

Denise Linn
Energieschnüre

DENISE LINN

ENERGIE SCHNÜRE

Aus dem Amerikanischen übertragen von
Dr. Anita Krätzer

Ansata

Die Originalausgabe erschien 2018 unter dem Titel
»Energystrands« bei Hay House UK Ltd.

Die Verlagsgruppe Random House weist ausdrücklich darauf hin,
dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis
zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten.
Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss.
Eine Haftung des Verlags für externe Links ist
stets ausgeschlossen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

Erste Auflage 2019
Copyright © 2018 by Denise Linn
Originally published in 2018 by Hay House UK Ltd.
Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe 2018
by Ansata Verlag, München, in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.
Redaktion: Sabine Zürn
Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München,
unter Verwendung des Originalcovers
(Cover design: Charles McStravick)
Satz: Satzwerk Huber, Germering
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
ISBN 978-3-7787-7545-5

www.ansata-verlag.de
www.facebook.com/Integral.Lotos.Ansata

*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

wir sind. Ich tue das. Sie tun das. Wir alle tun das. Es gehört zu unserer Natur. Wenn wir es vergessen, glauben wir, dass wir voneinander und vom Universum getrennt sind. In solchen Zeiten des Vergessens ist es hilfreich zu verstehen und zu lernen, wie man sich von den negativen energetischen Verbindungen löst und die positiven Verbindungen vergrößert.

Von einem sakralen Standpunkt aus gesehen, gibt es nichts da draußen, was uns wirklich schaden könnte. Ich erlebte dies einmal, als meine Ärzte dachten, ich sei tot, nachdem ich fast das Opfer einer Schießerei geworden war. Dieses Erlebnis war tief greifend und ... real. Ich betrat einen von goldenem Licht erfüllten Ort, von dem ich mit absoluter Sicherheit wusste, dass er mein wirkliches Zuhause war. Er war mir vertraut. Ich war schon einmal dort gewesen. Ja, es schien, dass ich ihn nie verlassen hatte. Mein Leben auf der Erde kam mir vor wie ein Traum mit der Illusion, dass wir voneinander getrennt sind.

Das Reich, das ich betrat, war sehr real. Während sich die Ärzte auf der Erde hektisch bemühten, mich zu reanimieren, erinnerte ich mich in jenem Reich aus goldenem Licht an das, was ich immer gewusst, aber vergessen hatte: Es gibt nichts im Universum, das wir nicht sind. Diese Sichtweise der Realität unterschied sich von dem, wie ich das Leben bisher erlebt hatte, aber sie war mir vertraut. Meine damals siebzehn Lebensjahre kamen mir wie eine erfundene Geschichte vor, und was ich in diesem himmlischen Reich erlebte, fühlte sich wie die eigentliche Wahrheit an.

Vielleicht ist es schwer nachzuvollziehen, was ich Ihnen erzähle, aber ich erinnere mich, wie ich meinen Körper verließ, als die Ärzte dachten, ich sei gestorben, und zu einem Teil des Ganzen wurde. Es gab keine Begrenzungen. Ich war mit allen Wesen und allem Leben *eins*. Auch Sie waren da. Wir alle waren da. Alles wohnte in mir, so wie in Ihnen. Ich wusste, dass wir eins sind.

Sie sind ein Teil von allem. Sie sind ein schneebedeckter Berg in Tibet, der Atem eines Neugeborenen im Sudan, die klare Luft der Arktis und der Smog von Los Angeles. Sie sind die hohe Energie eines Heiligen und die Angst eines Gangmitglieds. All das sind Sie. Aber nur in einem sehr erhöhten Bewusstseinszustand (oder wenn wir, wie in meinem Fall, fast tot sind) können wir diese Wahrheit berühren.

Hier in unserem irdischen Dasein glauben wir, dass andere uns schädigen können. Und weil wir das glauben, können sie das auch. Wir glauben, dass übersinnliche Angriffe und Energievampire uns auszehren können. Und weil wir das glauben, können sie das auch. Es sind nicht nur unsere individuellen Überzeugungen, die dafür verantwortlich sind. Wenn wir stolpern, die Treppe hinunterfallen und uns verletzen, fühlt sich das real an. Auch wenn jemand eine negative Emotion gegen uns richtet, ist der Schmerz, den wir dabei empfinden, real. Allein dadurch, dass wir Menschen sind, sind wir Teil eines kollektiven Unbewussten, das glaubt, dass wir vom Leben um uns herum getrennt sind und dass es uns beeinträchtigen und schädigen kann, und das tut es dann auch.

Nachdem ich von der anderen Seite zurückgekommen war, erinnerte ich mich an die Wahrheit, dass wir alle eins und nicht vom Universum getrennt sind. Doch diese Wahrheit war nur eine Erinnerung. Als ich in meinen Körper zurückkehrte, war ich sofort wieder in unserem Raum-Zeit-Kontinuum gefangen. Ich nahm Kränkungen noch immer übel. Ich hatte noch immer Angst, dass mir jemand etwas zuleide tut. Ich war noch immer erbost, wenn ich verletzt wurde. Es gab noch immer Menschen, die mir meine Energie raubten. Die Erinnerung an die Wahrheit reichte nicht aus, um dieses Denken zu beenden.

Ich biete Ihnen diese Perspektive in der Hoffnung an, dass Sie, während Sie lernen, Ihr Energiefeld zu schützen, und negative Einflüsse anderer zu entfernen, auch das Bewusstsein bewahren, dass auf den tiefsten Ebenen das alles Sie selbst sind – jeder Strang, jede Verbindung, jeder Stern und jede Galaxie. Wenn Sie das Gefühl haben, dass jemand Ihnen Energie absaugt, ist es in Wahrheit ein Teil von Ihnen in der anderen Person, der Ihre Energie schwächt. Wenn es so aussieht, als würde jemand Ihre Energiereserven auffüllen, ist es in Wahrheit ein Teil von Ihnen in der anderen Person, der dies tut.

Wir Menschen glauben, dass sich das kosmische Reich *da draußen* befindet, als würde es sich um irgendeinen entlegenen Ort im Universum handeln. Wir neigen dazu, zum Himmel emporzublicken, wenn wir an jenen Ort hinter der Tür des Todes denken. Aber in Wahrheit ist er *hier*, hier in mir und in Ihnen. Im Radio kann man unter verschiedenen Sendern wählen – von Jazz bis Rock 'n' Roll. Auch wenn wir nur ein Programm hören, sind alle anderen Sender ebenfalls da. Ähnlich ist es mit dem Ort, den wir Himmel nennen – der Ort, an dem wir nicht voneinander getrennt sind, ein Reich, das *hier und jetzt* existiert. Wir müssen nur den richtigen »Sender« einstellen. Sie sind ein großes Wesen mit schwingenden Frequenzen, das überall und an jedem Ort gleichzeitig existiert. Es ist nur so, dass Sie hier auf der Erde – genau wie wir alle – den kosmischen Sender der Trennung eingeschaltet haben.

Trotz dieses Wissens ist es in Ordnung, sich zu schützen, wenn Sie das Bedürfnis danach haben. Es ist in Ordnung, wenn Sie die Verbindungen zu anderen abrechnen, die Ihnen Kraft rauben. Ja, es ist nicht nur in Ordnung, dass Sie das tun, sondern es ist sogar *erforderlich*, damit Sie Schaden von sich abwenden und weiterhin in der Lage sind, nach einem höheren Bewusstsein zu

streben. Aber ich empfehle Ihnen, dass Sie immer dann, wenn Sie Verbindungen durchtrennen, gleichzeitig in Ihren inneren Kern schauen, um den Ort in Ihnen aufzuspüren, an dem der »Täter« lebt. Erkennen Sie diesen Teil von sich an. Würdigen Sie ihn. Dann sinkt die Wahrscheinlichkeit, dass Sie künftig negative Bindungen anziehen.

Sie fragen vielleicht: »Wie kann ich einen Teil von mir anerkennen und würdigen, in dem jemand sitzt, der andere missbraucht oder abhängig ist? Hier geht es schließlich um energetische Verbindungen zu anderen Menschen, die ich durchtrennen will. Ich kann solche Dinge doch unmöglich wertschätzen!« Aber in dem Maße, wie Sie das sogenannte »Schatten-Ich« verurteilen und unterdrücken, laden Sie gleichzeitig unerwünschte Dinge dazu ein, sich an Sie zu heften. Wenn Sie diese Anteile nicht akzeptieren können, dann werden Sie einfach zu ihrem spirituellen Beobachter, statt sie zu verurteilen. Sobald Sie ein unerwünschtes Muster *beobachten* können, sind Sie auch in der Lage, sich von ihm zu verabschieden. Wenn Sie es hingegen *verurteilen*, klammert es sich an Ihnen fest. Worüber auch immer Sie hart urteilen – genau das ziehen Sie an. So merkwürdig es auch klingen mag, doch Ihr Urteil stärkt in Wahrheit die Verbindungen zwischen Ihnen und dem, was Sie ablehnen.

Jerry hatte eine meiner Veranstaltungen besucht. In einer Pause kam er auf mich zu, und im Laufe unserer Unterhaltung meinte er, alle Frauen seien schlechte Autofahrer. Er erzählte, er werde fast täglich im Straßenverkehr von Fahrerinnen geschnitten oder von ihnen beinahe gerammt. Ihm war noch nie in den Sinn gekommen, dass sein hartes Urteil die eigentliche Ursache dafür war, dass er schlechte Fahrerinnen anzog – als ob sich eine Energieschnur entrollen, sich ausdehnen und durch die Stadt schlängeln würde, bis es eine schlechte Fahrerin

gefunden hatte, die es dann wie mit einem Lasso einfieng und zu ihm hinzog.

Auf diese Weise funktionieren die durch Beurteilungen geschaffenen Energieschnüre. Unser Bedürfnis, mit unserem Urteil recht zu haben, kann so stark sein, dass wir unbewusst zu einem Magneten für Erfahrungen werden, die unsere Überzeugungen bestätigen, so wie es bei Jerry mit den Autofahrerinnen der Fall war.

Die Herausforderung besteht darin, Dinge zu akzeptieren und sogar anzunehmen, von denen man glaubt, dass sie falsch oder schlecht sind. Wenn man sie aber unvoreingenommen beobachtet, ist es viel einfacher, diese negativen Verbindungen aus dem eigenen Energiefeld zu entfernen. Letztlich ist es ein Entwicklungsprozess der Seele, wenn man sich ohne Zögern und ohne Einschränkungen in all seinen Facetten akzeptiert und anerkennt. Auf den folgenden Seiten werden Sie erfahren, wie Ihnen dies gelingt.

Die meisten meiner Bücher sind so konzipiert, dass Sie sich beim Lesen nicht an die Kapitelabfolge halten müssen. Sie können sich hier und da herauspicken, was Sie gerade besonders interessiert. Doch die Informationen im vorliegenden Buch bauen aufeinander auf.

Im ersten Kapitel erfahren Sie, was energetische Verbindungen sind und welche Energieschnüre an Sie persönlich angeschlossen sind. Sie werden etwas über die Energieflüsse zwischen Ihnen und Ihren Freunden, Angehörigen, Bekannten und Ahnen erfahren sowie über die Energien, die zwischen Liebenden fließen – und zwar zwischen verflochtenen und gegenwärtigen Partnern. Sie werden außerdem Traumverbindungen, Geister, astrale Beziehungen, Chakren, Himmelskörper und mehr verstehen lernen.

Das zweiten Kapitel behandelt einige der Auswirkungen, die Ihre energetischen Verbindungen auf Ihre Gefühle und Ihre Gesundheit haben können. Und Sie werden wertvolle Informationen über Energievampire, energetische Angriffe, Anhaftungen und darüber erhalten, wie Rest- und Vorgängerenergien Ihr Wohlbefinden beeinflussen können. Indem Sie lernen, durch Pendeln nach Energielecks zu suchen, werden Sie erkennen, welche Verbindungen Sie und Ihr Zuhause beeinflussen.

Im dritten Kapitel geht es um spezielle, hocheffiziente Methoden, um energetische Verbindungen zu trennen und loszulassen, die Sie einschränken oder schwächen. Es sind überlieferte, kraftvolle Methoden.

Im vierten Kapitel erhalten Sie Informationen über noch weitgehend unbekannt Methoden sowie Schritt-für-Schritt-Anleitungen zum Schutz des eigenen Energiefeldes. Sie lernen, wann die Methoden angewendet werden sollten – und wann nicht.

Das fünfte Kapitel schließlich zeigt Ihnen, wie Sie die von Gemeinschaft, Liebe und Freude getragenen Energieschnüre und Ihre Verbindungen zum Universum neu beleben, aufbauen und stärken können. Sie werden eine Reihe von Möglichkeiten entdecken, um einen heiligen Raum und Zufluchtsort in Ihrem Haus zu schaffen ... dort können nur leuchtende, funkelnde Lichtstrahlen zu Ihnen hin- und durch Sie hindurchströmen.

Sie werden feststellen, dass ich einfache Botschaften häufig wiederhole, sie aber immer wieder neu formuliere. Möglicherweise fallen Ihnen in diesem Buch sogar Passagen auf, die Sie an eines meiner anderen Bücher erinnern. Das ist Absicht. Denn: »Wiederholen ist die Mutter des Studierens.« Seit jeher ist Wiederholen eine gängige Unterrichtsmethode. Vieles von meinem Wissen stammt aus den alten Kulturen indigener Völker, und in jenen Kulturen werden Weisheiten und Geschichten in leicht

abgewandelter Weise wieder und wieder erzählt, weil man der Auffassung ist, dass sich auf diese Weise am besten lernen lässt.

Meine Liebe und meine Unterstützung begleiten Sie auf der vor Ihnen liegenden Reise. Sie ist eine sakrale Odyssee der Seele.



ENERGETISCHE VERBINDUNGEN VERSTEHEN

*Wir sind mit unserem Leben wie Inseln im Meer
oder wie Bäume im Wald. Der Ahorn und die Kiefer
mögen über ihre Blätter miteinander flüstern. ...
Aber die Bäume verflechten zugleich ihre Wurzeln
in der Dunkelheit des Erdbodens, und auch die Inseln
sind durch den Meeresgrund miteinander verbunden.*

WILLIAM JAMES

Es liegt in der Natur des Menschen, sich an Menschen und Dinge zu binden. Vielleicht beginnt das mit der Bindung an unsere Mutter durch die Nabelschnur. Über unsere Anhaftungen wissen wir, dass wir mit der uns umgebenden Welt verbunden sind. Die unbewusste Wahrnehmung unserer Verbindungsschnüre zeigt sich in Redewendungen, etwa wenn wir sagen, wir hätten »das Gefühl, gebunden zu sein«, oder etwas habe »keine Haken und Ösen« oder wir müssten »alle Verbindungen durchtrennen«. Tief in unserem Inneren spüren wir die Energieschnüre, die uns an die uns umgebende Welt binden, auch wenn wir sie nicht sehen können. *Sie sind real.*

Energieschnüre sind reale, doch unsichtbare Energie- und Kommunikationsstränge, die uns mit Menschen, Orten und Dingen verbinden. Durch sie kann Energie fließen. Diese Schnüre, Fasern und Seile, die uns mit unserer Umwelt vernetzen, können dünn und kurzlebig sein oder wie ein riesiger Fluss strömen. Und sie können sogar aus unserer Vergangenheit kommen und ganze Lebenszyklen überdauern.

Starke Gefühle wie Liebe oder Angst werden schnell von diesen Verbindungsleitungen übertragen, aber auch Schmerzen und körperliches Wohlgefühl sowie Wissen und Weisheit können durch sie übermittelt werden.

Manche der Energieschnüre sind nützlich; sie schenken uns das Gefühl, dynamisch und lebendig zu sein. Andere sind nicht hilfreich; sie ziehen uns Energie ab und schwächen uns. Wenn zwei Menschen miteinander interagieren, bilden sich energetische Schnüre zwischen ihnen. Diese können energetisieren oder auslaugen. Manchmal können Sie also durch eine solche Verbindung Energie verlieren. Eine energetische Verbindung kann einer anderen Person auch die Möglichkeit bieten, Informationen über Sie zu erhalten oder Sie sogar zu manipulieren und zu kontrollieren.

Die meisten Menschen sind sich dieser Energieschnüre nicht bewusst, aber sie können sie auf einer unbewussten Ebene wahrnehmen. Manche hellseherisch und medial veranlagten Menschen können sie sogar sehen. Üblicherweise verlaufen sie von Solarplexus zu Solarplexus, aber sie können auch an jeder anderen Stelle des Körpers andocken.

Je stärker die emotionale Bindung zwischen zwei Menschen ist, desto ausgeprägter ist auch die energetische Verbindung zwischen ihnen. Diese Schnüre ermöglichen es uns, einen anderen Menschen zu *spüren*, selbst wenn er Tausende Kilometer entfernt

ist. Manchmal können wir sogar wahrnehmen, was eine andere Person fühlt oder denkt. Energetische Verbindungen können Menschen zusammenhalten, können es aber auch schwierig machen, sich voneinander zu trennen, wenn eine Beziehung zu Ende geht. Es gibt außerdem Energieschnüre zu Orten.

Im Westen wissen die Menschen sehr wenig über die energetischen Schnüre, die sie mit anderen Menschen und mit Orten und Gegenständen verbinden. Sie glauben, dass die Welt aus voneinander getrennten Dingen besteht, die nicht miteinander verknüpft sind. Sie verstehen sich nicht als Teil des Ganzen, sondern als etwas Eigenständiges und Größeres. Sie erkennen nicht, dass von und zu jeder Handlung, jeder Person und jedem Gegenstand Verbindungen fließen, die diese mit dem Rest der Welt zusammenbringen.

Die alten indigenen Kulturen hingegen verstanden das eng mit uns verbundene außergewöhnliche Reich der Energie. Sie wussten, wie man die positiven Verbindungen wahrnimmt, die das Leben verbessern, und was man tun muss, um die negativen Schnüre zu verkleinern und sich von ihnen zu lösen. Viele glauben auch, dass uns Energiefäden anhaften, die uns sowohl mit dem Land als auch untereinander verbinden. Wenn wir uns zu weit von zu Hause entfernen, wird unser Band zur Erde zu stark gedehnt und schließlich so dünn, dass wir geschwächt und sogar krank werden können. Diese Vorstellung einer engen Bindung an die Erde teilen indigene Menschen rund um den Globus.

In diesem Buch erfahren Sie, was Heiler schon immer gewusst haben: dass wir in einem Universum aus Energie leben und dass diese Energie uns in jedem Augenblick beeinflusst und auf uns einwirkt. Sie lernen traditionelle Methoden kennen, mit denen Sie Ihre persönliche Energie zurückerlangen, die Verbindungen zu schädlichen Beziehungen und Ereignissen aus Ihrer

Vergangenheit kappen und Ihr Energiefeld reinigen können. Außerdem entdecken Sie die Verbindung zwischen den Energieschnüren und dem kollektiven Unbewussten, Ihren Chakren (den Energiezentren des Körpers), Geistführern, Engeln, dem Kosmos und dem Schöpfer. Sie erfahren, was die Energieschnüre, die Sie mit jedem Objekt in Ihrem Haus verbinden, mit reinen Energiefeldern zu tun haben. Und Sie werden herausfinden, welche energetischen Verbindungen Ihr Schicksal unterstützen und wie Sie sich von all denen lösen können, die Sie einschränken.

Was sind Energieschnüre?

Ich bezeichne die energetischen Stränge, die uns mit dem Universum verbinden, als »Energieschnüre« oder »Affinitätsschnüre«, weil sich die Energie von Menschen, Orten und Objekten nicht an Sie anheften kann, wenn keine *Affinität* besteht oder, anders ausgedrückt, wenn keine Übereinstimmung der Frequenzen vorhanden ist.

Meine Definition von »Affinität«: sich zu einer Person, einem Gegenstand, einer Idee etc. hingezogen fühlen; eine angeborene Gleichheit oder Übereinstimmung; eine ausgeprägte Ähnlichkeit oder Verbindung. In der Chemie bedeutet Affinität die Neigung von Atomen oder Atomgruppen, sich miteinander zu vereinigen. Die Art, wie ich den Begriff hier verwende, umfasst eine »positive« Affinität, die Ihre Energie verstärkt, und eine »negative« Affinität, die Ihnen Energie abzieht. Die Energieschnüre können außerordentlich dünn sein und Spinnweben gleichen oder größer und stärker sein, etwa wie dicke energetische Seile. Sie können biegsam, fließend und sanft oder steif und scheinbar

unbeweglich daherkommen, aber auch durchsichtig, schillernd und schimmernd vor Licht oder düster, strähnig, dicht und trübe.

Energetische Verbindungen sind nicht nur ätherische und astrale Leitungen, sie dienen auch als Leitbahnen für das unbewusste Senden und Empfangen von Energie und Informationen von und zu den uns umgebenden Menschen, Orten, Ereignissen und Objekten. Folgendermaßen funktionieren sie zwischen Menschen: Wenn Sie mit jemandem eine Beziehung eingehen, sei sie nun negativ oder positiv, werden Sie durch veränderbare Energieschnüre mit der anderen Person verbunden, ebenso wie diese mit Ihnen, und als Folge davon werden Informationen, Gefühle und energetische Schwingungen zwischen Ihnen beiden ausgetauscht.

Hochgradig intuitive Menschen und Schamanen, die mit alten Kulturen verbunden sind, können diese Verbindungen spüren. Manchmal entspringen die energetischen Schnüre dem Solarplexus, oder sie verbreiten sich von anderen Körperteilen aus, etwa vom Bereich des Dritten Auges, vom Scheitelpunkt des Kopfes, vom Herzchakra oder sogar vom Wurzelchakra, das über dem Damm in der Nähe des Steißbeins liegt. Die Energieschnüre können sich in Farbe, Konsistenz und Größe voneinander unterscheiden. Die Verbindung zwischen den Herzchakras von Menschen, die sich lieben, kann lang, leuchtend und kristallklar sein. Ihre Farbe kann von Blau bis Grün und sogar bis Rosa und Gold variieren, aber sie ist stets strahlend. Wenn sich aber jemand über eine andere Person ärgert, können die Verbindungsschnüre zwischen diesen Menschen erbsengrün oder dunkelgrau sein, außerdem strähnig und faserig.

Durch die Energieströme zwischen Ihnen und einer anderen Person können Sie energetisch aufgeladen oder ausgelaugt

werden. Ähnlich wie bei Ebbe und Flut fließt zwischen Ihnen und anderen Menschen Energie: Durch Ihre Verbindungen geben oder empfangen Sie Energie, und zuweilen tauschen Sie und eine andere Person im selben Moment Energie aus.

Wenn Sie nach einem Gespräch mit jemandem erschöpft sind, aber der oder die andere danach beschwingt und aufgeladen wirkt, könnte dies an einem Energieabfluss über die zwischen Ihnen bestehenden Verbindungen liegen. Das heißt, dass Energie von Ihnen auf die andere Person übertragen wurde, ohne dass Energie zu Ihnen zurückgeflossen ist. Es handelte sich also um eine einseitige Energieweitergabe, durch die Sie sich nach dem Gespräch müde fühlen.

Zwischen Ihnen und fast jedem, mit dem Sie je eine Beziehung hatten, bestehen bindungsbedingte Energieschnüre. Manchmal sind sie so dünn, dass sie kaum einem Flüstern gleichen, und manchmal sind sie so stark wie eine breite Autobahn. Über die Energieschnüre können Informationen, Energie, liebevolle Gefühle oder bösertige Gedanken hin- und herfließen. So können zwei Menschen, zwischen denen eine Beziehung besteht, im selben Moment etwas Bestimmtes denken oder fühlen, zur gleichen Zeit an denselben Ort gehen oder den gleichen Gegenstand kaufen, oder sie wissen intuitiv, was der oder die andere gerade tut oder empfindet. Wenn eine Bindung sehr ausgeprägt ist, spüren Sie möglicherweise selbst dann die Gefühle, Schmerzen oder Gedanken der anderen Person, wenn sie sich auf der anderen Seite der Erdkugel befindet – eben wegen der Sie verbindenden energetischen Schnur.

Manchmal können energetische Verbindungen zu einem anderen Menschen wachsen und sich sogar noch mehr verdichten, selbst wenn Sie keinen direkten Kontakt haben. Sie können Gefühle und Gedanken des anderen wahrnehmen, als ob es Ihre