

BARBARA ANN BRENNAN  
Licht-Arbeit



GOLDMANN  
Lesen erleben

### *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 Arkana außerdem lieferbar:  
Licht-Heilung (12222)*

BARBARA ANN  
BRENNAN

---

LICHT-ARBEIT

Heilen mit Energiefeldern

Aus dem Amerikanischen  
von Maya Ubik

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



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier  
*Munken Pocket* liefert Arctic Paper Munkedals AB, Schweden.

23. Auflage  
Vollständige Paperbackausgabe nach der  
deutschen Erstausgabe, Dezember 1998  
© 1989 der deutschsprachigen Ausgabe  
Arkana, München  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH  
© 1987 der Originalausgabe Barbara Ann Brennan  
Umschlaggestaltung: Design Team München  
Umschlagfoto: Bavaria/Stock Imagery  
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck  
Lektorat: Diane von Weltzien  
WL · Herstellung: Han  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-442-14151-7

[www.goldmann-verlag.de](http://www.goldmann-verlag.de)

***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 Aura _____	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 Geist- führern _____	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 verflogen.

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 ernsten

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 empfing, 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 empfangen 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 verstehe 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 Leben? 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 was 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