

Die in diesem Buch vorgestellten Informationen und Empfehlungen sind nach bestem Wissen und Gewissen geprüft. Dennoch übernehmen die Autorin und der Verlag keinerlei Haftung für Schäden irgendwelcher Art, die sich direkt oder indirekt aus dem Gebrauch der hier beschriebenen Anwendungen ergeben. Bitte nehmen Sie im Zweifelsfall beziehungsweise bei ernsthaften Beschwerden immer eine professionelle Diagnose und Therapie durch ärztliche oder naturheilkundliche Hilfe in Anspruch.

Bitte lesen Sie zum Thema „Heilen“ auch den Abschnitt *Wer heilen darf – Rechtliches* im Kapitel *Wer heilt, hat recht?* sowie das Urteil des Bundesverfassungsgerichts (siehe Literaturverzeichnis).

Die Fallbeispiele in diesem Buch sind durch Klienten inspiriert, jedoch sind alle persönlichen Daten zum Schutz der einzelnen Personen verändert worden.



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über dnb.dnb.de abrufbar.

3. Auflage 2023

Lektorat: Isabelle Romann
Gestaltung und Satz: Miriam Hase
Bildnachweis: Adobe Stock #359227420 Miratery, Alamy #RB9ToX veronawinner, Depositphotos #39518457 puhhha

Print: ISBN 978-3-948885-33-5
E-Book: ISBN 978-3-948885-34-2

www.lebensgut-verlag.de

INHALT

VORWORT FÜR DIE NEUAUSGABE	10
<hr/>	
EINLEITUNG GESUNDHEIT UND STÄRKUNG DURCH „HEILSAME BERÜHRUNG“	13
<hr/>	
Rückbesinnung auf uralte Fähigkeiten	15
Liebe ist genug	15
Von traditionellen Heilmethoden zur modernen Medizin ...	16
Was ist „Heilsame Berührung“?	18
Warum wir Berührung brauchen	19
Was geschieht bei einer Berührung?	20
Berührung ist überlebenswichtig	20
Welche Bedeutung haben unsere Hände?	22
Berührung ist unsere erste Sprache	25
<hr/>	
TEIL 1 EINFÜHRUNG IN „HEILSAME BERÜHRUNG“	27
<hr/>	
Erste Schritte	29
Übungen zum Verfeinern des Spürsinnns	29
Übungen zur Stärkung der eigenen Energie	32
Die eigene Mitte finden – Übungen zur Zentrierung	35
Der Körper spricht – Übungen zur Wahrnehmung des Energiefelds	39
Übungen zur Energieübertragung	42

Wohin mit den Händen?	46
Kurzanleitung für eine Behandlung	46
Was kann man zusätzlich mit Energie tun?	49
Intention	56
Die energetische Wirkung von Farben	57
Das Licht in unseren Zellen – Energie als Informationsträger	63
Die Chakren – besondere Energiezentren	67
Wiederholungen der Chakren	70
Die Chakren auf einen Blick	71
Das erste Chakra	77
Das zweite Chakra	83
Das dritte Chakra	93
Das vierte Chakra	98
Das fünfte Chakra	102
Das sechste Chakra	109
Das siebte Chakra	112
Nebenchakren – Hand- und Fußchakren	113
Übungen zur Stärkung der Chakren	114
Was ist Heilung?	126
Heilsame Muster	127
Was geschieht während einer energetischen Behandlung und was steckt hinter der Krankheit?	128
Wer ist „schuld“ an der Erkrankung?	132
Was kann den Heilungsprozess unterstützen?	133
Wenn eine Heilung erschwert wird	134
Ich will mein altes Leben wiederhaben!	136
Symbole der Macht und persönliche Würde	137
Die Rolle der Heilbegleitung im Heilungsprozess	137
Eine persönliche Erfahrung	138
„Heilsame Berührung“ in einer neuen Zeit	140

Mit Worten berühren	141
Heilung der Herzen	143
Die spirituelle Ebene einer Heilung	144
Die intuitive Wahrnehmung	146
Bauchgefühl	147
Intuition	149
Intuitive Erkenntnisse im Traum	152
Und auch mal ganz anders	153
Wie fühlt sich Intuition an?	156
In die „Höhe“ gehen	157
 TEIL 2 ANWENDUNG UND NUTZEN VON „HEILSAMER BERÜHRUNG“	 159
<hr/>	
„Heilsame Berührung“ bei körperlichen Beschwerden ...	161
Kombination mit anderen Behandlungsmethoden	167
„Heilsame Berührung“ bei hyperaktiven Kindern	167
„Heilsame Berührung“ in einer Heilpraktikerpraxis	168
Energiearbeit in einer physiotherapeutischen Praxis	169
Wirbelsäulenbehandlungen mit Vitalogie und „Heilsame Berührung“	172
„Heilsame Berührung“ in der Hauttherapie	174
„Heilsame Berührung“ mit Tieren	178
„Heilsame Berührung“ in Kliniken und Einrichtungen ...	180
„Heilsame Berührung“ im Pflegezentrum	181
Ganz nebenbei behandeln	184
Nach einer Operation	185
„Heilsame Berührung“ für Demenzkranke	186
„Heilsame Berührung“ für Menschen mit besonderen Bedürfnissen	190
„Heilsame Berührung“ in Hospizen	197

„Heilsame Berührung“ für die persönliche Entwicklung ..	203
Goldenes Licht im Herzen	205
Bei einer Krebserkrankung	206
Neue Nähe in der Familie	207
Innere und äußere Nachhaltigkeit	208
Wie fühlt sich eine Behandlung an?	211
Behandlungsanleitungen	217
Kopfschmerzen	217
Migräne	218
Geistige Überlastung	219
Hoher Blutdruck	220
Gelenkschmerzen	221
Knochenbrüche	221
Wunden	222
Demenz und Alzheimer	222
Allgemeine Stärkung und Beruhigung	223
Behandlungen für Kinder	223
Mehr Energie für den Alltag! – Übungen zur Stärkung.	228
Selbstbehandlung	240
Fernbehandlung	247
TEIL 3 HEILEN ALS BERUF	249
<hr/>	
Energiearbeit als persönliche Transformation	251
In die Stille gehen	256
„Wenn du dich verändern willst, dann schweige“	256
Mein persönlicher Weg in die Stille	260

Die Ausbildung	263
Ausbildung in „Heilsame Berührung“ – mit Zertifikatsabschluss	263
„Heilsame Berührung“ selbst unterrichten	264
Was ist eine gute Heilbegleitung?	265
Fundierte Fähigkeiten und Selbstkritik	265
Die eigenen Schattenseiten	266
Keine Abhängigkeiten	266
Das Geschäft mit der Angst	267
Persönliche Eigenschaften	268
Ein geschützter Raum	269
Die Grenzen der Berührung	269
Die eigene Gesundheit und Stärke	269
Wer heilt, hat recht?	271
Wer heilen darf – Rechtliches	271
Und die Wirkung?	273
Mein persönlicher Weg	275
Wie geht es nun weiter?	277
ANHANG	279
<hr/>	
Kann ein behindertes Kind ein Geschenk sein?	281
Verzeichnis der Übungen	284
Literatur	287
Kontakt	292
Danke	294
Über die Autorin	295