

Herz Resonanz Coaching

Wichtiger Hinweis für E-Book-Leser

Dem E-Book liegt – im Gegensatz zum gedruckten Buch – aus technischen Gründen keine »Lebenslandkarte« als A2-Plakat bei; Sie finden diese jedoch im Anhang. Für die Coaching-Arbeit können Sie das gedruckte Plakat gegen einen geringen Unkostenbeitrag bestellen: www.mankau-verlag.de



Claus Walter

Herz Resonanz Coaching

Wie Sie belastende Muster für immer loswerden
und endlich wieder Freude im Leben finden

Mit einem Vorwort
von Dr. Alex Loyd
(»Healing Code«)

Haben Sie Fragen an Claus Walter?
Anregungen zum Buch?
Den Wunsch nach weiterführender Literatur?
Erfahrungen, die Sie mit anderen teilen möchten?

Nutzen Sie unser Internetforum:
www.mankau-verlag.de/forum

**man
kau**

Impressum

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Claus Walter
Herz-Resonanz-Coaching
E-Book (pdf): ISBN 978-3-86374-306-2
(Druckausgabe: ISBN 978-3-86374-305-5, 1. Auflage 2016)

Mankau Verlag GmbH
Postfach 13 22, D-82413 Murnau a. Staffelsee
Im Netz: www.mankau-verlag.de
Internetforum: www.mankau-verlag.de/forum

Lektorat: Julia Feldbaum, Augsburg
Endkorrektorat: Susanne Langer M. A., Traunstein
Layout, Gestaltung und Satz: Lydia Kühn, Aix-en-Provence, Frankreich
Energ. Beratung: Gerhard Albustin, Raum & Form, Winhöring

Illustrationen: Susanne Jost, Gau-Algesheim (U1, U2, U3, U4u, 2, 5u, 6l, 7u, 11, 13, 20, 22, 33, 36, 38, 39, 41, 43, 48, 51, 57, 65, 68/69, 74, 77, 78, 86, 90, 104, 105, 107–109, 112–115, 122, 132, 136, 166, 170, 183, 187, 194, 195, 197, 199, 204–208, 210, 217, 218)

Fotos: Colourbox.de (5, 6, 7, 16/17, 18, 29, 34, 40, 54/55, 56, 62, 67, 70, 103, 117, 118, 126, 145, 171, 175, 184/185, 186, 192, 198); Guter Punkt unter Verwendung von Motiven von Susanne Jost (U1); Frederike Asael, Zürich (U4o); Dr. Alex Loyd Services, LLC, Naples, Florida 34109, USA (178)

Seite 191: vermutlich Charlie Chaplin; der Verlag konnte trotz intensiver Recherche den Rechteinhaber nicht ausfindig machen. Für Hinweise sind wir dankbar!

Hinweis für die Leser/innen:

Der Autor hat bei der Erstellung dieses Buches Informationen und Ratschläge mit Sorgfalt recherchiert und geprüft, dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Verlag und Autor können keinerlei Haftung für etwaige Schäden oder Nachteile übernehmen, die sich aus der praktischen Umsetzung der in diesem Buch vorgestellten Anwendungen ergeben. Bitte suchen Sie bei Erkrankungen einen erfahrenen Arzt oder Heilpraktiker auf.

Inhalt

Vorwort	8
Geleitwort von Dr. Alex Loyd	10
Einleitung	12
Was kann und will dieses Buch?	14
Für wen ist dieses Buch geeignet?	15

Das Fundament – Grundlagen und Hintergründe

Ein kleiner Exkurs in die Wissenschaft	18
Die Drei-Säulen-Medizin	19
Der Lebensrucksack	34
Der Inhalt meines Lebensrucksacks	34
Den Lebensrucksack leeren	37
Die Herz-Resonanz	40
Der Herz-Kompass	40
Die Wirkungen der Herz-Resonanz	41
Die Bedeutung des Herzens	46
Die Energie des Herzens	47
Die Anziehung des Herzens (Unser Herz-Magnet-Feld)	50



Die Wohnung – Kernbereich und Neutralisierung

Einführung in das Herz-Resonanz-Coaching . 56

Die häufigste Ausgangslage 56

Die drei Schritte des Herz-Resonanz-Coachings 61

Die Lebenslandkarte 62

Die Hintergründe 62

Die Themenpunkte der Lebenslandkarte 73

Anleitung für die Arbeit mit der Lebenslandkarte 103

Die Erstellung der Lebenslandkarte in acht Schritten 103

Ausnahmesituationen im Lebenslauf 116

Die Neutralisierung der Herz-Resonanz 118

Die einzelnen Schritte der Auflösung 118

Die Vorbereitung 120

Die Grundlagen – die allgemeine Auflösungsarbeit 124

Die Spezialthemen 127

Die Schattenseiten 135

Schattenseiten-Themen 137

Die Fremdenergien 158

Verstrickungen 163

Ängste 167

Der Abschluss 169

Zweifel und Glaubenssätze wandeln 172

Die meditative Körperarbeit nach dem »Healing Code« ... 175

Wirkungen nach erfolgten Auflösungsarbeiten 181

Die integrative Vitalisierung 182



Das Dach – Schutz und Widerstandskraft

Das Selbst 186

Der Kreislauf zur Selbstverwirklichung 186

Das Selbstziel: Ich-Sein 190

Die Selbstliebe – Gedicht zur Selbstreflexion 191

Das Lebensrad und die persönliche Vision ... 192

Das Lebensrad 193

Die persönlichen Visionssätze 195

Die persönliche Vision 196

Achtsamkeit und Widerstandskraft stärken .. 198

Mein Lebensraum 198

Achtsamkeit und Widerstandskraft im
weiteren Lebensfluss 200

Selbst-Kontrolle loslassen 203

Konfliktbewältigung 205

Prävention: Einflussfelder für Erschöpfung und Burn-out .. 208

Sinnhaftigkeit meines Tuns 216

Der Kreis – die Liebe 216

Die Meditation – Erdung und Schutz 218

Schlusswort – Die »4L-Strategie« 221



Danksagung 222

Über den Autor 222

Register 223

Anhang 225

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

mit viel Freude, Herzblut und großer Motivation habe ich Ihnen das Ergebnis meiner Arbeitsmethode Herz-Resonanz-Coaching in Verbindung mit dem Arbeitskonzept der integrativen Vitalisierung in diesem Buch zusammengestellt. Ich habe daran sieben Jahre gearbeitet und bin sehr glücklich über das Ergebnis.

Viele meiner Kunden hören immer wieder die gleichen Ratschläge: »Du sollst endlich mal das Alte loslassen!« Oder: »Ändere mal dein Verhalten!« Auch die hilflose Antwort ist oft ähnlich: »Dann sagt mir doch mal, wie ich das machen soll.«

Weitere Beispiele meiner Kunden waren: »Ich habe Ängste, von denen ich überhaupt nicht weiß, woher sie kommen.« Oder: »Ich handle manchmal völlig irrational, will das selbst aber gar nicht.« Oder: »Ich bin erschöpft und komme irgendwie nicht weiter in meinem Leben.« Betroffene Menschen kommen zu mir und wollen endlich Hilfe in ihrer ausweglosen Lage. Und schon nach dem ersten Coaching hörte ich häufig folgende Aussage: »Endlich zeigst du mir mal, wie ich das Alte loslassen kann und wie ich dabei konkret vorgehen kann.«

Das Herz ist unser Zentrum der Liebe und unserer Gefühle. Befreien wir das Herz von dem, was uns belastet, kehren innere Ruhe, Frieden und Gelassenheit zurück. Wir haben die Chance, zu dem Menschen zu werden, der wir wirklich sind und sein wollen:



Meine Methode soll Ihnen als Leitfaden dienen, um Klärung und Klarheit für sich selbst zu schaffen.

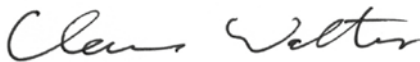
jemand, der sich Ziele setzt, die im Einklang mit seinen Talenten und Fähigkeiten stehen, und der sie auch erreicht. Das Ergebnis ist ein Leben voller Freude, Qualität und Leichtigkeit.

In diesem Buch habe ich all mein Wissen und meine Erfahrungen zusammengefasst, damit Sie Ihr Leben so lebenswert wie möglich gestalten und den Wachstumsweg zu Ihren Lebenszielen genießen können. Ihr ganz persönliches Navigationssystem haben Sie dabei stets mit »an Bord« – es ist Ihr Herz, ich nenne es den »Herz-Kompass«. Möglicherweise sind Sie mit der Lesart oder – anders gesagt – mit dem Gebrauch dieses besonderen Kompasses noch nicht oder nicht mehr vertraut?

Das lässt sich (sehr einfach) ändern. Auf den nächsten Seiten erfahren Sie alles Wichtige rund um den Herz-Kompass und den Herz-Magneten, damit Sie seine Funktionsweise verstehen und bestmöglich für sich nutzen können. Ziel dieses Buches ist es, eine Methode zu erlernen, um mit sich selbst ins Reine zu kommen und mit neuem Blickwinkel im Leben weiterzugehen.

Ich wünsche Ihnen von Herzen
alles Gute,

Ihr



Claus Walter, Juli 2016

Hinweis

Alle genannten Methoden und Hinweise ersetzen keinesfalls eine professionelle Beratung oder Behandlung durch einen ausgebildeten und anerkannten Arzt. Der Inhalt der Methoden darf somit nicht als Ersatz für eine ärztliche Behandlung benutzt werden. Das Herz-Resonanz-Coaching ist Bestandteil einer integrativen Vitalisierung und versteht sich als Parallelmaßnahme in Zusammenarbeit mit Ärzten, psychischen Fachspezialisten, Komplementär- und Körperarbeit-Therapeuten.

Geleitwort

von Dr. Alex Loyd

Liebe Leserin, lieber Leser,

als Claus Walter und ich uns im Mai 2014 in Zürich das erste Mal getroffen haben, spürten wir sehr schnell, dass wir menschlich und konzeptionell auf der gleichen Wellenlänge sind. Das von Claus entwickelte »Herz-Resonanz-Coaching« (HRC) und mein »Healing Code« (HC) nähern sich aus zwei Richtungen demselben Thema: der »Heilung« des Herzens auf der emotionalen Ebene. Der HC arbeitet innen, an den negativen Zellerinnerungen, welche indirekt auf die Zellen im Körper des Menschen einwirken. Das HRC arbeitet außen im Energiefeld (Datenspeicher) des Menschen, mit Wirkung nach innen, und an der Auflösung der negativen emotionalen Themen der Menschen – seiner eigenen sowie der früherer Generationen.

Der HC befasst sich mit Erinnerungen, nicht mit Emotionen (diese sind Symptome von Erinnerungen und unbewussten Programmierungen).

Durch die Verbindung der beiden Methoden HC und HRC erreichen wir eine Steigerung – eine Art »Booster« – in der Wirkung der Auflösungsarbeit. Beide Methoden ergänzen sich wunderbar.

HRC wirkt von außen nach innen und neutralisiert das Energiefeld im Herz-Resonanz-Feld des

Negativen. Fällt diese energetische Belastung von außen weg, wird die Selbstheilungskraft des Herzens es leichter haben, ihre Arbeit zu tun.

Der HC wirkt von innen nach außen, indem er das Reiz-Reaktions-Glaubenssystem des Menschen (Schutzsystem des Menschen, um ihn vor Schockerlebnissen und Traumata zu schützen) umprogrammiert.

Mit einem starken und befreiten spirituellen Herzen werden somit das Immunsystem und der Selbstheilungsprozess des Körpers aktiviert und unterstützt. Dies fördert die Wandlung bzw. Abspaltung der negativen Zellerinnerungen auf Zellebene. Dadurch und in gleichzeitig parallel laufender Persönlichkeitsentwicklung findet der Mensch wieder zu sich selbst zurück. Kommt nun die Sinnhaftigkeit seines Tuns in Einklang mit der

Liebe (siehe mein Buch »Das Love Principle«), und richtet der Mensch gleichzeitig seinen »Herz-Kompass« neu aus (das genau wird der Inhalt dieses Buches sein), kann er eine nachhaltige Lebensfreude und Lebensqualität erreichen.

Es erscheint mir daher eine positive Fügung zu sein, dass diese beiden Methoden zusammenkamen. Das Ziel, eine einfache Vorgehensweise für jedermann an der Hand zu haben, und das gemeinsam mit der Methode von Claus als gegenseitige Ergänzung weiterzugeben, erfüllt mich mit großer Freude.

Ich wünsche Ihnen allen große Herzenskraft und eine gute Energie bei der Arbeit mit sich selbst.

Herzliche Grüße,

Ihr Dr. Alex Loyd



Einleitung

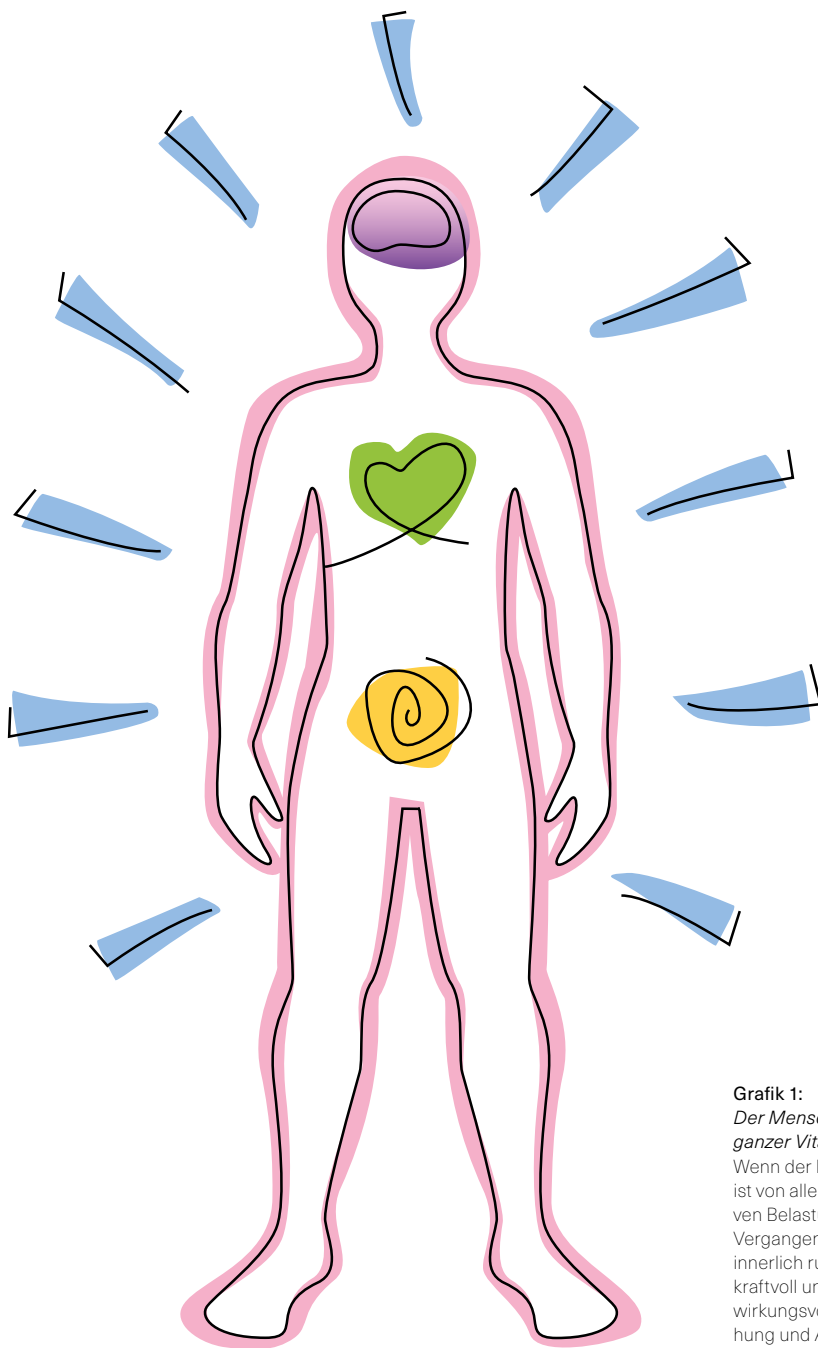
Nach einem schweren Burn-out im Jahre 2004 bin ich durch ebenso unterschiedliche wie vielzählige medizinische und therapeutische Maßnahmen, Selbstreflexionen und Ausbildungen den Weg zurück in die Gesundheit gegangen. Dies führte mich zu einer intensiven Erforschung der erlebten Methoden und ihrer Wirkungen, verknüpft mit dem tiefen Wunsch, eine Vorgehensweise zu finden bzw. zu entwickeln, die nachhaltiger und schneller den Weg aus einer Erschöpfung weist. Als Quintessenz entstand daraus das »Herz-Resonanz-Coaching«.

Von mir in sieben Jahren entwickelt, führt dieses innovative Coaching-Modell, eingebettet in einen integrativen Vitalisierungs-Ansatz, bei Menschen mit (schwerer) Erschöpfung oder Burn-out innerhalb weniger Monate zu einer vollständigen und anhaltenden Re-Vitalisierung. Darüber hinaus – und mindestens ebenso wichtig – dient das Herz-Resonanz-Coaching (HRC) einer hochwirksamen Prävention.

Das HRC kann auch für Einzelpersonen sehr wirksam in der Konfliktlösung, in der Auflösung von Ehe- bzw. Partnerschaftskonflikten, bei Lebensveränderungen, in Verbindung mit einem Neustart (beruflicher und privater Natur), sowie zur Visions- und Zielarbeit für ein erfülltes Leben eingesetzt werden. Für Unternehmen ist das HRC ebenfalls eine wirksame Methode im Bereich Konfliktlösung in Teams, Mitarbeiterförderung und Führungskräfteentwicklung,

***Es muss von Herzen
kommen, was auf
Herzen wirken soll.***

Johann Wolfgang
von Goethe



Grafik 1:
*Der Mensch in
ganzer Vitalität*
Wenn der Mensch frei
ist von allen negati-
ven Belastungen der
Vergangenheit, ist er
innerlich ruhig, wirkt
kraftvoll und hat eine
wirkungsvolle Anzie-
hung und Ausstrahlung.



**Wenn Sie sich gut um
Ihr Herz kümmern,
stabilisieren Sie Ihre
Selbstheilungskräfte
und tun das Beste für
Ihr Immunsystem.**

im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements, für Change-Management-Prozesse im Ansatz (bottom up) sowie für Visions- und Innovations-Management.

Zwischen 2011 und 2016 haben dank dem HRC über 350 Menschen ihre vollständige körperliche, geistige und emotionale Vitalität wiedererlangt. Im August 2013 wurde das Herz-Resonanz-Coaching mit einem Innovationspreis für innovative Dienstleistungen des Schweizerischen KMU-Verbands, Idee Suisse, Start-up und der Messe Suisse Emex ausgezeichnet.

Beides ist eine große Motivation für mein Team und mich, den eingeschlagenen Weg weiterzugehen und unser erlangtes Wissen in einfacher, leicht umsetzbarer Form möglichst vielen Menschen weiterzugeben.

Was kann und will dieses Buch?

Unser Herz und sein Resonanzfeld haben unmittelbaren Einfluss auf unsere körperliche und emotionale Vitalität, diese Zusammenhänge sind zwischenzeitlich umfassend wissenschaftlich erforscht und bestätigt.

In diesem Buch erläutere ich Ihnen die Herz-Resonanz und ihre Wirkungsweisen. Sie erfahren, wie sich über die Neutralisierung des Herz-Resonanz-Felds Ihre Selbstheilungskräfte und Ihr Immunsystem aktivieren lassen. Dies, in Verbindung mit weiteren Coaching-Elementen aus der integrativen Vitalisierung, ermöglicht auch die Transformation von Zellerinnerungen auf Zellebene. Damit erhalten Sie gleich-

zeitig einen fundierten, umfassenden Einblick in die Möglichkeiten des HRC und einen Leitfaden für die Anwendung dieser innovativen Methode für Ihre eigenen Belange. Lernen Sie, Ihr Herz wie einen Kompass zu nutzen und vor allem Ihrer eigenen Energie zu vertrauen. Bei schweren psychischen oder körperlichen Erkrankungen empfehle ich unbedingt die Begleitung durch einen Arzt, Therapeuten oder ausgebildeten Coach. Das HRC und die integrative Vitalisierung verstehen sich als begleitende parallele Maßnahme bei der Aufarbeitung einer Erschöpfung bzw. eines Burn-out.

Jede und jeder von uns ist über die eigene Willenskraft und aktives Tun in der Lage, die Selbstheilungskräfte von Körper und Wesenskern zu aktivieren. Ihre persönliche Gesundheit liegt in Ihrer eigenen Verantwortung. Ärzte, Therapeuten, Coaches und/oder Medikamente können Sie unterstützen und begleiten. Die eigentliche Entscheidung hin zu Vitalität und Gesundheit liegt bei Ihnen.

Für wen ist dieses Buch geeignet?

Grundsätzlich dient Ihnen dieses Buch als Unterstützung, um die Ursachen für belastende körperliche und emotionale Reaktionen, mit dem Schwerpunkt auf Erschöpfung/Burn-out, zu erkennen, zu verstehen und aufzulösen. Das Buch ist geeignet für Menschen, die einen Weg aus der Krise gehen und mit sich und der Vergangenheit ins Reine kommen wollen. Gleichzeitig eröffnet es Ihnen den Zugang zu möglicherweise notwendigen Lebensveränderungen, die Sie schließlich den Weg hin zu Ihren Visionen und deren Umsetzung finden lassen.

Für Führungskräfte eignet sich das Buch, um Gründe für Konflikte, die in Teams stattfinden oder die sie mit Mitarbeitern haben, schneller zu erkennen und dank dieser Hinweise rascher auflösen zu können. Mit dem Herz-Resonanz-Coaching erhalten Sie eine Wegbegleitung, mit der Sie Ihre Lebensqualität selbst wieder herstellen, verbessern oder erhalten können.



A close-up photograph of a palm frond, showing the intricate pattern of its green, ribbed leaves. The frond is curved, and the lighting highlights the texture and color variations of the foliage.

Das Fundament – Grundlagen und Hintergründe



Ein kleiner Exkurs in die Wissenschaft



**Re-Vitalisierung muss
an verschiedenen
Punkten ansetzen und
ganzheitlich erfolgen.**

Die Akzeptanz von Themen wie z. B. dem Gesetz der Resonanz oder der Vererbung von emotionalen Eigenschaften aus unserer Ahnenreihe hat sich in den letzten 20 Jahren grundlegend gewandelt. Die parallelen Forschungen der Medizin, Biologie, Physik und Energetik haben dazu einen großen Beitrag geleistet und letztlich die entscheidenden Nachweise zu den oben genannten Punkten erbracht. Der kurze Exkurs in den aktuellen Stand der Wissenschaft bzw. der einzelnen Arbeitsgebiete dient dem besseren Verständnis der Basis und Wirkweise des Herz-Resonanz-Coachings.

Gemäß WHO (World Health Organization) wurden bereits im Jahre 2004 koronare Herzerkrankungen und Depressionen als die größten Volkskrankheiten ausgewiesen. Das Herz ist somit in zweierlei Hinsicht

betroffen, einerseits als Organ und andererseits als Zentrum der Gefühle. Werden diese auf das Herz wirkenden Belastungen nicht aufgelöst und kommt der Mensch nicht wieder zu sich als »Gefühlswesen«, hat dies Krankheit zur Folge. Gleichzeitig hat inzwischen Krebs als Volkskrankheit aufgeholt. Dies, weil sich durch gespeicherte und vererbte negative emotionale Eigenschaften, wie beispielsweise Schockerlebnisse oder Traumata, Zellen mit negativen Zellerinnerungen zu Krebs entwickeln können. Selbstheilungsprozesse, welche vom Herz, Herz-Kreislauf-System und Immunsystem ausgehen, können erst wirken, wenn die belastenden Faktoren im Energiefeld des Menschen und auf Ebene der Zellerinnerungen nachhaltig aufgelöst sind.

Die Drei-Säulen-Medizin

In der heutigen Behandlung von Krankheiten oder Unfällen werden hauptsächlich naturwissenschaftliche oder komplementärmedizinische Behandlungsmethoden

eingesetzt. Die Wirkungsgrade dieser Behandlungen sind unterschiedlich und benötigen je nach Mensch eine kürzere oder längere Dauer. Der nachhaltige Erfolg stellt sich oft erst ein, wenn parallel auch die Ursachen von Traumata oder emotionalen Verletzungen in der Vergangenheit neutralisiert bzw. aufgelöst werden.

Nachdem nun die Epigenetik den Nachweis erbracht hat, dass jede Zelle auch eine »Eigenschaft« hat, öffnet sich auch mehr und mehr das Verständnis gegenüber der Quantenphysik. In den quantenphysischen Methoden werden Wirkungen und Wirkkräfte von Gedanken, Gefühlen oder Handlungen betrachtet. Die Forschungen zeigen, dass Wirkungen unabhängig vom Ort zu gleicher Zeit geschehen können. Wird die Betrachtung der Wirkkräfte mit dem Wissen der Psychosomatik kombiniert, ergibt sich daraus das energetische Verständnis für die »Zellerinnerungen«. Zellen haben positive oder negative Erinnerungen gespeichert. Negative Zellerinnerungen können über mehrere Generationen hinweg

weitervererbt werden. Diese negativen emotionalen Themen sind vergleichbar mit digitalen »Datenpaketen« (Quanten) außen im Energiefeld oder als Anhäufungen am Energiefeld des Menschen und im Körper als Zellerinnerung gespeichert.

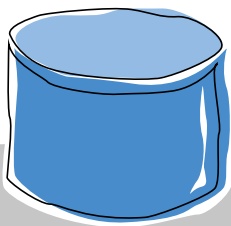
Werden diese negativen emotionalen Themen nicht aufgelöst bzw. neutralisiert, bleiben sie bestehen und werden, je nach Familienfolge, weitervererbt. Gleichzeitig können sie je nach Schweregrad und Art des Themas als negative Zellerinnerung hin zu einer negativen Zellentwicklung und damit zu schweren Erkrankungen oder Schmerzen an unterschiedlichen Stellen im Körper führen. Die Psychosomatik schließt dann wieder den Kreis, indem sie uns die Übersetzung der Krankheitsursachen oder die Folgen von Unfällen aufzeigt.

Grafik 2:

Die Drei-Säulen-Medizin

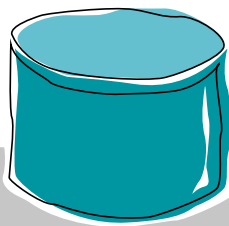
Jede medizinische Säule hat eine eigene verändernde, vitalisierende Wirkkraft für den Menschen. Erst eine integrative Zusammenarbeit aller drei medizinischen Säulen erbringt eine ganzheitliche Re-Vitalisierung für den Menschen.

**Naturwissenschaftliche
Medizin**



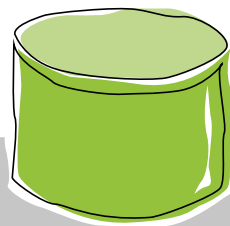
Körper
Gedanken
Emotionen

**Naturheilkundliche
Komplementär-Medizin**



Körper
Gedanken
Emotionen
Energiefluss

**Energetik
Energetische Medizin**



Körper
Gedanken
Emotionen
Zellerinnerungen
Energiefelder, Energiefluss
Fremdenergien
Elektromagnetisches Feld

Die naturwissenschaftliche Medizin

Die naturwissenschaftliche Medizin befasst sich hinsichtlich körperlicher Eigenschaften hauptsächlich mit der genetischen und biochemischen Erforschung der Einflüsse auf den menschlichen Körper, auf das Erbgut und dessen Vererbung. Sie betrachtet die Körpersymptome des stofflichen Körpers, losgelöst von der Betrachtung des feinstofflichen (energetischen) Körpers.

Die Genetik

Die Genetik, die Vererbungslehre, beschäftigt sich mit den Gen-Codes (DNA) und der Erforschung von möglichen Krankheitsbildern bzw. deren Weitergabe an Folgegenerationen (Vererbung) auf körperlicher (genetischer) Ebene. Beispiele: Ein Mann hat die gleichen Venenprobleme wie seine Großmutter, oder eine Frau hat die gleiche Bandscheibeninstabilität wie ihr Vater.

Die Epigenetik

Die Epigenetik beschäftigt sich hauptsächlich mit der Weitergabe respektive Vererbung von

Eigenschaften auf die Nachkommen. Diese sind unabhängig vom Gen-Code (DNA). Die Gene haben eine Art Gedächtnis, in dem Umwelteinflüsse und emotionale Themen der Vergangenheit als Zellerinnerung gespeichert sind. Dies können negative Themen, wie z. B. Schockerlebnisse oder Traumata, oder positive Zellerinnerungen sein. Negative Zellerinnerungen können die Basis und der Auslöser für verschiedene Krankheiten sein. Ein Beispiel: Die Tochter lebt die gleichen Eigenschaften ihres Vaters oder ihrer Mutter aus – z. B. hinsichtlich sportlicher Aktivitäten, beruflicher Ambitionen, des Alkoholkonsums oder der Sexualität.

Die Psychogenetik (Psychologie der Vererbung)

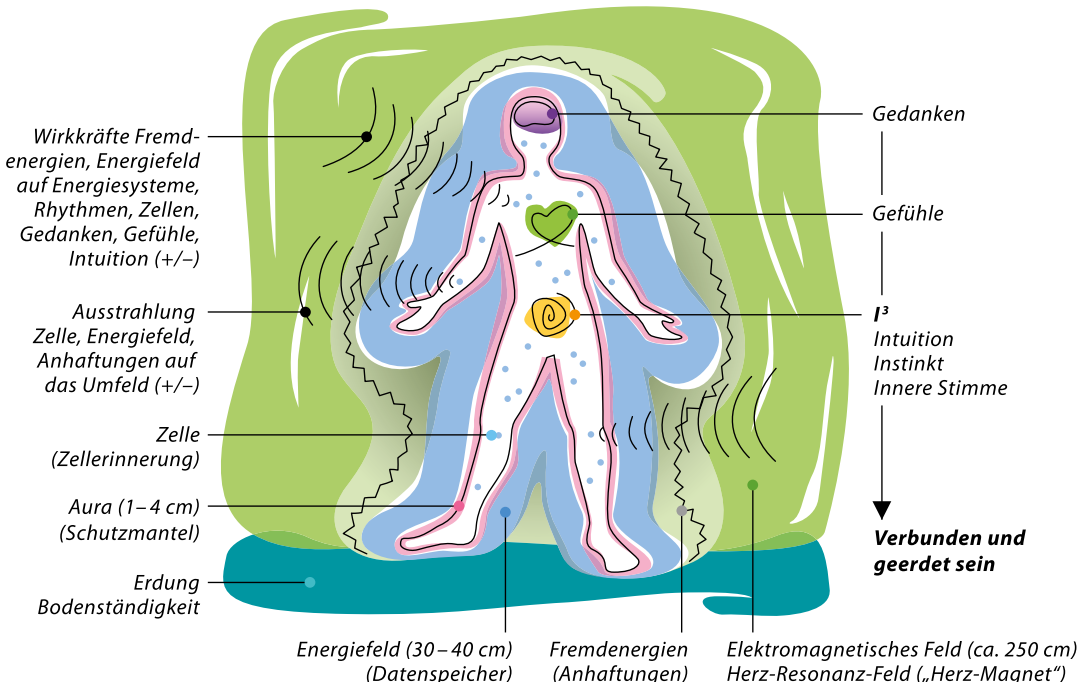
Hier geht es um die Weitergabe der gesamten nichtkörperlichen (feinstofflichen) Informationen verschiedener Generationen wie Eltern, Großeltern oder Urgroßeltern. »Man könnte auch von »unsichtbarem« Erbgut sprechen, einer emotionalen und mentalen Genetik. Über diesen Weg vererben sich

unverarbeitete Erfahrungen, Gefühle, Überzeugungen unserer Vorfäter und -mütter. Sie werden un bewertet und ungefiltert der nächsten Generation auf der Energie-Informationsebene über die jeweiligen Energiekörper des Menschen weitergegeben« (aus Sara Marija Hardenberg, »Psychogenetik – Die Vererbungslehre des Unterbewusstseins«).

Ein Beispiel: Angstgefühle und Panikattacken aufgrund von Kriegs- oder Fluchterlebnissen der Kriegsgeneration wurden ungefiltert an die Nachkriegsgenerationen weitervererbt.

Die Epigenetik befasst sich also mit der Weitergabe von emotionalen Eigenschaften, die aus Umweltfaktoren und dem Lebensstil der Personen resultieren.

Grafik 3:
Wirkweisen im
Herz-Resonanz-Feld



Die Psychogenetik mit ihrer Begründung des »unsichtbaren« Erbguts geht noch einen Schritt weiter und baut so die Brücke zum zweiten, für das HRC relevanten naturwissenschaftlichen Gebiet: zur energetischen Medizin, basierend auf den Erkenntnissen der elektromagnetischen Kohärenzfelder, der inneren oder äußeren Zusammenhänge (Wirkungen und Wirkkräfte) von quantenmechanischen Zuständen frequenz- und phasengleicher Wellen.

Die Basis für das HRC stammt aus der Quantenphysik, der damit zusammenhängenden Informationsmedizin, der Arbeit mit den Herz-Resonanz-Feldern, den Kohärenz-Feldern und der Herz-Raten-Variabilität.

Die Komplementärmedizin

In der Komplementärmedizin finden sich zusammengefasst viele Behandlungsmethoden wieder, wie klassischerweise die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), die Psychosomatik, energetische Körpertherapien wie Kinesiologie, Osteopathie, die Cranio-

sacral-Methode sowie die gesamte Palette der Naturheilmedizin von Homöopathie über Amazonas-, australische Busch- und Bachblüten etc.

An dieser Stelle lege ich den Fokus auf die Psychosomatik.

Die Psychosomatik

Die Psychosomatik befasst sich mit der Fragestellung, wie Denken und Gefühle körperliche Funktionen nachhaltig stören. Sie arbeitet wie eine Art »Übersetzer« von Körpersymptomen und erklärt deren psychische Ursachen. Der Körper »spricht« mit dem Menschen in der Form von Körpersymptomen und teilt ihm an der Stelle, an der das Körpersymptom auftritt, etwas mit, was ihn betrifft. Je älter ein Mensch wird und je mehr alte oder vererbte Belastungen er mit sich herumträgt, umso stärker werden auch die Körpersymptome. Diese drücken sich grundsätzlich entweder in Krankheit oder in Unfällen aus.

Krankheit ist ein Hinweis für Disharmonien zwischen Gedanken, Emotionen und dem Körper. Beim Unfall werden die Folgen wie z. B.