

Der Schamane im Inneren: Kanalisier die universelle Lebenskraft, um deinen Körper zu heilen

Von [Therese Wade](#), Gastautorin [bei Wake Up World](#); übersetzt von Aoween

Wir leben in einem Meer von subtilen Energien. Wenn wir uns dieser bewusst werden, können wir lernen, sie zu nutzen.

Alte Kulturen verstanden, dass wir in einem riesigen Meer von Energie leben. Sie verstanden, dass die Planeten und Sterne bewusste Wesen sind, welche miteinander kommunizieren. Sie glaubten, dass die Bäume als Antennen dienen, welche den natürlichen, feinstofflichen Energien und Informationen erlauben, von der Erde zu den Sternen und Planeten zu strömen und von allen himmlischen Körpern zur Erde. Sie lehrten, dass alles und alle Wesen Bewusstsein haben und diese Energie im Einklang mit ihren Fähigkeiten kanalisieren, um diesen essentiellen kosmischen Dialog zu unterstützen. Tatsächlich verstanden sie, dass alle Materie, inklusive des physischen Körpers eine Ansammlung dieser kosmischen Energie ist. Sie erkannten, dass unsere Gedanken und Emotionen eine Art von Energie sind und wenn diese in Harmonie mit dem lebendigen universellen Energiefeld sind, wir klare Kanäle werden. Dann fließt die Lebenskraft der Erde und des Kosmos reibungsloser und im Überfluss durch uns, unsere Entwicklung anleitend in Form von neuen Perspektiven, die sich enthüllen und mit erweiterten Fähigkeiten, die in uns erwachen. Diese Fähigkeiten beinhalten erhöhte Kreativität, übersinnliche Wahrnehmung und die Fähigkeit, bemerkenswerte physische Heilung zu vollbringen. Schamanen lernen diese Energie zu fühlen, zu empfinden und zu nutzen ohne sie zu filtern oder zu verzerren. Sie sprechen oft von diesem Prozess als zu einem „hohlen Knochen“ werden.



Wir übertragen und empfangen Energie

Dieses universelle Meer der Energie, welches in China Qi genannt wird und in Indien Prana, zirkuliert durch unsere Körper, interagiert mit dem elektromagnetischen Spektrum und inkludiert andere feinstoffliche Energien, welche bisher nicht von der westlichen Wissenschaft verstanden werden. Diese Energie ist die Grundlage für das Praktizieren der Akupunktur, wobei dünne Nadeln verwendet werden, um den Fluss der Vitalenergie im Körper durch die Meridiane zu unterstützen. Es ist die innere Kraft, die fortgeschrittene Kampfsportler kultivieren und nach aussen bringen. Die Hopis aus dem amerikanischen Südwesten verwenden den Ausdruck Kachina, um die feinstofflichen Energien in der Welt zu beschreiben. Sie führen Rituale und Zeremonien durch, um mit Kachina zu interagieren, um Regen zu erschaffen, um ihre Felder zu bewässern, um Heilung zu erhalten oder andere Wohltaten zu empfangen. Die Dogon in Afrika nennen den Kanal, durch welchen die Erde Energie durch uns projiziert, die Bayuali. Sie nennen den Kanal, durch welchen wir die Energien vom Kosmos empfangen, den Yenu. Die Dogon glauben, dass es unsere Verantwortung als Menschen ist, ein klarer Kanal zu werden, um den Fluss der kosmischen Energien zu erleichtern und diesen nicht zu stören oder zu behindern.

Obwohl die westliche Medizin ihren Fokus nur auf die elektromagnetischen Energien richtet, wissen sie, dass der menschliche Körper wie eine zwei-Weg Antenne funktioniert. Ärzte verwenden Hilfsmittel, wie das EKG und EEG um zu ermitteln, ob ein Patient noch lebt, indem sie die elektrische Energie messen, welche von innerhalb des Körpers des Patienten ausgesendet wird. Sie verstehen, dass unsere Körper Informationen von elektromagnetischen Feldern in unserer Umwelt erhalten, um die zyklischen Rhythmen zu regulieren, wie z.B. unseren Schlaf und den Wach-Rhythmus. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass unser Rückenmark (es enthält die Cerebrospinalflüssigkeit, die leitfähig ist) wie eine natürliche

Antenne agiert und dass die DNS als fraktale Antenne dient, die fähig ist mit vielen verschiedenen Frequenzen gleichzeitig zu operieren. Es ist ebenso interessant zu bemerken, dass die US-Armee bewiesen hat, dass Bäume bemerkenswert gute Antennen für drahtlose Kommunikation sind und sie verwendeten diese zu diesem Zweck während des Vietnamkrieges.

7,83 Hz: Die Erde und der Kosmos tauschen Energie und Information aus

Nikola Tesla ist der Physiker, dessen Erfindungen den Grundstein für unseren modernen Gebrauch der Elektrizität und der Drahtlos-Technologien wie Wechselstrom, Radio, Röntgenstrahlen, Radar und Fernsteuerung legte, entdeckte, dass die Erde Energie empfängt, speichert und übermittelt. Im Jahr 1899 baute er ein Labor in Colorado Springs am Gipfel von Pikes Peak, einem Ort von dem die Hopi und die Utah Indianer sagen, dass er heilig sei. Während der dortigen Experimente entdeckte er extrem niedrigfrequente Wellen (ELF=extreme low frequency) von elektromagnetischer Energie, welche völlig natürlich innerhalb des Hohlraums zwischen der Oberfläche der Erde und der Ionosphäre, 80 km über der Erde, übertragen werden. Er entdeckte, dass innerhalb dieser ELF-Wellen, jene welche um die 8 Zyklen pro Sekunde (8Hz) vibrierten, harmonischer zwischen Erde und Ionosphäre flossen, mit weniger Widerstand und grösserer Amplitude (Stärke oder Kraft). Er glaubte, dass es möglich ist, diese immanente Frequenz von ungefähr 8 Hz als Trägerwelle zu nutzen, um Information und Kraft drahtlos zu übermitteln, und zwar überall hin auf der Welt. Tesla war sehr interessiert daran, die natürlichen Ressourcen der Erde für zukünftige Generationen zu bewahren. Er sprach über die Notwendigkeit, die Verwendung von Benzin als Energiequelle zu beenden. Sein Ziel war es „das besondere Räderwerk der Natur“ nutzbar zu machen und zwar durch das Anzapfen der natürlichen und erneuerbaren Speicherbatterie, die zwischen der Erde und der Ionosphäre existiert. Er war nicht imstande, ausreichend Mittel zu bekommen, um seine Projekte, wie die drahtlose Übertragung von Energie, zu vollenden, jedoch die Idee der drahtlosen Übertragung von Informationen, welche zur Erfindung von AM und FM Radio führte. Tesla erklärte auch, dass er, während seiner Zeit in Pikes Peak, Radiowellen, welche aus dem Weltall auf die Erde einstrahlten, aufgezeichnet hat. Die Länder auf der gesamten Welt nutzen jetzt Radiowellen, um die Zusammensetzung von Sternen und Planeten zu analysieren. Die Erde übermittelt und empfängt. Ein Physiker namens Schumann mass 1952 die resonante Frequenz des Erden-Ionosphäre Hohlraums genauer mit 7,83 Hz (in Übereinstimmung mit Teslas Kalkulation von ca. 8 Hz). Die Erde übermittelt und empfängt eine messbare energetische Frequenz, die alle Leben auf unserem Planeten umgibt. Es wurde entdeckt, dass das menschliche Gehirn, während einer tiefen Meditation, seine Gehirnwellenschwingung auf die Schwingung der Erde ausrichtet und so mit ihr in Resonanz geht.

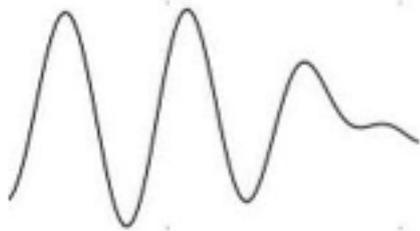
Wir stimmen uns ein auf den kosmischen Dialog der Energien durch das Anpassen der Frequenz unserer Gehirnwellen



Gamma Waves 30-42 Hz
Simultaneous Processing of
Information from Different
Brain Areas, Perception



Beta Waves 15-30 Hz
Alert, Engaged in Work
or Conversation, Decision
Making, Stress



Alpha Waves 8-15 Hz
Relaxation, Calmness, Day
Dreaming, Creativity



Theta Waves 4-8 Hz
Deep Meditation, Vivid
Imagery, Intuition, Healing,
Shamanic States



Delta Waves 1-4 Hz
Restorative Deep Sleep,
Healing and Regeneration

Gammawellen 30-42 Hz gleichzeitige Verarbeitung von Information aus verschiedenen Gehirnarealen, Wahrnehmung. Betawellen 15-30 Hz Alarm, mit Entscheidungen treffen, Stress, Arbeit oder Kommunikation beschäftigt. Alphawellen 8-15 Hz Entspannung, Tagträumen, Kreativität, Gelassenheit. Thetawellen 4-8 Hz tiefe Meditation, lebhaftes Imagination, Intuition, Heilung, schamanischer Status

In schamanischen Traditionen werden Trommeln seit langem verwendet, um rhythmische Schwingungen zu erzeugen, die die Schamanen unterstützen, ihren Geist auf das universelle Energiefeld einzustimmen. In diesem Zustand veränderten Bewusstseins ist der Schamane in der Lage, mit der nichtphysischen Welt zu interagieren. Sie kanalisieren und übermitteln feinstoffliche universelle Energien, um sich selbst und anderen zu helfen. Sie erhalten auch Informationen in der Form von lebendigen Bildern, Gedanken, Worten und Ideen, welche ihnen von den Führern und Ahnen aus der geistigen Welt mitgeteilt werden. Diese schamanische Tradition wurde mittels EEG-Test studiert. Die Ergebnisse zeigten, dass das Gehirnwellenmuster der Probanden sich auf den Theta-Wellen Bereich senkte. Dieser Status wurde erreicht, wenn die Mehrzahl der Gehirnwellen, die die Versuchsperson aussendete, sich auf die Frequenz von 4-8 Zyklen pro Sekunde (4-8 Hz) einpendelte. EEG-Studien von regelmäßig Meditierenden zeigten, dass sie diesen Thetazustand in tiefer Meditation ebenso erreichen. Jene, die konsequent Meditation betreiben erzählen oft, dass sie eine Veränderung

in der Wahrnehmung der sie umgebenden Energien erleben, plötzliche Erkenntnisse und farbige Visionen haben, neue Fähigkeiten entwickeln und emotionale und physische Heilung erleben. Sie berichten ebenso, dass sie, je öfter sie meditieren, sie umso leichter Zugang zu diesem veränderten Zustand erhalten.

Tesla war sich dieses lebendigen universellen Energiefeldes bewusst. In seinem Artikel „Man's Greatest Achievement“ (Des Menschen grösster Erfolg) verwendete er vedische Terminologie wie Prana und Akasha, um dieses Feld zu beschreiben, von welchem alle wahrnehmbare Materie generiert ist. Er sagte, dass er viele seiner Ideen entwickelte, während er sich alleine in tiefer Meditation befand. Er nannte sich selbst „einen sensitiven Empfänger“ und erzählte, dass er Visionen und Vorahnungen hatte, wie z.B. eine, welche einen Freund davor bewahrte in einen Zug zu steigen, der später verunglückte. Er enthüllte, dass er ein photographisches Erinnerungsvermögen hatte und beschrieb die inneren Bilder seiner Erfindungen so detailgetreu, dass er das Gerät in seinem Kopf erstellen konnte, dann daran Verbesserungen machte und stellte dann in der Folge präzise und korrekte Messungen an, ohne auch nur eine Skizze angefertigt zu haben.

Ein Schamane erklärte mir, dass wir ständig Energie und Informationen durch das feinstoffliche universelle Feld erhalten und aussenden. Jedoch verbringen wir die meiste Zeit im höheren Betawellenbereich (15-30 Hz), welcher mit Aufmerksamkeit, Logik, Stress und kritischer Beweisführung in Verbindung steht. Das entfernt uns von den feinstofflichen Energien und verhindert deren Fluss durch unseren Körper. Wir können das mit unserem Autoradio vergleichen, das ständig auf einen Sender eingestellt ist, ohne dass wir diesen verändern können. Unsere Gehirnwellen durch regelmässige Meditation auf die natürliche Frequenz der Erde auf ungefähr 8 Hz einzustimmen, entspricht dem Anwählen eines neuen Senders in deinem Radio. Während wir uns einstimmen erhalten wir mehr Lebenskraft und Information vom Universum. In dieser Frequenz übermitteln wir ebenso Energie mit dem Nutzen von konstruktiver Interferenz. Dieser Begriff, welcher in der Physik verwendet wird, beschreibt die ansteigende Amplitude (Kraft oder Stärke) die auftritt, wenn zwei Wellen derselben Frequenz zusammentreffen. Wenn wir unsere Gehirnwellen mit der natürlichen Frequenz unseres Planeten harmonisieren, werden unsere Absichten mit der Kraft der Erde im Hintergrund gesendet, was ihnen viel mehr Kraft und Ausrichtung gibt.

Neue Fähigkeiten werden in uns erweckt

In einem vorherigen Artikel, [„Eure Zellen hören zu: Wie das Gespräch mit eurem Körper zur Heilung beitragen kann“](#), schrieb ich über die überraschende Fähigkeit, welche in mir nach einigen Monaten konsequenter Meditation erweckt wurde. Das ist die Fähigkeit mit meinem Körper durch Worte zu kommunizieren und ich erhielt dramatische physische Antworten. Als ich mit meinem Bein sprach – in dem ich heftige Schmerzen und partielle Lähmungen hatte, welche durch „reflex sympathetic dystrophy“ (Komplexes regionales Schmerzsyndrom) ausgelöst wurden – fühlte ich plötzlich ein Auflösen von Narbengewebe unter meiner Haut, Nerven brannten und Energie begann entlang der bestimmten Bahnen durch meine Wade zu fließen. Meine Wadenmuskeln begann sich zusammenzuziehen und zu entspannen ohne mein bewusstes Zutun, wie durch elektrische Impulse ausgelöst. Durch eine Serie von Gesprächen mit meinem Bein war ich in der Lage, die Funktion der Muskel wieder völlig herzustellen. Das grosse Potential dieser Geist-Körper Technik erkennend, entwickelte ich ein System, dass ich meine Klienten lehren konnte und nannte es Antara (Sanskrit für innerhalb).

Erfahrungen, die wir in unserem Leben gemacht und wie wir sie verarbeitet haben, bestimmen wie unser Körper universelle Energien einlässt

In der Kommunikation mit verschiedenen Geweben in meinem Körper wurde klar, dass die Veränderungen in dem verbindenden Gewebe, genannt Faszien, für die Entspannung des Krampfes und des Narbengewebes, die Befreiung der eingeengten Nerven, die Entblockung der Akupunkturkanäle und die wieder in Fluss gebrachte Kommunikation zwischen meinen Nerven und meinen Muskeln verantwortlich waren. Das fasziale Netzwerk ist ein dünnes, sehr starkes, dreidimensionales Netz von biologischen Fasern, welches aus vielen Schichten besteht, welche jedes andere Gewebe in deinem Körper einhüllt und durchzieht. Sowohl Festigkeit als auch Elastizität bietend, halten die Faszien deine Organe an ihrem Platz und richten deine Wirbelsäule aus, während sie gleichzeitig Beweglichkeit zulassen. Das Fasziengewebe gibt ebenso Raum für Blutgefäße, Nerven und lymphatische Gefäße, sodass Nährstoffe und Hormone zu jeder Zelle geliefert und Toxine zur Ausscheidung abtransportiert werden können. Die Faszien dienen ebenso als das unterstützende physische Material für das Akupunktur-Meridiansystem. Physische Traumen können zu steigender Spannung und der Bildung von Narbengewebe innerhalb des faszialen Netzwerkes führen. Dies ist die Ursache dafür, dass die Faszien sich verkürzen und zusammenziehen, was die Nerven einengen kann, den Blut-, Lymph- und Energiefluss unterbricht und die Wirbelsäule aus ihrer Zentrierung zieht.

Während der Anwendung und dem Lehren dieser Technik habe ich beobachtet, dass emotionale Traumen ebenso in der faszialen Spannung und dem Narbengewebe eine Rolle spielen. In Übereinstimmung mit dem schamanischen Glauben, dass physische Gewebe auf der tiefsten Ebene eine Ansammlung und Konzentration von emotionaler Energie sind. Jede physische Lebensform beginnt mit einem einzigen emotionalen Impuls. Emotionale Energie ist das Rankgitter an dem physische Körper wachsen. Meine Erfahrung mit der Antara Methode legt nahe, dass das fasziale Netzwerk im Körper eine physische Darstellung des, wie ich es nenne, emotionalen Gitterwerkes ist. Jeder von uns erschafft sein eigenes, einzigartiges emotionales Gitterwerk innerhalb seines Körpers, welches von den negativen und positiven Emotionen geformt wird. Stress, unerlöste Traumen und unterdrückte Emotionen können ein kompliziertes Gitterwerk erschaffen, welches disharmonische Frequenzen enthält, die den Tonus der Faszien zu verändern scheinen und den Energiefluss stören. Stell dir die Faszien als ein biologisches Gewebe vor, welches aus vielen langen Fäden gemacht ist. Jeder Faden vibriert mit der Lebenskraft ähnlich wie die Saite einer Gitarre vibriert, wenn Wellen von Energie durch sie laufen. Wenn du eine Gitarrensaite durch Drehen am Stimmwirbel verkürzt, erhöht das die Tonhöhe (die Frequenz der Schwingung der Saite). Wenn sich der Tonus oder die Spannung der faszialen Fäden verändert, verändert sich ebenso ihre Frequenz und Vibration und der Körper wird ein „verstimmtes Instrument“. Dadurch ändert sich die Resonanzvorgabe des Körpers oder der Bereich der Frequenzen, die der Körper natürlicherweise durchlässt.

Oftmals während ich mit meinem eigenen Körper spreche, fühle ich offensichtliche entwirrende Sensationen in meinen Faszien und immer, wenn ich in der Lage war, eine weitere Schicht von Spannung oder Ebene von Narbengewebe zu lösen, erlebte ich einen intensiven Traum am selben Abend. Die Träume beinhalten gewöhnlich Menschen, Beziehungen oder Ereignisse aus meiner Vergangenheit – gewöhnlich solche, an die ich schon für eine sehr lange Zeit nicht mehr gedacht habe. Gelegentlich basieren die Träume auf Urängsten (oder möglicherweise auf Vorleben) und nicht auf etwas, was ich in diesem Leben erfahren habe.

Klienten erzählen ebenso, dass sie überrascht sind von unerwarteten Emotionen und Träumen,

welche auftauchen, wenn sie Antara praktizieren. Dies gilt sowohl für allmähliches als auch plötzliches Auftreten von chronischen Schmerzen. Es scheint, dass die Energie von unterdrückten Emotionen den Tonus der Faszien beeinträchtigen und den normalen Heilungsprozess nach einer Verletzung stören kann. An einem gewissen Punkt wird die Emotion innerhalb des Gewebes gefangen. Der Antara Prozess entwindet die Faszien und befreit die gefangene Energie, dann wird die Emotion erfahren, wie sie entweder leicht aus dem Körper fließt oder sie kommt an die Oberfläche, wo sie erkannt, verarbeitet und erlöst wird. Die neu befreiten faszialen Fäden integrieren sich wieder in den Körper, wo das fasziale Netzwerk wie ein Orchester, welches in Harmonie spielt seine Funktion beginnt. Die Lebenskraft von der Erde und den Sternen fließt reibungslos durch den Körper und die regenerativen Prozesse finden wieder statt.

Krankheit und Verletzung ist eine Möglichkeit zur Entwicklung

Im Schamanismus wird gelehrt, dass eine Krankheit, die auf eine herkömmliche Behandlung nicht reagiert oftmals auf einen spirituellen Initiationsprozess hinweist, der zu einer Unterbrechung des normalen Lebens und zu einem Rückzug von der irdischen Welt führt. Das Individuum erfährt eine Zeit eines körperlichen, seelischen und geistigen Prozesses, in dem es die schwierigsten Erfahrungen des Lebens fühlen, verstehen und integrieren muss. Durch Suchen von Antworten auf die Mysterien des Lebens und durch das Einstimmen auf das Innere durch Meditation erreicht es neue Ebenen von Bewusstheit. Das Individuum erhält Freiheit von selbsterschaffenen Restriktionen und unterdrückender Umgebung (beides kann sich als Spannungen im faszialen Netzwerk manifestieren, welche den Energiefluss behindern). Sie erkennen, dass jede physische Herausforderung, jede Emotion und jede Person, die ihren Weg kreuzte ein Stimulans für ihre eigen Entwicklung gewesen ist. Mit weniger Störungen beginnen sie die universelle Lebenskraft freier zu kanalisieren und entdecken überraschende Fähigkeiten in sich. Diese Transformation kann sie zu einem höheren Zweck oder Schicksal führen, als sie vorher dachten. Sie haben die Möglichkeit, sich selbst zu heilen und dann zu teilen, was sie gelernt haben und leisten so einen nachhaltigen Beitrag für die Welt. Die Antara Methode ist das Resultat meiner eigenen Experimente mittels fokussierter Absicht während tiefer Meditation. Während eines Zustandes, in dem die Gehirnwellen mit jenen der Erde in Resonanz sind, erfahren meine Absichten mit meinem Körper zu kommunizieren eine grössere Kraft und Ausrichtung. Mit der Unterstützung der Erde, des Kosmos und der Kooperation meines physischen Körpers war ich in der Lage, dramatische und profunde physische Heilung zu manifestieren. Wir existieren in einem lebenden universellen Energiefeld. Jeder von uns kann sich dieses Feldes bewusst werden und lernen besser mit diesem zu kooperieren, um Herausforderungen zu überwinden und um höhere Ziele in seinem Leben zu erfüllen.