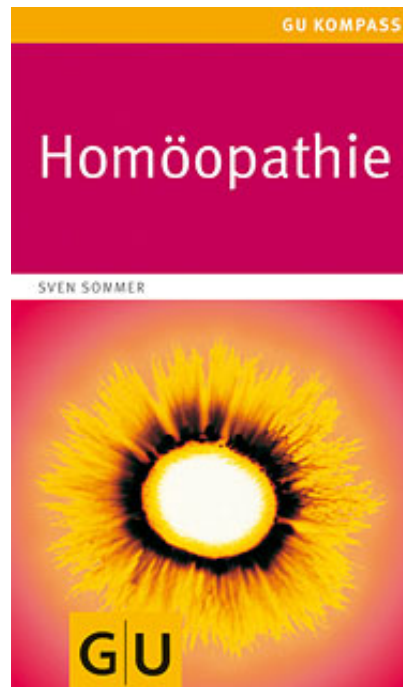


Sven Sommer Homöopathie

Leseprobe
[Homöopathie](#)
von [Sven Sommer](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b4842>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH
Blumenplatz 2
D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Fax +49 7626 9749 709
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen
und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



3. DAS ZIEL DER MODERNEN MEDIAL- UND HEILERSCHULUNG

Die Motivation, eine solche Schulung zu beginnen, kann sehr unterschiedlich sein. Es kann Neugier sein, spirituelle Suche, der Reiz nach geheimen Kräften, die Sensation erweiterter Wahrnehmungsfähigkeit, die Suche nach sich selbst oder nach dem Lebenssinn allgemein. In den 15 Jahren Lehrtätigkeit haben wir viel über die Bedürfnisse und Absichten unserer Kursteilnehmer erfahren. Es lassen sich vier Gründe und Antriebskräfte erkennen:

3.1 SICH SELBST ENTDECKEN

An erster Stelle steht die Selbstverständlichkeit, diese natürlichen Gaben in sich selbst wieder zu beleben. Ja, „wieder“ zu beleben, denn als Kinder waren wir alle sensitiv und medial und sind ganz natürlich zwischen den körperhaften und körperlosen Seinsebenen hin und her gewechselt. Wir haben aus der Fülle des Universums geschöpft, bis uns Lernen und Wissen den Weg zum Quell unseres Lebendigseins abgeschnitten haben. Als Erwachsene sind wir gewohnt, sofort zu benennen, was wir sehen. Wir können zum Beispiel einen Baum botanisch bestimmen, erkennen Nutzen und Wert in ihm, aber eigentlich kann nur ein Kind den Baum als Baum sehen. Kinder sind noch mit dem Wesenhaften verbunden, da der Intellekt noch wenig Kontrolle hat. In diese ursprüngliche Fülle der Welt nun als gereifter Erwachsener zurückzukehren, bedeutet bei sich selbst wieder anzukommen. Eine neue Lebendigkeit zieht dadurch ein. Das Wort „Sinn“ kommt aus dem Indogermanischen und bedeutet „Reisen“. Das Reisen unseres Empfindens ermöglicht Erleben, gibt Sinn.

Wie alles Physische eine energetische Entsprechung hat, haben auch unsere fünf physischen Sinne ihre energetische Entsprechung, eben die Hellsinne. Es hat seinen Sinn, dass wir für längere Zeit unser „unterscheidendes Bewusstsein“ ausgiebig kennen lernen, denn wir machen wichtige Lebenserfahrungen, die Grundlage für eine spirituelle Weiterentwicklung. Deshalb ist es unsinnig, darüber zu greinen, dass wir im Westen nicht gleich nach der Kindheit nahtlos in die Welt spiritueller Schulungen wechseln. Das ist richtig für Klostertraditionen. Wir aber müssen lebensfähig für unser Naturell, unsere Mentalität werden. Die verlangt ein höchst differenziertes unterscheidendes Bewusstsein, in

dem der Intellekt seinen Platz hat. Diese Lebenserfahrung lehrt drei wesentliche Dinge:

1. Qualitätsbewusstsein. Was ist echt, was ist unecht?
2. Selbst-Bewusstsein. Was gehört zu mir, was zum Du?
Wo ist die Grenze?
3. Selbst-Betrachtung. Was tut mir gut, was nicht?

Zugegeben, die meisten von uns drehen etliche „Runden“ im Leben, bis sie diese Fragen zum eigenen Wohl beantworten können. Wir erliegen Täuschungen, Enttäuschungen, Verlusten, Irrungen, Abwegen usw. Wenn wir aber etwas aus diesen „Lektionen“ lernen, kommen wir dem Ideal der Antworten auf diese Fragen immer näher. Sobald man den scheinbar sicheren Boden der kleinen materiellen Welt verlässt und sich für die gigantischen Möglichkeiten der Energie-Realitäten öffnet, sind die Erfahrungen mit diesen drei Fragen lebenswichtig. Der qualitative Grad von Medialität, Geistigem Heilen und Spiritualität hängt von der Lebenserfahrung ab, nicht von Meditationskünsten, kostbarem Räucherwerk, langen Rezitationen oder Körperposen. Erfahrung bringt Wandlung und Entwicklung. Diesbezüglich ehren wir im früheren englischen Spiritualismus das „Seniorenprinzip“, was besagt, dass nur ein Mensch mit reicher Lebenserfahrung in Partnerschaft, Familie, Beruf für eine Schulung der Hellsinne geeignet sei. Zu unserer Zeit vor 25 Jahren war es noch so. Das Durchschnittsalter lag um die 70 Jahre bei den Kursteilnehmern. Die Zeiten haben sich auch in England geändert. Niemand kann unsere Schnelllebigkeit abdrosseln. Aber man kann Qualitätsansprüche stellen, denen zufolge den Übenden klar wird, dass Qualität Reife verlangt und Reife nur in Zeit und Raum stattfinden kann.

Zusammengefasst heißt das: Die Medial- und Heilerschulung dient in erster Linie jedem von uns selbst.

3.2 BEZIEHUNG UND KOMMUNIKATION

Wir leben heute in einem Zeitalter der starken Individualisierung, die eine Rückwirkung auf die persönlichen Beziehungsmuster und auf das soziale Umfeld hat. Sich individuell voll zu entfalten, hat oft den Preis der Vereinsamung oder der Labilität von Beziehungen. Trotz aller virtuellen Kommunikation und technischen Möglichkeiten leiden sehr viele Menschen an einem Mangel echter Beziehung und Kommunika-

Stufe diese empor, bis Sie oben ankommen. Damit sind Sie wieder im Hier und Jetzt. Strecken und dehnen Sie sich, gähnen Sie oder bewegen Sie Ihren Körper entspannt.

5.1.2 DAS EIGENE ENERGIEFELD STABILISIEREN

Ganz allgemein ist zu sagen, dass die Qualität jeder Energiearbeit von der Qualität der Erdung abhängt. Was nicht an die Urquelle unseres Seins gebunden ist, hebt ab, entschwindet und löst Einbildungen aus. Die Urquelle können wir „Erde“ oder „Mitte“ nennen. Unsere Mitte ist der Nabel bzw. der Bauch, in dem sich das reale Zentrum des Sonnenflechts befindet. Es heißt lateinisch „Solarplexus“. Erdung bedeutet in der Energiearbeit nicht die tatsächliche Berührung des Bodens mit den Fußsohlen. Wäre es so, könnten Balletttänzer oder Seiltänzer nicht gerdet sein. Sie brauchen aber eine optimale Erdung, um nicht das Gleichgewicht zu verlieren und abzustürzen.

Die Erde ist das Zentrum und die Heimat unseres Lebens. Das menschliche Abbild davon ist unser Zentrum, unsere Mitte und Heimat, etwa eine Handbreit über dem Nabel. Von dort aus können wir uns unbeschadet weit in den Kosmos hinauslehnen; wir werden gehalten und kehren in die Sicherheit der Mitte zurück.

Seit die östlichen Kampfsportarten Einzug in die westliche Kultur gehalten haben, taucht immer wieder der Begriff „Hara“ auf. Das Wort „Hara“ bedeutet wörtlich „Bauch“ und beschreibt eine Energielinie von der Mitte zwischen Schambeinspitze und Nabel bis zur Mitte zwischen Nabel und Brustbeinspitze.

Im Zenbuddhismus spielen diese beiden Energiezonen eine große Rolle für die Lenkung von Energie. Man lernt vom oberen Bereich, der dem Solarplexus entspricht, den Atemschwerpunkt immer weiter nach unten zu lenken. Kein Anfänger beginnt mit dem unteren Hara, vielmehr werden Jahre darauf verwendet, zuerst eine stabile Solarplexusenergie zu entwickeln. Wir tun gut daran, diesen weisen Erkenntnissen zu folgen und kümmern uns nicht um Begrifflichkeiten.

Der zweite Aspekt der Erdungsübung, das bewusste Ein- und Abschalten, ist heute fast noch wichtiger geworden, da die meisten Menschen nicht abschalten können. Sie sind dauernd auf Empfang, dauernd sind ihre Sinne nach außen gerichtet. Dadurch entstehen enorm viele Schwächen und Krankheiten, weil die Nerven überreizt sind und zu viele Ein-

drücke die Menschen verwirren und unkonzentriert werden lassen. Für die Energiearbeit braucht man aber Konzentration und Sammlung der Kräfte. Wie sollte man sonst lernen, Einbildung von echter Wahrnehmung zu unterscheiden?!

Wenn man bedenkt, dass in den alten asiatischen Bewusstseinschulungen viele Jahre nur darauf verwendet wurden, einen stabilen Solarplexus zu entwickeln und völlig locker vom Alltag in die Meditation und von dort in den Alltag umzuschalten, können wir die Bedeutung ermes- sen, die diesen Fähigkeiten zukommt. Darum beginnen auch wir mit der wichtigsten Erdungsübung, die folgenden Verlauf hat:

5.1.3 DIE SOLARPLEXUS-ÜBUNG

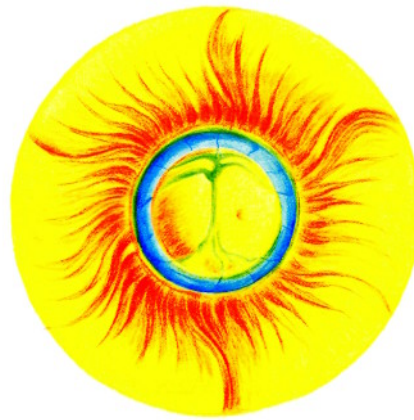


Abb. 7 Cakrabild „Solarplexus“

Die Übung besteht aus fünf Elementen, die dazu dienen, die Solarplexusenergie zu schützen und zu stärken:

Einschalten - Solarplexusbild fühlen/visualisieren - ENERGIEARBEIT - Solarplexus fühlen/visualisieren - AUSSCHALTEN. Die Energiearbeit wird also zweifach umrahmt. Nun gehen wir Schritt für Schritt die Übung durch:

1. Schritt: Setzen Sie sich auf einen Stuhl, ohne sich anzulehnen. Bewegen Sie leicht das Becken hin und her, bis Sie die Sitzbeinhöcker spüren. Legen Sie die Zunge auf den Mundboden (sie klebt meistens vor den oberen Schneidezähnen!) und entspannen die Kiefergelenke.



Nun lassen Sie den Atem ganz natürlich ein- und ausströmen. Der Ausdruck dieser Haltung ist ICH BIN.

2. Schritt: Legen Sie Ihre Hände auf den Solarplexus. Wenn Sie mögen, schließen Sie die Augen. Stellen Sie sich einen Einschalter vor. Das kann zum Beispiel ein Stecker sein, den Sie in die Steckdose führen oder ein Kippschalter, bei dem ein Lämpchen angeht oder sonst ein Einschalter.

Machen Sie sich klar: Wenn Sie den Einschalter bedienen, ist Ihr gesamtes Energiesystem eingeschaltet und auf Arbeitsbereitschaft auf der feineren energetischen Ebene vorbereitet.

3. Schritt: Wenn Sie eingeschaltet sind, visualisieren oder fühlen Sie dort, wo Ihre Hände sind eine schöne Blume Ihrer Wahl. Diese Blume ist fortan die Repräsentantin Ihres gesamten Energiesystems. An ihr werden Sie jederzeit ablesen/abfühlen können, ob Sie in Ihrer Mitte bzw. gut geerdet sind.

4. Schritt: Nun führen Sie die Energiearbeit aus, die angesagt ist.

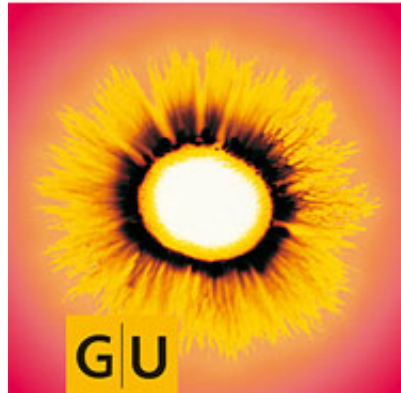
In dieser Zeit passt sich nun die bewusst „eingeschaltete“ Solarplexusenergie optimal an IHRE energetischen Bedürfnisse an. Der Solarplexus ist jetzt die Steuerzentrale, damit alles, was Sie tun, zu Ihrem Wohl geschieht. Er schützt Ihr gesamtes Energiefeld, denn er regiert die zwölf paarigen Meridiane und die acht unpaarigen Meridiane, damit in ihnen die Lebensenergie Qi unbehelligt fließt. Er sorgt sogar dafür, dass nicht zuviel von der Ur-Lebenskraft, die die Chinesen „Nieren-Jing“ nennen, verbraucht wird. Das Qi können wir im Leben mehr, das Jing nicht. Sind Sie sorgsam eingeschaltet und durch den Solarplexus gut geerdet, ist optimal für Sie gesorgt. Über den Solarplexus geschieht die Kommunikation nach außen, sei es mit physischen Wesen oder sei es mit Energien.

Da wir unser eigenes Energiefeld nicht sehen und kontrollieren können, brauchen wir eine Instanz, die uns seinen Zustand vermittelt. Das ist der Solarplexus. Aber auch den können wir nicht sehen. Deshalb erschaffen wir uns ein konkretes Stellvertreterbild - Ihre Blume.

5. Schritt: Sie beenden Ihre Energiearbeit damit, dass Sie Ihre Hände wieder auf den Oberbauch legen, in den Solarplexus hineinspüren, die Zunge an den Mundboden legen, Kiefergelenke entspannen und sich

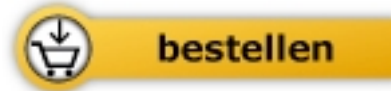


SVEN SOMMER



Sven Sommer
[Homöopathie](#)

128 Seiten, kart.
erschienen 2008



Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de