



EMPOWER *yourself*



MODUL 1



MODUL 1

GRUNDLAGEN DER ENERGIEARBEIT

“Was die Materie angeht, lagen wir alle falsch. Was wir Materie nannten, ist Energie, deren Schwingung so gesenkt wurde, dass sie für die Sinne wahrnehmbar wird. Es gibt keine Materie.”

Albert Einstein

Die Quantenphysik hat einen großen Beitrag dazu geleistet, Energiearbeit für den Verstand erklärbar zu machen. Wenn man in den menschlichen Körper hinein zoomt sieht man, dass die kleinste Einheit Energie ist. Wir bestehen aus reiner Energie und Schwingungen und können beispielsweise durch Meditationstechniken auch lernen, diese Schwingungen wahrzunehmen.

Jeder Mensch besteht aus 50 Billionen Zellen. Jede Zelle funktioniert von der elektronischen Spannung her wie eine Batterie. Sie erzeugt und speichert Lebensenergie. Die Elektrizität die die Zellen erzeugen bilden Magnetfelder und diese wiederum elektromagnetische Felder, die uns mit anderen Lebewesen verbinden.

Die Quantenphysik hat nachgewiesen, dass die Materie dem Bewusstsein folgt. Wir können uns also über unsere Gedanken unsere eigene Welt erschaffen.

Weil jeden Tag etwa 50 Milliarden Zellen sterben und neu gebildet werden ist der Körper ständig daran, sich zu regenerieren. Und je höher unsere Schwingungen sind, umso gesünder sind die Zellen, die wir bilden. Unser Blut beispielsweise ist nach 3 Monaten komplett regeneriert. Der ganze Körper ist nach einem Zyklus von 7 Jahren zur Gänze neu gebildet. Es wurde mittlerweile sogar nachgewiesen, dass wir unserer DNA nicht ausgeliefert sind. Auch wenn wir die genetische Veranlagung für Krebs haben heißt das noch lange nicht, dass er ausbrechen wird. Es hängt von unserer Lebensqualität und den Schwingungen ab, was tatsächlich passieren wird.

Wir erzeugen mit unseren Schwingungen ein Feld und wir sind auch ständig von Schwingungen umgeben. Wir sind also ständig in Kontakt mit dem Feld um uns herum und empfangen von dort Informationen. Das große Feld, das alles verbindet nennt man auch das Morphogenetische Feld.



Über dieses Feld können wir uns mit anderen Menschen verbinden und sie zum Beispiel energetisch behandeln. Wir bekommen aber auch Informationen über diese morphogenetische Feld, die uns beeinflussen. Beispielsweise Informationen über frühere Leben, Energien aus unserer Ahnenlinie,...

Weil unser Gehirn auch elektrische Impulse empfängt und wieder aussendet können auch Gedanken und Absichten große Veränderungen in unserem energetischen Feld bewirken. Und der Gedanke daran genügt, um sich über das Feld mit anderen Menschen zu verbinden.

Das Energiefeld von unserem Herzen ist noch viel größer, als das von unserem Gehirn. Es reicht weit über unseren Körper hinaus und kommuniziert über elektromagnetische Felder mit all unseren Organen. Wenn wir uns bei der Energiearbeit mit unserem Herz verbinden können wir große Veränderungen bewirken.

Bei der Energiearbeit ist außerdem dein Körper dein bester Ratgeber. Er ist verbunden mit dem Quantenfeld und angebunden an die universale Intelligenz. Weil er selbst aus Schwingungen besteht kann er auch die Schwingungen des Feldes um ihn herum lesen und interpretieren.

“Wenn du das Geheimnis des Universums entschlüsseln möchtest, musst du anfangen, in Energie, Frequenz und Vibration zu denken.”

Nicola Tesla



DAS ENERGETISCHE FELD SPÜREN

Die Schamanen haben eine sehr wirkungsvolle Übung, um den Lichtkörper um deinen physischen Körper herum wahrzunehmen. Dabei kannst du auch schauen, ob die Lichtkörperhülle Risse hat, die es Fremdenergien leichter macht, einzudringen.

Über deinem Kronenchakra liegt das achte Chakra. Wenn du es erweiterst kannst du deine Energetische Hülle besser wahrnehmen.

- Beginne mit deinen Händen vor dem Herzen. Nimm einen tiefen Atemzug und noch einen und führe die Hände nach oben über deinen Kopf.
- Umgib dich vorne und hinten mit der Energie deines achten Chakras, bis du vollständig von der Lichtkugel umgeben bist.
- Fühle die Membran von innen. Schau ob es Schwachstellen gibt. Fühlst du einen Luftzug?
- Hole Licht von über deinem Kopf und mache die Hülle um dich herum ganz.
- Wenn sie ganz ist, sammle sie wieder ein und führe die Energie über deinem Kopf zusammen.
- Dann führe die Energie nach und nach zu deinen Chakren und nach unten bis in die Erde.

Diese Übung sorgt dafür dass deine energetische Schutzhülle wieder ganz wird. Wenn du das regelmäßig machst kommen gar nicht so viele Fremdenergien zu dir durch.



ETHIK UND AUSRICHTUNG

- Gehe mit einer klaren Absicht in die Energiearbeit!
- Formuliere positiv dein Ziel. Das macht einen energetischen Raum auf für die Heilung!
- Alles, was passiert soll dem höchsten Wohl des Klienten dienen!
- Hole dir vorab die Einwilligung ein! (Ausnahme eigene Kinder, Haustiere)
- Lass dich nicht auf Zukunftsprognosen, oder unmoralischen Fragestellungen ein.
- Denk an die Schweigepflicht! Plaudere nichts von eurer gemeinsamen Arbeit aus.
- Energiearbeit ersetzt keine medizinische Behandlung! Lass im Zweifelsfalle immer deine körperlichen Symptome auch medizinisch abklären.
- Vertraue deiner Intuition und lasse den Verstand beiseite. Hör auf dein Gefühl!
- Sei offen für Wunder!
- Lass den Wundern Zeit, dass sie passieren!
- Energiearbeit ist wie eine Zwiebel! Du löst Schicht für Schicht und irgendwann kommst du zum Kern!
- Bereite Klienten darauf vor, dass Energiearbeit auch körperliche Nebenwirkungen haben kann, die zeigen, dass der Körper dabei ist auf die Arbeit zu reagieren und sich umzustrukturieren.
- Schaffe dir ein ruhiges, ordentliches Umfeld.
- Arbeite nur in aufgeräumtem Zustand, sowohl emotional als auch von deinem räumlichen Umfeld her.
- Denke immer daran, dich vor und nach der Energiearbeit energetisch zu reinigen.
- Akzeptiere, dass jeder wählt was er wählt, wann er wählt!



ENERGETISCHE REINIGUNG

Dadurch, dass alles miteinander verbunden ist und dadurch, dass wir uns bei der Energieheilung mit anderen Menschen verbinden können sich auch die Energien der anderen Menschen mit unseren mischen. Wir können uns dabei auch Fremdenergien einfangen oder anderen Energien von uns mitgeben.

Es ist ganz wichtig, sich energetisch zu reinigen bevor und nachdem man mit jemandem arbeitet. Die Energetische Reinigung kannst du auch einfach so für dich einsetzen, wenn du das Gefühl hast, dass du dir tagsüber fremde Energien eingefangen hast.

GEBET ZUR REINIGUNG

Möge ich alle Energien loslassen,
die weniger als Liebe sind.
Hilf mir meinen Geist und Körper
von all dem zu befreien,
was mir nicht länger dient.
Ich schicke alle Energien mit Liebe zurück,
die nicht meine sind.
Ich verankere mich in mir selbst
und im gegenwärtigen Augenblick.

GENERELLE ENERGETISCHE REINIGUNG

Alle Gefühle, Gedanken, Emotionen
und körperlichen Empfindungen,
die nicht zu mir gehören sollen sofort,
sofort meinen Körper und mein
energetisches Feld verlassen. Sofort!

DIE SANFTERE VARIANTE

Liebe/s XY,
ich sehe dich und achte und ehre dich.
Aber du hörst mir nicht.
Und deshalb bitte ich dich,
geh wieder dorthin zurück,
wo du hergekommen bist.
Ich danke dir von Herzen.



ENERGETISCHE VERBINDUNG

GEBET ZUR VERBINDUNG

Ich lade die Engel und Erzengel ein,
mir bei der Intensivierung der Verbindung meines irdischen Selbst
mit meinem Heiligen Selbst und der Intelligenz des Universums beizustehen!

Ich bitte die himmlischen Helfer darum,
mich in dieser Sitzung zu leiten und zu begleiten
und nehme ihre göttliche Schirmherrschaft dankend an!

Mit jedem Atemzug verbinde ich mich mehr und mehr
mit der universellen Quelle des Wissens, der Wahrheit und der Liebe!

Ich bin geschützt und geborgen im göttlichen Sein
und danke euch, liebe Engel für euren Liebesdienst!

Und so soll es sein! Und so soll es sein!

Und so soll es sein!

ERDUNG UND SCHUTZ

Ich erde mich mit meinen goldenen Lichtwurzeln.
Sie wachsen Richtung Erdmittelpunkt und verankern sich stabil in den
Kristallschätzen der Erde.

Ich bitte Erzengel Michael um das Geschenk seines Heiligen Schutzmantels.

Ich spüre den Heiligen Atem des Erzengel Michael
und lasse mit jedem Atemzug los, was nicht Licht und Liebe ist.

Ich nehme den energetischen Schutzmantel,
den Erzengel Michael mir schenkt dankend an.

Ich bin jetzt auf allen Ebenen gut behütet und zusätzlich von der wunderbaren,
universellen Heilungsenergie versorgt.

Alle negativen Energien werden von der Schutzschicht abgeschirmt.

Ich danke dem Erzengel Michael und den Kristallen für ihre Liebesdienste.



ENERGETISCHE REINIGUNG NACH DER SITZUNG

NACH DER SITZUNG

Mächtiger Erzengel Michael, ich bitte dich darum,
dein Lichtschwert walten zu lassen und mich von alldem,
was nicht Liebe ist, in deinem Licht und deiner Wahrheit zu trennen.
Ich danke dir von Herzen!

Mächtiger Erzengel Raphael, ich bitte dich darum,
meinen Körper, Geist, Emotionen und meine Seele
auf allen Ebenen des Seins zu heilen.
Ich danke dir von Herzen!

NACH DER SITZUNG

Alle Energien, die in meinem Energiesystem sind,
die anderswo hingehören, schicke ich jetzt zurück!
In ihrer ganz reinen Form! Dort wo sie hingehören!
JETZT!

Alle meine Energien, die an einem anderen Ort sind,
hole ich jetzt zu mir zurück, in ganz reiner Form!
JETZT!

GEBET NACH DER SITZUNG

Du, NAME, alle belastenden Energien gebe ich dir zurück, durch das
transformierende Feld und alles was du dir von mir genommen hast, oder ich dir
gegeben habe, hole ich mir von dir durch das transformierende Feld zurück.

So, dass du du bist, NAME, und ich ich.

Und wenn wir karmisch miteinander verbunden sind als Täter oder Opfer, dann löse
ich auch diese Verbindung und gebe sie in die transformierende Energiesäule.

So sei es, so sei es, so sei es!

Such dir einfach die Sprüche oder Gebete aus, mit denen du in Resonanz gehst.
Keine Sorge - du brauchst nicht jedes Mal alle Sprüche sagen!



KOLLEKTIVE VERSTRICKUNGEN LÖSEN

KOLLEKTIVE VERSTRICKUNGEN

Ich bin geerdet.

Ich nehme eure Programme und Muster wahr
und spüre dennoch die Kraft meiner Seele.

Ich bin nicht mehr bereit,
diese Programme und Muster mitzutragen.

Deshalb löse ich mich hier
und jetzt in Liebe davon.

Von nun an und in allen Richtungen
der Zeit werde ich frei davon sein.

Goldenes Licht in die Hand visualisieren
und in den Solarplexus einfließen lassen.

Diesen Lösungsspruch kannst du immer dann verwenden, wenn es um Themen geht, die die ganze Gesellschaft betreffen. Z.B. Ansichten der Gesellschaft Krankheiten gegenüber,...



BARRIEREN SENKEN

Unsere Ansichten und Bewertungen halten uns davon ab, uns weiter zu entwickeln. Wenn wir die Ansicht haben, dass Dinge nicht funktionieren, nicht sein können,... dann kommt es meist auch so, weil wir ja mit unseren Gedanken unsere Realität erschaffen.

Jedes Mal wenn du etwas be- oder verurteilst machst du deine Welt ein Stück kleiner, weil du eine Möglichkeit für dich ausschließt..

Wenn du in eine Energiesitzung mit vorgefassten Ideen und Meinungen darüber rein gehst was dir oder anderen helfen könnte, dann bist du nicht mehr so offen für die spontanen Impulse die kommen und vielleicht viel wertvoller wären.

Außerdem öffnen wir uns wenn wir unsere Ansichten und Bewertungen beiseite lassen viel besser für das Feld um uns herum, weil wir einfach offen auf Empfang stehen, statt uns wieder im Kopf zu verlieren.

Um für die Energiearbeit einen bewertungsfreien Raum aufzumachen ist es anfangs hilfreich, den Körper mitzunehmen. Stell dir vor, du sitzt am Grund eines alten ausgetrockneten Brunnen. Rund um dich sind die Brunnenmauern die deine Ansichten und Bewertungen symbolisieren.

Stelle dir nun vor, wie du die Mauern um dich herum nach unten schiebst und gleichzeitig alle Ansichten und Bewertungen fallen lässt. Das kannst du auch während der Energiearbeit machen, sobald du merkst, dass wieder Ansichten um die Ecke kommen...

Eine andere Möglichkeit ist es, dass du dir vorstellst auf einem Platz zu sein, und rund um dich sind Boller und du fährst die in den Boden runter.

Du kannst da einfach eine beliebige Variante wählen die für dich funktioniert.



VERBINDUNG MIT DEM MORPHOGENETISCHEN FELD

BARRIEREN SENKEN

Alle Ansichten, Bewertungen, Emotionen, Erfahrungen senken =>
offen sein für Neues
Wie Poller, oder eine Mauer die runter fährt

MIT DER BEDINGUNGSLOSEN LIEBE VERBINDEN

Stell dir vor, dass du in deinem Herz eine Lotusblume hast, die mit jedem Atemzug aufblüht. Sag dabei: "Ich gehe in Resonanz mit der bedingungslosen Liebe!"

ERDEN

Stell dir vor, dass dir aus deinen Füßen goldene Wurzeln wachsen, die dich im Erdmittelpunkt verankern.

AUSDEHNEN

Stell dir vor, wie du mit jedem Atemzug größer wirst! So groß wie der Raum, das Haus, der Ort, die Stadt, das Land, Europa, die Welt, das Universum. Wir sind unendliche Wesen! Unbegrenzt! Je größer wir uns ausdehnen umso besser sind wir mit dem Morphogenetischen Feld verbunden.

DIE 8

- Konzentriere dich auf dein Herz und atme tief ein und aus.
- Stell dir vor, dass durch dein Herz eine 8 geht, die dich mit dem Erdmittelpunkt und dem Universum verbindet.
- Reise nun mit deiner Atmung vom Herz ausgehend durch die Wirbelsäule und das Wurzelchakra zum Erdmittelpunkt. Versuche die Energie von Mutter Erde wahrzunehmen - ihre Wärme und die Geborgenheit die sie uns schenkt.
- Reise dann wieder durch das Herz hinauf durch die Wirbelsäule und das Kronenchakra ins Universum.
- Reise an allen Sternen vorbei, bis du ein helles Licht siehst und darin eintauchst. Lass dich von dem Licht erleuchten und fühle seine Kraft.
- Reise dann wieder zurück zu deinem Herz.



DER SCHUTZKREIS AUS GOLDENEM LICHT

(Bei Energiearbeit für andere)

- Bilde mit Gedankenkraft einen Kreis aus goldenem Licht, bevor du die Energiearbeit beginnst!
- Betritt den Energiekreis, und ziehe die schützende Energie in deine Aura.
- Steige am Ende immer heraus, indem du den Energiemantel wieder ausziehst!

BITTE UM UNTERSTÜTZUNG

Ich bitte um Schutz und Führung.

Ich bitte um die Gnade, dass die Blockade sichtbar wird und Heilung geschieht.

WAS IST HIER ZU TUN?

Nimm Kontakt mit deinem Körper bzw. dem Körper der Person für die du Energiearbeit machst auf und frage dich: „Was ist hier zu tun?“

Ich habe dir hier sehr viele Werkzeuge beschrieben, die du zur Einstimmung auf die Energiearbeit verwenden kannst. Stelle dir ein kleines Ritual zusammen, das sich für dich stimmig anfühlt.

Ich persönlich finde es angenehm, durch die vielen verschiedenen Schritte schon in einen meditativen, tranceähnlichen Zustand zu kommen. Dieser Zustand macht es einfacher, mit dem morphogenetischen Feld verbunden zu sein und gute Impulse zu erhalten.

TRINKEN

Viel trinken ist unbedingt notwendig bei der Energiearbeit. Die Flüssigkeit steigert die Leitfähigkeit unseres Körpers und macht die Energiearbeit genauer und zuverlässiger.



ENERGETISCHE MORGEN UND ABENDROUTINE

Auch wenn wir energetisch immer höher schwingen kann es leicht passieren, dass wir uns Fremdenergien einfangen. Da hilft eine gute Morgen- und Abendroutine. Ihr könnt euch die Morgen- und Abendroutine auch als Sprachnachricht am Handy aufnehmen. Dann könnt ihr sie euch einfach selbst vorspielen.

ENERGETISCHE MORGENROUTINE

Setze dich im Schneidersitz ins Bett und spüre die Matratze unter dir.
(Alternativ bleib einfach noch liegen und spüre die Matratze unter dir.)

Atme jetzt die Farbe Pink ein und aus. Vom Mittelpunkt der Erde über deine Sitzbeinhöcker in dein Wurzelchakra, die Wirbelsäule nach oben durch die anderen Chakras und dann bis zu deinem achten Chakra oberhalb der Fontanelle.

(Alternativ im Liegen: Atme die Farbe Pink ein und aus. Vom Mittelpunkt der Erde über deine Füße in dein Wurzelchakra, die Wirbelsäule nach oben durch die anderen Chakras und dann bis zu deinem achten Chakra oberhalb der Fontanelle.)

Wenn dein ganzer Körper pink erfüllt ist sage: "Erzengel Chamuel bitte beflügel mein Herz!" und stelle dir dabei vor, wie dein ganzer Brustbereich weiter wird und wie deine Lunge sich rosa anfüllt. Sitze und atme in diese weite, freie Herzenergie.

Stell dir dann vor, dass goldgelbes Licht durch dein Kronenchakra in den Körper dringt und überall dort Licht hinbringt, wo in deinem Körper Licht nötig ist. Fühle das Licht und die Wärme in deinem Körper.

Sage: „Erzengel Zadkiel, bitte wandle alles Alte, was nicht Liebe ist in Licht, Liebe und Freiheit! Danke! “ Beobachte, wie sich alles, was sich in deinem Körper dunkel oder schwer anfühlt auflöst und in Licht und Leichtigkeit wandelt! Spüre die lichtvolle Wende!

Wenn dein Herz weit und leicht und dein Körper sich strahlend und frei anfühlt starte in den Tag!



ENERGETISCHE ABENDROUTINE

Lege dich in deinem Bett auf den Rücken. Schau, dass deine Wirbelsäule ganz gerade ist. Über deinem Kopf sollte Platz frei bleiben. Atme durch deine Nase ein und durch den Mund aus.

Aktiviere nun deine Hand Chakras indem du sie dir vorstellst. Sie liegen 5-10cm außerhalb deiner Handflächen. Atme zu deinen Handflächen und spüre die Energie die von ihnen aufsteigt. Fühle, wie deine Handflächen immer mehr zu vibrieren beginnen.

Du kannst auch Erzengel Raphael um Unterstützung bitten: „Erzengel Raphael, bitte steh mir bei der Heilung meines Körpers, meiner Emotionen, meines Geistes und meiner Seele zur Seite und mach mich zum Kanal für deine Heilkraft der Liebe!“

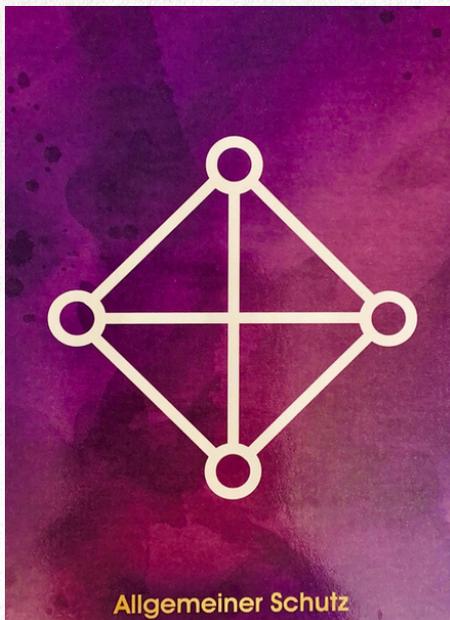
Spüre die smaragdgrüne liebevolle Heilkraft von Erzengel Raphael durch deine Handchakras fließen. Lass deine Hände nun über deinen Körper wandern. Lege sie dort am Körper ab wo du die meiste Unterstützung brauchst. Spüre, wie die liebevolle Heilenergie von Erzengel Raphael durch dich in deinen Körper fließt.

Beobachte, ob Situationen, Emotionen oder Bilder in dir hochkommen, während das Thema sich löst. Atme weiter, bis sie wieder verschwinden und Ruhe einkehrt.



SYMBOLE IN DER ENERGIEARBEIT

Die folgenden Symbole sind aus den Kartendecks „Transformation Code I & II von Simone Overath und Kartin Lambert. In den Decks findet ihr zahlreiche weitere Symbole die euch bei eurer Arbeit unterstützen können.



ALLGEMEINER SCHUTZ

Dieses Symbol ist ein hohes Schutzsymbol. Es bewahrt dich den ganzen Tag lang vor schlechten Energien. Du kannst es dir auch in der Nacht in die Nähe des Bettes stellen.

Du kannst es auch immer dann einsetzen, wenn dich Begegnungen triggern. Es zentriert dich und führt dich zurück zu dir.

Das Symbol kann ohne zeitliche Begrenzung angewandt werden.

Du kannst es dir aufmalen, oder es mental auf dich übertragen.



ABGRENZUNG VON FREQUENZEN ANDERER

Wenn du in einer Situation bist, in der du spürst, dass die Schwingung deines Gegenübers dir gerade nicht gut tut oder dich aufwühlt kannst du dieses Symbol verwenden.

Stelle dich gedanklich in den Schutzwirbel. Dadurch seid ihr voneinander abgegrenzt und jeder bleibt in seiner Energie.

Das Symbol hilft dir auch während unangenehmen Gesprächen.

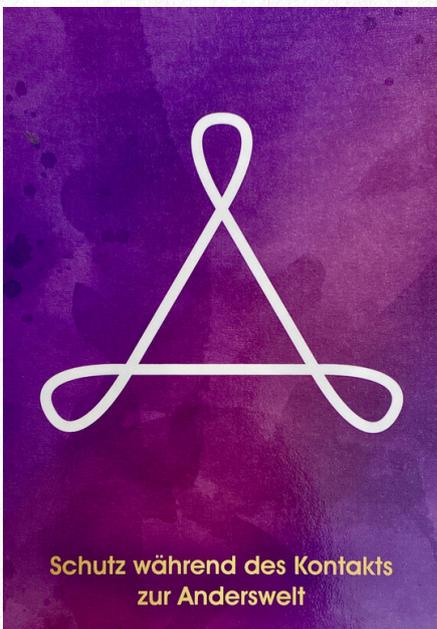


EMPFANG

Dieses Symbol hilft dir dabei dich mit der Urquelle allen Seins zu verbinden. Immer wenn es um wichtige Gespräche und die Kommunikation mit der höchsten Ebene geht kannst du es einsetzen.

Es macht die Kommunikation aus dem Herzen heraus leichter und auch das Gegenüber kann die Worte leichter mit seinem Herzen empfangen.

Du kannst Trinkwasser mit diesem Symbol energetisieren indem du ein Glas Wasser drauf stellst. Teste immer vorab aus, ob das Symbol gerade förderlich ist.



SCHUTZ WÄHREND DES KONTAKTS ZUR ANDERSWELT

Dieses Symbol schützt dich bei der Arbeit mit der Geistigen Welt. Trage es dafür mental auf dein Stirnchakra auf.



SELBSTHEILUNG

Dieses Symbol unterstützt dich auf körperlicher, feinstofflicher und energetischer Ebene bei der Selbstheilung.

Male es als Symbol auf die Körperstelle auf, auf der du es brauchst oder energetisierst ein Glas Wasser damit, indem du es darauf stellst.

Wenn du eine Fernheilung machst kannst du das Symbol auch auf das Foto von jemandem zeichnen.

Du kannst das Symbol jederzeit und auch zeitlich unbegrenzt anwenden, weil es sehr sanft wirkt.



NEUTRALISATION ALLGEMEIN

Mit diesem Symbol kannst du vorher angewendete Symbole neutralisieren.

Du kannst es auch mental auf dich auftragen, um die Energien in deinem Energiesystem zu neutralisieren.