

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	11
Einleitung.....	14
Theorieteil.....	17
Seele vs. Ego.....	19
Seelenplan.....	20
Erde und Himmel, irdisch und seelisch.....	21
Themen und Muster, Glaubenssätze und Schatten-Themen.....	22
Zwiebelprinzip.....	24
Opfer-Täter-Retter.....	25
Karma.....	26
Ahnen(-last).....	30
Energie.....	31
Mitfühlen vs. Mitleiden.....	34
Körper, Geist und Seele.....	35
Innere Kinder.....	36
Energetisches Herz.....	37
Engel, energetische Wesen und Geister.....	38
Besetzungen (dunkle Wesen).....	39
Dunkle Energien.....	40

Vorgaben für die Energiearbeit.....	41
Kontrolle vs. Vertrauen, Richtig vs. Falsch, Gut vs. Böse....	42
Subjektive Wirklichkeiten .....	44
Innen ist Außen und Außen ist Innen.....	45
Zwei (hilfreiche) spirituelle Sichtweisen .....	46
Praxisteil .....	50
Schema der nachhaltigen Energiearbeit.....	51
Energiehygiene .....	53
Energiearbeit für den Alltag.....	59
Verantwortung annehmen.....	59
Segnen von Lebensmitteln .....	60
Räume energetisch säubern .....	61
Raum der Möglichkeiten.....	62
Sprechblasenmethode .....	63
Wurzelritual .....	64
Energetische Programmierung.....	66
Energetische Behandlung des Körpers .....	67
Farbdusche.....	69
Wesen prüfen oder vertreiben.....	70
Geistheilung.....	71
Irdisch-menschliche Ebene.....	72
Intuition .....	72
Themen und Muster auflösen .....	73

Herzarbeit und Heilung der inneren Kinder.....	76
Glaubenssätze verändern.....	79
Spiegelbildmethode.....	80
Energetische Verbindungen auflösen.....	82
Der Weg ins Unbewusste.....	83
Themen als Kugel visualisieren.....	83
Leinen-los-Methode.....	84
Meilenstein-Methode.....	85
Himmlisch-seelische Ebene.....	87
Ahnenarbeit.....	87
Karma lösen.....	88
Seelenanteile zurückholen und zurückgeben.....	89
Ebenen-übergreifende Methoden.....	91
Verzeihensarbeit.....	92
Trennungsritual für Beziehungen.....	93
Der energetische Fünfklang.....	94
Praxisbeispiele.....	97
Ausklang.....	108



## Vorwort

Ich habe meinen sehr einfachen, erdigen und pragmatischen Weg gefunden, mich und meine Kunden als Heiler zu unterstützen. Dieses Buch beschreibt kurz und prägnant die theoretischen Grundlagen und deren praktische Umsetzung. Es ist das Ergebnis meiner jahrzehntelangen Auseinandersetzung mit Spiritualität, Esoterik und Energiearbeit.

Mit 19 Jahren war ich Zivildienstleistender der psychosomatischen Schön Klinik in Prien. Dort lernte ich die Stationsärztin Theresa kennen und pflege seitdem eine langjährige Freundschaft mit ihr. Sie führte mich in die Welt der Spiritualität, der Meditation und der Esoterik und begleitete mich mit ihrem Wissen und ihren Fähigkeiten durch manche herausfordernde Zeit. Unter anderem zeigte sie mir Klopftechniken der EFT (*Emotional Freedom Technique*, also Techniken der Emotionalen Freiheit) und Methoden der Quantenheilung.

Am Ende meines Referendariats als Lehrer für berufsbildende Schulen bekam ich das Pfeiffersche Drüsenfieber (Mononukleose). Der auslösende Epstein-Barr-Virus, welcher zur Gruppe der Herpesviren gehört, kann ähnlich wie der Lippenherpes immer wieder aktiv werden. Die Schulmedizin bietet keine wirksame Behandlung, weder in der aktiven noch der passiven Zeit. Daher wandte ich mich an eine Heilpraktikerin, um den Virus in den Griff zu bekommen. Sie half mir in hervorragender Weise weiter und zeigte mir zudem Methoden der Energiearbeit, um an meinen Themen zu arbeiten.

Da ich mehr über diese Art der Behandlung erfahren wollte, begann ich mit 38 Jahren die Ausbildung zum Geistheiler bei der Heilerin Monika Hasenknopf-Mairhofer. Zwei intensive Jahre lang lernte und

übte ich das energetische Heilen und befasste mich dabei eingehend mit meinen eigenen Themen.

Ich möchte mich ganz herzlich bei diesen großartigen Menschen bedanken, die mich auf meinen Weg geführt, begleitet und weitergebracht haben. Ihrem Wissen und ihrer Fähigkeit, dieses an mich weiterzugeben, verdanke ich auch dieses Buch.

Nach vielen kleinen und großen Herausforderungen in meinem Leben, welche mit Wissen und Fertigkeiten sowie deren Überprüfung zu tun hatten, eröffnete sich mir die Heiltätigkeit ganz unkompliziert und ohne Anstrengung.

Für die wirklich großen Dinge im Leben muss man sich nicht anstrengen.

Um zu dieser Erkenntnis zu gelangen, war es aber scheinbar nötig, die folgenden Hürden mit Fleiß und Biss zu bewältigen.

Bis zur 6. Klasse lief alles, oft als regelrechter Musterschüler, noch problemlos. Dann kamen die schulischen Hürden von einer hart erarbeiteten Mittleren Reife übers Fachabitur bis hin zur fachgebundenen Hochschulreife und dem Abschluss zum Diplom-Handelslehrer an der LMU München.

Die Ausbildung zum Versicherungskaufmann und die Bewältigung des Referendariats zum Lehramt für berufliche Schulen durfte ich mir ebenfalls hart erarbeiten.

Und sportlich meisterte ich mit viel Schweiß die Herausforderungen wie das Erklimmen des 3. Dans (dritter schwarzer Gürtel) im Ju-Jutsu, der Trainerlizenzen C, B, A und mehrerer weiterer Instructor-Titel im Kampfkunstabereich.

Die Ausbildung zum Geistheiler fühlte sich dagegen stets leicht, schön und spannend an. Es hieß immer, ich wäre so fleißig, dabei

hatte ich einfach Feuer gefangen und machte das, worauf ich Lust hatte. Im Nachhinein betrachtet wurde und werde ich geführt.

Bei einem Channeling im Rahmen meiner Ausbildung zum Geistheilender wurde mir folgende Beschreibung für meine heilerische Tätigkeit zugetragen:

„Heilender Lehrer und lehrender Heiler.“

Ich empfinde diese Beschreibung als sehr stimmig, da ich in der Arbeit mit den Klienten versuche, ihr Potenzial auszuschöpfen und bemüht bin, jedem Einzelnen seine Fähigkeiten und Möglichkeiten aufzuzeigen. Ich leite sie an und ermutige sie, die Energiearbeit auch ohne mich zu nutzen. Ich verfolge bei meiner Behandlung den Grundsatz „Hilfe zur Selbsthilfe“.

Ich verstehe dieses Buch als die Fortführung meines Weges zu einem breiteren Publikum hin.

Meine Berufung gefunden zu haben ist ein unglaublich großes Geschenk. Meine Gabe und mein heilerisches (Selbst-)Verständnis teile ich mit meinen Klienten und nun möchte ich dies auch an Dich weitergeben.

## Einleitung

In unserer modernen wissenszentrierten Gesellschaft glauben viele Menschen nur noch, was wissenschaftliche Studien belegen, Institute veröffentlichen oder hochrangige Gelehrte dozieren.

Gleichzeitig ist der Zugang zur Spiritualität inzwischen zunehmend etwas für fundamentalistische Religiöse oder Esoteriker.

Begriffe wie Metaphysik oder feinstoffliche Energie werden skeptisch und ungläubig betrachtet und als Spinnerei abgetan.

Für den schlechten Ruf von Hexen oder Heilern haben natürlich auch die Kirchen und entsprechende Hetzkampagnen seit dem Mittelalter gesorgt. Die Energiearbeit ermächtigt das Individuum und schmälert die Machtposition einer geistigen Führerschaft.

Das Verteufeln von Bräuchen und Ritualen, die rational nicht greifbar waren, wirkt bis heute nach und lässt Menschen Angst vor schwarzer Magie, dunklen Energien oder Wesenheiten haben.

Für mich eröffnete die Energiearbeit unglaubliche Möglichkeiten und veränderte mein Weltbild komplett.

Energiearbeit basiert auf der Annahme, dass wir eine Seele haben und diese eine Energieform ist. Energie interagiert und reagiert und beeinflusst dadurch auch unser Befinden, psychisch und körperlich. Dafür muss weder ein Zauberspruch noch eine Tinktur gebraut und auch kein schamanischer Tanz aufgeführt werden.

Energie ist prinzipiell weder hell noch dunkel: Nutzen wir sie für die Heilung von uns oder anderen, die dies wünschen, ist daran nichts Verwerfliches zu finden, ganz im Gegenteil.

Die Energiearbeit liegt in unserer Natur und wir dürfen sie wiederentdecken und bewusst einsetzen lernen. Unter Berücksichtigung einiger weniger Grundsätze ist ihre Anwendung völlig bedenkenlos. Ich



nutze sie täglich für mich und andere, um Traumata, energetische Blockaden, seelische Beschwerden und vieles mehr zu lösen und um Krankheiten vorzubeugen oder deren Genesung zu unterstützen. Die Energiearbeit eröffnet eine völlig neue Perspektive auf Krankheiten, Beschwerden und Konflikte.

„Wie heile ich?“ ist der Titel einer meiner Seminarreihen und darf auch als Motto dieses Buches verstanden werden. Der Titel ist bewusst dreideutig gewählt.

Erstens erläutere ich, wie ich Menschen als Heiler unterstütze, zweitens zeige ich Wege auf, wie Du Dich und drittens, wie Du andere in Heilung bringst.

Der Weg ist immer der gleiche und basiert auf der Vereinfachung von Methoden, die ich erlernen und erfahren durfte. Im Kern bin ich der Meinung, dass die Seele als Mensch inkarniert ist, um zu fühlen und zu spüren. Unterdrücken wir Gefühle und verdrängen wir Emotionen, sucht sich die Seele andere Wege, um uns zum Ausleben der Emotionen zu bewegen, z. B. durch Krankheiten und Beschwerden. Im Umkehrschluss bedeutet dies, dass es heilsam und problemlösend wirkt, wenn wir Emotionen und Gefühle zulassen und ausleben. Eine ausführliche Anleitung dafür ist im Praxisteil im Rahmen der „Energiehygiene“ zu finden.

Mein Anliegen ist es, mein erfahrbares Wissen möglichst kurz und prägnant weiterzugeben, um eine schnelle und einfache Möglichkeit aufzuzeigen, ein gesundes und zufriedenes Leben zu führen.

Vertrauen ist die Basis für die Heilarbeit, Kontrolle wird überschätzt. Meiner Meinung nach sind wir als Menschen gar nicht im Stande, wirklich zu verstehen, wie alles zusammenhängt, und dies ist auch nicht erforderlich. Unser Gefühl und unsere Intuition leiten uns auf dem Weg. Der aus dem Verstand, dem Ego kommende, vermeintlich

perfekte Weg oder das angestrebte Ziel, das wir erreichen wollen, sind oft nicht die beste Lösung, die unsere Seele für uns vorsieht. Ich empfehle Dir: Vertraue Deiner Seele und überlasse ihr die Richtung. Sei gnädig mit Dir, der Welt und Deinen Mitmenschen!

Dieses Buch ist in zwei Hauptteile gegliedert. Zum einen in den Theorieteil, in dem ein grundlegendes Verständnis für die relevanten Begriffe und Objekte geschaffen werden soll. Zum anderen in den Praxisteil, in dem Heilmethoden erklärt und angeleitet werden. Der Praxisteil untergliedert sich wiederum in die fünf Bereiche „Schema der nachhaltigen Energiearbeit“, „Energiehygiene“, „Energiearbeit für den Alltag“, „Geistheilung“ und „Praxisbeispiele“.

Der erste Bereich behandelt das Schema der nachhaltigen Energiearbeit, der zweite Bereich die Energiehygiene, die die Grundpfeiler meiner Energiearbeit darstellen und daher an den Beginn gestellt wurden. Der dritte Bereich beschreibt die Energiearbeit, die den Alltag angenehmer und schöner gestalten kann.

Der vierte Bereich beschäftigt sich mit Heilmethoden, die man für sich selbst oder für andere anwenden oder nutzen kann. Um ein besseres Verständnis für die verschiedenen Ebenen zu schaffen, unterscheide ich zwischen der menschlich-irdischen und der seelisch-himmlichen Ebene. Die wenigen zu beachtenden Vorgaben für die Behandlung von anderen sind im Theorieteil unter „Vorgaben für die Energiearbeit“ zu finden.

Der fünfte und letzte Bereich erläutert ein paar Beispiele aus meiner Praxis als Geistheilender, um Dir als Leser einen kleinen Eindruck von meiner Arbeit mit meinen Klienten zu vermitteln.