

## Healing Touch

### Die heilsame Kraft der sanften Berührung

Beate Grabow und Ingelore Bonfert

*Healing Touch ist eine sanfte Biofeld-Energiearbeit, die die Gesundheit auf allen Ebenen unterstützt und fördert. Dabei können Harmonie und Ausgeglichenheit im Energiefeld hergestellt und dadurch die Selbstheilungskräfte des Klienten unterstützt werden.*

Haben Sie schon einmal erlebt, wie es sich anfühlt, wenn eine Person im Kontakt mit Ihnen ihre ganze Aufmerksamkeit an die Stelle lenkt, wo sie sanft Ihren Körper berührt? Wie das einen Fluss von Licht und Liebe herstellt, der Sie tief entspannt, inneren Frieden bringt und das System sich an die inhärente Ordnung erinnern lässt? Wenn Sie sich das vorstellen können, bekommen Sie eine Ahnung davon, was Healing Touch (HT) bewirken kann.

Janet Mentgen, eine ganzheitlich ausgerichtete Krankenschwester in den USA, suchte nach Möglichkeiten, im Rahmen ihrer Tätigkeit den Patienten und Patientinnen Erleichterung zu verschaffen, den Heilungsprozess zu unterstützen und zu beschleunigen. So stellte sie ein Programm zusammen aus alten, zum Teil östlichen Behandlungsmethoden und kombinierte diese mit modernen Varianten. Einige Methoden entwickelte sie selbst, andere stellten Alice Bailey, Brugh Joy, Daskalos, Reverend Dr. Scudder, Barbara Brennan und andere zur Verfügung. Dieses Programm wurde schon 1989 als Pilotprojekt an amerikanischen Universitäten begonnen und ist seit 1990 bei der AHNA in den USA Teil der Ausbildung in Pflegeberufen.

In den USA arbeiten viele Krankenhäuser mit HT-Praktikern zusammen, die sich bei Eingriffen oder Erkrankungen um die Genesenden kümmern. So hat unter anderem die Herzchirurgin

Dr. Mimi Guameri im Sripps Center for Integrative Medicine, San Diego bei ihren Herz-OPs HT-Praktiker/-innen dabei, um die Kranken energetisch bestmöglich zu unterstützen.

#### Wie funktioniert HT?

HT geht von der Annahme aus, dass der Mensch aus einem physischen und einem feinstofflichen Körper, dem Biofeld, besteht. Manche Menschen können diesen feinstofflichen Körper sehen. Barbara Brennan verdeutlicht und verbildlicht in ihren Veröffentlichungen diese Grundlage der Arbeit mit HT.

In der Anwendung zielt HT, anders als Massage oder Physiotherapie, in erster Linie auf dieses Biofeld und die Chakren. HT beinhaltet eine Vielzahl spezifischer Methoden bei unterschiedlichen Indikationen, wodurch sich die Wirkung schnell und differenziert einstellt. Der Begriff »Chakra« stammt aus dem Sanskrit und wird mit Rad oder Wirbel umschrieben. Chakren sind Energiewirbel, über die Energie von außen in unsere feinstofflichen und physischen Körper eintreten und die diese versorgen können. Mit den Chakren stehen jeweils bestimmte Organe, aber auch emotionale Zustände und Lebensthemen im Zusammenhang.

Die Erkenntnisse der Quantenphysik helfen uns zu verstehen, dass alle Lebewesen komplexe Energiefelder sind, die materielle *und* wellenförmige Eigenschaften haben. Dr. James Oschman ist ein amerikanischer Wissenschaftler, der in seinem Buch »Energiemedizin« (2006) Erklärungsmodelle für die Wirkungsweise energetischer Behandlungsmethoden aufstellte und sammelte. HT-Anwender/-innen arbeiten mit einem

seiner Erklärungsmodelle. Seine Definition und Hypothese lautet:

»Heilende Energie – ob von einem medizinischen Gerät produziert oder vom menschlichen Körper ausgehend – ist Energie einer bestimmten Frequenz oder eines Frequenzspektrums, von der die Reparatur eines Gewebes (...) stimuliert wird.«

### Healing Touch konkret

HT ist eine anerkannte Methode mit Zertifizierung. Eine Behandlung unterliegt ganz bestimmten Regeln, die in Kursen unterrichtet werden. Dazu gehören: Anamnese, das energetische Erfassen des subtilen Biofeldes und der Chakren sowie deren Beschaffenheit mit Händen und Pendel, eine gemeinsame Zielsetzung (kurzfristig und langfristig), die spezifische energetische Behandlung, das energetische Nacherfassen und ein Abschlussgespräch.



Wichtig ist die Einstimmung der Behandelnden (Erden, Zentrieren, Intention stellen) auf den Klienten, sodass dieser in seinem ganzen Sein angenommen wird.

HT-Anwender stellen keine Diagnosen und erheben keinen Heilungsanspruch. Sie sehen sich vielmehr als Unterstützende bei konventioneller medizinischer Versorgung und helfen ihren

Klientinnen und Klienten bei der Wiederherstellung der Balance im Energiesystem zur Aktivierung und Stärkung der Selbstheilungskräfte.

### Indikationen

- HT hat sich in den folgenden Bereichen besonders bewährt:
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte bei akuten und chronischen Leiden
- Schmerzlinderung
- Behandlung von Knochenbrüchen, Rücken- und Nackenproblemen
- Stressabbau, Burnout, Angst und Depression
- Kraft- und Mutlosigkeit
- Unterstützung im Trauerprozess
- Vor und nach Operationen
- Stärkung der Abwehrkräfte
- Beschleunigung der Genesung
- Begleitung heilpraktischer und schulmedizinischer Therapien
- Unterstützung in der Palliativmedizin

### Naturmedizinisch relevante Charakteristika von HT

- *Es ist nicht-invasiv:* HT kommt ohne Injektionen, Medikamente oder chirurgische Anwendungen aus.
- *Es ist wirksam:* Untersuchungen haben gezeigt, dass HT die Entspannung fördert und den Heilungsprozess beschleunigt.
- *Es ist ungiftig:* HT stellt die Harmonie und das Gleichgewicht in unserem natürlichen Energiesystem ohne Verwendung von Arzneimitteln mit dem Risiko von Nebenwirkungen wieder her.
- *Es ist sparsam:* Für HT benötigt man keine Geräte oder andere Materialien. Ein offenes Herz, ein Paar Hände und ein bereitwilliger Geist sind alles, was man braucht. Und es kann in jeder Situation angewendet werden.
- *Es ist umweltfreundlich:* HT verbraucht keine Ressourcen und verursacht keinen Abfall.

Zudem kann durch die Behandlung der Gebrauch von Medikamenten reduziert werden.

- *Es ist eine stille Arbeit:* Während der Behandlung müssen weder Therapeut/-in noch Klient/-in sprechen – beide können still die eigenen inneren Prozesse beobachten, die Energie auf wirken lassen und so die Selbstheilungskräfte unterstützen.

### Beispiele aus der Praxis

**Sterbe- und Trauerbegleitung:** Eine Frau B. (93 Jahre) befindet sich beim Eintreffen der Angehörigen offensichtlich bereits im Sterbeprozess. Angesichts der Situation bricht die mit HT vertraute Angehörige in Tränen der Hilflosigkeit aus. Dann besinnt sie sich darauf, dass sie für diesen tiefen Transformationsprozess die HT-Methode »Chakrenausbreitung« anwenden könnte. Während sie das tut, breitet sich in ihr und im Raum ein tiefer Frieden aus, und sie kann die Sterbende souverän bis zu ihrem letzten Atemzug und zur Aussegnung begleiten. In der Folgezeit, so berichtet sie, habe sie häufig eine Selbstbehandlung mit Chakrenverbindung gemacht und jedes Mal diesen tiefen Frieden erlebt, was sie immer wieder an diesen kostbaren, intimen Augenblick des Sterbens ihrer Mutter erinnerte und wodurch sie leichter mit ihrer Trauer umgehen konnte.

Frau F. (50 Jahre) hat ihren an ALS erkrankten Sohn (25 Jahre) verloren. Nach einer Behandlung (Chakrenverbindung und Chakrenausbreitung) fühlte sie sich erleichtert und etwas zuversichtlicher, mit ihrem Schmerz umgehen zu können. Es wurden noch einige Termine verabredet, um sie in diesem Prozess weiter zu unterstützen.

Herr K. (65 Jahre) hatte über Jahre seine Frau rührend gepflegt, war auf ihr Ende vorbereitet, litt aber sehr unter dem Verlust. Über mehrere Behandlungen konnte er seine Erschöpfung

überwinden und Kraft für diesen kontemplativen Prozess des Trauerns schöpfen, um mit seinem Verlust umgehen und wieder präsenter im Jetzt leben zu können.

### Fazit

Tiefe Entspannung, Linderung von physischen und emotionalen Schmerzen und Unwohlsein sowie ein Gefühl der allgemeinen Zentrierung sind das Ergebnis jeder Behandlung. Dazu kommt das besondere Erleben, für die Dauer der Behandlung die ungeteilte Aufmerksamkeit eines liebevoll zugewandten Menschen zu haben. Im Sterbe- und Trauerprozess kann Healing Touch wirksam sein, um emotional und energetisch das Erlebte in Bewegung zu bringen und so schneller zu »verstoffwechseln«. Auch ist es eine wunderbare Methode, sich selbst und anderen schnell und unkompliziert zu helfen. Unser Ziel ist es, Healing Touch bekannt zu machen und so vielen Menschen wie möglich diese Welt der allzeit verfügbaren Hilfe und Selbsthilfe zu erschließen, die ihnen die Verantwortung für ihre Gesundheit zurückgibt und sie auf ihrem Heilungsweg unterstützt.



**Beate Grabow** ist zertifizierte HT-Praktikerin und Lehrerin in Nürtingen.

E-Mail: [beategrabow@web.de](mailto:beategrabow@web.de)  
 Websites: [www.beategrabow.de](http://www.beategrabow.de),  
[www.healingtouch-deutschland.de](http://www.healingtouch-deutschland.de)



**Ingelore Bonfert** ist HT-Praktikerin im Zertifizierungsprozess, systemische Beraterin und Supervisorin in Mörlenbach.

E-Mail: [info@gesundheitscoaching-bonfert.de](mailto:info@gesundheitscoaching-bonfert.de)  
 Website: [www.gesundheitscoaching-bonfert.de](http://www.gesundheitscoaching-bonfert.de)

### Literatur

- Brennan, B. A. (1994). Licht-Heilung. Der Prozess der Genesung auf allen Ebenen von Körper, Gefühl und Geist. München.
- Brennan, B. A. (1998). Licht-Arbeit. Das Standardwerk der Heilung mit Energiefeldern. München.
- Oschman, J. J. (2006). Energiemedizin. Konzepte und ihre wissenschaftliche Begründung. München, Jena.