

# Energetischer Selbstschutz



Master Choa Kok Sui

# ENERGETISCHER SELBSTSCHUTZ

Psychische Immunstärke gegen  
bewusste und unbewusste Übergriffe

Aus dem Englischen  
von Christiane Sautter

*Ansata*

Die Originalausgabe erschien 1999 unter dem Titel »Practical Psychic Self-Defense for Home and Office« bei Institute for Inner Studies Publishing, Philippinen.

Produced by Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH, under arrangement with the Institute for Inner Studies Publishing Foundation, Inc., No.59 Cordillera Street corner Kitanlad, Brgy.Doña Josefa, Quezon City 1113, Philippines.

Die in diesem Buch vorgestellten Informationen und Empfehlungen sind nach bestem Wissen und Gewissen geprüft. Dennoch übernehmen der Autor 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 bzw. bei ernsthaften Beschwerden immer professionelle Diagnose und Therapie durch ärztliche oder naturheilkundliche Hilfe in Anspruch.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44b UrhG ausdrücklich vor.  
Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.

4. Auflage

Neuausgabe 2023

Copyright © heirs of Master Choa Kok Sui, 30 May 1999.

All rights reserved. Unauthorized reproduction is strictly prohibited. This edition of the »Practical Psychic Self-Defense for Home and Office« is published by Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH.

Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe 2017 by Ansata Verlag, München, in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH, Neumarkter Straße 28, 81673 München  
produksicherheit@penguinrandomhouse.de

(Vorstehende Angaben sind zugleich Pflichtinformationen nach GPSR.)

Illustrationen: Benny Gantioqui

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München,  
unter Verwendung des Motivs der Originalausgabe

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-7787-7527-1

[www.ansata-verlag.de](http://www.ansata-verlag.de)

*Meinem geliebten, geachteten Lehrer  
Mei Ling für seine Führung, Liebe und Geduld.  
Den drei Weisen, die mein jugendliches Interesse an den inneren  
Wissenschaften förderten:  
Dabon, dem Magier  
Ranudo, dem Weisen  
Mike, dem Seher*



## *Inhaltsverzeichnis*

<b>Einleitung</b> .....	11
<b>Erstes Kapitel: Grundlegende Konzepte und Prinzipien des energetischen Selbstschutzes</b> .....	13
Was ist psychische Selbstverteidigung? .....	15
Die verschiedenen feinstofflichen Körper und die Auren .....	15
Gedanken und Gefühle erschaffen Gedankenformen und feinstoffliche Strahlungsfelder .....	17
Der Unterschied zwischen einer Gedankenform und einem feinstofflichen Strahlungsfeld .....	18
Die Anwendung psychischer Schutzmaßnahmen .....	18
Negative Gedanken .....	19
Feinstoffliche Strahlungsfelder .....	21
Psychische Verschmutzung und Infektion .....	22
Das Gesetz von Anziehung und Abstoßung .....	23
Die wichtigsten Chakras .....	23
Elementale .....	26
Arten und Quellen psychischer Angriffe .....	26
Das Gesetz des Karma .....	30
<b>Zweites Kapitel: Das Schließen und Stärken der Aura</b> .....	33
Das Schließen der Aura als Grundlage der psychischen Selbstverteidigung .....	35
Mehr über die Auraschließtechnik .....	36
Energievampire .....	39
Nicht reagieren .....	41
Segnen .....	41

Die Verwandlungstechnik . . . . .	42
Die Heilung von Beziehungen durch Segnen . . . . .	43
Die Stärkung der Aura durch körperliches Training . . . . .	45
Die Aura durch Meditation stärken . . . . .	47
Stärkende Haltungen . . . . .	49
Die Aura durch Kristalle stärken . . . . .	52
Kristalle reinigen . . . . .	54
Kristalle aufladen . . . . .	56
Nebenwirkungen durch das Tragen von Kristallen . . . . .	58

<b>Drittes Kapitel: Die Auraschilder</b> . . . . .	61
Der Nutzen von Auraschildern . . . . .	63
Einen ätherischen Auraschild erschaffen . . . . .	63
Andere Schildtypen . . . . .	68
Einen astralen oder emotionalen Auraschild erschaffen . . . . .	68
Einen mentalen Auraschild erschaffen . . . . .	69
Einen spirituellen Auraschild erschaffen . . . . .	70
Ätherische Handschuhe . . . . .	71
Eng anliegende Körperschilder . . . . .	72

<b>Viertes Kapitel: Psychische Verteidigungstechniken für mittlere und fortgeschrittene Stufen</b> . . . . .	77
Die Ablenkungstechnik . . . . .	79
Die Erdungstechnik . . . . .	82
Die Wirbeltechnik . . . . .	85
Der psychische Staubsauger . . . . .	88
Der Kaktus als psychischer Energiespalter . . . . .	90
Die Reinigung von Räumen mit Räucherwerk . . . . .	90
Die Kombination verschiedener Methoden, um einen Ort psychisch zu reinigen . . . . .	93
Hilfe bei schlechten Träumen . . . . .	93
Ungebetene unsichtbare Gäste vertreiben . . . . .	94
Der Talisman . . . . .	94
Heilige Objekte . . . . .	94
Meditation . . . . .	95
Die Anrufungstechnik . . . . .	95

Der magische Kreis . . . . .	96
Vergeltung ist nicht nötig. . . . .	97
<b>Fünftes Kapitel: Psychische Gegenangriffe und Abwehrmaßnahmen. . . . .</b>	<b>99</b>
Den psychischen Auraschild auflösen und die Programmierung löschen. . . . .	101
Das Energieband oder die psychische Verbindung unterbrechen. . . . .	103
Reaktion auf Provokationen: Vergebung und liebevolle Freundlichkeit . . . . .	103
Die ultimative Verteidigung: das Gesetz des Karma . . . . .	104
<b>Sechstes Kapitel: Hilfsmaßnahmen nach psychischen Angriffen . . . . .</b>	<b>107</b>
Die Verbindung zwischen Schwarzmagier und Opfer durchtrennen. . . . .	109
Die Extraktions- oder Reinigungstechnik. . . . .	111
Prana-Psychotherapie. . . . .	111
Das energetische Reinigungsbad . . . . .	112
Gebete oder Anrufungen. . . . .	113
Die Meditation über zwei Herzen . . . . .	114
<b>Anhang. . . . .</b>	<b>117</b>
1. Sensibilisieren der Hände . . . . .	117
2. Abtasten der inneren und äußeren Aura. . . . .	121
3. Meditation über zwei Herzen und Selbstheilungs- meditation . . . . .	129
Dank. . . . .	147
Hinweise und Adressen . . . . .	149
Über den Autor. . . . .	153
Personen- und Sachregister . . . . .	155



## *Einleitung*

Zusammen mit seinem besten Freund erforschte der Autor in seiner Jugend die Kunst der psychischen Selbstverteidigung. Dieses Buch stützt sich auf diese frühen Experimente.

Die Wissenschaft von den feinstofflichen Energien wird immer bekannter, besonders auf dem Gebiet des energetischen Heilens. Unglücklicherweise wird es auch immer einige fehlgeleitete Größenwahn-sinnige geben, die die Göttliche Wissenschaft missbrauchen und pervertieren, statt mit ihrer Hilfe, wie es eigentlich sein sollte, der Menschheit zu helfen. Dieses Buch ist das Gegenmittel. Es erklärt, wie Sie sich energetisch schützen und wie Sie mit den skrupellosen Menschen umgehen, die die inneren Lehren missbrauchen. Außerdem können Sie durch dieses Buch lernen, wie Sie psychische Selbstverteidigung und energetischen Schutz ins Alltagsleben integrieren und dadurch Ihre Lebensqualität steigern. Die Lehren können zu Hause und am Arbeitsplatz umgesetzt werden. Die Techniken sind einfach und für den sofortigen Gebrauch bestimmt. Dieses Buch enthält viele alte, unbezahlbare Lehren und Techniken, die seit Tausenden von Jahren geheim gehalten werden. Schüler der Esoterik würden wohl zehn bis zwanzig Jahre brauchen, wenn sie dieses Wissen erforschen und allein entwickeln wollten. Missbrauchen Sie die Lehren und Techniken nie dazu, andere Menschen zu schädigen oder zu beherrschen. Solches Handeln ist falsch, und die karmischen Konsequenzen sind äußerst schwer. Mögen diese alten Lehren Ihr Interesse an den inneren Wissenschaften wecken und Ihnen zu spirituellem Wachstum verhelfen!

Mit Liebe und Segen!

M. C. K. S.



# ERSTES KAPITEL

---

*Grundlegende Konzepte und Prinzipien  
des energetischen Selbstschutzes*



## *Was ist psychische Selbstverteidigung?*

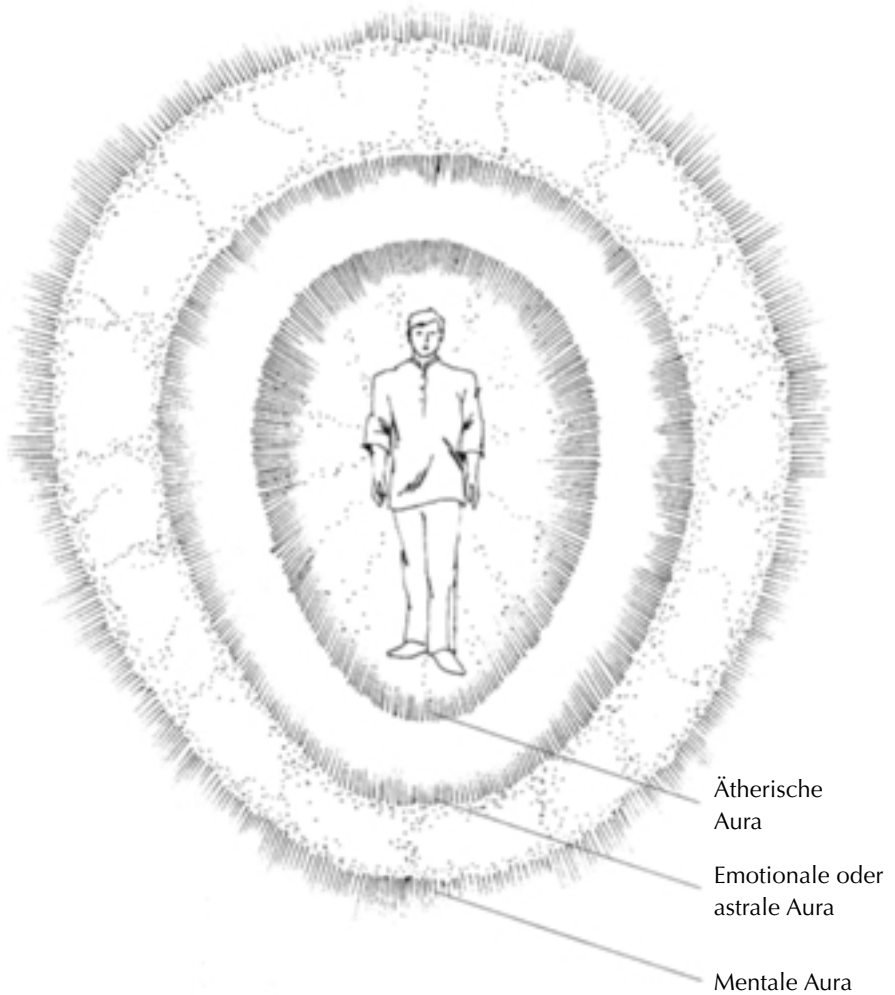
Psychische Selbstverteidigung ist die Wissenschaft und Kunst, sich vor beabsichtigten oder unbeabsichtigten psychischen Angriffen zu schützen. Die dazu verwendeten Techniken in diesem Buch sind benutzerfreundlich. Sie sind leicht zu lernen und können umgehend eingesetzt werden.

## *Die verschiedenen feinstofflichen Körper und die Auren*

Um die Wirkungsweise der psychischen Selbstverteidigung zu verstehen, sollten Sie etwas über die menschliche Aura wissen.

Was versteht man unter Aura? Die Aura ist ein Energiefeld, das den Körper umgibt. Nach den alten Lehren gibt es verschiedene Auren entsprechend den verschiedenen feinstofflichen Körpern.

1. Sie besitzen einen physischen Körper.
2. Unmittelbar um den physischen Leib legt sich ein Energiekörper, der ätherische Körper oder Bioplasma-Körper. Dieser Energiekörper durchdringt den sichtbaren Körper und reicht über ihn hinaus. Durch ihn wird der physische Leib belebt oder energetisiert. Er ist das Muster, das dem physischen Leib zugrunde liegt, und seine Aura nennt man ätherische Aura.
3. Der ätherische Körper ist vom Emotional- oder Astralkörper umgeben mit seiner emotionalen oder astralen Aura. Wenn der physische Leib stirbt, lebt die Seele im Astralkörper weiter. Der Astralkörper ist feiner als der ätherische Körper.



*Die verschiedenen feinstofflichen Auren*

4. Der Mentalkörper umgibt den Astralkörper. Er ist das Vehikel für den Geist oder den Verstand. Er ist feiner als der Astralkörper, und seine Aura heißt mentale Aura.

Es gibt noch mehr feinstoffliche Körper, doch wir wollen uns auf diese vier beschränken.