

BARBARA ANN BRENNAN
Licht-Arbeit



GOLDMANN

Lesen erleben

Buch

Unser physischer Körper wird von einem Energiefeld, der »Aura«, umschlossen, in dem sich unsere Erfahrungen von Krankheit und Gesundheit manifestieren. Das richtige Umgehen mit diesem Energiefeld macht es uns möglich, uns selbst und andere zu heilen.

In ihrer mehr als zwanzigjährigen Tätigkeit als spirituelle Heilerin beobachtete Barbara Ann Brennan die Energiefelder von mehr als fünftausend Patienten und Schülern. Auf dem Fundament dieser Erfahrung vermittelt sie eine Fülle von exakt beschriebenen Heilungswegen. Sie wendet sich mit ihrem Buch sowohl an den Leser, der über die Grenzen der etablierten Medizin hinausschauen will, als auch an den Lernenden, der sich zum spirituellen Heiler ausbilden möchte. Wer sich mit Licht-Arbeit als Heilungsweg auseinandersetzen möchte, kommt an diesem Buch nicht vorbei.

Autorin

Barbara Ann Brennan studierte Physik an der University of Wisconsin (USA) und war wissenschaftliche Mitarbeiterin der NASA am Goddard Space Flight Center. Vor mehr als zwanzig Jahren begann sie, ihre Forschung auf das menschliche Energiefeld zu konzentrieren. Sie machte eine Ausbildung als bio-energetische Therapeutin und lernte bei indianischen und nichtindianischen Heilern. Heute arbeitet sie als Heilerin in einer Privatpraxis in New York und gibt ihr Wissen in Kursen und Seminaren weiter.

*Von Barbara Ann Brennan ist bei Arkana außerdem lieferbar:
Licht-Heilung (12222)*

BARBARA ANN
BRENNAN

LICHT-ARBEIT

Heilen mit Energiefeldern

Aus dem Amerikanischen
von Maya Ubik

GOLDMANN

Die Originalausgabe erschien unter dem Titel »Hands of Light«
bei Bantam Books, a division of
Bantam Doubleday Dell Publishing Group, Inc., New York
Illustration von Joseph A. Schmith



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier
Munken Pocket liefert Arctic Paper Munkedals AB, Schweden.

23. Auflage
Vollständige Paperbackausgabe nach der
deutschen Erstausgabe, Dezember 1998
© 1989 der deutschsprachigen Ausgabe
Arkana, München
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
© 1987 der Originalausgabe Barbara Ann Brennan
Umschlaggestaltung: Design Team München
Umschlagfoto: Bavaria/Stock Imagery
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Lektorat: Diane von Weltzien
WL · Herstellung: Han
Printed in Germany
ISBN 978-3-442-14151-7

www.goldmann-verlag.de

Dieses Buch ist allen Reisenden auf dem Weg nach Hause gewidmet.

Liebe ist das Gesicht und der Körper des Universums. Sie ist das verbindende Gewebe des Universums, der Stoff, aus dem wir gemacht sind. Liebe ist die Erfahrung, ganz zu sein, verbunden mit der Göttlichkeit des Universums.

Alles Leiden wird durch die Illusion des Getrenntseins verursacht: sie erzeugt Angst und Selbsthaß, die schließlich Krankheit zur Folge haben.

Sie selbst sind der Meister Ihres Lebens. Sie können sehr viel mehr tun als Sie glauben; Sie können sich sogar von einer »tödlichen Krankheit« heilen.

Die einzige wirklich »tödliche Krankheit« besteht darin, als Mensch zu leben. Tatsächlich ist das Leben aber keineswegs endlich, denn der Tod ist einfach der Übergang zu einer anderen Seinsebene.

Ich möchte Sie dazu ermutigen, die »üblichen« Begrenzungen Ihres Lebens zu überschreiten und sich selbst anders zu betrachten. Ich möchte Sie ermutigen, Ihr Leben am äußersten Rand der Zeit zu führen, so daß Sie jeden Augenblick von neuem in das Leben hineingeboren werden.

Ich möchte Sie dazu ermutigen, Ihre Lebenserfahrung nur lose und ohne Erstarrung zu einem Ganzen zu bündeln.

Inhalt

Teil I

Die Erde – ein Planet der Energie

Kapitel 1	Die heilende Erfahrung _____	17
Kapitel 2	Wie man dieses Buch benutzt _____	28
Kapitel 3	Ausbildung zum Heiler und Öffnung für innere Führung _____	35

Teil II

Die menschliche Aura

Einleitung	Die persönliche Erfahrung _____	45
Kapitel 4	Parallelen zwischen dem naturwissenschaftlichen Weltbild und unserem Selbstbild _____	49
Kapitel 5	Die wissenschaftliche Erforschung des menschlichen Energiefeldes in Vergangenheit und Gegenwart _____	67
Kapitel 6	Das universale Energiefeld _____	81
Kapitel 7	Die Aura – das menschliche Energiefeld _____	88

Teil III

Die Dynamik der Psyche und das menschliche Energiefeld

Einleitung	Die therapeutische Erfahrung _____	117
Kapitel 8	Die menschliche Entwicklung im Spiegel der Aura _____	119
Kapitel 9	Die psychologische Funktion der sieben Hauptchakras _____	138
Kapitel 10	Chakradiagnose _____	156
Kapitel 11	Beobachtungen der Aura in Therapiesitzungen _____	170

Kapitel 12	Energieblockierung und Abwehrmechanismen in der Aura _____	190
Kapitel 13	Die Aura- und Chakramuster der wichtigsten Charakterstrukturen _____	201

Teil IV

Die Wahrnehmungsinstrumente des Heilers

Einleitung	Die Ursachen von Krankheit _____	237
Kapitel 14	Die Trennung von der Wirklichkeit _____	240
Kapitel 15	Von der Energieblockierung zur körperlichen Krankheit _____	245
Kapitel 16	Eine Übersicht über den Prozeß des Heilens _____	260
Kapitel 17	Direkter Informationszugang durch erhöhte Sinneswahrnehmung _____	270
Kapitel 18	Der Röntgenblick _____	277
Kapitel 19	Hellhören und Kommunikation mit Geist- führern _____	291
Kapitel 20	Heyoans Metapher der Wirklichkeit _____	304

Teil V

Spirituelles Heilen

Einleitung	Das Energiefeld als Instrument des Heilens _____	315
Kapitel 21	Vorbereitende Übungen zum Heilen _____	317
Kapitel 22	Heilen auf allen Ebenen der Aura _____	342
Kapitel 23	Heilen mit Farbe und Klang _____	383
Kapitel 24	Heilen von transtemporalen Traumata _____	393

Teil VI

Selbstheilung und der spirituelle Heiler

Einleitung	Transformation und Selbstverantwortung _____	407
Kapitel 25	Die neue Medizin: Der Patient wird zum Heiler – eine Fallstudie _____	409
Kapitel 26	Gesundheit: Eine Herausforderung, der zu sein, der man ist _____	425
Kapitel 27	Die Entwicklung zum Heiler _____	437

Anhang

Rückblickende Fragen und Stoff zum Nachdenken zu den einzelnen Kapiteln	457
Liste der Abbildungen und Schemata	472
Liste der Übungen und Meditationen	474
Bibliographie	475

Vorwort

Wir leben in einer neuen Zeit, für die die folgenden Worte Shakespeares besondere Aktualität haben: »Es gibt mehr Dinge zwischen Himmel und Erde, als eure Schulweisheit sich träumen läßt.« Dieses Buch richtet sich an jene, die jenseits der Grenzen der klassischen Medizin nach Erklärungen für ihre körperlichen und emotionalen Prozesse suchen. Es öffnen sich neue Dimensionen zum Verständnis der psychosomatischen Konzepte, wie sie von Wilhelm Reich, Walter Canon, Franz Alexander, Flanders Dunbar, Burr, Northrup und vielen anderen Forschern auf diesem Gebiet entwickelt wurden.

Im einzelnen wird in diesem Buch definiert, was heilende Erfahrungen sind, und die Geschichte der wissenschaftlichen Erforschung des menschlichen Energiefeldes dargestellt. Das Buch ist insofern einzigartig, als es das menschliche Energiefeld mit der Psychodynamik verbindet. Es zeigt auf, wie sich das Energiefeld in Abhängigkeit von Persönlichkeitsfunktionen verändert.

In der zweiten Hälfte des Buches werden auf der Grundlage metaphysischer Konzepte die Ursachen von Krankheit definiert und mit den Energiestörungen der Aura in Beziehung gebracht. Der Leser wird hier, unter dem Gesichtspunkt des Heilers und des Patienten, auch eine Beschreibung des Wesens spirituellen Heilens finden.

Das Buch beruht auf den subjektiven Erfahrungen der Autorin, die eine wissenschaftliche Ausbildung als Physikerin und als Psychotherapeutin absolvierte. Die Verbindung von objektivem Wissen und subjektiver Erfahrung erlaubt ihr eine Ausdehnung des Bewußtseins über die Grenzen herkömmlicher Wissenschaft hinaus.

Jene, die einem solchen Ansatz offen gegenüberstehen, werden in diesem Buch eine Fülle von Material finden, das ihr Wissen und ihre Erfahrungen bereichert, und mit dem sie experimentieren können. Jenen, die grundlegende Widerstände gegen einen solchen Ansatz haben, möchte ich empfehlen, sich die folgende Frage zu stellen: »Kann eine solche neue Perspektive, welche die Grenzen der Logik und des objektiven wissenschaftlichen Experimentierens überschreitet, existieren?«

Ich empfehle das Buch nachdrücklich all jenen, die das Phänomen des Lebens auf der physischen und auf den metaphysischen Ebenen fasziniert. Es ist das Ergebnis vieler Jahre engagierter Arbeit und legt Zeugnis ab vom Persönlichkeitswachstum der Autorin und der Entfaltung ihrer Gabe zu heilen. Dem Leser wird sich eine Welt voller Wunder eröffnen.

Frau Brennan ist für ihren Mut zu bewundern, daß sie sowohl ihre objektiven wie ihre subjektiven Erfahrungen vor der Welt ausbreitet.

*John Pierrakos, Md.
Institute of CORE Energetics
New York City*

Danksagung

Ich möchte meinen Lehrern danken, und da es viele sind, nenne ich sie in der Reihenfolge, in der ich mit ihnen gearbeitet habe. Die ersten waren Dr. Jim Cox und Ann Bowman; sie und viele andere bildeten mich in bioenergetischer Körperarbeit aus. Viele Jahre habe ich mit Dr. John Pierrakos gearbeitet, dessen Core-Energetik die Grundlage für meine spätere Heilarbeit wurde. Er lehrte mich, die Auraphänomene, die ich sah, mit der psychodynamischen Körperarbeit in Verbindung zu bringen, und hatte damit großen Einfluß auf mich. Danke, John. Eva Pierrakos bin ich zutiefst dankbar, daß sie mir den Zugang zu jenem spirituellen Weg – »The Pathwork« – eröffnet hat, dem ich folge. Ich danke auch meinen Heillehrern, dem Rev. C. B. und Rev. Rosalyn Bruyere. Auch möchte ich all meinen Studenten danken, die, weil sie zu mir kamen, um zu lernen, meine größten Lehrer waren.

Ich danke allen, die bei der Herstellung des Buches geholfen haben, insbesondere Marjorie Bair für ihren redaktionellen Rat; Dr. Jac Conaway für den Gebrauch seines Computers und Maria Adeshian für die Textfassung. Bruce Austin möchte ich für die Schlußredaktion danken. Ganz besonders dankbar bin ich Marlee Talman für ihre redaktionelle Hilfe und die Leitung des gesamten Herstellungsprozesses dieses Buches. Für dauernde persönliche Unterstützung danke ich Eli Wilner, meiner Tochter Celia Conoway und meiner lieben Freundin Moira Shaw, die mich immer dann, wenn ich es am meisten brauchte, an meinen Wert erinnert hat.

Allen voran möchte ich meinen geistigen Lehrern danken, die mich Schritt für Schritt geführt haben und den größten Teil der Wahrheit, die in diesem Buch enthalten ist, durch mich zum Ausdruck gebracht haben.

Teil I

Die Erde – ein Planet der Energie

Kapitel 1

Die heilende Erfahrung

In meiner Arbeit als Heilerin bin ich vielen wunderbaren Menschen begegnet. Über einige von ihnen und die Erlebnisse mit ihnen, die das Leben eines Heilers so erfüllen, möchte ich hier berichten.

Meine erste Klientin an einem Oktobertag des Jahres 1984 war eine Frau Ende zwanzig mit dem Namen Jenny. Sie war eine lebenslustige Lehrerin, ungefähr 165 cm groß, mit dunklen Haaren und großen blauen Augen. Ihre Freunde nennen sie die Lavendeldame, weil Lavendelblau ihre Lieblingsfarbe ist, die sie meistens trägt. Jenny hat nebenbei noch ein Blumengeschäft und macht wunderschöne Blumengestecke für Hochzeiten und sonstige festliche Anlässe. Sie war damals seit einigen Jahren mit einem erfolgreichen Werbefachmann verheiratet. Bevor sie zu mir kam, hatte Jenny einige Monate zuvor eine Fehlgeburt gehabt und war seitdem nicht mehr schwanger geworden. Als sie zu ihrem Arzt ging, um feststellen zu lassen, warum sie kein Kind empfangen könne, mußte sie eine böse Überraschung erleben. Nach vielen Tests und Hinzuziehung anderer Ärzte war die einhellige Meinung, daß sie sich sobald wie möglich einer Gebärmutteroperation unterziehen müsse. Man hatte dort, wo die Plazenta mit dem Uterus verbunden ist, krankhafte Zellen gefunden. Jenny war bestürzt und hatte Angst. Sie und ihr Mann hatten erst in finanziell gesicherten Verhältnissen Kinder gewollt. Nun schienen alle Chancen verflogen.

Als Jenny im August dieses Jahres zum erstenmal zu mir gekommen war, hatte sie mir nichts von ihrer medizinischen Geschichte erzählt. Sie hatte einfach nur gesagt: »Ich brauche

Ihre Hilfe. Sagen Sie mir, was Sie in meinem Körper sehen. Ich muß eine wichtige Entscheidung treffen.«

Während der Heilsitzung tastete ich ihr Energiefeld – die Aura – mit Hilfe meiner erhöhten Sinneswahrnehmung ab. Ich »sah« an der unteren linken Seite im Inneren des Uterus einige anormale Zellen, dort wo sich die Plazenta gelöst hatte. Gleichzeitig »sah« ich die Umstände, die mit der Fehlgeburt zusammenhingen. Ich »hörte« Worte, die Jennys Zustand beschrieben, und bekam Anweisungen, was zu tun sei: Jenny sollte einen Monat Urlaub machen, ans Meer fahren, bestimmte Vitamine nehmen, eine Diät einhalten, täglich meditieren und mindestens täglich zwei Stunden allein sein. Nach diesem Monat der Selbstheilung sollte sie sich wieder ihren Ärzten zeigen und sich untersuchen lassen.

Mir wurde gesagt, daß meine Arbeit damit getan sei und daß Jenny nicht mehr zu mir zurückzukehren brauche. Während der Sitzung erhielt ich Informationen über ihre psychische Verfassung und inwiefern diese einer Selbstheilung im Wege stehe. Sie gab sich die Schuld für die Fehlgeburt. Auf diese Weise setzte sie sich unnötig innerem Streß aus und hinderte ihren Körper daran, sich nach der Fehlgeburt zu erholen. Mir wurde mitgeteilt (und das bedeutete für mich, die Verantwortung zu übernehmen), daß sie mindestens einen Monat lang keinen anderen Arzt aufsuchen sollte, denn die verschiedenen Diagnosen und das Drängen zur Operation würden den Streß nur noch verschlimmern. Sie war todunglücklich, denn sie hatte sich so sehr ein Kind gewünscht. Als sie meine Praxis verließ, war sie etwas erleichtert und sagte, daß sie sich alles gut überlegen werde.

Als Jenny im Oktober wiederkam, umarmte sie mich und schenkte mir zum Dank ein süßes kleines Gedicht. Die Befunde der medizinischen Tests waren normal. Den August über hatte sie sich um Kinder von Freunden auf Fire Island gekümmert. Sie hielt ihre Diät ein, nahm ihre Vitamine und verbrachte viel Zeit allein, um sich selbst zu heilen. Sie nahm sich vor, sich noch einige Monate Zeit zu lassen, bevor sie versuchen wollte, wieder schwanger zu werden. Ein Jahr später hörte ich, daß Jenny einen gesunden Jungen zur Welt gebracht hatte.

Mein zweiter Klient an jenem Oktobertag war Howard. Er ist der Vater von Mary, die ich vor einiger Zeit behandelt hatte. Bei Mary war in der Vorsorgeuntersuchung ein präcanceröser Zustand festgestellt worden (PAP3), der nach etwa sechs Sitzungen behoben war. Seit einigen Jahren war sie nun gesund. Mary, die selber Krankenschwester ist, ist Leiterin einer von ihr gegründeten Organisation zur Fortbildung und Vermittlung von Krankenschwestern im Staat von Philadelphia. Sie zeigt Interesse an meiner Arbeit und überweist mir regelmäßig Patienten.

Howard war seit einigen Monaten bei mir. Er war Fabrikarbeiter gewesen und nun in Rente. Es machte sehr viel Freude, mit ihm zu arbeiten. Als er zu mir kam, war er grau im Gesicht und hatte ständig Herzschmerzen. Es erschöpfte ihn schon, nur durch das Zimmer zu gehen. Nach der ersten Sitzung wurde seine Gesichtsfarbe rosig, und die Schmerzen waren weg. Nachdem er zwei Monate lang einmal die Woche zu mir gekommen war, ging er wieder tanzen. Mary und mir lag daran, mein Heilen durch Handauflegen mit natürlichen Medikamenten zu unterstützen, die ein Arzt für Naturheilverfahren verschrieb, um die Arterien von Ablagerungen zu befreien. An jenem Tag setzte ich meine Arbeit fort, sein Energiefeld zu stärken und ins Gleichgewicht zu bringen. Seine zunehmende Genesung war für seine Ärzte und Freunde offensichtlich.

Ein weiterer Klient an jenem Tag war Ed. Er war zu mir gekommen, weil die Gelenke seiner Arme, insbesondere die Handgelenke, immer schwächer wurden. Er hatte Schmerzen während des Orgasmus. Auch sein Rücken war seit einiger Zeit kraftlos, was sich so verschlimmert hatte, daß er nichts mehr tragen konnte, nicht einmal einen Stoß Teller. Bei der ersten Sitzung sah ich in seiner Aura, daß er mit ungefähr zwölf Jahren sein Steißbein verletzt hatte. Zur Zeit der Verletzung fiel es ihm sehr schwer, mit den starken sexuellen Gefühlen zurechtzukommen, die mit der Pubertät in ihm wach geworden waren. Durch den Unfall wurden diese Gefühle schwächer, und er konnte besser damit umgehen.

Sein Steißbein war nach links verschoben und konnte sich so nicht ausreichend bewegen, um die Rückenmarksflüssigkeit

durch ihren normalen Kanal zu pumpen. Das verursachte eine Schwächung seines ganzen Energiesystems. Der nächste Schritt in diesem degenerativen Prozeß war eine Schwächung des unteren Rückens, dann des mittleren und schließlich des oberen. Wann immer ein Körperteil durch mangelnden Energiefluß schwach wurde, versuchte ein anderer Teil, diese Schwäche zu kompensieren. Es sammelte sich immer mehr Spannung in seinen Gelenken und Armen an, bis sie nachgaben und ebenfalls schwach wurden. Dieser ganze Prozeß hatte sich über Jahre hin erstreckt.

Ed und ich arbeiteten einige Monate lang mit gutem Erfolg. Zunächst ging es darum, das Steißbein so mit Energie zu versorgen, daß es sich wieder gerade richten konnte. Nun kam der Energiefluß im ganzen System in Bewegung und wieder ins Gleichgewicht. Nach und nach gewann Ed seine Stärke zurück. An jenem Nachmittag war als einziges Symptom nur noch ein wenig Schwäche in seinem linken Handgelenk da. Bevor ich mich darum kümmerte, stärkte und harmonisierte ich zuerst sein ganzes Energiefeld. Dann schickte ich heilende Energie in sein Handgelenk.

Die letzte Klientin, die ich an diesem Tag behandelte, war Muriel, Künstlerin und Frau eines bekannten Chirurgen. Sie war zum dritten Mal bei mir. Vor drei Wochen war sie mit einer stark vergrößerten Schilddrüse zu mir gekommen. Bei der ersten Sitzung machte ich von meiner erhöhten Sinneswahrnehmung Gebrauch, um Informationen über Muriels Verfassung zu bekommen. Ich konnte sehen, daß die Vergrößerung der Schilddrüse nicht auf Krebs zurückzuführen war und daß – zusammen mit den Medikamenten, die ihr von ihrem Arzt verschrieben worden waren – zwei Heilsitzungen ausreichen würden, um den Normalzustand wiederherzustellen. Ich sah auch, daß keine Operation nötig sein würde. Sie hatte mir von den Ärzten erzählt, die ihr Medikamente zur Verkleinerung der Schilddrüse gegeben hatten, die zwar zu einer gewissen Besserung führen sollten, eine Operation aber nicht würden verhindern können. Die Möglichkeit, daß es sich um Krebs handle, wollten sie nicht ausschließen. Die Operation sollte eine Woche nach unserer zweiten Sitzung

stattfinden. Als es so weit war, bestand keine Notwendigkeit mehr für die Operation. Die Ärzte waren sehr erstaunt. Sie kam an diesem Tag noch einmal zu mir, um sich bestätigen zu lassen, daß alles wieder normal war. Und so war es auch.

Wie kommen diese scheinbaren Wunder zustande? Was tue ich, wenn ich die Menschen heile? Die Methode, von der ich Gebrauch mache, heißt *Handauflegen* oder *Geistheilen*. Dieser Prozeß scheint etwas Mystisch-Geheimnisvolles an sich zu haben, ist aber durchaus erklärbar, wenn er auch sehr komplex ist. Zu diesem Vorgang gehört es, das menschliche Energiefeld wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Jeder hat ein solches Energiefeld, das den physischen Körper umgibt und durchdringt. Diese *Aura* hat maßgebenden Einfluß auf die Gesundheit. *Erhöhte Sinneswahrnehmung* erlaubt die Beobachtung von Dingen, die außerhalb der normalen Bandbreite der menschlichen Sinne liegen. Man kann damit Dinge sehen, hören, riechen, schmecken und berühren, die man sonst nicht wahrnehmen kann. Mit erhöhter Sinneswahrnehmung sieht man im Geist ein Bild, ohne daß die Augen daran beteiligt sind. Das ist keineswegs Einbildung. Man spricht auch von *Hellsichtigkeit*. Erhöhte Sinneswahrnehmung offenbart die dynamische Welt des fließenden Austausches zwischen den Lebensenergiefeldern, die alle Dinge umgeben und durchwirken. Den größten Teil meines Lebens habe ich als Tanz in einem lebendigen Meer von Energie erfahren, in das unsere Existenz eingetaucht ist. Durch diesen Tanz habe ich entdeckt, daß uns diese Energie Leben schenkt, uns trägt und nährt. Wir empfinden einander durch und mit dieser Energie. Wir sind ein Teil von ihr; sie ist ein Teil von uns.

Meine Klienten und Studenten fragen mich, wann ich begonnen hätte, das Energiefeld von Menschen wahrzunehmen; wann ich erkannt hätte, daß man damit wirkungsvoll arbeiten könne; wie das sei, wenn man Dinge wahrnehmen könne, die außerhalb des normalen Bereichs der menschlichen Sinne lägen; ob es eine ganz besondere Gabe sei, oder gelernt werden könne; was sie in letzterem Falle tun könnten, um ihre eigene Wahrnehmung zu erweitern, und welchen Wert das für ihr Leben hätte? Um diese Fragen zu beantworten, muß ich zum Anfang zurückkehren.