

Udo Brückmann

Die Brückmann-Methode
Erlebbare Wege
in fantastischen Welten
Coachings

BOOKS ON DEMAND

Wenn Sie die Art und Weise ändern, wie Sie die Dinge betrachten, ändern sich die Dinge, die Sie betrachten.

*Max Planck (1858-1947)
Begründer der Quantenphysik, Nobelpreis 1918*

Inhalt

[Vorwort](#)

[Einführung](#)

[Die sieben fantastischen Welten](#)

[Zum Begriff der Energie](#)

[Hinweise zu Ihrer Sicherheit](#)

[Absicht und Zielsetzung](#)

[Über den Atem und den Licht-Zwilling](#)

[Quantenphysik und Quantenheilung](#)

[Die Hände synchronisieren](#)

[Die Methode in der Praxis](#)

[Das Ergebnis überprüfen](#)

[Die Matrix](#)

[Im Hier und Jetzt](#)

[Buch-Empfehlungen](#)

[Über den Autor](#)

[Danksagung](#)

Vorwort

Die Brückmann-Methode, die meinen Namen trägt und hiermit erstmals der Öffentlichkeit vorgestellt wird, birgt ein Potential in sich, um das Coaching Business nachhaltig zu bereichern.

Um die Methode zu entwickeln und diese Zeilen schreiben zu können, hat es 35 Jahre gebraucht, in denen ich mich mit unterschiedlichsten spirituellen Themen beschäftigt habe. Die Quantenphysik und die Quantenheilung sind dabei immer mehr in den eigenen Fokus der Faszination gerückt.

Im Grunde aber hat alles mit einem Nah-Tod-Erlebnis vor langer Zeit begonnen, das mein Leben nach einer verschleppten Infektion buchstäblich aus der Bahn geworfen hat: Während des Zustandes zwischen Leben und Tod bin ich als junger Mensch nicht nur für eine gewisse Zeit außerhalb meines physischen Körpers gewesen, sondern habe diesen Körper sehr klar und deutlich von außerhalb beobachten können! Und das, was ich beobachtet habe - so die Erkenntnis - kann ich ja nicht sein, denn der Beobachter ist ganz offenbar etwas völlig anderes als der physische Körper, mit dem er dennoch verbunden ist. Hätte sich die Verbindung gelöst, sodass ich gestorben wäre, wäre demnach nur mein physischer Körper gestorben, mein Erfahrungs-Apparat. Das Leben an sich, so die Überlegung damals, muss also sehr viel komplexere Angelegenheiten beinhalten, als nur die drei Dimensionen unserer materiellen Existenz. Seitdem setze ich mich mit dem allumfassenden Thema des menschlichen Bewusstseins auseinander. Dazu gehört auch das einflussreiche, doch wenig greifbare Unterbewusstsein als Bestandteil einer jeden Persönlichkeit.

Eines Tages habe ich mich gefragt, wie es gelingen kann, die eigenen Träume so zu nutzen, dass man sich nach dem

Aufwachen an sämtliche Details genau erinnern kann, um die Botschaften aus der Traumwelt und somit aus dem Unterbewusstsein zu verstehen, und daraus die entsprechenden Erkenntnisse zu gewinnen. Die Antwort lautet: Gar nicht. Jeder von uns bleibt nämlich stets der Träumende, der sich an das Geträumte nicht oder nur vage erinnert. Alles zerrinnt bruchstückhaft zwischen den Fingern und ist einfach wieder weg. Ebenso macht es daher wenig Sinn, das Unterbewusstsein aufwendig neu zu programmieren oder neu auszurichten, wenn letzten Endes die Ergebnisse unbefriedigend bleiben. Auch luzides Träumen oder Klarträume – man träumt und ist sich darüber im Klaren, dass man träumt – empfinde ich als ungenügend, da die gewünschten Ergebnisse Zufallstreffer sind.

Meine Coaching-Methode zeigt dem Anwender hingegen die Möglichkeit, die meist unzugängliche Traumwelt der freien Fantasie, die im Schlaf weitgehend das Unterbewusstsein betrifft, in die bewusste Realität zu holen, um sie dort interaktiv erfahrbar zu machen. Mehr noch: In der Methode geht es darum, in ein höheres Bewusstsein und damit in eine Wirklichkeit zu gelangen, die unserer dreidimensionalen Existenz weit übergeordnet ist.

Damit dieser „Zustand der Erkenntnis“ zuverlässig erreicht werden kann, kommen Elemente aus der Quantenheilung zur Anwendung, kombiniert mit einer besonderen Form der „Lichtatmung“, mit dem Sie Ihren Doppelgänger erschaffen, Ihren Licht-Zwilling.

Die Voraussetzung dafür ist: Sie sollten ein visueller Mensch sein, denn die Intensität der Vorstellungskraft oder Imagination macht einen großen Teil des Erfolges aus, um mit der Methode zu arbeiten. Am Rande bemerkt ist es natürlich möglich, Visualisierungen mit entsprechenden Übungen zu trainieren.

Es ist wichtig zu erwähnen, dass die Coachings nichts mit Rollenspielen zu tun haben, bei dem Sie eine andere Identität annehmen, um Ihren Problemen und Sorgen zu

entfliehen. Wäre dies der Fall, würden Sie lediglich als Ihr Ego agieren, als Ihre Persönlichkeit mit seinem begrenzenden Verstand und letztlich wieder mit seinem Unterbewusstsein, das wie gewohnt das Steuer übernehmen möchte.

Durch die Identifikation mit der Figur, die Sie während des Coachings innerhalb einer von Ihnen gewählten „fantastischen Welt“ verkörpern, werden Sie selbst zu dieser Figur. Für die Dauer des Coachings sind Sie diese individuelle Figur, die es vorher in der fantastischen Welt noch nie gegeben hat! Da Sie sozusagen zu zweit unterwegs sind, nämlich gemeinsam mit Ihrem Licht-Zwilling, wird Ihr Unterbewusstsein ausgetrickst und ins Abseits gestellt. Auf diese Weise können Sie sich dem Bewusstsein höherer Dimensionen öffnen, denn Sie selbst sind wie jedes Lebewesen von Natur aus ein Energiekörper in verschiedenen Stufen der energetischen Verdichtung. Sonst wären die Effekte der Quantenheilung nicht zu erklären. Ganz nebenbei sind Sie nicht mehr mit Ihrem Ego oder Ihrem ICH identifiziert, sondern mit Ihrem ICH BIN. Sie lernen dabei, die spirituelle Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, denn für ausnahmslos alles, was Ihnen im Leben widerfährt, tragen allein Sie die Verantwortung.

Die Brückmann-Methode möchte Sie dabei an die Hand nehmen, Ihr eigentliches schöpferisches Wesen zu entdecken, ganzheitlich zu begreifen und positiv einzusetzen. Nicht in der Theorie, sondern in der Praxis – für ein besseres Leben nach Ihren ganz persönlichen Bedürfnissen und Maßstäben.

Nach jedem Kapitel finden Sie jeweils auf einer Extra-Seite eine kurze, inhaltliche Zusammenfassung, um eine praktische Arbeit mit diesem Buch zu erleichtern.

Als Coach und Berater ist es mir eine ebenso große Freude wie Erfüllung, im Bereich der mentalen Lebenshilfe tätig zu sein.

Möge die Methode dem lichtvollen Wohl der Menschen dienen.

Udo Brückmann, im März 2021

„Die Brückmann-Methode – Erlebbare Wege in fantastischen Welten“ ist sowohl durch das Urheberrecht als auch durch eine notarielle Beurkundung rechtlich geschützt.

Einführung

Bei der Brückmann-Methode handelt es sich nicht um eine klassische Meditation, sondern um eine mentale Begleitung in fantastische Welten, die Sie in einer zuvor getroffenen Auswahl selbst bestimmen. Mehr dazu im nächsten Kapitel.

Als Autor von fantasievollen Geschichten und einer jahrelangen Auseinandersetzung mit Bewusstsein und Quantenheilung ist es mein Anliegen, diese Bereiche in meinen Coachings zu vereinen. Die freie Fantasie ist die höchste Schöpferkraft, die jedem Menschen uneingeschränkt zur Verfügung steht. Aktiviert und verbindet man diese Kraft mit der Intuition, der Inspiration, der inneren Stimme oder dem „Bauchgefühl“, öffnet sich eine allumfassende Quelle der Kreativität und Wunder, welche die Antworten auf alle Fragen bereithält und weit darüber hinausreicht. Der Mensch wird selbst zu einem Schöpferwesen als Teil des universellen Ganzen. Dies kann, wie bereits erwähnt, auch in Träumen geschehen, nur agiert dort das Unterbewusstsein, sodass die geträumten Ereignisse nur eine diffuse Erinnerung bleiben und in der Realität meist nichts bewirken können.

In den Coachings nach meiner Methode geht es deshalb darum, eine bewusste Verbindung herzustellen, um gleichzeitig den Fokus von Verstand und Ego abzuziehen und schließlich auf das Herz zu lenken. Denn dies ist der Ort und gleichzeitig der metaphysische Bereich, in dem Ihnen ehrliche und „ungefilterte“ Antworten übermittelt werden können.

Dazu gehören auch solche, die Sie eigentlich gar nicht hören möchten! Genau das ist damit gemeint, die mentale Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, um aus der eigenen Komfortzone herauszutreten. Das hier ist kein