

*Wie kann kreative Heil- und Energiearbeit mit geistigen Helfern beispielsweise aussehen?*

Wer sich kreativ auf eine Blockade oder eine gesundheitliche Beeinträchtigung einstimmt und einfach um hilfreiche Informationen und Energien bittet, wird auch entsprechende Unterstützung von seiner Seele und seinen geistigen Helfern erhalten. Entspannung ist dabei wichtig, denn nur im entspannten und gleichzeitig konzentrierten Zustand kann man diese aufnehmen.

Es kommt ganz auf die individuellen Vorlieben und Meditations-Praktiken an, wie jemand Impulse aufnimmt, die den Energiekörper verändern. Regelmäßiges Praktizieren von kreativer Energiearbeit und regelmäßiger Einsatz der inneren Sinne durch „Nach-Innen-Lauschen“ erhöhen natürlich die Fähigkeiten auf diesem Gebiet. Wer ungeübt ist, profitiert davon, eine Heilerin oder einen Heiler aufzusuchen. Dennoch gilt, dass jeder selbst sein bester Heiler ist. Jeder verfügt über innere Kanäle, die er heilsamen Impulsen aus dem Kosmos öffnen kann.

Es ist für die meisten Menschen relativ einfach, hilfreiche innere Bilder oder Informationen in anderer Form zu erhalten, die den Umgang mit der Blockade oder ihrem Thema betreffen. Dazu braucht es nur ein wenig Meditationserfahrung. Zudem ist es relativ einfach, hilfreiche Energien wahrzunehmen und sich mit Licht beziehungsweise „universaler Lebensenergie“ aufzuladen. Es ist lediglich nötig, sich auf diese Energie einzustimmen, den eigenen Energiekörper mit ihr in Resonanz zu bringen, sie zu bejahen und sie fließen zu lassen. Das kann grundsätzlich jeder Mensch, auch ohne eine Reiki- oder Lichtarbeiterausbildung zu machen. Manchen Menschen helfen aber solche Ausbildungen. Für kreative Menschen ist es eher zu empfehlen, nur kurz in verschiedene Systeme „reinzuschnuppern“, um ein Bewusstsein für die Möglichkeiten der

Energiearbeit zu erlangen. Danach können sie selbst kreativ mit ihrer Intuition und den geistigen Helfern arbeiten.

Das kann zum Beispiel so „aussehen“, dass jemand sich mit seinem Helfer oder seiner Helferin verbindet und dann um konkrete Unterstützung bei der Auflösung einer Blockade bittet. Dann folgt er den „inneren Anweisungen“ und Bildern, die er erhält. Er spürt beispielsweise, in welche Stelle er hineinatmen soll. Seine Atmung intensiviert sich ganz von selbst auf eine bestimmte Weise, indem er es einfach zulässt. Dadurch kann sich eine blockierte Stelle ausdehnen und wieder mit lebendiger Energie füllen. Oft kommt es dabei auch zur „Entladung“ alter Gefühle, und ein bisher unverarbeitetes Thema kann mit liebevoller Spiegelung der geistigen Welt geklärt werden. Deshalb ist diese Arbeit sanft und effektiv zugleich: Hier werden Blockaden nicht „gesprengt“, sondern geschmolzen! Anders ist es oft, wenn Menschen nicht in einem meditativen und liebevollen Zustand, sondern mit „brachialen Techniken“ der Atem- und Körperarbeit ihre Blockaden bearbeiten. Dadurch können Krisen oder starke emotional-energetische Spannungszustände ausgelöst werden.

Wer hingegen kreativ mit geistigen Helfern an seinen Blockaden arbeitet, bekommt immer genau das, was er im jeweiligen Moment braucht. Stimmungsschwankungen können dennoch auftreten, wenn jemand sehr viel innerhalb kurzer Zeit erledigt oder wenn jemand eine neue, hochschwingende Dimension betritt, die ihm noch nicht vertraut ist. Dann ist es vielleicht nötig, eine Pause einzulegen und auch auf energetisch wirksame Übungen wie Yoga eine Weile zu verzichten. Die Intuition gibt Aufschluss über das richtige Maß.

„Kreativ arbeiten“ bedeutet im Zusammenhang mit Heil- und Energiearbeit, dass man sich ganz den Impulsen des Augenblicks öffnet und die eigene Vorstellungskraft einbringt. So können kreativ individuelle „Heiltechniken“ entstehen, die ein Zusammenspiel von Impulsen aus der geistigen Welt und kreativer Imagination darstellen. Man kann die Phantasie dazu einsetzen, beispielsweise Licht durch

Energiekanäle fließen zu lassen, auch wenn diese „Kanäle“ tatsächlich nicht in dieser Form existieren. Hier ist letztlich nur die beabsichtigte Wirkung relevant, die man mit Hilfe innerer Bilder fokussieren und präzisieren kann.

Die Energie folgt der Aufmerksamkeit. Im Zustand der Meditation bist du stark mit deinen schöpferischen Kräften verbunden und kannst deshalb durch den Einsatz deiner Vorstellungskraft immense Wirkungen in deinem Energiekörper erzielen. Diese werden auch sofort spürbar. Das Ausdehnen und Auflösen von Blockaden, die Bäder in heilemdem oder wärmendem Licht, der Zufluss von Licht in eine bisher „unterbelichtete“ Stelle sind nicht nur heilsame Vorstellungen, sondern auch konkrete Erfahrungen. Konkret spürbar ist dabei auch das Energieniveau und die Präsenz der geistigen Helfer. Es fühlt sich also sehr real an und wirkt auch real, obwohl Menschen ihre Phantasie gewöhnlich fälschlicherweise als „Einbildung“ bezeichnen.

Reale Wirkungen lassen sich bei körperlichen Problemen oft gut feststellen. Manchmal wirkt die Arbeit auf der energetischen Ebene sofort spürbar auf das Organ und lässt Beschwerden verschwinden. Oft lässt sich ein Leiden durch mehrmaliges Behandeln der energetischen Ursprungssituation beheben oder deutlich lindern.

Sensible Menschen neigen häufig mehr zu psychosomatischen Störungen als zu Organerkrankungen, weil sie energetische Ungleichgewichte schnell wahrnehmen und darunter leiden. Gerade solche Störungen, denen schulmedizinisch schwer beizukommen ist, sprechen gut auf die „Behandlung“ durch Meditation und das Auflösen von Blockaden mit Unterstützung der geistigen Welt an.

Text aus dem Buch „Kraft für den eigenen Weg. Meditationen, Phantasie Reisen und Übungen“ von Monika Mahr