

Einführung in das ENERGIETRAINING

Einleitung zur Methode

I. Wirkung allgemein: Verbesserung des Immunsystems

1. Entspannung
2. Entgiftung
3. Stärkung der inneren Organe
4. Linderung von Schmerzen
5. Aktivierung des Nervensystems

II. Spezielle Möglichkeiten bei HIV

1. "Chaos-Behandlung" nach Bruyère
2. Kontrolle der Viren durch "Imagination"
3. Energetische "Impfung"

III. Persönliche Erfahrungen

1. Ersterfolge
2. Regelmässigkeit
3. Allmähliche Veränderung im Leben und Erleben
4. Souveränität im Umgang mit HIV

Schluss

Synergieeffekt durch Zusammenarbeit in der Gruppe

Abbildungen für Overheadprojektion

Bibliografie

Biografie Ulrike Hofmann-Schüll

ENERGIETRAINING

Einleitung: Zur Methode

Der Körper ist nicht nur Verbrennungsmotor, sondern wird von den ihn umgebenden und den aufgenommenen Energien beeinflusst. Wenn wir von "Energie" sprechen meinen wir nicht Aktivität oder Verbrennungsenergie, sondern die messbaren elektromagnetischen Schwingungen, die von jedem lebendigen Körper ausgehen und ihn durchdringen. Mit dem Oszilloskop aufgezeichnet zeigen sich unterschiedliche Wellen, die mit den Farbfrequenzen des sichtbaren Lichts vergleichbar sind. Wenn wir also jemandem die Hand auf die Schulter legen, werden genau diese elektromagnetischen Wellen aktiviert und ausgetauscht. Da dieser Vorgang, wenn man ihn beachtet, spürbar ist für alle Beteiligten, muss niemand daran "glauben", damit das "Energietraining" funktioniert.

Rosalyn Bruyère ist Heilerin in Los Angeles und arbeitet dort seit 30 Jahren mit Ärzten zusammen und in Forschungsprojekten von Universitäten und Kliniken. So konnte sie auch über das klassische Heilen mit Handauflegen hinaus gezielt Methoden entwickeln zur unterstützenden Behandlung bestimmter Zustände und Krankheiten. Sie hält internationale Seminare und unterrichtet auch in Deutschland. Bei ihr konnte ich meine Ausbildung absolvieren und nehme jährlich an mehreren Fortbildungen teil. Seit Sommer 1997 beschäftigt sich eine Gruppe in der Aids-Hilfe N-E-F mit Handauflegen d.h., sie arbeitet mit den körper-eigenen Energiefeldern und mit dem speziellen "Energie-training" für HIV Positive. In den Jahren 2000 und 2001 unterstützte die Deutsche Aidsstiftung dieses Projekt finanziell.

Kommentar eines Gruppenteilnehmers: "Ich glaube ja nicht an sowas, das Komische ist, es wirkt trotzdem."

I. Wirkung allgemein: Verbesserung des Immunsystems

1. Entspannung

Bei jeder energetischen Behandlung setzt nach ca. 10 Minuten ein Entspannungsprozess ein. Die Energie wird im ganzen Körper verteilt, angeregt und angereichert, Blockaden werden durchlässig, umso leichter, wenn das Bewusstsein mitgeht und nicht mit etwas anderem beschäftigt ist oder schläft. Es fühlt sich an, als gäbe es mehr Raum in einem selbst und um einen herum. Wenn der innere Druck nachlässt, kann sich auch das Immunsystem erholen. Und wenn der Organismus kein überflüssiges Adrenalin produziert, sind Viren weniger aktiv.

2. Entgiftung

Gleichzeitig wird der Stoffwechsel effizienter. Nahrung wird besser aufgeschlüsselt und Schlacken und Gifte schneller ausgeschieden. Also auch wenn jemand Medikamente nimmt, wird das

Energietraining die Aufnahme und die Wirkung unterstützen und Nebenwirkungen eher begrenzen oder lindern. Da die elektromagnetischen Schwingungen alle Körperregionen erreichen, werden Fremdstoffe aus allen Gewebeschichten gelöst, sogar aus den Knochen. Gleichzeitig können auch die im Bindegewebe gespeicherten traumatischen Erlebnisse langsam abgebaut werden.

3. Stärkung der inneren Organe

Da praktisch am Tag der Infektion mit dem HI-Virus das obere Verdauungssystem angegriffen wird, ist es wichtig, diese Region zu entspannen und mit Energie aufzuladen; dann aber auch Milz und Nieren und den Darm mit den darin angesiedelten Lymphdrüsen. Dadurch werden Lebensimpulse im Körper wach, wie z.B. ein Hunger- oder Durstgefühl das durch Stress unspürbar war oder andere basale Bedürfnisse wie Schlaf etc, was wieder einen Energiegewinn für den Körper bedeutet. Aber auch Herz und Lungen reagieren gut auf die Energiearbeit.

4. Linderung von Schmerzen

Zu beobachten ist, dass während der Behandlung Schmerzen (auch chronische) verschwinden, über die vorher geklagt wurde. Zum einen ist dies darauf zurückzuführen, dass der Körper in eine leichte Trance geht, was die Schmerzempfindung herabsetzt. Da das Hinspüren auf die energetischen Vorgänge eher die rechte Gehirnhälfte fordert, werden die Aktivitäten der linken zurückgedrängt, wo die Schmerzen registriert werden. Je nachdem was die Ursache für einen Schmerz ist, gibt es dafür dann auch noch spezielle Behandlungsmethoden. Durch die gefäßerweiternde Wirkung des Energietrainings wird der ganze Körper besser durchblutet, die Atmung läuft leichter, das Gehirn wird besser mit Blut und Sauerstoff versorgt, sodass die körpereigene Endorphinproduktion in Gang kommt. So kann der Gesamtorganismus besser mit körperlichen und seelischen Schmerzen umgehen.

5. Aktivierung des Nervensystems

Bei HIV-Infektion scheint es mir besonders wichtig, mit dem Nervensystem zu arbeiten. Es ist bei vielen Menschen schon konstitutionell geschwächt und dann noch durch Stress und Schadstoffe angegriffen. Wenn das Virus und die speziellen Medikamente dazu kommen, richten sie weiteren Schaden an. Die elektromagnetischen Schwingungen laufen im wesentlichen über das Nervensystem und schaffen im Gewebe die erforderlichen Voraussetzungen, um gesunde Zellen gesund zu erhalten und in geschädigten Zellen einen Heilungsprozess einzuleiten. Dies wirft ein Licht darauf, dass wir mit den körpereigenen Energiefeldern arbeiten, und dass jede/r Beteiligte ob passiv oder aktiv während des Energietrainings einen Heilprozess durchläuft. Neuralgische Probleme, die sowohl durch die Viren als auch durch bestimmte Medikamente ausgelöst werden, können vorübergehend und bei manchen sogar dauerhaft durch das

Energietraining behoben werden.

"Ich fühl' mich innerlich wie ein Tannenbaum, mit grünen Nadeln bis unter die Hautoberfläche, überall lebendig!"

II. Spezielle Möglichkeiten bei HIV und AIDS

1. "Chaos-Behandlung" nach Bruyère

Rosalyn Bruyère konnte in Hollywood mit einer Gruppe von HIV-Positiven und Aidskranken eine besondere Methode entwickeln. Bekanntlich ist ein Hauptproblem, dass die Viren sich in Wirtszellen auf unbestimmte Zeit einnisten und vermehren, und das Immunsystem oder Medikamente sie dort schwer bekämpfen können. Die "Chaos-Behandlung" bringt die Schwingungen im Körper so durcheinander, dass die Viren die Zellen verlassen und in den Blutkreislauf gelangen, wo die Viren angreifbar und einschätzbar werden. So hat sich über die Zeit gezeigt, dass die Immuntests der Gruppenteilnehmer kurzfristig eine hohe Viruslast aufwiesen, um später auf einen niedrigeren Stand zu sinken als vorher, ob jemand nun Medikamente nahm oder nicht. Nur bei Medikamentenwechsel oder starken Stresseinwirkungen konnten wir natürlich nicht wissen, welche Wirkungen auf was zurückzuführen waren. Hauptsache den Patienten ging es besser! Natürlich wird der Organismus gleich nach dem "Chaos" wieder harmonisiert, das Immunsystem gestärkt und die Entgiftung unterstützt s.o.!

2. Kontrolle der Viren durch "Imagination"

Ich erwähnte schon, dass die Menschen während der Behandlung in eine leichte Trance fallen. Die ist zuerst nur körperlich zu spüren, wenn alle Stellen, die im Verlauf berührt worden sind, sich immer noch so anfühlen, als läge eine Hand da, warm entspannend und angenehm. Dann hat der Körper angefangen, die Selbstheilung zu übernehmen. Gleichzeitig wird der intellektuelle Denkprozess zurückgestellt zugunsten der rechten Gehirnhälfte, die intuitiv mit Bildern und Symbolen arbeitet. Ich kann dann mit den Menschen sprechen und sie fragen, was sie spüren und mit dem inneren Bewusstsein "sehen" können. Je nach vorheriger Absprache können so die unterschiedlichsten Bereiche "bearbeitet" werden. Ein sehr wichtiger Prozess bei HIV ist, die individuellen Erscheinungsformen und den "Charakter" der Viren wahrzunehmen und sich und seinem Immunsystem bewusst zu machen. Der nächste Schritt führt dazu, mit den Viren zu reden und ihnen klar zu machen, wer der Herr im Haus ist. Daraus folgt ein Abkommen, in dem die Viren zu bestimmten Aufgaben und Übungen gezwungen werden, die für den Organismus nicht von belang sind, die aber die Viren davon abhalten sollen, im Körper weiteren Schaden anzurichten. Mancher hat Angst davor, die eigenen Viren anzuschauen, aber es hat sich als sehr erfolgreich erwiesen im Umgang mit der HIV-Infektion, sich klar zu machen, wer der wirkliche Feind ist, wie er aussieht und wie man mit ihm umgehen kann. Wir versuchen auch imaginativ den Helferzellen und den Macrophagen zu zeigen, wen sie zu bekämpfen haben, wie der Feind

aussieht und wie er heisst.

3. Energetische "Impfung"

Mich hat immer wieder beschäftigt, dass es Menschen gibt, die nachweislich der HIV-Infektion ausgesetzt waren, aber weiterhin negative Testergebnisse aufweisen. Nachdem die neuen Medikamente den Infizierten ein besseres, längeres Leben ermöglichen, denkt man auch in der Medizin darüber nach, wie das Immunsystem gestärkt werden kann, bzw. welche Möglichkeiten von Impfungen einem HIV-Positiven zugemutet werden können, um das Virus in den Griff zu kriegen. Mein Ziel wäre nicht, weiteren Kampf im Körper zu induzieren, sondern den Organismus zu befähigen, HIV-resistente Zellen zu bilden. Bei der Beschäftigung mit dem Nervensystem erfuhr ich, dass die Impulse für die meisten Vorgänge im Körper von den Nervenverbindungen im Gehirn ausgehen. Mit mutigen Positiven und einem Langzeitnegativen haben wir es geschafft, die Stelle im Gehirn zu finden, die für die HIV-resistente Zellproduktion zuständig ist und die Information über das Nervensystem im ganzen Körper zu verbreiten. Die Funktion der entsprechenden Synapse muss natürlich immer wieder aktiviert werden, und es zeigt sich, dass dann auch neue Frequenzen im Körper angesprochen werden. Aber wenn der Informationsfluss einmal da war, ist er auch schnell wieder herzustellen. Jeder der bisher durch diesen Prozess gegangen ist, hat seine eigene Stelle im Gehirn selbst gefunden, und sie lässt sich bei allen in der gleichen Gehirnregion lokalisieren. Bis jetzt wissen wir noch um keine Möglichkeit, die Auswirkungen dieser Methode medizinisch testen zu lassen. Ein langsames Ansteigen der Helferzellenzahl ist zu erwarten und ein Abfallen der Viruslast. Eine Hoffnung ist, unter Anleitung des behandelnden Arztes wenigstens zeitweise einen Grossteil der Medikamente absetzen zu können, damit sich der Körper von Nebenwirkungen erholt oder andere Beschwerden mit anderen Medikamenten behandelt werden können. Während der Energiearbeit mit einem Bluter haben wir die Veränderung im Körper sofort deutlich gespürt: Wenn der Baustein für die Blutgerinnung bei der Bildung des Blutes fehlt, liegt eine Fehlsteuerung durch das Gehirn vor. Nach Aktivierung der entsprechenden Synapse brauchte der Patient 2 Wochen lang kein Gerinnungsmittel mehr zu spritzen.

"Ich fühl'mich ganz euphorisch" "Alles innerlich ganz hell!"

III. Persönliche Erfahrungen

1. Ersterfolge

Es passiert immer wieder, dass das erste Energietraining für jemanden sehr erfolgreich ist, was sich u.a. zeigt in Gewichtszunahme, im Ansteigen der Helferzellen, in einer Normalisierung der Verdauung, euphorischem Lebensgefühl etc. Und die Erwartung ist dann, dass es jedesmal so einen spürbaren Riesenschritt weitergeht. Aber es ist hier so ähnlich, wie beim Muskeltraining: am Anfang spürt man ganz viel und dann muss man

einfach ein bisschen durchhalten, bis der Energiefluss im Körper auf Dauer stabilisiert ist und alle Organe besser zusammenarbeiten.

2. Regelmässigkeit

So ist es vor allem am Anfang wichtig, im Wochenabstand eine Auffrischung zu erfahren, um nach und nach eine neue Struktur aufzubauen, so wie sie für jeden einzelnen natürlich ist, um gesund zu werden, bzw. zu bleiben. Ich hatte erst Schwierigkeiten mit der leichten Unverbindlichkeit der Teilnehmer, was bei allem Neuen, Nichteinschätzbaren natürlich verständlich ist, und ich kenne diese Haltung natürlich auch von mir selber. Die Gruppe hat sich jetzt aber stabilisiert und trifft sich auch unabhängig von mir zum Energietraining.

3. Allmähliche Veränderung im Leben und Erleben

Bei Teilnehmern, die ungefähr ein Jahr dabei waren liess sich für mich erkennen, dass sie sich insgesamt dem Leben besser gewachsen fühlten, körperlich und psychisch belastbarer und den diversen Lebenssituationen nicht mehr so ausgeliefert waren, sondern die Gestaltung selber übernahmen und sehr erstaunt waren, wie positiv sich ihr neues Empfinden und Verhalten auf ihre Umgebung auswirkte.

4. Souveränität im Umgang mit HIV

Und so ein neues Selbstbewusstsein erleichtert natürlich den Umgang mit der HIV-Infektion. Welcher Arzt weiss schon so umfassend und individuell bescheid, wie jemand, der über Jahre mit dem Virus gelebt und ihn sogar "angeschaut" hat. So wird der Patient zum Partner und die Medizin kann mehr ausrichten. Die Teilnehmer in der Gruppe tauschen sich natürlich auch über ihre Erfahrungen gegenseitig aus. Jeder, der einen Schritt weiter geht, macht diesen für andere leichter, auch für nicht Betroffene, sich mit HIV und Aids und denen, die damit leben zu beschäftigen.

Schluss

Zum Schluss möchte ich noch etwas über die Energiearbeit in der Gruppe sagen. Das "Training" bezieht sich nicht nur auf die Bewegung und die Verstärkung der Energie im Körper, sondern auch darauf, dass die einzelnen Teilnehmer in der Gruppe Vertrauen zueinander und Selbstvertrauen gewinnen und auf dieser Basis gut zusammenarbeiten und kooperieren. Ich achte darauf, dass jeder das Energietraining nicht nur empfängt, sondern die Methode soweit kennt und versteht, dass er leicht mitarbeiten kann. Wie schon oben erwähnt, findet auch für jeden, der aktiv Energie gibt ein Heilungsprozess statt.

Wir haben alle immer wieder gespürt, wie während einer Session plötzlich sehr viel mehr Energie im Spiel war, als die Summe der von den Teilnehmern eingesetzten. In der Physik wird ein solches Phänomen "Synergieeffekt" genannt. Dies findet immer dann statt, wenn der zu Behandelnde in einen höheren Schwingungs- und Bewusstseinszustand kommt und eine umfassendere Heilung geschieht. Dieser Prozess wird nicht von uns beabsichtigt, sondern als eine Art Gnade erlebt, die durch uns wirkt.

Ich werde oft gefragt, ob das Energietraining etwas Esoterisches ist. Bis jetzt habe ich alles gesagt, was daran nach heutigem Wissensstand erklärbar ist. Tatsache ist, dass das Heilen mit Handauflegen zu allen Zeiten in den verschiedensten Kulturen und religiösen Traditionen praktiziert worden ist, mit oder ohne Wissen um Beweisbarkeit und höhere Zusammenhänge. Tatsache ist auch, dass in manchen Ländern (z.B. England, Holland, USA) die Heilarbeit und deren Wirksamkeit von der Medizin anerkannt und in das moderne Gesundheitssystem integriert wird. Ich arbeite mit niemandem, der sich nicht auch medizinisch versorgen lässt. Dabei würde ich mir einen Austausch mit den behandelnden Ärzten wünschen.

Und bei aller Ernsthaftigkeit mit der wir arbeiten, meinte ein Teilnehmer, es sei die lustigste Gruppe, die er in der Aidshilfe erlebt.

Bibliografie

- Rosalyn Bruyère: Das Geheimnis der Chakras
Unsere Licht und Energiezentren
München 1998
- Imre Kerner,
Dagny Kerner: Heilen
Wie Heilen wirkt
Energiesystem des Menschen
Heilen ist erlernbar
Heiler im Test
Köln 1997
- Jeanne Achterberg: Gedanken heilen
Die Kraft der Imagination, Grundlagen
einer neuen Medizin
Hamburg 1990
- Hanscarl Leuner: Katathymes Bilderleben
Einführung in die Psychotherapie mit der
Tagtraumtechnik
New York, Stuttgart 1989
- Deborah Cowens,
Tom Monte: Die Gabe des Heilens,
Die Praxis der Energieheilung
1997 Hamburg
- Dr. Henning v.d. Osten: Über die Welt und über Gott
Zeitgemässe Antworten auf 11 Grundfragen
des Lebens
Bielefeld 1993
- Barbara Ann Brennan: Licht-Heilung, Der Prozess der Genesung
auf allen Ebenen von Körper, Gefühl und
Geist
München 1994
- Thorwald Dethlefsen,
Rügiger Dahlke: Krankheit als Weg, Deutung und
Bedeutung der Krankheitsbilder
München 1983
- Peter A. Levine:
Mit Ann Frederick Trauma-Heilung
Das Erwachen des Tigers
Essen 1998
- Klaus Lange: Herz, was sagst Du mit?
Selbstvertrauen durch innere Erfahrungen
- Louise L. Hay: Umkehr zur Liebe, Rückkehr zum Leben
Ein Buch zur Selbsthilfe
The Aids Book-creating a positive approach
Freiburg 1992

Louise L. Hay: Das Körper-und Seele-Programm
Ein Arbeitsbuch zur mentalen Heilung
Love yourself, heal your life
München 1991

Elisabeth Kübler-Ross: AIDS, Herausforderung zur Menschlichkeit
Stuttgart 1988

Nossrat Peseschkian: Psychosomatik und positive Psychotherapie
Frankfurt 1993

Biografie

Ulrike Hofmann-Schüll

1950 Geb.
1967-68 USA-Stipendium
1969 Abitur
3 Monate Aufenthalt in Paris
1969-73 Studium an der Fachhochschule Hildesheim
Metallgestaltung/Schmuck bei Prof. C. van Dornick
Abschluss als Designer Grad.
1973 Gesellenprüfung als Goldschmiedin
Seit 1973 als Freischaffende Künstlerin im Schmuckbereich tätig
* Eigenes Atelier in München
Ausstellungen und Ausstellungenbeteiligungen
1974-78 Studium an der Maximiliansuniversität München
Volkskunde, Kunstgeschichte, Vor-und Frühgeschichte
Seit 1976 Atelier in Nürnberg
1979-85 Studium an der Akademie der bildenden Künste
* Nürnberg, Silberschmieden bei Prof. E. Hössle
Abschluss mit Diplom
1989-97 Ausstellerin auf der Frankfurter Konsumgüter-Messe,
Auszeichnungen auf Sonderausstellungen
1980 Beginn einer humanistischen Psychotherapie und
Körperarbeit mit Bioenergetik
1991 Therapeutische Ausbildung bei Henning von der Osten
Primärtherapie
Beginn ehrenamtlicher Tätigkeit in der Aidshilfe
Nürnberg-Erlangen-Fürth
1992 Betreuerschulungen durch die Aidshilfe Nürnberg
Seit 1992 verschiedene Betreuungen
1993-97 Vorstandsarbeit in der Aidshilfe Nürnberg
1993 Fortbildungsseminar bei Jeanne Achterberg: Imagery
Seit 1994 Ausbildung und Fortbildungen bei Rosalyn Bruyère:
"Arbeit mit körpereigenen Energiefeldern".
* "Energietraining" mit HIV-Positiven in Gruppen und
* Einzelsitzungen
* "Energietraining" mit Menschen in den verschiedensten
* Bereichen: Erfahrungen mit AIDS, Krebs, Bluthochdruck,
* Schlaganfall, MS, Morbus Crohn, geriatrischen
Problemen, Herz- und Rückenbeschwerden...
...in Gruppen und Einzelsitzungen
2000 NLP-Sonderseminar mit Robert Dilts/Martin Haberzettl
"Arbeit mit Glaubenssätzen"
Seit 1997 Leitung einer fortlaufenden offenen Gruppe für HIV-
* Positive: "Energietraining" mit Anleitung zur
* Selbsthilfe