

BARBARA FEGERL

# SEELENFLÜSTERN

GANZHEITLICHE ENERGIEARBEIT MIT TIEREN

TRIQUESTRA



## INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort .....	15
Einleitung .....	17
Feinstoffliche Wahrnehmung .....	21
Die Hellsinne .....	21
Wahrnehmungsblockaden .....	26
ॐ <b>Meditation:</b> Reinigung und Verwurzelung .....	29
Geistige Aura- und Chakrenwahrnehmung .....	33
ॐ <b>Meditation:</b> goldene Kugeln .....	37
Unterschied zwischen Telepathie und Aura- und Chakrenwahrnehmung .....	39
Das Chakrensystem der Tiere .....	43
Die sieben Hauptchakren .....	45
Lage der sieben Hauptchakren bei verschiedenen Tierarten .....	47
Energetisches Gleichgewicht im Chakrensystem .....	50
Zuordnungen der 7 Hauptchakren .....	51
Geistige Chakrenwahrnehmung .....	59
Interpretation feinstofflicher Wahrnehmung in den Chakren .....	61
ॐ <b>Meditation:</b> Harmonisierung deiner Chakren durch deinen Geistführer .....	64
Das Aurasystem der Tiere .....	71
Die sieben Auraschichten .....	71

Copyright © 2014 Triquestra Verlag, Fegerl KG Wien  
Alle Rechte vorbehalten

Deutsche Erstausgabe 2014  
2. Auflage Oktober 2015

Layout, Cover, Grafik: Patricia Hellrigl  
www.body-light-and-soul.at

Coverfotos, Foto Seite 283: Sabine Windsor  
www.fotoandstyle.com

Druck: Druckerei Theiss, 9431 St. Stefan im Lavanttal

ISBN 978-3-9503721-1-3

www.triquestra.at

Aus der Anwendung der in diesem Buch beschriebenen energetischen Techniken können keinerlei Haftungsansprüche geltend gemacht werden. Der Begriff „Heilung“ wird in diesem Buch ausschließlich im feinstofflichen Sinn verwendet, nicht in Bezug auf den Körper. Die energetische Harmonisierung ersetzt keine tierärztliche Diagnose und Behandlung!

Geistige Aurawahrnehmung .....	80
Interpretation feinstofflicher Wahrnehmung in den Auraschichten .....	84
Weitere Arten der Wahrnehmung des Energiesystems der Tiere .....	86
Zusammenhang Chakren und Auraschichten .....	88
ॐ <b>Meditation:</b> Heilung des seelischen Ätherkörpers mit Erzengel Raphael .....	91
ॐ <b>Meditation:</b> seelische Auraschichten .....	95
Energetische Aspekte der Mensch–Tier–Beziehung .....	99
Cutting von Chakrenverbindungen .....	100
Spiegelgesetz .....	101
Spiegel in der Aura .....	106
Energetische Beziehungsarbeit mit Tieren und Menschen .....	108
ॐ <b>Meditation:</b> Beziehungsklärung mit einem Tier .....	109
ॐ <b>Meditation:</b> Spiegelgesetz .....	114
Harmonisierung des Energiesystems der Tiere .....	119
Geistige Energiearbeit .....	119
Anwendung von Farben .....	122
Energiearbeit mit Krafttieren .....	125
ॐ <b>Meditation:</b> Begegnung mit einem Krafttier .....	132
Energiearbeit mit Lichtwesen .....	136
Energieübertragung durch die Hände .....	142

ॐ <b>Meditation:</b> Einhorn–Heilreise .....	142
Meditationen mit Tieren .....	145
ॐ <b>Meditation:</b> Licht–Wasserfall mit einem Tier .....	146
Essenzen, Kristalle .....	149
ॐ <b>Meditation:</b> Begegnung mit dem Tier auf Seelenebene .....	150
Erhebungsblatt für eine energetische Sitzung .....	152
Arbeit mit dem Inneren Kind .....	155
Das Innere Kind der Tiere .....	155
Heilung des Inneren Kindes .....	156
ॐ <b>Meditation:</b> Heilung des Inneren Kindes eines Tieres ....	160
ॐ <b>Meditation:</b> Heilung verschiedener Lebensabschnitte des Inneren Kindes mit einem Tier .....	167
Yin/Yang–Harmonisierung .....	171
Yin und Yang .....	171
Die „Innere Frau“ und der „Innere Mann“ der Tiere ....	172
Yin/Yang–Harmonisierung bei Tieren .....	172
ॐ <b>Meditation:</b> Innere Frau und Innerer Mann .....	176
Geistige Körper–Energiearbeit .....	183
Energetische Wahrnehmung in Körpersystemen .....	183
Energetische Harmonisierung von Körpersystemen .....	186
Seelische Hintergründe körperlicher Krankheiten .....	187
ॐ <b>Meditation:</b> Hintergründe körperlicher Symptome .....	190

Energetische Operationsbegleitung .....	196
Kommunikation mit Körperteilen .....	198
ॐ <b>Meditation:</b> Kommunikation mit einem Körperteil .....	199
Energiearbeit auf Zellebene .....	202
ॐ <b>Meditation:</b> Kommunikation mit Zellen .....	202
Karmaarbeit .....	205
Karmafreiheit in der neuen Zeit .....	206
Vorgehensweise bei Karmaarbeit .....	208
ॐ <b>Meditation:</b> Karmareise mit einem Tier .....	210
ॐ <b>Meditation:</b> Karmafernsehen .....	214
Energetische Traumaarbeit .....	217
Definition von Trauma .....	217
Kurzfristige Traumafolgen .....	218
Langfristige Traumafolgen .....	221
Energetische Anzeichen für eine Traumatisierung .....	223
Energetische Unterstützung traumatisierter Tiere .....	224
ॐ <b>Meditation:</b> Heilung alter Traumata mit Erzengel Uriel .....	225
Energiearbeit mit komplexen Fällen .....	231
Verbesserung der feinstofflichen Wahrnehmung .....	235
ॐ <b>Meditation:</b> Höheres Selbst .....	236
Aktivierung weiterer Hellsinne .....	238
ॐ <b>Meditation:</b> Hellhören .....	241

ॐ <b>Meditation:</b> Hellwissen .....	248
ॐ <b>Meditation:</b> Hellsehen .....	252
Coaching mit Tieren und ihren Menschen .....	257
Coachingsystem in der Energiearbeit mit Tieren .....	259
Die vier Phasen des Coachingprozesses .....	260
Ethik in der Tierenerget(h)ik .....	265
Umgang mit Empfangenem .....	266
Umgang mit Feedback der Tierbesitzer .....	267
Qualitätssicherung .....	267
ॐ <b>Meditation:</b> Geistführer – Seelenauftrag .....	269
Nachwort .....	273
Meditations-CD .....	275
Literaturhinweise .....	277
Tierkommunikations- und Tierenergetik-Ausbildung .....	279
Die Autorin .....	283

## VORWORT

Als vor zehn Jahren ein Pferd in mein Leben trat, ahnte ich nicht, welche Veränderungen auf mich zukommen würden. Ich studierte Betriebswirtschaft und Psychologie und hatte den Plan, beides beruflich miteinander zu verbinden und eine Karriere im internationalen Personalmanagement anzustreben. Energetische Techniken und feinstoffliche Energien interessierten mich schon lange Zeit, jedoch nutzte ich Hilfsmittel wie Bachblüten und Akupressur ausschließlich für mich selbst.

Es stellte sich heraus, dass mein Pferd zwei gravierende chronische Krankheiten hatte: massive Darmprobleme aufgrund schlechter Fütterung in der Vergangenheit und ein verletztes Auge, das schwere Entzündungsschübe entwickelte. Schulmedizinisch gab es keine Hilfe. Man könne das Auge und ein Stück des Darms herausoperieren, hieß es. Die Diagnose war niederschmetternd: ohne die Operationen würde mein Pferd ein Leben lang starke Schmerzen und möglicherweise lebensbedrohliche Koliken haben. Damals war sie zwölf Jahre alt.

Ich beschloss, nach einer Lösung zu suchen, und begann, Alternativtherapeuten zu kontaktieren und selbst energetische Seminare zu besuchen und die erlernten Methoden an meinem Pferd anzuwenden. Die Verdauungsprobleme verschwanden langsam, die Augenentzündungen wurden jedoch immer schlimmer. Schließlich fand ich in der Aura- und Chakrenarbeit einen Ansatz, der mir Hoffnung gab. Es hieß, man könne seelische Hintergründe von Krankheiten erkennen und Heilung bewirken.

Ich begann eine dreijährige Ausbildung zum Aura-Reading und wandte abermals wieder alles Gelernte bei meinem Pferd an. Es stellte sich heraus, dass hinter ihren Augenentzündungen karmische

Ursachen steckten. Mein Pferd war allerdings noch nicht bereit, diese Erinnerungen zuzulassen. Mit der Unterstützung eines ganzheitlichen Tierarztes, der sie bis heute betreut, und durch Arbeit mit ihrem Inneren Kind gelang es ihr, das Urvertrauen, das sie als Fohlen verloren hatte, wieder zurückzugewinnen und langsam ließ sie die Auflösung ihrer karmischen Blockaden zu. Das Auge stabilisierte sich und seither geht es ihr gut.

Sabrina ist heute 23 Jahre alt, sie ist topfit. Und sie hat mich auf einen neuen Weg gebracht. Die Energiearbeit mit Menschen und Tieren wurde zu meiner Berufung, die Betriebswirtschaft habe ich schon lange an den Nagel gehängt.

Ich bin meinem Pferd unendlich dankbar, dass es mir dieses Geschenk gemacht hat. Viele der in diesem Buch beschriebenen energetischen Techniken habe ich gemeinsam mit ihr entwickelt.

Tiere schenken uns Menschen nicht nur ihre Liebe, sie können sogar große Lehrer für uns sein. Auch wenn wir in menschlichen Beziehungen noch so oft verletzt wurden und Angst davor haben, zu lieben und geliebt zu werden, lassen wir uns im Zusammenleben mit unseren Tieren meist bedingungslos auf sie ein. Tiere durchbrechen sanft und liebevoll alle feinstofflichen Barrieren, die wir um uns errichtet haben. Und viele Tiere nutzen die positive Macht, die sie über uns Menschen haben, um uns in unserer spirituellen Weiterentwicklung zu unterstützen. Sie tun dies meist unbemerkt.

In diesem Buch geht es darum, diese unsichtbaren seelischen Interaktionen zwischen Menschen und Tieren sichtbar zu machen und damit auch auf einer bewussten Ebene von der Weisheit der Tiere zu profitieren.

Ich hoffe, dass Sie, liebe Leserin, lieber Leser, ebenfalls Lust bekommen, sich mit Ihren Tieren auf den spirituellen Weg zu machen. Ich kann Ihnen versichern, es lohnt sich.

## EINLEITUNG

Wer eine enge Beziehung zu einem Tier entwickelt, spürt meist, dass sich hinter den liebevollen Augen weit mehr verbirgt als ein freundliches Wesen. Menschen, die mit ihren Tieren sehr verbunden sind, erhalten meist ganz von selbst einen Zugang zu deren Seele und erkennen, wie vielschichtig Tiere denken, fühlen und handeln.

In der telepathischen Kommunikation bekommen wir eine Ahnung davon, wie viel sich in den Köpfen der Tiere abspielt. Der Einblick ins Aura- und Chakrensystem geht noch einen großen Schritt weiter. Das Energiesystem der Tiere enthält die verschiedensten Facetten ihres Wesens, auf seelischer, emotionaler und mentaler Ebene.

In der Aura eines Tieres zeigt sich, dass es nicht isoliert für sich steht, sondern in ein energetisches System eingebettet ist, das „morphogenetisches Feld“ genannt wird. In der systemischen Beratung und Therapie ist schon lange bekannt, dass Tiere in menschlichen Systemen wie Familien wichtige Rollen einnehmen. Feinstofflich kann man die Beziehungen zu verschiedenen Familienmitgliedern wahrnehmen und energetische Verstrickungen näher ergründen und in weiterer Folge lösen. Denn oft bürden sich Tiere mehr auf, als sie tragen können. Dadurch entstehen häufig emotionale oder körperliche Probleme.

Tiere spielen große Rollen im Leben ihrer Menschen. Das zieht viel Energieeinsatz nach sich. Je mehr die Tiere ihren Menschen aufzeigen müssen, um sie im Leben weiterzubringen, desto weniger Energie bleibt den Tieren, um sich um ihre eigene energetische Ausgeglichenheit zu kümmern. In letzter Konsequenz werden viele von ihnen dadurch häufig schwer krank.

Energetisch lassen sich solche Verstrickungen schon sehr früh wahrnehmen und es kann durch Erkennen der Situation und das Treffen von Gegenmaßnahmen rechtzeitig eine Veränderung eingeleitet werden. Die Liebe zu ihren Tieren ermutigt Menschen häufig, sehr große Entwicklungsschritte zu machen. Wenn sie erkennen, wie positiv sich die Veränderungen auf ihre Tiere auswirken, führt das zu noch mehr Motivation, neue Wege zu gehen und selbst aus negativen Lebenssituationen auszusteigen.

Neben den Beziehungsthemen, die sich im Energiesystem zeigen, führen uns die seelischen Aspekte unserer Tiere meist zu einer neuen Betrachtungsweise.

In der Aura der Tiere zeigen sich alte Traumata, aber auch Belastungen aus früheren Inkarnationen. Oft kann man auf der seelischen Ebene einen Eindruck davon bekommen, welche großen Seelenaufträge Tiere auf der Erde haben und wie meisterhaft sie diese ausführen. Hinter scheinbarem Fehlverhalten steckt meist ein großer Lernauftrag für die Menschen, die mit dem Tier zusammenleben.

In diesem Buch werden diese energetischen Zusammenhänge im Aura- und Chakrensystem der Tiere dargestellt. Praktische Übungen und Meditationen erlauben es dem Leser/der Leserin, selbst die Wahrnehmung der Auraschichten und der einzelnen Chakren zu üben bzw. zu festigen.

Selbsterfahrung ist wichtig, wenn man mit Tieren energetisch arbeitet, denn nur, was man bei sich selbst wahrgenommen und in einem weiteren Schritt gelöst hat, kann man mit bzw. bei den Tieren lösen. Daher dienen die Meditationen neben dem Üben der Stille und dem Öffnen der feinstofflichen Wahrnehmungskanäle dazu, sich selbst und das eigene Energiesystem besser kennenzulernen.

Erfahrung in Tierkommunikation und/oder energetischen Techniken kann ein Vorteil sein, es werden aber keinerlei Kenntnisse oder Fähigkeiten vorausgesetzt.

Wer bereits Tierkommunikation ausübt, wird bei den praktischen Übungen wahrscheinlich bemerken, dass die Tiere über den telepathischen Kanal die energetischen Wahrnehmungen zusätzlich kommentieren oder erläutern. Bei vielen Menschen, die den Umgang mit feinstofflichen Energien erlernen und üben, stellt sich die Telepathie von selbst ein. Der Leser/die Leserin möge also bitte nicht erschrecken, wenn das Tier plötzlich während einer Wahrnehmungsübung zu sprechen beginnt.



**Hinweis:** In den Übungen und Meditationen wird der Leser/die Leserin mit „Du“ angesprochen, da die Sie-Form eine zu große Distanz aufbauen würde. Bei diesen praktischen Teilen wird ganz besonders das Innere Kind des Lesers/der Leserin angesprochen, da dieser Anteil große intuitive Fähigkeiten hat.

Das Ziel dieses Buches ist es, dem Leser/der Leserin Möglichkeiten aufzuzeigen, Tiere besser zu verstehen und Zugang zu deren seelischen Dimension zu erhalten. Die Themen, die in den einzelnen Kapiteln besprochen werden, in Verbindung mit den Übungen und Meditationen erlauben es, sich Schritt für Schritt in eine neue Welt zu begeben, in der hinter Problemen im Zusammenleben mit Tieren wichtige seelische Hintergründe verborgen liegen. Sobald Menschen sich der Spiegelthemen, Beziehungsdynamiken sowie energetischen Verstrickungen mit ihren Tieren bewusst werden, wird ein neuer Umgang mit der Vergangenheit möglich, sowohl der eigenen als auch der des Tieres. Durch Annehmen des Spiegels, der einem vorgehalten wird, bekommen

Menschen eine enorme Chance, mit dem gegenwärtigen Zustand und mit der Vergangenheit Frieden zu schließen und dadurch neue Wege in die Zukunft einzuschlagen.

## FEINSTOFFLICHE WAHRNEHMUNG

### DIE HELLSINNE

Die Wahrnehmung von feinstofflichen Energien erfolgt über die sogenannten Hellsinne. Es handelt sich dabei um Wahrnehmungskanäle, die neben den grobstofflichen Sinnen (Riechen, Schmecken, Sehen, Hören, Fühlen) bestehen. Immer, wenn man etwas wahrnimmt, das grobstofflich nicht vorhanden ist, nutzt man dazu die Hellsinne.

Das Stirnchakra (oder Drittes Auge) nimmt feinstoffliche Energien aus der Umgebung auf und wandelt sie in Informationen um, die für Gehirn und Nervensystem begreifbar sind: innere Bilder, Gedanken, Sätze, Gefühle.

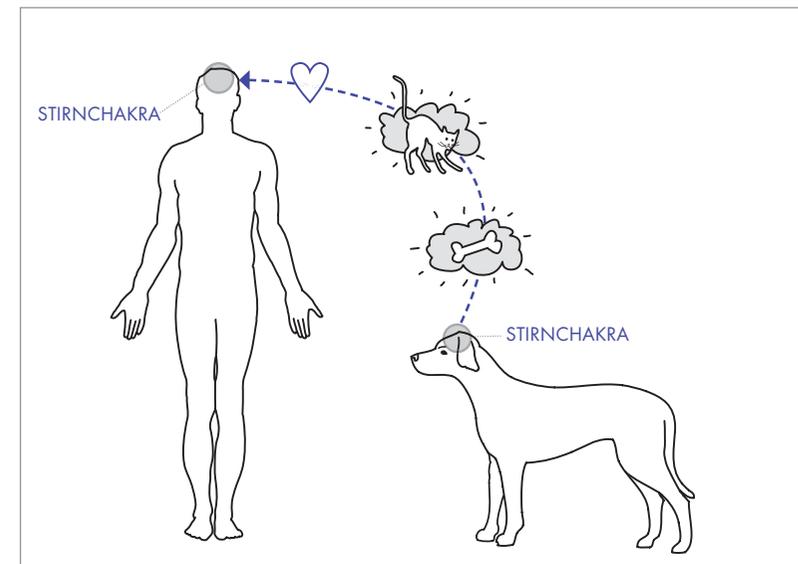


Abbildung 1

## Übung

Schließe deine Augen und stelle dir eine Blumenwiese vor. Es ist Sommer, die Sonne scheint angenehm auf dich herab. Du fühlst die Wärme auf deiner Haut. Lege dich in die Wiese und atme den Duft der Blumen tief in dich ein. Spüre den Boden unter dir und die Grashalme, die dich auf deiner Haut kitzeln.

Du hast gerade deine Hellsinne dazu verwendet, die Umgebung wahrzunehmen. Versuche, dich mit offenen Augen daran zu erinnern, welche Eindrücke am stärksten waren. Hast du besonders intensiv gesehen? Oder waren deine Gefühle und Körperwahrnehmungen am stärksten? Ist dir ein besonderer Geruch aufgefallen? Waren Geräusche hervorstechend, vielleicht das Summen von Insekten? Hattest du einen Geschmack im Mund? Oder hast du vielleicht keinen einzigen dieser Eindrücke wahrgenommen, sondern hast einfach nur „gewusst“, dass du dich auf einer Wiese befandest?

Die verschiedenen Hellsinne, die unterschieden werden, sind:

### 1. HELLSEHEN

Hier sind unterschiedliche Formen der Wahrnehmung möglich: das Sehen von einfachen oder komplexen Bildern und Bildabfolgen, von Licht, Farben und Energiemustern. Die meisten Menschen tun sich leichter, wenn sie die Augen geschlossen halten und innere Bilder wahrnehmen. Es gibt jedoch auch die Methode, mit offenen Augen feinstoffliche Energien zu sehen (z. B. Aurasehen vor einer weißen Wand).

### 2. HELLHÖREN

Dabei kann man Geräusche (z. B. das Wiehern eines Pferdes), Worte oder ganze Sätze wahrnehmen. Viele, die die Wahrnehmung des Energiesystems üben und bereits in der Tierkommunikation

Erfahrung haben, nehmen eine Art Kommentar des Tieres wahr, das ihnen erklärt, wo im Energiesystem Blockaden sind und wo die Energie frei fließt.

### 3. HELLFÜHLEN

Dieser Hellsinn beinhaltet das Fühlen von Körperempfindungen von Tieren und das Spüren ihrer Emotionen. Es ist über das Hellfühlen ebenfalls möglich, die Welt des Tieres zu erleben, indem man in deren Körper oder das Energiesystem geistig „hineinschlüpft“.

### 4. HELLRIECHEN

Über diesen Hellsinn können Gerüche wahrgenommen werden, wie etwa der Geruch der Tierarzt-Ordination, wenn dort etwas geschehen ist, was das Tier energetisch belastet.

### 5. HELLSCHMECKEN

Dieser Hellsinn erlaubt es, geschmackliche Eindrücke feinstofflich wahrzunehmen.

### 6. HELLWISSEN

Dieser Hellsinn ist weit verbreitet, aber nicht sehr bekannt. Er wird leicht mit den eigenen Gedanken verwechselt, weil er ihnen sehr stark ähnelt. Menschen, die diesen Hellsinn sehr ausgeprägt haben, „wissen einfach“, wie das Energiesystem eines Tieres schwingt und wo sich Blockaden befinden. Wenn jemand nur über diesen Hellsinn verfügt, ist es wichtig, die Unterscheidung von eigenen Gedanken oder Einbildungen immer wieder zu üben, um Verwechslungen zu minimieren.

Jede/r hat meist einen Hellsinn, der besonders stark ausgeprägt ist. Bei vielen Menschen ist es das Sehen oder Fühlen. Je häufiger man feinstoffliche Wahrnehmung übt, desto schneller entwickeln sich meist die weiteren Hellsinne, sodass man schließlich alle zur Verfügung hat.

Zu Beginn ist es wichtig, sich auf den Hellsinn zu konzentrieren, der von Anfang an schon gut ausgeprägt ist. Meistens will man allerdings das, was man nicht hat – hier gilt jedoch: Je mehr man etwas erzwingen möchte, desto schwieriger kann man es erreichen. Druck erzeugt in diesem Fall starken Gegendruck, alles, was man krampfhaft anstrebt, rückt immer weiter in die Ferne.

## INHALTE DER FEINSTOFFLICHEN WAHRNEHMUNG

Wenn man sich für die Energien und feinstofflichen Informationen öffnet, die um einen herum sind, wird man meist von einer Vielzahl von verschiedenen Inhalten überflutet:

- Gefühle, Gedanken, Körperempfindungen, Schmerzen von Menschen und Tieren
- Energien von Pflanzen, Tieren, Menschen, Orten, Lichtwesen, elektrischen Geräten
- Handy, Fernsehen, Strom
- verstorbene Seelen

Weil diese Energien in ihrer Fülle und Vielfalt nicht sehr angenehm sind, lernen die meisten Menschen unbewusst, sich dagegen abzuschotten.

Möchte man das Energiesystem von Tieren wahrnehmen, ist es neben dem Lösen der Wahrnehmungsblockaden, die man im Laufe des Lebens gebildet hat, wichtig, die gezielte Wahrnehmung

zu üben, das heißt nur bestimmte Energien (Auraschichten, Chakren eines Tieres) wahrzunehmen und andere auszublenden. Der Fokus auf bestimmte Energien wird daher ein wichtiges Thema in diesem Kapitel sein.

Was und wie man feinstoffliche Energien wahrnimmt, ist individuell sehr verschieden. Beispielsweise nehmen manche Menschen ganze Szenen aus dem Leben des Tieres wahr, wenn sie sich auf sein Energiesystem konzentrieren, andere empfangen ein Gefühl oder einen Geruch.

### Beispiel

Ein Kater, der Freigang hat, kommt eines Tages mit einem blutigen Ohr nach Hause. Kurze Zeit später konzentrieren sich (in einem Seminar) drei Personen gleichzeitig auf das Energiesystem des Katers und suchen nach der Ursache der Verletzung.

Sie nehmen Folgendes wahr: Die erste Person sieht ein konkretes Bild von einem gefleckten Kater, der angreift. Die zweite Person hört den Satz „Ich wurde von einem jüngeren Kater angegriffen, der mir mein Revier streitig machen möchte.“ Die dritte Person spürt eine Rauferei mit einem anderen Tier und anschließend einen stechenden Schmerz im Ohr.

In der Aura ist immer die gesamte Erfahrung des Tieres vorhanden. Es hängt davon ab, welche Hellsinne die Person, die mit dem Tier arbeitet, zur Verfügung hat, auf welche Weise sie diese Erfahrung wahrnimmt. Hat jemand alle Hellsinne ausgeprägt, kann es sein, dass sich eine Erfahrung besser in Bildern als in Gefühlen vermitteln lässt und deshalb eher Bilder als Gefühle bei der Wahrnehmung in den Vordergrund treten. Die Feinabstimmung der Hellsinne erfolgt auf einer höheren Ebene zwischen der Person, die empfängt, und dem Tier, das die Informationen vermittelt.

## WAHRNEHMUNGSBLOCKADEN

Jeder Mensch hat grundsätzlich die Fähigkeit, feinstoffliche Energien wahrzunehmen. Es handelt sich um etwas völlig Natürliches. Jedes Baby kann telepathisch kommunizieren und im Energiefeld von Menschen und Tieren lesen wie in einem offenen Buch. Im Laufe der Babyzeit und Kindheit werden diese Fähigkeiten allerdings meist ausgeschaltet oder zumindest reduziert, weil viele Kinder von dem, was sie wahrnehmen, überfordert sind. Oft sehen oder spüren sie verstorbene Verwandte, die „auf Besuch“ kommen, und erleben, dass sie die Einzigen sind, die diese Energien sehen. Solche Erfahrungen können große Angst und starke Gefühle der Ohnmacht auslösen.

Babys nehmen Gedanken und Emotionen ihrer Mitmenschen wahr und wenn diese nicht nur positiv und liebevoll sind, kann das die Kinder sehr belasten. Kinder spüren, wie es ihren Spielkameraden geht. Damit wissen sie beispielsweise, wenn ein anderes Kind zu Hause körperlich oder seelisch misshandelt wird, und stehen mit dieser Wahrnehmung meist ganz allein da, weil sie es noch nicht verbal mitteilen können. Aufgrund der Überforderung, die in den meisten Fällen früher oder später geschieht, verschließen sich Kinder nach und nach feinstofflichen Energien. Manche entwickeln eine sehr dicke Schutzschicht, die im Erwachsenenalter nur schwer wieder abzulegen ist, andere nur geringe Wahrnehmungsblockaden, die sich leicht wieder entfernen lassen, sobald die Personen als Erwachsene das Gefühl der Sicherheit im Umgang mit feinstofflichen Energien entwickeln.

Wenn man im Erwachsenenalter nun seine Hellsinne wieder erwecken möchte, stehen die Schutzmechanismen, die man als Kind entwickelt hat, wie eine Mauer vor den feinstofflichen Energien und schirmen sie ab. Es kann sein, dass allein der Wunsch

nach feinstofflicher Wahrnehmung reicht, die Mauer zum Bröckeln zu bringen, doch es dauert bei den meisten Menschen einige Zeit, die Blockaden so weit zu entfernen, dass sie das Energiesystem eines Tieres in vollem Umfang wahrnehmen können.

Die Schutzmechanismen sind wichtig, denn würde die feinstoffliche Wahrnehmung von einem Moment zum anderen im gesamten Ausmaß einsetzen, würde das wahrscheinlich zu einer neuerlichen Überforderung führen. Alles, was man bekämpft, erhält nur noch mehr Kraft. Dies gilt insbesondere für Wahrnehmungsblockaden. Besser ist es, sie als energetischen Selbstschutz zu würdigen und ihnen zu danken. Denn sie wirken als eine Art Filter, der nur das hindurch lässt, was man gut verkraften kann, und alles andere blockiert. Tiere, die aus dem Tierheim oder aus einer Tötungsstation kommen, haben meist Schreckliches erlebt. Die Bilder und Emotionen der gemachten Erfahrungen sind in ihrem Energiesystem gespeichert. Je stabiler man psychisch und emotional ist, desto mehr kann man meist feinstofflich auch wahrnehmen.

Menschen, die ihre feinstoffliche Wahrnehmung als Kind oder im Erwachsenenalter nicht blockiert haben, lernen in den meisten Fällen früher oder später, diese im Alltag auszublenden, um nicht von der Fülle an Informationen und Energien erdrückt zu werden. Je weniger man mit Menschenmassen (z. B. in öffentlichen Verkehrsmitteln, Büros, Geschäften) konfrontiert ist, je weniger Informationen man durch Medien (z. B. Fernsehen, Radio, Internet) aufnimmt, desto einfacher ist es normalerweise, feinstoffliche Wahrnehmung zuzulassen.

Da die meisten Menschen aber nicht abgeschirmt von der Umwelt in dünn besiedelten Gebieten leben, bleibt ihnen nichts anderes übrig, als sich darin zu üben, ihre Hellsinne im Alltag zu dämpfen

und bei der Energiearbeit wieder einzuschalten. Man kann sich dieses Drosseln und Hochfahren der Wahrnehmung wie einen Lautstärkeregler vorstellen.

Grundsätzlich gilt: Je klarer das eigene Energiesystem ist, desto klarer ist die Wahrnehmung. Das Erste, was man daher tun sollte, bevor man sich mit feinstofflicher Wahrnehmung beschäftigt, ist, sich selbst und den Raum, in dem man sich aufhält, energetisch zu reinigen.

Dazu gibt es verschiedene energetische Hilfsmittel wie Räucherwerk oder Aura-Sprays, die ebenfalls sehr empfehlenswert sind, doch die wichtigste Technik ist die geistige Reinigung. Dazu benötigt man nur etwas Zeit, Ruhe und Vorstellungsvermögen.

Folgende Meditation, die am besten (in einer Kurzversion oder in der gesamten Länge) vor jedem energetischen Arbeiten durchgeführt werden sollte, dient dazu, das eigene Energiesystem zu klären und sich in der Erde zu verwurzeln. Die reinigenden Licht-Energien, die man in Form eines Licht-Wasserfalls aus dem Universum aufnimmt, und die liebevolle, nährenden Energie der Erde vereinigen sich im Körper und führen zu einer energetischen Zentrierung, die eine gute Basis zum energetischen Arbeiten bietet.

## ॐ MEDITATION: REINIGUNG UND VERWURZELUNG

Setze dich bequem und aufrecht hin, schließe die Augen, atme ein paar Mal tief ins Becken. Erlaube deinem Körper und deinem Geist, zur Ruhe zu kommen. Spüre, wie du mit jedem Atemzug mehr in deine Mitte und in deine Kraft gelangst.

Stelle dir nun vor, dass du dich in einer wunderschönen Landschaft befindest, vielleicht auf einer tropischen Insel. Die Sonne scheint auf dich herab, es hat genau die Temperatur, bei der du dich wohlfühlst. Du fühlst dich dort sicher und geborgen. In dieser Landschaft befindet sich ein Wasserfall aus kristallklarem Licht. Du stellst dich unter den Wasserfall und das kristallklare Licht fließt an dir herab.

Das sanfte Licht spült alle Gedanken, alles, was im Moment noch bei dir ist und dich aus deiner Mitte bringt, weg und macht Platz für Neues. Das kristallklare Licht spült deine Zweifel, deine Ängste, deine Befürchtungen weg, sie sickern in die Erde und werden dort liebevoll transformiert. Der Licht-Wasserfall reinigt dich und erfüllt dich mit Klarheit, Wachheit und Kraft. In dir wächst die Sicherheit und das Vertrauen, dass, auch wenn du dir den Licht-Wasserfall noch nicht so gut vorstellen kannst, wenn deine inneren Bilder und deine Wahrnehmung noch nicht so stark sind, doch alles genau so geschieht, wie es für dich in diesem Moment gut ist.

Das kristallklare Licht reinigt die Vorder- und Rückseite deines Körpers, fließt über die Außenseite deiner Arme und Beine und über die Innenseite. Das Licht spült alle Blockaden und alle Emotionen, die dich daran hindern, dein volles Potenzial zu leben, weg, reinigt dich und lädt dich auf. Jede Auraschicht wird mit der Klarheit des Licht-Wasserfalls erfüllt. Nun fließt