

HEYNE <

Das Buch

Verschiedenste spirituelle Traditionen wissen seit Tausenden von Jahren um die unsichtbaren Energieschnüre, die uns mit jedem und allem im Universum verbinden. Diese mächtigen feinstofflichen Kräfte, die uns ständig umgeben, sind den meisten von uns jedoch nicht bewusst.

Die Heilerin Denise Linn hat durch ihre jahrelange Erfahrung zahlreiche Methoden entwickelt, wie wir negative energetische Schnüre erkennen und lösen beziehungsweise positive Verbindungen stärken können. Mit zahlreichen einfachen Übungen können wir unsere inneren Kraftquellen auffüllen und ein harmonisches, gesundes Leben führen.

Die Autorin

Denise Linn ist Heilerin, Traum-Coach und international bekannte Lehrerin auf dem Gebiet der spirituellen Persönlichkeitsentwicklung. Selbst indianischen Ursprungs, begann sie bereits in früher Jugend, sich mit dem Wissen indigener Völker zu beschäftigen und es in ihrer Arbeit einzusetzen. Sie begründete das *International Institute of Soul Coaching* und ist Autorin mehrerer erfolgreicher Bücher, die in zahlreiche Sprachen übersetzt wurden. Denise Linn hält international Seminare ab.

DENISE LINN

ENERGIE- SCHNÜRE

Erkenne und kläre die verborgenen
energetischen Verbindungen,
die dein Leben bestimmen

Aus dem Englischen übersetzt von
Dr. Anita Krätzer

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Die in diesem Buch vorgestellten Informationen und Empfehlungen sind nach bestem Wissen und Gewissen geprüft. Dennoch übernehmen die Autorin 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.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC®-N001967

Taschenbucherstausgabe 10/2021

Copyright © 2019 der deutschsprachigen Ausgabe by
Ansata Verlag München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH
Copyright © 2021 dieser Ausgabe by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.
Redaktion: Dr. Anita Krätzer
Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München unter Verwendung
eines Motivs von © кирилл поляшенко / iStock / Getty Images Plus
Satz: Satzwerk Huber, Germering
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
ISBN 978-3-453-70425-1

www.heyne.de

*Dieses Buch ist LuAnn Cibik gewidmet.
Du bringst sehr viel Freude in mein Leben.*

INHALT

Vorwort.....	9
Einleitung: Die tiefere Wahrheit über energetische Verbindungen	13
Energetische Verbindungen verstehen.....	23
Erforschen Sie Ihre energetischen Verbindungen	99
Durchtrennen Sie die Fesseln. Lösen Sie sich aus energetischen Verbindungen, die Sie schwächen.....	145
Schützen Sie Ihr Energiefeld	189
Bauen Sie die energetischen Verbindungen aus, die Sie stärken	245
Schlussbemerkung.....	285
Danksagung	287

VORWORT

*Wenn wir versuchen, irgendetwas Einzelnes
herauszupicken, stellen wir fest, dass es mit allen
anderen Dingen im Universum verknüpft ist.*

JOHN MUIR

Vor fünfzig Jahren stand ein riesiger Banyanbaum vor dem Royal Hawaiian Hotel und vielleicht steht er immer noch da. Für Touristen war er einfach ein Teil des Inselparadieses. Diejenigen aber, die eine seherische Gabe besaßen, nahmen eine starke, flimmernde energetische Verbindung wahr, die aus dem Baum durch das Hotel bis hinab ins Kellergeschoss führte, wo sich eine Massagepraxis befand. Wer nicht wusste, wo es lag, fand nur schwer den Weg dorthin. Doch etwa einmal die Woche kam jemand herein und meinte, er sei der energetischen Verbindung vom Baum zum Wellnessbereich gefolgt.

Zusammen mit meiner Lehrerin Morrnah Simeona, einer hawaiianischen Weisen und traditionellen Heilerin, arbeitete ich in der Praxis als Masseurin. Ich war verblüfft über die vielen Menschen, die auf diese Weise zu uns fanden, und fragte: »Morrnah, wovon sprechen die Leute? Ich sehe keinerlei Lichtstrahlen,

die aus dem Baum herauskommen und hier in den Keller strömen.«

Sie erwiderte sanft: »Als ich an diesem Ort zu arbeiten begann, wollte ich gern Gleichgesinnte anziehen. Darum verankerte ich eine energetische Verbindung in dem Banyanbaum und legte sie in den Wellnessbereich herunter. Die alten Heiler meiner Kultur wussten, wie man das macht. Menschen, die dieses Energieseil sehen können, folgen ihm und finden die Praxis. Nicht alle können es bewusst wahrnehmen. Sie können zwar nicht genau sagen, warum sie nach unten in meine Praxis gekommen sind, hatten aber einfach das Gefühl, geführt oder sanft angestoßen zu werden.«

Und tatsächlich blühte und gedieh Morrna's Geschäft. Sogar Staatsoberhäupter besuchten ihre schmucklose Massagepraxis. Sie fuhr fort: »Selbst wenn man die energetischen Leitungen, Stränge und Fäden, die uns mit allem im Universum verbinden, nicht sehen kann, so sind sie doch vorhanden. Manche stärken uns und vertiefen unsere Verbindung zu uns selbst und zum Schöpfer. Aber es gibt auch andere, die uns auslaugen und schwächen. Wenn man das Wesen dieser energetischen Verbindungen versteht, befindet man sich in der Mitte all dessen, was im Leben wirklich und wichtig ist. Dann weiß man, wie man im Zentrum der Gnade und der persönlichen Kraft steht.« Ihre Worte waren der Beginn meiner Wissensreise über das Wesen der Energie und darüber, wie wir mit dem Universum verbunden sind.

Ich bereiste nach jenen Anfangsjahren bei Morrna die Welt und verbrachte Zeit bei Schamanen und schamanischen Heilern, um die Sicht der indigenen Völker auf Energie und Heilung kennenzulernen. Alle Stammestraktionen sehen in Energieseilen eine Verbindung zwischen uns und der Welt. Jede Tradition hat ihre eigenen Methoden zur Stärkung oder Freisetzung dieser

energetischen Verbindungen, um Ausgewogenheit ins Leben zu bringen. Ich beschreibe einige der Methoden, die ich im Laufe der Jahre erlernt habe. Auf diese Weise möchte ich Sie dabei unterstützen, durch das Verstehen der energetischen Verbindungen mehr Harmonie in Ihr Leben zu bringen.

Dieses Buch nimmt Sie mit auf eine Reise, um all die Energieschnüre, Seile, Bänder, Fäden und Fasern wahrzunehmen, die zu Ihnen hin- und von Ihnen wegströmen. Sie werden lernen, alte und schamanische Techniken einzusetzen, um sich einerseits von Fesseln zu befreien, die Sie behindern, und andererseits die positiven Verbindungen zu stärken, die Sie wachsen lassen. Es ist ein sakraler Streifzug der Seele.

Wenn Sie die Energieschnüre, die Ihnen nicht förderlich sind, erkennen und sich von ihnen lösen, begeben Sie sich auf eine Reise des Loslassens und mitten hinein in den Fluss des Lebens. Vielleicht erkennen Sie auf dieser Entdeckungsreise, dass es endlich an der Zeit ist, Fesseln zu lösen, die Sie einschränken, und Bürden abzulegen. Wenn Sie sich der energetischen Verbindungen bewusst werden, die Sie daran hindern, Ihr authentisches Selbst zu sein, werden Sie feststellen, dass es niemanden in Ihrem Leben gibt, den Sie dafür verantwortlich machen können; es gibt niemanden, der die Schuld daran trägt.

Es gibt nichts, wovor Sie sich fürchten müssten, und keinen Grund, sich schuldig zu fühlen oder sich zu schämen. Denn an Ihnen gibt es nichts auszusetzen. Sie sind in Ordnung so, wie Sie sind. Sie müssen nicht verbergen, wer Sie sind, oder stets die Bedürfnisse anderer über Ihre eigenen stellen. In dem Augenblick, in dem Sie sich entspannen und loslassen, werden Sie wissen, dass alles gut ist ... und dass es immer gut gewesen ist. Das ist Energie, die diesem Buch zugrunde liegt.

EINLEITUNG

Die tiefere Wahrheit über energetische Verbindungen

Haben Sie schon einmal während eines Gesprächs das Gefühl gehabt, dass Ihnen mehr und mehr Energie abgezogen wird, während die Person, mit der Sie sprechen, immer energiegeladener und lebhafter wird? Eine mögliche Erklärung dafür könnte sein, dass Ihre Energie einseitig in die Richtung der anderen Person geflossen ist und Sie als Ergebnis davon erschöpft sind, während die andere Seite neu belebt wurde.

Oder Sie fühlen sich vielleicht plötzlich beschwingt, ohne dass es dafür einen erkennbaren Grund gibt. Vielleicht hat jemand, mit dem Sie ein Band der Liebe verbindet, gerade an Sie gedacht, und die Liebe dieser Person ist über das Energieseil zu Ihnen gewandert. (Diese Art von positiven Gedanken schenken normalerweise sowohl dem Sender als auch dem Empfänger Energie.) Dies sind Beispiele, wie sich energetische Verbindungen in Ihrem Leben bemerkbar machen.

Das Buch hilft Ihnen dabei zu verstehen, was Ihre Energie erhöht bzw. reduziert. Sie werden lernen, sich von dem zu befreien, was Ihnen in Ihrem Leben nicht zuträglich ist. Und Sie werden

erfahren, wie Sie Ihre Energie schützen können. Die Seele liebt die Wahrheit, und der Weg zur Wahrheit besteht darin, stark im eigenen Energiefeld zu sein. Wie das geht, erfahren Sie in den hier vorgestellten Übungen.

Das Schreiben dieses Buches stellte mich vor ein Dilemma. Einerseits glaubt ein Teil von mir nicht an das Durchtrennen energetischer Verbindungen und an Schutzmethoden, denn das trägt zu der irrigen Vorstellung bei, dass wir voneinander getrennt sind. Doch der andere Teil von mir, der durch die energetischen Schutzmethoden von Schamanen geschult wurde, kennt den verheerenden Kräfteverlust, der durch übersinnliche Angriffe und durch »Energievampire« verursacht werden kann.

Meine Herausforderung bestand also darin, Ihnen einerseits wirksame Klärungs- und Schutzmethoden zu vermitteln, andererseits aber nicht die Vorstellung zu unterstützen, dass wir alle voneinander getrennt sind. Ich wollte, dass meine Leser das Leben umarmen in dem Wissen, dass man reines Gold findet, wenn man die um die Herzen der Menschen liegenden Schlacken abschmilzt. Ich hatte die Befürchtung, dass Sie durch die Beschreibung von Schutztechniken die Welt als bedrohlichen Ort empfinden könnten, an dem Sie stets auf der Hut sein müssen, damit Ihnen andere nicht schaden können.

Schließlich beschloss ich, Ihnen zu vermitteln, was ich im Laufe meines Lebens über den Umgang mit Energiefeldern gelernt habe, und dabei zugleich in regelmäßigen Abständen dezent daran zu erinnern, wer wir aus spiritueller Sicht sind. Ich tue dies, weil es wahr ist. – Wir sind nicht vom Universum, das uns umgibt, getrennt. Aus göttlicher Sicht gibt es nichts da draußen, wovor Sie sich schützen müssen. Im tiefsten Sinne ist es alles, was Sie sind.

Dieses Buch ist für die Zeiten gedacht, in denen Sie vergessen haben, wer Sie sind. Und wir Menschen vergessen ständig, wer