

# WAS IST QUANTENHEILUNG?



*Was Bewusstheit bewirken kann und wie sie unser Leben verändert.*

**ANJA KEUKERT**

## Inhalt

I. Rechtliche Hinweise .....	3
II. Vorwort.....	4
1. Einführung: Allgemeines zur Quantenheilung .....	5
2. Warum diese Form der Quantenheilung? .....	7
3. Was bedeutet „veränderter Bewusstseinszustand“? .....	8
4. Wie reagiert der Körper auf Reine Bewusstheit?.....	10
5. Was ist das Wohlfühl? .....	12
6. Wie wirkt die Quantenheilung?.....	14
7. Wie wird eine Anwendung durchgeführt?.....	17
8. Was ist die Zweipunkt-Methode?.....	19
9. Bei welchen Beschwerden und Krankheiten ist die Quantenheilung hilfreich? .....	20
10. Quantenphysik – Wo kommt diese Methode her?.....	22
11. Bonus: Erfahrung Reiner Bewusstheit .....	23
III. Schlusswort.....	24

## **I. Rechtliche Hinweise**

Das Copyright zu diesem Ebook liegt bei Anja Keukert. Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Ebook darf, auch nicht auszugsweise, nicht ohne schriftliche Genehmigung durch den Autor Anja Keukert kopiert werden. Verstöße werden sofort abgemahnt und rechtlich verfolgt.

An dieser Stelle möchte ich darauf hinweisen, dass Quantenheilung als Heilmethode nicht vollständig bewiesen werden kann. Zwar basiert diese Methode auf den Grundlagen der Quantenphysik, aber dennoch kann die Wirkungsweise an sich noch nicht erklärt und dargestellt werden.

**Quantenheilung schließt den Besuch beim Arzt oder die Einnahme von Medikamenten nicht aus!**

Ich möchte explizit darauf hinweisen, dass dieses Buch nicht die Absicht hat, Heilungsversprechen abzugeben oder dazu aufzurufen, nicht zum Arzt zu gehen oder Medikamente nicht einzunehmen!

Des Weiteren liegt die Verantwortung nicht bei mir, sondern bei jedem Anwender selbst.

## **II. Vorwort**

In meiner Praxis werde ich immer wieder gefragt: Was ist eigentlich diese Quantenheilung, die du da anwendest? Und worin liegt der Unterschied zwischen deiner und anderen Methoden?

Auch bei der Suche online unter Google und Co. fällt diese Frage immer wieder auf. Die Antwort fällt sicher nicht so leicht wie die Anwendung dieser sehr einfachen Methode. Dennoch möchte ich mich dieser Frage stellen und Ihnen erklären, was es mit der Quantenheilungs-Methode, die ich anwende, auf sich hat.

Schon bevor ich Heilpraktikerin war, wendete ich allerlei energetische Methoden zum Wohlbefinden an, darunter auch Reiki und Qigong. Darüber stellte ich fest, dass da noch mehr ist, dass alles besser wirkte, wenn ich aufmerksam bei der Sache war... dies sollte sich über das Erlernen von Quantenheilung bewahrheiten.

## 1. Einführung: Allgemeines zur Quantenheilung

„Quantenheilung“ ist zuerst einmal in Deutschland rechtlich ein nicht geschützter Begriff. Soweit ich die Entwicklungen mit verfolgt habe, gibt es mehrere Strömungen, aus denen dieser Begriff hervor gegangen ist. Alle scheinen eine Quelle zu besitzen: die Transzendente Meditation (kurz TM).

Erkenntnisse zur Quantenheilung kann man zum Beispiel ziehen aus Deepak Chopra, Frank Kinslow, Eckhart Tolle und anderen.

Frank Kinslow, Chiropraktiker aus den USA, entwickelte eine Methode (Quantum Entrainment®, kurz QE®), die ins Deutsche etwas unscharf als „Quantenheilung“ übersetzt wurde. Denn im Grunde geht es bei diesen Techniken nicht um die Heilung, sondern ums Heilsein. Dazu aber später etwas mehr.

Weitere Methoden wie Matrix Energetics® tauchen heute auch in Verbindung mit dem Begriff „Quantenheilung“ auf. Diese Techniken kann und werde ich in meinem kleinen Ratgeber nicht behandeln oder beurteilen, da ich dies nicht kann und will. Ich kann lediglich für die Quantenheilung sprechen, die ich kenne, nämlich die von Deepak Chopra und Frank Kinslow.

Mit der Zeit entwickelten sich vor allem aus Matrix Energetics® und Quantum Entrainment® neue Techniken, die beide Methoden miteinander mischten, was meiner Erfahrung nach dem zuwider läuft, was durch Frank Kinslow gelehrt wird: halte alles so einfach, wie es nur geht! Denn dies ist die Essenz aller Meditations-techniken, um das Gewahrsein von Reiner Bewusstheit wahrzunehmen, unserem innersten Selbst. Viele Methoden schmücken die einfachen Techniken wieder aus, um sie angeblich zu optimieren und geraten dabei zunehmend ins Tun und somit zurück zum Ego. Sie machen eine Show aus etwas, das eigentlich gar nicht spektakulär sein sollte, da es unsere wahre Natur ist. Vielleicht glauben die Erfinder dieser Mischtechniken ja selbst, dass es unbedingt nötig ist, während einer Anwendung die Leute umkippen lassen zu müssen oder mit Energien zu spielen. Aus meiner Erfahrung heraus braucht es solche Show-Effekte nicht, damit eine Besserung eintritt – ganz im Gegenteil! Im besten Fall werden die Teilnehmer beeindruckt und es entsteht eine Art Placebo-Effekt oder es passiert gar nichts. Im schlechtesten Fall bläht sich das Ego des Anwenders mit Tun so weit auf, dass es ein Ziel erreichen möchte und dafür anfängt zu kämpfen und sich immer wieder fragt, warum Quantenheilung nicht funktioniert. Denn das ist dabei dann die „Gefahr“.

Ich persönlich finde solche Entwicklungen sehr schade, verschleiern sie doch wieder das, worum es bei der Quantenheilung wirklich geht: das Selbstgewahrsein. Dazu aber später mehr.

In meinem kleinen Ratgeber werde ich vor allem den Begriff „Quantenheilung“ benutzen. Ich gehe damit vor allem auf die Grundlage der TM ein, so wie ich es von meinen Lehrern gelernt habe.

## 2. Warum diese Form der Quantenheilung?

Ich finde es genial, wie direkt und ohne Umschweife, auf der tiefsten Ebene unseres Seins diese Methode funktioniert.

Und das ganz ohne jegliches Tun. Wie Sie später erfahren werden, tue ich nichts, ich bin einfach nur bewusst. Reines Sein. Reines Bewusstsein. Ich heile nicht, sondern schaffe lediglich einen guten Nährboden für die Selbstheilungskräfte meines Gegenübers. Denn wie der Volksmund weiß: Ruhe ist der beste Heiler. Und wie Sie durch die Bonus-Übung an sich selbst spüren werden, geschieht eine sehr tiefe Ruhe alleine dadurch, dass die Gedanken anhalten. Wie Sie durch dieses kleine Büchlein lernen werden, ist diese Art der Ruhe die tiefste, die wir erfahren können. Und das, obwohl wir hellwach und sehr klar im Geiste sind!

Dass wir einfach nur Reines Bewusstsein wahrnehmen bedeutet im Umkehrschluss aber auch, dass wir keine Energien beeinflussen. Wir arbeiten nicht mit ihnen, auch nicht mit körperlichen oder universellen Energiefeldern. Um ganz ehrlich zu sein, ist mir das zu viel Arbeit! Über die Quantenheilung bin ich in solchen Dingen echt faul geworden... Spaß beiseite.

Selbst wenn manche Patienten mir berichten, dass sie eine Anregung des Energieflusses spüren können, ist eine Quantenheilungs-Anwendung keine aktive Lösung von Energieblockaden, keine Energieübertragung, keine Beeinflussung einer Energie.

Es ist lediglich ein Bewusstseinszustand, ein Wohlgefühl, das sich auf eine andere Person überträgt. Die andere Person kann dieses Wohlgefühl spüren oder hat einfach nur eine Wahrnehmung von... Nichts! Ja, das sagen mir auch ganz viele Leute: „Ich fühle einfach nichts!“ und schauen mich dabei mit glücklichem Funkeln in den Augen an.

### 3. Was bedeutet „veränderter Bewusstseinszustand“?

Sicher kennen Sie die Bewusstseinszustände, die Sie jeden Tag durchleben und erfahren:

- Wachsein
- Traumphase
- Tiefschlaf

Wobei es schwierig ist, beim Tiefschlaf davon zu sprechen, ihn zu durchleben. Denn an was davon können Sie sich ganz genau erinnern? Was genau nehmen Sie während des Tiefschlafs wahr? Ich denke, ich kenne Ihre Antwort: Nichts! Ist es nicht so?

Außerdem gibt es noch einen weiteren Zustand, den Sie sicher kennen, ihn jedoch selten bewusst wahrnehmen: Reines Bewusstsein. Dieser Zustand ist uns bekannt, seitdem es Menschen gibt. Allerdings entgleitet er uns immer wieder, da unser Verstand ihn nicht in die üblichen Schubladen einordnen kann. Denn in diesem Zustand gibt es keine Bewertungen wie gut oder schlecht, richtig oder falsch, hell oder dunkel, warm oder kalt. Wir **sind** einfach nur. Die Sprache verrät es ja bereits: *Sind* kommt von **Sein**! Hier herrscht also kein Tun, nur Dasein, Sosein, Reines Bewusstsein oder wie immer Sie es nennen mögen. Im weiteren Verlauf meiner Ausführungen bleibe ich einfach bei Reinem Bewusstsein.

Anzeichen, dass Sie des Reinen Bewusstseins gewahr waren, könnten sein:

- eine tiefe körperliche Entspannung und/oder
- ein wohliges Gefühl, das ohne jeglichen Grund da ist.

Wenn Sie Erfahrung mit Meditation haben, kennen Sie diesen Bewusstseinszustand sicher schon. Mit ein wenig Übung stellt sich währenddessen ein Gefühl von Leichtigkeit und Entspannung ein. Manchmal kommt es einem so vor, als würde man schweben. Allerdings dauert es oft lange, bis wir diesen Grad an Tiefe während der Meditation erlangen.

Viele einfache Übungen helfen uns, Reines Bewusstsein wahrzunehmen, wir erleben Reine Bewusstheit. Und das sogar im Alltag! Es ist wie ein Umschalten vom „gewöhnlichen Alltagsbewusstsein“ hin zur Reinen Bewusstheit.

Oft wird Reines Bewusstsein als Ziel dargestellt, was an der Sache vorbei geht. Denn Reines Bewusstsein ist unendlich und somit ***immer in jedem von uns und in allen Dingen*** enthalten. Es ist die Grundlage für unsere Welt, für den Körper, für all die Dinge, die es gibt und mit denen Sie Tag für Tag umgehen.

Nur leider schauen wir nicht mehr dorthin, richten unsere Aufmerksamkeit eher auf die Dinge, anstatt auf unser Sein. In der heutigen Welt ist es wichtiger geworden, was man darstellt und besitzt, als das, was man ist.



## 4. Wie reagiert der Körper auf Reine Bewusstheit?

Während wir uns des Reinen Bewusstseins gewahr sind, entspannt sich der Körper augenblicklich.

Aber warum ist das so?

Wir haben jeden Tag viele tausend bewusste und unbewusste Gedanken. Auf diese Gedanken folgen Botenstoffe, die sich im gesamten Körper ausbreiten und potenziell durch jede unserer Milliarden Zellen gelesen werden können. Dies geschieht sehr schnell und unmittelbar. Stressige, zerstörerische Gedanken erzeugen in unseren Zellen Unordnung, Stress, Zerstörung – wir werden krank.

Machen Sie doch einfach mal folgende Übung für sich:

Stellen Sie sich bitte folgende Situation vor: Sie überqueren gerade eine Straße, als ein Auto rasend schnell auf Sie zu gerast kommt. Das Auto bremst noch und Sie stehen wie angewurzelt da, schauen nur auf die Scheinwerfer und das Auto kommt immer näher... Wie geht es Ihnen dabei und wie fühlt sich Ihr Körper dabei an? Ich glaube, dass Ihre Antwort kaum „tiefenentspannt“ lautet.

Und nun stellen Sie sich einen Spaziergang im Wald vor. Sie atmen die frische Luft bis tief in Ihre Lungen und genießen das Gezwitscher der Vögel. Auch hier reagiert Ihr Körper, diesmal aber mit Entspannung. Stimmt's?

Diese Reaktionen geschehen schnell und sehr direkt. Der Körper passt sich sehr präzise jeder Situation an, was ja auch im Alltag nötig ist. Wir müssen nichts dazu tun, es geschieht ganz einfach. Selbst die Vorstellung lässt unseren Körper reagieren.

In der heutigen Zeit verfolgt uns häufig der „emotionale Säbelzahntiger“, nämlich die andauernden Gedanken an vergangene Konflikte, die wir nicht verarbeiten können. Daraus entstehen Emotionen wie Ärger, Frustration usw. Aber auch Gedanken an mögliche zukünftige Ereignisse versetzen uns in Unwohlsein wie Angst und Unsicherheit.

Außerdem kommt die zunehmende Stressbelastung der neuen Medien dazu, die uns vorgaukeln, immer erreichbar sein zu müssen – für Freunde, Bekannte, aber auch für unseren Chef. Nur um wettbewerbsfähig zu bleiben, in einer Welt, die sich scheinbar immer schneller dreht und auf „höher – weiter – schneller – besser“ setzt, anstatt auf Innehalten und Selbsterfahrung.

Was wäre nun, wenn wir unsere Gedanken entschleunigen könnten? Genau! Es gäbe weniger Emotionen und unser Körper bekäme eine Verschnaufpause, er hätte Zeit zur Kurzentspannung und Neuorganisation! Kleine Übungen verhelfen uns zur Heilung – und zwar auf allen Ebenen unseres Seins: körperlich, geistig, seelisch. Es entsteht ein Gefühl von Einssein, was nichts anderes bedeutet, als dass unsere Gedanken uns nicht mehr vom Rest der Welt abspalten, wir fühlen uns eins mit der Welt auf einer sehr tiefen Ebene unseres Seins. Wir fühlen uns also ganz, komplett oder anders: heil. Dies spiegelt sich bis tief in unsere Zellen, unser Denken und unsere Emotionen wider.

Übrigens bedeutet Heilung – also Heilsein – nicht immer die totale Abwesenheit von Krankheiten, sondern auch das Annehmen einer solchen.



Werbung

## 5. Was ist das Wohlgefühl?

Was also geschieht, wenn Sie in der Lage wären, Ihre Gedanken anzuhalten? Ihr Körper könnte kurz inne halten. Geht nicht? Gegenfrage: Warum nicht? Ich halte ganz einfach dagegen und trete am Ende des kleinen Büchleins sogar den Beweis an, dass es geht. Sogar sehr viel einfacher, als Sie es vielleicht glauben mögen.

Wenn Sie Ihre Gedanken beobachten, werden sie langsamer und irgendwann ganz versiegen. Es bleibt eine Stille oder innerer Frieden, Ruhe, Gelassenheit, manchmal auch Glückseligkeit oder Euphorie. Was es auch sein mag, es ist ein wohliges Gefühl, das aus sich selbst heraus entsteht. Das bedeutet, dass es nicht durch etwas bedingt ist, also seinen Ursprung nicht im Außen in einer Situation hat. Es ist immer da, kann immer wahrgenommen werden, ist an keinerlei Bedingung geknüpft, ganz gleich, wie die äußere Situation gerade sein mag. Denn wer genau bewertet denn die Situation als gut oder schlecht? Natürlich Ihr Verstand! Unsere Gedanken!

Das Wohlgefühl existiert immer, denn es ist Ausdruck Ihres innersten Wesens, Ihrer Selbst! All die Gedanken und die Beschäftigung mit den Dingen dieser Welt legen sich wie ein Schleier über diese Erfahrung, sodass das Wohlgefühl zwar da ist, aber unbeachtet einem Schattendasein fristet.

Naja, Sie werden jetzt sagen: „Ich kann doch nicht ständig inne halten, um das Wohlgefühl wahrzunehmen, ich muss auch noch etwas arbeiten, meine Familie ernähren usw.“ Da gebe ich Ihnen Recht! Aber genau hier hilft die Quantenheilung weiter: denn Sie können anhand kleiner Übungen lernen, Gewahrsein in Ihr Leben zu integrieren, um diese Fülle des Wohlgefühls in Ihren Alltag einzubauen. Mit ein wenig Übung ist es nicht mehr nötig, immer an diese Übungen zu denken, Sie werden Ihr Wohlgefühl ganz leicht in jeder Situation wahrnehmen können - auch dann, wenn Sie gerade Stress haben!

Wichtig zu wissen ist, dass Ihr Wohlgefühl immer da ist, egal wo Sie sind und was Sie tun. Es ist immer erfahrbar und Sie müssen es nicht erreichen. Denn wozu wollen Sie etwas erreichen, was bereits vorhanden ist?

Ihr Wohlgefühl kann alle möglichen Formen annehmen. Ganz gleich, ob Sie Frieden, Freude, Stille, Ruhe, Unendlichkeit, Glückseligkeit oder etwas ganz anderes wahrnehmen, es ist immer Ihr Wohlgefühl. Und keines dieser Gefühle ist mehr wert, als ein anderes.

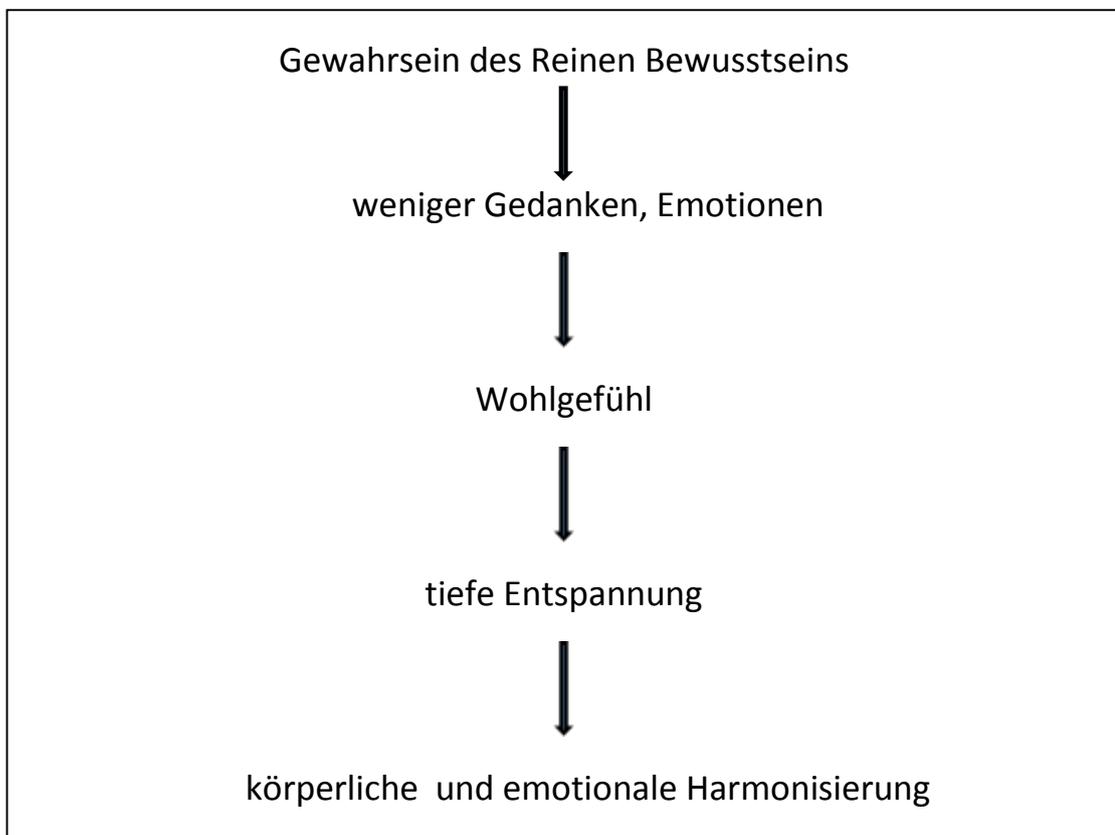
Ich spanne Sie noch ein wenig auf die Folter, aber ich bin sicher, wenn wir gegen Ende des kleinen Ratgebers eine Übung gemeinsam machen, werden Sie es erkennen können!



## 6. Wie wirkt die Quantenheilung?

Wie wirkt also nun die Quantenheilung auf den Körper und auf unsere Emotionen? Einiges habe ich Ihnen ja bereits erklärt.

Kurz zusammengefasst können wir sagen, dass wir durch eine tiefe Aufmerksamkeit von Reinem Bewusstsein weniger Gedanken haben und somit weniger Stress, ja sogar in stressigen Situationen besser mit der Belastung umgehen können. Dadurch nehmen wir ein wohliges Gefühl wahr, das dafür sorgt, dass unsere Selbstheilungskräfte aktiviert werden und sich unser Körper reorganisieren kann.



## Quantenheilung wirkt

- unmittelbar
- individuell
- ursächlich
- unterstützend
- auch für jede Art von Situation und Problem

Die Unmittelbarkeit haben Sie schon erfahren, als wir das Experiment gemacht haben, bei dem Sie sich verschiedene Situationen vorstellen sollten. Die eine hat Sie gestresst, die andere entspannt. Es bedeutet also, dass die Wirkung sofort eintritt. Wobei sie nicht immer bei jedem direkt sichtbar wird, einfach weil vielleicht tiefere Ebenen des Seins harmonisiert werden und eine Veränderung erst nach einiger Zeit zum Vorschein kommt, wenn Sie vielleicht schon gar nicht mehr daran denken.

Dabei sind wir schon beim Punkt individuell. Bei manchen dauert die Veränderung länger, andere berichten sofort von einer Besserung. Manchmal kann es mehrere Tage dauern, bis Schmerzen nachlassen oder sich Umstände verändern. Manche Menschen empfinden eine Zeit lang mehr Unbehagen oder Schmerzen, was auf sehr tiefe Selbstheilungsprozesse hinweist. Oft vergehen Beschwerden dauerhaft, in einigen Fällen ist es wichtig dran zu bleiben, da das Unwohlsein immer wieder auftritt. Jeder Mensch ist unterschiedlich und reagiert dementsprechend auf seine Weise. Das ist der Grund, warum wir eine Anwendung neugierig und ohne Erwartung angehen sollten.

Außerdem wirkt Quantenheilung an der Ursache des Problems. Nicht immer schmerzt der Körper dort, wo das Problem zu suchen ist. Schon oft sind mir in meiner Praxis körperliche Reaktionen untergekommen, die auf den ersten Blick nichts mit der schmerzenden Stelle zu tun hatten. Gab es dort eine Entlastung, waren an anderer Stelle die Schmerzen verschwunden!

Quantenheilung unterstützt auch andere Behandlungen. Ich wende bei meinen Patienten immer zuerst die Quantenheilung an, um den weiteren Fortgang der

Behandlung positiv zu unterstützen, denn mit der tiefen Ruhe, die dabei entsteht, lege ich einen guten Grundstein – Ruhe ist der beste Heiler! – für weitere Methoden.

Dies gilt genauso für schulmedizinische Therapien! Dabei können sogar Medikamente eine noch bessere Wirkung erzielen, Nebenwirkungen vermindert werden. Denn überlegen Sie mal, was Sie gelernt haben: Reines Bewusstsein ist in jedem Ding, in jedem Körper, in jeder Pflanze enthalten. Also auch in Medikamenten. Gäbe es Reines Bewusstsein nicht, gäbe es weder diese Arznei, noch Ihren Körper! Werden wir uns dessen gewahr, kommen wir zurück zu unserem Ursprung, zu unserem innersten Wesen.

Da Quantenheilung nicht nur auf Körper und Seele Einfluss hat, verwende ich sie genauso für die alltäglichen Dinge und Situationen. Denn im Grunde ist es ja – wie wir bereits gelernt haben – eher eine innere Haltung, ein Lebensstil, denn eine Heilungsmethode. Es geht darum, auch im Alltag gewahr zu sein. Mit einiger Übung ist es möglich, die innere Ruhe selbst in stressigen Momenten zu fühlen. Dadurch erfahren wir mehr Erfüllung und Frieden in unserem Alltag, sind stressresistenter und seltener krank. Auch für komplizierte Situationen und Beziehungen wende ich regelmäßig für mich und für andere die Quantenheilung an, sodass diese sich nach und nach auflösen. Sei es, weil man durch eine leichtere Einstellung manche Dinge besser ansprechen kann oder weil das Leben uns dann plötzlich Türen öffnet, von denen wir vorher nur geträumt haben. Das ist ein zutiefst befriedigendes Gefühl!

Mir selbst hat die Quantenheilung viele neue Perspektiven eröffnet und bei deren Umsetzung sehr viel Kraft gegeben. Chronische Erkrankungen haben sich insofern gebessert, als dass sie bisher nicht mehr nachgewiesen werden konnten und sich viele Symptome verbessert haben. Akute Probleme sind viel seltener geworden.

## **7. Wie wird eine Anwendung durchgeführt?**

In der Regel gestaltet sich eine Anwendung der Quantenheilung so, dass Initiator und Partner stehen. Eine Anwendung im Liegen wende ich persönlich im Laufe der weiteren Behandlungen an.

Zuerst wird der Initiator seinen Quantenheilungs-Partner fragen, was seine Beschwerden sind und ob er sie auf einer Skala von 1-10 bewerten kann. Bei Defiziten im Bereich des Bewegungsapparates sind sehr oft Bewegungseinschränkungen sichtbar.

Bei der ersten Behandlung findet noch eine kleine Aufklärung statt über mögliche Besonderheiten oder Vorkommnisse, die während der Anwendung auftreten könnten.

Das wären z. B. Schwanken, Loslassen der Muskulatur, Ausbruch von Emotionen, ein tiefes Durchatmen usw. Alles kann, nichts muss. Außerdem ist es wichtig, ohne ein Ziel an die Sache heran zu gehen – wir sind also neugierig und unbefangen, schauen einfach zu, was geschieht, da wir im Voraus ja nie sagen können, wie sich der Körper verhalten wird.

Im Anschluss wird der Initiator seinen Partner an 2 Stellen des Körpers berühren. Dies ist für die Wirkung der Quantenheilung nicht zwingend nötig, aber ich habe festgestellt, dass es für die Partner angenehmer ist, Körperkontakt zu halten. Zumal es dem Partner während des Schwankens Halt geben kann. Deshalb berühre ich meine Patienten in der Regel an der Vorder- und Rückseite der Schulter, um sie festzuhalten, falls sie aus der Balance geraten. Dies ist allerdings bereits ein positives Zeichen, beginnen nun doch die Selbstheilungskräfte ihre Arbeit, während der Partner seine Gedanken schweifen lässt und ich als Initiator einfach gewahr bin!

Nach wenigen Minuten ist diese Anwendung vorbei und ein Nachtest wird durchgeführt. Häufig kann hier schon eine Verbesserung der Situation nachgewiesen werden!

Manche Beschwerden – emotionaler oder chronische Natur – benötigen häufig längere Anwendungen. Diese beginne ich mit einer Kurzanwendung. Da es auf

Dauer im Stehen jedoch ungemütlich für beide Parteien sein könnte, verlagere ich meinen Partner nach einem kurzen Zwischentest auf die Liege, sodass er sich voll und ganz entspannen kann.

Nach in etwa 20, 30 oder 60 Minuten wird der Nach-Test durchgeführt, damit Anwender und Partner ein Gefühl dafür haben, was sich getan hat.



## 8. Was ist die Zweipunkt-Methode?

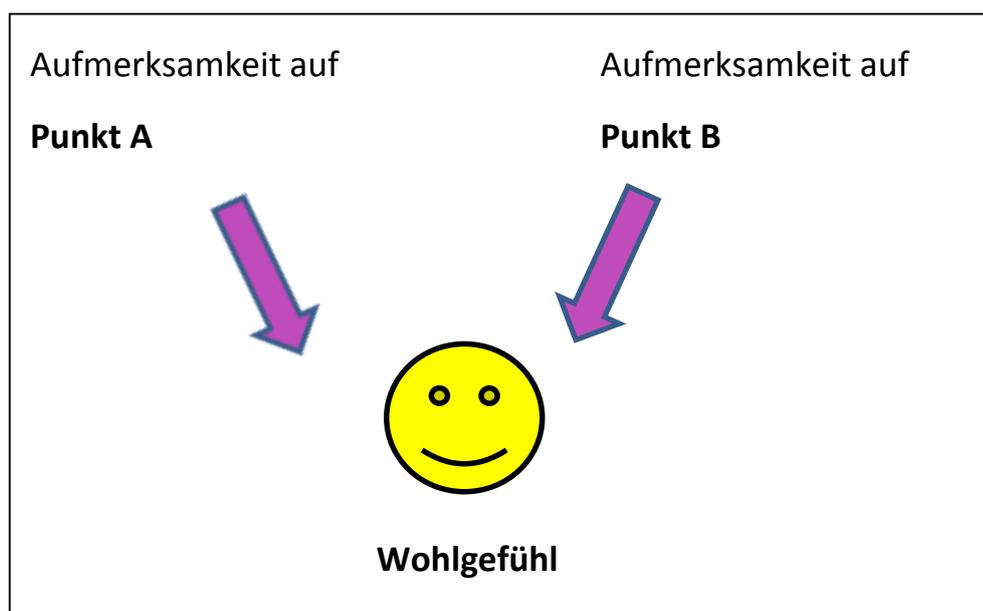
Diese Frage ist sehr berechtigt!

Wenn Sie nach der Quantenheilung im Internet suchen, wird Ihnen der Begriff „2-Punkt-Methode“ sehr häufig begegnen und jede Disziplin versteht sie ein wenig anders.

Ich kann also nur erklären, was ich selbst gelernt habe und was ich für das simpelste Verfahren halte.

Während einer Anwendung berührt der Initiator den Partner an 2 Stellen des Körpers. Wenn Sie Quantenheilung erlernen, ist dies Ihre erste Lektion: die Aufmerksamkeit erst auf die eine, dann auf die zweite Stelle zu legen, dann auf beide gemeinsam. Dadurch werden Ihre Gedanken ruhiger und das Wohlgefühl kommt zu Vorschein, das Sie nun zusätzlich beobachten. Es ist quasi der 3. Punkt, den Sie wahrnehmen. Mit ein wenig Übung ist es nicht mehr nötig, die Aufmerksamkeit auf die ersten beiden Punkte zu legen, denn Sie nehmen sofort das Wohlgefühl in Ihnen wahr.

Die 2-Punkt-Methode ist eigentlich ein kleiner Trick, um unserem Verstand etwas „Futter“ zu geben, da er immer beschäftigt sein und etwas tun will.



## 9. Bei welchen Beschwerden und Krankheiten ist die Quantenheilung hilfreich?

Zuerst sei hier nochmal darauf hingewiesen, dass die Quantenheilung nicht heilt! Sie ist keine Heilungsmethode im ursprünglichen Sinne, selbst wenn in ihrem Namen „Heilung“ steht. Vielleicht sollte man sie besser in „Quantenbewusstsein“ umbenennen...

Aber auch kein anderes Verfahren heilt, auch wenn das häufig so geglaubt wird und so rüber kommt. Es benötigt die Bereitschaft des Patienten und die Aktivierung seiner Selbstheilungskräfte – durch Reines Bewusstsein. An dieser Stelle möchte ich Frank Kinslow zitieren, der immer wieder betont:

„Nicht das Heilverfahren, sondern das Gewahrsein bewirkt Heilung.“

„Wie das?“ werden Sie sich jetzt vielleicht fragen. Sie haben im Laufe des Büchleins gelernt, dass es nichts ohne Reines Bewusstsein gäbe. Erinnern Sie sich an die Leere, Reines Bewusstsein, woraus alles entsteht und worin alles enthalten ist. Dabei ist es ganz gleich, ob dies ein Zustand von Gesundheit oder Krankheit ist. Die Ayurveda sagt, dass Krankheit immer dann entsteht, wenn Bewusstheit aus dem Körper verschwindet. Dann werden disharmonischen Zuständen Tür und Tor geöffnet. Sind wir unseres Körpers gewahr – und somit auch des Reinen Bewusstseins darin -, entsteht die Basis des Heilungsprozesses: Ruhe, Stille.

Von daher kann man sagen, dass Quantenheilung immer und bei jeder Erkrankung wert ist, angewendet zu werden – und sei es zur Unterstützung.

Sehr gute Erfahrungen habe ich mit dieser Methode gemacht, wenn es um **Schmerzen** geht. Dabei können sie *organischer* Herkunft sein, wie z. B. bei Verdauungsproblemen, Blasenentzündungen, Nebenhöhlenentzündungen, Nervenschmerzen. Kopfschmerzen wie Migräne sprechen auch gut auf Quantenheilung an.

Erstaunliche Erfahrungen habe ich mit Schmerzen des *Bewegungsapparates* gemacht, z. B. Arthrose, Arthritis, Verspannungen, Verrenkungen, Prellungen usw. oder mit denen, die einen *seelischen Ursprung* (psychosomatisch) haben. Diese Zustände werden ursächlich aufgelöst und Linderung erfolgt meist relativ schnell. Wobei – wie bereits erwähnt – chronische Schmerzen manchmal länger benötigen und die Wirkung individuell ist... wie bei jeder anderen Methode auch.

Symptome, die durch **Stress** ausgelöst werden, können schnell und effektiv gelindert werden, denn hier wirkt die Quantenheilung als sofortiger „Ruhestifter“ sehr effektiv entgegen.

*Körperliche Auffälligkeiten* bei Stress können sein: erhöhter Blutdruck, Herzrhythmusstörungen, Entzündungen von Magenschleimhaut bis hin zu Geschwüren von Magen und Zwölffingerdarm, sowie weitere Verdauungsprobleme wie Durchfall oder Verstopfung, Übelkeit und Sodbrennen. Schlafprobleme, Infektanfälligkeit, Allergien, Hauterkrankungen, Kopfschmerzen, Schilddrüsenprobleme oder Tinnitus runden das Bild von Stress auf körperlicher Ebene ab.

*Psychisch-emotional* können Anzeichen entstehen wie Nervosität, Aggressionen, Depressionen, Ängste und Angststörungen, ein Gefühl von Ausgelaugt sein bis hin zu Burnout, Konzentrationsstörungen oder ADS/ADHS.

Kurzum: unser Körper meldet uns, wenn wir nicht mehr die Tiefe unseres Seins spüren.

Sie können den Heilungsprozess selbst positiv beeinflussen mit der Übung, die ich Ihnen an die Hand geben werde und durch die Quantenheilung bei einem professionellen Anwender. Gerne dürfen Sie auch hier auf mich zurückgreifen und mich kontaktieren. Ich helfe Ihnen gerne! [nhp.anja.wahl@gmx.de](mailto:nhp.anja.wahl@gmx.de)

Und um noch einmal zu ermahnen: viele dieser Symptome und Erkrankungen benötigen als Grundbehandlung eine professionelle Unterstützung durch Ihren Arzt oder Heilpraktiker, bei psychischen Problemen sollten Sie einen Psychologen konsultieren.

## 10. Quantenphysik – Wo kommt diese Methode her?

Durch Wissenschaftler wie Galileo, Descartes und Newton wurde in früheren Jahren unser Weltbild aufgebaut, das besagt, dass es viele, autonom voneinander bestehende Dinge gibt. Im 20. Jahrhundert wurde dieses Weltbild auf den Kopf gestellt und sickert beständig in unser kollektives Bewusstsein hinein.

Denn Physiker wie Einstein, Heisenberg, Planck, Schrödinger, Bohr usw. stellten plötzlich fest, dass sie - je tiefer sie durch die immer besser werdenden Instrumente in die Materie schauen konnten -, nichts anderes als sich selbst erblickten! Denn alle Dinge sind aus demselben Urstoff! Die Dinge existieren zwar getrennt voneinander, stehen aber in enger Verbindung und Beziehung zueinander. Das bedeutete, dass der Betrachter eines Experimentes mit diesem in Resonanz war. Tief in der Materie ist noch etwas, das alles zusammen hält, auf einer Ebene, die nicht mehr sichtbar oder messbar ist. Der Geist wird heute als Fundament begriffen, der in jeder Materie wirkt. Manche Physiker wie Hans-Peter Dürr gehen sogar so weit, dass sie behaupten, es gibt keine Materie.

Fritjof Capra stellte fest: *Geist und Materie erscheinen nicht länger als zwei getrennte Kategorien, wie DESCARTES glaubte, sondern man kann sie als unterschiedliche Aspekte desselben universalen Geschehens betrachten.*

Das, was die heutigen Physiker Geist nennen, beschreiben alte Weisheiten als Reines Bewusstsein, als Leere oder Nichts. Alles entsteht aus dieser Leere, die unendliche Möglichkeiten beherbergt, aber keine davon ist materiell, sodass wir sie nicht mit unseren Sinnen wahrnehmen können. Diese Leere ist unendliches Potenzial. Und dennoch ist Reines Bewusstsein/die Leere erfüllt und genauso nehmen wir sie wahr: als die Erfüllung des Wohlgefühls: in der Meditation – oder eben der Quantenheilung! Sie ist die ordnende und schöpferische Instanz, die in uns allen vorhanden ist und aus der wir erschaffen wurden und in jedem Moment neu erschaffen werden.

Im Laufe der Zeit stellte sich heraus, dass der Beobachter die beobachteten Teilchen beeinflusst und sie sich dadurch verändern – ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht. Es scheint also die beobachtende Haltung, das gelassene Innehalten zu sein, das Dinge verändern kann, nicht so sehr das Tun im täglichen Hamsterrad.

## 11. Bonus: Erfahrung Reiner Bewusstheit

Sie haben nun sehr viel Theorie gelesen und fragen sich bestimmt immer noch, wie es eigentlich ist, Reines Bewusstsein zu erfahren. Das kann ich Ihnen nicht verdenken! Also schnallen Sie sich an, wir kommen nun zu einer kleinen Erfahrung Ihrer Selbst!

Lesen Sie sich zuerst den Text durch und prägen Sie ihn sich ein. Befolgen Sie die Übung dann nach und nach. Dies geht gerade am Anfang leichter bei geschlossenen Augen.

Beobachten Sie Ihre Gedanken. Was Sie gerade denken, ist nicht wichtig, schauen Sie einfach genau hin, was sich Ihnen zeigt. Seien Sie sehr aufmerksam, nachdem Sie sich folgende Frage gestellt haben: Woher kommt mein nächster Gedanke? Halten Sie kurz inne und beobachten Sie einfach nur, was in dem Moment geschieht, nachdem Sie sich diese Frage gestellt haben. Wiederholen Sie dies einige Male. Nehmen Sie eine Lücke in den Gedanken wahr, nachdem Sie sich die Frage gestellt haben? Üben Sie immer weiter! Je mehr Sie üben, umso mehr wird sich die Lücke verlängern und vergrößern.

Und noch etwas: Stellen Sie nach ca. 1 Minute des Übens fest, wie Sie sich jetzt fühlen. Sind Sie ruhiger, ausgeruhter? Wie fühlt sich der Körper an?

Üben Sie ruhig häufiger am Tag, sagen wir jede Stunde einmal für ca. 1 Minute, in der Sie sich immer wieder fragen „Woher kommt mein nächster Gedanke?“ oder „Welche Farbe hat mein nächster Gedanke?“ oder auch: „Wie riecht mein nächster Gedanke?“ Schon sehr bald benötigen Sie die Übung nicht mehr, da Sie sich im Alltag immer häufiger Ihrer Lücken im Denken bewusst werden, die sich immer weiter verlängern.

Nach allem, was Sie in meinem kleinen Büchlein gelernt haben, wird es Sie nicht erstaunen, dass Sie dadurch mit der Zeit stressresistenter werden, mehr Gelassenheit und Entspannung im Alltag genießen werden und mehr Freude und Fülle in Ihr Leben kommt.

### III. Schlusswort

Ich hoffe, dass dieser kleine Ratgeber Ihre Fragen beantworten konnte und für Sie interessant und hilfreich war.

Und vielleicht durfte ich einen kleinen Beitrag dazu leisten, dass Sie in Zukunft Ihr Wohlfühl in Ihrem Leben verankern und bedeutend mehr Fülle und Freude erfahren werden, bei allem, was Sie tun. Wenn mein Ratgeber Sie auf die Quantenheilung ein wenig neugierig gemacht hat und Sie die Übung regelmäßig anwenden, haben Sie bereits viel an Tiefe in Ihr Leben gebracht. Ich würde mich freuen, wenn ich Ihnen mit diesem kleinen Büchlein helfen konnte!

Haben Sie Fragen oder Anregungen? Dann wäre es schön, wenn Sie mir eine E-Mail schreiben an [nhp.anja.wahl@gmx.de](mailto:nhp.anja.wahl@gmx.de)

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg und Vergnügen beim Üben des Gedankenanhaltens!



Herzlichst

Anja Keukert

Anja Keukert



Klick führt auf die Praxis-Homepage