

## Modul 2

### Übung HZV Hund und Katze

Wir strömen beim Schwanzansatz beginnend mittig alle Sicherheitsenergieschlösser, die sich auf der Wirbelsäule und dem Kopf befinden.

Anleitung:

1. Lege deine linke Hand auf die Mitte des Brustbeins (zwischen die beiden SES 13) – dort bleibt sie die ganze Zeit,  
lege deine rechte Hand auf den Schwanzansatz (SES 25)
2. Lege deine rechte Hand zwischen den Hüftknochen auf die Wirbelsäule (SES 2)
3. Lege deine rechte Hand auf Höhe des hinteren Rand des Rippenbogens auf die Wirbelsäule (SES 23)
4. Lege deine rechte Hand auf Höhe des hinteren Ende des Schulterblattes auf die Wirbelsäule (SES 9)
5. Lege deine rechte Hand in Höhe des höchsten Punktes des Schulterblattes auf die Wirbelsäule (SES 10)
6. Lege deine rechte Hand in Höhe des vorderen Schulterblattendes auf die Wirbelsäule (SES 3)
7. Lege deine rechte Hand vor dem Schulterblatt auf die Wirbelsäule (SES 11)
8. Lege deine rechte Hand in der Mitte des Halses auf die Wirbelsäule (SES 12)
9. Lege deine rechte Hand hinter den Ohren mittig auf den Hinterkopf (SES 4)
10. Lege deine rechte Hand mittig auf die Stirn (SES 20)

### Übung Betreuerströme

Die Betreuerströme helfen bei sämtlichen Rückenbeschwerden (auch Bandscheibenvorfällen), Knochenbrüchen, Verdauungs- und Atembeschwerden (SES 11 zusammen mit SES 15 geströmt hilft der Einatmung, SES 11 zusammen mit SES 25 geströmt hilft der Ausatmung – vorne hilft hinten und hinten hilft vorne).

Linker Strom Mensch:

1. Rechte Hand auf linke Schulter (SES 11) und linke Hand unter die linke Pobacke (SES 25)
2. Rechte Hand auf linke Schulter (SES 11) und linke Hand in die linke Leiste (SES 15)

Linker Strom Tier:

1. Linke Hand auf linke 11 und rechte Hand auf linke 25
2. Linke Hand auf linke 11 und rechte Hand auf linke 15

Für die andere Seite umgekehrt.

### Übung Vermittlerströme

1. Lege die linke Daumenkuppe über den linken Ringfingernagel, so dass sich ein Kreis aus Daumen und Ringfinger bildet (das hilft den Brustraum zu reinigen).
2. Lege die rechte Hand über die linke Schulter (als wäre die Hand der Haken von einem Kleiderbügel und die Schulter die Kleiderstange; berührt werden SES 3/11; hilft der rückwärtig aufsteigenden Energie).

3. Bringe die Innenseite beider Knie zusammen, so dass die beiden SES 1 aufeinander liegen (hilft der vorn absteigenden Energie).  
Für die andere Seite umgekehrt.

### **Übung Vermittlerstrom fürs Tier (rechts)**

Stehe rechts:

Linke Hand auf die höchste Stelle des rechten Schulterblatts (SES10),  
rechte Hand auf der rechten Seite außen etwas oberhalb Ellenbogengelenkes (hohe 19)

### **Die Organströme**

Um die Organströme zu verstehen müssen wir uns mit der 5-Elemente Lehre der Chinesischen Medizin TCM beschäftigen.

Die Theorie der *fünf Elemente*, auch *fünf Wandlungsphasen* genannt, diente schon im alten China zur Erklärung von Naturphänomenen. Sie entwickelte sich aus grundlegenden Beobachtungen der fünf chinesischen Elemente Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser, die überall in der Natur zu finden sind - gleichermaßen im Makrokosmos (Universum) wie im Mikrokosmos (Lebewesen). Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser sind Begriffe, mit denen der zyklische Verlauf der Jahreszeiten genauso beschrieben werden kann wie der natürliche Lauf des Lebens, Tag und Nacht sowie körperliche und emotionale Zusammenhänge.

Der Einfluss, den die Elemente aufeinander und damit auch auf Mensch und Tier haben, ist uns allen vertraut. Es handelt sich um Naturgesetzmäßigkeiten, die die immerwährenden Themen Entstehung und Entwicklung, Wandlung und Vergehen beschreiben.

### **Die Heldenreise als menschlicher Entwicklungsweg**

Der Begriff Heldenreise stammt aus der Mythologie und steht für eine uns allen innewohnende Entwicklungsbewegung: Wir hören einen Ruf, wir folgen ihm und machen uns auf den Weg durch alle Höhen und Tiefen unserer Existenz, um zur Wahrheit unserer Seele zu gelangen, um zurück in unsere Mitte zu finden.

Früher erzählte man sich am Lagerfeuer von großen Heldentaten und ruhmreichen Siegen. Heute lassen wir uns Geschichten in Form von Filmen erzählen, lesen Romane, oder spielen Videospiele...

Die Heldenreise geht zurück auf Joseph Campbell. Campbell war schon als Kind von Mythen und Geschichten fasziniert. Durch intensives Studium fiel ihm auf, dass alle Geschichten ähnliche Strukturen und Symbole enthalten, unabhängig davon wo in der Welt und in welcher Kultur und Religion sie erzählt werden.

Campbell erkannte, dass eine Geschichte immer wieder variiert erzählt wird: *die Heldenreise*, die er als den Monomythos bezeichnete.

Die Heldenreise beschreibt die Suche nach dem Selbst! Die Geschichten erzählen von bitteren Abschieden aus vertrauten Bindungen und Gewohnheiten, vom Wachsen und Reifen der Person. Sie erzählen von der Notwendigkeit, in einer Welt voller Ängste, Ungewissheiten, Gefahren, Schmerzen, Leid und Not durch viele Wandlungen hindurch erwachsen zu werden und auf eigenen Beinen zu stehen.

### **Die Heldenreise ist aufgeteilt in 3 Abschnitte: Ruf, Abenteuer, Rückkehr.**

Der Ruf wird, in welcher Weise auch immer, an uns herangetragen und unser Inneres hört ihn und fühlt den Sinn der Reise: unsere Seele will wachsen! Eine große Liebe in uns wird angeregt, es ist die Liebe zur Wahrheit, zur Wirklichkeit, die wir sind.

Aber wir alle kennen auch die boshafte innere Stimme, die uns aus Angst oder aus Bequemlichkeit zurückhält. Diesen lähmenden Teil unserer Persönlichkeit, der lieber an vermeintlichen Sicherheiten, an der vertrauten Situation festhält und leidet, anstatt sich voller Vertrauen auf das Leben einzulassen.

Am ehesten sind wir in unserem Leben bereit etwas zu verändern, wenn wir tiefste Verzweiflung verspüren, oder ein großes Ziel vor Augen haben.

Dieser innere Kampf zwischen der Sehnsucht nach Veränderung und dem gleichzeitigen Bedürfnis nach Sicherheit beschreibt den Grundkonflikt des menschlichen Daseins. Die Erfahrung zeigt, dass wir zunehmend Energie und Lebensfreude verlieren, wenn wir keine zufriedenstellende Lösung für diese gegensätzlichen Bedürfnisse finden.

Helden und die Heldenreise erinnern uns daran, dass wir eine Aufgabe und eine Berufung, haben, mit der wir uns voll und ganz identifizieren dürfen. Dass unser Leben nicht nur Routine und Alltag sein muss! Sie erinnern uns an eine Idealvorstellung von uns selber, die tief in unserem Inneren verborgen ist. Daran, dass wir in unserem Leben etwas bewegen und ein besserer Mensch sein können. An ein Gefühl der Lebendigkeit und des Abenteuers.

„Ich glaube, die Menschen suchen weniger nach dem Sinn des Lebens als nach der Erfahrung, lebendig zu sein.“ Joseph Campbell

Aber Held zu sein belebt uns nicht nur. Wenn wir das Muster der Heldenreise einmal durchschaut haben, wird es uns in vielen Situationen leichter fallen zu verstehen, warum die Dinge so passieren wie sie passieren und wie wir in Zukunft besser damit umgehen können.

Frage: In welcher aktuellen Heldenreise könntest du dich im Moment mit deinem Tier befinden? Welcher Art ist der Schatz, den du mit nach Hause bringen wirst?

### **Übung Die 36 bewussten Atemzüge – Die große Umarmung**

Es gibt immer eine Möglichkeit, es ist nie zu spät. Solange wir atmen, können wir etwas verändern. Mary Burmeister

Der Fokus bei dieser Übung liegt auf dem Bewusstsein. Bei jeder Ausatmung stellen wir uns vor wie der Atem auf der Körpervorderseite hinunter bis unter die großen Zehen fließt, dort eine kurze, natürliche Atempause macht, um dann auf der Rückseite wieder hinauf bis zum Kopf zu strömen.

Mit jedem Ausatmen lassen wir alles Negative, Belastende, Störende los, mit jedem Einatmen nehmen wir neue, belebende Energie auf. Mit der Ausatmung strömt sämtliche belastende Spannung aus dem Körper, die Einatmung bringt neue Energie und Lebensfreude für Körper, Geist und Seele.

Anleitung:

Nimm eine bequeme Haltung ein.

Umarme dich, wobei die Hände unter den Achseln liegen, die Daumen liegen vorne.

Entspanne dich so weit wie möglich und lasse deine Schultern fallen. Lächle.

Atme in deinem natürlichen Atem Rhythmus 36 Mal bewusst aus (wem das zu viel ist, der kann auch 4 x am Tag 9 Atemzüge machen, oder 2 x 18)

### **Was bedeutet „heil sein“?**

Heil sein bedeutet Ganz sein auf allen Ebenen.

Wir denken bei heil oft nur an Gesundheit im Sinne von körperlichem Wohlbefinden.

Krankheit zeigt uns Themen auf, die unsere Lebensaufgabe behindern, sie zeigt uns unsere Schatten auf. Die Integration und das Annehmen dieser Schattenanteile leiten einen Heilungsprozess ein. Kampf ist wenig sinnvoll. Durch Kampf gehen wir in den Widerstand, was völlig zwecklos ist. Und letztendlich haben wir die Krankheit, wenn auch unbewusst selbst kreiert – und unsere Tiere gehen oftmals damit in Resonanz.

Krankheit ist ein Teil von uns und Ziel sollte es sein, sie durch Erkennen und Umsetzen ihres Informationsgehaltes in der Realität überflüssig zu machen. Ihres Zweckes beraubt könnte sie sich alsdann zurückziehen...

Allerdings fehlt uns dazu meistens das Verständnis der Zusammenhänge. Wir sehen mit der Krankheit nur einen kleinen Ausschnitt. Oft wird uns erst später der Sinn einer Krankheit klar.

Matthias Claudius sagt in seinem Mond Lied:

### **Seht ihr den Mond dort stehen?**

**Er ist nur halb zu sehen**

**und ist doch rund und schön!**

**So sind wohl manche Sachen,**

**die wir getrost belachen,**

**weil unsre Augen sie nicht sehn.**

Das sind die drei wichtigsten Voraussetzungen für eine heilsame Beziehung zu unserem Tier:

- bedingungslose Wertschätzung: Tiere sind Individuen und haben unterschiedliche Lebensaufgaben zu erfüllen. Wir können das Tier unterstützen, wenn wir es in seiner Einzigartigkeit wertschätzen.
- Dankbarkeit: Wer sich auf das Positive einer jeden Beziehung fokussiert und dafür dankbar ist, stärkt diese Beziehung.
- die eigene seelische Gesundheit: Nur wer sich selbst wertschätzt, kann auch andere wertschätzen, nur wer mit sich selbst im Reinen ist, kann gesunde Beziehungen gestalten. „Liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst“

### **Was ist die Reise des Heilers nicht?**

Das Tier reagiert auf das, was wir unterdrücken. Versuche ich ein Tier zu heilen,

[www.tinavonderbrueggen.de](http://www.tinavonderbrueggen.de)

ohne dass ich selbst aus meiner Mitte heraus lebe und mir meiner abgelehnten Anteile bewusst bin, projiziere ich meine eigenen Themen wie Ängste, Unsicherheiten aufs Tier. Das heißt:

### **Die Reise beginnt bei mir – übers Tier zu mir**

Ist ein Tier erkrankt oder verhaltensauffällig, beginnt die Heilung bei mir selbst und geht über mich zum Tier – und wieder zurück.

### **Rechtliche Situation von Heilern in Deutschland**

Es gibt eine Grundsatzentscheidung für Heiler vom Bundesverfassungsgericht, nach der für die Ausübung „geistheilerischer“ Tätigkeit keine Erlaubnis nach dem Heilpraktiker Gesetz vorgesehen ist. Das BVerfG hat dabei eine deutliche Abgrenzung von geistheilerischen Tätigkeiten gegenüber heilpraktischen oder ärztlichen Tätigkeiten vorgenommen. Hiernach gilt der Grundsatz, dass ein Geistheiler keine Diagnosen stellen, Medikamente verordnen oder gezielt Krankheitssymptome behandeln darf.