oder hat er vielleicht Angst davor, daß die Schmerzen in seinem Bein ein Symptom für eine ernste Krankheit sind? Derartige Informationen sind wichtig, weil die Emotionen, die eine Krankheit begleiten, immer bearbeitet werden müssen.

Das *Nabel-Chakra* gibt vage Informationen in der Form von Ahnungen und Intuitionen, zum Beispiel: »Ich wußte, daß du anrufen würdest«, oder »Meine Intuition sagt mir, daß ich heute nicht mit diesem Flugzeug fliegen sollte«. Wenn man die Anwesenheit von Wesen einer höheren Ebene durch das dritte Chakra spürt, hat man ein vages Gefühl von ihrer Präsenz, spürt, wo sie sich im Raum befinden, welche Form und Größe sie haben und welche Einstellung, ob sie freundlich oder unfreundlich sind. Das erste Chakra würde kinästhetische Informationen über die Präsenz dieser Wesen liefern, das zweite Chakra seine Gefühle offenbaren. Im Fall des Patienten mit den Beinschmerzen würde das dritte Chakra eine Ahnung von der tieferen Bedeutung vermitteln, die die Schmerzen für das Leben des Klienten haben, und von ihren Ursachen.

Das *Herz-Chakra* ist ein Sensor für Liebesgefühle, Liebe, die über das Selbst, den Partner oder die Familie hinausgeht und sich auf die gesamte Menschheit und das Leben selbst erstreckt. Mit dem vierten Chakra kann man bei einem anderen, sei er in einem physischen Körper inkarniert oder nicht, die Quantität und Qualität der Liebe spüren. Man fühlt die kollektive Liebe der Menschheit. Für den Patienten empfindet man Liebe und spürt, ob er sich selbst liebt. Das Chakra gibt auch ein Gefühl der Verbundenheit mit allen Menschen, die jemals Beinschmerzen gehabt haben.

Mit dem *Kehl-Chakra* kann man Töne, Musik oder Worte hören, riechen und schmecken. Diese Information kann sehr präzise sein, je nachdem, von welcher Ebene der Aura sie kommt (siehe nächsten Abschnitt). Im Falle des Patienten mit den Beinschmerzen kann die Heilerin eine physiologische Beschreibung des Problems erhalten, wie: »Es ist eine Venenentzündung« oder »Es ist eine Muskelzerrung, die durch ein neues Paar Schuhe entstanden ist«. Das fünfte Chakra kann auch einen Ton erklingen lassen, der zur Heilung des Beines wirksam eingesetzt werden könnte.

Das *Stirn-Chakra* nimmt Bilder wahr. Sie sind entweder symbolisch mit einer ganz persönlichen Bedeutung für den Patienten, oder es sind Bilder von Ereignissen, die geschehen sind oder geschehen werden. Es können auch Bilder von Gegenständen sein, die es gibt. Wenn ich von Bildern spreche, dann meine ich nicht, daß Sie diese genauso sehen, wie mit Ihren Augen, aber dennoch entsteht ein Bild vor Ihrem inneren Auge, das deutlich genug ist, um es zeichnen zu können. Im Falle der Beinschmerzen kann der Heiler durch das sechste Chakra das Blutgerinnsel sehen, das die Venenentzündung erzeugt, oder den gezerzten Muskel, falls er die Ursache der Schmerzen ist. Das Bild kann wie auf einem Bildschirm im Geist sichtbar werden oder so, als würde man in das Bein hineinschauen. Das sechste Chakra kann auch ein symbolisches Bild liefern, das für den Klienten Bedeutung hat, aber nicht für den Heiler. Es können auch Bilder aus der Vergangenheit des Patienten auftauchen, die mit den Beinschmerzen Zusammenhängen, zum Beispiel ein Kind, das von einem Dreirad

fällt und sich genau dort weh tut, wo jetzt, zwanzig Jahre später, der Schmerz sitzt. Diese Art des direkten Informationszugangs hat Ähnlichkeit mit der Betrachtung eines Films.

Beachten Sie, daß ich vom »Empfangen« von Bildern gesprochen habe. Wahrnehmen bedeutet empfangen, das zu nehmen, was gegeben wird. Der Gegenstand unserer Wahrnehmung ist schon da, entweder in symbolischer Form oder tatsächlich. Visualisieren ist etwas vollkommen anderes. Es ist ein schöpferischer Prozeß. Wenn Sie Visualisieren, dann schaffen Sie ein geistiges Bild und geben ihm Energie. Wenn Sie das Bild in Ihrem Geist klar festhalten und ihm Energie zuführen, wird es in Ihrem Leben Wirklichkeit werden. Sie geben ihm so Form und Substanz. Je klarer das Bild ist und je mehr emotionale Energie Sie darauf verwenden, um so größer die Wahrscheinlichkeit seiner Manifestation in Ihrem Leben.

Das *Kronen-Chakra* ist der Ort von Offenbarungen. Sie liegen jenseits der Grenze menschlicher Sinne und der menschlichen Kommunikation. Hat man derartige Offenbarungen tief in sich aufgenommen und verstanden, muß man sie mit seinen eigenen Worten beschreiben. Es kommt bei mir vor, daß sich Heyoan (von der fünften Ebene) einschaltet und das Geschaute sehr viel klarer erklärt, als ich es könnte.

Die siebte Ebene ermöglicht den Zugang zu allumfassender Erkenntnis. Es gibt keinen Unterschied mehr zwischen Erkennendem und Erkanntem. Was den Patienten angeht, so wird seine gesamte Lebenssituation offenbar, die mit seiner Krankheit zusammenhängt.

Chakrawahrnehmung auf verschiedenen Ebenen der Wirklichkeit

Nachdem Sie jetzt etwas über die Wahrnehmungen der einzelnen Chakras wissen, wollen wir nun die verschiedenen Ebenen der Wirklichkeit betrachten, die wir in Kapitel 7 und 15 besprochen haben. Ich erwähnte die physische, die astrale und die spirituelle Ebene und die drei Bestandteile der zuletzt genannten: den

ätherischen Negativkörper, den himmlischen und den ketherischen Körper (siehe Abb. 7-4). Ich sagte auch, daß es jenseits der siebten noch weitere Ebenen gibt. Um auf einer Ebene wahrnehmen zu können, muß das Chakra, durch das man wahrnehmen will, auf dieser Ebene geöffnet sein. Wenn Sie eine bestimmte Auraschicht sehen wollen, müssen Sie das sechste Chakra auf dieser Ebene öffnen. Um also die erste Auraschicht sehen zu können, müssen Sie das sechste Chakra auf der ersten Auraebene öffnen. Wollen Sie die zweite Auraschicht sehen, müssen Sie das sechste Chakra auf der zweiten Ebene Ihrer Aura öffnen. Anfänger sehen normalerweise zunächst die erste Schicht, weil ihr sechstes Chakra auf der ersten Auraschicht geöffnet ist. Wenn Sie fortschreiten, öffnet sich das sechste Chakra auch auf den nachfolgenden Schichten Ihres Energiefeldes, und Sie können dann die entsprechenden Schichten wahrnehmen.

Wenn sich die Chakras auf den geistigen Ebenen (über der vierten) öffnen, beginnt man, Wesen auf anderen Existenzebenen wahrzunehmen. Geschieht das zum ersten Mal, so wird das Ihr persönliches Leben stark erschüttern. Man muß sich erst daran gewöhnen. Oft müssen Sie sich entscheiden, ob Sie das Gespräch mit dem Klienten fortsetzen wollen, oder ob Sie dem Geistwesen zuhören wollen, das gleichzeitig versucht, mit Ihnen zu sprechen. Ich habe mich schon oft in dieser Art von Doppexistenz in zwei Welten befunden. Jemand, der höhere Wesen wahrnimmt und auf sie reagiert, erscheint denen, die das nicht tun, sehr labil.

Um ein Wesen zu hören, das auf der astralen Ebene lebt, müssen Sie das fünfte Chakra auf der Astralebene öffnen. Wollen Sie einen spirituellen Führer auf der fünften Ebene hören, müssen Sie Ihr fünftes Chakra auf der fünften Ebene Ihres Aurafeldes öffnen. Um einen astralen Führer zu sehen, muß das sechste Chakra auf der vierten Ebene geöffnet sein, für einen Führer der fünften Ebene das sechste Chakra auf der fünften Ebene usw.

Wie in Kapitel 7 ausgeführt, gibt es zwischen den verschiedenen Chakraebenen Schleusen, die sich tief im Kern jedes Chakras befinden. Man kann auch von Siegeln sprechen. Diese Schleusen oder Siegel müssen geöffnet werden, um von einer Ebene zur anderen zu gelangen. Das geschieht, indem Sie die Schwingungs-

ebene Ihres Energiesystems anheben. Dafür ist innere Reinigung erforderlich. Sie müssen Ihr Feld von allen Unreinheiten befreien und in einem klaren Zustand halten, um die höheren Ebenen des Aurafeldes wahrnehmen zu können. Das erfordert erhöhte Sensitivität in Ihrem Alltag, einen umsichtigen Umgang mit sich selbst, was Ernährung, Körperbewegung und spirituelle Übungen angeht, die wir in Teil VI näher erläutern.

Die verschiedenen Ebenen können auch als eine jeweils höhere Schwingungsoktave betrachtet werden. Um Ihre bewusste Wahrnehmung auf eine höhere Ebene anzuheben, müssen Sie die Schwingungsfrequenz Ihres Bewußtseins erhöhen. Das ist keine leichte Aufgabe, denn, wie Sie in den Kapiteln über Psychodynamik gesehen haben, löst jede Energieerhöhung Blockierungen in Ihrem System auf, und Sie machen Erfahrungen, die Sie bisher ins Unbewußte verdrängt haben, weil sie zu schmerzhaft und zu bedrohlich waren.

Meditationsübungen zur Erfahrung Ihrer verschiedenen Auraebenen

Ich habe festgestellt, daß bestimmte Meditationsübungen in die Erfahrung bestimmter Auraschichten hineinführen.

Erste Auraschicht: Tiefenentspannung, Meditation im Gehen und meditatives Berühren.

Zweite Auraschicht: Meditieren über inneren Frieden und Wohlbefinden.

Dritte Auraschicht: Konzentration auf ein Wort, ein Bild oder einen Gedanken. Meditieren Sie über das rosa Licht der Liebe oder die Liebe zu einer Blume.

Fünfte Auraschicht: Lauschen Sie auf reale oder imaginäre Töne.

Sechste Auraschicht: Meditieren Sie über Ihre Verschmelzung mit dem Christusbewußtsein.

Siebte Auraschicht: Meditieren Sie über das Mantra: »Sei still und wisse, daß ich Gott bin.«

Kapitel 20

Heyoans Metapher der Wirklichkeit

Der Kegel der Wahrnehmung

Im letzten Kapitel sprach ich darüber, wie man die Wahrnehmung für höhere Ebenen der Wirklichkeit öffnen kann, indem man die Schwingungsfrequenz des Aurfeldes erhöht. Dahinter steht die Idee eines multidimensionalen Universums, das aus verschiedenen Schwingungsebenen besteht, die im gleichen Raum existieren. Je fortgeschrittener oder feiner eine Ebene der Wirklichkeit ist, um so höher ihre Schwingung. Nun möchte ich dieses multidimensionale Universum unter dem Gesichtspunkt von Wahrnehmungsebenen erörtern.

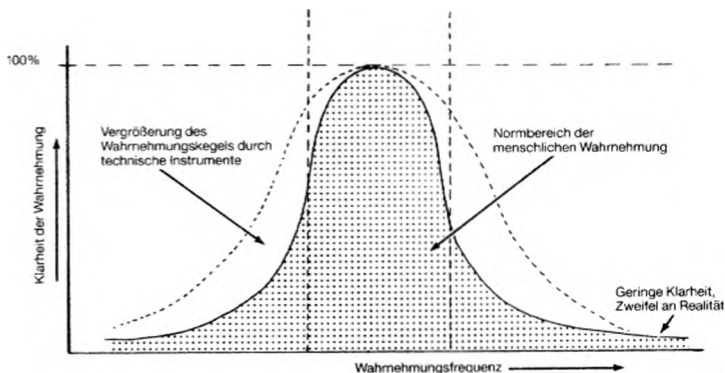
Heyoan spricht von einem Wahrnehmungskegel, durch den wir die Wirklichkeit erfassen. Er meint damit, jeder von uns könne nur innerhalb eines bestimmten Frequenzbereiches wahrnehmen.

Wir Menschen neigen dazu, die Realität als das zu definieren, was wir wahrnehmen. Dazu gehören nicht nur unsere normalen Sinneswahrnehmungen, sondern auch deren Erweiterungen durch Instrumente, die wir erdacht haben, wie das Mikroskop oder das Teleskop. Alles, was innerhalb unseres Wahrnehmungskegels liegt, halten wir für real, und alles, was außerhalb liegt, für unreal. Wenn wir etwas nicht wahrnehmen können, dann existiert es für uns nicht.

Mit jeder Verfeinerung unserer Meßgeräte erweitern wir unseren Kegel der Wahrnehmung, und nennen das, was wir zum ersten Mal sehen, real. Das gleiche gilt für die erhöhte Sinneswahrnehmung, aber in diesem Fall ist das Instrument unser

eigener Körper und unser Energiesystem. Je mehr wir mit unseren höheren Sinnesorganen wahrnehmen, um so mehr erweitert sich die Wirklichkeit.

Ich habe versucht, dieses Phänomen mit Hilfe der bekannten Glockenkurve graphisch darzustellen (Schema 20-1). Die vertikale Achse zeigt die Klarheit der Wahrnehmung, die horizontale Achse den Frequenzbereich der Wahrnehmung. Die Glockenkurve in der Mitte umschreibt den normalen Wahrnehmungsbereich eines Menschen, einer Gruppe von Menschen oder der gesamten Menschheit. Die meisten von uns haben im Mittelbereich der Glockenkurve deutliche Wahrnehmungen. An den Rändern nimmt die Klarheit ab, und wir lassen das, was wir dort wahrnehmen, oft unbeachtet. Wenn wir jedoch all unsere Wahrnehmungen miteinbeziehen, definiert der Raum unter der Glockenkurve das, was wir das reale Universum nennen. Die gestrichelte Linie zeigt die Erweiterung unserer Wahrnehmung durch technische Instrumente. Wir, oder zumindest die meisten von uns, akzeptieren auch das als Realität.



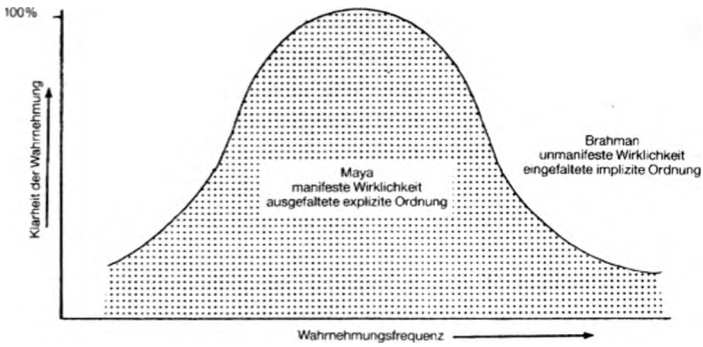
Der Kegel der Wahrnehmung: Grafische Darstellung tSchema 20-1)

Betrachten wir den Begriff der Wirklichkeit unter dem Gesichtspunkt der buddhistischen Tradition. Sie spricht von Brahman und Maya. Maya ist die manifeste Welt, die nach Ansicht des Buddhismus eine Illusion ist. Brahman ist der Urgrund der Wirklichkeit, der alles Seiende trägt (nicht zu verwech-

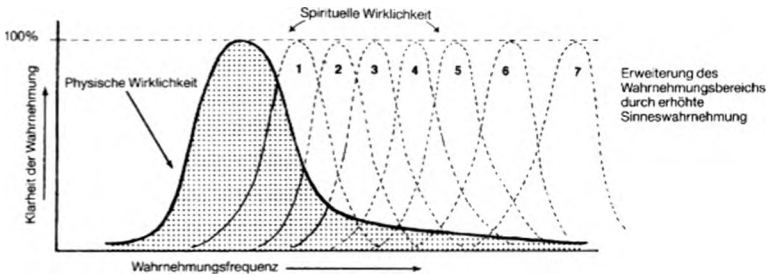
sein mit den Brahmanen, der gebildeten Priesterschaft und obersten Klasse im hinduistischen Kastensystem). Das Ziel der buddhistischen Meditation besteht darin, die Illusion von Maya, welche die Ursache allen Leidens ist, hinter sich zu lassen und mit Brahman zu verschmelzen. Das wird Erleuchtung genannt. Diese Anschauung läßt sich mit dem Kegel der Wahrnehmung verdeutlichen. In Schema 20-2 liegt Maya, oder die manifeste Wirklichkeit, unter der Glockenkurve und Brahman, die unmanifestierte Wirklichkeit, außerhalb der Kurve. In den Begriffen des Physikers David Bohm liegt die explizite Ordnung innerhalb des Wahrnehmungskegels und die implizite Ordnung außerhalb.

Schema 20-3 zeigt die Ausdehnung des Wahrnehmungsbereichs durch erhöhte Sinneswahrnehmung. Das, was gewöhnlich als unreal oder nicht existent bezeichnet wird, nenne ich die spirituelle Wirklichkeit. Je mehr wir unseren Wahrnehmungsbereich auf höhere Schwingungsebenen ausweiten, um so wirklicher wird die spirituelle (nicht physische) Wirklichkeit für uns - um so mehr lassen wir die Illusion von Maya hinter uns und erfahren Brahman oder Erleuchtung. So gesehen, ist der Umriss der Glockenkurve der Schleier, der die materielle von der spirituellen Welt trennt. Heyoan sagt, daß Heilen letztlich die Auflösung dieses Schleiers bedeutet.

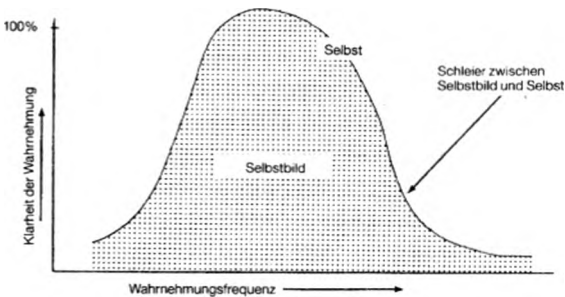
Wesentlich ist der Punkt, daß wir uns erweitern, wenn sich unsere Wirklichkeit erweitert, denn unsere Selbstdefinition gründet sich auf dem, was wir für wirklich halten. Schema 20-4 zeigt die gleiche Kurve unter dem Gesichtspunkt unserer Selbstdefinition. Innerhalb der Kurve ist das begrenzte Selbst - die Person, für die wir uns aufgrund unserer begrenzten Realitätswahrnehmung halten. Außerhalb ist das unbegrenzte Selbst, das letztlich Gott ist. Die Kurve stellt den Schleier dar zwischen dem, für den wir uns halten und dem, der wir wirklich sind. Heyoan hat wiederholt gesagt, daß der Schleier zwischen der materiellen und der spirituellen Welt und unserem begrenzten und unbegrenzten Selbst derselbe ist. Es ist auch der Schleier zwischen dem, was wir Leben und dem, was wir Tod nennen. Wenn wir um unsere Existenz als Geist wissen, dann hören wir mit dem Tod nicht auf zu leben; vielmehr verlassen wir nur unseren physischen Körper,



Der Kegel der Wahrnehmung: Spirituelle Interpretation (Schema 20-2)



Erweiterung des Wahrnehmungskegels durch erhöhte Sinneswahrnehmung (Schema 20-3)



Begrenzung des Wahrnehmungskegels durch Definition der persönlichen Wirklichkeit (Schema 20-4)

das Fahrzeug, das wir uns geschaffen haben, um uns zu inkarnieren. Ich habe (mit erhöhter Sinneswahrnehmung) gesehen, wie im Tod der Geist eines Menschen seinen Körper verläßt und von anderen Geistwesen im Raum empfangen wird. Im Tod löst sich der Schleier auf, wir kehren heim, und werden die, die wir wirklich sind.

Die manifeste Welt

Heyoan ließ mich einmal eine Erfahrung machen, durch die ich begriff, was Manifestation ist. Hier die Abschrift der Tonbandaufnahme:

Heyoan: »Was also ist Manifestation? Die Antwort steht in Beziehung mit der Fähigkeit, das wahrzunehmen, was sich manifestiert hat. Diese Fähigkeit steht in Beziehung mit dem Einen, und mit der Individuation jeder Person und dem Wirklichkeitsbereich, den sie durch ihr Wahrnehmungsfenster sieht. Was du durch das Fenster siehst, ist das, was du als manifeste Welt definierst. Wenn sich dieser enge Ausschnitt, durch den du die Manifestation wahrnimmst, erweitert, erweitert sich auch die manifeste Welt. Wenn du zum Beispiel anfängst, unsere Stimme zu hören, dann erfährst du mehr von der manifesten Welt. Diese Welt scheint weniger fest zu sein, oder dünner, aber sie ist dennoch manifest. Der Eindruck, diese Welt sei >dünn<, hat mehr mit einer Fähigkeit zur Wahrnehmung höherer Frequenzen zu tun als mit deren tatsächlicher Qualität. Es ist deine begrenzte Wahrnehmung, welche die höheren Welten als dünn erscheinen läßt und dir den Eindruck vermittelt, als würden sich die höheren Frequenzen wieder im Unmanifesten auflösen. Das ist jedoch nicht der Fall.«

Barbara: »Was ich also sehe und was wir manifest nennen, ist einfach das, was in unseren Wahrnehmungsbereich fällt. Je mehr sich dieser Bereich erhöht und erweitert, um so mehr nehmen wir von dem wahr, was wir die unmanifeste Welt nennen ... Oh, das gilt ja in beide Richtungen, wenn man niedrigere Schwingungen mit einbezieht, dann ist das auch wahr.«

Heyoan: »Aus irgendeinem Grund hat sich die Menschheit entschlossen, die niedrigen Schwingungen als Negativität aufzufassen, als Dunkelheit und als etwas Unangenehmes. Man kann es so sehen, aber diese Wertung ist nur ein Ausfluß der dualistischen Natur des Menschen und seines Wahrnehmungsmechanismus. Es ist eine Eigentümlichkeit des menschlichen Wahrnehmungssystems, die niedrigen Schwingungen als negativ zu betrachten.«

Barbara: »Wie steht es mit der langen Evolution der Menschheit?«

Heyoan: »Evolution heißt für uns einfach, die Fähigkeit, das Wahrnehmungsfenster zu erweitern. Man könnte sagen, daß die konkrete Wirklichkeit unter die Glockenkurve deiner Wahrnehmung fällt. Die Menschen pflegen ihren Wahrnehmungen nicht zu glauben, wenn sie außerhalb der Normalverteilung oder jenseits des Maximums der Glockenkurve liegen. Mit dem evolutionären Fortschritt der Menschheit erweitert sich die Glockenkurve der Wahrnehmung mehr und mehr (siehe Schema 20-1). Die Glockenkurve beschreibt die Grenzen des menschlichen Geistes in einer bestimmten Phase der menschlichen Evolution. Unser Bestreben ist es, daß sich der Wahrnehmungsbereich des menschlichen Geistes so erweitert, daß das Maximum der Glockenkurve alle Frequenzbereiche erfaßt, damit die spirituelle Wirklichkeit so konkret wird wie, sagen wir, das Tonbandgerät, das du in der Hand hältst, die Glockenkurve würde dann auf ihrem Höhepunkt zu einer durchgehenden Linie. Wenn das Ganze erreicht ist, dann werden das Manifeste und das Unmanifeste eins. Man kann es auch so sagen: Je mehr du deinen Wahrnehmungskegel erweiterst, um so manifester wird unsere Welt für dich; sie wird für dich ein Teil der manifesten Welt, mit der du in Beziehung stehst. Mit dem Fortschreiten in deiner persönlichen Evolution und der damit einhergehenden Erweiterung deiner Wahrnehmung erschließt sich dir ein immer größerer Teil des Universums und du nährst dich der universalen Alleinheit. Man könnte auch sagen, du kehrst nach Hause zurück.

Die Vergrößerung der wahrgenommenen Wirklichkeit befähigt den Menschen zu entscheiden, in welchem Frequenzbereich

dos manifesten Universums er wahrnehmen, ja existieren will. Er versteht auf diese Weise die implizite Ordnung. Dieser Prozeß ist das Spiel des Lebens. Wenn die implizite und die explizite Ordnung eins werden, aufgrund der Erweiterung der Wahrnehmung des Menschen, dann ist der Zustand der Erleuchtung erreicht.

Nehmen wir eine Analogie: Zeichnungen mit weißer Kreide auf einer weißen Tafel wären das Unmanifeste. Weiße Kreide auf einer schwarzen Tafel wäre das Unmanifeste, das in seine zwei Pole zerfallen ist. Eine cremefarbene Tafel mit farbiger Kreide wäre das multidimensionale Universum. Man könnte auch von Stufen im evolutionären Prozeß der Wahrnehmung des Menschen sprechen oder von Stufen der Selbsterkenntnis oder vom göttlichen Selbst, das sich selbst wahrnimmt. Wenn sich die Dimensionen der Wirklichkeit erweitern, werden die Farben deutlicher und mehrdimensional, Farbräume in Farbräumen.

Das ist der Kern unseres Gesprächs: Es geht darum, die Menschheit zu lehren, neu wahrzunehmen. Du kannst durch deine erhöhte Sinneswahrnehmung entscheiden, was du sehen willst, in welcher Größe und in welchem Frequenzbereich. Willst du die Ebene der physischen Manifestation betrachten, das was ihr physische Wirklichkeit nennt? Oder willst du den niedrigen ätherischen, den emotionalen, oder den höheren ätherischen Bereich sehen, oder sogar die achte oder neunte Ebene der Aura? Du kannst entscheiden, worauf du deine Aufmerksamkeit richten willst. Du entscheidest auch über den Grad der Auflösung. Willst du einen Mikroorganismus oder einen Makroorganismus sehen? Der manifeste Gott manifestiert sich nur durch Wahrnehmung. Er entscheidet, wo er aus der Dunkelheit hervortreten will, um sich durch Wahrnehmungen zu manifestieren. Es gibt unter euch Wesen, die dich nicht sehen können, und die du nicht sehen kannst. Sie haben sich entschieden, in einem anderen Wahrnehmungsfenster zu leben. Verstehst du, meine Liebe?»

Barbara: »Nein, ich werde müde. Diese Ausführungen sind zu linear.«

Heyoan: »Das liegt daran, weil wir diese Information wieder in deine enge Wahrnehmung hineinpresse. Erlaube deiner Wahrnehmung sich zu erweitern, wenn wir dich in einen anderen

Lichtraum führen. Siehe das Licht in diesem Raum, spüre die Freude...«

Ich wurde nun in immer höhere Bereiche geführt. Jeder war herrlicher als der vorhergehende. Jeder war schwerer wahrzunehmen. Es schien, als würde die Form immer mehr verschwinden und als würden die Räume immer »dünner«. Mein Führer Heyoan leitete mich.

Als wir bis zu meiner äußersten Wahrnehmungsgrenze vorge drungen waren, sagte Heyoan: »Und hier stehen wir vor der Tür des Allerheiligsten, die jeder Mensch durchschreiten möchte.«

Meine früheren Leben schwebten unter mir vorbei wie Jasmin duft, den uns eine Sommerbrise zuweht. Jedesmal spürte ich einen Drang, in die Wirklichkeit zurückzuschauen. Und jedesmal war es, als fiel ich ein Stück herab. Ich versuchte mich in diesem Zustand zu halten, jenseits von Barbara, jenseits der Zeit, jenseits meiner verflochtenen Leben... Ich versuchte ins Allerheiligste zu gelangen.

Heyoan: »Es geht nicht darum, daß du die Hand nach etwas ausstreckst; es geht darum, daß du zuläßt, dort zu sein, wo du schon bist. Der Raum hier ist unermesslich. Es ist ein Zustand des Seins jenseits von Zeit und Raum. Es gibt keinen Grund zur Eile. Das ist es, wonach sich die Seele sehnt.«

Dann wurde ich gewahr, wie ich zwischen den Pranken einer großen Sphinx durch ein Tor trat. Vor mir saß Heyoan auf einem Thron.

Heyoan: »Wenn du also von Heilen sprichst, so wisse, daß Heilen bedeutet, die Pforten der Wahrnehmung zu öffnen, um das Allerheiligste betreten und mit dem Schöpfer eins werden zu können. Es ist nicht mehr und nicht weniger als das. Heilen ist ein schrittweiser Prozeß in diese Richtung. Das Ziel ist Erleuchtung; Heilung ist das Nebenergebnis. Wenn also eine Seele zu dir kommt, um geheilt zu werden, dann wisse tief in deinem Inneren, daß es dies ist, wonach sie verlangt.

Bittet dich jemand um Hilfe oder Heilung, dann vergiß nicht, daß seine Worte durch seine Wahrnehmungsöffnung kommen. Diese kann eng sein oder weit. Ein schmerzender Zeh, eine lebensbedrohende Krankheit oder die Suche nach Wahrheit -

das, worum gebeten wird, kommt durch die jeweilige Wahrnehmungsöffnung, aber gegeben werden muß dies: eine Antwort auf das Verlangen der Seele. Die Seele sagt: »Zeige mir den Weg zurück nach Hause. Zeige mir den Weg ins Allerheiligste, in den Frieden der Zeiten, in den Wind, der Wahrheit durch die Jahrhunderte flüstert.«

An diesem Punkt der Meditation erschauerte ich und weinte vor Freude. Heyoan hatte mir oft gesagt, was sein Name bedeutet: »Der Wind, der Wahrheit durch die Jahrhunderte flüstert.« Jetzt verstand ich. Heyoan hatte mich durch diese Meditation zu der Erkenntnis geführt, daß ich und Heyoan eins sind. Ich spürte in jeder Zelle meines Körpers, daß ich Wahrheit bin, die durch die Jahrhunderte flüstert.

Heyoan fuhr fort: »Hier also sitze ich, Heyoan, Krone von Juwelen, von denen jeder eine Wahrheit, eine erkannte Wahrheit ist. Hier also bin ich, war immer und werde immer sein, jenseits von Raum und Zeit, jenseits von Verwirrung, manifest und doch unmanifest, erkannt und doch nicht erkannt. Und so sitzt auch du hier, jeder von euch. Dort, wo ihr steht, inmitten eurer begrenzten Wahrnehmung, sehnt ihr euch nach diesem Wissen.«

Teil V

Spirituelles Heilen

Einleitung

Das Energiefeld als Instrument des Heilens

Nachdem Sie jetzt eine recht klare Vorstellung davon haben, was Heilen ist, und wir es vom persönlichen, menschlichen, wissenschaftlichen und spirituellen Standpunkt aus betrachtet haben, wollen wir uns mit den verschiedenen Heilmethoden befassen, die ich in vielen Jahren der Praxis gelernt habe.

Auch Heilen fängt bei einem selbst an. Die erste Voraussetzung ist der sorgsame Umgang mit sich selber. Wenn Sie als Heiler tätig sind und nicht für sich selber sorgen, dann werden Sie wahrscheinlich schneller krank als bei irgendeinem anderen Beruf. Das liegt daran, daß Sie als Heiler Ihr Energiefeld nicht nur für sich selber brauchen, sondern auch für andere. Ihr Energiefeld ist nicht nur dafür da, Sie selbst in einem gesunden und ausgeglichenen Zustand zu halten, sondern es dient als Leitmedium für die Heilenergien, die andere brauchen. Ihr Feld muß nicht notwendigerweise auf den Frequenzen arbeiten, die Sie übertragen, aber es soll für diese Frequenzen durchlässig sein, das heißt, es muß in den erforderlichen Frequenzbereich oder seiner harmonischen Ergänzung schwingen können. Beim Heilen müssen Sie ständig die Schwingungsfrequenz Ihres Feldes ändern, um unterschiedliche Lichtintensitäten zu übertragen. Das beschleunigt Ihren eigenen evolutionären Prozeß, weil durch den Wechsel in Frequenz und Intensität Ihre zwanghaften Muster gebrochen und die Blockierungen in Ihrem Feld aufgelöst werden. Aber es kann auch zu Erschöpfung Ihrer Energie führen, wenn Sie sich nicht selbst in einem hohen Zustand halten. Zwar

erzeugen Sie nicht selbst die Energie, die Sie beim Heilen übertragen, aber Sie müssen Ihre eigene Frequenz erst auf die Ebene anheben, die der Patient braucht, um die Energie aus dem universalen Energiefeld anziehen zu können. Das nennt man »harmonische Induktion«. Dafür ist sehr viel Energie und Konzentration nötig. Solange Ihre Energiespannung höher ist, als die des Patienten, wird Energie zu ihm fließen. Wenn Sie jedoch müde sind, und dann versuchen zu heilen, kann Ihre Spannung schwächer sein als die des Patienten. Da der Strom von der höheren zur niedrigeren Spannung fließt, könnten Sie negative Krankheitsenergien von Ihrem Patienten aufnehmen. Sind Sie sehr gesund, wird Ihr System solche Energien transformieren oder abstoßen. Sind Sie erschöpft, kann Ihr Organismus durch die niedrigen Energien geschwächt werden. Sollten Sie zu einer bestimmten Krankheit neigen, könnte sich Ihr Zustand verschlimmern. Andererseits kann die Arbeit mit jemandem, der die eine Krankheit hat, zu der auch Sie neigen, Ihnen helfen, die notwendigen Frequenzen für Ihre eigene Heilung zu erzeugen - vorausgesetzt, Sie sorgen gut für sich selbst.

Hiroshi Motoyama maß die Ladung von Akupunkturmeridianen des Heilers und des Patienten vor und nach einer Sitzung. In vielen Fällen waren bestimmte Meridiane des Heilers nach der Heilsitzung schwächer, erholten sich jedoch nach einigen Stunden. Motoyama zeigte auch, daß der Herzmeridian des Heilers nach einer Sitzung gewöhnlich stärker ist, was darauf hinweist, daß das Herz-Chakra beim Heilen immer aktiv ist. Darauf werden wir in den nächsten Kapiteln eingehen.

Im folgenden werde ich Heilmethoden für die verschiedenen Auraschichten darstellen, einige Fallbeispiele erörtern und Techniken angeben, wie der Heiler für sich selbst sorgt.

Kapitel 21

Vorbereitende Übungen zum Heilen

Zur Vorbereitung auf ihre Arbeit muß sich die Heilerin öffnen und mit den kosmischen Kräften in Übereinstimmung bringen, und zwar nicht nur vor einer Heilsitzung, sondern in ihrer ganzen Lebensführung. Sie muß der Wahrheit verpflichtet sein und in allen Lebensbereichen absolut ehrlich mit sich selbst sein. Sie braucht Unterstützung von Freunden und eine Form von spiritueller Disziplin oder Reinigung. Sie braucht Lehrer auf der spirituellen und auf der physischen Ebene. Sie muß ihren eigenen Körper durch Bewegung und vollwertige Ernährung, durch Ruhepausen und Spiel, gesund halten. (Besonders wichtig sind Vitamine und Mineralien, weil der Körper bei hohem Energiedurchlauf mehr davon braucht.) Sorgt die Heilerin so für ihr »täglich Brot« im weitesten Sinne, dann hält sie sich in einem Zustand, der ihr erlaubt, die spirituellen Heilenergien aus dem universalen Energiefeld anzuziehen und durch sich hindurchfließen zu lassen. Zuerst muß sie ihr eigenes Schwingungsniveau so anheben, daß sie mit den Heilenergien in Verbindung treten kann, und erst dann kann sie diese auf andere übertragen.

Vor Beginn der Heilarbeit sollte die Heilerin morgens Körperübungen machen und meditieren, um sich zu zentrieren und die Chakras zu öffnen. Das muß nicht sehr viel Zeit beanspruchen, eine halbe bis dreiviertel Stunde. Mit den folgenden Übungen habe ich sehr gute Erfahrungen gemacht. Ich verändere sie, je nachdem, was mein Energiesystem gerade braucht.

Tägliche Übungen zur Öffnung der Akupunkturlinien

1. Legen Sie sich flach auf den Rücken, mit den Armen an der Seite und den Handflächen nach oben. Legen Sie die Beine etwas auseinander, wie es Ihnen angenehm ist. Schließen Sie die Augen. Entspannen Sie Ihren Körper, indem Sie mit Ihrer Aufmerksamkeit von einem Teil zum anderen wandern. Atmen Sie ganz natürlich. Konzentrieren Sie sich auf Ihren Atem und zählen Sie die Atemzüge fünf Minuten lang: 1 ein und 1 aus, 12 ein und 21 aus, 123 ein und 321 aus usw. Wenn Ihre Gedanken abschweifen, kehren Sie zum Zählen zurück, und wenn Sie vergessen haben, wo Sie waren, dann fangen Sie wieder bei 1 an. Während Sie Ihre Aufmerksamkeit einige Minuten lang ganz auf das Zählen der Atemzüge richten, entspannen sich Geist und Körper.

2. Die beste Übung, um den Tag anzufangen, können Sie noch vor dem Aufstehen machen (falls es Ihren schlafenden Partner nicht stört). Legen Sie sich flach auf den Rücken, strecken Sie die Arme zur Seite aus und stellen Sie die Knie auf. Lassen Sie die Knie zur rechten Seite fallen, ohne dabei Ihre Schultern anzuheben, und drehen Sie den Kopf zur linken Seite. Heben Sie die Knie wieder an, lassen Sie sie zur linken Seite fallen und drehen Sie den Kopf zur rechten. Wiederholen Sie diese Bewegung, bis Sie spüren, daß Ihr Rücken gut gedehnt ist. Gelenkübungen sind besonders geeignet, die Akupunkturkanäle frei zu machen, so daß die Energie ungehindert hindurchfließen kann. Da alle Meridiane durch die Gelenke verlaufen, werden sie durch Bewegung der Gelenke aktiviert. Hiroshi Motoyama hat diese Übungen speziell für diesen Zweck entwickelt. Sie sind in der Schrift *The Functional Relationship Between Yoga Asanas and Acupuncture Meridians* (Der funktionale Zusammenhang zwischen Yoga Asanas and Akupunkturmeridianen) dargestellt.

3. Setzen Sie sich mit geradem Rücken auf den Boden und strecken Sie Ihre Beine aus. Stützen Sie sich mit den Händen neben den Hüften ab und lehnen Sie sich leicht zurück. Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf die Zehen. Bewegen Sie nur die

Zehen beider Füße langsam hin und her, ohne daß sich die Fußgelenke und Beine mitbewegen. Wiederholen Sie die Übung zehnmal (siehe Abb. 21-1).

4. Bleiben Sie in der gleichen Sitzhaltung. Bewegen Sie die Fußgelenke soweit wie möglich hinauf und hinunter. Wiederholen Sie die Übung zehnmal (siehe Abb. 21-2).

5. Sie haben immer noch die Sitzhaltung wie in Übung 3. Legen Sie die Beine etwas auseinander. Ohne die Fersen vom Boden zu heben, machen Sie mit den Füßen zehn Kreisbewegungen in beide Richtungen.

6. In der gleichen Sitzposition ziehen Sie Ihr rechtes Knie nach oben, so daß die Ferse nah an das Gesäß kommt. Strecken Sie das rechte Bein aus, ohne daß Fersen oder Zehen den Boden berühren. Wiederholen Sie die Übung mit dem rechten und dann mit dem linken Bein je zehnmal (siehe Abb. 21-3).

7. Ziehen Sie ein Knie mit beiden Händen an den Oberkörper heran und machen Sie mit dem Unterschenkel zehn Kreisbewegungen in die eine und zehn in die andere Richtung. Wiederholen Sie die Übung mit dem anderen Bein.



Abb. 21-1

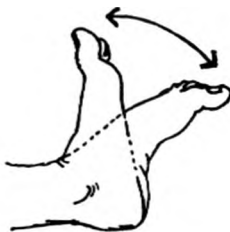


Abb. 21-2

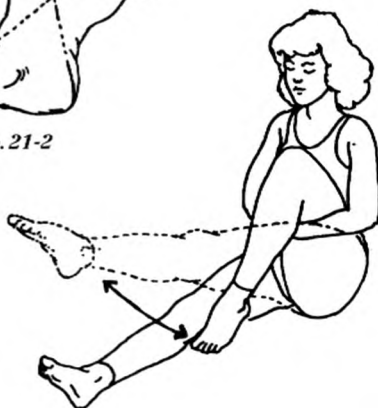


Abb. 21-3

8. Legen Sie den linken Fuß auf den rechten Schenkel. Halten Sie das linke Knie mit der linken Hand und legen Sie die rechte Hand auf das linke Fußgelenk. Bewegen Sie das linke Bein mit der linken Hand sanft hin und her und entspannen Sie dabei die Muskeln so gut wie möglich. Wiederholen Sie die Übung mit dem rechten Bein (siehe Abb. 21-4).

9. In der gleichen Haltung bewegen Sie das rechte Knie mit der rechten Hand so, daß am Hüftgelenk eine Kreisbewegung entsteht, und zwar zehnmal in die eine, und zehnmal in die andere Richtung. Wiederholen Sie die Übung mit dem linken Knie (siehe Abb. 21-5).

10. Strecken Sie die Beine wieder aus und heben Sie die Arme in Schulterhöhe nach vorne. Strecken Sie die Finger kräftig und schließen Sie sie dann über den Daumen zur Faust. Wiederholen Sie das zehnmal (siehe Abb. 21-6).

11. Bleiben Sie in der gleichen Sitzhaltung und bewegen Sie die Handgelenke auf und ab (siehe Abb. 21-7).

12. Drehen Sie die Handgelenke zehnmal in die eine und zehnmal in die andere Richtung.

13. Strecken Sie auf dem Boden sitzend Arme und Beine nach vorne, und wenden Sie die Handflächen nach oben. Beugen Sie beide Ellbogen so, daß die Fingerspitzen die Schulter berühren, und strecken Sie die Arme dann wieder aus. Wiederholen Sie die Übung zehnmal. Strecken Sie dann die Arme zur Seite aus und tun Sie das gleiche in liegender Haltung (siehe Abb. 21-8).

14. Bleiben Sie in der gleichen Haltung und heben Sie die Ellbogen seitlich so weit wie möglich nach oben, ohne die Fingerspitzen von den Schultern zu lösen. Senken Sie die Ellbogen wieder. Wiederholen Sie die Übung zehnmal. Machen Sie die gleiche Übung mit den Ellbogen nach vorne (siehe Abb. 21-9).

15. Bleiben Sie in dieser Haltung und kreisen Sie mit den Ellbogen um die Schultergelenke zehnmal in die eine und zehnmal in die andere Richtung. Die Kreisbewegung sollte so groß wie möglich sein, und die Ellbogen sollten sich beinahe vor der Brust berühren (siehe Abb. 21-10). Wenn Sie mit den Übungen vertraut sind, dann können Sie die Finger und Zehen und die Hand- und Fußgelenke gleichzeitig bewegen.



Abb. 21-4

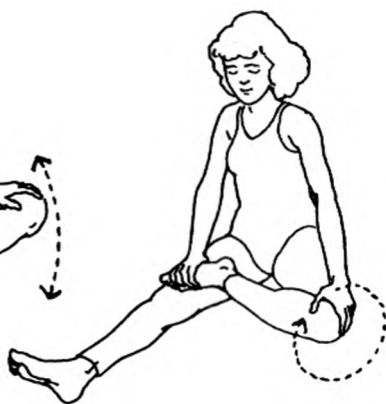


Abb. 21-5



Abb. 21-6



Abb. 21-7

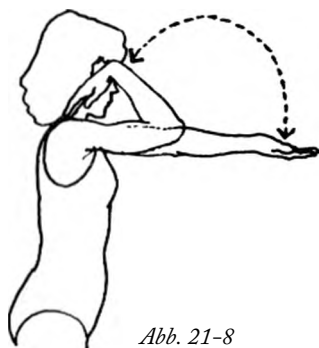


Abb. 21-8



Abb. 21-9



Abb. 21-10

16. Beugen Sie Ihren Oberkörper zehnmal nach vorne. Atmen Sie beim Hinunterbeugen ein und beim Aufrichten aus. Steigern Sie sich allmählich auf zwanzigmal.

17. Immer noch sitzend beugen Sie sich nach vorne und fassen Ihre Zehen. Die Beine sind gerade ausgestreckt. Kehren Sie in die aufrechte Position zurück und wiederholen Sie die Übung zehnmal. Halten Sie beim letzten Mal die Zehen fest und bleiben Sie drei Minuten in dieser Haltung.

18. Öffnen Sie die ausgestreckten Beine so weit wie möglich und wiederholen Sie die Übung. Greifen Sie erst die Zehen des linken und dann die Zehen des rechten Fußes. Beugen Sie sich zwischen beide Beine in die Mitte nach vorne und bleiben Sie drei Minuten in dieser Haltung.

19. Bewegen Sie den Kopf und Nacken. Legen Sie den Kopf nach hinten und dann das Kinn auf die Brust. Wiederholen Sie dies zehnmal. Wenden Sie den Kopf zehnmal nach rechts und links. Machen Sie zehn Kopfdrehungen nach rechts und nach links.

20. Stehen Sie auf. Machen Sie eine breite Grätsche, berühren Sie mit der linken Hand den linken Fuß und strecken Sie den rechten Arm über dem Kopf aus. Wiederholen Sie die Übung mehrmals auf der linken und auf der rechten Seite.

Tägliche Übungen zur Öffnung und Aufladung der Chakras

Ich kenne drei verschiedene Übungsfolgen, mit denen man die Chakras aufladen und öffnen kann. Diese Körperübungen öffnen die Chakras sehr gut auf den unteren drei Ebenen der Aura. Die Visualisationsübungen öffnen die Chakras auf der astralen Ebene. Die Yogaübungen, die eine Kombination von Atmung und Körperhaltungen darstellen, öffnen die Chakras auf den höheren Ebenen des Aurafeldes.

Körperübungen zur Öffnung und Aufladung der Chakras auf den ersten drei Auraebenen

Wurzel-Chakra. Stellen Sie sich mit breit gegrätschten Beinen aufrecht hin: Knie und Zehen weisen nach außen in einem Winkel, der Ihnen noch angenehm ist. Beugen Sie die Knie so tief, wie Sie können. Sie sollten mit der Zeit so weit nach unten gehen können, daß Ihr Gesäß auf der gleichen Höhe wie die Knie ist. Gehen Sie mehrmals hinauf und hinunter. Bewegen Sie nun gleichzeitig das Becken vor und zurück. Stoßen Sie Ihr Becken so weit wie möglich nach vorne und nach hinten. Betonen Sie die Vorwärtsbewegung. Schwingen Sie beim Hinuntergehen auf diese Weise dreimal vor und zurück. Bleiben Sie am tiefsten Punkt und machen Sie in dieser Haltung die Beckenbewegung dreimal; wiederholen Sie die Beckenbewegung beim Aufrichten wiederum dreimal. Am wichtigsten ist der Beckenschwung in der tiefen Stellung. Wiederholen Sie die ganze Übung mindestens dreimal.

Sakral-Chakra. Stellen Sie sich aufrecht hin, die Beine schulterbreit auseinander und die Füße parallel zueinander. Beugen Sie die Knie leicht und schwingen Sie mit Ihrem Becken hin und her. Wiederholen Sie die Übung mehrmals.

Stellen Sie sich vor, Sie befänden sich in einem Zylinder, der poliert werden muß. Polieren Sie ihn mit Ihren Hüften. Legen Sie die Hände auf die Hüften und bewegen Sie sie kreisförmig; alle Seiten des Zylinders sollen gleichmäßig blank werden.

Nabel-Chakra. Springen. Dafür brauchen Sie einen Partner. Halten Sie sich an den Händen fest. Der eine steht fest, der andere springt mehrere Minuten lang auf und nieder und zieht dabei jedesmal die Knie so hoch zur Brust wie möglich. Ruhen Sie sich aus, ohne sich dabei nach vorne zu beugen. Wechseln Sie, und lassen Sie Ihren Partner springen.

Herz-Chakra. Das ist eine isometrische Übung. Gehen Sie auf die Knie und beugen Sie sich mit gestreckten Armen nach vorne. Die Ellbogen berühren dabei den Boden nicht. Ihre Arme dienen als Hebelgelenk. Verändern Sie den Winkel der Oberschenkel



Abb. 21-11



Abb. 21-12



Abb. 21-13

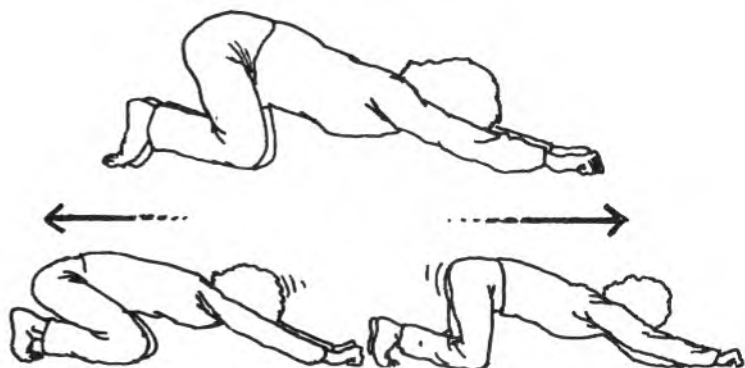


Abb. 21-14A



Abb. 21-14B



Abb. 21-15

und des Gesäßes, bis Sie Druck zwischen den Schulterblättern spüren (Männer mit starken Schultermuskeln sollten den Druck nicht auf die Schultern ablenken). Spüren Sie den Druck zwischen den Schulterblättern, dann verstärken Sie ihn, indem Sie Ihren Körper von den Hüften und Beinen aus nach vorne drücken. Legen Sie die Arme zurück und ruhen Sie sich aus. Diese Übung wirkt auf den rückwärtigen Aspekt des Herz-Chakras, das Willenszentrum.

Die nächste Übung ist für den vorderen Aspekt des Herz-Chakras bestimmt. Sie brauchen einen großen, runden Gegenstand, etwa ein Faß, das Rückenteil von einem Sofa oder einem bioenergetischen Hocker. Stellen Sie Ihre Füße fest auf den Boden, legen Sie sich mit dem Rücken über den Gegenstand. Die Arme fallen locker neben dem Kopf nach hinten. Entspannen Sie sich und dehnen Sie die Brustmuskeln.

Kehl-Chakra. Kopf- und Halsbewegungen. Bewegen Sie Ihren Kopf mehrmals in folgende Richtungen: Mit dem Gesicht nach vorne, hoch und hinunter und nach rechts und links. Dann diagonal von links oben nach rechts unten und von rechts oben nach links unten. Das gleiche noch einmal so weit wie möglich nach oben und so weit wie möglich nach unten. Drehen Sie Ihren Kopf in einer großen Kreisbewegung mehrmals in beide Richtungen.

Das Kehl-Chakra reagiert auch sehr gut auf Töne. Singen Sie, oder machen Sie irgendein anderes Geräusch.

Stirn-Chakra. Wiederholen Sie die Kopfübungen für das Kehl-Chakra mit den Augen.

Kronen-Chakra. Reiben Sie den Scheitelpunkt im Uhrzeigersinn mit der rechten Hand.

Visualisationsübungen zur Öffnung der Chakras auf der vierten Auraebene

Setzen Sie sich für diese Übung auf einen Stuhl oder in die Lotusposition. Nachdem Sie Ihre Gedanken mit einer Visualisationsübung beruhigt haben, richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf

das erste Chakra. Visualisieren Sie es als Wirbel aus rotem Licht, der sich im Uhrzeigersinn dreht (das Chakra befindet sich direkt unter Ihnen, der Trichter ist nach unten zur Erde geöffnet, und die Spitze mündet in den untersten Punkt Ihrer Wirbelsäule). Während Sie sich die Drehbewegung vorstellen, atmen Sie Rot ein. Atmen Sie Rot aus. Beim Einatmen müssen Sie Rot Visualisieren, beim Ausatmen beobachten Sie jedoch einfach nur, welche Farbe der ausströmende Atem hat. Machen Sie so lange weiter, bis Sie deutlich sehen können, daß sowohl der einströmende wie der ausströmende Atem rot ist. Falls beim Ausatmen die Farbe entweder heller oder schmutzig ist, so müssen Sie Ihre roten Energien ins Gleichgewicht bringen. Ist das Rot heller, brauchen Sie mehr Rot in Ihrem Energiefeld. Ist es schmutzig, müssen Sie Ihr unterstes Chakra reinigen. Zu diesem Zweck setzen Sie die Übung so lange fort, bis die Farbe des ein- und ausströmenden Atems gleich ist. Das gilt für alle Chakras.

Bewahren Sie in Ihrer Vorstellung das Bild des ersten Chakras und gehen Sie zum zweiten, das etwa fünf Zentimeter über dem Schambein liegt. Visualisieren Sie zwei Wirbel. Der eine öffnet sich an der Vorderseite und der andere an der Rückseite des Körpers. Beobachten Sie, wie Sie sich im Uhrzeigersinn drehen (so, als würde ein Zifferblatt vorne und hinten auf dem Körper liegen). Die Farbe des zweiten Chakras ist leuchtend Rot-orange. Atmen Sie Rot-orange ein und aus. Wiederholen Sie dies so lange, bis Sie merken, daß der ein- und ausströmende Atem die gleiche Farbe hat.

Halten Sie die Visualisation der ersten zwei Chakras im Geist fest und gehen Sie zum dritten Chakra, dem Nabel-Chakra. Visualisieren Sie vorne und hinten einen gelben rotierenden Wirbel. Atmen Sie Gelb ein und aus. Machen Sie das so lange, bis das Gelb beim Ein- und Ausatmen eine leuchtende Farbe hat.

Gehen Sie zum Herzen. Visualisieren Sie die beiden Wirbel, die sich im Uhrzeigersinn drehen, als Grün. Atmen Sie Grün ein und aus. Schauen Sie nach unten und vergewissern Sie sich, daß Sie sehen können, wie sich die anderen Chakras (die Sie schon aufgeladen haben) drehen, bevor Sie zum Kehlkopf-Chakra weitergehen.



Abb. 21-16



Abb. 21-17A

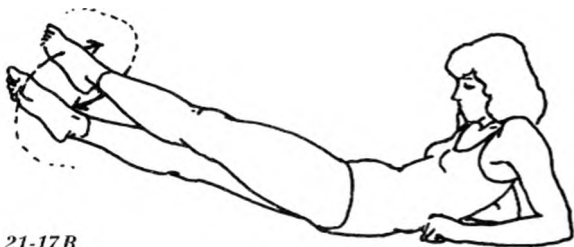
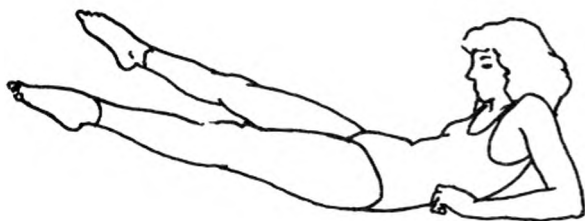


Abb. 21-17B



Abb. 21 - 18 A

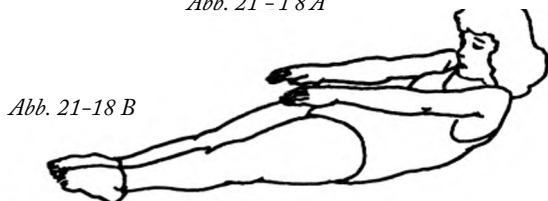
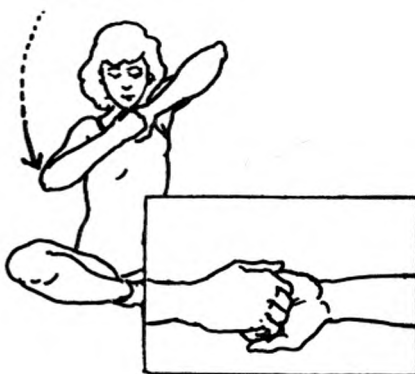


Abb. 21-18 B



Abb. 21-19



Atmen Sie an der Kehle durch die beiden rotierenden Wirbel die Farbe Blau ein und aus.

Am Dritten Auge haben die Wirbel an der Vorder- und Rückseite des Kopfes die Farbe Violett. Wiederholen Sie die Atemübung.

Gehen Sie zum Scheitelpunkt. Die Farbe ist ein perlmuttfarbenes Weiß. Wieder dreht sich der Wirbel im Uhrzeigersinn am obersten Punkt Ihres Kopfes. Atmen Sie Weiß ein und Weiß aus. Wiederholen Sie dies mehrmals. Sie sehen nun, wie sich alle sieben Chakras im Uhrzeigersinn drehen. Visualisieren Sie den senkrechten Kraftstrom, der Ihre Wirbelsäule hinauf- und hinunterfließt. Er pulsiert mit Ihrem Atem. Beim Einatmen pulsiert er nach oben, beim Ausatmen nach unten. Alle Chakras münden mit ihrer Spitze in diesen Kraftstrom; dabei bildet das Kronen-Chakra den oberen Ein- und Ausgang und das Wurzelchakra den unteren Ein- und Ausgang für die Energie, die durch Ihr Feld fließt. Beobachten Sie, wie die pulsierende Energie beim Einatmen durch alle Chakras in Sie einströmt. Ihr ganzes Feld ist jetzt mit lichter Energie angefüllt. Die Übung ist gut geeignet, um vor einer Heilsitzung alle Chakras zu öffnen und aufzuladen.

Yogaübungen zur Aufladung und Öffnung der Chakras auf der fünften bis siebten Auraebene

Die wirksamsten Übungen, die ich kenne, um das Aurafeld aufzuladen, aufzuhellen, zu reinigen und zu stärken, sind Kundalini-übungen. Bestimmte Körperpositionen, bei denen die Flexibilität der Wirbelsäule sehr wichtig ist, werden mit der Atmung verbunden. Falls möglich, lernen Sie diese Übungen am besten direkt in einem Kundalini-Ashram. Ich habe einige dieser Übungen in vereinfachter Form hier aufgenommen.

Wurzel-Chakra. Setzen Sie sich auf Ihre Fersen. Legen Sie die Hände flach auf die Schenkel. Kippen Sie das Becken beim Einatmen nach vorne und beim Ausatmen nach hinten. Sie können die Übung mit einem Mantra verbinden. Wiederholen Sie sie mehrmals.

Sakral-Chakra. Setzen Sie sich mit gekreuzten Beinen auf den Boden. Fassen Sie mit beiden Händen Ihre Fußgelenke und atmen Sie tief ein. Drücken Sie die Wirbelsäule nach vorne, so daß sich Ihre Brust hebt und das Becken nach vorne kippt (Hohlkreuz). Beim Ausatmen drücken Sie die Wirbelsäule nach hinten und ziehen das Gesäß nach vorne (Katzenbuckel). Wiederholen Sie die Übung mehrmals, wenn Sie wollen mit einem Mantra.

Eine andere Position. Legen Sie sich auf den Rücken und stützen Sie Ihren Oberkörper mit den Ellbogen ab. Heben Sie beide Beine etwa dreißig Zentimeter hoch. Grätschen Sie die Beine beim Einatmen; beim Ausatmen überkreuzen Sie die gestreckten Beine. Heben Sie die Beine etwas höher und wiederholen Sie die Übung. Fahren Sie so lange fort, bis Ihre Beine fast einen Meter über dem Boden sind, dann gehen Sie auf die gleiche Weise wieder nach unten. Ruhen Sie sich aus. Wiederholen Sie die ganze Übung mehrmals.

Nabel-Chakra. Setzen Sie sich mit gekreuzten Beinen auf den Boden. Greifen Sie die Schultern so, daß die Finger vorne und die Daumen hinten sind. Drehen Sie sich beim Einatmen zur linken Seite und beim Ausatmen zur rechten Seite. Die Atemzüge sind lang und tief. Achten Sie darauf, daß die Wirbelsäule gerade bleibt. Wiederholen Sie dies mehrmals und drehen Sie sich dann mit dem Einatmen zur rechten Seite. Wiederholen Sie die ganze Übung und ruhen Sie sich eine Minute aus. Wiederholen Sie die Übung im Fersensitz.

Eine andere Position. Legen Sie sich mit geschlossenen Beinen auf den Rücken und heben Sie die Fersen zwei Hand breit vom Boden ab. Heben Sie Kopf und Schultern genauso hoch; schauen Sie auf Ihre Zehen. Die Arme sind ausgestreckt und die Fingerspitzen weisen zu den Zehen. Atmen Sie in dieser Haltung dreißigmal schnell durch die Nase. Entspannen Sie sich, während Sie wieder bis dreißig zählen. Wiederholen Sie die Übung mehrmals.

Herz-Chakra. Setzen Sie sich mit gekreuzten Beinen auf den Boden und verhaken Sie die Finger vor dem Herz, die Ellbogen weisen nach außen. Bewegen Sie die Ellbogen wie eine Wippe hin und her. Atmen Sie lang und tief im Rhythmus der Bewegung;



Abb. 21-20 A



Abb. 21-20 B

ziehen Sie dabei die Hände kräftig auseinander. Entspannen Sie sich eine Minute und wiederholen Sie die Übung im Fersensitz. Dadurch steigt die Energie weiter nach oben. Achten Sie darauf, daß Ihr Becken gerade steht.

Kehl-Chakra. Setzen Sie sich mit gekreuzten Beinen auf den Boden und umfassen Sie fest Ihre Knie. Halten Sie die Ellbogen gerade. Bewegen Sie den oberen Teil der Wirbelsäule beim Einatmen nach vorne und beim Ausatmen nach hinten. Entspannen Sie sich.

Machen Sie die gleiche Bewegung mit der Wirbelsäule, aber ziehen Sie diesmal beim Einatmen die Schultern nach oben und



Abb. 21-21

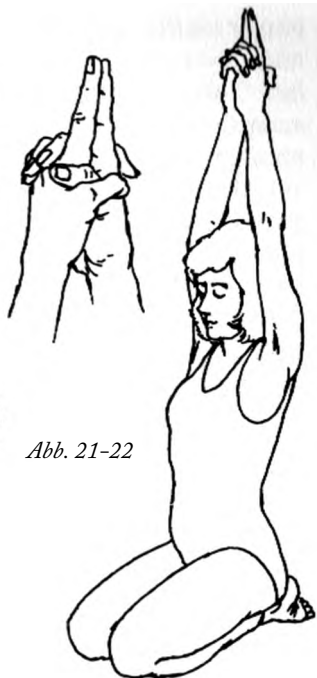


Abb. 21-22

lassen Sie sie beim Ausatmen wieder fallen. Wiederholen Sie dies mehrmals. Atmen Sie ein und halten Sie den Atem 15 Sekunden lang mit hochgezogenen Schultern an. Entspannen Sie sich.

Wiederholen Sie diese Übungen im Fersensitz.

Stirn-Chakra. Haken Sie die Finger in Höhe der Kehle, wie schon in Abb. 21-19 dargestellt, ineinander. Atmen Sie ein und halten Sie den Atem an; ziehen Sie die Bauch- und Schließmuskeln des Afters zusammen und drücken Sie die Energie nach oben, so als würden Sie Zahnpasta aus der Tube drücken. Beim Ausatmen heben Sie die Arme, ohne die Hände zu lösen, über den Kopf und atmen die Energie durch den Scheitel aus. Wiederholen Sie die Übung mehrmals mit gekreuzten Beinen und danach im Fersensitz.

Kronen-Chakra. Setzen Sie sich mit gekreuzten Beinen auf den Boden und strecken Sie die Arme über den Kopf nach oben. Alle

Finger außer den Zeigefingern, die aneinandergelegt gerade nach oben weisen, sind verschränkt. Ziehen Sie beim Einatmen den Nabel nach innen und sagen Sie »sat«. Beim Ausatmen entspannen Sie den Nabel und sagen »nam«. Atmen Sie einige Minuten lang schnell auf diese Weise. Atmen Sie ein und drücken Sie die Energie wieder von der Wurzel der Wirbelsäule zur Schädeldecke, indem Sie zuerst den Schließmuskel und dann die Bauchmuskeln zusammenziehen. Halten Sie den Atmen an. Atmen Sie aus, ohne die Muskelanspannung zu lösen. Entspannen Sie sich. Ruhen Sie sich aus. Sollte »sat nam« für Sie nicht stimmen, nehmen Sie ein anderes Mantra.

Wiederholen Sie die Übung im Fersensitz. Ruhen Sie sich aus. Wiederholen Sie die Übung ohne Mantra. Atmen Sie statt dessen schnell und kurz durch die Nase.

Eine andere Position. Setzen Sie sich mit gekreuzten Beinen auf den Boden. Halten Sie die Arme in einem Winkel von 60° gestreckt nach oben. Die Handflächen sind nach oben gewendet. Atmen Sie eine Minute lang schnell durch die Nase und lassen Sie dabei den Atem am oberen Teil des Rachens vorbeistreichen. Atmen Sie ein, halten Sie den Atem an und pumpen Sie sechzehnmal mit dem Bauch ein und aus. Atmen Sie aus: entspannen Sie sich. Wiederholen Sie die Übung zwei- oder dreimal. Ruhen Sie sich aus.

Farbmeditation zur Aufladung der Aura

Stellen Sie sich aufrecht hin; die Beine in Schulterbreite auseinander, die Füße parallel. Machen Sie langsame Kniebeugen. Jedesmal wenn Sie in die Beuge gehen, atmen Sie aus, und wenn Sie sich strecken, atmen Sie ein. Gehen Sie so weit nach unten, wie Sie können, ohne die Fersen zu heben. Entspannen Sie die Arme. Halten Sie den Rücken gerade und beugen Sie sich nicht nach vorne. Ziehen Sie das Gesäß nach vorne.

Strecken Sie die Arme nach vorne, mit den Handflächen nach unten. Begleiten Sie die Kniebeugen mit einer Kreisbewegung der Arme. Beim Hochkommen strecken Sie die Arme so weit wie

möglich nach vorne; am obersten Punkt ziehen Sie die Arme (Handflächen nach unten) zum Körper und bewegen Sie beim Hinuntergehen am Körper nach unten; am untersten Punkt strecken Sie die Arme wieder nach vorne.

Fügen Sie nun noch eine Visualisation hinzu. Beim Einatmen strömen Farben von der Erde und der Luft durch Hände und Füße in Sie hinein, und beim Ausatmen wieder hinaus. Jede Farbe atmen Sie nacheinander mehrmals ein und aus.

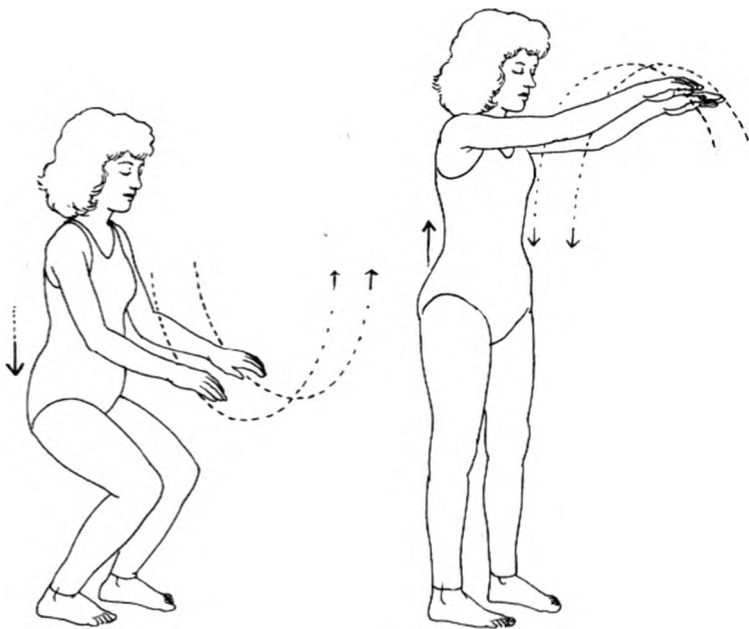


Abb. 21-23: Farbmeditation im Stehen

Beginnen Sie mit Rot. Wenn Sie am unteren Punkt der Bewegung sind, dann atmen Sie Rot ein. Stellen Sie sich Ihre Aura als Ballon vor, der sich mit Rot füllt. Wenn Sie den Höhepunkt überschritten haben, atmen Sie die Farbe wieder aus. Versuchen Sie es noch einmal. Können Sie das Rot deutlich vor Ihrem geistigen Augen sehen? Wiederholen Sie die Übung so lange, bis Sie es können. Falls Sie mit einer Farbe Schwierigkeiten haben,

so brauchen Sie wahrscheinlich gerade diese in Ihrem Energiefeld. Wie bei der Visualisationsübung zur vierten Auraebene beobachten Sie einfach die Farbe, die Sie ausatmen, ohne sie zu beeinflussen. Wenn sie hell und klar ist, dann gehen Sie zur nächsten Farbe über.

Nun atmen Sie beim Hochgehen Rot-orange ein. Atmen Sie die Farbe von der Erde in die Füße ein, in die Hände, und von der Luft in Ihren ganzen Körper. Wenn es Ihnen schwerfällt, die Farben zu Visualisieren, dann besorgen Sie sich Farbmuster, und schauen Sie die Farben an. Vielleicht geht es leichter mit geschlossenen Augen. Wiederholen Sie die Übung noch einmal.

Fahren Sie mit der Übung in folgender Reihenfolge fort: Gelb, Grün, Blau, Violett und Weiß. Ihre ganze eiförmige Aura soll mit der jeweiligen Farbe gefüllt sein, bevor Sie zur nächsten gehen. Falls Sie noch höhere Schwingungen in Ihr Aurafeld bringen wollen, können Sie mit den Farben von Silber, Gold, Platin und Kristall weitermachen und dann zu Weiß zurückkehren. Alle Farben dieser zweiten Gruppe haben eine opalisierende Tönung.

Vibrationsübungen zur Erdung

Wenn Sie Ihren Körper in einer Spannungsposition halten, entstehen unwillkürlich Vibrationen. Dadurch erhöht sich der Energiefluß und Blockierungen werden gelöst. Diese Übungen werden in der Bioenergetik und Core-Energetik angewandt.

Stellen Sie sich aufrecht hin, die Füße sind parallel und die Beine schulterbreit auseinander. Nachdem Sie die obige Aufladeübung abgeschlossen haben, atmen Sie beim Hinuntergehen aus und beim Hinaufgehen ein. Beugen Sie Ihre Knie so tief wie möglich und bleiben Sie in dieser Haltung, bis die Beine müde werden. Wenn Sie lange genug in dieser Position bleiben, fangen die Beine an zu vibrieren. Sie können die Vibration auch dadurch auslösen, indem Sie mit den Fersen schnell hinauf und hinunter gehen. Lassen Sie die Vibration Beine und Becken hinaufsteigen. Durch Übung wird sie sich auf den ganzen Körper ausdehnen. Die Übung ist sehr empfehlenswert, um in Ihrem ganzen Körper

einen starken Energiefluß zu erzeugen, den Sie auch in einzelne Körperteile lenken können. Meist ist es erforderlich, zuerst das Becken in Vibration zu versetzen, um die Energien stärker durch das erste und zweite Chakra fließen zu lassen. Später können Sie sogar während der Heilarbeit das Becken im Sitzen langsam hin- und herbewegen und es dabei kurz und schnell vibrieren lassen. Sie werden spüren, wie dadurch die Energie vermehrt durch Ihren ganzen Körper strömt.

Sitzmeditation zur Zentrierung

Setzen Sie sich nun zehn bis fünfzehn Minuten zur Meditation hin. Ihr Rücken soll gerade und entspannt sein.

Ein gutes Mantra für diese Meditation ist: »Sei still und wisse, daß ich Gott bin.« Konzentrieren Sie Ihr Bewußtsein auf dieses Mantra. Wenn Ihre Gedanken abschweifen, kehren Sie zum Mantra zurück.

Eine andere, gute Meditationsübung zur Beruhigung des Geistes ist Zählen. Zählen Sie eins beim Einatmen, zwei beim Ausatmen, drei beim Einatmen, vier beim Ausatmen und so fort, bis Sie bei zehn sind. Wenn Ihre Gedanken abschweifen, fangen Sie wieder bei eins an. Bei dieser Art von Meditation merken wir schnell, wie lasch unsere Konzentrationskraft ist. Nur wenigen gelingt es, beim ersten Mal bis zehn zu kommen.

Wenn Sie jetzt noch ein großes Glas Wasser trinken, sind Sie bereit, Ihren Tag als Heilerin zu beginnen.

Wie man im Heilraum eine gute Atmosphäre schafft

Es ist wichtig, in einem sauberen Raum zu arbeiten, der von niedrigen Energien, schlechten Schwingungen oder toter Orgonenergie (DOR), wie Wilhelm Reich es genannt hat, gereinigt ist. Arbeiten Sie nach Möglichkeit in einem Raum, in den das Sonnenlicht direkt einfällt und in dem die Fenster geöffnet werden

können. Zur Reinigung können Sie nach indianischer Tradition Süßgras und Zeder oder Salbei und Zeder darin verbrennen.

Legen Sie getrocknete Zedernadeln und getrockneten Salbei in einen Behälter und zünden Sie den Inhalt an. Nach indianischer Tradition nimmt man dafür eine Meerohrmuschel, damit alle vier Elemente - Feuer, Erde, Luft und Wasser - vertreten sind. Sie können auch ein anderes Gefäß benutzen. Ist der ganze Raum mit Rauch gefüllt, löschen Sie das Feuer, indem Sie es mit einem Deckel ersticken. Nach indianischer Sitte beginnt man mit dem Räuchern im Osten des Hauses oder des Zimmers und schreitet in Richtung des Sonnengangs (im Uhrzeigersinn) fort, öffnen Sie eine Tür oder ein Fenster, bevor Sie mit dem Räuchern beginnen. Mit dem Rauch zieht die DOR-Energie nach draußen.

Bevor Sie das Feuer löschen, können Sie als kleine Opfergabe und Danksagung noch etwas Maismehl in das Feuer streuen. Wollen Sie mehr über diese indianische Tradition erfahren, wenden Sie sich an: Oh-Shinnah of the Four Corners Foundation, 632 Oak Street, San Francisco, California 94117, USA. Die Indianerin Oh-Shinnah reinigt ihre Patienten mit Rauch, bevor sie mit ihnen arbeitet. Das entfernt schon zu Beginn eine Menge tote Energie. Sie können sich auch selbst auf diese Weise reinigen, wenn Sie sich energetisch verstopft fühlen. Man kann auch Epsom-Salz verbrennen, indem man ein wenig Alkohol darüber schüttet, und es dann anzündet.

Kristalle, die im Raum verteilt sind, ziehen tote Orgonenergie an. Man reinigt sie, indem man sie über Nacht in eine Schüssel mit einem Liter Quellwasser und einem Teelöffel Meersalz legt. Auch Ionen-Generatoren, die die Luft negativ ionisieren, reinigen den Raum. Arbeiten Sie nie in einem Zimmer ohne ausreichenden Luftaustausch oder bei Neonlicht. Es stört das normale Pulsieren der Aura, indem es die Schwingung des Aurafeldes in einen bestimmten Takt versetzt. Auch der Spektralbereich dieses Lichtes ist ungesund.

Falls Sie in einem Raum ohne Frischluft bei Neonlicht arbeiten, werden Sie wahrscheinlich krank. Sie akkumulieren DOR-Energie in Ihrem Körper; Ihre Schwingungen werden allmählich langsamer und schwächer. Schließlich müssen Sie Ihre Arbeit

einstellen, wahrscheinlich einige Monate lang, bis sich Ihr Energiesystem wieder gereinigt hat. Möglicherweise bemerken Sie gar nicht, wie Ihre Energiefrequenzen abnehmen, weil auch Ihre Sensitivität stumpf wird.

Wie die Heilerin für sich selbst sorgt

Falls sich in Ihrem Körper DOR-Energie ansammelt, reinigen Sie Ihre Aura mit einem zwanzigminütigen Bad in warmem Wasser, dem ein Pfund Meersalz und ein Pfund Soda (Natriumbicarbonat) zugesetzt sind. Ein solches Bad kann Sie sehr schwächen, weil sehr viel Energie aus Ihrem Körper herausgezogen wird; ruhen Sie sich also danach aus und laden Sie Ihr Energiesystem wieder auf, am besten mit einem Sonnenbad. Hören Sie auf Ihren Körper, der Ihnen sagt, wieviel Sonne für Sie gut ist. Vielleicht müssen Sie mehrmals in der Woche ein solches Bad nehmen, um sich zu reinigen.

Nach jeder Heilsitzung sollten Sie ein großes Glas Quellwasser trinken; das gilt auch für den Patienten. Das Wasser reinigt Ihr System von DOR-Energie und verhindert, daß Sie aufschwimmen. Paradoxerweise schwimmt der Körper auf, wenn er nicht genug Wasser bekommt. Er hält das Wasser fest, um die DOR-Energie darin zu binden und so zu verhindern, daß sie tiefer in das Körpergewebe eindringt.

Auch Kristalle schützen das Energiesystem der Heilerin. Ein durchsichtiger Quarz- oder Amethystkristall über dem Solarplexus stärkt Ihr Feld und macht es weniger durchlässig. Rosenquarz schützt das Herz, wenn er über dem Herz-Chakra getragen wird.

Zum Heilen mit Kristallen ist viel zu sagen. Ich arbeite meistens mit vier Kristallen zusätzlich zu dem Amethyst und Rosenquarz, die ich am Körper trage. Ich lege dem Patienten einen großen Rosenquarz in die linke Hand (Herzmeridian) und einen großen, durchsichtigen Quarz in die rechte Hand. Sie saugen die DOR-Energie auf, die beim Heilen freigesetzt wird. Für das zweite oder erste Chakra verwende ich einen großen Amethyst mit Eisenablagerungen, dadurch wird die Pulsierung des Energiefeldes des

Patienten verstärkt. Durch das Eisen wird er geerdet. Die Kristalle halten den Patienten in seinem Körper. Ein Rauchquarz ist sehr gut für den Solarplexus.

Wenn Sie einen Kristall tragen, sollten Sie sichergehen, daß es der richtige ist. Ist er zu stark, erhöht er die Schwingung Ihres Feldes und führt schließlich zu einem Energieverlust, weil Ihr eigener Energiestoffwechsel nicht stark genug ist, um sich auf die Schwingung einzustellen, die der Kristall in Ihrem Feld induziert, und Sie für die hohe Schwingung nicht genügend Energie erzeugen können. Auf diese Weise verlieren Sie allmählich Energie. Wenn Sie jedoch einen Kristall wählen, der nur ein wenig stärker ist als Ihr eigenes Feld, so können Sie Ihre Schwingungsebene anheben. Falls der Kristall niedriger schwingt als Ihr eigenes Feld, dann zieht er Ihr Energieniveau nach unten. Achten Sie darauf, welche Wirkung die verschiedenen Kristalle auf Sie haben. Wenn Sie an Kraft gewinnen, können auch die Kristalle stärker sein. Welche Kristalle Sie brauchen, ändert sich mit Ihrer Lebensphase und Ihren Lebensumständen.

Kristalle in der Form alter Schmuckstücke und Andenken sind mit der Energie ihrer Vorbesitzer getränkt und sollten eine Woche lang gründlich in einem Liter Quellwasser mit einem viertel Teelöffel Salz oder in Meerwasser gereinigt werden. Ich empfehle Ihnen, an einem Kristall-Seminar teilzunehmen, falls Sie mit Kristallen arbeiten wollen.

Ich benutze beim Heilen einen Massagetisch und einen Bürostuhl. So muß ich nicht den ganzen Tag stehen, und mein Rücken ist gestützt. Die Rollen am Stuhl erlauben mir, mich frei zu bewegen, und ich kann nach Belieben stehen oder sitzen. Ich öle die Füße des Patienten ein. Dadurch nimmt der Körper die Energie leichter auf.

Wenn man als Heilerin gesund bleiben will, ist es entscheidend, daß man genügend Zeit für sich hat und einen Ort, wohin man sich zurückziehen kann. Das ist nicht leicht, denn die meisten Heiler werden sehr stark von ihren Patienten beansprucht. Es ist jedoch unbedingt notwendig, daß man klar sagen kann: »Nein, ich brauche jetzt Zeit für mich« - und wird man noch so sehr gebraucht. Wenn Sie Zeit für sich brauchen, müssen Sie sich

diese Zeit *unter allen Umständen* nehmen. Falls Sie das nicht tun, laugen Sie sich selbst aus und müssen dann doch eine Weile mit dem Praktizieren aufhören. Warten Sie nicht, bis Sie nichts mehr zu geben haben. Ruhen Sie sich rechtzeitig aus. Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Hobbys und für Dinge, die Ihnen Vergnügen machen. Es ist ganz wichtig, daß die Heilerin in ihrem persönlichen Leben ihre Bedürfnisse befriedigt. Wenn sie das nicht tut, wird sie allmählich versuchen, ihre Bedürfnisse durch ihre Patienten zu erfüllen. Sie wird von ihnen abhängig, was dem Heilprozeß abträglich ist. Die goldene Regel für die Heilerin lautet:

Erst mein Selbst und das, was mich nährt; dann eine tiefe Pause zum Nachdenken: dann anderen Energie geben.

Heiler, die das nicht beachten, brennen allmählich aus und riskieren, aus Erschöpfung krank zu werden.

Kapitel 22

Heilen auf allen Ebenen der Aura

Heilen vollzieht sich auf verschiedenen Ebenen der Aura. Die Methoden sind auf jeder Ebene anders. Das wird ersichtlich, wenn ich im einzelnen beschreibe, was beim Heilen geschieht. Immer jedoch fließen die Heilenergien durch den Schmelztiegel des Herz-Chakras, wo Geist in Materie und Materie in Geist transformiert werden.

Übungen zur Energieaufladung vor einem Tag des Heilens

Es ist wichtig, daß Sie sich vor der Arbeit mit einem Patienten auf die höchsten Energien einstellen, die Ihnen zugänglich sind; machen Sie einige der Übungen des letzten Kapitels, um Ihre Chakras zu reinigen und aufzuladen und Energie in Ihr Feld einströmen zu lassen. Wenn Sie die Körper- und Meditationsübungen einige Monate lang regelmäßig gemacht haben, werden Sie mit ihnen vertraut sein.

Bevor Sie Ihren Arbeitstag beginnen, müssen Sie Ihr Energiefeld stärken und sich klar auf Ihr Ziel ausrichten. Meditieren Sie am Abend zuvor und am Morgen. Geben Sie jedem Patienten eine Minute Zeit. Machen Sie sich von allen Gedanken frei und lassen Sie eine Minute lang für jeden Patienten Energie in sich einströmen. Statt sich leer zu machen, können Sie sich dabei auch ganz auf den Patienten konzentrieren. Visualisieren oder spüren Sie die Energie, die in Sie hineinfließt. Es ist entscheidend, daß Ihr Wahrnehmungsvermögen geschult ist, wie ich es in Kapitel 19

dargestellt habe, und daß Sie von erfahrenen Freunden unterstützt werden. Wahrnehmungsvermögen und Unterstützung sind keine wünschenswerten Zusätze, sondern absolute Voraussetzungen für jeden, der beim Heilen ein Kanal für höhere Energien sein will. Es handelt sich um eine sehr tiefgreifende Arbeit, die nie leicht genommen oder gar als Partyspiel mißbraucht werden darf. Ein Mißbrauch dieser Techniken führt oft zu sehr unangenehmen Erfahrungen, und kann einer Person, die ohne die notwendige spirituelle Disziplin als Energiekanal fungieren will, Schaden zufügen. Das Kanalisieren von Energien ist ein Nebenprodukt spiritueller Disziplin. Erst wenn die genannten Voraussetzungen erfüllt sind, kann man zu der Übung fortschreiten, Geistführer in das eigene Feld eintreten zu lassen (worüber noch zu sprechen sein wird). Machen Sie vorerst die Übungen aus Kapitel 21, bevor Sie Ihren Patienten gegenüberreten.

Begrüßen Sie den Patienten und erläutern Sie ihm, was Sie tun werden, falls er noch nicht mit Ihnen gearbeitet hat. Kommunizieren Sie soweit es geht in der Sprache des Patienten. Drücken Sie sich so einfach wie möglich aus. Wenn Sie feststellen, daß der Patient schon viel über Aura und über Heilen weiß, dann sprechen Sie mit ihm auf dieser Ebene. Je genauer Sie die Verständnisebene des Patienten treffen, um so entspannter wird er sein, wenn Sie mit der Arbeit beginnen.

Übersicht über den Prozeß des Heilens (Schema 22-1)

Schritt 1: Das Energiesystem des Patienten analysieren.

Schritt 2: Die Energiesysteme des Heilers, des Patienten, der Geistführer und des universalen Hnergiefeldes aufeinander einstimmen.

Schritt 3: Heilen auf den unteren vier Auraebenen

A. Aufladen und Reinigen der Aura des Patienten.

B. Reinigen der Wirbelsäule.

C. Reinigen einzelner Aurabereiche.

Schritt 4: Heilen auf der ätherischen Negativebene (fünfte Auraebene).

Schritt 5: Heilen auf der ketherischen Negativebene (siebte Auraebene).

A. Neuordnung der ürganstruktur.

15. Neuordnung der Chakrastruktur.

Schritt 6: Heilen auf der himmlischen Ebene (sechste Auraebene).

Schritt 7: Festigung des äußeren Schutzschildes der Aura (siebte Ebene).

Schritt 8: Heilen auf den kosmischen Ebenen der Aura (achte und neunte Auraebene).

A. Der Schild auf der achten Ebene.

B. Heilen auf der neunten Ebene.

Schritt 1: Das Energiesystem des Patienten analysieren

Wenn ein Patient zum ersten Mal bei mir ist, mache ich eine schnelle energetische Körperanalyse, um festzustellen, wie der Patient sein Energiesystem benutzt; die physischen Merkmale seines Körpers geben mir einen Anhaltspunkt für seine Charakterstruktur. Wenn ich die Struktur erkannt habe, weiß ich, welche Chakras in der Regel blockiert sind, und mit welchen ich besonders arbeiten muß. Ich bitte den Patienten, sich aufrecht hinzustellen - Füße parallel und Beine schulterbreit auseinander - und im Rhythmus des Atmens leichte Kniebeugen zu machen. Das zeigt mir, wie jemand seine Energie lenkt, und wo die Ursachen des physischen Problems liegen. Meist fließt die Energie nicht gleichmäßig durch beide Beine; sie ist auf einer Körperseite gewöhnlich stärker als auf der anderen; manche Körperbereiche bekommen mehr Energie als andere. Dahinter stecken immer emotionale und geistige Probleme, welche die Person bearbeiten muß. Wenn jemand zum Beispiel Angst davor hat zu lieben, wird er wahrscheinlich mehr Energie zum Willens-Zen-

trum auf der Rückseite des Körpers schicken, als in die Herzgegend, das heißt, er leitet Energie ab, die eigentlich die Liebeskraft des Herz-Zentrums stärken sollte.

Nachdem ich eine gute Vorstellung vom Energiesystem der Person gewonnen habe, machte ich früher mit Hilfe des Pendels eine Chakraanalyse. Jetzt nehme ich die Probleme mit erhöhter Sinneswahrnehmung einfach direkt wahr.

Als Anfänger empfehle ich Ihnen, zuerst die Struktur des physischen Körpers zu betrachten. Vergleichen Sie sie mit dem, was Sie über Charakterstruktur gelernt haben. Welche Charakterstrukturen treten besonders hervor? Welche Dynamik herrscht also in der Psyche? Welche Chakras arbeiten höchstwahrscheinlich nicht richtig? Benutzen Sie die Tabellen aus Kapitel 13. Sie erkennen dadurch, in welchem Verhältnis Intellekt, Wille und Gefühl stehen, und wie es um die Aktivität und Rezeptivität der Persönlichkeit bestellt ist. Sie bekommen so auch detaillierte Informationen über die Psychodynamik der einzelnen Chakras. Schauen Sie sich die Struktur des physischen Körpers an. All diese Informationen können Ihnen dabei helfen, die Person zu einem tieferen Verständnis von sich selbst und ihres Verhaltens zu führen.

Nun bitte ich den Patienten, seine Schuhe auszuziehen, allen Schmuck abzulegen (er könnte die Energielinien stören) und sich mit dem Rücken auf den Massagetisch zu legen. Sie können jetzt die Chakras auspendeln, so wie es in Kapitel 10 dargestellt wurde. Ich setze in der Regel Kristalle ein, wenn ich spüre, daß es für den Patienten stimmt. Wie im letzten Kapitel erwähnt, lege ich dem Patienten einen großen Rosenquarz in die linke Hand und einen großen Bergkristall in die rechte Hand. Für das zweite oder erste Chakra verwende ich einen großen Amethyst mit Eisenablagerungen; das sorgt für eine kräftige Pulsierung des Energiefeldes und eine Erdung des Patienten in seinem Körper. Einen vierten Kristall benutze ich als eine Art Schaufel. Es ist ein Bergkristall, der ungefähr drei Zentimeter breit und neun Zentimeter lang ist, ein größerer wird zu schwer in der Hand, und ein kleinerer kann nicht so viel Energie freisetzen. Aus der Spitze des Kristalls kommt ein starker, weißer Lichtstrahl heraus, der wie

ein Laserstrahl den in der Aura angesammelten Abfall heraus-schneidet. Ich verwende den Stein zur Reinigung.

Schritt 2: Die Energiesysteme des Heilers, des Patienten, der Geistführer und des universalen Energiefeldes aufeinander einstimmen

Es ist sehr wichtig, sich vor dem ersten körperlichen Kontakt mit dem Patienten mit den allgegenwärtigen höheren Energien in Übereinstimmung zu bringen. Zu diesem Zweck lasse ich meine Energie noch einmal schnell durch die Chakras aufsteigen und richte mich durch eine Affirmation auf Christus und die universalen Lichtkräfte aus. Ich bete entweder schweigend oder laut: »Ich bitte darum, ein Kanal für Liebe, Wahrheit und Heilen sein zu dürfen, im Namen Christi und der universalen Kräfte des Lichtes.« Falls Sie selbst keine Verbindung zu Christus spüren, dann stellen Sie Ihre eigene Verbindung zur universalen Ganzheit, zu Gott, zum Licht, zum Allerheiligsten her. Ich beruhige meine Gedanken, indem ich die Augen schliesse und in langen, tiefen Zügen durch die Nase atme; dabei lasse ich die Luft am oberen Gaumensegel vorbeistreichen. Ich sitze zu Füßen des Patienten und drücke meine Daumen gegen den Solarplexus-Reflexpunkt an den Fußsohlen. Er befindet sich, gemäß dem System der Fußreflexzonen, unterhalb des Ballens, in der Mitte der Fußsohle (siehe Abb. 22-2). Ich richte meine Aufmerksamkeit auf den Patienten, um die drei Energiesysteme in Übereinstimmung zu bringen: Seines, meines und das der größeren Lichtkräfte. Dazu wandere ich mit meinem Bewußtsein von unten nach oben durch meinen eigenen Körper und dann durch den Körper des Patienten, bis hinauf zum Scheitelpunkt. Man kann sich einen schnellen Überblick über den Zustand der Organe verschaffen, indem man die Reflexpunkte an den Füßen berührt und spürt, welche Qualität die Energie hat. Wo man am meisten Energie spürt, befinden sich gewöhnlich die Hauptorgane und die Wirbelsäule.

Ein Energieungleichgewicht zeigt sich, wenn sich der Reflexpunkt entweder zu weich oder zu hart anfühlt. Wenn Sie ihn drücken, und die Vertiefung danach bleibt, fehlt Elastizität. Oder ein Punkt läßt sich gar nicht eindrücken und fühlt sich an wie ein

Muskelspasmus. Bei gestörten Reflexpunkten fließt die Energie entweder nach außen, oder sie wird durch einen Wirbel nach innen gesaugt. Das gleiche gilt für gestörte Akupunkturpunkte.

Einwirkungen durch die Geistführer: Während des Heilprozesses kann das Leiten von Energien noch eine andere Dimension haben, als nur den direkten Informationszugang zu ermöglichen. Die Geistführer können auf zweierlei Weise direkt durch Ihr Energiefeld wirken. Zum einen können sie unterschiedliche Schwingungs- oder Lichtfrequenzen durch Ihr Energiefeld fließen lassen. Sie sind dabei ein Mittler oder ein Medium, das nichts anderes tut, als sich mit dem weißen Licht in Übereinstimmung zu bringen. Die zweite Möglichkeit besteht darin, den Geistführer

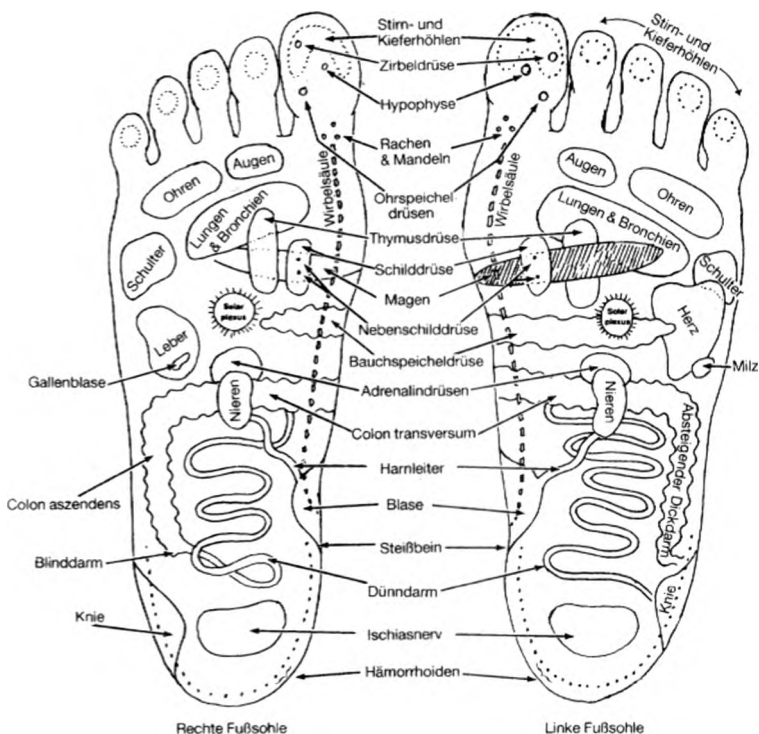


Abb. 22-2: Die Fußreflexzonen

in das eigene Feld eintreten zu lassen, damit er direkt mit dem Feld des Patienten arbeiten kann. In beiden Fällen läßt man die eigenen Hände von den spirituellen Lehrern führen. Das kann bereits geschehen, wenn man die Hände auf die Füße des Patienten legt; die Führung und die Bewegungen sind dann noch sehr allgemein. Im zweiten Fall sind die Bewegungen sehr präzise und komplex; das geschieht gewöhnlich auf den höheren Ebenen des Feldes. Oft dringt der Führer mit seiner Hand in die Hand des Heilers ein und greift durch sie hindurch tief in den Körper des Patienten hinein. Das verlangt vom Heiler äußerste Aufmerksamkeit für das, was der Führer tut. Wenn man zum Beispiel auf der fünften Auraebene in einer bestimmten Handhaltung oder -bewegung ermüdet und aufhören möchte, muß man das dem Führer deutlich vermitteln und ihm Zeit geben, die energetische Unterbrechung vorzubereiten. Zieht man die Hand plötzlich weg, kann das für den Patienten ein energetischer Schock sein, der ihn aufspringen läßt. Dann muß man wieder an den Punkt zurückgehen und den Schaden, den man verursacht hat, beheben. Durch Erfahrung bekommen Sie ein Gefühl für die Abfolge energetischer Phasen und wissen, wann Sie Pause machen können.

Schritt 3: Heilen auf den unteren vier Auraebenen

A. *Aufladen und Reinigen der Aura des Patienten* geschieht, indem man wie in einen Ballon Energie von den Füßen in den Körper hinein sendet. Man macht das am besten so natürlich wie möglich; das schafft Ausgeglichenheit und Gesundheit im ganzen System. Da die Energie normalerweise von der Erde durch das erste Chakra und die zwei Chakras an den Fußsohlen hochgezogen wird, beginnt man an den Füßen. Die Erdenergien sind immer notwendig, um den physischen Körper zu heilen, weil sie die ihm entsprechend niedrige, physische Schwingung haben. Sie gießen also Energie in ein entleertes System, und sie fließt im Körper in den natürlichen Bahnen an die Stellen, wo sie gebraucht wird. Würden Sie dort beginnen, wo die Beschwerden sind, könnte es leicht sein, daß der Energiekörper die Energie erst an einen anderen Ort leitet, bevor sie dorthin zurückkehrt, wo sie in den Körper eingetreten ist. Da dies nicht die natürliche

Energiebahn ist, ist die Wirksamkeit geringer. Abb. 22-3 stellt den Energiefluß beim Aufladen und Reinigen der Aura dar. Die folgenden Abbildungen zeigen, wie sich die Aura der Patientin Mary in einem vollständigen Heilprozeß veränderte.

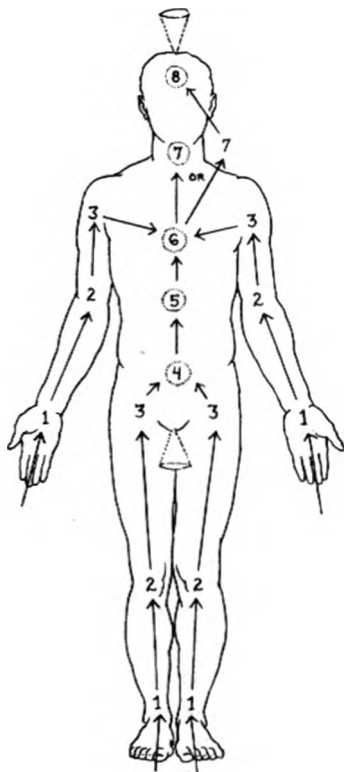


Abb. 22-3: Energiefluß beim Aufladen und Reinigen

Als Mary zum ersten Mal zu mir kam, war ihr Aurafeld verstopft, stumpf und unausgeglichen. An den Knien, im Beckenraum, am Solarplexus und an den Schultern waren Blockierungen, die sich dunkelrot und bräunlich abzeichneten. Das Nabelchakra war deformiert - ein kleiner Wirbel im oberen linken Viertel schien wie eine Feder herausgesprungen zu sein (siehe

Abb. 15-5). Diese Entstellung zeigte sich auch noch auf der fünften und siebten Ebene des Feldes. Sie weist auf einen Zwerchfellbruch hin. Mary klagte über Schmerzen in diesem Bereich. Sie hatte Probleme in ihrem persönlichen Leben, weil sie keine tiefen Bindungen eingehen konnte. Der Heilprozeß, der sich über einige Wochen erstreckte, brachte nicht nur ihr Energiefeld ins Gleichgewicht, lud es auf und strukturierte es neu, sondern führte auch dazu, daß Mary sich tiefer auf andere Menschen einlassen konnte. Das geschah durch das Bearbeiten von Kindheitserfahrungen, die sie gelehrt hatten, ihr Energiefeld gewohnheitsmäßig zu blockieren, was schließlich zu ihren psychischen und physischen Problemen führte.

Wir wollen jetzt den Heilprozeß Schritt für Schritt nachvollziehen, so als wären Sie der Heiler.

Nehmen Sie die Füße der Patientin in die Hand, bis das Feld gereinigt und im Gleichgewicht ist. Wenn Energie auf diese Weise von unten in den Körper hineinfließt, wird das ganze Feld aktiviert. Nehmen Sie keinen Einfluß auf die Farbe der Energie; lassen Sie sie einfach automatisch strömen. Wenn Sie sich auf eine Farbe konzentrieren, könnten Sie eher schaden als helfen, weil die Aurafelder mehr Intelligenz haben, als Ihr linearer Verstand.

Sofern Ihr Feld und Ihre Chakras klar und durchlässig sind und Sie alle Farben des universalen Energiefeldes umsetzen, kann das Feld des Patienten einfach das absorbieren, was es braucht. Falls eines Ihrer Chakras blockiert ist, werden Sie Schwierigkeiten haben, die Farbe oder Lichtfrequenz durchfließen zu lassen, auf die dieses Chakra geeicht ist. Sollte dies der Fall sein, so wiederholen Sie die Übungen zum Öffnen der Chakras so lange, bis alle Chakras wirklich offen sind. Der Energiefluß strömt durch die Chakras und den senkrechten Kraftstrom der Heilerin, durch ihre Arme und Hände ins Aurafeld der Patientin.

Während die Energie das Feld der Patientin klärt, auflädt und allgemein ins Gleichgewicht bringt, spüren Sie wahrscheinlich, wie die Energie durch Ihre Hände fließt. Es ist, als würde ein Springbrunnen aus Ihnen hervorsprudeln. Es kann sich warm und kitzlig anfühlen. Vielleicht spüren Sie ein langsames, rhyth-

misches Pulsieren. Bei genügender Sensitivität spüren Sie die Veränderungen des Energieflusses. Manchmal strömt mehr Energie in eine Körperseite hinein, die Pulsfrequenz kann sich ändern, die Richtung des Energieflusses oder der Bereich, in den die Energie hauptsächlich strömt, ohne daß Sie als Heiler die Energie lenken.

Nach einigen Minuten wird sich die Intensität des Energieflusses verringern, und sie wird an beiden Körperseiten gleichmäßig hinauffließen, das heißt, daß das Feld nun im großen und ganzen im Gleichgewicht ist und Sie zur nächsten Position fortschreiten können. Marys Aura ist nun schon wesentlich klarer, als sie es am Anfang war.

Begeben Sie sich jetzt auf die rechte Seite der Patientin, und legen Sie die rechte Hand an die Sohle des linken Fußes und die linke Hand an das linke Fußgelenk. Lassen Sie grundsätzlich eine Hand am Körper der Patientin, um die Verbindung nicht zu unterbrechen. Sie müssen über das andere Bein hinweggreifen. Lassen Sie Energie von Ihrer rechten Hand durch den Fuß der Patientin zu Ihrer linken Hand fließen. Zunächst ist der Energiefluß schwach und verstärkt sich dann. Hat sich der Fuß mit Energie gefüllt, wird sich der Energiefluß zwischen Ihren Händen wieder abschwächen. Gehen Sie zum rechten Fuß und wiederholen Sie den Vorgang. Füllen Sie ihn, wie den linken Fuß, mit Energie an. Legen Sie jetzt Ihre rechte Hand auf den linken Knöchel der Patientin und Ihre linke Hand auf das linke Knie. Lassen Sie Energie von Ihrer rechten Hand durch den Unterschenkel der Patientin in Ihre linke Hand fließen. Der Energiefluß kann zuerst wieder schwach sein, oder auch auf einer Seite des Beines stärker als auf der anderen. Ist der linke Unterschenkel mit Energie gefüllt, tun Sie das gleiche auf der rechten Seite. Während Sie zwischen Knöchel und Knie Energie einfließen lassen, lösen sich die dunklen Blockierungen am rechten Knie und an der rechten Hüfte auf, und das Feld wird heller. Nun beginnt sich auch die Dunkelheit auf der linken Seite des Solarplexus aufzulösen. Fahren Sie fort von Gelenk zu Gelenk; vom Knie zur Hüfte auf der linken Seite und dann auf der rechten. Die Aura der Patientin wird zunehmend klarer, und sie kommt in

einen veränderten Bewußtseinszustand. Von der Hüfte gehen Sie zum zweiten Chakra. Nun klärt sich das Feld im Beckenraum, insbesondere zwischen Ihren Händen. Ihre rechte Hand liegt auf der Hüfte der Patientin, zuerst auf der linken Seite, dann auf der rechten, und Ihre linke Hand liegt auf dem zweiten Chakra, direkt über dem Schambein. Sie werden spüren, wie die Energie erst ansteigt und dann wieder abfällt, wenn Sie von einer Position zur nächsten gehen. Zuerst verlangsamt sich der Energiefluß in der neuen Position, bis die Verbindung zwischen Ihrem Feld und dem der Patientin hergestellt ist. Der Energiefluß steigt bis zum Höhepunkt an und fällt dann langsam ab, bis er entweder ganz aufhört, oder sehr schwach wird; das bedeutet, daß es an der Zeit ist, zur nächsten Position weiterzugehen. Sie spüren den Energiefluß als Kitzeln oder als Wärmewelle. Ganz wichtig ist, daß die Energie auf beiden Seiten des Körpers gleichmäßig fließt, bevor Sie zur nächsten Position fortschreiten.

Ist das zweite Chakra gründlich gereinigt, aufgeladen und im Gleichgewicht, legen Sie die rechte Hand auf das zweite Chakra und die linke auf das dritte. Bei Mary müssen Sie besonders viel Zeit auf das zweite und dritte Chakra verwenden, weil diese am stärksten blockiert sind. Gehen Sie dann in gleicher Weise zum dritten und vierten Chakra über.

Wenn Sie direkt mit den Chakras arbeiten, kommen Sie in eine tiefere Verbindung mit der Patientin. Sie merken vielleicht, daß Sie im gleichen Rhythmus atmen wie sie, daß die Patientin Sie »spiegelt«. Sie können dann den Atemrhythmus der Patientin dadurch lenken, daß Sie den eigenen verändern - ihrer stellt sich darauf ein. Das kann jetzt wichtig werden, weil bei der direkten Arbeit mit den Chakras tiefe Gefühle freigesetzt werden. Sobald die Patientin das spürt, wird sie ihren Atem anhalten, um die Gefühle nicht aufsteigen zu lassen.

Mary tut genau das, als zwischen dem zweiten und dritten Chakra die Verbindung verstärkt wird. Fordern Sie sie auf zu atmen. Sie tut es, und fängt an zu weinen. Sie fühlt ihre Einsamkeit, und Sie fühlen sie mit ihr. Vielleicht spüren oder sehen Sie Marys Kindheitserfahrungen, die damit in Beziehung stehen. Teilen Sie ihr mit, was Sie wahrnehmen. Sie versteht nun den

Zusammenhang und weint noch mehr. Weil sie ihre Gefühle ausdrückt, öffnen sich das zweite und dritte Chakra noch weiter und werden klarer. Wenn es Ihnen Schwierigkeiten macht, Marys Gefühle zu teilen, verändern Sie Ihren Atemrhythmus so, daß er nicht mehr synchron mit ihrem läuft, und heben Sie Ihr Bewußtsein auf eine höhere Ebene. Senden Sie weiter Energie aus. Die Chakras werden klarer, und Mary hört auf zu weinen und wird ruhig. Durch das Reinigen und Aufladen sind die unteren vier Ebenen von Marys Feld geklärt, aber die Deformierung des dritten Chakras ist noch nicht geheilt. Das Nabel-Chakra braucht besondere Aufmerksamkeit auf der fünften und siebten Ebene, wo sich die Deformierung befindet. Arbeiten Sie weiter mit den höheren Chakras; dabei liegt immer die linke Hand auf dem oberen und die rechte Hand auf dem unteren Chakra. Beim fünften Chakra ist es den meisten Patienten angenehmer, wenn Sie die Hand an den Nacken legen. Rollen Sie dann mit dem Stuhl ans Kopfende der Patientin und legen Sie die Hände auf ihre Schultern. Bringen Sie die rechte und linke Seite von Marys Energiefeld ins Gleichgewicht. Gleiten Sie mit den Händen langsam den Hals hinauf bis zu den Schläfen, ohne den Energiefluß zu unterbrechen. Falls Sie noch lernen, gehen Sie jetzt zur sechsten Ebene über, so wie es unter Schritt 1 beschrieben wird, und machen dann den Abschluß auf der siebten Ebene zur »Festigung des äußeren Schutzschildes der Aura« (Schritt 7). Erwarten Sie zunächst nicht, daß Sie darüber hinausgehen könnten. Am Anfang brauchen Sie für den ganzen Prozeß wahrscheinlich eine gute Stunde. Nach vielen Praxisstunden werden Sie beginnen, die oberen Ebenen des Aurafeldes wahrzunehmen, und können dann auf diesen Ebenen arbeiten, so wie es unter Schritt 4 und 5 beschrieben ist. Vielleicht wird sich eines Tages Ihre Wahrnehmung noch über die siebte Ebene hinaus öffnen, und Sie Werden auf der achten und neunten Ebene arbeiten können, wie unter Schritt 8 dargestellt.

Ich fordere alle Anfänger auf, das Reinigen und Aufladen des Energiefeldes Schritt für Schritt und vollständig auszuführen, damit nichts ausgelassen wird, was der Aufmerksamkeit entgangen ist. Mit Übung und Erfahrung ist es nicht mehr nötig, mit allen

Chakras zu arbeiten. Sie wissen dann, wie weit Sie nach oben gehen müssen. Bei Herzpatienten muß die Energie umgepolt werden, das heißt, man muß die Energie vom Herz-Chakra abziehen, weil es normalerweise mit dunkler Energie verstopft ist.

Hier noch einige allgemeine Anmerkungen: Vergessen Sie nicht, daß Sie lediglich Energie kanalisieren und nicht selbst ausstrahlen. Sie müssen also Ihre Schwingung auf die notwendige Energieebene anheben, sich mit dem universalen Energiefeld verbinden und die Energie *durchfließen* lassen (so, als ob Sie ein elektrisches Kabel wären, durch das Strom in ein Gerät fließt, um es zu betreiben). Wenn Sie nicht auf diese Weise heilen, werden Sie sich sehr schnell erschöpfen. Sie können auf Ihrem eigenen Energiefeld nicht genügend Energie ausstrahlen. Sie fungieren nur als Transformator. Ihre Aufgabe besteht, wie gesagt, darin, Ihre Schwingungsebene so anzuheben, daß Sie den Kreislauf mit dem universalen Energiefeld schließen. Die Übungen zur Öffnung der Chakras sind für diese Zwecke sehr nützlich. Indem Sie sich so auf eine Heilsitzung vorbereiten, beginnen Sie auf einem hohen Energieniveau. Beim Heilen werden Sie allmählich höher und höher steigen in einen zunehmend erweiterten Bewußtseinszustand. Je länger Sie in diesem zentrierten Zustand bleiben, um so höher werden Sie steigen. Dabei hilft Ihnen die Atmung. Ich atme lang und gleichmäßig durch die Nase ein und aus, ohne Pause zwischen den Atemzügen. Dabei lasse ich die Luft am Gaumensegel vorbeiströmen, wie in Kapitel 18 beschrieben. Sie können Ihre Aufmerksamkeit auch auf die Erweiterung Ihres Aurafeldes richten. Am wichtigsten ist es, daß Sie aufmerksam auf die Synchronizität mit den Sie umgebenden Energiefeldern achten. Hört der Energiefluß auf, kann das heißen, daß sich eine höhere Frequenz ankündigt. Warten Sie ein wenig. Falls es nicht der Fall ist, fahren Sie mit dem Reinigen und Aufladen fort. Je feiner Sie sich einstimmen, um so mehr werden Sie die Veränderungen der Energiefrequenz spüren, die durch Sie hindurchfließt. Allmählich werden Sie fähig sein, durch Atem und Konzentration bestimmte Frequenzebenen aufrechtzuerhalten.

Legen Sie Ihre Hände, die etwas gespannt sind, fest auf den Körper des Patienten; lenken Sie die Energie, die Sie durch alle Chakras aufnehmen, durch Ihre Hände in den Körper. Falls Sie möchten, daß Ihre Chakras mehr Energie umsetzen, können Sie die Vibrationsübung machen, die in Kapitel 21 beschrieben ist.

In diesem Abschnitt des Heilprozesses arbeiten Sie wahrscheinlich mehr mit der Energie der unteren als der oberen Chakras. Sie nehmen über die Füße sehr viel Energie von der Erde auf, stellen Sie sie deswegen fest auf den Boden. Visualisieren Sie, daß aus Ihren Füßen Wurzeln bis in den Mittelpunkt der Erde wachsen und von dort Energie hochziehen. Sie laden so die unteren Energiekörper auf. Achten Sie immer darauf, daß Ihr Körper in einer bequemen Haltung ist, um den Energiefluß nicht zu behindern.

Das Energiesystem der Patientin wird die Energie aufnehmen und automatisch dahin transportieren, wo sie im Körper am meisten gebraucht wird. Auch wenn Sie die Hände an den Füßen haben, kann die Energie die Wirbelsäule aufsteigen und in den Hinterkopf strömen. Während des Reinigens und Aufladens können Sie mit der Patientin über das reden, was Sie mit Ihrer erhöhten Sinneswahrnehmung sehen. Die Patientin wird sich öffnen und ihre persönliche Geschichte auf einer tieferen Ebene mitteilen. Sobald Sie ihre Hände auf die Patientin legen, wächst das gegenseitige Vertrauen. Tasten Sie den Körper immer wieder mit Ihrer inneren Wahrnehmung ab, um Problembereiche zu entdecken.

Mayrs Aura hat sich durch die Behandlung geklärt und ist viel heller geworden. Durch die Arbeit am zweiten, dritten und vierten Chakra wurden Gefühle freigesetzt, und Mary kam in einen tiefentspannten Zustand. Die ersten vier Ebenen ihres Feldes sind nun klar genug, um auf der fünften und siebten Ebene zu arbeiten. Das muß nicht immer der Fall sein, selbst wenn man sich sorgfältig bis zum sechsten Chakra hochgearbeitet hat; vielleicht muß man sich schwer gestörten Bereichen gesondert zuwenden. Dafür gibt es zwei Verfahren: Reinigen der Wirbelsäule und Entfernen von Abfallstoffen aus der Aura.

B. Reinigen der Wirbelsäule. Vielleicht ist es an diesem Punkt nötig, den Hauptkraftstrom in der Wirbelsäule zu reinigen. Wenn ich nur eine Stunde Zeit habe, tue ich es jedoch meistens nicht - sofern nicht ein spezielles Wirbelsäulenproblem vorliegt-, weil andere Dinge wichtiger sind und sich eine normale Wirbelsäule während des Reinigens und Aufladens von alleine klärt. Einen Teil dieser Methode habe ich von meinem Lehrer C. B. gelernt.

Bitten Sie den Patienten, sich auf den Bauch zu legen. Der Tisch sollte eine Vertiefung für die Nase haben, damit der Patient gerade nach unten schauen und atmen kann. Er sollte bei dieser Arbeit den Kopf nicht auf die Seite legen.

Massieren Sie den Sakralbereich. Mit dem Daumen massieren Sie die Foramina (kleine Löchlein im Knochen, durch die die Nerven hindurchtreten) dort, wo die Vertiefungen über dem Gluteus maximus sind. Schauen Sie in ein Anatomiebuch, wenn Sie nicht genau wissen, wie dieser Körperteil aussieht. Das Os Sacrum besteht aus mehreren Knochen, die zu einem Dreieck verschmolzen sind, dessen Spitze nach unten weist. An den Seiten des Dreiecks sind fünf Foramina. Oben befindet sich der letzte Lendenwirbel und unten schließt das Steißbein an. Machen Sie mit Ihren Daumen kleine Kreisbewegungen an den Seiten des Sacrums. Schicken Sie rot-orange Energie durch Ihre Daumen. Arbeiten Sie auf diese Weise auf der rechten Seite des Patienten die ganze Wirbelsäule hinauf; am besten bewegen Sie den rechten Daumen im Uhrzeigersinn und den linken entgegen dem Uhrzeigersinn.

Bilden Sie mit Ihren Händen einen Schirm über dem zweiten Chakra. Während Sie die Hände langsam im Uhrzeigersinn bewegen, lassen Sie rot-orange Energie in das Chakra fließen. Sie müssen dazu Ihren Energiefluß auf der rot-orangen Frequenz halten können. Die Technik wird in Kapitel 23 ausführlich dargestellt. Laden Sie das Chakra auf. Wenn das geschehen ist, bewegen Sie Ihre Hände die Wirbelsäule hinauf. Nach dem zweiten Chakra lassen Sie das Licht sich in einen blauen, laserartigen Strahl verwandeln. Die energetische Verbindung darf bei der Bewegung der Hände nicht abreißen; Ihr Körper muß sich bequem mit den Händen bewegen können.

Mit dem blauen Laserlicht reinigen Sie die Wirbelsäule und drücken die stagnierende Energie aus dem Kronen-Chakra heraus. Wiederholen Sie den ganzen Ablauf mindestens dreimal, bis der Hauptkraftstrom gereinigt ist. Um das Öffnen des vierten und fünften Chakras zu unterstützen, können Sie leicht mit der Hand daraufklopfen.

C. Reinigen einzelner Aurabereiche. Während des Reinigens und Aufladens werden Sie mit Ihrer erhöhten Sinneswahrnehmung spüren, welcher Körperteil besonders bearbeitet werden muß. Wenn Sie fortgeschritten sind, müssen Sie wahrscheinlich nicht mehr alle Chakras reinigen und aufladen, bevor Sie sich spezifischen Energieverstopfungen zuwenden. Immer jedoch sollten Sie sich Schritt für Schritt bis zum Herz-Chakra hinaufarbeiten, danach leitet Sie Ihre Intuition. Entweder Sie lassen direkt Energie in den verstopften Bereich fließen, um ihn aufzuladen und die stagnierende Energie herauszulösen, oder Sie ziehen den Auraschleim direkt mit den Händen heraus.

Im ersten Fall nehmen Sie die blockierte Körperzone zwischen Ihre Hände (Vorder- und Rückseite des Körpers). Sie können die Energie von einem Bereich in einen anderen lenken, indem Sie mit der einen Hand drücken und mit der anderen ziehen. Man kann die Hände auch wie ein Schirm zusammengelegt über den blockierten Bereich halten. Mit beiden Techniken lenkt man die Energie direkt in die Blockierung hinein und überströmt den Teil der Aura mit neuer Energie. Es ist auch eine gute Methode, um die Chakras zu füllen. Im Falle der geschlossenen Handhaltung legen Sie die Zeigefinger aneinander und überkreuzen die Daumen, dabei darf zwischen den Händen keine Lücke bleiben. Die Finger sind leicht nach unten gebogen. Vibrieren Sie mit den Händen, um den Energiefluß zu verstärken.

Sie werden feststellen, daß Sie so die Energie wie einen Lichtstrahl in den Körper hineinlenken können. Dieser Strahl durchflutet entweder eine Körperzone mit Energie, oder er lockert festsitzende Blockierungen. Die Geistführer werden Sie entsprechend den Notwendigkeiten lenken und die richtige Energie durch Sie hindurchschicken. Wollen die Geistführer mit dieser

Technik Blockaden lösen, werden sie die Frequenzen schnell verändern und den Energiefluß umkehren, um die Blockierung herauszusaugen. Lassen Sie einfach zu, daß Ihre Hände geführt werden und gehen Sie mit, falls sich der Energiefluß verkehrt. Vielleicht haben Sie das Bedürfnis, Ihre Hand zu heben, damit die Geistführer die tote Orgonenergie (DOR) entfernen können.

Es gibt noch eine andere Technik, blockierte Energie aus dem Feld des Patienten herauszuziehen, und zwar mit Ihren ätherischen Händen. Stellen Sie sich vor, Ihre ätherischen Finger würden ganz lang, drängen in den Körper des Patienten ein, kratzten die tote Energie zusammen und schöpften sie heraus. Sie entfernen die Energie mit Ihren Händen aus der Aura und halten sie so lange in der Hand, bis die Geistführer sie in weißes Licht verwandelt haben. (Auf diese Weise füllen Sie Ihr Zimmer nicht mit toter Energie an.) Dann holen Sie mit Ihren ätherischen Händen die nächste Handvoll heraus.

Sie können dazu auch einen Kristall verwenden (siehe Kapitel 24). Er fungiert wie ein Laserstrahl, dringt ein, löst stagnierende Energie ab und bindet sie. Mit dem Kristall holen Sie die tote Energie heraus und lassen sie von den Führern in weißes Licht verwandeln.

Es ist nicht immer empfehlenswert, mit Kristallen zu arbeiten. Manche Menschen sind zu empfindlich, als daß man auf diese Weise in ihre Aura eingreifen könnte. Benutzen Sie nie Kristalle, nachdem Sie auf der siebten Auraebene gearbeitet haben. Es könnte Ihre Arbeit auf der ketherischen Ebene zunichte machen. Dort, wo es nötig war, mit Kristallen zu arbeiten, sollte dies schon vorher geschehen sein. In Marys Fall sind Kristalle überhaupt nicht verwendet worden.

Während Sie mit einzelnen Körperzonen arbeiten, können Sie die verschiedenen Auraschichten mit erhöhter Sinneswahrnehmung abtasten, um festzustellen, ob Chakras oder Organe auf den höheren Ebenen (fünfte bis siebte) neu strukturiert werden müssen. Das ist erst dann möglich, wenn die ersten vier Schichten der Aura gründlich gereinigt sind. Falls die Aura sehr schmutzig ist, kann man manchmal die höheren Ebenen gar nicht wahrnehmen, weil sie von dunkler Energie verdeckt sind.

Wenn die Geistführer entscheiden, daß sie auf der ketherischen Ebene (siebte Ebene) arbeiten wollen, muß der Heiler die Kristalle vom Patienten entfernen, weil sie ihn in seinem Körper festhalten. Für die Arbeit auf dieser Ebene ist es notwendig, daß der Patient seinen Körper teilweise verläßt; anderenfalls könnte die Arbeit zu schmerzhaft für ihn sein. Ich habe einmal versucht, einen kleinen Riß auf der siebten Ebene zu »nähen«, ohne die Kristalle vom Körper der Patientin wegzunehmen. Nach etwa zwei Stunden schrie sie vor Schmerzen auf (ohne daß meine Hände ihren Körper berührten). Ich entfernte schnell die Kristalle, beendete das »Nähen« und heilte die große, rote »Entzündung«, die ich auf der ersten bis vierten Ebene verursacht hatte, mit den Reinigungstechniken, die oben beschrieben sind.

Auf der ätherischen Negativebene (fünfte Schicht) ist es nicht notwendig, die Kristalle zu entfernen. Die fünfte Schicht ist ein Negativraum, der nicht über Empfindungen mit dem Körper verbunden ist.

Übung zur Öffnung des eigenen Energiefeldes für Geistführer

Falls es Ihnen schwerfällt, die Geistführer in Ihr Energiefeld einzulassen, können Sie folgende Übung machen (die Übung kann auch Teil der Vorbereitung auf eine Heilsitzung sein). Voraussetzung ist, daß Sie vorher Ihr Feld mit der Visualisationsübung aus Kapitel 21 aufgeladen haben.

Sie haben also Ihr Feld aufgeladen und ins Gleichgewicht gebracht und wiederholen jetzt die Übung in leicht veränderter Form, um die Geistführer zum Zwecke des Heilens in Ihr Energiefeld einzulassen.

Falls Ihre Hände auf einem Patienten liegen, nehmen Sie sie sanft weg. Gehen Sie zu Ihrem ersten Chakra zurück. Sie sehen, wie es sich dreht. Atmen Sie zweimal Rot ein. Beim zweiten Einatmen heben Sie Ihr Bewußtsein zum zweiten Chakra und lassen die Farbe zu Rot-orange werden. Atmen Sie Rot-orange aus.

Konzentrieren Sie sich auf das zweite Chakra. Atmen Sie Rot-orange ein. Atmen Sie aus. Atmen Sie wieder Rot-orange ein und sehen Sie, wie es sich in Gelb verwandelt, während Sie Ihr

geistiges Auge auf das dritte Chakra richten. Atmen Sie Gelb ein, atmen Sie aus. Atmen Sie Gelb ein; gehen Sie zum Herz-Chakra hinauf und lassen Sie Gelb zu Grün werden. Atmen Sie Grün ein; atmen Sie aus. Atmen Sie Grün ein; gehen Sie zum Kehl-Chakra und lassen Sie Grün zu Blau werden. Atmen Sie Blau ein; atmen Sie aus. Atmen Sie Blau ein und gehen Sie zum Dritten Auge, während sich das Blau in Violett verwandelt. Atmen Sie Violett ein; atmen Sie aus. Atmen Sie Violett ein; während es sich in Weiß verwandelt. Heben Sie Ihr Bewußtsein zum Kronen-Chakra und aus dem Kopf nach oben hinaus. Während Sie Ihr Bewußtsein über den Scheitel nach oben heben, lassen Sie die Geistführer durch den rückwärtigen Aspekt des Kehl-Chakras in Ihr Feld eintreten. Sie werden spüren, wie sich etwas von hinten über Ihre Schultern und Arme legt.

Ihr Feld fühlt sich nun viel voller an. Vielleicht sehen Sie, daß Ihr Arm vom Arm eines Führers durchdrungen wird und daß Licht aus ihm hervorströmt. Entspannen Sie sich. Gewöhnen Sie sich an dieses Gefühl. Wenn Ihre Hände nun zu einer bestimmten Körperstelle des Patienten gezogen werden (vielleicht einer ganz anderen, als Sie vermutet haben), dann legen Sie sie dort hin. Lassen Sie die wunderbare Heilenergie aus Ihren Händen in Liebe hervorströmen.

Schritt 4: Heilen auf der ätherischen Negativebene (fünfte Auraebene)

Falls die Führer auf der fünften Auraebene arbeiten wollen, werden Sie das Signal bekommen, Ihre Hände auf zwei Körperstellen zu legen, meist auf zwei Chakras, und dort zu lassen. Von nun an liegt alles in den Händen der Geistführer, und als Heiler sind Sie weitgehend passiv.

Als sich mir die ätherische Negativebene in der Heilarbeit zu erschließen begann, sah ich, daß hier regelrechte »Operationen« stattfinden. Zuerst fand ich es schwer, meinen Wahrnehmungen Glauben zu schenken, denn die ätherischen Operationen schienen denen im Krankenhaus sehr ähnlich. Ich dachte natürlich, alles sei eine Projektion von mir. Ich bat zwei Freunde, deren Wahrnehmungen sehr hoch entwickelt sind, an einer Heilsitzung

teilzunehmen, um zu überprüfen, ob unsere Erfahrungen übereinstimmen.

Folgendes konnten wir regelmäßig beobachten: Während meine Hände passiv auf dem Körper des Patienten liegen, lösen sich meine ätherischen Hände von meinen physischen Händen und dringen tief in den Körper des Patienten ein. Dann greifen die Hände der Geistführer, die auf der fünften Ebene arbeiten (ich nenne sie die »Chirurgen«) durch meine ätherischen Hände hindurch und führen eine Operation aus. Dabei vergrößern sich meine ätherischen Hände erheblich.

Die Führer stecken »Röhren« durch meine Arme und Hände in den Körper des Patienten hinein. Anscheinend gebrauchen sie die gleichen Instrumente wie normale Chirurgen - Skalpelle, Klammern, Scheren, Spritzen etc. Sie schneiden, schaben, transplantieren und nähen. Ich sah einmal eine große Spritze meinen Arm hinunterschweben und in den Körper des Patienten eindringen, dessen Rückenmarksnerven verjüngt und zusammengenäht wurden. Ich schaute auf und fragte meine Freundin: »Hast du das gesehen?« Sie bejahte und beschrieb genau das, was ich gerade gesehen hatte. Wir haben seitdem oft miteinander geheilt und Übereinstimmung zwischen unseren Wahrnehmungen festgestellt.

Diese Arbeit geschieht auf der fünften Ebene des Aurafeldes. Die Schicht existiert im Negativraum, so wie das in Kapitel 7 beschrieben wurde. Mit erhöhter Sinneswahrnehmung erscheint mir der Negativraum ähnlich wie ein Photonegativ, auf dem alle dunklen Bereiche hell und die hellen dunkel sind. Im Negativraum sind alle Bereiche, von denen wir erwarten, daß sie leer sind, gefüllt und umgekehrt. Der »leere Raum« strahlt Kobaltblau und die Auralinien sind Aussparungen im kobaltblauen Feld. Wenn man sich auf dieser Realitätsebene bewegt, dann erscheint es vollkommen normal.

Die fünfte Ebene ist der Bauplan für alle Formen, die auf der physischen Ebene existieren. Falls eine Form im Aurafeld gestört ist, muß sie auf der fünften Ebene in Ordnung gebracht werden, um auf der physischen Ebene wieder ihre gesunde Form zu erlangen. Auraoperationen müssen deswegen immer auf der

fünften Ebene des Feldes ausgeführt werden. Die Aufgabe des ätherischen Operierens besteht darin, einen neuen Negativraum zu schaffen, in den der ätherische Körper des Patienten hineinwachsen kann, um zu gesunden.

Während dieser spirituellen Operation darf der Heiler unter keinen Umständen seine Hände bewegen. Meistens fühlen sich die Hände ohnehin wie gelähmt an. Es erfordert viel Geduld, still dazusitzen, manchmal eine dreiviertel Stunde lang, während die Geistführer ihre Arbeit machen.

Wenn die Führer fertig sind, sterilisieren sie ihre Arbeit und schließen langsam die Öffnung. Die ätherischen Hände des Heilers ziehen sich wieder in die physischen Hände zurück. Auch dafür ist wieder Geduld nötig (manchmal wird es mir langweilig). Schließlich löst sich meine untere rechte Hand auf dem Körper des Patienten und wird zur linken oberen Hand gelenkt. Ich löse dann langsam meine linke Hand und verbinde mit feinen Hand- und Fingerbewegungen den neustrukturierten Bereich der ätherischen Negativform mit der übrigen Negativform. Dazu bewege ich meine Hand langsam durch die Chakras nach oben. Der Heiler nimmt seine Hände nicht eher vom Körper weg, bis die Öffnung geschlossen und der neue Teil des Energiefeldes sorgfältig mit seiner Umgebung verbunden ist.

Kehren wir zu unserer Patientin Mary zurück. In den letzten Phasen der Reinigung und Aufladung lag Mary in einem gelösten und erhobenen Zustand auf dem Massagetisch. Sie ist partiell aus ihrem Körper herausgetreten und ruht sich aus. Das Aurafeld verarbeitet noch die Energie, die es empfangen hat. Marys Hiatushernie (Zwerchfellbruch) auf der fünften Ebene kann nun bearbeitet werden. Als Heiler legen Sie Ihre Hände auf das dritte und vierte Chakra. Ihre ätherischen Hände fließen in den Körper hinein, und Sie nehmen das Innere des Körpers wahr. Sie spüren, hören oder sehen es, je nachdem, was Ihnen am besten liegt. Sie befinden sich jetzt im Negativraum, was sich aber ganz normal anfühlt. Das Energiefeld des Körpers dehnt sich mit der Zunahme Ihrer Schwingungsfrequenz aus. Sie spüren hinter sich die Gegenwart von einem oder mehreren Geistwesen. Ganz, ganz sachte treten Sie in Ihr Aurafeld ein. Es ist ein vertrautes, sehr

angenehmes Gefühl, ein herrlicher Zustand! Ihr Bewußtsein hat sich auf die Ebene der Geistwesen gehoben. Sie erleben himmlischen Frieden. Während Sie sich Ihrer eigenen höheren Schöpferkraft hingeben, beobachten Sie, wie die Hände der Geistführer durch Ihre ätherischen Hände in den Körper der Patientin eindringen. Sie beobachten, wie sie den Riß im Zwerchfell nähern. Erst glauben Sie nicht, was Sie sehen, aber dann erscheint alles ganz natürlich, und Sie lassen es einfach geschehen. Es kommt nur auf die Gesundung der Patientin an. Sie vertrauen auf die Dinge, die außerhalb Ihrer normalen, engen Selbstdefinition liegen und Heilung möglich machen. Die Führer heilen den Riß und verknüpfen die neustrukturierte Negativform mit dem Rest der fünften Schicht. Dann spüren Sie, wie sie ihre Energie wieder zurückziehen. Sie werden erstaunt sein, wie tief Ihre ätherischen Hände ins Feld der Patientin eingedrungen sind. Sie haben das beim Hineingehen nicht gemerkt, aber Sie spüren es jetzt, beim Zurückziehen des Energiefeldes. Vielleicht merkt es an diesem Punkt auch die Patientin. Jetzt spüren Sie, wie sich Ihre rechte Hand wieder aus der Aura der Patientin lösen kann, und Sie ziehen sie langsam zurück. Bewegen Sie Ihre Finger ein wenig hin und her, um sie wieder lebendig zu machen. Legen Sie jetzt Ihre rechte Hand auf das vierte Chakra und lösen Sie behutsam Ihre linke Hand. Sie können jetzt auf die siebte Ebene übergehen. Aber zuerst noch einige Tips für das Heilen auf der ätherischen Negativebene.

Bei der Operation im ätherischen Negativkörper bestimmen die Führer die Farbfrequenzen, die Richtung des Energieflusses und die Körperzone, in der sie arbeiten. Je mehr Sie bereit sind, ihnen zu vertrauen und zu folgen, um so mehr können Sie ausrichten. Zusätzlich zu den Operationsverfahren des Geistwesens werden Sie als Heiler manchmal aufgefordert, Ihre ausgestreckten Arme ganz still über den Körper des Patienten zu halten und Ihre Schwingungsebene so zu erhöhen, daß starkes laven- del- oder silberfarbenes Licht durchfließen kann. Sie dürfen sich dabei nicht bewegen, weil der Energiefluß sehr stark ist, und Sie anderenfalls nicht nur im Feld des Patienten, sondern auch in Ihrem eigenen eine Störung verursachen würden. Ist genügend

Energie hindurchgeflossen, um starre Blockierungen loszulösen, drehen die Führer den Energiefluß um und saugen die freigesetzte Energie heraus. Das ist eine höhere Ebene des Heilens, die wahrscheinlich mit Energien der sechsten Ebene arbeitet. Bestimmte ätherische Negativformen werden aus dem Feld entfernt, wie die Negativform von Viren oder Bakterien. Im Fall eines Leukämiepatienten beobachtete ich, wie weiße, samenartige Objekte aus seinem Blut abgesaugt wurden, so daß sich die weißen Blutkörperchen in seinem physischen Körper nicht mehr vermehren konnten.

Von Zeit zu Zeit treffe ich mich mit einer kleinen Gruppe von Menschen, die ihre Sinneswahrnehmung erweitert haben. Wir unterstützen uns gegenseitig in unserem persönlichen Leben und befassen uns mit allen Fragen, die durch unsere Fähigkeiten des Hellsehens, Hellhörens oder Hellfühlers auftauchen. Wir heilen uns auch gegenseitig (wir werden abwechselnd zum Patienten). Das ist sehr fruchtbar, denn dabei sieht nicht nur der Heiler, was vor sich geht, sondern auch der Patient. Durch diese Arbeit haben sich viele meiner Wahrnehmungen bestätigt, und sie trägt dazu bei, einen begrifflichen Rahmen zu schaffen, mit dem wir die Erfahrungen beschreiben können. Wir lernen, wie man die einzelnen Auraschichten differenziert wahrnehmen kann, wie sich diese Erfahrung anfühlt, und wir entdecken dabei neue Heilverfahren.

Schritt 5: Heilen auf der ketherischen Negativebene (siebte Auraebene)

Ist das Aurafeld auf der fünften Auraebene deformiert, so auch oft auf der siebten Ebene. Es ist deswegen notwendig, die ketherische Struktur neu zu ordnen. Das geschieht meistens vor der Arbeit auf der sechsten Ebene, auch wenn schon Frequenzen der sechsten Ebene mit eingeflossen sind. Die Arbeit auf der siebten Ebene unterscheidet sich von der auf der fünften insofern, als der Heiler sehr aktiv ist. Auf der fünften Ebene besteht seine Aufgabe vor allem darin, sich führen zu lassen. Nun muß der Heiler mit Finger- und Handbewegungen und mit dem Atem sehr aktiv sein, ohne dabei seine Feinstimmung auf diese hohe Schwingungs-

ebene zu unterbrechen. Es erfordert sehr starke Konzentrationskraft und Atembeherrschung, die siebte Ebene zu erreichen. Das goldene Licht auf dieser Ebene ist sehr stark; oft sieht es aus wie feinste, extrem elastische, goldene Fäden.

Die Geistführer des Patienten sind bei Heilsitzungen immer unterstützend dabei. Wenn Sie aufmerksam genug sind, können Sie sie mit dem Patienten zur Tür hereinkommen sehen. Um die Arbeit auf der siebten Ebene zu ermöglichen, ziehen sie den Patienten oft aus seinem Körper heraus und sorgen für ihn, damit sich sein Körper tief entspannen kann. Der Patient hat das Gefühl zu schweben und erlebt tiefen Frieden. Er weiß meistens nicht, wie sehr es seinen Bewußtseinszustand verändert hat, und spürt es erst, wenn er am Ende der Sitzung aufzustehen versucht.

Die Arbeit auf der ketherischen Ebene hat zwei Phasen: Reinigung und Neuordnung der Rasterstruktur der Organe, Muskeln, Nerven oder anderer Körperteile; und Reinigung und Neustrukturierung der Chakras. Die Hände der Führer arbeiten direkt durch die Hände des Heilers. Die Führer reichen von den Schultern durch die Arme in die Hände des Heilers hinein. Die Finger des Heilers bewegen sich sehr schnell, so wie sie gelenkt werden, und aus den Spitzen kommen feine Goldfäden heraus. Diese Goldfäden bewegen sich noch weit schneller als die Finger des Heilers, die komplizierte Muster beschreiben. Um den ketherischen Raster eines Organs neu zu strukturieren, entfernen die Führer diesen Raster gewöhnlich aus dem Körper. Das kann aber nur geschehen, wenn es das Bewußtsein des Patienten zuläßt. (Damit meine ich nicht das Wachbewußtsein, sondern eine tiefere Bewußtseinsschicht.) Der Patient ist in einem veränderten Bewußtseinszustand und kommuniziert mit seinen Führern. Manchmal erinnert er sich daran, wenn er in den Körper zurückkehrt, und manchmal nicht.

A. Neuordnung der Organstruktur. Die Hände des Heilers bewegen sich mit enormer Lichtkraft und starkem Energieausstoß, um das ketherische Feld des Organs abzulösen. Das Organ schwebt über dem Körper, wo es mit noch schnelleren Fingerbewegungen gereinigt und neu strukturiert wird; der blaue ätherische Raster

wird durch weiß-goldene Fäden mit dem goldenen, ketherischen Raster verwebt. Bevor das Organ wieder an seine Stelle gesetzt wird, wird diese mit Licht gereinigt und sterilisiert. Es schlüpft einfach wieder in den Körper hinein, fast als würde es hineingesaugt. Es wird angenäht und mit blauem Licht angefüllt, um es mit Energie zu versorgen. Der ganze Bereich wird mit einem watteartigen, lindernden weißen Licht gefüllt, das eine anästhesierende Wirkung hat. Darüber wird ein Schutzverband aus goldener Energie gelegt.

Einmal rief mich eine Klientin an, die einen Klumpen in der Brust hatte. Die Ärzte wußten nicht, ob es sich um eine Entzündung oder um einen Tumor handelte. Sie hatten versucht ihn abzusaugen, es war ihnen aber nicht gelungen, und sie hatten deswegen eine Operation angesetzt. Während ich am Telefon mit ihr sprach, sah ich sofort einen dunklen, roten Klumpen in der linken Brust und dunkelgraue Flecken vor mir, die sich bis zu den Lymphknoten unter der Achselhöhle erstreckten. Um meine Wahrnehmung zu überprüfen, fragte ich sie, ob sich die Verdickung unter ihrer linken Brustwarze befände. Nachdem sie das bestätigt hatte, sagte ich ihr, ich sei ganz sicher, daß es kein Krebs wäre, sondern eine Infektion wie Mastitis (Brustdrüsenentzündung). Ich wußte das, weil Dunkelrot ein Zeichen für Entzündung ist. Auch wurde mir von den Geistführern gesagt, daß es eine Form von Mastitis sei. Bedenklich war jedoch die dunkelgraue Farbe der Lymphknoten unter der Achsel. Ich sagte ihr, nicht die Verdickung in der Brust sei das Hauptproblem, sondern die verstopften Lymphknoten, und sie müsse darum ihren ganzen Körper und insbesondere das Lymphsystem einer Reinigung unterziehen. Als sie einige Tage später operiert wurde, entfernte man die entzündeten Brustdrüsen und stellte die Diagnose »Mastitis aufgrund verstopfter Lymphknoten«.

Als sie drei Tage nach der Operation zu mir kam, war sie in einem sehr schlechten Zustand. Das Lymphsystem im Körper war massiv gestaut, was sich in dunkelgrünen Flecken auf beiden Seiten des Brustbeins und an der linken Bauchseite zeigte. Ihr ganzes Energiefeld war leicht grau. Der rote Fleck in der linken Brust war weitgehend verschwunden, nur die Narbe zeichnete

sich als hellroter Streifen in der Aura ab. Nach der normalen Reinigung und Aufladung der niedrigen Körper entfernten die Geistführer ihr gesamtes Lymphsystem und reinigten es, bevor sie es wieder in den Körper einsetzten. Ihr ganzer Körper wurde aufgeladen und mit einem Schutzschild aus blauem und dann goldenem Licht umgeben; das lymphatische System (auf der siebten Ebene) war jetzt klar und golden. Der rote Streifen war verschwunden. Die Geistführer hatten das lymphatische System durch den Heiler gereinigt, während die Führer der Patientin an ihrem Kopf standen und sie aus ihrem Körper herausgezogen hatten.

B. Neuordnung der Chakrastruktur. Etwas Ähnliches geschieht mit den Chakras, aber sie werden niemals aus dem Körper entfernt. Chakras können auf verschiedene Weise Schaden nehmen. Sie können aufreißen, die Schutzmembran kann zerstört sein, ein Wirbel kann verstopft und in seiner Drehbewegung verlangsamt sein, die Spitze des Chakras kann verbogen sein und nicht in den Wurzelbereich des Chakras einmünden, oder ein Wirbel kann herausstehen oder zur Seite fallen wie eine aufgesprungene Feder. Das ganze Chakra oder ein Teil kann beinahe verschwunden sein. Im Fall von Mary war eine für einen Zwerchfellbruch typische Deformation zu sehen: ein kleiner Wirbel des Nabel-Chakras war wie eine Feder herausgesprungen. Er muß zurückgedreht und angenäht werden, die Schutzmembran muß neu strukturiert und mit einer weiteren Schutzhaut versehen werden, damit der Riß Zeit hat zu heilen. Die Hände des Heilers und das heilende Licht werden dabei von den Führern gelenkt und bewegen sich automatisch.

Kehren wir zur Patientin Mary zurück, die jetzt in einem veränderten Bewußtseinszustand aus dem Körper herausgehoben ist und sich in der Obhut ihrer Geistlehrer befindet. Sie sind mit dem Heilen auf der fünften Ebene fertig und können den Riß auf der siebten Ebene wahrnehmen. Sie wissen deswegen, daß es jetzt an der Zeit ist, Ihr Bewußtsein auf die siebte Ebene anzuheben. Sie beschleunigen jetzt Ihr nasales Rachenatmen; dabei konzentrieren Sie sich ganz auf das Anheben Ihres Bewußtseins.

Machen Sie sich keine Sorgen um Hyperventilation; Sie werden die zusätzliche Energie für das Heilen benutzen können. Wenn Sie auf die siebte Ebene gelangen, kommen Sie in Berührung mit dem göttlichen Geist. Sie erkennen alles, was ist, als vollkommen. Die Führer der siebten Ebene treten mit Ihnen in Kontakt, und bald beginnt goldenes Licht aus Ihren Händen zu strömen. Ihre Hände bewegen sich unwillkürlich über Marys drittem Chakra. Sie sehen, wie der herausgesprungene Wirbel mit goldenen Lichtfäden angenäht wird. Ihre Finger bewegen sich so schnell wie möglich; die goldenen Fäden sind aber tausendmal schneller. Das goldene Licht zwingt den deformierten Wirbel, zu seiner normalen Position zurückzukehren. Sie können kaum fassen, wieviel Energie durch Sie hindurchfließt. Sie fragen, ob Ihr Körper das aushalten kann. Sie atmen weiter, während das Schutzschild der siebten Ebene neu strukturiert wird. Sie fragen sich, ob Mary von all dem etwas bemerkt und wissen möchte, was vor sich geht, aber Sie können nicht sprechen. Sie müssen mit Ihrem ganzen Wesen bei der Sache bleiben. Schließlich ist die Arbeit vollbracht und das Chakra wieder normal. Ihr Atem verlangsamt sich. Sie sind froh, daß es vorbei ist. Vielleicht schmerzt Ihre Hand, aber Sie haben ein wunderbares Gefühl.

Sie lassen kurz Energie in die oberen Chakras strömen und setzen sich hinter Marys Kopf. Legen Sie Ihre Hände an Marys Schläfen und lassen Sie Energie einfließen, um die linke und rechte Seite ins Gleichgewicht zu bringen. Nachdem nun die fünfte und siebte Schicht neu strukturiert sind und die Aura ihre Form bewahren kann, ist es an der Zeit, sie auf der sechsten Ebene mit himmlischer Liebe aufzuladen.

Schritt 6: Heilen auf der himmlischen Ebene (sechste Auraebene)

Auf der sechsten Ebene arbeiten Sie hauptsächlich durch das Herz-Chakra, das Dritte Auge und das Kronen-Chakra. Wölben Sie Ihre Hände mit geschlossenen Fingern und überkreuzten Daumen über das Dritte Auge der Patientin; heben Sie Ihre Schwingungsebene zum Licht empor und lassen Sie das Licht ins Stammhirn der Patientin fließen. Verbinden Sie sich mit der

höchsten, spirituellen Wirklichkeit, die Sie kennen, indem Sie durch das Herz-Chakra zuerst in allumfassende Liebe eintauchen und sich dann mit diesem Bewußtsein dem Licht zuwenden. Es ist sehr wichtig, daß Sie durch das Tor des Herzens gehen und warten, bis Sie wirklich in den Zustand allumfassender Liebe kommen, bevor Sie sich durch das Kronen-Chakra nach oben wenden; tun Sie das nicht, könnten Sie im Mentalbereich stecken bleiben. Heilen auf der sechsten Ebene muß von tiefer Liebe zu jeder Faser der Patientin Mary begleitet sein.

Wenn Sie in das Christusbewußtsein, die allumfassende Liebe eingetaucht sind, so heißt das, daß Sie den anderen ganz in Ihr Herz hineinlassen, ihn vollkommen annehmen und Ihr Wille positiv auf sein Wohlergehen und Weiterleben gerichtet ist. Es ist eine Liebesfeier für die Existenz dieser Person. Sie müssen in diesen Zustand wirklich eintreten, es genügt nicht, ihn sich lediglich vorzustellen. Wenn Sie in diesem Zustand sind, öffnen Sie sich für das Licht und die höchste spirituelle Wirklichkeit, die Sie erfahren können.

Um Ihre Schwingungsebene zu erhöhen, arbeiten Sie mit dem aktiven und dem rezeptiven Prinzip. Bemühen Sie sich zunächst, Ihre Schwingungsfrequenz anzuheben. Sie tun das durch Atmen, durch Rachenatmen, durch meditative Konzentration und ein Hinwenden des geistigen Auges zum Licht. Subjektiv haben Sie das Gefühl, als würden Sie ins Licht hinaufschauen und sich nach ihm strecken. Während sich Ihr Bewußtsein emporhebt, fühlen Sie sich leichter und weniger an Ihren Körper gebunden. Sie haben ein Gefühl, als würde ein Teil Ihres Bewußtseins tatsächlich die Wirbelsäule hinaufwandern und sich von Ihrem Körper zum Licht emporrecken. Ihre Empfindungen werden immer schöner, je mehr Sie ins Licht eintreten. Sie fühlen sich von universaler Sicherheit und Liebe umgeben und durchdrungen. Ihr Geist wird weit, und Sie haben Erkenntnisse, die Ihnen in normalem Zustand nicht zugänglich sind. Sie können eine größere Wirklichkeit akzeptieren, und es ist leichter für die Geistführer, Ihnen Einsichten zu vermitteln, weil Sie weniger Vorurteile über das Wesen der Welt haben. Sie haben einige Blockierungen in Ihrem Gehirn gelöst. Mit jedem Schritt höher ins Licht fühlen

Sie sich befreier. Durch stetige, jahrelange Praxis werden Sie für immer höhere Energien und Erkenntnisse durchlässig.

Wenn Sie ein gewisses Niveau erreicht haben, hören Sie auf, nach oben zu streben, und lassen das weiße Licht in Ihr Aurafeld ein, das nun eine harmonische Schwingung mit dem weißen Licht erlangt hat. Das Licht wird durch Ihr Feld in das des Patienten fließen.

Fließt das weiße Licht in das Gehirn der Patientin, dann heben Sie ihre Schwingungsebene Schritt für Schritt an. Die Aura der Patientin füllt sich mit weiß-goldenem Licht, das mit opalisierenden Farben durchwirkt ist. Manchmal hat die Patientin in dieser Phase des Heilens spirituelle Wahrnehmungen, oder sie »schläft ein«. (Für mich heißt das nur, daß sie die Erfahrung noch nicht in ihrer Erinnerung festhalten kann, wenn sie in den Normalzustand zurückkehrt. Eines Tages wird sie dazu fähig sein, und dieser Prozeß trägt dazu bei.)

Wenn ich noch Zeit habe, arbeite ich direkt mit den äußeren Schichten der Aura. Mit nach oben gewendeten Handflächen »kämme« ich die Lichtstrahlen des himmlischen Körpers. Die Bewegung ist so ähnlich, als würden Sie sich mit den Fingern durch die Haare fahren. Sie fangen nah an der Haut an und bewegen die Hände senkrecht nach oben, als würden Sie die Aura hochheben. Die Patientin bekommt ein Gefühl von Leichtigkeit, und der himmlische Körper wird heller und weiter.

Weil diese Art des Kanalisierens von Energie so stark ist, müssen Sie Ihre Hände leicht hin- und herschnellen, um die Verbindung mit dem sechsten Chakra zu durchbrechen, bevor Sie zur nächsten Stufe übergehen.

Schritt 7: Festigung des äußeren Schutzschildes der Aura (siebte Ebene)

Nachdem die himmlische Ebene hell und weit geworden ist, kehre ich noch einmal zur ketherischen Ebene zurück, zur Eischale, die die Aura schützt. Ich glätte und stärke die Form, indem ich meine Hände über ihren äußeren Rand bewege. Vielleicht ist die Eiform an den Füßen zu eng, an anderen Stellen zu weit, sie kann Beulen haben, oder wie von Bändern eingeschnürt

sein (manche dieser Bänder rühren aus vergangenen Leben und werden in Kapitel 24 erörtert). Die Eischale kann an manchen Stellen dünn sein, Risse oder sogar Löcher haben. Sie müssen repariert werden und die Aura muß wieder eine schöne Eiform mit fester Schale bekommen. Ich brauche dazu nur mit meinen Händen die entsprechende Bewegung zu machen. Eine Beule streiche ich glatt, in dunkle Flecken lasse ich Lichtenergie einfließen, in schwache Bereiche stärkende Energie. Die äußeren Schichten der Aura lassen sich sehr leicht in Ordnung bringen, deswegen dauert dieser Teil des Heilprozesses nicht lang.

Zum Abschluß der Arbeit auf der siebten Ebene umgebe ich Mary mit einem Schutzschild, damit der Heilprozeß ihrer Aura weiter fortschreiten kann. Heben Sie die Hände über den Kopf der Patientin. Die Höhe der äußeren Schicht liegt zwischen einem dreiviertel und einem Meter über dem Körper. Falls Sie den äußeren Rand der Aura nicht sehen können, versuchen Sie, ihn mit den Händen zu erspüren. Sie werden einen ganz leichten Druck fühlen, wenn Sie die siebte Schicht berühren. Legen Sie die Hände mit gekreuzten Daumen aneinander. Benutzen Sie die Rachenatmung, um Ihre Energie und Ihr Bewußtsein auf der siebten Ebene zu halten. Nun lassen Sie goldenes Licht durch Ihre Hände fließen, das sich in einem Bogen vom Kopf zu den Füßen wölbt. Stabilisieren Sie diesen Lichtbogen und weiten Sie ihn langsam aus, indem Sie Ihre Hände behutsam im Halbkreis nach unten bewegen. Sie umgeben Marys ganzen Körper mit einer Schutzhülle aus goldenem Licht.

Wenn das geschehen ist, löse ich die Verbindung zwischen meinem Feld und dem der Patientin mit einem kurzen, heftigen Schütteln meiner Hände und begeben mich auf die rechte Seite der Patientin. Ich nehme nun von außen wieder die Verbindung zur siebten Schicht auf. (Vorher war ich mit dem Energiesystem verbunden; jetzt habe ich unsere Energiesysteme voneinander gelöst und wir stehen nicht mehr in einem gemeinsamen Energiefluß.) Ich lege meine Hände sanft auf die Eischale der siebten Schicht, ich ehre die Patientin schweigend und überlasse sie nun ihren eigenen Heilkräften. Ich empfinde Achtung und Respekt für die Person, die sie ist, für ihre Kraft, sich gesund zu machen und

ihr Leben ins Gleichgewicht zu bringen, und für meinen kleinen Anteil daran, indem ich sie daran erinnert habe, wer sie ist. Wieder löse ich die Verbindung mit ihrem Feld, lehne mich zurück und kehre in mein normales Wachbewußtsein zurück. (Wenn ich beim Heilen in die siebte Ebene eingetreten bin, dann befinde auch ich mich in einem sehr hohen, veränderten Bewußtseinszustand.) Ich schlüpfe wieder in meinen Körper zurück, so als würde ich die Hand in einen Handschuh stecken. Ich achte darauf, daß ich jeden Teil meines Körpers ausfülle. Ich ehre meine eigene Inkarnation, die, die ich bin, und die Aufgabe, für die ich hergekommen bin. Sollte ich Heilenergie brauchen, so lasse ich sie jetzt in meinen Körper einströmen.

Dieses Abkoppelungsverfahren ist notwendig, damit der Heiler den Patienten nicht weiter in sich trägt. Es ist auch wichtig, dem eigenen Selbst Respekt zu bezeugen, damit die Heilarbeit in das persönliche Leben des Heilers integriert werden kann. Das geschieht nicht immer automatisch, weil zwischen den vielen Stunden des Heilens, die man in einem veränderten Bewußtseinszustand ist, und dem normalen Leben keine Verbindung hergestellt wird.

Es scheint manchmal, als täte ein anderer all diese gute Arbeit. Die meisten Heiler, die ich kenne, haben durchaus kein leichtes Leben; sie sollten sich dafür achten und ihre Erfahrungen nicht aburteilen. Ich glaube, wir brauchen auch schwere Erfahrungen, um Liebe und Mitgefühl zu entwickeln.

Die Patientin Mary wird wahrscheinlich etwas benommen sein und sich jetzt etwas ausruhen müssen. Sie können jetzt einen kurzen Bericht schreiben und sich Aufzeichnungen für das weitere Vorgehen machen. Falls mit dem ätherischen Negativkörper gearbeitet wurde, gebe ich die strikte Anweisung, drei Tage lang keine körperlichen Anstrengungen zu unternehmen, sich Ruhe zu gönnen und auf gute Ernährung zu achten.

Nach der kurzen Ruhepause bitte ich Mary, sich aufzusetzen und vor dem Aufstehen noch ein paar Minuten zu warten, damit ihr nicht schwindlig wird. Sie wird wissen wollen, was geschehen ist. Es ist wichtig, jetzt nicht gleich wieder in lineares Denken zu verfallen, da sie das aus ihrem veränderten Bewußtseinszustand

herausziehen würde. Erklären Sie in kurzen Worten, was Sie taten, so daß sie befriedigt ist und bei sich bleiben kann.

Während des Heilens haben Sie wahrscheinlich gesehen, was Mary noch braucht. Sprechen Sie mit ihr darüber, und treffen Sie die nötigen Verabredungen.

Sie haben jetzt den Heilprozeß auf allen sieben Auraschichten vollendet. Sie fühlen sich wunderbar. Trinken Sie ein großes Glas Quellwasser, und geben Sie auch Mary eines.

Das ist ein Umriss des Heilens auf allen Auraebenen. Während der ersten Phase des Reinigens und Aufladens gebe ich vielleicht verbale Informationen von den Geistführern der Patientin, die zu der Heilsitzung gekommen sind, an sie weiter. Vielleicht wird die Patientin Fragen stellen, die die Führer beantworten. Sobald jedoch die Arbeit in den höheren Aurakörpern beginnt, bin ich nicht mehr in der Lage, beide Dinge gleichzeitig zu tun. Die energetische Arbeit auf der fünften und siebten Ebene verlangt größte Konzentration und geht an den Rand meiner Kapazität. Die Patientin ist dann außerdem in einem tief entspannten Zustand und würde durch Sprechen nur gestört.

Schritt 8: Heilen auf den kosmischen Ebenen der Aura

(achte und neunte Auraebene)

Ich werde von Geistführern immer weiter ausgebildet - sobald ich eine Ebene begriffen habe, schreiten sie zur nächsten fort. Erst seit kurzer Zeit kann ich noch zwei Ebenen über der goldenen siebten Auraschicht wahrnehmen. Sie scheinen eine kristalline, sehr feine Struktur und sehr hohe Schwingungen zu haben. Die ersten sieben Aurakörper scheinen den Zweck zu haben, uns in diesem Leben zu unterstützen und zu leiten. Dazu gehören auch die Spuren früherer Leben, die sich als Bänder auf der ketherischen Ebene zeigen, weil sie die karmischen Lektionen darstellen, um derentwillen wir uns inkarniert haben.

Die achte und neunte Schicht gehören jedoch der kosmischen Ebene an. Sie sind Ausdruck dessen, was wir jenseits unserer Inkarnationen sind. Wir sind Seelen, die sich wieder und wieder inkarnieren und langsam auf unserem evolutionären Weg zu Gott fortschreiten.

In den unteren sieben Schichten unseres Energiefeldes sind alle Erfahrungen gespeichert, die wir in diesem Leben gemacht haben, und alle potentiellen Erfahrungen, die wir programmiert haben, als wir dieses Leben planten. Außerdem erzeugen wir fortwährend neue Erfahrungen. Mit unserem freien Willen wählen wir unter den programmierten Erfahrungen aus. Auch andere Menschen haben einen freien Willen, so daß die Manifestation potentieller Erfahrungen eine komplexe Angelegenheit ist. Mit anderen Worten, die möglichen Erfahrungen sind bei weitem zahlreicher als die tatsächlichen. Das ganze Potential an Erfahrungen ist in unserem Energiefeld gespeichert. Sie sind alle dazu da, unsere Seele bestimmte Lektionen lernen zu lassen, für die wir uns entschieden haben.

Manchmal sind bestimmte Erfahrungen für unser Seelenwachstum nicht mehr notwendig und müssen aus der Aura entfernt werden. Das geschieht auf der achten Ebene. Es ist, als würde man sich als Heiler in eine Dimension jenseits dieser Inkarnation versetzen, um von dort in die sieben unteren Aura-schichten hineinzugreifen und potentielle Erfahrungen zu entfernen. Dabei wird der Patient auf besondere Weise geschützt.

A. Der Schild der achten Ebene. Der Schild der achten Ebene dient dazu, Traumata zu entfernen, welche die Entwicklung einer Person ernsthaft behindern oder nicht länger notwendig sind, weil sie im Lernprozeß der individuellen Seele keinen positiven Zweck mehr erfüllen.

Ob ein solcher Schild angebracht ist oder nicht, entscheidet das höhere Bewußtsein des Patienten und nicht seine Persönlichkeit. Manchmal haben Patienten von der machtvollen Wirkung dieses Schutzschildes gehört und bitten darum. Das hat in der Regel keinen Erfolg. Der Schild muß der Heilerin von ihren Führern gegeben werden, und sie muß entscheiden, ob er zur Anwendung kommen darf. Die Entfernung eines tiefsitzenden Traumas aus dem Energiefeld kann ein großer Schock sein. Manchmal ist der Schild notwendig, um das Individuum vor der ungewohnten Freiheit zu schützen, die es erlebt, wenn ein seit langem bestehendes Trauma plötzlich nicht mehr da ist. Der Prozeß geht

folgendermaßen vor sich: Die Heilerin setzt den Schild in die Aura des Patienten, entfernt das alte Trauma bzw. bewegt es, den Körper zu verlassen, füllt den entstandenen Hohlraum mit dem rosa Licht bedingungsloser Liebe und versiegelt ihn. Der Patient hat dann Zeit zu genesen und sich daran zu gewöhnen, daß die Last, die er so lange mit sich herumgeschleppt hat, von ihm genommen ist. (Das ist nicht so leicht, wie Sie vielleicht meinen - Freiheit macht Angst.) Allmählich wird die Leerstelle mit positiven Erfahrungen gefüllt, und der Schild löst sich auf.

Der ganze Vorgang ist recht kompliziert und es geht ihm in der Regel eine allgemeine Reinigung und Arbeit auf der fünften und siebten Ebene voraus. Die Entscheidung wird nie von der Heilerin selbst getroffen, sondern von den Führern. Der Schild sieht aus wie eine flache, blaue »Platte« aus Licht, die sehr fest und undurchdringlich ist. Er wird am unteren Rand des Chakras, das direkt über dem Trauma liegt, eingesetzt und in die Wurzel des Chakras gesteckt. Die linke Hand schafft die Öffnung, indem sie mit ihrem Energiefeld bis zur Wurzel des Chakras in den Körper eindringt, während die rechte Hand den Schild langsam hineinschiebt. Die Führer überwachen den Vorgang. Der Schild ragt am unteren Ende des Chakras schräg nach außen und überdeckt den traumatisierten Bereich. Am Fuß des Schildes ist eine Öffnung, durch die das Trauma entweichen kann.

Die linke Hand hält den Schild an Ort und Stelle und darf während des ganzen Prozesses nicht bewegt werden, da sie den oberen Bereich des Aurafeldes vom traumatischen Bereich trennt bzw. den Führern die Möglichkeit gibt, dies zu tun. Die persönlichen Führer des Patienten nehmen ihn gewöhnlich aus seinem Körper heraus, um ihn zu schützen.

Ist der Schild gesetzt, greift die Heilerin mit ihrer Hand darunter und tritt mit dem Trauma in direkten Kontakt. Sie appelliert an das Energiebewußtsein des Traumas, den Körper zu verlassen, und erinnert es an seine Verbindung mit Gott. Heilen auf einer so hohen Ebene unterscheidet sich wesentlich von der Art, wie Blockierungen auf den unteren Ebenen des Energiefeldes gelöst werden. Der Heiler tritt in direkten Kontakt mit dem Energiebewußtsein des Traumas, das bereit ist, den Körper zu

verlassen, und schafft ihm durch den Schild einen Ausgang. Das Trauma geht aus eigenem Entschluß. Wollte man versuchen, es zu zwingen, so würde man den Prozeß nur stören und müßte wieder ganz von vorne anfangen. Mit dieser Methode verschwindet das Trauma restlos. Auf den unteren Ebenen der Aura sind die Blockierungen energetische Spuren im Energiefeld und enthalten nicht die gesamte Energie des Traumas. Auf der achten Ebene wird das Trauma wie ein selbständiges Wesen behandelt, als integraler Teil des universalen Energiebewußtseins. Wenn das Trauma geht, hinterläßt es keine Spuren, und der Patient hat nichts mehr damit zu schaffen. Der Schild gestattet dem Patienten, die Veränderung nahtlos in sein Leben zu integrieren, und verhindert Störungen im Leben des Patienten, die anderenfalls eintreten könnten. Die Führer nehmen das Trauma in Empfang und füllen es liebevoll mit Licht. Wenn das Trauma den Körper ganz und gar verlassen hat, wird der Bereich mit goldenem und weißem Licht »verätzt«, und der Hohlraum wird mit dem rosa Licht bedingungsloser Liebe gefüllt. Der neue, rosa Bereich wird dann mit dem umgebenden Energiefeld verbunden. All das geschieht noch unter dem Schild. Der Ausgang am Fuß des Schildes wird mit einem goldenen Siegel verschlossen. Die Heilerin entfernt nun ihre linke Hand vom Schild, das aber noch an Ort und Stelle bleibt. Sie ersetzt langsam die Energie der linken Hand mit der Energie der rechten Hand, damit die linke Hand frei wird, um den neustrukturierten Bereich mit dem Rest des Aurafeldes zu verweben. Die Heilerin bewegt dazu ihre linke Hand langsam durch die Aurakörper nach oben.

Nachdem der Schild fest eingesetzt ist, stärkt der Heiler den Hauptkraftstrom der Aura, indem er pulsierendes, goldenes Licht hindurchfließen läßt. Langsam kommt der Patient wieder in seinen Körper zurück. Der Heiler kann nun die Sitzung beenden oder auf die sechste Ebene gehen, um den Patienten heiter und gelassen zu stimmen, oder er kann mit der siebten Ebene enden.

Die größte Herausforderung bei dieser Arbeit war für mich, darauf zu warten, daß das Trauma freiwillig geht. Das ist etwas ganz anderes, als wenn man eine Blockierung mit hohen Schwingungen löst und herauszieht. Es ist schwer, über die siebte

Ebene aufzusteigen und dort in einem Zustand vollkommenen Friedens und in der Übereinstimmung mit dem Willen Gottes zu verweilen. Man muß ganz langsam ein- und ausatmen und sich dem Willen Gottes ganz hingeben. Der göttliche Funke existiert in jeder Zelle eines Menschen und dieser Funke folgt unausweichlich dem Willen Gottes. Der Heiler muß ins Innere dieses göttlichen Funkens eindringen. Im Zustand der Hingabe an den Willen Gottes trete ich mit dem Energiebewußtsein des Traumas in Kontakt und erinnere jede Zelle des Traumas und jede Zelle des Körpers, in der es sich festgesetzt hat, daran, daß es einen göttlichen Funken in sich trägt, daß es Gott, Licht und Weisheit ist und deswegen gar nicht anders kann, als sich dem göttlichen Willen zu fügen. Das ist durchaus nicht einfach. Am Anfang versuchte ich noch zu ziehen. Mein eigener Wille hatte sich mir in den Weg gestellt, und ich war auf eine niedrigere Ebene herabgesunken. Die Führer verließen dann augenblicklich meinen Körper, und ich zuckte zusammen. Sie taten das entweder, um mir ein deutliches Signal zu geben, oder weil sie mit meiner niedrigen Willensschwingung nicht arbeiten konnten. Wir mußten dann wieder von vorne beginnen.

Ein Schild der achten Ebene ist notwendig, wenn Patienten die Freiheit nicht ertragen können, die durch die plötzliche Entfernung eines lebenslangen Traumas entsteht. Sie würden den neuen Freiraum mit anderen negativen Erfahrungen füllen. Ich war höchst erstaunt, als ich dies einmal beobachtete. Am Ende einer Heilsitzung zog der Patient seine Schuhe an, und plötzlich sah ich, wie das goldene Feld, das neu aufgebaut worden war, zerfiel. Ich dachte: »Wie hat er das bloß gemacht?« und wollte ihn wieder auf den Tisch legen, aber ich merkte, daß das nicht richtig gewesen wäre. Später sagte Emmanuel, der Geistlehrer einer Freundin: Der Patient wisse jetzt, daß er das, was er gewollt habe, nicht annehmen könne, und daß er nicht bereit sei, sich mit bestimmten Aspekten seines Lebens zu konfrontieren. Den Schmerzen, die das mit sich brächte, wolle er sich nicht aussetzen.

Kurz nach dieser Erfahrung lernte ich, wie man mit dem Schild arbeitet. Ich erkannte auch die Unmöglichkeit, dem Patienten

weitere Heilsitzungen anzubieten, weil ihn das mit seiner negativen Entscheidung konfrontiert und seinen Zustand hätte verschlechtern können. Er selbst muß in sich den Punkt finden, an dem er eine andere Entscheidung treffen kann. Falls er dann Hilfe möchte, kann der Schild eingesetzt werden, der ihn vor der neugewonnenen Freiheit schützt, während seine Seele heilt. Danach löst sich der Schild allmählich auf.

Ein interessantes Beispiel für eine Schildheilung ist der Fall von Betty. Sie war Geschäftsfrau und seit Jahren bei mir in Therapie. Ihre Mutter war gestorben, als sie drei Jahre alt war. Zu Beginn der Therapie hatte sie keinerlei Vorstellung von ihrer Mutter und konnte sich nicht erinnern, je ein Bild von ihr gesehen zu haben. Im Laufe der Zeit gelang es ihr, Photos von ihrer Mutter ausfindig zu machen. Sie nahm eine innere Beziehung zu ihr auf und entwickelte dadurch mehr Selbstachtung. Ihre Stiefmutter hatte sie nie annehmen können. Durch die bewußte Verbindung mit ihrer biologischen Mutter verbesserte sich die Beziehung zur Stiefmutter. Der Schmerz über den Verlust ihrer Mutter hatte sich jedoch in ihrem Herzen fest eingegraben.

Nach mehreren Jahren der Therapie fragte sie mich eines Tages, warum ich nie eine Heilsitzung mit ihr machen würde. Ich sagte, es wäre mir nicht in den Sinn gekommen, weil sie so gesund sei. In diesem Augenblick erinnerten mich jedoch die Geistführer daran anzuwenden, was ich gerade kennengelernt hatte: den Schild der achten Ebene. Das tat ich bei der nächsten Sitzung. Nach dem üblichen Reinigen und Aufladen der Aura und einer Überprüfung der fünften und siebten Ebene, die keines Eingriffes bedurften, setzten die Führer den Schild und entfernten das Trauma über den Verlust ihrer Mutter. Es bewegte mich tief, als ich den Geistkörper ihrer Mutter mit ihren eigenen Geistführern erscheinen sah. Nicht eine Gruppe von Führern nahm das Energiebewußtsein des Traumas in Empfang und durchflutete es mit Licht, sondern die Mutter selbst, die es in Liebe aufnahm. Die Patientin war währenddessen von ihren Führern aus dem Körper herausgehoben worden. Als die Führer den Prozeß Schritt für Schritt beendeten, hatte sich das Trauma im Energiefeld der Mutter in weißes Licht verwandelt.

B. Heilen auf der neunten Ebene. Ich weiß sehr wenig über die Arbeit auf dieser Ebene, bin aber einige Male Zeugin davon geworden. Es geschieht so, als würden die Führer die Energiekörper einer Person insgesamt entfernen und durch neue ersetzen. Ich sehe alles in kristallinem Licht. Wenn es geschieht, heilt der Patient sehr schnell. Ich vermute, daß es sich um eine Reinkarnation im selben Körper handelt, ohne daß die Seele für ihre Lebensaufgabe Geburt und Kindheit durchlaufen muß.

Geistführer auf verschiedenen Ebenen

Manchmal scheint es mir, als würden auf den verschiedenen Ebenen jeweils andere Geistführer arbeiten, manchmal sind es aber auch auf allen Ebenen dieselben Führer. Je nach Ebene, haben die Geistführer unterschiedliche Eigenschaften. Die Führer der astralen Ebene kümmern sich vor allem um Fragen des Herzens. Sie sind sehr liebevoll und fürsorglich, sprechen poetisch und lehren uns, uns selbst mit all unseren Fehlern zu lieben. Die Führer der fünften Ebene und der siebten Ebene sehen sehr ernst aus und wollen aktiv an die Arbeit gehen. Es geht ihnen darum, die vollkommene Geistform wiederherzustellen und wirksam zu heilen. Sie scheinen nicht sehr viel Gefühl zu haben, aber sie sind bereit zu unterstützen. Sie geben klare Direktiven. Die Führer der achten Ebene vermitteln ein Gefühl des völligen Angenommenseins, unendlicher Geduld und Liebe. Die Führer der neunten Ebene wahrzunehmen, fällt mir sehr schwer, sie scheinen ziemlich unpersönlich zu sein.

Zusammenfassung der einzelnen Schritte

Als Hilfe für den angehenden Heiler will ich die einzelnen Schritte noch einmal kurz darstellen. Im Anschluß daran folgt die Analyse der Heilsitzung; diese sollte dem Heiler darüber Aufschlüsse geben, in welchen Bereichen er Übung braucht und wo Arbeit an seinem eigenen Wachstum notwendig ist.

1. Wenden Sie sich, bevor die Person den Raum betritt, dem Licht zu. Öffnen Sie Ihre Chakras mit Methoden, wie sie in Kapitel 21 beschrieben sind.
2. Hören Sie zu, warum die Person zu Ihnen gekommen ist. Warum ist sie gerade zu Ihnen geführt worden? Was haben Sie ihr zu geben? Öffnen Sie sich, damit Ihnen Ihr ganzes Repertoire zur Verfügung steht.
3. Erklären sie, was Sie tun (werden).
4. Analysieren Sie den Energiefluß im System der Patientin. Was sind die Hauptblockierungen? Wie geht sie mit ihrer Energie um? Wo lenkt sie die Energie falsch? Was sind die Folgen ihrer langfristigen Fehlleitung von Energie? Was ist ihr Hauptabwehrsystem (siehe Kapitel 9, 10 und 12)?
5. Messen Sie die Chakras mit dem Pendel. Schreiben Sie die Ergebnisse auf (siehe Kapitel 10).
6. Bringen Sie sich mit dem Licht in Übereinstimmung. Sprechen Sie laut oder leise eine Affirmation. Stellen Sie Ihr eigenes Energiesystem auf das der Person ein. Machen Sie sich die Präsenz der Geistführer bewußt, falls das noch nicht geschehen ist. Während der Sitzung müssen Sie Ihr Energiesystem immer wieder mit dem Licht, den Geistführern und dem Klienten in Harmonie bringen.
7. Interpretieren Sie die Pendelergebnisse der Chakras, während Sie am Solarplexuspunkt der Fußsohlen Energie einströmen lassen. In welchem Verhältnis stehen Verstand, Wille und Gefühl zueinander? Welche Chakras sind geschlossen, und welche sind offen und ermöglichen der Person, mit ihnen zu arbeiten, um Probleme zu lösen und die geschlossenen Chakras zu öffnen? Was sind die Hauptprobleme? Nehmen Sie mit erhöhter Sinneswahrnehmung so viel Information auf wie möglich. Was war die Initialzündung, der allererste Anstoß der Krankheit? An welche Qualitäten des höheren Selbst können Sie appellieren, um der Person zu helfen, sich selbst zu heilen (siehe Kapitel 9, 10 und 12)?
8. Reinigen Sie die Chakras der unteren Aurakörper und laden Sie sie mit Energie auf, während Sie das Körpersystem mit Ihrer Wahrnehmung abtasten. Falls Sie Anfänger sind, machen Sie bei Punkt 16 weiter. Mit mehr Übung, und falls nötig, können Sie die

Schritte 9, 10 und 11 hinzufügen. Erst wenn Sie fähig sind, die fünfte, sechste und siebte Schicht des Feldes wahrzunehmen, können Sie die Methoden 12,13,14 und 15 an wenden.

9. Reinigen Sie die Wirbelsäule.

10. Arbeiten Sie direkt in den Bereichen, zu denen Sie hingezogen werden. Wählen Sie unter den Methoden aus, die Sie beherrschen. Beobachten Sie dabei den Gefühlszustand der Person. Nimmt sie Energie auf, oder verschließt sie sich emotional dagegen? Seien Sie ganz bei ihr. Gehen Sie mit ihr durch ihre Blockierungen. Lassen Sie sich in Bereichen, in denen sich die Krankheit konzentriert, von Ihren Geistführern helfen. Lauschen Sie.

11. Reinigen Sie spezifische Blockierungen in den unteren Energiekörpern.

12. Falls Sie die Methode beherrschen, können Sie jetzt auf der ätherischen Negativebene arbeiten.

13. Gehen Sie auf die himmlische Ebene (sechste); senden Sie in die Mitte des Gehirns weißes Licht. Heben Sie Ihre Schwingungen an, indem sie die Hypophyse in Vibration versetzen. Wenn sich die Schwingung der Person auf Ihre eingestellt hat, gehen Sie zur nächsten Ebene und wiederholen den Vorgang. Fahren Sie fort, bis sich das Zentrum des Gehirns erhellt.

14. Vielleicht sehen Sie jetzt die Geistführer der Person, Visionen oder hören direkte Botschaften für die Person. Lösen Sie sanft die Verbindung und schließen Sie die Öffnung.

15. Setzen Sie sich an das Kopfende des Tisches und erzeugen Sie mit aneinander gelegten Händen eine auf- und abströmende Vibration vom dritten Ventrikel durch die Wirbelsäule.

16. Jetzt können Sie den himmlischen und den Astralkörper mit Ihren Fingern auskämmen (besonders empfehlenswert, falls die Person depressiv oder gestaut ist).

17. Stärken Sie die äußere Schutzhülle der Aura.

18. Setzen Sie sich auf die rechte Seite der Patientin; nehmen Sie von außen noch einmal Kontakt mit der siebten Schicht auf; ehren Sie die Patientin und ihre Kraft zur Selbsteilung.

19. Lösen Sie sanft die Verbindung, schließen Sie alle Öffnungen und entfernen Sie sich von der Person. Lassen Sie sich einige Minuten Zeit, um ganz in Ihren Körper und auf die irdische Ebene

zurückzukehren. Lassen Sie Heilenergie durch sich hindurchfließen. Zollen Sie sich und Ihrer Arbeit Anerkennung.

20. Falls die Person ihren Körper verlassen hat und Hilfe braucht, um zurückzukehren, nehmen Sie sanft ihre Füße in die Hände und erzeugen einen Energiesog in Richtung der Füße.

21. Lassen Sie die Patientin ein großes Glas Quellwasser trinken und tun Sie das gleiche.

Analyse der Heilsitzung

1. Wie war der chronologische Ablauf? Welche Schritte waren leicht? Bei welchen hatten Sie Probleme?

2. Beantworten Sie Punkt 4 der vorstehenden Zusammenfassung!

3. Beantworten Sie Punkt 7 der Zusammenfassung!

4. Durch welche inneren Prozesse gingen Sie und der Klient? Konnten Sie zentriert bleiben, oder haben Sie Energie an Punkten verschwendet, wo sie gar nicht notwendig war? Wie? Setzen Sie Ihre Antwort in Beziehung zu Ihrer Charakterstruktur und der des Klienten!

5. Was haben Sie in der Heilsitzung erreicht? Konnten Sie mit dem inneren Licht der Person in Kontakt kommen? Welche Qualitäten hatte Ihr höheres Selbst? Wie haben Sie die Klientin unterstützt?

6. Was ergibt sich aus dem Gesagten als notwendige persönliche Arbeit für Sie selbst?

7. Zeichnen Sie ein Bild des Energieflusses vor und nach der Sitzung!

8. Was hat die Krankheit ursprünglich ausgelöst? Wie sind Sie damit umgegangen?

9. Auf welche Heilarbeit werden Sie sich aufgrund dieser Analyse das nächste Mal konzentrieren? Was ist Ihre Prognose? Welche Führung erhalten Sie hinsichtlich dieser Prognose?

Kapitel 23

Heilen mit Farbe und Klang

Heilen mit farbigem Licht, Farbmodulation

Die Heilerin muß eine bestimmte Farbe halten können, die durch sie hindurchgeschickt wird. Eine Farbe halten heißt, sein Feld in einem bestimmten Frequenzbereich zu bewahren und zwar während der ganzen Sitzung. Sie müssen so feinfühlig sein, daß Sie Ihre Energie auf der Ebene halten können, die gerade für den Patienten notwendig ist. Im vorhergehenden Kapitel ist schon mehrmals von bestimmten Farben die Rede gewesen: Gold auf der ätherischen und der ketherischen Negativebene (fünfte und siebte Schicht), weißes Licht auf der sechsten Ebene, Rot-orange und Blau bei der Reinigung der Wirbelsäule und bei der Arbeit mit den Chakras die jeweils entsprechende Farbe. Es kann auch sein, daß die Geistführer Sie auffordern, eine bestimmte Farbe in den Patienten einströmen zu lassen, wann und wo immer es notwendig ist.

Im letzten Kapitel habe ich auf die Übung hingewiesen, die notwendig ist, um eine bestimmte Farbe zu erzeugen. Anfänger müssen sich in der Farbmodulation üben, bevor sie versuchen, die Farbe zu bestimmen, die durch sie hindurchfließt. Beim Reinigen und Aufladen nimmt die Heilerin in der Regel keinen Einfluß auf die Farbe. Auf den späteren Stufen des Heilprozesses kommt es jedoch oft vor, daß die Geistführer eine bestimmte Farbe verwenden wollen und die Heilerin auffordern, in dieser Farbe zu verharren. Sie müssen also lernen, in einer Farbe »zu sein«, weil Sie sonst unbewußt die Farbe ändern könnten, die durch Ihr Feld geschickt wird.

Dolores Krieger erklärt in ihrem Buch *Therapeutic Touch* (Therapeutische Berührung) einige sehr gute Übungen zur Farbmutation. Worauf es ankommt ist, wie gesagt, in einer bestimmten Farbe »zu sein«. Es handelt sich nicht um das Denken einer Farbe oder um Visualisation. Heiler sprechen davon, »in Gelb zu arbeiten«. Wenn Sie beispielsweise in Gelb sind, dann wird jeder Gedanke zu Gelb, ob Sie nun Rot, Grün oder Blau denken. Um Blau zu erzeugen, müssen Sie blau »sein«, was immer das für Sie bedeutet. Experimentieren Sie, wie es ist, im Zustand blau zu sein.

Übungen zum Erleben von Farbe

Wie fühlen Sie sich, wenn Sie blaue Kleider tragen oder im blauen Licht sitzen, das durch ein Kathedralenfenster scheint? Was bedeutet Blau für Sie? Arbeiten Sie mit demjenigen Ihrer Sinne, der Ihnen die meisten Informationen liefert. Ist es Sehen, Hören, oder Fühlen? Wie sieht Blau aus, wie hört sich Blau an oder wie fühlt sich Blau an? Besorgen Sie sich einen Glaskristall, den Sie am Fenster aufhängen können. Halten Sie Ihre Finger abwechselnd in die verschiedenen Farben des Regenbogens, die der Kristall aussendet. Wie fühlt sich jede Farbe an? Experimentieren Sie mit farbigen Glasscheiben oder mit farbigen Plastikfolien. Halten Sie sie gegen das Sonnenlicht. Erforschen Sie, welche Beziehung Sie zu jeder Farbe haben. Nehmen Sie gleichgroße Stücke farbiges Papier oder Stoff und mischen Sie diese durcheinander. Schließen Sie die Augen und nehmen Sie ein oder zwei heraus. Halten Sie die Augen geschlossen. Was spüren Sie? Mögen Sie die Farbe, oder mögen Sie sie nicht? Weckt Sie Gefühle in Ihnen? Gibt sie Ihnen Energie, oder nimmt sie Ihnen Energie? Beruhigt Sie die Farbe, oder ist sie Ihnen unangenehm? Legen Sie das Stück Papier oder Stoff auf verschiedene Stellen Ihres Körpers. Würden Sie diese Farbe gerne tragen? Halten Sie die Augen weiterhin geschlossen und fragen Sie sich, welche Ihre Lieblingsfarbe ist. Wenn Sie wollen, raten Sie, welche Farbe Sie blind ausgesucht haben. Nun öffnen Sie die Augen. Sie werden erstaunt sein, wieviel Informationen Sie jetzt über Ihre Beziehung

zu den beiden Farben haben. Sie werden feststellen, daß Sie Vorurteile über die Wirkungen hatten, die Farben zugeschrieben werden.

Das Folgende ist eine Partnerübung. Halten Sie sich an den Händen und lassen Sie abwechselnd in einer bestimmten Farbe Energie zu Ihrem Partner strömen. Kann Ihr Partner sagen, welche Farbe es war? Üben Sie, üben Sie, üben Sie! Vergessen Sie nicht, daß Sie nur dann Rot aussenden können, wenn Ihr erstes Chakra offen ist, und ebenso Rot-orange nur dann, wenn Ihr zweites Chakra offen ist etc. Vor diesen Farbübungen sollten Sie Ihre Chakras reinigen (siehe dazu Kapitel 21).

Die Bedeutung von Farben in der Aura

Viele Leute fragen mich: »Welche Farbe hat meine Aura?« oder »Was bedeutet diese Farbe?« Oft wird den Leuten in einer »Aurallesung« gesagt: »Ihre Aura hat diese oder jene Farbe, das bedeutet folgendes...« Wie Sie aus diesem Buch sehen können, tue ich das normalerweise nicht. Wenn mich jemand fragt, »Welche Farbe hat meine Aura?«, dann antworte ich gewöhnlich: »Auf welcher Schicht?« Oder ich betrachte die Farben in den unstrukturierten Schichten und sage vielleicht: Hauptsächlich Blau, mit etwas Gelb und Violett.«

Meine Kollegin (Pat Rodegast) De Vitalis, die Emmanuels Energien kanalisiert, liest Farben auf der Ebene der Seele. Emmanuel zeigt ihr die »Seelenaura« in Verbindung mit der gegenwärtigen Lebensaufgabe. Die Farben haben eine spezifische Bedeutung für Pat und werden in Schema 23-1 wiedergegeben. Wenn Sie das, was Sie sehen, so interpretieren, dann müssen Sie zur selben Ebene Zugang haben wie Pat.

Um Farben auf der Seelenebene wahrzunehmen, machen Sie Ihren Verstand mit tiefer Meditation leer und bitten darum, daß Ihnen die Farben gezeigt werden. Mit einiger Übung werden auf Ihrem geistigen Bildschirm Farben erscheinen. Vielleicht sehen Sie auch Formen oder Gestalten, die Sie Ihren Patienten beschreiben, damit sie die Bedeutung der Farben verstehen. Wenn Sie Rot

sehen, so heißt das Leidenschaft oder starke Gefühle. Wenn Rot mit Rosa gemischt ist, bedeutet es Liebe. Hellrot bedeutet Wut oder Ärger, die zum Ausdruck kommen; Dunkelrot bedeutet aufgestauten Ärger; Rot-Orange bedeutet sexuelle Leidenschaft. Orange zeigt Ehrgeiz an. Gelb weist auf einen starken Intellekt hin. Grün ist ein Zeichen für Heilkräfte. Blau ist die Farbe des Lehrers und der Sensitivität. Violett auf der Seelenebene zeigt eine tiefe Verbindung mit dem Geist an, während Indigo bedeutet, daß die Person auf dem Wege zu einer solch tiefen Verbindung ist. Lavendel ist die Farbe des Geistes und Weiß die Farbe der Wahrheit. Gold bedeutet Verbindung zu Gott und Dienst an der Menschheit mit göttlicher Liebe. Silber Weist auf gute Kommunikationsfähigkeit hin. Samtschwarz sind Öffnungen im Raum, die in andere Wirklichkeiten führen. Kastanienbraun

Bedeutung der Farben auf der Ebene der Seelenaufgabe (Schema 23-1)

| | |
|----------------|----------------------------------------------------------------------|
| Hot | Leidenschaft, starke Gefühle. Gemischt mit Rosa. Liebe |
| Hellrot | Zum Ausdruck kommender Arger |
| Dunkelrot | Stagnierender Arger |
| Rot-orange | Sexuelle Leidenschaft |
| Orange | Khrgeiz |
| Gelb | Intellekt |
| Grün | Heilen. Heiler |
| Blau | 1 .eh rer. Sensitivität |
| Violett | Tiefe Verbindung zum Geist |
| Indigo | Tiefe Suche nach Verbindung zum Geist |
| Lavendel | Geist |
| Weiß | Wahrheit |
| Gold | Verbindung mit Gott. Im Dienst der Menschheit. Allumfassende Liebe. |
| Silber | Kommunikation |
| Schwarz | Abwesenheit von Licht, tiefes Vergessen, verborgener Ehrgeiz (Krebs) |
| Samtschwarz | Wie schwarze Löcher im Raum. Tor zu anderen Wirklichkeiten |
| Kastanienbraun | Finden der eigenen Aufgabe |

Verwendung von Farben beim Heilen (Schema 23-2)

| | |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rot | Aufladen des Feldes. Verbrennen von Krebs, Wärmen von kalten Bereichen |
| Orange | Aufladen des Feldes. Erhöhung der sexuellen Potenz, Stärkung des Immunsystems |
| Gelb | Aufladen des dritten Chakras, klare, lineare Verstandestätigkeit |
| Grün | Aufladen des vierten Chakras, ins Gleichgewicht bringen, allgemeines Heilen, Aufladen des Feldes |
| Blau | Kühlen. Beruhigen. Neustrukturierung der ätherischen F.bene. Schild der achten Ebene |
| Violett | Verbindung zum Geist |
| Indigo | Öffnen des Dritten Auges Klarheit im Kopf |
| Lavendel | Reinigen des Feldes |
| Weiß | Aufladen des Feldes, Frieden und Wohlbehagen, Stillen von Schmerzen |
| Gold | Neustrukturierung der siebten Ebene, Stärkung des Feldes, Aufladen des Feldes |
| Silber | Starke Reinigung des Feldes (opalisierendes Silber dient zur Aufladung der sechsten Ebene) |
| Samtschwarz | Patient kommt in einen Zustand der Gnade, Stille und des göttlichen Friedens |
| Blau-violett | Stillen von Schmerzen bei tiefer Gewebearbeit und Arbeit mit Knochenzellen, Erweiterung des Feldes des Patienten, so daß er seine Aufgabe erkennen kann |

heißt, daß jemand seine Aufgabe ergreift. Schwarz ist die Abwesenheit von Licht oder tiefes Vergessen, das zu Krebs führt; es zeigt sich auf der Seelenebene als deformierter Ehrgeiz.

Farbe in einer Heilsitzung

Alle Farben des Regenbogens werden beim Heilen verwendet. Jede Farbe hat eine andere Wirkung auf das Energiefeld. Die jeweilige Farbe, die durch ein Chakra fließt, dient natürlich dazu, dieses Chakra aufzuladen. Rot lädt das Feld auf, verbrennt Krebs

und wärmt kalte Zonen. Orange lädt das Feld ebenfalls auf, erhöht die sexuelle Potenz und die Immunität. Gelb macht den Kopf klar und sorgt für klare, lineare Verstandestätigkeit. Grün stellt Gleichgewicht her und heilt. Blau kühlt und beruhigt; es dient auch dazu, das ätherische Feld neu zu ordnen und es ist die Farbe des Schildes der achten Ebene. Violett verbindet mit dem Geist, während Indigo das Dritte Auge öffnet, die Visualisationskraft stärkt und den Kopf klar macht. Weiß lädt das Feld auf, bringt Frieden und Trost und lindert Schmerzen. Gold ordnet die siebte Schicht neu und stärkt die Schutzhülle des Feldes. Samtiges Schwarz bringt den Patienten in einen Zustand tiefster Ruhe und göttlichen Friedens. Es kann zur Wiederherstellung von Knochen verwendet werden, die durch Krebs oder andere Verletzungen zerstört sind. Blauviolett befreit von Schmerzen bei tiefer Gewebearbeit oder Arbeit mit Knochenzellen. Auch weitet es das Energiefeld des Patienten aus, so daß er mit seiner Aufgabe in Kontakt kommen kann.

Im allgemeinen bestimme ich nicht die Farbe, mit der ich beim Heilen arbeite, aber ich kann eine Farbe halten, die durch mich hindurchfließt. In seltenen Fällen sende ich willentlich eine Farbe aus. Schema 23-2 zeigt, welche Farben beim Heilen verwendet werden, und wie die Geistführer sie einsetzen. Chakras werden auf jeder Ebene mit der ihnen zugehörigen Farbe aufgeladen. Gelb wird selten benutzt, weil der analytische Intellekt in unserer Zeit sowieso die Vorherrschaft hat.

Die Farben Lavendel und Silber werden von den Geistführern auf besondere Weise eingesetzt. Sie dienen dazu, Mikroorganismen zu entfernen. Mit Lavendellicht werden sie aus ihrem Umfeld herausgelöst und in hohe Vibration versetzt. Wenn Lavendel nicht ausreicht, dann erhöhen die Führer die Intensität und Frequenz bis zu Silber. Dieser starke Energiestrom setzt alle Organismen frei. Die Führer wenden dann die Richtung des Energieflusses durch meinen Körper um und saugen das lavendel- und silberfarbige Licht heraus und mit ihm die Mikroorganismen. Es ist, als würde durch das Licht ein Vakuum hergestellt. Als ich einmal das Blut einer Leukämiepatientin auf diese Weise gereinigt hatte, war der Bluttest am Tag danach zum ersten Mal

normal. Das ist bisher die einzige klinische Überprüfung dieser Methode.

Mit meinem Kollegen Daniel Blake vom Structural Bodywork Institute (Santa Barbara/Kalifornien) experimentierte ich mit blau-violettem Licht. Ich bekam von ihm Tiefenmassagen, und er nahm im Austausch an meinen Seminaren teil. Während er mit mir arbeitete, experimentierten wir mit der Kombination von Tiefenmassage und Licht. Als er gelernt hatte, eine starke, blau-violette Flamme aus seinen Fingerspitzen austreten zu lassen, konnte er sehr tief ins Muskelgewebe eindringen, ohne Schmerzen zu verursachen. Sobald seine Konzentration nachließ und das farbige Licht nicht mehr aus seinen Fingern strömte, schmerzten meine Muskeln. Es gelang ihm sogar einmal, mit einer blau-violetten Flamme gemischt mit weißem Licht bis zum Knochen vorzustoßen und meinen leicht verdrehten Oberschenkelknochen geradezurichten. Ich konnte wahrnehmen, daß sich die Zellen des Knochens neu ausrichteten. Das war von einer höchst angenehmen Empfindung begleitet. Heyoan sagte dazu, daß diese Ausrichtung des Knochens auf den piezoelektrischen Effekt zurückzuführen sei. Dieser besagt folgendes: Wenn auf einen Knochen, wie beim Gehen, Druck ausgeübt wird, dann fließt dadurch ein kleiner elektrischer Strom durch den Knochen, was zu vermehrtem Knochenwachstum in Richtung des elektrischen Stromes führt. Falls der Druck auf den Knochen unorganisch auftrifft, so führt das zu einer Deformation. In meinem Fall war die Schädigung des Knochens durch einen Autounfall entstanden und wurde durch Daniels Behandlung dauerhaft geheilt.

An einem bestimmten Punkt meiner Heilarbeit schlugen mir die Führer vor, schwarzes Licht zu verwenden. Das erstaunte mich, denn die dunklen Farben der Aura waren üblicherweise ein Zeichen für Krankheit. Dieses Schwarz jedoch war nicht das Schwarz von Krebs, sondern wie schwarzer Samt. Es ist Lebenspotential, die Dunkelheit der Gebärmutter; das schwarze Mysterium des unbekanntenen Weiblichen in uns allen, das die ganze Potenz des undifferenzierten Lebens in sich birgt. Eintreten in den Zustand samtschwarzer Leere, ist ein anderer Weg, mit dem Schöpfer eins zu werden, jenseits aller Form. Es ist ein Zustand

tiefsten Friedens. Er bedeutet vollkommene Präsenz, Fülle ohne Urteil. Er bedeutet, der Gnade Gottes teilhaftig zu werden und den Patienten mit in diesen Zustand hineinzunehmen. Er bedeutet vollkommene Annahme von allem, was in diesem Augenblick ist. Heyoan, andere heilende Geistführer und ich sitzen oft mit Patienten, die Krebs oder sonstige schwere Krankheiten haben, eine ganze Stunde lang in diesem schwarz-leeren Raum. Der Patient kommt dadurch in einen Zustand der Einheit mit dem Göttlichen.

Heilen mit Klang

Ich habe festgestellt, daß die Farben der Aura eine direkte Beziehung zu Tönen haben. Bestimmte Tonqualitäten erzeugen bestimmte Farben im Energiefeld und haben starke Heilwirkung.

Multiple Sklerose gilt unter Heilem als eine der schwierigsten Krankheiten. Es ist sehr schwer, das Energiefeld eines Menschen mit diesen Symptomen zu verändern. In einem meiner Ausbildungsseminare (eine Woche Intensivtraining) hatte eine Studentin mit Namen Liz Multiple Sklerose. Während der Woche arbeiteten sowohl die Studenten wie ich immer wieder mit Liz. Einige Studenten konnten eine große Narbe im Sakralbereich ihres Energiefeldes wahrnehmen. In der ersten Gruppenheilung machten wir eine normale Reinigung und Aufladung, und Liz durchlebte starke Gefühle. Die Gruppe begleitete sie, hielt sie in den Armen und weinte mit ihr. Am Ende der zweiten Stunde sahen ich und ein Student, dessen Wahrnehmung sich erweitert hatte, daß die Narbe unberührt geblieben war. Im Laufe der Woche arbeitete jeder an der Form des Heilens, zu der er sich besonders hingezogen fühlte. Manche bevorzugten Kristalle, andere konzentrierten sich auf Liebe, andere auf Geistoperationen, andere auf Heilen mit Klang. Am Ende der Woche arbeiteten wir wieder alle mit Liz. Einige erzeugten Töne, einige benutzten Kristalle, einige erzeugten einen Liebesstrom und einige ließen Energie in den Körper einfließen. Wir arbeiteten synchron zusammen. Es zeigte sich, daß die Narbe durch eine Kombination von

Kristallen mit Tönen entfernt werden konnte. Die Töne lockerten die Narbe, und die Kristalle fungierten wie ein Skalpell, mit dem die Narbe herausgeschnitten werden konnte. Das ging Schritt für Schritt vor sich, und wir mußten die Tonhöhe immer wieder verändern. Nach der Heilsitzung sagte Liz, daß gewisse Schmerzen, die sie seit 15 Jahren in ihrem Bein gehabt hatte, nicht mehr da wären. Sie konnte sehr viel besser gehen und kann es jetzt, vier Jahre später, immer noch. Das ist nur ein kleiner Teil des Selbstheilungsprozesses von Liz. Sie kann heute wieder ihren ganzen Körper bewegen, der damals fast vollständig gelähmt war.

Seitdem arbeite ich beim Heilen mit Tönen, um die Chakras aufzuladen und zu stärken. Ich gehe mit meinem Mund etwa drei Zentimeter an den Körper heran. Jedes Chakra hat eine andere Tonhöhe, die wiederum bei jeder Person anders ist.

Um die richtige Frequenz zu Finden, variiere ich die Tonhöhe so lange, bis ich Resonanz spüre. Auch der Patient hört und spürt die Resonanz. Ich kann sehen, wie das Chakra reagiert. Treffe ich den richtigen Ton, strafft sich das Chakra und fängt an, sich sehr schnell und gleichmäßig zu drehen. Seine Farbe hellt sich auf. Ich halte den Ton so lange, bis das Chakra genügend aufgeladen und gestärkt ist, daß es auf dieser Energieebene bleibt. Dann gehe ich zum nächsten Chakra. Ich beginne mit dem ersten und gehe hinauf bis zum siebten.

Die Arbeit mit Tönen, die der Patient in der Regel sehr stark spürt, hat eine interessante Wirkung: Sie erhöht die Fähigkeit des Patienten zu Visualisieren. Wenn ein Chakra sehr wenig geladen ist, dann kann sich der Patient die entsprechende Farbe wahrscheinlich nicht vorstellen. Lädt man das Chakra jedoch einige Minuten lang durch Tonschwingungen auf, kann der Patient die Farbe des Chakras Visualisieren.

Wenn ich in einer Gruppe die Arbeit mit Tönen demonstriere, kann jeder sagen, wann ich mit dem Chakra in Resonanz bin.

Die gleichen Prinzipien wie für die Chakras gelten auch für Organe und Knochen. Ich leite den Ton in ein bestimmtes Organ, indem ich meinen Mund dicht darüber halte. Mit erhöhter Sinneswahrnehmung beobachte ich die Reaktion des Organs und finde auf diese Weise die Tonhöhe, welche die stärkste Wirkung

erzeugt, sei es Reinigung, Stärkung oder vermehrter Energiefluß. Ich beobachte die Reaktion und verstärke sie. Mit dieser Methode konnte ich in regelmäßigen Heilsitzungen, die sich über Monate erstreckten, ein Dickdarmgeschwür heilen. Der Patient mußte sich keiner Kolostomie unterziehen, zu der ihm verschiedene Ärzte geraten hatten. Zum Heilprozeß gehörte, daß der Patient zweimal täglich eine Bandaufnahme von den heilenden Tönen hörte.

Die Arbeit mit Tönen hat gute Erfolge bei Bandscheibenproblemen, bei der Förderung von Gewebewachstum, beim Reinigen des Körpers von stagnierenden Flüssigkeiten, beim Anheben des Tonus des Nervensystems und beim Harmonisieren des Zusammenspiels der Organe. Für Organe, Gewebe, Knochen und Flüssigkeiten sind unterschiedliche Tonhöhen und Tonfärbungen erforderlich. Es kann auch die Art des Tones verändert werden. In der indischen Tradition werden Sanskrit-Buchstaben und spezielle Töne für jedes Chakra verwendet. Ich habe noch nicht damit gearbeitet, kann mir aber vorstellen, daß es sehr wirksam ist.

Einige Musikgruppen, wie die von Robbie Gass, setzen die Musik bewußt ein, um die Chakras zu öffnen. Ich war bei einem Konzert, in dem Robbie den Chor zwei Stunden lang ohne Unterbrechung singen ließ. Die Lieder waren so ausgesucht, daß sie die Chakras schrittweise von unten nach oben öffneten. Am Ende des Konzerts waren bei den meisten Menschen die Chakras offen und aufgeladen. Für alle war es ein herrliches Erlebnis. Musik kann heilen.

Kapitel 24

Heilen von transtemporalen Traumata

Viele Menschen haben an einem bestimmten Punkt ihres spirituellen Weges transtemporale Erfahrungen, die man auch Erfahrungen aus vergangenen Leben nennt. Jemand erlebt sich plötzlich während der Meditation als eine andere Person in einer anderen Epoche. Ein anderer durchlebt in einer Therapie, in der traumatische Erfahrungen bearbeitet werden, plötzlich Traumata aus einem Vorleben.

Transtemporale Erfahrungen können wahrscheinlich nicht mit unserem begrenzten Verständnis von Zeit und Raum erfaßt werden. Ich glaube, daß der Ausdruck »vergangenes Leben« ein sehr begrenzter Begriff für eine solche Erfahrung ist. Wie wir in Kapitel 4 gesehen haben, stimmen Physiker und Mystiker darin überein, daß die Zeit nicht linear und der Raum nicht nur dreidimensional ist. Es wird von multidimensionalen und multitemporalen Wirklichkeiten gesprochen, die ineinander existieren. Einstein hat den Begriff des »Baum-Zeit-Kontinuums« geprägt, in dem alle Dinge der Vergangenheit und der Zukunft in einer multidimensionalen Wirklichkeit gleichzeitig existieren. Itzhak Bentov sagt, daß die lineare Zeit nur ein Fabrikat der dreidimensionalen Wirklichkeit ist (in die ich versuche, dieses Buch zu pressen).

Übung zur Erfahrung nichtlinearer Zeit

In Itzhak Bentovs Buch *Auf der Spur des wilden Pendels* findet sich eine Übung zur Erfahrung nichtlinearer Zeit: Setzen Sie sich zur Meditation hin und legen Sie eine Uhr so vor sich hin, daß Sie nur leicht die Augen zu öffnen brauchen, um die Bewegung des Sekundenzeigers sehen zu können. Wenn Sie in der Meditation einen hohen Bewußtseinszustand erreicht haben, öffnen Sie die Augen und schauen auf den Sekundenzeiger. Was ist geschehen? Viele Menschen machen die Erfahrung, daß der Zeiger entweder vollkommen stehen geblieben ist oder sich drastisch verlangsamt hat. Wahrscheinlich werden Sie durch Ihre emotionale Reaktion schnell wieder in die gewohnte Realität der linearen Zeit zurückfallen, der Sekundenzeiger springt vor und bewegt sich wieder normal. Was ist geschehen? Bentov sagt, daß wir Zeit subjektiv und nicht linear erfahren und uns aus Bequemlichkeit eine vermeintlich lineare Zeitstruktur schaffen.

Sowohl Edgar Cayce wie Jane Roberts sprechen von einer multidimensionalen Wirklichkeit, in der wir unsere gesamte Vergangenheit und Zukunft jetzt leben, und davon, daß die Persönlichkeiten, die in verschiedenen Dimensionen existieren, Teil oder Ausdruck unserer größeren Seele oder unseres größeren Wesens sind. Nach Jane Roberts können wir in diese anderen Dimensionen oder »Leben« eindringen, um Wissen und Erkenntnisse zu erlangen, die unserer Transformation dienen. Durch die Transformation unserer jetzigen Dimension oder unseres gegenwärtigen Lebens können wir unsere anderen Leben und Dimensionen transformieren. Oder, einfacher gesagt, wie wir jetzt leben, hat Einfluß auf unsere vergangenen und zukünftigen Leben.

All diese Dinge sind schwer zu verstehen, aber sie weisen uns auf die Grenzen unserer üblichen Vorstellung über das Wesen der Wirklichkeit hin.

Die Arbeit mit vergangenen Leben kann in der Therapie und beim Heilen sehr wirksam sein, sofern dabei Transformation das eigentliche Ziel ist. Reinkarnation ist nichts, womit man spielen

oder das Ego aufblasen sollte. Wir alle sehen uns lieber als Königinnen oder Führer irgendeiner Art denn als Bauern, Bettler oder Mörder. Aber darum geht es überhaupt nicht. Der Zweck von Reinkarnationserfahrungen besteht einzig darin, die Persönlichkeit von Problemen zu befreien, die uns jetzt daran hindern, unser ganzes Potential zu entfalten und unsere Lebensaufgabe zu erfüllen. Verkettungen mit Erfahrungen in früheren Leben haben immer eine Beziehung zu den Aufgaben im gegenwärtigen Leben. Wenn der Heiler oder der Therapeut die Verbindung zu vergangenen Leben herstellt, dann ist es ganz wichtig, daß er die Erinnerungen auf natürliche und ungezwungene Weise hochsteigen läßt. Sie können dann dazu beitragen, die Probleme dieses Lebens zu lösen.

Manchmal sieht der Therapeut spontan Szenen aus früheren Leben der Klientin besonders dann, wenn er Körperkontakt mit ihr aufnimmt, sie zum Beispiel in den Arm nimmt. Der Therapeut kann diese Information sensibel und zum Nutzen der Patientin in seine Arbeit einfließen lassen.

Wahrnehmen und Heilen von Traumata aus früheren Leben

Es gibt drei Wege, wie ich Traumata vergangener Leben wahrnehme und heile, je nachdem, auf welcher Ebene der Aura ich arbeite. In allen Schichten der Aura, von der ketherischen abwärts, können sich Spuren traumatischer Erfahrungen aus früheren Leben zeigen. In den ersten vier Auraschichten sieht ein solches Trauma wie eine normale Energieblockierung aus. Auf der Ebene der ätherischen und ketherischen Negativform zeigt es sich als strukturelles Problem, und auf der ketherischen Ebene zusätzlich als Ring oder Band um die eiförmige Hülle.

Manchmal erscheinen, während die Patientin mit mir spricht, Bilder aus ihrem vergangenen Leben vor meinem inneren Auge, die mit ihrer gegenwärtigen Krankheit in Beziehung stehen. Oder ich lege meine Hände auf eine blockierte Körperzone und sehe dann Szenen aus ihrem früheren Leben. Sehe ich Bänder um die

ketherische Schutzhülle, dann stecke ich meine Hände in diese Bänder hinein und die dazugehörigen Bilder tauchen auf. Ich beschreibe nun diese drei Methoden im einzelnen.

Heilen von Blockierungen aus früheren Leben auf den unteren vier Auraebenen

Die folgende Methode lernte ich von Petey Peterson vom Healing Light Center in Glendale/Kalifornien; es lassen sich damit trans-temporale Traumata entfernen, die die Freiheit einer Person in diesem Leben blockieren.

Zuerst arbeitet man mit den Blockierungen aus diesem Leben. Der Heiler läßt Energie in die Blockierung hineinfließen, wodurch das Trauma in der Regel freigesetzt wird. Zuerst sind es Traumata aus diesem Leben; wenn sie bereinigt sind, kommen Traumata früherer Leben an die Oberfläche und werden auf die gleiche Weise bearbeitet. Die Heilerin muß darauf gefaßt sein, daß sehr starke Gefühle des Schmerzes, der Angst oder der Wut hochkommen, und muß damit umgehen können. Sie muß die Klientin durch alle Gefühlszustände begleiten und darf ihre Energie nicht zurückziehen, falls Gefühle auf sie übergreifen; sie muß der Klientin ein festes energetisches Fundament geben, auf der sie die Erfahrungen durchleben und bereinigen kann.

Man beginnt die Heilsitzung wie sonst auch, indem man die drei Energiesysteme des Klienten, des Heilers und der Geistführer in Übereinstimmung bringt. Während der Reinigung und Aufladung nimmt der Heiler die Blockierungen im System wahr. Seine Intuition oder geistige Führung lenkt ihn zu den Blockierungen, deren Bearbeitung jetzt ansteht. Der Heiler legt seine Hände auf diese Zone und läßt Energie einfließen. Oft ist dabei die linke Hand auf der Rückseite des Körpers und die rechte Hand vorne.

Wenn die Energie fließt, bittet der Heiler den Klienten, seine Erinnerung an den Ort zurückgehen zu lassen, wo er zum ersten Mal mit dieser Blockierung reagiert hat. Der Heiler läßt weiter Energie einfließen. Während der Klient in der Zeit zurückgeht

und sich zu erinnern versucht, steigen im Heiler in der Regel Bilder auf, die mit dem Ereignis in Zusammenhang stehen. Vielleicht sieht auch der Klient Bilder, oder er kommt in entsprechende Gefühlszustände (oder beides). Vielleicht durchlebt er das Trauma wie beim ersten Mal, oder er sieht den Ereignissen wie ein Beobachter zu. Der Heiler muß entscheiden, ob er dem Klienten seine eigenen Wahrnehmungen mitteilt. Es ist nicht immer angebracht, besonders wenn der Klient selbst keine Bilder sieht. Der Heiler muß immer das Energiesystem des Klienten respektieren, das weiß, wieviel Informationen es ertragen kann. Falls der Klient jedoch ein altes Trauma voll durchlebt, dann ist es immer gut, wenn der Heiler mit seiner seherischen Gabe das Erleben des Patienten verifiziert.

Der Zeitpunkt solcher Entdeckungen ist wesentlich. Macht sie der Klient im richtigen Augenblick, dann wird seine Selbsterkenntnis und Selbstliebe gestärkt. Ist es jedoch der falsche Zeitpunkt, kann die Negativität der Person zu sich selbst und anderen zunehmen. Es kann beispielsweise sein, daß jemand, der einem anderen Menschen in einem früheren Leben Leid angetan hat, auf diese Erkenntnis mit massiven Schuldgefühlen reagiert. Falls er das Opfer in diesem Leben kennt, so kann sich die Beziehung wegen dieser Schuld verschlechtern. Falls umgekehrt der Klient in einem früheren Leben Opfer einer Person war, die er jetzt kennt, wird seine vorwurfsvolle Haltung, die er vielleicht schon hat, noch schlimmer. Hat der Klient ein Trauma durchlebt, fragt ihn die Heilerin, ob er bereit ist, es loszulassen. Falls er bejaht, kann das Trauma, das sich jetzt aus seiner Verquickung mit dem Energiefeld gelöst hat, leicht entfernt werden. Die Leerstelle wird von der Heilerin und vom Klienten mit dem rosa Licht bedingungsloser Liebe gefüllt, das vom Herzchakra ausströmt (siehe Kapitel 23).

Es kann aber auch sein, daß der Klient verneint. Das heißt, der Prozeß ist noch nicht beendet, weil entweder der Klient noch nicht alles durchlebt hat, oder weil der Heiler sieht, daß noch Arbeit zu tun ist. Die Heilerin läßt wieder Energie in die Blockierung fließen, und hilft dem Klienten so, tiefer in die Erfahrung des Traumas einzutauchen. Sie verstärkt sowohl die Intensität wie

die Frequenz der Energie. Dieser Vorgang wird so oft wiederholt, bis der Klient bereit ist, das Trauma loszulassen und das rosa Licht bedingungsloser Liebe in sich einströmen zu lassen.

Falls eine Blockierung trotz des Durchlebens eines Traumas nicht weicht, so befinden sich meist darunter noch tiefere Traumata. Ich habe schon gesehen, daß Traumata aus fünf verschiedenen Vorleben in der gleichen Körperzone übereinander geschichtet waren. Die fünf Schichten traten hervor, nachdem der Klient die Traumata dieses Lebens bearbeitet hatte. Mit anderen Worten, Traumata werden im Energiefeld übereinander gelagert; ist eines bearbeitet, so zeigt sich das nächste.

Beim Durchleben früherer Inkarnationen kann es zu einer starken Veränderung des Energiefeldes kommen; Rosalyn Bruyere spricht von einer »unmittelbaren Feldverlagerung«. Sie sagt, das Aurafeld vergrößere sich extrem, ohne dabei seine hohe Schwingungsfrequenz zu verlieren. Die Energieladung des Feldes ist für achtundvierzig Stunden fast doppelt so groß, und die Klientin ist in einem sehr verletzbaren Zustand. Sehr viele Erinnerungen, die im Unbewußten gespeichert sind, werden wach und fließen ins Bewußtsein der Person. Es ist sehr wichtig, daß sie während dieser zwei Tage in einer ruhigen, sicheren und positiven Umgebung ist, damit der Heilprozeß ungestört fortschreiten und vollendet werden kann. Unangenehme äußere Erfahrungen sollten vermieden werden, denn sie können die Person sehr tief verletzen. Es ist eine Phase, in der das Energiefeld neue, gesunde Muster aufbaut, die zur dauerhaften Heilung führen können, wenn sie genug Zeit haben, um sich zu stabilisieren. Der Heiler muß die Patientin darauf hinweisen, wie wichtig es ist, sich die notwendige Zeit zu gönnen und gut für sich selbst zu sorgen. Die Kraft, die dieser Zeit innewohnt, muß respektiert werden. Die Periode ist ähnlich intensiv wie ein Schockzustand.

Jeder natürliche Reinigungsprozeß, der Körperblockierungen löst (und das tun die meisten spirituellen Wege), wird schließlich auch zur Bearbeitung vergangener Leben führen. Wie schon gesagt, ist die richtige Wahl des Zeitpunkts entscheidend. Der Punkt ist dann erreicht, wenn in diesem Leben schon sehr viel bearbeitet wurde, und das persönliche Leben der Person weit-

gehend in Ordnung ist, so daß sie nicht in die Versuchung verfällt, durch die Erfahrung früherer Inkarnationen den Problemen des Hier und Jetzt auszuweichen.

Manchmal kommt jemand trotz intensiver spiritueller Arbeit nicht weiter. Oft liegt der Schlüssel in den Verstrickungen mit vergangenen Leben. Werden diese gelöst, so kann es zu dramatischen Veränderungen im Leben kommen.

Ein Beispiel ist eine Klientin, die in einer sehr destruktiven Ehe lebte und von ihrem Mann täglich angegriffen wurde, aber nicht fähig war, ihn zu verlassen. Sie durchlebte etwa fünfzehn Vorleben, in denen sie immer auf irgendeine Weise von Männern mißbraucht worden war. Sie erkannte das Muster ihrer Abhängigkeit. Sie glaubte nämlich, alle Macht liege bei den Männern (und auch alle Verantwortung). Jede Situation, in der sie erlebte, daß Männer mehr physische Kraft hatten als sie, war ihr ein Beweis für diese Überzeugung. Als sie sah, daß sie sich selbst abhängig machte, und es nun notwendig war, auf eigenen Füßen zu stehen und sich der Angst vor dem Alleinsein zu stellen, war sie fähig, sich von ihrem Mann zu trennen und ihr Leben neu aufzubauen. Das ist nun ein Jahr her, und ihr Leben hat sich dramatisch verändert - sie ist frei, glücklich und gesund. Sie hat keine Angst mehr vor dem Alleinsein, dadurch hat sie ihre Unabhängigkeit zurückgewonnen und übernimmt Verantwortung für ihr Leben.

Heilen von Traumata vergangener Leben auf der fünften und siebten Auraebene

Um ein strukturelles Problem zu lösen, das seine Wurzeln in einem früheren Leben hat, verwendet man dieselben Methoden, wie sie in Kapitel 22 für die ätherische und ketherische Negativform beschrieben worden sind. Es gibt jedoch einen wichtigen Unterschied: Wenn die Heilerin weiß, daß das Trauma aus einem früheren Leben stammt, muß sie dem Klienten helfen, seine gegenwärtigen Lebensthemen mit Erfahrungen in früheren Leben in Verbindung zu bringen. Die strukturellen Probleme, die

frühere Leben auf dieser Auraebene hinterlassen haben, führen zu entsprechenden Problemen im physischen Körper. Es ist sehr wichtig, sich mit diesen Fragen auseinanderzusetzen, weil sie sehr fest mit der Seelensubstanz des Individuums verschmolzen sind. Zentrieren sich die Probleme eines Menschen um seine Geburt, so muß er das Problem erst auf der physischen und psychodynamischen Ebene behandeln. Diese Arbeit führt dann zur Erkenntnis der spirituellen Aufgabe, um derentwillen sich die Seele inkarniert hat. Der Heiler darf diese umfassende Perspektive nicht aus den Augen verlieren. Es geht nicht nur darum, den physischen Körper zu heilen, obwohl der Klient in der Regel deswegen zu ihm gekommen ist. Es geht darum, die Seele zu heilen. Das Aurafeld muß wieder so ausgerichtet werden, daß es mit seinem eigenen, natürlichen Fluß - dem universalen Lebensfluß - in Übereinstimmung kommt.

Betrachten wir den ganzen Prozeß am Beispiel eines jungen Mannes namens John. Zuerst sah ich das strukturelle Problem in der Aura. Ich sah auch eine Szene aus einer früheren Inkarnation, die offenbar eine Beziehung zu dieser Verwundung der Aura hatte.

Der junge Mann sagte mir nicht, welches Problem er hatte. In seinem Feld auf der ketherischen Ebene befand sich statt einer schönen goldenen Sonne am Solarplexus dort ein Gebilde, das eher einem Sonnenfleck glich. Eine Wolke ineinander gemischter roter, gelber und schwarzer Energie stieß kleine, überwiegend graue Wirbel nach außen. Die meisten anderen Chakras waren intakt. Der goldene Hauptkraftstrom, der die Wirbelsäule auf- und abläuft, beulte sich in Richtung des »Sonnenflecks« aus und war dort ganz dunkel. Auch auf der Rückseite waren diese kleinen, grauen Wirbel zu sehen. Während John über sein Leben sprach, sah ich ihn plötzlich in einer Kriegsszene in der Zeit Dschingis Chans. Mit einer Handwaffe tötete er lustvoll einen Soldaten der feindlichen Armee. An einem Eisenstab war eine mit Dornen gespickte Metallkugel mit einer Kette befestigt. Damit zerschlug er den Kopf seines Feindes. Im selben Augenblick durchbohrte ihn ein Gegner mit einer Lanze am Solarplexus. Beide starben. Diese Erfahrung hinterließ in ihm die Überzeu-

gung, daß jeder lustvolle und machtvolle Ausdruck der Lebenskraft zu Verwundung und Tod führe.

In diesem Leben neigte John dazu, jeden starken, ungeteilten Ausdruck seiner Lebenskraft zurückzuhalten. Statt dessen zersplitterte er seine Kraft. Sein Beruf als Regisseur war für ihn eine Möglichkeit, seine verschiedenen Teile zu integrieren. Indem verschiedene Aspekte starker Lebenskraft in unterschiedlichen Charakteren und Stücken zum Ausdruck kamen, konnte er erleben, welche Folgen das hatte. So bereicherten seine Stücke seine Lebenserfahrung und halfen ihm, einen Weg für den Ausdruck seiner Lebenskraft zu finden.

Als er vor mir stand, bemerkte ich nicht gleich, daß er Skoliosis hatte und sah die Rückgratverkrümmung erst, als er sich umdrehte. Sie war angeboren und nie operiert worden. Für mich war diese Deformation der physische Ausdruck jener traumatischen Erfahrung in einem früheren Leben.

Nach dem Aufladen und Reinigen entfernte ich die stagnierende Energie der Wunde am Solarplexus mit Hilfe eines Kristalls. Die stagnierende Energie hatte sich in den Aurakörpern zwei und vier abgelagert. Der Kristall ist dafür ein sehr gutes Instrument und beschleunigt den Reinigungsprozeß. Auch schützt er den Heiler davor, die tote Energie aufzunehmen.

Nachdem viel stagnierende Energie aus der zweiten und vierten Auraschicht entfernt worden war, stellte ich fest, daß die Lanze in den Solarplexus des ätherischen Negativkörpers eingegraben war. Der Schaft hatte sich in einer Spirale aufgerollt. Ich mußte ihn erst geradebiegen, bevor ich die Lanze herausreißen, die Wunde säubern und heilende Energie einfließen lassen konnte. In den nächsten Sitzungen arbeitete ich mit den Geistführern an der Neustrukturierung der ketherischen Ebene. Erst wurden die Negativform der Organe behandelt und dann die Chakras. Bei meiner Arbeit mit den Chakras auf der siebten Ebene kommen aus meinen Fingerspitzen sehr feine gold-weiße Lichtfäden, die ich sehr rasch bewege, um die Wirbelstruktur des Chakras neu zu strukturieren. Dann wird die blaue, ätherische Schicht (erste Auraebene) darübergereitet und ruht auf der goldenen Schicht, so wie Körperzellen auf der blauen, ätheri-

sehen Ebene ruhen. Nach der Neustrukturierung sieht das Chakra mit seinen rotierenden Wirbeln wie eine schöne, goldene Lotusblüte aus.

Nach der Neustrukturierung des Chakras richteten die Geistführer und ich den Hauptkraftstrom, der verdunkelt und deformiert war, wieder gerade und stellten die Verbindung zum Chakra her. Am Ende der Heilsitzungen sah der ketherische Körper meines Klienten wieder normal aus. Alle Chakras und der Hauptkraftstrom arbeiteten wieder richtig.

Der Klient hatte sich während dieser fünf oder sechs Sitzungen zunehmend beweglicher gefühlt. Die Verspannung der Rückenmuskeln ließ nach, mit denen er das Ungleichgewicht in seinem Energiefeld ausgeglichen hatte. Auch sagte er, daß er in seinem persönlichen Leben mehr Freiheit gewonnen habe.

Ich sah ihn einen Monat später, um zu überprüfen, ob meine Arbeit von Dauer war, und überwies ihn dann an einen Arzt, der auf der physischen Ebene weiterarbeitete, nachdem die energetischen Vorbedingungen geschaffen waren. Ob seine Wirbelsäule ganz gerade werden wird, ist fraglich. Dazu wäre sehr lange und tiefe Heilarbeit notwendig.

Bänder früherer Leben auf der ketherischen Ebene

Wie schon gesagt, erscheinen frühere Leben als farbige Bänder an der Außenschicht der Aura. Steckt man die Finger in diese Bänder und stellt sich auf ihre Energie ein, dann kann man frühere Leben vorbeifließen sehen.

Das Band, das für das jetzige Leben relevant ist, befindet sich im Hals- und Gesichtsbereich an der äußeren Schicht der Aura, etwa einen dreiviertel bis knapp einen Meter vom Körper entfernt. Wenn Sie Ihre Hände rechts und links an dem Band entlanggleiten lassen, dann sehen Sie den Ablauf dieses Lebens in linearer Zeit. Die wichtige Frage ist, was Sie mit dieser Information anfangen. Es ist, wie schon betont, nicht gut, den Klienten Dingen auszusetzen, für die er nicht bereit ist. Falls er schon selbst viel Reinigungsarbeit gemacht hat, ist es vielleicht in Ord-

nung, ihn wissen zu lassen, was dort gespeichert ist. Es kann eine direkte Beziehung zu seinem gegenwärtigen Leben haben. Ich gebe diese Informationen nie preis, sofern ich nicht genau weiß, wo der Klient steht, und ob er dafür bereit ist.

Nur ganz selten habe ich versucht, an diesen Bändern etwas zu ändern, und glaube, daß man sie weitgehend in Ruhe lassen sollte. Manchmal, wenn eine große Last damit verbunden zu sein scheint, bewege ich meine Hände durch sie hindurch, um sie heller und leichter zu machen. Ich habe auch schon gesehen, daß sich die Energie in einem solchen Band an einer Stelle verdichtet hat, und habe sie in diesem Fall glattgestrichen. Die Person fühlt sich dadurch in der Regel erleichtert.

Mir scheint, diese Bänder stehen in enger Beziehung zu der Aufgabe, die sich die Person für dieses Leben vorgenommen hat, um zu wachsen. Oft habe ich das Gefühl, ich würde in die Intimsphäre der Person eindringen, wenn ich die Bänder berühre, und ich ziehe mich wieder zurück. Der Heiler muß die Arbeit respektieren, die der Klient selbst auf dieser hohen Ebene seines Energiefeldes tut, und prüfen, wofür er selbst und der Klient bereit sind. Für alle Ebenen der Aura gilt: Nehmen Sie Ihren Platz im großen Plan des Universums in Würde und Demut ein und arbeiten Sie mit bedingungsloser Liebe - der größten Heilerin, die es gibt.

Teil VI

Selbstheilung und der spirituelle Heiler

Einleitung

Transformation und Selbstverantwortung

Sie - und nur Sie - sind für Ihre Gesundheit verantwortlich. Wenn Sie ein körperliches Problem haben, müssen Sie irgendwann die Entscheidung treffen, welchem Heilverfahren Sie folgen wollen. Diese Entscheidung sollten Sie nur mit der allergrößten Umsicht treffen. Am Anfang bietet sich Ihnen eine verwirrende Vielfalt von Möglichkeiten. Wem vertrauen Sie? Wie lange bleiben Sie bei einer Methode, wenn Sie nicht wissen, ob sie wirkt? Die Antwort auf diese Fragen kann nur das Ergebnis einer tiefen Suche nach dem sein, was für Sie stimmt.

Falls Sie einer Diagnose nicht trauen, spricht nichts dagegen, eine zweite oder dritte Meinung einzuholen oder eine ganz andere Diagnostik anzuwenden. Falls Sie nicht verstehen, was Ihnen über Ihre Krankheit gesagt wird, dann bitten Sie den Arzt um nähere Erklärungen, besorgen Sie sich Bücher und informieren Sie sich umfassend. Übernehmen Sie Verantwortung für Ihre Gesundheit. Lassen Sie sich vor allem nicht von negativen Prognosen ins Bockshorn jagen. Nehmen Sie solche Aussagen als Botschaft auf, sich mit sich selbst zu befassen und alternative Methoden gründlicher zu prüfen. Die westliche Schulmedizin hat viele Antworten, aber nicht alle. Falls sie eine bestimmte Krankheit nicht heilen kann, dann suchen Sie nach anderen Wegen. Grenzen Sie nichts aus. Sie werden überrascht sein, wieviel Sie über sich und Ihre Gesundheit lernen werden. Die Suche wird Ihr Leben in einer Weise verändern, wie Sie es nie erwartet haben. Ich kenne viele Menschen, deren Krankheit sie

schließlich zu einem tiefen Verstehen, zu Dankbarkeit und Lebensfreude geführt hat und einer Erfüllung, die ihnen vor ihrer Krankheit versagt war.

Würden wir unsere Einstellung zur Krankheit ändern und sie mit Verständnis als Botschaft annehmen, die uns etwas zu lehren hat, so könnten wir uns von einem Großteil der Angst vor Krankheit befreien, und zwar nicht nur auf der persönlichen Ebene, sondern auch im nationalen oder globalen Bereich.

Im folgenden Abschnitt stelle ich dar, wie man selbst für die eigene Gesundheit sorgt. Dazu gehören tägliche Übungen, Essen, Wohnen und Kleidung. Vor allem aber brauchen Sie Liebe, um Ihre Gesundheit zu bewahren. Selbstliebe ist die größte Heilerin, und auch Selbstliebe verlangt tägliche Übung.

Kapitel 25

Die neue Medizin: Der Patient wird zum Heiler - eine Fallstudie

Mit der Veränderung der Einstellung zur Krankheit verändern sich auch die Behandlungsmethoden. Je differenzierter und wirksamer unsere Diagnose- und Heilverfahren werden, um so mehr können wir sie auf den einzelnen Patienten einstellen. Jedes Individuum ist einzigartig, und so muß auch jeder Heilprozeß individuell abgestimmt werden. Jede Heilsitzung ist anders. Wichtig ist, daß die Heilerin einen breiten Informationshintergrund besitzt, sehr viel Liebe und guten Kontakt mit ihren Geistführern beim Heilen hat. Wenn wir in die feineren Bereiche Vordringen, wird Heilen zur Kunst. Die folgende Fallstudie eines Patienten, mit dem ich über zwei Jahre lang gearbeitet habe, zeigt, welche neuen Möglichkeiten vor uns liegen. Ich habe David ausgewählt, weil an seinem Fall alle Phasen und Ebenen des Heilens demonstriert werden können. Sein Fall zeigt, wie tief die Struktur der Persönlichkeit durch Heilen über eine längere Zeitspanne verändert werden kann. Heyoan hat gesagt, daß »die richtige Substanz in der richtigen Dosierung zum richtigen Zeitpunkt transformierend wirkt«. Im Fall von David arbeitete ich mit Handauflegen, direktem Informationszugang und psychodynamischer Analyse. Zusammen mit der Eigeninitiative und Eigenverantwortung des Patienten wurde dadurch nicht nur die Krankheit geheilt, sondern sein Leben tiefgreifend verändert. Dies war nur möglich, weil der Patient die Verantwortung für seine Heilung übernahm.

Der ursprüngliche Auslöser der Krankheit ist immer ein Schlüssel für den ganzen Heilprozeß. Um ihn zu finden, ist der

direkte Informationszugang ein unschätzbare Instrument. Im vorliegenden Fall wird die Ursache der Krankheit unter verschiedenen Gesichtspunkten betrachtet: der Lebensumstände des Patienten, seiner Psychodynamik, seines Glaubenssystems und seines spirituellen Lebensplans.

Die Heilung Davids

David wuchs in Kalifornien auf. Seine Eltern waren Psychologen. Er liebte das Meer, Surfen und die Sonne. David erwarb einen Dokortitel in Kinesiologie an der Universität von Kalifornien und begann zu lehren. Er reiste nach Indien, wo er sich in eine

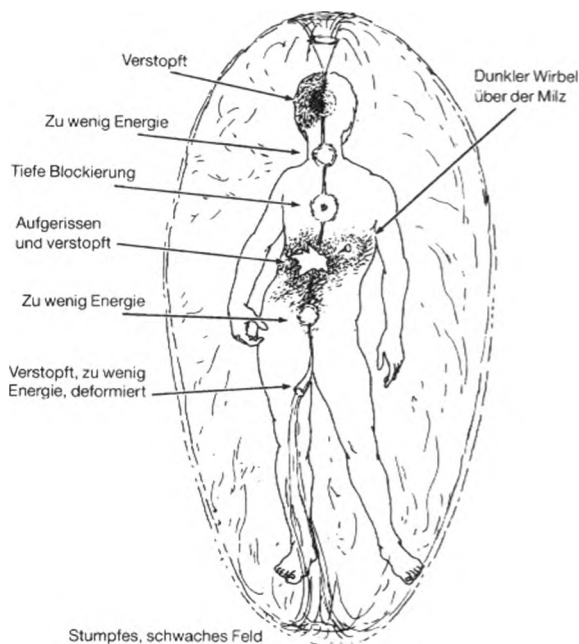


Abb. 25-1: David vor Beginn des Heilprozesses

Amerikanerin namens Anne verliebte und sehr krank wurde. Er und Anne kehrten in die Vereinigten Staaten zurück. Seine vierjährige Suche nach Heilung führte ihn quer durch Amerika. Er erhielt die verschiedensten Diagnosen von Mononukleose über chronische Hepatitis, unbekannte Viren, bis zu »es ist alles nur in Ihrem Kopf, Sie haben gar nichts«. Dabei nahm seine Energie immer mehr ab, es fiel ihm zusehends schwerer zu arbeiten. Als er zu mir kam, war seine Energie ein oder zwei Tage lang gut, sank dann aber plötzlich ab, und er mußte ein oder zwei Tage im Bett bleiben.

Abb. 25-1 zeigt, wie Davids Energiefeld zu Beginn der Behandlung aussah. Am deutlichsten sichtbar und am gravierendsten war das Problem im Nabel-Chakra: Es war weit aufgerissen und

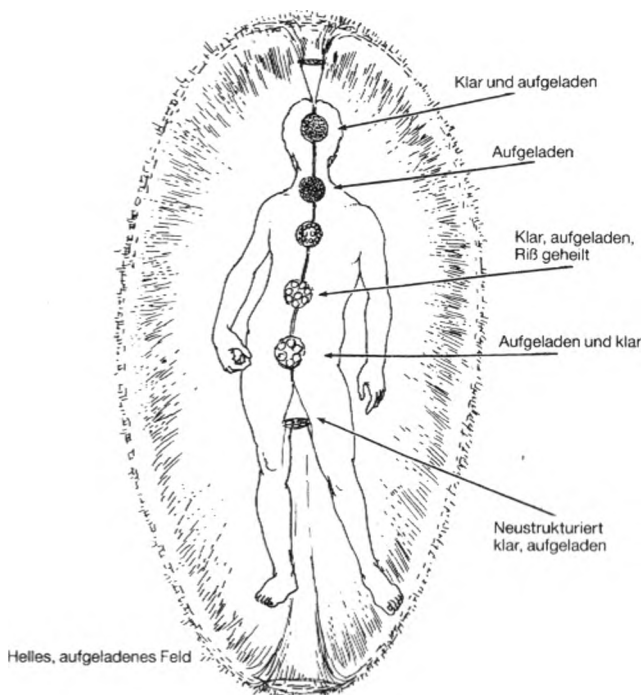


Abb. 25-2: David nach Abschluß des Heilprozesses

mußte auf allen Auraebenen, einschließlich der siebten, genäht werden. Das zweitgrößte Problem war die Deformation des ersten Chakras: Es war nach links gebogen und verstopft. Der Organismus konnte praktisch keine Energie durch das Wurzelchakra aufnehmen. Die Kombination des zerrissenen dritten Chakras, aus dem Energie austrat, und dem verstopften ersten Chakra, verursachte die Energieerschöpfung. Das machte sich körperlich stark bemerkbar, weil das erste Chakra die Energie transformiert, die für physische Stärke notwendig ist (siehe Kapitel 11). Zusätzlich war auch das zweite Chakra schwach und unterversorgt; dies ist nicht nur der Ort der Sexualfunktion (die schwach war), sondern auch des Immunsystems (Lymphdrüsen). Das Herz-Zentrum zeigte tief im Innern eine Blockierung; sie befand sich auf dem unteren Drittel des spiralförmigen Trichters. Über die Thymusdrüse besteht auch eine Beziehung zwischen dem Herz-Chakra und dem Immunsystem. Wann immer ich eine solche Blockierung gesehen habe, hat die Person ein Problem mit ihrer Beziehung zu Gott oder ihrer Vorstellung von Gottes Willen (dazu später mehr). Das Kehle-Zentrum war zu wenig geladen. Es hat mit Kommunikation zu tun, mit Selbstverantwortlichkeit und mit Geben und Nehmen. Das Dritte Auge war verstopft und blockiert bis hinein zur Zirbeldrüse. Das Kronen-Chakra war schwach und ebenfalls unterversorgt. Die ganze Aura war schlaff und stumpf.

Bei der Untersuchung der Organe fand ich sehr viel stagnierende und dunkle Energie in der Leber. Sie war mit Schichten schmutziger Farben umgeben: ein dunkles, schleimiges Grün über häßlichem Gelb, das in der Nähe der Wirbelsäule fast schwarz wurde. Die ätherische Matrix der Leber war zerrissen und deformiert. Bei näherem Hinsehen sah ich diverse infektiöse Organismen, nach Größe und Form schienen es Bakterien und Viren zu sein. Sie waren in der Bauchspeicheldrüse, in der Milz und im Darm verbreitet. Über der Bauchspeicheldrüse befand sich ein schnell rotierender Wirbel, der ein hohes Kratzgeräusch von sich gab. Das ist gewöhnlich ein Hinweis auf Störungen des Zuckerstoffwechsels, wie Diabetes oder überhöhter Blutzuckerspiegel. Auch die äußeren Auraschichten waren schwach und

unterversorgt. Anstatt schöner, heller Strahlen aus der sechsten Schicht, war alles schlaff und farblos. Dieser Mann war wirklich sehr krank.

Jenen, die noch in der Lernphase sind, schlage ich vor, an diesem Punkt die Auralassung zu beenden, das Feld zu analysieren und einen Heilplan zu erstellen. Wo würden Sie anfangen? Würden Sie möglichst viel Energie in das System einströmen lassen, um es aufzuladen? Warum, oder warum nicht? Wann würden Sie den Riß auf der siebten Schicht heilen und warum? Was könnten Sie sich als Ursache dieser Krankheit vorstellen, und wie zeigt sie sich im Aurafeld? Wird sich der Patient schnell oder langsam erholen? Warum? All diese Fragen werden in der nun folgenden Darstellung des tatsächlichen Heilungsprozesses beantwortet.

1. Phase: Reinigen, Aufladen und Neustrukturieren des Feldes

Die ersten Wochen konzentrierte ich mich auf Reinigen und Aufladen des Feldes, auf das Geraderichten des ersten Chakras, um dann zum Kern des Problems zu kommen: dem dritten Chakra. Manchmal legte ich eine halbe bis dreiviertel Stunde nur meine Hände auf Davids Leber und das dritte Chakra. Wegen der Schwäche dieses Chakras war es unmöglich, die Aura stark aufzuladen. Ein starker Energiestoß hätte das Chakra noch weiter aufreißen können. Die Ausrichtung und Reinigung des ersten Chakras war relativ einfach und gelang in den ersten Wochen. Das Heilen der Risse im Aurafeld dauerte viel länger, weil es große Veränderungen voraussetzte. Die Aura konnte nicht voll aufgeladen werden, weil die Energie aus dem dritten Chakra wieder herausfloß. Jedesmal wenn David kam, begannen wir mit Reinigen und Aufladen und verkleinerten das Loch im dritten Chakra: wir legten ein »Siegel« oder einen »Verband« darüber, so daß es die Woche über weiterheilen konnte. Beim nächsten Mal kamen wir wieder ein Stückchen vorwärts. Jede Woche drang ich tiefer in das Feld ein, um die Aura Schritt für Schritt zu

reinigen und neu zu strukturieren. Zuerst mußte die Struktur des ätherischen Körpers wiederhergestellt werden, dann die ätherische Negativform der Leber, anderer benachbarter Organe und des Chakras. Nach einigen Wochen pendelte sich Davids Energie ein: Statt dem Auf und Ab blieb er nun gleichmäßig auf einem niedrigen Niveau. Ihm schien das kein Fortschritt zu sein, aber mir. Ich sah, daß das Feld langsam wieder seine Struktur zurückgewann. Der Körper versuchte nun nicht mehr, die Schwäche zu kompensieren, nur um dann wieder zusammenzubrechen, sondern er stellte sich auf das Energieniveau ein, das seinem Zustand entsprach. David empfand das als sehr entmutigend.

Das erste Chakra blieb nun in seiner richtigen Position, und das zweite Chakra begann sich aufzuladen. Dadurch gewann David allmählich seine Energie und seine Sexualekraft zurück. Auch war er emotional nicht mehr so verletzbar.

Während der ersten drei Monate bekam David keinen Kommentar von Heyoan. Er war der Meinung, David hätte genug psychologische oder spirituelle Vorträge gehört, und man sollte ihm nicht noch mehr »kosmische Gesetze in den Hals stopfen«. Ich verzichtete deswegen in dieser Phase auf psychodynamische Arbeit. Jetzt war das Aufladen und die Reparatur der Aura weit wichtiger. Der Heiler kann nur so schnell vorwärts gehen, wie es der Patient zuläßt. Schließlich war Davids Feld stark genug, um mit der hohen Energie arbeiten zu können, die für die Reparatur der siebten Schicht notwendig ist.

Nun begann David nach der Bedeutung seiner Krankheit zu fragen. Er wollte den Zusammenhang mit seinem persönlichen Leben verstehen lernen.

2. Phase: Psychodynamik und Krankheitsursachen

Davids Fragen setzten ein, als das dritte Chakra (der lineare Verstand) allmählich besser arbeitete. Langsam entstand ein Bild von der menschlichen Seite seiner Krankheit.

Jedes Kind hat eine starke Verbindung mit seiner Mutter, wie in Kapitel 8 besprochen. Diese Verbindung entsteht in der Gebä-

mutter und bleibt nach der Geburt über die Auranabelschnur bestehen, die die dritten Chakras verbindet. Auch über die Herz-Chakras besteht eine starke Bindung zwischen Mutter und Kind.

Das dritte Chakra riß in Davids Pubertät ab, als er gegen seine sehr dominante und kontrollierende Mutter rebellierte. Bis dahin hatte David alles getan, um ihr zu gefallen. Beide Eltern waren Psychologen und hatten ihr Wissen unabsichtlich dazu mißbraucht, über ihren Sohn Kontrolle auszuüben.

In seinem Streben nach Autonomie ging David den Weg vieler Teenager: Er brach mit seinen Eltern. Das hieß, daß er die Nabelschnur zu seiner Mutter regelrecht zerriß, wodurch ein Loch im Solarplexus entstand. Die Nabelschnur hing lose herunter. Natürlich war es das Nächstliegende, jemand anderen an Mutters Stelle zu setzen (auf dieser Stufe denkt jeder, das Problem sei die Mutter, und nicht er selbst). Leider mußte er feststellen, daß er sich immer wieder mit Frauen zusammentat, die ebenfalls Kontrolle ausübten. Sein Energiesystem zog automatisch diesen Typ an, weil diese Art von Energie für David »normal« war (Gleiches zieht Gleiches an). Diese unbefriedigenden Beziehungen brachten ihn dazu, nach seinem eigenen Selbst zu suchen, und schließlich in einen Ashram nach Indien zu gehen. Er erkannte, daß das Problem in ihm selbst lag.

Davids Herz-Chakra hatte sich nie wirklich mit seiner Mutter verbunden. Von Anfang an hatte sie ihn nicht so annehmen können, wie er war. Nur wenn er so war, wie sie ihn wollte, kam eine Herzensverbindung zustande. Das hieß für David Selbstverleugnung. David fühlte sich in seinem Herzen betrogen. Jeder junge Mann muß durch eine Herzenskrise. Wenn er sehr stark mit seiner Mutter verbunden ist, muß er schließlich lernen, diese Bindung auf einen Partner zu übertragen, damit er ein ganzer Mann mit sexueller Potenz wird - eine Erfahrung, die er mit seiner ersten Liebe, seiner Mutter, nicht machen kann. Fehlt ihm die Herzensbindung zu seiner Mutter, so hat er kein Vorbild, wenn es an der Zeit ist, eine Partnerin zu finden, und es wird ihm schwer fallen zu lieben.

Davids Problem in Beziehungen bestand darin, daß er zu einer echten Liebesbindung nicht fähig war. Das führte ihn nach Indien

zu einem Guru, der nach Davids Worten, »ein großes Herz hatte«. Im Ashram lernte David, eine Herzensverbindung herzustellen - zuerst zu seinem Guru und dann zu Anne, die er dort kennenlernte. Er mußte jedoch feststellen, daß er nach und nach seinen Willen aufgab, wenn er sein Herz für seinen Guru öffnete. Er versuchte bedingungslose Liebe zu lernen, aber es schlichen sich doch Bedingungen ein. Wenn David seinen Willen hintanstellte, fühlte er sich betrogen, aber diesmal ging es nicht nur um die Liebe zu einem anderen Menschen, sondern um die Liebe zur Menschheit, zu Gott. Das Problem stellte sich nun als Konflikt zwischen Davids Willen und Gottes Willen dar. Das zeigte sich in der tiefen Blockierung seines Herz-Zentrums. David merkte, daß er nun nicht mehr Mamas »braver« Junge war, statt dessen aber der »brave Junge« des Gurus und von Gott. Er und Anne entschieden sich, den Ashram zu verlassen, und wieder zerriß das dritte Chakra beim Bruch mit dem Guru. Aber er hatte sein Herz zum Leben erweckt. Zum ersten Mal in seinem Leben spürte er eine tiefe Verbindung zu einer Frau vom Herzen und vom Nabel-Chakra.

Die Suche nach Angenommenwerden und vollkommener Liebe ist ein sehr starker Impuls der Menschenseele und führt sie durch viele Lektionen. Ich habe festgestellt, daß Menschen, die in den siebziger Jahren in spirituellen Gemeinschaften gelebt haben, zwar gelernt haben, ihr Herz zu öffnen, dafür aber sehr viel Autonomie eingebüßt haben - nicht anders als in der Kindheit. Für viele war es hilfreich, im Rahmen einer strukturierten Gemeinschaft tiefe Liebe zu erfahren, und dann diese Liebe allein in der Welt leben zu können. Das gilt besonders dann, wenn die Kindheit lieblos war. Hat man Liebe in der Gemeinschaft erfahren, dafür aber einen Teil seines freien Willens geopfert, so sollte man sich diese Liebe bewahren und sich dem Willen Gottes fügen, aber so wie er sich im eigenen Herzen offenbart und nicht, wie ihn jemand anderes definiert.

Mit zunehmender Besserung wurden die chronischen Probleme, die David mit seiner Freundin hatte, für ihn unerträglich. Er veränderte sich in einer Weise, daß zwischen seinen und ihren Schwingungen keine Harmonie mehr bestand. Jeder, der in einer

Langzeitbeziehung lebt, kennt dieses Phänomen. Wenn sich einer verändert und der andere nicht Schritt hält, gibt es eine Phase, in der beide sich fragen, mit wem sie eigentlich Zusammenleben. Wird sich auch der andere verändern, damit die Energiefelder wieder vereinbar sind? Das ist möglich, wenn beide Geduld und Liebe praktizieren. Tun sie das nicht, dann wird einer schließlich Weggehen. David und Anne begannen, an der Lösung ihrer Probleme zu arbeiten. Mit sehr viel Liebe und Aufrichtigkeit konzentrierten sie sich in erster Linie auf den psychodynamischen Aspekt. Davids Hauptinteresse hatte sich auf seine Arbeit gerichtet, er wollte vor allem seine Freiheit und seine persönliche Kraft zurückgewinnen. Anne wollte jedoch weiterhin ihrem Guru folgen und ihr Leben entsprechend verändern.

Nicht nur zwischen Mutter und Kind, auch in anderen nahen Beziehungen entstehen Energiebänder zwischen den Chakras. In einer gesunden Beziehung sind diese Bänder hell und golden und verbinden die meisten Chakras der beiden Personen. Oft sind sie jedoch nur einer Wiederholung der ungesunden Beziehung, die das Kind mit seinen Eltern hatte. Die Bänder sind dann dunkel und verbinden vor allem die Nabel-Chakras. Um eine Beziehung positiv zu verwandeln, müssen die ungesunden Bänder vom Partner gelöst, mit Energie aufgeladen und ins eigene Innere zurückgeführt werden. Es sind Bänder der Abhängigkeit, die eine Person daran hindern, sich selbst zu vertrauen. Nach und nach lösten David und seine Freundin diese Abhängigkeitsbänder voneinander ab. Dieser Prozeß macht sehr viel Angst. Man hat das Gefühl, als würde man haltlos im Raum schweben, ohne an irgend etwas gebunden zu sein. Man verläßt die imaginäre Sicherheit der Rigidität und ersetzt sie mit flexiblem Selbstvertrauen.

Sollten Sie je eine Scheidung durchlebt haben oder den Tod Ihres Ehegatten, dann verstehen Sie, worum es geht. Viele Menschen sprechen von Ihrem Ehegatten als ihrer »besseren Hälfte«. Wenn sie alleine Zurückbleiben, haben sie das Gefühl, in der Mitte durchgerissen zu sein. Die Erfahrung ist deswegen so schlimm, weil wirklich etwas zerreißt. Ich habe oft beobachtet, daß nach

einer solchen schmerzhaften Trennung abgerissene Bänder aus dem Solarplexus heraushängen.

3. Phase: Transformationssubstanz

Je mehr David seine Kraft zurückgewann, um so aktiver unterstützte er seinen Heilprozeß. Er stellte Heyoan spezifische Fragen. Er wollte wissen, welche Medikamente er nehmen sollte (im mittleren Bauchbereich konnte ich immer noch die Mikroorganismen sehen). David hatte von einem vielversprechenden Serum aus Kanada gehört. War es das richtige? Heyoan antwortete: »Nein. Es könnte zwar ein wenig helfen, aber es gibt ein anderes Medikament, das wirksamer wäre.« Heyoan sagte mir, es sei etwas Ähnliches wie Chinin, das bei Malaria verwendet werde. Dann zeigte er mir das Bild eines Swimmingpools und sagte, der erste Teil des Wortes sei Chlor, wie im Swimmingpool. Der ganze Name wäre Chlorchinin. Heyoan sagte, dieses Medikament würde Davids Leber reinigen. Er zeigte mir ein Bild von Davids Leber, die mit silbrigem Licht reingewaschen wurde. David könne dieses Medikament von einem Arzt in der Umgebung von New York bekommen, wo wir lebten. Heyoan fügte hinzu, David solle nicht die normale Dosis nehmen, sondern sie seinen Bedürfnissen anpassen, über die er sich mit Hilfe des Pendels Klarheit verschaffen solle.

David begann seine Suche. Ich war verblüfft, als er eine Woche später mit Chlorchinin in meiner Praxis erschien. Ich hatte noch nie etwas davon gehört. David hatte einen Arzt gefragt, ob er ein Medikament kenne, wie es Heyoan beschrieben habe. Der Arzt nahm ein Buch aus dem Regal, in dem der Gebrauch von Chlorchinin erläutert wurde. Es wurde in gewissen Fällen von chronischer Hepatitis angewendet, die David hatte. Die Diagnose des Arztes stimmte mit der von Heyoan überein. Der Arzt verschrieb David Chlorchinin in der normalen Dosierung.

David nahm das Mittel ein und überprüfte die Dosis täglich mit dem Pendel. Das Medikament hatte eine sehr starke Wirkung auf ihn, nicht nur körperlich, sondern auch emotional. Er durchlebte

tiefe, seelische Schmerzen - die Probleme seiner Kindheit, die oben beschrieben wurden. An einem Tag, so sagte er, »suchte ich im Bauch meiner Freundin Zuflucht«. Er wußte, daß es eine Reinigung war. Er wollte die Gefühle wieder durchleben, um sich zu heilen. Nach fünf Tagen setzte er aufgrund des Pendelergebnisses das Chlorchinin ab.

Heyoan sagte David, er sollte nach diesem ersten Chlorchininstoß ein oder zwei Wochen Reinigungstee trinken und Vitamine nehmen. Ich konnte in der Aura sehen, daß sich in Davids Dickdarm schleimige, gelbgrüne Abfallstoffe angesammelt hatten. Die mußten mit Hilfe von Tees ausgeschieden werden. Nach einigen Tagen zeigte das Pendel an, daß es an der Zeit war, wieder das Medikament zu nehmen. David tat es. Das ging so mehrere Male hin und her. Jedesmal wenn David das Medikament nahm, sank er in eine andere Schicht seiner Persönlichkeit, die der Reinigung bedurfte. Jedesmal ging er daraus stärker und lebendiger hervor. Die Mikroorganismen wurden weniger und die Aura heller und voller. Er befand sich wahrhaftig in einem Transformationsprozeß. Manchmal empfahl Heyoan noch zusätzlich andere Vitamine oder Mineralien, um die Heilung zu beschleunigen.

Ich fragte Heyoan, warum er Chlorchinin nicht schon früher erwähnt habe? Er sagte, Davids Energiefeld sei so zerstört gewesen, daß er die Wirkung des Medikaments vor einer Reparatur des Energiefeldes nicht hätte aushalten können.

Als David sich in der zweiten Phase mit der psychodynamischen Seite seiner Krankheit zu befassen begann, hatten Anne und er sich mehrmals getrennt. Sie waren schon über zehn Jahre lang zusammen, und es gab viel zwischen ihnen zu bereinigen. Sie entfernten sich immer mehr voneinander und trennten sich schließlich ganz. Nachdem Davids Nabel-Chakra geheilt und sein Aurafeld mit heller Energie aufgeladen war, paßten ihre Schwingungen nicht mehr zusammen. Die Freundin entschied sich, ihren eigenen Weg zu gehen und sich selbst ein neues Leben zu schaffen.

Nun begann David, seine Beziehung zu Gott zu klären. Er meditierte, um Gottes Willen in seinem Innern zu finden. Da-

durch löste sich allmählich die tiefe Blockierung in seinem Herz-Chakra auf. Er gab sich seinem eigenen Herzen hin. Emmanuel hatte (1985) gesagt:

Erlösung wollen, macht Lösung schwerer,
weil sie sich nicht dem Willen beugt,
sondern dem Beugen.

Die letzte Lektion jeder Seele ist
völlige Hingabe an Gottes Willen,
der sich im eigenen Herzen offenbart.

Bald danach begegnete David einer Frau und konnte mit ihr nun eine Beziehung erleben, die ihn stützte und nährte. Ich sah, welche gute Wirkung diese Frau auf sein Energiefeld hatte. Es schien, als würde sich sein Feld im Zusammensein mit ihr ausweiten, während es sich in Gegenwart der früheren Freundin immer zusammengezogen hatte.

4. Phase: Verwandlung und Wiedergeburt

Während des letzten Monats hatte ich in Davids Feld eine Konfiguration beobachtet, die ich nie zuvor gesehen hatte. Sie schien durch die Arbeit, die wir zusammen getan hatten, freigelegt zu werden. Sie sah aus wie ein Kokon, der die Wirbelsäule umgab. Ich konnte schwer sagen, auf welcher Auraebene er sich befand. Es schien so, als wäre darin sehr viel Energie eingeschlossen, die darauf wartete, freigesetzt zu werden. Ich sagte David nichts von dem Kokon, aber beobachtete ihn im stillen, während ich am sechsten Chakra arbeitete. Die ganze übrige Aura war klar und hell (siehe Abb. 25-2).

Als David zu seiner letzten Sitzung kam, sah er völlig verändert aus. Seine Aura war doppelt so hell und viel größer als gewöhnlich. Der Kokon hatte sich geöffnet. Ich fragte ihn, was geschehen sei? Er sagte, daß er am Wochenende »ecstasy« (MDMA) genommen habe, eine synthetische Droge aus Methamphetamin und

Safrol der Klasse Phenyläthylamin. Ich stellte fest, daß sich dadurch die linke Seite der Zirbeldrüse geöffnet hatte. Der Schleim über dem Dritten Auge, der von Haschisch und LSD herrührte, war auf der rechten Seite verschwunden. Es gab immer noch Arbeit zu tun, aber die Verwandlung von Davids Feld war erstaunlich.

Da ich bisher in der Aura nur negative Folgen von Drogen wahrgenommen hatte, fragte ich Heyoan. Er sagte: »Es hängt davon ab, wer etwas nimmt, und in welchem Zustand das Energiefeld zu diesem Zeitpunkt ist. Da Davids sechstes Chakra verstopft war und es für ihn an der Zeit war, an seiner Öffnung zu arbeiten, hatte die Droge eine sehr starke Wirkung. Wäre ein anderes Chakra an der Reihe gewesen, so wäre die Wirkung höchstwahrscheinlich negativ gewesen.«

Als eine andere Patientin fragte, ob sie MDMA nehmen könne, sagte Heyoan: »Nein, ich würde es nicht empfehlen. Nimm lieber Ovatrophine, um dein zweites Chakra zu stärken.« (Ovatrophine werden aus tiefgefrorenen Rindereierstöcken hergestellt.) Sie nahm diese Substanz und machte ähnliche Erfahrungen wie David mit Chlorchinin.

Heyoan sagt, daß die neue Medizin auf allen Ebenen ansetzt, um die ganze Person zu heilen. Ihr Angelpunkt ist das Schicksal der Seele. Welche Lektion lernt sie gerade, und wie kann sie diese Lektion am besten lernen? Letztlich geht es darum, daß die Seele sich als einen Funken Gottes erkennt. Je mehr sie sich daran erinnert, um so näher gelangt sie an ihren Ursprung zurück. Drogen und Medikamente können als Transformationssubstanz verwendet werden. Das ist ihr Zweck. Sie heilen die Krankheit nicht, sie helfen dem Individuum, sich selbst zu heilen. »Die richtige Substanz in der richtigen Menge zum richtigen Zeitpunkt hilft dem Individuum, sich selbst zu verwandeln.«

David stellte Heyoan bei unserer letzten Sitzung viele Fragen. Was er dabei über seine Verwandlung und die Bedeutung des Kokons erfuhr, war für uns alle ermutigend. David fragte, was vor einem Monat geschehen sei, als er eine so tiefgreifende Veränderung in sich gespürt habe, die dauerhaft zu sein schien. Zu diesem Zeitpunkt begann ich, den Kokon wahrzunehmen. David hatte

sein Leben in die Hand genommen und es wandelte sich gemäß seinen Wünschen. Er hatte eine schöne Beziehung und hatte sich entschlossen, an die Westküste zu ziehen. Heyoan sagte, David habe vor einem Monat seine Inkarnation vollendet. Diese letzte Phase habe vor sechs Jahren begonnen, als er nach Indien gegangen sei. Die Aufgabe für diese Inkarnation sei es gewesen, sein Herz zu öffnen, und vor einem Monat habe er diese Aufgabe tatsächlich erfüllt. Er wäre in diesem Augenblick frei gewesen, seinen Körper zu verlassen, hätte sich aber entschieden, sich im selben Körper wieder zu inkarnieren. Heyoan sagte, daß zukünftige Leben vor der Geburt in das Energiefeld eingepreßt würden, und sich das Individuum nach Vollendung eines Lebens entscheiden könne, noch ein weiteres Leben anzunehmen. Dazu müsse es seinen Körper nicht verlassen. »Der Kokon um Davids Wirbelsäule war das Energiebewußtsein des nächsten Lebens, das er gerade begann.« Die nächsten drei Jahre, so Heyoan, seien dazu da, die zwei Ebenen seines Seins zu verschmelzen, und sich daran zu gewöhnen. Wenn er diese Energie in sein Leben integriere, stünden weit mehr Energie und Wissen zu seiner Verfügung. Heyoan sagte, David könne, wenn er wolle, seinen Namen verändern. Die Zukunft könne ganz anders sein, als die Vergangenheit. Hier ein Ausschnitt aus ihrem Dialog:

David: »Was heißt das, sich im selben Körper zu inkarnieren?«

Heyoan: »Man könnte sagen - und hier müssen wir eine Metapher gebrauchen -, daß man sich vor der Geburt mit seinen Geistführern zusammensetzt, und seine Eltern auswählt: man wählt die potentiellen Wirklichkeiten, die Arbeit, die man machen will, und die Energien, aus denen sich der Körper aufbaut. Man trennt einen Teil Bewußtseinsenergie von seinem größeren Wesen ab und schafft damit den Körper. Man wählt seine Eltern aus und die körperlichen Merkmale, die man von ihnen erben wird.

Man wählt all das für einen bestimmten Zweck. Sofern man seine Aufgabe erfüllt und ein bestimmtes Ziel erreicht hat, kann man ein weiteres Leben hinzufügen; man verwebt das neue Bewußtsein, das in einem neuen Körper gelebt hätte, mit dem alten Körper und dem alten Bewußtsein.

Du hast deine Arbeit gut gemacht und du wirst große Veränderungen erleben, wenn dein neues Bewußtsein mit deinem alten Körper eins wird.«

David: »Sie sind es schon.«

Heyoan: »In der Tat. Ist es nicht wunderbar? Wenn man stirbt - wir sprechen lieber vom Verlassen oder Fallenlassen des Körpers - und den Körper nicht mehr länger als Werkzeug der Transformation und Transzendenz braucht, dann wird man keinen Körper mehr erzeugen. Der Körper ist ein Werkzeug, ein Fahrzeug, das man schafft, um bestimmte Probleme möglichst wirksam zu transformieren. Alle Körpersysteme sind genau für diese Transformation geschaffen: das Nervensystem, die automatischen Körperfunktionen, bis hinunter zu den Zellen der Knochen. Jeder Teil des Körpers ist ein feines und wunderbares Werkzeug für die Transformation. Der Körper ist keine Last, er ist ein Geschenk. Es ist bedauerlich, daß die meisten Menschen dies nicht verstehen.

Wenn wir bei der Metapher der Konferenz mit den Geistführern bleiben, bei der wir unsere Lebensbedingungen auswählen, dann entscheidet der größere Wesensteil, der nicht inkarniert ist (und der sich nie ganz inkarnieren kann), ob der Körper das beste Vehikel für die nächste Transformationsarbeit ist oder nicht. Wenn alle Aufgaben erfüllt sind, die man mit diesem physischen Fahrzeug erfüllen kann, dann bedeutet dies das Ende des Kreislaufs von Leben und Tod, oder, wie es auch heißt, des Rades der Wiedergeburt auf der physischen Ebene. Die Bedingungen von linearer Zeit und dreidimensionalem Raum sind für die Transformationsarbeit nicht mehr notwendig. Dein größeres Wesen - und du bist eine große Seele, viel größer, als der kleine Teil, der sich inkarniert hat - entscheidet, ob es ratsam ist, den physischen Körper zu benutzen. Es ist so, als würde man eine Hacke oder einen Rechen benutzen. Muß der Garten noch gehackt werden? Wenn ja, dann ist es empfehlenswert, eine Hacke zu benutzen.«

David: »Und wenn man seine Inkarnationen auf der physischen Ebene beendet hat?«

Heyoan: »Dann geht die Erleuchtung anders weiter. Auch wir bewegen uns immer weiter zu Gott hin. Es gibt unendlich viele

Stufen. An diesem Punkt kannst du nur eine bestimmte Höhe erreichen, weil deine Wahrnehmung noch nicht für den unendlichen Raum bereit ist. Je mehr die Erleuchtung zunimmt, um so mehr weitet sich die Wahrnehmung aus. Dieser Prozeß endet nie. Heilen auf den höheren Ebenen wird zur Kreativität.

Du befindest dich jetzt im Übergang zu einer Phase, wo nicht mehr das Leiden der Mittelpunkt der Transformation ist. Die zukünftige Verwandlung und Heilung wird sich in einem kreativen Prozeß von Bewegung, Musik und Kunst vollziehen. Heilung verwandelt sich in Kreativität, wenn man sich zum Licht bewegt und es in seinem Inneren bewahrt. Wenn die Dunkelheit weicht, ist es nicht länger Heilung, sondern schöpferische Kraft, die den Transformationsprozeß vorantreibt.«

Kapitel 26

Gesundheit: Eine Herausforderung, der zu sein, der man ist

Dieses Kapitel befaßt sich mit Selbstfürsorge und Selbstheilung. Am wichtigsten ist es zu lernen, wie man seine Gesundheit erhalten kann. Dafür müssen folgende Prinzipien beachtet werden:

1. Bewahren einer tiefen Verbindung zu Ihrem eigenen Selbst und Ihrer Lebensaufgabe, sowohl auf der persönlichen, wie auf der weltlichen Ebene. Das bedeutet Selbstliebe und Selbstachtung (Kapitel 3 und 26).
2. Verstehen, was Gesundheit und Heilen für Sie bedeutet (Kapitel 14,15 und 16).
3. Sorgsames Achten auf Ihre Bedürfnisse. Das bedeutet, auf Ihre innere Stimme zu hören, die Ihnen sagt, daß etwas nicht im Gleichgewicht ist, und daß Sie sie befolgen (Kapitel 1,3, 17 und 19).

Für sich selbst sorgen

Wenn Sie gut für sich sorgen wollen, brauchen Sie einen geregelten Tagesablauf, zu dem Meditation, Körperbewegung, gute Ernährung, Hygiene, Ruhepausen, die richtigen Kleider, ein angenehmes Zuhause, Vergnügen, Herausforderung, persönliche Nähe und Freunde gehören. Mischen Sie diese Zutaten mit reichlich Liebe und Sie werden reiche Ernte halten. Ihre persönlichen Bedürfnisse verändern sich von Woche zu Woche, und von Jahr

zu Jahr. Seien Sie flexibel. Was in einer Phase richtig ist, muß es nicht in einer anderen sein. Das wichtigste ist, daß Sie selbst über Ihr Leben bestimmen, anstatt Regeln zu folgen, die Ihnen ein anderer auferlegt. Denn das ist die Essenz von Heilung und guter Gesundheit: Selbstverantwortung und das Sammeln der Kraft im eigenen Selbst. Hier folgt nun eine Zusammenstellung all der Übungen zur Gesundheit und Heilung, die in diesem Buch Vorkommen, ergänzt um einige praktische Ratschläge. Vergessen Sie nicht, daß Abwechslung die Würze des Lebens ist, und das Wachstum und Veränderung nahe Verwandte sind.

1. **Meditation** (Kapitel 3, 17, 19 und 20). Meine liebste Meditation stammt von Emmanuel; er gab uns die Anweisung in einem Seminar, das Pat, Emmanuel, Heyoan und ich abhielten. Ich nenne sie die Zukunfts-/Vergangenheitsmeditation.

Setzen Sie sich mit aufrechtem Rücken entspannt hin. Achten Sie auf Ihren Atmen. Atmen Sie ein und aus. Bei jedem Einatmen atmen Sie die Zukunft ein und alle Möglichkeiten, die in ihr schlummern. Beim Ausatmen atmen Sie die Vergangenheit aus und alles, was darin enthalten ist. Atmen Sie die Zukunft ein, die Vergangenheit aus. Denn das, was Sie einatmen, ist die Zukunft, und das, was Sie ausatmen, ist die Vergangenheit. Lassen Sie die Vergangenheit los. Atmen Sie die Zukunft ein und alles, was Sie schaffen wollen. Atmen Sie die Vergangenheit aus und alle die falschen Begrenzungen, mit denen Sie sich einengen. Die Zukunft muß mit der Vergangenheit nichts zu tun haben. Lassen Sie die Vergangenheit los. Atmen Sie weiter die Zukunft ein, die Vergangenheit aus. Beobachten Sie, wie Sie die Vergangenheit hinter sich lassen und wie die Zukunft auf Sie zukommt. Sehen Sie zu, wie Ihre früheren Leben von Ihnen abfließen und wie Ihre zukünftigen Leben zu Ihnen hinfließen. Atmen Sie die Zukunft ein und die Vergangenheit aus. Beobachten Sie den Fluß der Zeit und sehen Sie sich darin als den zentralen Bewußtseinspunkt. Sie sind der Mittelpunkt des Bewußtseins und die Erfahrung lebt durch Sie. Sie sitzen im Zentrum der Wirklichkeit. Ihr Wesen ist unwandelbar. Sie existieren außerhalb der

Grenzen der Zeit. Jetzt, in diesem Augenblick, zwischen dem Einatmen der Zukunft und Ausatmen der Vergangenheit ist eine Pause. Das ist der Augenblick, durch den Sie in das ewige Jetzt schlüpfen.

2. **Körperübung** (Kapitel 21). Zusätzlich zu den hier gegebenen Übungen werden allerorten die verschiedensten Körperdisziplinen angeboten: Aerobic, Yoga, asiatische Kampfsportarten, T'ai-Chi und vieles andere. Schwimmen oder joggen Sie gerne? Tun Sie das, was Ihnen am meisten Spaß macht.

3. **Gute Ernährung**. Darüber wird in diesem Buch nicht viel gesagt. Es gibt zahllose Bücher zu diesem Thema. Ich empfehle eine Ernährung, die der makrobiotischen Schule nahekommt: sehr wenig Fleisch und wenn, dann biologisch. Insbesondere rate ich von rotem Fleisch ab. Reichlich Getreide in ausgewogenem Verhältnis, Gemüse, Salate und etwas Obst. Essen Sie das, was in der Jahreszeit wächst. Im Winter sind es mehr Wurzelgemüse und im Sommer mehr frische Salate, Gemüse und Obst. Getreide brauchen Sie das ganze Jahr.

Lassen Sie bei der Einnahme von Vitaminen Vorsicht walten. Viele Menschen reagieren negativ auf die Vitamine, die sie einnehmen, ohne es zu wissen. Wenn Sie als Heilerin tätig sind, sollten Sie ein gutes Multimineral/Multivitamin-Produkt nehmen und zusätzlich Kalzium. Kalium, Magnesium und Vitamin C. Vielleicht brauchen Sie auch einige zusätzliche B-Vitamine. Ich gebe mit Absicht keine genauen Anweisungen, weil jeder herausfinden muß, was er braucht, wieviel er braucht, zu welchem Zeitpunkt und über welchen Zeitraum.

Essen Sie mit Achtsamkeit. Der Anblick des Essens auf Ihrem Teller soll Ihren Appetit anregen. Machen Sie sich bewußt, wie das Essen von Ihrem Körper aufgenommen wird, daß es Sie nährt, Ihnen Energie gibt und Ihre Zellen erneuert. Kauen Sie, schmecken Sie und vor allem freuen Sie sich an der Fülle, die uns die Erde schenkt.

Machen Sie einmal das Experiment, die Nahrung nach dem Schlucken auf ihrem Weg durch den Körper zu verfolgen.

Achten Sie auf Ihren Appetit, den Mechanismus, durch den der Körper über die Geschmacksknospen mitteilt, was er braucht. Das ist etwas anderes, als Lust auf etwas haben. Worauf haben Sie besonders große Lust? Meistens sind Sie gerade darauf allergisch. Essen Sie es nicht. In drei bis zehn Tagen wird das Bedürfnis **Weggehen**. Geben Sie Ihrem Körper das, was er braucht. Hören Sie auf seine Botschaften. Haben Sie ständig Verlangen nach einer bestimmten Sache, dann stimmt etwas nicht. Wenn Sie immer Süßigkeiten brauchen, sollten Sie herausfinden, warum. Wahrscheinlich haben Sie sich nicht gut ernährt, und Ihr Körper braucht als Ersatz schnelle Energie.

Natürlich wissen Sie, daß es viele Lebensmittelzusätze gibt, die gesundheitsschädlich sind. Die meisten Nahrungsmittel enthalten Rückstände von Pestiziden, Herbiziden, Kunstdünger und anderen Umweltgiften. Am besten geht man dem aus dem Weg, wenn man nur biologisch angebaute Lebensmittel isst. Kaufen Sie keine konservierten Nahrungsmittel. Es ist richtig, daß die eigene Zubereitung länger dauert und biologische Nahrungsmittel mehr kosten, aber langfristig sparen Sie auf diese Weise Arztrechnungen. Essen Sie nur befruchtete Eier.

Falls es Ihnen nicht möglich ist, biologische Lebensmittel und Eier zu kaufen, können Sie einen Teil der Giftstoffe entfernen, indem Sie Gemüse, Obst und Eier zwanzig Minuten in Wasser legen, dem Sie Clorox zugesetzt haben. Spülen Sie und waschen Sie die Nahrungsmittel danach gründlich mit klarem Wasser ab und entfernen Sie den Schmutz, bevor Sie sie in die Speisekammer legen. Benutzen Sie biologische Spülmittel, da die Rückstände der chemischen Spülmittel unser Verdauungssystem schädigen können.

Je frischer die Lebensmittel sind, um so gesünder und um so mehr Lebensenergie können sie Ihnen geben.

4. Hygiene. Es ist wichtig, den Körper zu reinigen und Haut, Zähne und Haare zu pflegen. Verwenden Sie nur Seifen und Pflegemittel, die pH-neutral sind. Die Haut hat einen natürlichen Säuremantel, der Sie vor Infektion schützt. Zerstören Sie diese Schutzschicht nicht durch alkalische Seifen. Bürsten Sie Ihre

Haut vor dem Duschen. Dadurch entfernen Sie abgestorbene Hautzellen, die Ihr Körper ständig abstößt, um Raum für das Wachstum neuer Zellen zu schaffen. Benutzen Sie eine pH-neutrale Hautlotion, falls Sie in einem trockenen Klima wohnen. Sie erhält die Feuchtigkeit der Haut. Achten Sie darauf, natürliche, ungiftige Seifen und Kosmetika zu benutzen, wo immer es möglich ist.

Das gleiche gilt für Ihr Haar, auch das Shampoo sollte pH-neutral und ungiftig sein.

Reinigen Sie Ihre Zähne einmal täglich mit Zahnseide. Bürsten Sie die Zähne mindestens zweimal täglich. Falls Sie Zahnfleischprobleme haben, bürsten Sie das Zahnfleisch einmal täglich mit einer Lösung aus einem Teil Salz und acht Teilen Soda.

5. Ruhepausen. Stellen Sie selbst fest, wieviel Schlaf und Ruhepausen Sie brauchen. Sind Sie ein Nacht- oder ein Tagmensch? Hören Sie auf Ihren Körper. Wann braucht Ihr Körper Ruhe? Braucht er sechs bis neun Stunden durchgehend Schlaf, oder würde er nachts lieber weniger schlafen und dafür jedoch ab und zu untermittags? Schlafen Sie, wenn Sie müde sind, gleichgültig welche Tageszeit es ist. Wenn Sie sich sofort hinlegen, dann werden Sie in einer halben Stunde wieder Ihre Energie zur Verfügung haben. Horchen Sie auf die Bedürfnisse Ihres Körpers. Wenn Sie keine halbe Stunde haben, versuchen Sie es mit fünfzehn Minuten. Die werden Sie bestimmt erübrigen können.

6. Kleidung. Viele synthetische Materialien stören den natürlichen Energiefluß der Aura. Dazu gehört Acryl, Polyester und Nylon. Nylonstrümpfe haben einen sehr negativen Effekt auf den Energiefluß in den Beinen und haben, wie ich meine, einen Zusammenhang mit den vielen Frauenkrankheiten unserer modernen Gesellschaft. Tragen Sie sie nur, wenn es unumgänglich ist. Am besten vermeiden Sie Stoffe mit Aldehyd und Formaldehyd und solche, die aus Öl und seinen Nebenprodukten hergestellt sind, besonders wenn Sie hypersensitiv sind.

Natürliche Materialien wirken sehr positiv auf die Aura. Am besten sind Baumwolle, Seide und Wolle. Gewebemischungen

mit mindestens fünfzig Prozent Baumwolle sind in Ordnung. Auch gegen manche synthetischen Materialien ist nichts einzuwenden. Mein Körper und mein Energiefeld vertragen Revon und manche Dinge aus Orion, wie Socken.

Wenn Sie morgens in den Schrank schauen und nichts zum Anziehen finden, dann vielleicht deswegen, weil die richtige Farbe fehlt. Welche Farbe brauchen Sie heute? Vielleicht ist eine bestimmte Farbe in Ihrer Aura geschwächt, und Sie könnten sich durch ein Kleidungsstück in dieser Farbe mit Energie aufladen.

Legen Sie sich eine schöne Auswahl von Kleidern zu, damit Sie je nach Stimmung und Bedürfnis das Richtige auswählen können. Haben Sie Ihren Stil gefunden, oder ziehen Sie sich für andere an? Achten Sie darauf, daß das, was Sie tragen, wirklich Sie zum Ausdruck bringt.

7. Ihr Zuhause. Haben Sie genügend Raum und Licht? Fühlen Sie sich in Ihren Räumen wohl? Wenn Sie Zeit haben, sich um Pflanzen zu kümmern, dann bereichern Sie Ihre Wohnung damit; sie schaffen eine heilende Atmosphäre. Haben Ihre Räume die Farben, die Sie brauchen? Ist die Luft, die Sie atmen, frisch? Falls nicht, dann legen Sie sich einen Luftionisierer zu. Falls es in Ihrem Heim oder an Ihrem Arbeitsplatz Neonlicht gibt, schaffen Sie es möglichst ab. Benutzen Sie Glühbirnen.

8. Vergnügen. Wenn Sie merken, daß Sie nicht genügend Zeit für Vergnügen haben, dann planen Sie diese Zeit genauso wie Ihre Arbeitszeit. Vergnügen ist genauso wichtig wie Arbeit. Tun Sie die Dinge, die Ihnen Spaß machen, und die Sie schon immer tun wollten - und zwar jetzt. Lachen Sie und entdecken Sie das Kind in sich.

9. Herausforderung. Jeder hat Dinge, die er gerne tun würde, aber immer auf das nächste Jahr verschiebt, oder von denen er glaubt, daß er dazu nicht fähig sei. Eine falsche Annahme! Warum tun Sie es nicht in diesem Jahr? Ob es eine Vergnügungsreise ist, eine kreative Herausforderung, oder ein Berufswechsel

- Sie sollten sich wenigstens die Chance dazu geben. Gibt es eine Arbeit, die Sie schon immer tun wollten? Prüfen Sie die Möglichkeiten. Machen Sie einen Plan, wie Sie diese Sehnsucht befriedigen können. Erinnern Sie sich daran, daß Ihre tiefe Sehnsucht, das, was Sie am allerliebsten tun möchten, genau der Grund ist, warum Sie sich inkarniert haben. Ihre beste Gesundheitsvorsorge besteht darin, es zu tun. Fangen Sie jetzt an, erkunden Sie, welche Voraussetzungen nötig sind, und machen Sie sich auf den Weg. Lassen Sie sich nicht davon abschrecken, daß es vielleicht lange dauert, das Ziel zu erreichen. Wenn Sie jetzt Ihre Reise nicht beginnen, werden Sie nie ankommen. Gehen Sie jedoch unbeirrt auf Ihr Ziel zu. so werden Sie es erreichen. Ihre innere Führung wird dafür sorgen.

10. Persönliche Nähe und Freunde. Wir alle brauchen Intimität und Freunde. Machen Sie sich klar, was das für Sie bedeutet, und geben Sie ihm in Ihrem Leben Raum. Wenn es jemanden gibt, den Sie schon immer sympathisch fanden, dem Sie sich aber aus Schüchternheit nie genähert haben, dann versuchen Sie es doch einmal. Sagen Sie der Person, daß Sie sie mögen, und gerne mit ihr befreundet wären. Sie werden erstaunt sein. Falls die Reaktion nicht positiv ist, versuchen Sie es mit jemand anderem.

11. Der Arzt Ihres Vertrauens. Suchen Sie sich in Ihrer Nähe einen Arzt oder Heiler, zu dem Sie Vertrauen haben. Sie sollten damit nicht warten, bis Sie in einer Notsituation sind und dringend jemanden brauchen. Es gibt Heiler, Homöopathen, Akupunkteure, Chiropraktiker, Masseur, Ernährungsspezialisten und viele andere. Wichtig ist, daß Sie zu der Person eine gute, vertrauensvolle Beziehung haben.

12. Selbsthilfe. Es empfiehlt sich, einige Kurse zur Selbsthilfe in der Familie zu besuchen. Homöopathie ist ein wunderbarer Weg, um kranke Familienmitglieder wieder zur Gesundheit zurückzuführen. Ich benutze seit Jahren homöopathische Medikamente und habe so gut wie alle Krankheiten meiner Kinder mit dem richtigen homöopathischen Mittel zusammen mit einfachem

Handauflegen bewältigen können - von Scharlach bis zum gequetschten Finger.

Folgende einfache Heilmethode empfehle ich Ihnen für Ihre Familie: Beginnen Sie mit dem Reinigen und Aufladen der Chakras (Kapitel 22). Jeder kann es lernen. Wenn Sie alle Chakras durchgegangen sind, legen Sie Ihre Hand auf die Stelle, die weh tut. Bringen Sie sich in einen Zustand der Liebe zu dieser Person. Sie werden sich beide wunderbar fühlen.

Falls Sie das Gefühl haben, der Bereich wäre verstopft, dann ziehen Sie diese verklumpte Energie heraus. Stellen Sie sich vor, Ihre Finger würden zehn Zentimeter länger und wären mit blauem Licht gefüllt. Greifen Sie in die Stelle hinein und holen Sie das verstopfende Material heraus; halten Sie es in die Luft, bis es sich in weißes Licht verwandelt hat. Da Ihre Finger jetzt zehn Zentimeter länger als normal sind, können Sie durch die Haut tief in den Körper eindringen. Tun Sie es, versuchen Sie es. Es geht ganz leicht und funktioniert.

Am Schluß legen Sie Ihre Hände auf den Kopf Ihres Partners oder Kindes. Nach einigen Minuten kämmen Sie die ganze Aura in langen Strichen vom Kopf bis zu den Zehen mit dem blauen Licht Ihrer Finger durch. Die Hände sind dabei etwa fünfzehn Zentimeter vom Körper entfernt. Machen Sie das auf allen Seiten des Körpers. Danach halten Sie Ihre Hände unter fließendes Wasser von angenehmer Temperatur. Falls Sie selbst krank sind oder eine Verletzung haben, dann tun Sie das gleiche für sich selbst; oder Sie bitten einen Freund darum. Legen Sie jeden Abend vor dem Schlafen Ihre Hände auf die kranke Körperstelle. Geben Sie ihr Liebe und Energie. Visualisieren Sie sich in einem guten und ausgeglichenen Zustand. Fragen Sie, welche Botschaft Ihnen Ihr Körper schickt. Inwiefern haben Sie nicht auf sich gehört? Welche Bedeutung hat die Krankheit für Sie auf der persönlichen Ebene und für Ihre Lebensaufgabe? Und vor allem, lieben Sie sich und nehmen Sie sich voll und ganz an! Verurteilen Sie sich nicht, wenn Sie eine ernste Krankheit haben! Lieben Sie sich! Sie haben den Mut, die Botschaft so stark zu machen, daß Sie sie hören. Sie haben sich entschlossen, das anzuschauen, was Sie anschauen müssen, um das zu lernen, was Sie wissen wollen.

Das ist eine sehr mutige Tat. Erkennen Sie sich dafür an. Lieben Sie sich, denn Sie sind Teil des Göttlichen. Sie sind eins mit Gott. Die folgenden Meditationen zur Selbstheilung von Heyoan werden Ihnen helfen.

Heyoans Meditation zur Selbstheilung

»1. Tasten Sie Ihren Körper mit innerer Wahrnehmung, Intuition oder Körperempfindung ab.

Finden Sie den Bereich in Ihrem Körper — vielleicht mit Hilfe Ihres Geistführers der Sie am meisten beunruhigt.

Falls Sie kein körperliches Problem haben, richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf einen Lebensbereich, der nicht in Ordnung ist. Arbeiten Sie also mit einer Störung in Ihrem Körper oder Ihrem Leben.

2. Betrachten Sie diesen Bereich. Welche Form hat er, welche Farbe, welche Stofflichkeit, welchen Umriss, welche Dichte? Ist er scharf oder stumpf? Ist es ein ganz besonderer Schmerz, hält er lange an? Ist es ein scharfer Schmerz? Kommt und geht er?

Ist diese Situation in Ihrem Leben neu? Ist sie alt? Wie fühlen Sie sich, wenn Sie damit konfrontiert sind, und wie sieht Ihre chronische oder gewohnheitsmäßige Reaktion aus? Betrachten Sie eine spezifische Situation dieser Art.

Beispiel: Wenn Sie Schmerzen im Körper fühlen, was läuft dann in Ihrem Verstand ab? Interpretiert Ihr Verstand die Schmerzen und fabriziert schreckliche Etiketten?

Spüren Sie in der Lebenssituation Wut oder Angst? Haben Sie Angst vor dem, was in Ihrem Körper geschieht? Wie gehen Sie mit dieser Reaktion um? Wie sieht Ihre gewohnheitsmäßige Reaktion aus, die Ihnen keinerlei Erfolg gebracht hat? Sie wissen, daß diese Reaktion Sie nicht weiter bringt, weil der Schmerz immer noch da ist. Das gilt besonders dann, wenn der Schmerz chronisch ist. Die Botschaft (wenn Sie wollen, die Lektion) hat Sie nicht erreicht. Ich möchte Ihnen deswegen nahelegen, daß die Reaktion, welche es auch sein mag, vollkommen falsch ist, weil sie die Situation nicht löst.

Betrachten Sie Ihr Leben und Ihren Körper — Sie haben sie wie ein Klassenzimmer ausgestattet, und jede Krankheit und jeder Schmerz sind eine Botschaft, durch die Sie eine Lektion lernen können.

3. Ich frage Sie, warum Sie diese Schmerzen in Ihrem Körper erzeugt haben? Warum haben Sie eine solche Lebenssituation geschaffen? Was ist es, das Sie daraus lernen können? Was sagt Ihnen die Situation oder der Schmerz wieder und wieder, bis Sie endlich begreifen? Sie werden die Situation so lange immer wieder herstellen, bis Sie die Lektion gelernt haben, denn Sie sind Ihr bester Lehrer und haben die Lektionen gut geplant; Sie werden erst dann zur nächsten Lektion übergehen, wenn Sie diese verstanden haben.

Haben Sie die Körperstelle gefunden, dann legen Sie Ihre Hand oder Ihre Hände darauf. Lassen Sie Ihr größeres Bewußtsein mit dieser Körperstelle verschmelzen. Stellen Sie sich Ihrer Angst, falls Sie das nicht schon getan haben, und erforschen Sie ihr Wesen. Haben Sie den Kern der Angst erfaßt, dann erfüllen Sie ihn mit Liebe. Welche Art von Liebe antwortet auf diese Angst? Machen Sie dies mit jeder Art von Problem in Ihrem Leben oder Ihrem Körper. Jede Krankheit und negative Lebenserfahrung ist ein direktes Ergebnis der Tatsache, daß Sie sich nicht voll lieben - Sie tun nicht das, was Sie wirklich tun wollen. Wie kommt es, daß Sie auf Ihre innere Stimme nicht hören? Warum haben Sie sich nicht erlaubt, ganz die zu sein, die Sie sind? Jede Krankheit ist eine Botschaft, die Ihnen sagt, daß Sie den, der Sie sind, nicht geliebt haben, daß Sie sich nicht liebevoll zu dem gewendet haben, der Sie sind. Das ist die Grundlage allen Heilens.

4. Noch ein Hinweis: Es geht bei der Lektion niemals darum, daß Sie etwas falsch gemacht haben oder daß etwas an Ihnen schlecht wäre.

5. Wenn Sie wissen, welches Bedürfnis Sie in sich blockieren, werden Sie wahrscheinlich sofort Schmerz und Angst spüren. Jetzt haben Sie die Wahl, sich der Angst zu stellen, sie zu fühlen und sie zu bearbeiten. Ist Angst da, so bedeutet dies das Fehlen von Liebe, denn Angst ist das Gegenteil von Liebe. Wenn Sie Angst spüren, haben Sie sich von der Wahrheit entfernt, und

meistens ist das, wovor Sie sich ängstigen, nicht real, sondern eine Illusion. Haben Sie Angst, so sind Sie nicht zentriert, sind nicht in der Ganzheit Ihres Wesens geborgen. Wenn Sie den Mut fassen, in die Angst hineinzugehen, dann beginnt der Heilprozeß auf einer neuen Ebene.

Aufgaben vor dem Schlafengehen:

a. Schreiben Sie Ihre Ängste auf. Wovor haben Sie Angst? Vielleicht geht es um Ihren Körper, vielleicht um eine Lebenssituation, vielleicht sind es auch allgemeine Ängste.

b. Stellen Sie eine Verbindung mit dieser Angst und Ihren Lebensumständen her. Angst hat immer etwas damit zu tun, daß Sie das nicht tun, was Sie tun wollen. Sie schafft eine Trennwand zwischen Ihnen und Ihrem größeren Wesen, ist aber auch die Tür zu ihm. Schreiben Sie nebeneinander auf:

| Ängste | Lebens- situationen | Wie habe ich mich nicht geliebt - was/wie möchte ich sein. |
|--------|------------------------|---------------------------------------------------------------|
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |

Was hat all dies mit der Aura zu tun? Man kann es in der Aura sehen. Diese Dinge haben Form und Substanz. Wenn Sie Ihre Wahrnehmung erweitern, werden Sie Menschen anschauen können und wissen, inwiefern Sie sich nicht lieben. Und Sie als Heiler können ihnen helfen, sich daran zu erinnern, wer sie sind, und sich zu lieben. Als Heiler werden Sie zu Liebe.«

Meditation zur Auflösung selbstgesetzter Grenzen

»Fühlen Sie sich in gewissen Lebensbereichen eingeschränkt und möchten die Schranken öffnen? Diese Meditation kann Ihnen dabei helfen; sie dient der Selbsterforschung und ist eine gute

Übung für Heiler, weil Krankheit nichts anderes ist, als das Ergebnis von Einschränkungen durch enge Selbstdefinitionen. Als Heiler müssen Sie diesen Prozeß zuerst in sich selbst verstehen, um ihn in anderen wahrnehmen und ihnen helfen zu können, die Grenzen aufzulösen.

All dies zeichnet sich im Aurafeld ab. Es ist Bewußtseinsenergie, die Sie begrenzt. Auf der Ebene der Aura können Sie beim Heilen direkt mit der energetischen Form arbeiten, die die Substanz der Begrenzung darstellt.

1. Bringen Sie sich in einen erweiterten Bewußtseinszustand.
2. Stellen Sie sich die Frage: Wer bin ich?
3. Haben Sie eine Antwort gefunden, so suchen Sie nach den Einschränkungen, die Sie sich durch diese Selbstdefinition auferlegen. Wenn Sie die Grenze sehen, dann machen Sie sich klar, daß Sie diese Grenze erschaffen haben.
4. Werfen Sie diese Einschränkungen über die Grenze; dadurch weitet sich die Grenze aus.
5. Stellen Sie wieder die Frage: Wer bin ich? Die Antwort ist wieder eine Selbstdefinition.
6. Trennen Sie Ihre Essenz von der begrenzten Definition ab.
7. Werfen Sie die Begrenzung über die Grenze, die sich so wieder erweitert.
8. Stellen Sie wieder die Frage etc.

Üben Sie diese Meditation in der folgenden Woche. Nein, ich werde Essenz nicht definieren, Sie selbst werden es im Laufe der Meditation tun.«

Wenn Sie Heiler oder Heilerin werden wollen, dann können Sie es. Ihre erste Herausforderung ist, sich selbst zu heilen. Konzentrieren Sie sich darauf und suchen Sie dann nach Wegen, wie Sie anderen helfen können, sich selbst zu heilen. So werden Sie sich zum Heiler entwickeln. Im nächsten Kapitel werde ich darüber sprechen, wie dieser Weg aussieht.

Kapitel 27

Die Entwicklung zum Heiler

Heiler zu werden ist ein sehr individueller und persönlicher Prozeß. Es gibt dafür keine festen Regeln. Das Leben jedes Menschen ist einzigartig. Niemand kann einen anderen zum Heiler machen - es kommt aus dem eigenen Inneren. Dennoch muß man sich viel Wissensstoff aneignen; es gibt zahlreiche Kurse und unterschiedliche Richtungen und Schulen. Manche nennen ihre Methoden nicht einmal spirituell.

Mein Weg zur Heilerin war ein spiritueller Weg, der für mich ganz natürlich war. Was ist für Sie natürlich? Folgen Sie Ihrem eigenen Weg, nicht ausgetretenen Pfaden. Von den etablierten Schulen können Sie das nehmen, was Sie brauchen, um Ihre eigenen Vorstellungen zu verwirklichen. Mein Führer Heyoan hat zu der Frage, wie man Heiler wird, folgendes gesagt;

Hingabe

»Heiler werden, heißt Hingabe. Nicht Hingabe an eine spezifische spirituelle Praxis, eine Religion oder strikte Regeln, sondern Hingabe an deinen besonderen Weg der Wahrheit und Liebe. Auf deinem Weg durchs Leben wird sich die Art, wie du Wahrheit und Liebe praktizierst, wahrscheinlich verändern. Es gibt viele Wege zu Gott, genauso viele wie es Seelen gibt, die nach Hause zurückkehren. In der Geschichte des Menschen gibt es viele, die uns vorausgegangen sind und Erleuchtung gefunden haben. Viele dieser Wege, die früher beschritten wurden, sind der Menschheit heute verlorengegangen. Manche werden wieder entdeckt, an-

dere bleiben verschüttet. Das macht nichts, denn aus der Tiefe der menschlichen Seele entspringen neue Wege, die nach Hause führen. Es ist der ewige Erneuerungsprozeß der schöpferischen Kraft, die in dir und jedem anderen hervorbricht. Wenn du gelernt hast, dich dem Fluß ganz hinzugeben und dich ohne Widerstand von der inneren, schöpferischen Bewegung tragen zu lassen, dann bist du zu Hause.«

Prüfungen

Wenn Sie sich einmal entschieden haben, sich Ihrem Weg der Wahrheit ganz hinzugeben und ihn zur ersten Priorität Ihres Lebens zu machen, wandelt sich Ihr ganzes Leben. Sie reisen durch innere Landschaften, die Ihre persönliche Wirklichkeit verändern. Sie beginnen, den kausalen Zusammenhang zwischen Ihrer inneren, persönlichen Wirklichkeit und der »äußeren« Welt zu erkennen.

Ich wurde (von meinem höheren Selbst und meinen Führern) Schritt für Schritt durch einen Prozeß geleitet, in dem ich die Gesetze der geistigen Welt lernen konnte. Ich habe lange Zeitspannen damit verbracht, mich auf spirituelle Prinzipien zu konzentrieren, auf Wahrheit, göttlichen Willen und Liebe. Nach der inneren Durchdringung eines solchen Prinzips schien es, als würde ich geprüft. Ich geriet immer wieder in Situationen, in denen es sehr schwer war, Wahrheit und Liebe zu leben, oder auch nur zu wissen, was der göttliche Wille sein könnte. Manchmal schien es mir, als würden mich meine Führer oder Gott prüfen, und ich mußte mich dem stellen. Allmählich erkannte ich, daß mir diese Prüfungen von einem Bewußtsein, das viel größer ist als mein eigenes, (mit meiner vollen Zustimmung) auferlegt werden. Ich bin ein Teil dieses großen Bewußtseins, was letztlich bedeutet, daß ich mir die Prüfungen selbst stelle. Das kleine Ich hat in der Regel keinerlei Interesse daran. Der weisere Teil von mir weiß es besser.

Haben Sie sich für den Pfad der Wahrheit entschieden, so werden Sie als erstes Ihrer Angst begegnen.

Umgang mit Angst

Angst entsteht, wenn man mit der großen Wirklichkeit nicht verbunden ist. Angst ist das Gefühl der Trennung. Angst ist das Gegenteil von Liebe, und Liebe heißt, mit allem eins sein.

Übung zur Erforschung der eigenen Ängste

Fragen Sie sich: Was ist an diesem Punkt meines Lebens meine schlimmste Angst? Welche Annahmen über die Wirklichkeit liegen dieser Angst zugrunde? Was wäre wirklich so schrecklich, wenn das Gefürchtete einträte? Was immer Sie zu vermeiden trachten, steht in Beziehung zu der Angst vor den dazugehörigen Emotionen. Welche sind es? Tief in Ihrem Inneren gibt es einen Ort, an dem Sie wissen, daß es nichts gibt, dem Sie sich nicht stellen und das Sie nicht durchleben könnten.

Wenn Sie in sich hineinschauen, dann spüren Sie Ihre Forderung, das, was Sie fürchten, nicht erleben zu müssen. Wenn Sie jedoch loslassen und sich Ihrem göttlichen Wesen hingeben, erkennen Sie, daß Sie sich wahrscheinlich gerade dieser Erfahrung stellen müssen. Indem Sie die gefürchtete Erfahrung durchleben, verwandelt sich Ihre Angst in liebevolles Mitgefühl. Das schließt die Erfahrung des Sterbens mit ein. Wie Emmanuel sagt:

Es geht nicht darum, Angst zu zerstören,
sondern darum, ihr Wesen zu erkennen,
zu sehen, daß sie eine Kraft ist,
die schwächer ist als die Kraft der Liebe.

Angst ist Illusion.

Angst ist nichts anderes,
als in den Spiegel zu schauen
und sich selbst Grimassen zu schneiden.

Wenn ich auf meinen Weg zurückschaue, sehe ich die Folgerichtigkeit der Entwicklung klar vor mir. Mitten im Geschehen konnte ich sie nicht erkennen. Ich richtete meine Aufmerksamkeit jeweils auf das, was gerade anlag.

Wahrheit

Als ich zum Phoenicia Pathwork Center gezogen war und anfang, »The Pathwork« in Einzelsitzungen, in Gruppenarbeit und als Mitglied der spirituellen Gemeinschaft zu praktizieren, sah ich mich sofort mit dem Thema Wahrheit konfrontiert. Waren meine Worte wirklich ein Ausdruck von Wahrheit, oder versuchte ich, mich von einer mir genehmen Wirklichkeit zu überzeugen? Ich war verblüfft über meine Fähigkeit, mich in Ansichten hineinzu-rationalisieren, die mein Verhalten rechtfertigten und unangenehme Erfahrungen erklärten. Mein Hauptabwehrsystem bestand darin, jemand anderem die Schuld zu geben. Wie oft tun Sie das? Achten Sie auf die subtilen Mechanismen.

Wenn Sie Ihr Verhalten genau anschauen, werden Sie allmählich erkennen, daß zwischen Ursache und Wirkung eine viel engere Beziehung besteht, als Sie bisher annahmen, und daß es tatsächlich Sie sind, der die negativen Erfahrungen erzeugt. Dieser Wahrheit ins Auge zu schauen, ist hart. Unter den schmerzhaften Erfahrungen werden Sie die Absicht entdecken, Ihr Leben so und nicht anders zu leben. Das ist mit »negativer Absicht« gemeint.

Meine negative Absicht hatte zwei Grundlagen: Eine davon war die Überzeugung, daß das Leben hart ist, schmerzhaft, und sehr viel Arbeit verlangt. Dies ist nicht nur eine allgemeine Grundüberzeugung, sondern sie hat für jede Person ihre ganz besondere Ausprägung.

Übung zur Erforschung der eigenen negativen Absichten

Vervollständigen Sie folgende Sätze:

»Alle Männer sind... Alle Frauen sind... In einer Beziehung werde ich verletzt, weil... Vielleicht werde ich krank und an... sterben. Ich werde ausgenutzt, wenn... Ich werde... verlieren, wenn ich nicht...«

Meine zweite negative Absicht hatte ich in dem Vergnügen an Negativität entdeckt. Negative Erfahrungen waren für mich mit einer gewissen Lust besetzt.

Warnung: Machen Sie sich nichts vor! Wie viele Seminare Sie schon besucht haben und wieviel Sie schon an sich gearbeitet haben mögen, es wird sich für Sie lohnen, diese Fragen zu beantworten. Wir alle haben solche Muster, auch wenn sie vielleicht nicht mehr so offensichtlich sind, wie sie es einmal waren.

Jeder neigt auf einer Ebene seiner Persönlichkeit dazu, anderen für die eigenen Probleme die Schuld zu geben (Mutter, Vater, Partnerin oder Partner). Man hat dann den Vorteil, der »Gute« zu sein, während die anderen die »Schlechten« sind. Negatives Vergnügen erscheint in den verschiedensten Gestalten. Achten Sie einmal darauf, welches Vergnügen es Ihnen macht, verletzt oder krank oder ein Verlierer zu sein. Die meisten von uns übernehmen gerne die Opferrolle, weil wir als Opfer den sekundären Gewinn erzielen, daß die anderen die »Bösen« sind. Um unseren Mißerfolg zu erklären, stellen wir uns als die Guten dar, die es zu etwas hätten bringen können, wenn nur nicht andere sich in den Weg gestellt hätten. Hören Sie sich zu, wenn Sie mit Befriedigung erklären, warum Sie etwas nicht tun konnten. »Ich wollte es tun, aber mein Vater (Mutter, Partner, Partnerin) ließ es nicht zu«, oder »mein Rücken tat mir zu weh«, oder »ich hatte keine Zeit, weil ich so viel arbeiten muß.« All diese Entschuldigungen beinhalten ein gerüttelt Maß negativer Lust. Hören Sie sich zu, wenn Sie sich das nächste Mal rechtfertigen. Machen Sie sich etwas vor?

Warum verhalten wir Menschen uns so? Betrachten wir die Ätiologie negativer Lust.

Negative Lust ist entstellte natürliche oder positive Lust. Negative Lust beruht auf Trennung. Positive Lust beruht auf Einheit, sie trennt nicht, sie verbindet. Positive Lust fließt aus ihrem innersten Kern und strebt nach kreativem Ausdruck, sie tanzt auf einem Strom positiver Energie. Negative Lust entsteht, wenn der ursprüngliche, schöpferische Impuls aus dem eigenen Inneren abgelenkt, verbogen oder blockiert wird. Das geschieht vor allem durch frühe Kindheitserfahrungen, die sich in unserer Persön-

lichkeit kristallisieren. Zum Beispiel streckt das Kind die Hand nach der hübschen Gasflamme am Küchenherd aus. Die Mutter schlägt dem Kind auf die Hand, bevor es sich verbrannt hat. Der Lustimpuls wird gestoppt. Das Kind weint. Auf so einfache Weise beginnt die unheilvolle Ehe von Schmerz und Lust.

Es gibt viele andere und sehr viel kompliziertere Kindheitserfahrungen, die negative Erfahrungen mit Lust verbinden. Ununterbrochen wird uns gesagt, daß wir nicht die sein können, die wir sind, daß wir unsere Lebenskraft nicht fließen lassen können. Wir entscheiden uns dann für negative Lust, weil sie mit dem ursprünglichen Lebensimpuls in Verbindung steht; immerhin spüren wir noch den Lebensimpuls. Selbst wenn die Lust negativ ist, ist sie dennoch Leben - besser als keine Bewegung und keine Energie, die Tod bedeuten. Der deformierte Lustimpuls wird mit dem Heranwachsen zur Gewohnheit.

Jedesmal wenn wir unseren Lustimpuls verbiegen und uns nicht erlauben, zu sein, wer wir sind, sterben wir einen kleinen Tod. Der Reinigungsprozeß besteht darin, aus jedem dieser kleinen Tode wieder aufzuerstehen und die positive, schöpferische Energie wieder voll in uns strömen zu lassen.

Die ersten zwei Jahre im Phoenicia Pathwork Center stellte ich mir die Aufgabe, akribisch ehrlich mit mir zu sein, negative Lust von positiver zu unterscheiden und herauszufinden, wie und warum ich die negativen Erfahrungen in meinem Leben erzeugte. Ich forschte nach den falschen Grundüberzeugungen, an denen sich mein Handeln orientierte.

Wenn Sie das tun, wird sich Ihre Lebenseinstellung ebenso ändern wie meine. Wenn Sie tatsächlich für Ihre negativen Erfahrungen verantwortlich sind, dann liegt die positive Veränderung in Ihrer Hand. So Wie es mir gelungen ist, wird es auch Ihnen gelingen.

Göttlicher Wille

Nachdem ich mich zwei Jahre lang bemüht hatte, so wahrhaftig wie möglich zu leben, erkannte ich, daß ich Schwierigkeiten mit meinem Willen hatte. Die Art, wie ich meinen Willen einsetzte, schuf in meinem Leben Probleme. Ich war unstet. Ich blieb meinen Entscheidungen nicht treu. Ich entdeckte viele Schichten des Wollens und Wünschens. Wir haben sie alle. Oft stammen sie von unserem inneren Kind, dem Teenager oder dem jungen Erwachsenen und dienen der Verteidigung des Selbst. Meist sind diese Willensimpulse sehr fordernd. Auch unser Wille muß erwachsen werden. Tief in unserem Innern existiert ein Funke des göttlichen Willens. Viele Menschen erfahren den göttlichen Willen als etwas äußeres, sie brauchen jemand anderen, der ihnen sagt, was sie tun sollen. Ich habe noch in jedem Menschen diesen Funken des göttlichen Willens entdeckt. Geben Sie sich Zeit, so lange zu suchen, bis sie ihn in sich finden. Auch in Ihnen existiert er, Sie sind keine Ausnahme. Was bedeutet es, Gottes Willen zu folgen? Ganz bestimmt heißt es nicht, dem zu folgen, was eine äußere Autorität als Gottes Willen definiert. Ich wollte die Antwort selber finden. Ich erkannte, daß ich all die kleinen Willen in meinem Inneren mit dem Funken des göttlichen Willens in mir in Übereinstimmung bringen mußte. Für mich bestand der beste Weg, meinen Willen positiv einzusetzen, darin, mich zur täglichen Übung zu entschließen.

In den Vorträgen, die Eva Pierrakos zwischen 1957 und 1980 übermittelte, und auf die sich »The Pathwork« gründet, fand ich ein sehr schönes Gelöbnis. Es lautet:

Ich gebe mich dem Willen Gottes hin.
Mein Herz und meine Seele schenke ich Gott.
Ich verdiene das Beste im Leben.
Ich bin eine göttliche Manifestation Gottes.

Dieses Gelöbnis sprach ich täglich mehrmals. Ich tat das zwei Jahre lang, bis ich merkte, daß ich den göttlichen Willen in meinem Inneren sehr deutlich wahrnehmen konnte.

Emmanuel sagte: »Dein Wille und Gottes Wille sind das gleiche. Wenn dir etwas Freude und Erfüllung bringt, dann ist es Gottes Wille, der durch dein eigenes Herz bricht.«

Untersuchen Sie, welchen Gebrauch Sie von Ihrem Willen machen. Wie oft richten Sie sich nach externen Moralvorschriften und tun etwas, das Sie tun *sollen*? Wie oft hören Sie auf die Stimme Ihres Herzens und folgen seiner Sehnsucht? Wenn Sie sich mit Ihrem göttlichen Willen in Übereinstimmung bringen, werden Sie wie ich entdecken, daß es an der Zeit ist zu lieben.

Liebe

Viele von uns haben einen sehr engen Begriff von Liebe. Die nächsten zwei Jahre konzentrierte ich mich darauf, Liebe zu geben, so wie ich es konnte und wie es notwendig war; dabei entdeckte ich viele Formen der Liebe, die alle zum Ausdruck brachten: »Dein Wohlergehen liegt mir am Herzen.« »Ich ehre deine Seele und achte dein Licht.« »Ich vertraue deiner Integrität und deinem Licht und unterstütze dich als Gefährten auf dem Lebensweg.« Sie beginnen zu ahnen, daß Geben Empfangen ist und Empfangen Geben.

Am schwersten ist es, Selbstliebe zu lernen. Wenn Sie sich selbst nicht mit Liebe durchtränken, wie können Sie anderen Liebe schenken? Selbstliebe bedarf der Übung. Wir alle brauchen sie. Selbstliebe entsteht, wenn wir so leben, daß wir uns nicht betrügen. Sie entsteht, wenn wir unsere Wahrheit leben.

Selbstliebe muß geübt werden. Hier sind zwei einfache Übungen, die eine Herausforderung für Sie sein werden.

Stellen Sie etwas vor sich hin, im Geiste oder in der Realität, das Sie lieben, eine kleine Blume, einen Baum, ein Tier oder ein Kunstwerk. Verweilen Sie dabei und schenken Sie diesem Gegenstand Ihre Liebe. Nachdem Sie das einige Male getan haben, dehnen Sie diese kostbare Liebe auf sich selbst aus. Wer ein solches Gefühl in seinem Herzen haben kann, ist es wert, geliebt zu werden.

Setzen Sie sich zehn Minuten vor einen Spiegel und lieben Sie die Person, die Sie darin sehen. Empfinden Sie keinerlei Kritik.

Wir sind alle Experten darin, in den Spiegel zu schauen und jede kleine Unstimmigkeit zu entdecken. Sie dürfen nur positive Komplimente machen. Wollen Sie sich wirklich herausfordern, dann fangen Sie jedesmal wieder von vorne an, wenn Sie sich doch kritisiert haben. Prüfen Sie, ob Sie zehn Minuten durchhalten.

Glauben

Rückblickend sehe ich, daß sich in diesen sechs Jahren große Veränderungen in mir vollzogen hatten. Größtenteils spürte ich in mir einen starken Glauben an die Wohltätigkeit des Universums. Auch Sie sind dazu fähig. Wenn Sie sich ständig bemühen, von Ihrem fordernden Willen abzulassen, sich mit dem göttlichen Willen in Übereinstimmung zu bringen, in jeder Situation nach Wahrheit zu suchen und mit Liebe darauf zu antworten, wird der Glaube in Ihnen wachsen - Glaube an sich selbst. Glaube an das geistige Gesetz, Glaube an die Einheit des Universums, Glaube, daß alles, was in Ihrem Leben geschieht, eine Stufe für mehr Verstehen, Liebe und Wachstum ist, durch die Sie für das Licht Gottes empfänglicher werden.

Glaube heißt, daß Sie an Ihrer Wahrheit festhalten, selbst wenn alle äußeren Zeichen dagegen sprechen. In der Tiefe wissen Sie, was wahr ist. Das bedeutet, Sie bleiben Ihrer Absicht treu, Wahrheit und Liebe zu erkennen und zu praktizieren, selbst dann, wenn Ihnen dabei schrecklich zumute ist.

Der Glaube Christi war so stark, daß er am Kreuz ausrufen konnte, er habe seinen Glauben verloren. Er schrie: »Vater, warum hast du mich verlassen?« Er war absolut ehrlich mit sich selbst. In diesem Augenblick hatte er seinen Glauben verloren. Er versteckte diese Tatsache nicht vor sich selbst und versuchte nicht, sie zu ändern. Es war Ausdruck von Liebe zu sich selbst, daß er seinen Zwiespalt wahrhaftig zum Ausdruck brachte. Später gewann er seinen Glauben zurück und sagte: »Vater, ich befehle meinen Geist in deine Hände.«

Auf dem spirituellen Weg geht man durch verschiedene Stufen des Glaubens. Zuerst lernt man die Beziehung zwischen Ursache

und Wirkung. Man stellt fest, daß positive Überzeugungen und positive Handlungen positive Ergebnisse zeitigen. Träume gehen in Erfüllung. Man beginnt, an sich selbst zu glauben. Nach einer Weile wird jedoch der Glauben auf einer tieferen Ebene geprüft. Es ist eine innere Entscheidung, von der man in der Regel nichts weiß. Alle äußeren Zeichen positiver Verbindung zwischen Ursache und Wirkung scheinen aus dem Leben zu verschwinden. Das positive Feedback bleibt aus, und man wird schwankend. Der alte Pessimismus hebt sein häßliches Haupt. »Wo ist das spirituelle Gesetz?« »Habe ich das Universum vielleicht durch eine rosarote Brille betrachtet?« Wahrscheinlich werden auch Sie diese Phase durchleben.

Wenn das geschieht, so ist es ein Zeichen für größeres Wachstum. Sie haben es nun mit längerfristigen UrsacheAVirkungsbeziehungen zu tun, sowohl auf der Ebene Ihres persönlichen Lebens wie auf der Ebene der Evolution der menschlichen Rasse. Als Lohn für ein Leben in Wahrheit stellt sich Lust am Leben in jedem Augenblick ein. Sie warten nicht mehr auf spirituelle Süßigkeiten. Sie empfangen sie in diesem Augenblick. Im-Hier-und-Jetzt-Sein heißt, den langsamen Prozeß der menschlichen Evolution zu akzeptieren, es heißt, die eigenen Begrenzungen als Vollkommenheit anzunehmen.

Umgang mit Zeit

Glaube half mir, ein Problem zu lösen, das mir immer Schwierigkeiten gemacht hatte: auf den rechten Zeitpunkt zu warten. Ich fragte einmal meine Mutter, was für mich als Kind besonders schwer gewesen sei. Sie sagte: »Wenn du etwas wolltest, dann mußtest du es immer gleich haben.«

In den letzten Jahren habe ich Geduld gelernt und verstehe nun endlich, was sie für mich bedeutet. Vielleicht öffnet der folgende Satz auch für Sie eine Tür: Geduld zu haben, ist ein Akt des Glaubens an den göttlichen Plan. Es bedeutet zu akzeptieren, daß alles, was jetzt ist, genau richtig für Sie ist, denn Sie haben es so geschaffen. Es heißt auch, daß Sie das, was jetzt ist, durch Ihr eigenes Bemühen um Transformation verwandeln können. Un-

geduld heißt im Grunde, nicht daran zu glauben, das, was Sie wollen, schaffen zu können. Ungeduld ist ein Mangel an Glauben an das Selbst und den göttlichen Plan. Es erfordert Zeit, bis sich das, wonach Sie streben, auf der physischen Eben manifestiert. Um diese Tatsache zu akzeptieren, spreche ich folgende Affirmation: »Ich ehre meinen Entschluß, auf der physischen Ebene zu existieren, indem ich die Zeit ehre, die notwendig ist, um hier etwas zu vollbringen.« Die scheinbare Langsamkeit, der die Beziehung zwischen Ursache und Wirkung auf dieser Ebene unterworfen ist, hat einen Grund. Wir müssen lernen, die Kausalität in Beziehungen, die wir nicht verstehen, klar zu erkennen. Es sind letztlich Beziehungen zwischen Teilen von uns selbst, die noch nicht zur Einheit gefunden haben.

Kraft

An einem Punkt in meiner Ausbildung zur Heilerin floß plötzlich deutlich mehr Kraft durch meine Hände. Mir schien es, als würden neue Geistführer durch mich arbeiten. Ich behandelte einmal einen entzündeten Zeh. Als ich meine Hände in einer bestimmten Position hielt, floß starkes blausilbernes Licht durch den Zeh. Meine Hände befanden sich etwa drei Zentimeter darüber. Die Patientin schrie auf vor Schmerzen, weil der Energiefluß plötzlich so stark war. Ich hielt meine Hände etwas anders und erzeugte eine Wolke weicher, weißer Energie, die die Schmerzen wegnahm. Die Führer wiesen mich an, hin und her zu wechseln. Ich war müde, wurde aber angehalten, alle fünfzehn Minuten mit dieser Patientin zu arbeiten. Es schien dringend zu sein. Das Ergebnis dieses stoßweisen Heilens war frappant. Die Entzündung war weg, und es bestand keine Notwendigkeit mehr zur Operation. Ich war hellauf begeistert und sagte meiner Heillehrerin: »Es floß unglaublich viel Kraft durch mich hindurch!« Ihre Antwort war: »Gut, nun stehst du vor der Frage: möchtest du mit Liebe oder mit Kraft heilen?« Ich erkannte, daß ich noch nicht reif dafür war, soviel Kraft durch mich hindurchfließen zu lassen. Ich war zu sehr von mir begeistert. Ich schickte die Geistführer weg. Erst zwei Jahre später war ich bereit, mit ihnen zu arbeiten.

Ich hatte bis dahin sehr viel mehr über Liebe gelernt. Später erkannte ich, daß es die spirituellen Chirurgen der fünften Ebene waren, die damals zum ersten Mal durch mich gearbeitet hatten.

Glaube, der auf Wahrheit, göttlichem Willen und Liebe gegründet ist, gibt Kraft - Kraft, die aus der Tiefe des Menschen stammt, aus seinem göttlichen Funken. Sie ist das Ergebnis von Übereinstimmung mit dem göttlichen Lebensfunken und seiner Bewegung im Inneren. Heyoan nennt diesen innersten Kern eines Menschen das Allerheiligste. Kraft haben heißt, auf dem Thron im Zentrum des eigenen Wesens zu sitzen.

Kraft geht mit der Fähigkeit zur bedingungslosen Liebe einher. Sie geben alles, was zu Ihnen kommt, mit Liebe zurück, ohne sich zu betrügen. Das ist nur möglich, wenn Sie sich zuerst selbst lieben und in Wahrheit leben. Sie sind wahrhaftig mit Ihren Gefühlen und durchleben sie, um zur Liebe zu gelangen. Wenn Sie negative Reaktionen leugnen, indem Sie sie verdrängen, dann lieben Sie weder sich selbst noch andere.

Gnade

Durch das Praktizieren von Wahrheit, göttlichem Willen und Liebe, die Glaube und Kraft mit sich bringen, schaffen wir in unserem Leben Raum für das Wirksamwerden von Gnade. Wir empfangen Gnade, indem wir uns der göttlichen Weisheit hingeben, und erfahren dies als Seligkeit. Wir erleben die Alleinheit und unsere völlige Geborgenheit, komme was da wolle. Wir erkennen in diesem Zustand, daß wir jede Erfahrung, sei sie lustvoll oder schmerzhaft, wie Krankheit und Tod, selbst geschaffen haben, um unseren Weg zu Gott zurückzufinden. Gnade heißt, in Synchronizität zu leben. Emmanuel sagt:

Gnade bedarf des Empfangens,
um sich zu vollenden.
Du bist in Gottes Hand geborgen
und wirst vollkommen geliebt.
Wird diese Liebe angenommen,
so schließt sich der Kreis.

Wer wird geheilt?

Die Heilerin muß wissen, daß es die Seele ist, die sie heilt. Es ist wichtig, Tod in diesem Zusammenhang zu verstehen, und den ganzen Menschen zu behandeln, nicht nur diese Inkarnation. Man darf nicht aufhören, jemanden zu heilen, weil sein Körper stirbt.

Als Heiler müssen wir zwei Dinge im Bewußtsein halten, wenn wir verstehen wollen, was wir tun. Zum einen hat das Durchleben einer Krankheit für die Person tiefe Bedeutung und zum anderen bedeutet Tod nicht Versagen, sondern wahrscheinlich Heilung. Um diese Erkenntnis leben zu können, muß die Heilerin in zwei Welten zu Hause sein, der geistigen und der physischen. Nur wenn sie in ihrer eigenen Mitte und im Universum verankert ist, kann sie sich ständig dem tiefen Leiden aussetzen, dem die Menschheit unterworfen ist. Ich stellte meinem Freund Emmanuel folgende Frage: »Wenn es so ist, daß wir unsere Krankheit selbst schaffen, vermeiden wir dann nicht die Arbeit an uns selbst, die Arbeit an der Quelle unserer Krankheit, wenn wir zu einem Heiler gehen?«

Emmanuel sagte: »Das hängt davon ab, warum du zu einem Heiler gehst, und zu welchem du gehst. Es ist eine ausgezeichnete Frage und eine, die du dir als Heilerin sicher schon oft gestellt hast. Worin liegt die Verantwortung, was muß gegeben, und was empfangen werden, was darf mitgeteilt werden von dem, was der Heiler sieht? Die Fragen hören nie auf, und doch gibt es eine grundlegende Wirklichkeit, die dich trösten kann. Sobald jemand erkennt, daß es vielleicht noch eine andere Form des Heilens gibt, öffnet sich eine Tür, und das Bewußtsein geht über die Medizin der physischen Ebene hinaus. Ich habe nicht die Absicht, die Schulmedizin herabzusetzen. Ärzte leisten hervorragende Arbeit; manche werden dabei geführt und würden das hinter geschlossenen Türen zugeben. Andere, seien sie nun Ärzte oder Angehörige anderer Berufe, sind sich außerhalb der physischen noch keiner anderen Dimensionen bewußt. Das heißt nicht, daß sie gemein, grausam oder böse sind. Sie sind in diese Bereiche

des Wissens nur noch nicht vorgestoßen. Es ist dein Recht, sie zu segnen, deinen Weg weiterzuziehen und Menschen zu finden, die mit deinem Bewußtsein mehr übereinstimmen. Wenn sich jemand zu spirituellem Heilen berufen fühlt (ich sage spirituelles Heilen und meine nicht Heilen auf den niederen Ebenen der Psyche), dann ist ein Bewußtsein der geistigen Welt vorhanden, und die Person wird von den Geistführern und Heilem willkommen geheißen, die mit ihr kooperieren wollen. Oft kommt es nicht zu der erwarteten Heilung. Es kommt vielleicht zur Identifikation und zu einem Lindern des Unbehagens, aber nicht zu einem Wunder. Nun, was bedeutet das? Es heißt, daß es noch mehr zu lernen, noch mehr zu wissen gibt. Jeder physische Körper ist ein Klassenzimmer, und jede Krankheit ist eine Lektion. Sie ist keine Strafe, denn du hast dein eigenes Stück geschrieben; ihr habt euren Körper selbst gewählt, der vielleicht genetische Schwächen hat, die von Großmutter oder Großvater geerbt wurden. Ihr müßt eurem Körper trauen, ganz besonders dann, wenn er krank ist. Was sagt er euch? Es gibt viele Wege, die Botschaft zu hören, und ein qualifizierter, spiritueller Heiler kann sehr hilfreich dabei sein zu verstehen, was der Körper sagt. Natürlich kannst du am besten verstehen, was dein Körper zu dir sagt, denn er hat sich in deiner Sprache gebildet und er spricht ganz direkt zu dir. Aber ein spiritueller Heiler kann dein Bewußtsein wieder zur Einheit führen und dich mit der Wahrheit in Übereinstimmung bringen. Ob du als Patient diese Wahrheit leben kannst, ob du als Heilerin den kranken Körper heilen kannst, hängt von so vielen Faktoren ab, daß ich sie hier gar nicht aufzählen kann. Ihr selbst wißt die Antwort. Sollte es schließlich doch zu dem kommen, was ihr Menschen als Versagen betrachtet, sollte also jemand sterben, dann müßt ihr das als ein segensreiches Ereignis begreifen. Die Seele hat ihre Aufgabe vollendet und wird in der primären Wirklichkeit willkommen geheißen. Dein physischer Körper ist nicht dazu geschaffen, ewig zu existieren. Du bist nicht dazu da, immer in diesen Kleidern herumzulaufen. Ich hoffe, dich freut das. Es gibt also beim spirituellen Heilen kein Versagen; es gibt nur Stufen. Fürchte dich nie davor, deine Hände mit Liebe und Mitgefühl auf einen anderen zu legen. Zögere nie, für einen

anderen zu beten. Fordere keine Ergebnisse, denn es gibt keine Gewißheit, was für eine Seele gerade notwendig ist. Ich bin mir darüber im klaren, daß dies sehr starke Glaubenskraft verlangt, oder zu verlangen scheint. Ja, so ist es.«

Je mehr Körper und Geist durch den Transformationsprozeß gereinigt werden, der in diesem Buch beschrieben ist, um so mehr Kraft fließt durch den Heiler, und um so größer wird sein Schwingungsbereich. Je größer die Kraft, je höher die Schwingung, um so wirksamer das Heilen und um so sensitiver der Heiler. Jede Zunahme an Kraft und Erkenntnis erfuhr ich nach einer selbstaufgelegten Prüfung.

Um solche Prüfungen zu bestehen, muß man absolut wahrhaftig mit sich selbst sein. Es sind die kleinen Selbsttäuschungen, das Nichtsehen wollen der Absichten oder Handlungen unseres niedrigen Selbst, womit wir unsere Integrität verraten und unsere Kraft von innen schwächen. Jede Prüfung bezieht sich auf das, was in unserem Leben gerade anliegt; wir entwerfen unsere Prüfungen so, daß wir geradlinig zur nächsten Stufe fortschreiten, wenn wir die Lektion gelernt haben.

Sind Sie reif für die Aufgabe des Heilens?

Wie wahrhaftig bin ich? Gebrauche ich meinen Willen in Übereinstimmung mit dem universalen Willen? Wie setze ich meine Kraft ein? Wie liebesfähig bin ich? Respektiere ich die Autorität jener, die ich mir als Autoritäten gewählt habe, um von ihnen zu lernen? Tue ich das, ohne meine eigene, innere Autorität preiszugeben? Wie verrate ich meine Integrität? Wonach sehne ich mich? Was möchte ich in meinem Leben vollbringen? Welche Begrenzungen habe ich als Frau, als Mann, als Mensch, als Heiler? Achte ich die Integrität, die persönliche Kraft, den Willen und die Entscheidungen meiner Patienten? Sehe ich mich als Instrument, das die eigenen Kräfte des Patienten mobilisiert, mit denen er sich letztlich selbst heilt? Welches persönliche Interesse habe ich daran, daß jemand gesund wird? Betrachte ich Tod als Versagen?

Worin besteht das Wesen des Heilens?

Was ist ein Heiler?

Was ist Heilen?

Was ist das eigentliche Ziel des Heilens?

Wer heilt?

Wer wird geheilt?

Heyoan sagte kürzlich: »Nun, lieber Leser, beurteile dich aufgrund der obigen Fragen nicht negativ. Wir alle gehen einen Weg der Reinigung, und Liebe heilt mehr, als alles andere. Lehne dich nicht selbst ab und sage, du könntest das alles niemals tun. Du kannst es, und du wirst es tun. Es geht nur darum, daß du dich so, wie du jetzt bist, als vollkommen in deiner Unvollkommenheit akzeptierst. Wir in der geistigen Welt ehren und achten dich. Du hast dich für die körperliche Existenz entschieden, und das ist nicht nur für dich selbst ein großes Geschenk, sondern für das ganze, manifeste Universum. Dein persönlicher Wandel in Richtung Gesundheit und Ganzheit wirkt nicht nur positiv auf die Menschen deiner Umgebung, sondern auf alle fühlenden Wesen dieser Erde; ja, sogar auf die Erde selbst. Ihr alle seid Kinder der Erde. Ihr seid von ihr, sie ist von euch. Vergeßt das niemals, denn wir bewegen uns in der nahen Zukunft immer weiter in das planetare Bewußtsein hinein, und ihr werdet Führer sein bei dieser großen Entdeckungsreise ins Licht. Vor allem aber liebt und ehrt euch selbst, so wie wir euch ehren. Wenn wir bei euch sind, sind wir gleichzeitig in der Gegenwart des Göttlichen. Ihr werdet in den Armen Gottes gehalten und geliebt. Erkennt dies, und ihr werdet frei nach Hause zurückkehren.«

Wenn Sie verstehen, daß sich das Leben pulsierend vollzieht, dann dehnen Sie sich aus und werden von Freude erfüllt, gelangen in die Stille des Friedens und ziehen sich dann wieder zusammen. Viele Menschen erleben dieses Zusammenziehen als negativ. Viele von Ihnen werden wunderbare Freude erleben, wenn Sie bei einem Seminar oder bei einer Heilsitzung die Gegenwart engelhafter Wesen spüren. Auch der Patient wird diese Freude teilen. Es gehört jedoch zum Wesen dieses hohen,

erweiterten Energiezustandes, daß Sie sich danach wieder zusammenziehen und Ihre Vereinzelung deutlicher spüren als zuvor. Die schiere Kraft und Intensität der spirituellen Energie setzt die stagnierende, dunkle Seelensubstanz frei und bringt Licht hinein. Wenn sie wieder lebendig wird, erfahren Sie sie als real, mit allem Schmerz, aller Wut und aller Qual. Vielleicht kommen Sie zu dem Schluß, daß Sie in einem schlechteren Zustand sind, als Sie es waren, bevor Sie überhaupt mit dieser Arbeit angefangen haben. Glauben Sie mir, das ist nicht wahr. Sie sind sensibler. Nachdem Sie die Höhen und Tiefen, diese Erweiterung und Verengung bei jedem persönlichen Problem viele Male erfahren haben, werden Sie feststellen, daß die Schwankungen geringer werden. Nach einigen Monaten stellen Sie erstaunt fest: »Ich tue das ja gar nicht mehr!« Und Sie werden vor Freude weinen, so wie Sie es die ersten Male taten, als Sie ins Licht zurückkamen. Vergessen Sie nicht, Geduld ist das Lösungswort des Glaubens.

Anhang

Rückblickende Fragen und Stoff zum Nachdenken zu den einzelnen Kapiteln

Kapitel 3

Rückblick

1. Welche Art von methodischer Ausbildung braucht ein Heiler und warum?
2. Was ist die einfachste Art der Führung in Ihrem Leben?

Stoff zum Nachdenken

3. Was sind die stärksten Erlebnisse von Führung in Ihrem Leben, und welche Wirkung hatten sie?
4. Inwieweit sind Sie fähig, der Führung, die Sie erhalten, zu folgen?
5. Bitten Sie um Führung für sich selbst und horchen Sie bewußt auf die Antwort? Wie oft?

Kapitel 4

Rückblick

1. Wie haben wissenschaftliche Weltbilder unser Selbstbild beeinflusst?
2. Warum ist für uns heute die Vorstellung einer Welt fester Körper unbrauchbar geworden?
3. Inwiefern haben Faraday und Maxwell das klassische Weltbild verändert, und was war daran so wichtig?
4. Was bedeutet »Lichtgeschwindigkeit transzendierende Verbundenheit«, und welche Bedeutung hat sie für unser tägliches Leben?
5. Wie kann man mit der Idee der multidimensionalen Wirklichkeit das menschliche Energiefeld beschreiben?

Stoff zum Nachdenken

6. Stellen Sie sich vor, Sie seien ein Hologramm. Inwiefern hebt diese Vorstellung Ihre Grenzen auf?

Kapitel 5

Rückblick

1. Wie ist das menschliche Energiefeld gemessen worden?
2. Wann haben die Menschen zum ersten Mal das Phänomen der Aura wahrgenommen?
3. Wer hat im 19. Jahrhundert als erster die Aura wahrgenommen, und wann?
4. Inwiefern überschreitet das Phänomen des menschlichen Energiefeldes die Erkenntnisse der heutigen Wissenschaft?
5. Hat die heutige theoretische und experimentelle Wissenschaft ein gutes Modell für das Phänomen des menschlichen Energiefeldes? Welches?

Kapitel 6

Rückblick

1. Was ist eine Aura?
2. Hat ein Geldstück eine Aura?
3. Was hat keine Aura?
4. Beschreiben Sie das universale Energiefeld.

Kapitel 7

Rückblick

1. Welche Beziehung besteht zwischen dem universalen Energiefeld und dem menschlichen Energiefeld?
2. Wie sieht der ätherische Körper aus? Wie unterscheidet er sich vom emotionalen Körper?
3. Was sind die drei Hauptfunktionen der Chakras?
4. Warum hat ein Chakra eine bestimmte Farbe?
5. Wo befindet sich das Herz des Chakras?
6. Welchen Körperbereichen sind die Chakras zugeordnet?
7. Beschreiben Sie die sieben Schichten des Aurafeldes und ihre Funktion!
8. Beschreiben Sie die Beziehung zwischen den Chakras und den Schichten der Aura!
9. Wo befinden sich das achte und neunte Chakra?
10. Beschreiben Sie ein Chakra auf der siebten Ebene des Feldes!

11. Wo verläuft der Hauptkraftstrom?
12. Welche Schicht hält das menschliche Energiefeld zusammen?
13. Zu welcher Schicht des menschlichen Energiefeldes gehören die Emotionen?

Kapitel 8

Rückblick

1. Wann nimmt die Seele den Körper in Besitz?
2. Welche Bedeutung hat der Augenblick der Geburt für das Energiefeld?
3. Was sind die drei wichtigsten Unterschiede zwischen den Chakras eines kleinen Kindes und denen eines Erwachsenen?
4. Welche Beziehung besteht zwischen der Aura und der Entwicklung des Kindes?
5. Wie kann man von der Aura her erklären, warum ein Kind schmerzvoll schreit, wenn ihm ein Gegenstand entrissen wird?
6. Warum begibt sich ein Kind gerne in die Aura eines Erwachsenen (auf seinen Schoß)?
7. Was sind die wichtigsten Veränderungen der Aura auf den folgenden Entwicklungsstufen: Vor der Geburt, bei der Geburt, im Säuglingsalter, in der frühen Kindheit, in der Latenzphase, in der Pubertät, im reifen Erwachsenenalter, in der Lebensmitte, im Alter und im Tod?
8. In welchem Alter ist der Prozeß der Inkarnation abgeschlossen?
9. Beschreiben Sie die Todeserfahrung so, wie sie sich der erhöhten Sinneswahrnehmung zeigt!

Stoff zum Nachdenken

10. Erörtern Sie die Beziehung zwischen dem Energiefeld und dem persönlichen Raum eines Menschen!
11. Erörtern Sie die Beziehung zwischen persönlichen Grenzsetzungen und dem menschlichen Energiefeld!

Kapitel 9

Rückblick

1. Beschreiben Sie die psychologische Funktion jedes Chakras!
2. Erklären Sie, was mit einem offenen und einem geschlossenen Chakra gemeint ist, so wie es in diesem Kapitel beschrieben wurde!

Kapitel 10

Rückblick

1. Was bedeutet das Pendelergebnis 115 für den vorderen Aspekt des vierten Chakras?
2. Was bedeutet das Pendelergebnis G12 für den hinteren Aspekt des dritten Chakras?
3. Was bedeutet das Pendelergebnis V15 für den vorderen Aspekt des zweiten Chakras?
4. Was bedeutet das Pendelergebnis G10 für den vorderen Aspekt des fünften Chakras, sowohl in körperlicher wie in psychischer Hinsicht?
5. Was bedeutet ein Pendelergebnis H12 für den rückwärtigen Aspekt des zweiten Chakras?

Stoff zum Nachdenken

6. Wenn Sie mit jemandem daran arbeiten, das Herz- und Scham-Zentrum zu öffnen und dabei Erfolg haben, warum könnte sich dann das Nabel-Zentrum schließen? Ist das in Ordnung?

Kapitel 11

Rückblick

1. Was ist eine Energieblockierung?
2. Wie entsteht eine Energieblockierung im menschlichen Energiefeld?
3. Wie können Sie feststellen, ob eine Blockierung im Energiefeld gelöst ist?
4. Wie können Sie feststellen, daß jemand seine Gefühle freisetzt und nicht mehr festhält?
5. Was passiert zuerst: Die Veränderung auf der Ebene des Körpers oder auf der Ebene der Aura?

6. In welchen Farben zeigen sich die folgenden Emotionen in der Aura: Angst, Wut, Liebe, Freude, Verwirrung, Neid, Haß?
7. Welche Farbe ist in der Aura besser: Vibrierendes Hellrot im Beckenraum, oder sattes Grün im Solarplexus?
8. Welche Wirkung hat das Rauchen von Marihuana auf die Aura? Kurzfristig? Langfristig?
9. Was ist eine dissoziierte Gedankenform?

Stoff zum Nachdenken

10. Machen Sie Übungen zur Wahrnehmung der Aura anderer Menschen und beschreiben Sie, was Sie sehen!
11. Verfolgen Sie von Anfang bis Ende den Kreislauf einer Gedankenform, in der Sie sich immer wieder verfangen. Was löst sie aus? Was ist ihr Ursprung? Wie können Sie sie durchbrechen? Welche tieferen Gefühle überdeckt sie und vor welchen Gefühlen schützt sie Sie?

Kapitel 12

Rückblick

1. Benennen und beschreiben Sie die sechs Haupttypen von Energieblockierungen!
2. Nennen Sie die wichtigsten Abwehrmechanismen und beschreiben Sie ihre Funktionsweise! Von welchen machen Sie Gebrauch? Erzielen Sie damit die gewünschte Wirkung? Gäbe es eine bessere Möglichkeit, mit Ihren Lebenserfahrungen umzugehen?

Stoff zum Nachdenken

3. Auf welchem persönlichen Glaubenssystem beruht Ihr wichtigster Abwehrmechanismus?
4. Was würde sich in Ihrem Leben verbessern oder verschlechtern, wenn Sie von diesem Abwehrsystem keinen Gebrauch machten?
5. Beschreiben Sie die Art und den Ort der Energieblockierungen in Ihrem Körper! Mit welchen Kindheitserfahrungen stehen sie in Zusammenhang?

Kapitel 13

Rückblick

1. Beschreiben Sie das Energiefeld der fünf Hauptcharakterstrukturen!
2. Beschreiben Sie die höchste Qualität jeder Charakterstruktur!
3. Welche Gehirnbereiche sind vom Standpunkt erhöhter Sinneswahrnehmung bei den verschiedenen Charakterstrukturen besonders aktiv?

Stoff zum Nachdenken

4. Worin besteht die Lebensaufgabe jeder Charakterstruktur?
5. Welche Beziehung besteht zwischen der Charakterstruktur und der Lebensaufgabe?
6. Welche Beziehung besteht zwischen der Krankheit einer Person und ihrer Lebensaufgabe?
7. Bestimmen Sie den Anteil der verschiedenen Charakterstrukturen an ihrer Persönlichkeit bzw. an ihrem Körper, zum Beispiel: 50% schizoid, 20% oral, 15% psychopathisch, 5% masochistisch und 10% rigide!
8. Gehen Sie das Schema 13-1 durch, und stellen Sie fest, welche Merkmale auf Ihre Persönlichkeit zutreffen!
9. Gehen Sie das Schema 13-2 durch, und stellen Sie fest, welche körperlichen und energetischen Merkmale auf Sie zutreffen!
10. Gehen Sie das Schema 13-3 durch, und stellen Sie fest, wie Sie mit anderen Menschen interagieren!
11. Betrachten Sie die Antworten auf die vorhergehenden vier Fragen! Was könnte Ihre persönliche Aufgabe sein, was Ihre Aufgabe in der Welt?
12. Falls Sie irgendwelche körperlichen Störungen haben, dann stellen Sie eine Beziehung zu Ihrer Antwort auf Frage 11 her!
13. Beantworten Sie die Fragen 7 bis 12 für jeden Ihrer Patienten!

Kapitel 14

Rückblick

1. Was ist die Ursache von Krankheit?

Stoff zum Nachdenken

2. Worin besteht das Wesen der inneren Wand?

3. Unterhalten Sie sich mit Ihrer Wand! Was sagt Ihre Wand? Was sagt der Teil von Ihnen, der jenseits der Wand sitzt? Was sagt der Teil von Ihnen, der diesseits der Wand sitzt? Wovon schützt Sie die Wand? Welche Art von Kraft haben Sie in Ihrer Wand eingeschlossen? Wie können Sie diese Kraft freisetzen?

Kapitel 15

Rückblick

1. Welche Beziehung besteht zwischen einer psychosomatischen Krankheit und der Aura?

2. Was ist die eigentliche Krankheitsursache vom Standpunkt des menschlichen Energiefeldes?

3. Beschreiben Sie, wie Krankheit durch das menschliche Energiefeld entsteht!

Stoff zum Nachdenken

4. Meditieren Sie einige Minuten über die Entstehung des Krankheitsprozesses in Ihrem Körper! Beschreiben Sie ihn!

5. Inwiefern prägen unsere Grundüberzeugungen unsere Erfahrungen, und welche Rolle spielt dabei das menschliche Energiefeld?

Kapitel 16

Rückblick

1. Beschreiben Sie den Prozeß des inneren Heilens!

2. Beschreiben Sie den Prozeß des äußeren Heilens!

3. Auf welche Ebenen des menschlichen Energiefeldes wirken Medikamente?

4. Welche Ebenen des menschlichen Energiefeldes werden bei den normalen Tests von Medikamenten berücksichtigt?

5. Welche Beziehung besteht zwischen der Potenz eines homöopathischen Mittels und der Aura? Auf welche Schichten der Aura wirken homöopathische Mittel?

Stoff zum Nachdenken

6. Wie verändern sich die medizinischen Methoden, wenn man Krankheit als einen Prozeß im menschlichen Energiefeld versteht? Beantworten Sie die Frage unter dem Aspekt medizinischer Heilmethoden, psychodynamischer Prozesse, Patientenverantwortung und Selbstwahrnehmung!
7. Wie kann Heilen über das Aurafeld mit den normalen medizinischen Methoden integriert werden?

Kapitel 17

Rückblick

1. Was sind die wichtigsten Wege des direkten Zugangs zur Information?
2. Beschreiben Sie Möglichkeiten, wie Sie Ihre visuelle, auditive und kinästhetische Wahrnehmung erhöhen können.
3. Welche Art der Meditation und der direkten Wahrnehmung wäre für eine Person am besten geeignet, die kinästhetisch orientiert ist?
4. Was ist der Unterschied zwischen aktivem Betrachten der Aura und ihrer symbolischen Wahrnehmung?
5. Funktioniert direkte Wahrnehmung über Entfernung? Wie weit? Gibt es eine physikalische Erklärung für dieses Phänomen?
6. Was ist der Unterschied zwischen aktivem und rezeptivem Kanalisieren von Energien oder Informationszugang?

Stoff zum Nachdenken

7. Sind Sie ein visueller, auditiver oder kinästhetischer Typ?

Kapitel 18

Rückblick

1. Was kann man mit dem Röntgenblick sehen? In welche Bereiche und in welche Tiefe des Körpers kann man hineinschauen?
2. Bis zu welcher Kleinheit kann man Objekte mit dem Röntgenblick wahrnehmen?
3. Kann man auch über Entfernung einen Körper von innen betrachten?
4. Beschreiben Sie drei Übungen zur Öffnung der inneren Wahrnehmung!

5. Welche endokrine Drüse ist der Sensor der inneren Wahrnehmung?

Stoff zum Nachdenken

6. Was ist der Unterschied zwischen Visualisierung und Wahrnehmung?

Kapitel 19

Rückblick

1. Wie kann man die innere, auditive Wahrnehmung erhöhen?

2. Wie können Sie sich durch Meditation für spirituelle Führung öffnen? Tun Sie es diese Woche mindestens dreimal!

3. Auf welche Weise werden Ihre Führer versuchen, mit Ihnen zu kommunizieren? Beschreiben Sie den Prozeß!

4. Beschreiben Sie, Welche Art von Wahrnehmung zu jedem der sieben Chakras gehört!

5. Wenn Sie ein Geistwesen auf der ketherischen Ebene »sehen« wollen, welches Chakra müssen Sie dann auf welcher Ebene des Aurafeldes öffnen?

6. Wenn Sie ein Geistwesen auf der astralen Ebene »hören« wollen, welches Chakra müssen Sie dann auf welcher Ebene des Aurafeldes öffnen?

7. Wenn ich behaupte, in einer Ecke des Zimmers befindet sich ein Wesen, das nicht besonders freundlich ist - durch welches Chakra hätte ich diese Wahrnehmung? Auf welcher Ebene des Aurafeldes würde dieses Wesen existieren?

8. Was können Sie tun, um ein bestimmtes Chakra auf einer bestimmten Ebene Ihres Feldes zu öffnen?

9. Was ist der Hauptunterschied zwischen der Fähigkeit, nach innen zu schauen und Botschaften von Geistführern zu empfangen?

Stoff zum Nachdenken

10. Wie würde sich Ihr Leben verändern, wenn Sie spirituelle Führung suchen und ihr folgen würden?

11. Was ist Ihr Hauptwiderstand dagegen, aktiv Führung in Ihrem Leben zu suchen?

12. Bitten Sie um Führung, um zu lernen, Führung in Ihrem Leben mehr zuzulassen. Welche Antwort bekommen Sie?

13. Welche negativen Folgen könnte es haben, wenn Sie sich führen ließen? Welche negativen Überzeugungen und Vorstellungen haben Sie diesbezüglich? Sehen Sie einen Zusammenhang mit Erfahrungen von Autorität in Ihrer Kindheit? Inwiefern wird dadurch Ihre Beziehung zu Gott oder Ihr Bild von Gott geprägt?

14. Wie ist Präkognition mit freiem Willen zu vereinbaren?

15. Wie kann diese Art von Wahrnehmung Ihr Leben verändern?

16. Was ist der Unterschied zwischen Visualisierung und Wahrnehmung?

Kapitel 20

Rückblick

1. Erklären Sie den Begriff Wahrnehmungsfenster!

Stoff zum Nachdenken

2. Beschreiben Sie aufgrund Heyoans Darstellung der Wirklichkeit Ihre innere Wand der Angst (siehe Kapitel 14), die Wand zwischen dem, der Sie glauben zu sein, und dem, der Sie wirklich sind; den Schleier zwischen der geistigen und der materiellen Welt; den Schleier zwischen Leben und Tod.

3. Was ist Tod?

4. Was können Sie aufgrund dieser Darstellung von Heyoan über Ihre Beziehung zu Ihrem Geistführer sagen? Was ist der Unterschied zu Ihrem höheren Selbst? Zu Ihrem göttlichen Funken?

Kapitel 21

Rückblick

1. Beschreiben Sie Übungen zur Öffnung der Akupunkturkanäle! Erklären Sie ihre Wirkung!

2. Beschreiben Sie Übungen, wie die Heilerin ihr Aurafeld reinigen kann!

3. Vor einer Heilsitzung sollte die Heilerin zwei Dinge tun. Welche?

4. Warum muß man als Heiler sehr viel Wasser trinken?
5. Wie kann man einen Raum von toter Orgonenergie (DOR) reinigen? Beschreiben Sie drei Methoden!
6. Warum muß die Heilerin für eine gute Atmosphäre im Heilraum sorgen? Warum muß sie sehr gut für ihr eigenes Energiesystem sorgen? Was geschieht, wenn sie es nicht tut?
7. Wie können Sie sich in einer Heilsitzung davor schützen, DOR-Energie aufzunehmen, und wie im normalen Leben?
8. Welche drei Dinge sind notwendig, um den Heilraum rein zu halten?
9. Warum ist es in der Regel leichter, in einem Heilraum zu heilen, als im Haus des Patienten?
10. Wie können Sie Ihr Energiefeld reinigen, wenn Sie in einer Heilsitzung DOR-Energie aufgenommen haben?
11. Beschreiben Sie mindestens drei Möglichkeiten, wie Sie mit Kristallen heilen können.
12. Wie können Sie durch das Tragen von Kristallen krank werden? Welche Wirkung haben sie?

Kapitel 22

Rückblick

1. Was tut ein Heiler vor einer Heilsitzung?
2. Was ist mit Reinigen und Aufladen des Körpers gemeint?
3. Was bewirkt Reinigen und Aufladen?
4. Bestimmt der Heiler die Farbe des Lichtes, wenn er Energie in den Körper einströmen läßt? Wenn ja, warum? Wenn nein, warum nicht?
5. Wenn das erste Chakra des Heilers auf den unteren Ebenen des Energiefeldes geschlossen ist, kann er dann die Farbe Rot beim Heilen wirksam einsetzen? Begründen Sie Ihre Antwort!
6. In welche Richtung läßt der Heiler bei einem Herzpatienten die Energie strömen? Was ist der Grund dafür?
7. Beschreiben Sie den Prozeß der Wirbelsäulenreinigung!
8. Was ist der Unterschied, wenn Sie beim Einströmen von Energie eine Hand, zwei Hände getrennt, oder zwei Hände geschlossen verwenden?
9. Was geschieht, wenn Sie sich beim Heilen auf der fünften

Ebene nicht führen lassen und Ihre Hände bewegen, bevor die Geistführer fertig sind?

10. Wie kann es dazu kommen, daß die siebte Schicht zerreißt? Nennen Sie drei Möglichkeiten (siehe auch Kapitel 15)!

11. Falls ein Riß durch die gesamte Aura geht, welche Schichten müssen dann genäht werden?

12. Können Sie ein Energieleck stoppen, falls die siebte Schicht zerrissen ist, Sie aber nicht fähig sind, den Riß auf der siebten Ebene zu flicken?

13. Kann man ein zerrissenes Aurafeld durch Reinigen und Aufladen heilen?

14. Warum verläßt der Patient seinen Körper, wenn auf der siebten Ebene gearbeitet wird?

15. Wo konzentrieren Sie Ihre Energie und Ihr Bewußtsein, wenn Sie mit weißem Licht heilen? Worauf richten Sie Ihre Aufmerksamkeit? Wie tasten Sie den Körper ab?

16. Beschreiben Sie die Heilmethoden für jede Auraschicht!

17. Was ist ein Schild der achten Ebene? Welchen Zweck erfüllt es? Wer entscheidet, ob es eingesetzt wird?

18. Beschreiben Sie ein Verfahren zur Beendigung einer Heilsitzung, das Ihnen erlaubt, sich körperlich vom Patienten zu lösen, bis Sie wieder Kontakt aufnehmen möchten!

19. Was ist der Unterschied, wenn man Energie kanalisiert, um zu heilen, oder um Informationen zu erhalten?

Stoff zum Nachdenken

20. Wer heilt?

Kapitel 23

Rückblick

1. Nennen Sie Fälle, in denen es angebracht ist, daß der Heiler die Farbe des Lichtes, die durch ihn hindurchfließt, bewußt steuert, und erklären Sie warum!

2. Warum ist es so schwer, eine bestimmte Farbe zu senden?

3. Was bedeutet »in der Farbe Gelb sein«?

4. Welche Wirkung haben im allgemeinen die folgenden Farben beim Heilen: Rot, Rot-orange, Gold, Grün, Rosa, Blau, Violett und Weiß?

5. Wozu werden die Farben Lavendel und Silber verwendet? Was ist der Unterschied zwischen beiden?
6. Wie wird schwarzes Licht verwendet?
7. Was ist die Wirkung von blau-violetterem Licht in Verbindung mit Tiefenmassage?
8. Wie erzeugen Sie in sich eine bestimmte Farbe, um sie auszusenden? Nennen Sie verschiedene Möglichkeiten!
9. Gibt es eine Beziehung zwischen Farbe und Ton beim Heilen? Welche?
10. Welches physische Prinzip liegt der Wirkung von Tönen auf das Aurafeld zugrunde?
11. Wie kann mit Tönen auf die Chakras eingewirkt werden? Welche Wirkung hat es auf das Chakra?
12. Wie kann mit Tönen auf ein Organ eingewirkt werden, und welche Wirkung hat es?
13. Wie Finden Sie die richtige Tonhöhe? Nennen Sie zwei Möglichkeiten!
14. Können Sie passiv einen Ton leiten, der von Ihrem Führer kommt? Wie unterscheidet sich das von der aktiven Tonerzeugung, die wir besprochen haben?

Kapitel 24

Rückblick

1. Welche Beziehung besteht auf der psychischen Ebene zwischen Blockierungen und früheren Inkarnationen?
2. Beschreiben Sie, wie sich Blockierungen aus diesem Leben und aus früheren Inkarnationen im Energiefeld abzeichnen!
3. Wie kann man mit Hilfe des Handauflegens Reinkarnations-therapie machen?
4. Was muß die Heilerin tun, nachdem sie ein Trauma aus einem vergangenen Leben aus dem Energiefeld entfernt hat?
5. Wann ist Reinkarnationsarbeit angebracht? Wann nicht? Wann ist sie notwendig?
6. Wie sehen Blockierungen aus vergangenen Leben im Aurafeld aus?
7. Was ist eine »unmittelbare Feldverlagerung«? Beschreiben Sie den Zusammenhang mit früheren Leben!

Stoff zum Nachdenken

8. Was ist ein früheres Leben, wenn die Zeit nicht linear ist?

Kapitel 26

Rückblick

Stoff zum Nachdenken

1. Beurteilen Sie auf einer Skala von eins bis zehn, wie gut Sie für sich selber sorgen, und zwar für jeden der elf Punkte dieses Kapitels, beginnend mit Meditation!
2. Suchen Sie für die Punkte, an denen Sie sich niedrig bewerten, die Blockierung in Ihrem niedrigen oder Schattenselbst. Was ist die Überzeugung oder Schlußfolgerung, auf der diese Reaktion beruht?
3. Setzen Sie das in Beziehung zu den Chakras, die nicht richtig funktionieren!
4. Machen Sie Heyoans Selbstheilungsmeditation!
5. Machen Sie Heyoans Meditation zur Auflösung selbstgesetzter Grenzen!

Kapitel 27

Rückblick

1. Welches sind die wichtigsten persönlichen Qualitäten, die ein Heiler in sich entwickeln muß, um klar zu bleiben?
2. Warum gibt es im Leben Prüfungen?

Stoff zum Nachdenken

3. Durch welchen persönlichen Reinigungsprozeß sind Sie gegangen, um an den Punkt zu gelangen, an dem Sie jetzt auf Ihrem Weg sind?
4. Sind Sie hinreichend darauf vorbereitet. Heiler zu sein? Auf welchen Ebenen?
5. In welchen Bereichen besteht die größte Gefahr, daß Sie die Kraft, die Sie als Heiler haben, mißbrauchen? Welche Absicht hat Ihr niedriges Selbst oder Ihr Schattenselbst in dieser Hinsicht? Auf welchen falschen Überzeugungen gründet sich diese Absicht? Wie können Sie diesen Teil in sich heilen und mit Ihrem inneren göttlichen Willen in Übereinstimmung bringen?

6. Beantworten Sie die Fragen unter der Überschrift »Übungen zur Erforschung der eigenen Ängste«!
7. Beantworten Sie die Fragen unter der Überschrift »Übung zur Erforschung der eigenen negativen Absichten«!
8. Machen Sie die Übungen zur Selbstliebe, die unter der Überschrift »Liebe« angegeben sind!
9. Beantworten Sie die Fragen unter der Überschrift »Sind Sie bereit, Heiler zu sein?«

Liste der Abbildungen und Schemata

| | | |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Abb. 6-1: | Die Wirkung eines Lapislazuli auf die Aura einer Pflanze | Seite 84 |
| Abb. 7-1: | Die sieben Hauptchakras | Seite 95 |
| Abb. 7-2: | Die einundzwanzig Nebenchakras | Seite 95 |
| Abb. 7-3: | Die sieben Hauptchakras an der Vorder- und Rückseite | Seite 96 |
| Abb. 7-4: | Die sieben Auraschichten | Seite 97 |
| Schema 7-5: | Die Hauptchakras und die zugehörigen Körperzonen | Seite 100 |
| Abb. 7-6: | Stoffwechselbahn der einströmenden Primärenergie | Seite 101 |
| Abb. 8-1: | Normale Aura eines Babys | Seite 123 |
| Abb. 8-2: | Chakra des Erwachsenen und des Kindes | Seite 126 |
| Schema 9-1: | Die Hauptchakras mit ihrer psychologischen Funktion | Seite 141 |
| Abb. 10-1: | Das Auspendeln eines Chakras | Seite 158 |
| Schema 10-2: | Chakradiagnose | Seite 160 |
| Schema 10-3: | Wirkung intensiver innerer Arbeit | Seite 167 |
| Abb. 11-1: | Ein Mann auf einem bioenergetischen Hocker | Seite 185 |
| Abb. 12-1 bis 12-6: | Typen von Energieblockierungen | Seite 191 |
| Abb. 12-7/1: | Energetische Abwehrsysteme | Seite 196 |
| Abb. 12-7/II: | Energetische Abwehrsysteme | Seite 197 |
| Schema 13-1 | Hauptmerkmale der fünf Charakterstrukturen: Persönlichkeit | Seite 203 |
| Schema 13-2 | Hauptmerkmale der fünf Charakterstrukturen: Körper- und Energiesystem | Seite 204 |
| Schema 13-3 | Hauptmerkmale der fünf Charakterstrukturen: Beziehungen/Interaktion | Seite 205 |
| Abb. 13-4: | Die Aura des schizoiden Charakters | Seite 211 |
| Abb. 13-5: | Die Aura des oralen Charakters | Seite 217 |
| Abb. 13-6: | Die Aura des psychopathischen Charakters | Seite 221 |
| Abb. 13-7: | Die Aura des masochistischen Charakters | Seite 225 |
| Abb. 13-8: | Die Aura des rigiden Charakters | Seite 227 |
| Schema 15-1 | Ebenen der Wirklichkeit, auf denen wir existieren | Seite 246 |
| Schema 15-2 | Ausdruck des Bewußtseins auf den sieben Ebenen der Aura | Seite 247 |
| Schema 15-3 | Der schöpferische Prozeß der Gesundheit | Seite 250 |
| Schema 15-4 | Der dynamische Prozeß von Krankheit | Seite 253 |
| Abb. 15-5 bis 15-10: | Deformierte Chakras | Seite 257 |
| Schema 16-1 | Der Prozeß des inneren Heilens | Seite 262 |
| Abb. 18-1: | Heilung einer Unterleibsentzündung und einer Eierstockzyste (Röntgenblick) | Seite 279 |
| Abb. 18-2: | Die anatomischen Grundlagen des Röntgenblicks | Seite 284 |
| Schema 20-1 | Der Kegel der Wahrnehmung: Graphische Darstellung | Seite 305 |
| Schema 20-2 | Der Kegel der Wahrnehmung: Spirituelle Interpretation | Seite 307 |
| Schema 20-3 | Erweiterung des Wahrnehmungskegels durch erhöhte Sinneswahrnehmung | Seite 307 |

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| Schema 20-4: Begrenzung des Wahrnehmungskegels durch Definition der persönlichen Wirklichkeit..... | Seite 307 |
| Abb. 21-1 bis 21-10. Gelenkübungen..... | Seite 319/321 |
| Abb. 21-11 bis 21-15: Körperübungen zur Aufladung und Öffnung der Chakras | Seite 324 |
| Abb. 21-16 bis 21-22: Yogaübungen zur Aufladung und Öffnung der Chakras..... | Seite 328/332/333 |
| Abb. 21-23: Farbmeditation im Stehen | Seite 335 |
| Schema 22-1: Übersicht über den Prozeß des Heilens..... | Seite 344 |
| Abb. 22-2: Die Fußreflexzonen | Seite 347 |
| Abb. 22-3: Energiefluß beim Aufladen und Reinigen | Seite 349 |
| Schema 23-1: Bedeutung der Farben auf der Ebene der Seelenaufgabe . | Seite 386 |
| Sfhema 23-2: Verwendung von Farben beim Heilen..... | Seite 387 |
| Abb. 25-1: David vor Beginn des Heilprozesses | Seite 410 |
| Abb. 25-2: David nach Abschluß des Heilprozesses..... | Seite 411 |

Liste der Übungen und Meditationen

| | | |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Kapitel 6 | Wahrnehmung des universalen Lebensenergiefeldes..... | S. 82 |
| Kapitel 7 | Wahrnehmung der menschlichen Aura..... | S. 88 |
| Kapitel 8 | Erspüren des Energierraumes..... | S. 129 |
| Kapitel 10 | Chakradiagnose mit dem Pendel..... | S. 157 |
| Kapitel 11 | Wahrnehmung der Aura anderer Menschen | S. 172 |
| | Erfahrung des »Gewichts« des Energiefeldes | S. 178 |
| Kapitel 12 | Auffinden des eigenen Abwehrsystems..... | S. 199 |
| Kapitel 13 | Auffinden der eigenen Charakterstruktur..... | S. 234 |
| Kapitel 14 | Erforschen der inneren Wand..... | S. 242 |
| | Auflösen der inneren Wand..... | S. 243 |
| Kapitel 15 | Erkennen des Sinns Ihrer Krankheit..... | S. 259 |
| Kapitel 17 | Steigerung der Wahrnehmungsfähigkeit..... | S. 271 |
| Kapitel 18 | Öffnung der inneren Wahrnehmung..... | S. 285 |
| | 1. Mit dem Bewußtsein durch den Körper wandern | S. 285 |
| | 2. Einen Freund abtasten..... | S. 287 |
| | 3. Öffnung des Dritten Auges..... | S. 288 |
| Kapitel 19 | Öffnung für spirituelle Führung..... | S. 294 |
| | Direkter Kontakt mit Ihren persönlichen Geistführern..... | S. 295 |
| | Erfahrung Ihrer verschiedenen Auraebenen..... | S. 303 |
| Kapitel 21 | Öffnung der Akupunkturlinien | S. 318 |
| | Öffnung und Aufladung der Chakras auf den ersten drei Auraebenen | S. 323 |
| | Visualisationsübungen zur Öffnung der Chakras auf der vierten Auraebene | S. 326 |
| | Yogaübungen zur Öffnung und Aufladung der Chakras auf der fünften bis siebten Auraebene..... | S. 330 |
| | Farbmeditation zur Aufladung der Aura..... | S. 334 |
| | Vibrationsübung zur Erdung..... | S. 336 |
| | Sitzmeditation zur Zentrierung..... | S. 337 |
| Kapitel 22 | Energieaufladung vor einem Tag des Heilens..... | S. 342 |
| | Öffnung des eigenen Energiefeldes für Geistführer..... | S. 359 |
| Kapitel 23 | Erleben von Farbe..... | S. 384 |
| Kapitel 24 | Erfahrung nichtlinearer Zeit..... | S. 394 |
| Kapitel 26 | Hoyoans Meditation zur Selbstheilung..... | S. 433 |
| | Auflösung selbstgesetzter Grenzen..... | S. 435 |
| Kapitel 27 | Erforschung der eigenen Ängste..... | S. 439 |
| | Erforschung der eigenen negativen Absichten..... | S. 440 |

Bibliographie

- Allen, R.: »Studies into Human Energy Fields Promises Better Drug Diagnosis«, in: *Electronic Design News*. April 1974, Vol. 17.
- Anderson. Lyrin: *The Medicine Woman*. Harper&Row, New York 1982.
- Anonym: *Elberic Vision and What It Reveals*. The Rosicrucian Fellowship, Oceanside, Calif., 1965.
- Anonym: *Some Unrecognized Factors in Medicine*. Theosophical Publishing House, London.
- Bagnall, O.: *The Origins and Properties of the Human Aura*. University Books, Inc.. New York, 1970.
- Bandler, R. und Grinder, J.: *Neue Wege der Kurzzeittherapie*. Paderborn. 1981.
- Bailey. A.A.: *Esoterisches Heilen*. Bd. 4 von: *Eine Abhandlung über die Sieben Strahlen*. Karl Rohm Verlag. Bietigheim-Bissingen. 1988.
- Becker, R.O. und Bachman, C. und Friedman, H.: »The Direct Current Control System«, in: *New York State Journal of Medicine*, 15. April 1962.
- Beesely. R. P.: *The Robe of Many Colours*. The College of Psycho-therapeutics, Kent, 1969.
- Bendit. P.D. und Bendit, L. J.: *Man Incarnate*. Theosophical Publishing House, London, 1957.
- : *Die Brücke des Bewußtseins. Eine Studie über das vital ätherische Feld des Menschen*. Adyar Pb., Graz, 1976.
- Bentov, Itzhak: *Auf der Spur des wilden Pendels. Abenteuer im Bewußtsein*. Reinbek, 1986.
- Besant, A. und Leadbeater. C.W.: *Gedankenformen*. Hermann Bauer-Verlag, Freiburg i. Br., 1987.
- Blavatsky, Helena P.: *Die Geheimlehre. Das heilige Buch der theosophischen Bruderschaft*. R. Schikowski, Berlin.
- Bohm. David: *Die implizite Ordnung*. Goldmann, München, 1987.
- Brennan, B.: *Function of the Human Energy Field in the Dynamic Process of Health and Disease*. Institute for the New Age, New York. 1980.
- Bruyere. Rosalyn: Personal Communication. Healing Light Center. Glendale. Calif., 1983.
- : *Wheel of Light*. Healing Light Center, Glendale. Calif., 1987.
- Burks. A. J.: *The Aura*. CSA Printers & Publishers, Lakemont, Georgia, 1962.
- Burr, H.S. und Musselman, L.K. und Barton, D.S. und Kelly, N. B.: »Bioelectric Correlates of Human Ovulation«, in: *Yale Journal of Biology and Medicine*, 1937. Bd. 10. S. 155-160.
- Burr, H.S. und Lane. C.T.: »Electrical Characteristics of Living Systems«, a.a.O.: 1935. Bd. 8, S. 31-35.
- Burr, H. S.: »Electrometrics of Atypical Growth«, a.a.O.: 1952, Bd. 25, S. 67-75.
- : »The Meaning of Bio-Electrical Potentials«. a.a.O.: 1944, Bd. 16, S. 353—360.
- Burr, H. S. and Northrop, F.S.G.: »The Electro-Dynamic Theory of Life«, in: *Quarterly Review of Biology*, 1935, Bd. 10, S. 322-333.
- The Fields of Life. Our Links with the Universe*. Bailantine Books, New York, 1972.
- : »Evidence for the Existence of an Electrodynamical Field in the Living Organ-

- isms«, in: *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 1939, Bd. 24. S. 284-360.
- Butler, Walter E.: *Die Aura*. Sphinx, Basel, 1988.
- Capra, Fritjof F.: *Das Tao der Physik*. Scherz, München, 1987.
- : *Das neue Denken*. Scherz, München, 1987.
- Cayce, Edgar: *Auras*. ARE Press, Virginia Beach, Virginia, 1945.
- Cohen, David: Interview in *The New York Times a.m.* 20. April 1980.
- Connelly, Dianne M.: *Traditionelle Akupunktur*. Endrich Verlag, 1988.
- De La Warr, G.: *Matter in the Making*. Vincent Stuart Ltd., London, 1966.
- Dobrin, R., und Connaway (Brennan), B. und Pierrakos, J.: »Instrumental Measurements of the Human Energy Field.« Institute for the New Age, New York, 1978. Presented at Electro '78. IEEE Annual Conference, Boston, 23.-25. Mai 1978.
- Dobrin, R. und Connaway (Brennan), B.: »New Electronic Methods for Medical Diagnosis and Treatment Using the Human Energy Field.« Presented at Electro '78, IEEE Annual Conference, Boston, 23.-25. Mai 1978.
- Dumitrescu, I.: »Electronography.« Electronography Lab, Romania. Presented at Electro '78, IEEE Annual Conference, Boston, 23.-25. Mai 1978.
- Eddington, Arthur: *The Philosophy of Physical Science*. University of Michigan Press, Ann Arbor, 1958.
- Energy Research Group: »Experimental Measurements of the Human Energy Field.« New York, 1973.
- : »High Frequency Model for Kirlian Photography.« New York, 1973.
- Gerber, J.: *Communication with the Spirit World of God*. Johannes Gerber Memorial Foundation, Teaneck, New Jersey, 1979.
- Hodson, G.: *MusicForms*. The Theosophical Publishing House, London. 1976.
In den Sphären des Lichtes. Aquamarin. Grafing, 1985.
- Hunt, Valorie und Massey, W. und Weinberg, R. und Bruyere, R. und Hahn, P.: »Project Report. A Study of Structural Integration from Neuromuscular, Energy Field and Emotional Approaches.« U.C.L.A., 1977.
- Inyushin, V. M. und Chekorov, P. R.: »Biostimulation Through Laser Radiation of Bioplasma.« Kazakh State University, USSR. Ins Englische übersetzt von Hill und Ghosak, Universität von Kopenhagen, 1975.
- : »On the Problem of Recording the Human Biofield«, in: *Parapsychology in the USSR, Part. II*, Washington Research Center, San Francisco. Calif., 1981.
- : Seminar paper. Alma-Ata, USSR. 1969.
- Jaffe, Lionel: Interview in *The New York Times* am 20. April 1980.
- Karagulla, Schaficia: *Breakthrough to Creativity*. De Vross. Los Angeles, 1967.
- Kilner, Walter!.: *The Human Aura*. University Books, New Hyde Park, New York, 1965.
- Krieger, D.: *The Therapeutic Touch*. Prentice Hall, Englewood Cliffs, N. J., 1979.
- Krippner, Stanley und Scott, Patrick: *Medizin zwischen Himmel und Erde. Spirituelles Heilen der Schamanen, Hexen, Priester und Medien*. Chiron Verlag. 1987.
- Krippner, S. und Ruhin, D. (Hrsg.): *The Energies of Consciousness*. Gordon and Breach, New York, 1975.
- Kunz, Dora: *Die verborgenen Quellen der Heilung*. Aquamarin, Grafing, 1987.
- Kunz, Dora und Peper, Erik: »Fields and Their Clinical Implications«, in: *The American Theosophist*. Dezember 1982.

- Leadbeater, C. W.: *The Chakras*. Theosophical Publishing House. London, 1974.
The Science of the Sacraments. Theosophical Publishing House. 1975.
- Leibniz, Gottfried W.: *Monadologie*. Reclam, Ditzingen.
- Le Shan, L.: *The Medium, the Mystic, and the Physicist*. Ballantine Books, New York, 1966.
- : *Von Newton zu PSI. Neue Dimensionen im Umgang mit der Wirklichkeit*. Rowohlt, Reinbek, 1986.
- Löwen Alexander: *Körperausdruck und Persönlichkeit. Grundlagen und Praxis der Bioenergetik*. Kösel, München, 1988.
- Mann, W. E.: *Orgon, Reich and Eros*. Simon & Schuster, New York, 1973.
- Meek, George W. (Hrsg.): *Heiler und der Heilprozeß*. Hirthammer, München, 1980.
- Moss, T.: *Probability of the Impossible. Scientific Discoveries and Explorations in the Psychic World*. J. P. Tarcher. Los Angeles. 1974.
- Motoyama, Hiroshi: *The Functional Relationship Between Yoga Asanas and Acupuncture Meridians*. LA.R.P. Tokyo, Japan, 1979.
- Murphy, Pat und Jim: »Murphy's Theories, The Practical and the Psychic«, Healing Light Center, Glendale, Calif.
- Mylonas, Elizabeth: *A Basic Working Manual and Workbook for Helpers and Workers*. Phoenicia Pathwork Center, Phoenicia, New York, 1981.
- Niel, A.: *Magic and Mystery in Tibet*. Dover, New York, 1971.
- Ostrander, Sheila und Schroeder, Lynn: *PSI. Die Geheimformel für die wissenschaftliche Erforschung und Nutzung außersinnlicher Kräfte des Geistes und der Seele*. Scherz, München, 1970.
- Patcher, Henry M.: *Paracelsus. Magic Into Science*. Henry Schuman. New York, 1951.
- Pierrakos, Eva: *Guide Lectures, 1-258*. Center for the Living Force. New York, 1956-1979.
- Pierrakos, John C.: *Core Energetik. Zentrum deiner Lebenskraft*. Synthesis, Essen, 1986.
- : *The Case of the Broken Heart*. Institute for the New Age, New York, 1977.
The Core Energetic Process in Group Therapy. A.a.O., 1975.
The Energy Field in Man and Nature. A.a.O., 1975.
- : *Human Energy Systems Theory*. A.a.O., 1975.
- : *Life Functions of the Energy Centers of Man*. A.a.O., 1975.
- Pierrakos, John C. und Brennan, B.: Personal Communication, 1980.
- Powell, A. E.: *The Astral Body*. Theosophical Publishing House, London, 1972.
The Causal Body. A.a.O., 1972.
The Etheric Double. A.a.O., 1973.
- Ravitz, L. J.: »Application of the Electrodynamical Field Theory in Biology. Psychiatry, Medicine and Hypnosis«, in: *Am. Journal of Clin. Hypnosis*, 1958, Bd. 1, S.135-150.
 »Bioelectric Correlates of Emotional States«, in: *Conn. State Medical Journal*, 1952, Bd. 16. S. 499-505.
- Reich, Wilhelm: *Charakteranalyse*. Kiepenheuer & Witsch, Köln.
- : *Die Funktion des Orgasmus*. Bd. 1 von: *Die Entdeckung des Orgon*. Kiepenheuer & Witsch, Köln.
- : *Der Krebs*. Bd. 2 von: *Die Entdeckung des Orgon*. Kiepenheuer & Witsch, Köln.
- Reichenbach, Karl von: *Physico-physiological Researches on the Dynamics of*

- Magnetism. Electricity. Heat, Light, Crystallization. and Chemism in Their Relation to Vital Force.* Clinton-Hall. New York, 1951.
- Roberts, Jane: *Die Natur der persönlichen Realität.* Ariston, Genf, 1985.
- Rodegast, Pat und Stanton, Judith: »Emmanuel Books.« *Some Friends of Emmanuel,* New York, 1985.
- Rongliang, Zheng: »Scientific Research of Qigong.« Lanzhou University. Volksrepublik China, 1982.
- Sarfatti, J.: »Reply to Bohm-Hiley«. in: *Psychoenergetic Systems.* London. Gordon & Breach, 1976, Bd. 2, S. 1-8.
- Schott, Heinz von (Hrsg.): *Franz Anton Mesmer und die Geschichte des Mesmerismus.* Franz Steiner, Wiesbaden, 1985.
- Schwarz, Jack: *The Human Energy Systems.* Dutton, New York, 1980.
- : *Voluntary Controls.* Dutton, New York, 1978.
- Sheldrake, Rupert: *Das schöpferische Universum.* Goldmann, München, 1983.
- Steiner, Rudolf: *Eine okkulte Physiologie.* Gesamtausgabe Bd. 128. Rudolf Steiner Verlag, Dörmach, 1978.
- Surgue, T.: *There is a River. The Story of Edgar Cayce.* ARE Press. Virginia Beach. Virginia, 1957.
- Tansely, D. V.: *Energiekörper.* Kösel, München, 1985.
- : *Radionics Interface with the Ether-Fields.* Health Science Press, Devon. England, 1975.
- Targ, Russell und Harary, Keith: *Jeder hat ein Drittes Auge. PSI - die unheimliche Kraft.* Goldmann, München, 1987.
- : *The Mind Race.* Ballantine, New York, 1984.
- Vithoulkas, Georgos: *Die wissenschaftliche Homöopathie.* Burgdorf, Göttingen, 1986.
- Vladimirov, Y. A.: *Ultraweak Luminescence Accompanying Biochemical Reactions.* USSR Academy of Biological Sciences, Izdatelstvo »Nauka«. Moskau.
- Watson, Ly all: *Lifetide. The Biology of Consciousness.*
Geheimes Wissen: Das Natürliche des Übernatürlichen. Fischer, Frankfurt a. M., 1986.
- Westlake, A.: *Medizinische Neuorientierung. Von der Huna-Philosophie zu den Orgon-Experimenten.* Origo, Bern.
- : *The Pattern of Health.* Shambala, Berkeley, 1973.
- White, John und Krippner, Stanley: *Future Science.* Anchor Books, New York, 1977.
- White, John: *Kundalini. Evolution and Enlightenment.* Anchor Books, New York, 1979.
- Wilhelm, Richard: *Das Geheimnis der Goldenen Blüte.* Diederichs, Köln, 1987.
- Williamson, Samuel: *Personal Communication.* New York. 1982.
- Zukav, Gary: *Die tanzenden Wu Li Meister.* Rowohlt. Reinbek. 1985.

**Der Nr.1-Bestseller in den USA
zur Schattenarbeit:**



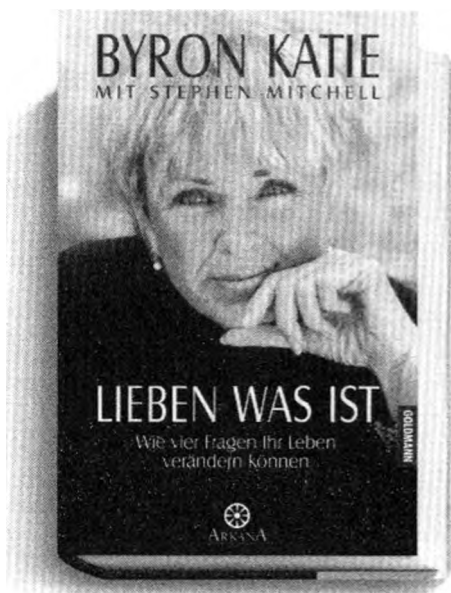
Debbie Ford, Die dunkle Seite der Lichtjäger.
Kreativität und positive Energie durch die
Arbeit am eigenen Schatten

14167

Neben den lichtvollen Seiten gehört zu unserer Persönlichkeit auch der »Schatten« - Charakterzüge, die wir nicht wahrhaben wollen und daher verdrängen. Erst wenn wir die Schattenseiten unseres Wesens anerkennen und heilen, können wir Zufriedenheit, innere Ausgeglichenheit und tiefes Wohlbefinden erlangen. Debbie Ford ermutigt jeden, sich den Abgründen und Ängsten der eigenen Psyche zu stellen.


GANZHEITLICH HEILEN

The Work,
der geniale Schlüssel zu Selbsterkenntnis
und Wahrheit



Byron Katie
mit Stephen Mitchell
Lieben was ist
ISBN 3-442-33650-3

Byron Katie berichtet, wie ihr Leben im Alter von 44 Jahren auf der Kippe stand und welche Erkenntnisse sie aus einem Erleuchtungserlebnis gewann, das ihr zuteil wurde.

Hier stellt sie erstmals ihr gleichermaßen einfaches wie effektives Selbstfindungssystem dar. Ein grundlegendes Buch für alle, frei sein wollen.


ARKANA
GOLDMANN

»Barbara Ann Brennans Buch ist eine Freude für alle, die hinter die Fassade von Schulwissen und allgemein akzeptierter Lehrmeinung blicken wollen. Die Autorin genießt hohes Ansehen als Physikerin und als Lehrerin der unterschiedlichsten Heil- und Therapieverfahren. Sie ist heute eine der erfahrensten und besten Fteilerinnen der westlichen Welt. Dieses Werk ist ein Muß für angehende Heiler, eine Inspiration für all jene, die mehr vom Menschen >sehen< wollen, als sie mit dem Auge wahrnehmen, und ein Geschenk an den neuen spirituellen Menschen, der nach dem Ursprung von Leben und Gesundheit sucht.«

Elisabeth Kübler-Ross

