



# Healing Touch

## - Zeitgemäße Energiearbeit

**Unser Energiesystem ist Grundlage für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Ist der Energiefluss nicht in Balance, kann sich dies körperlich, mental und/oder seelisch äußern. Healing Touch zielt darauf ab, das energetische Gleichgewicht wiederherzustellen und somit den Selbstheilungsprozess auf physischer, emotionaler, mentaler und spiritueller Ebene anzuregen.**

Rückblickend gesehen hätte mir nichts Besseres geschehen können als Healing Touch kennenzulernen.

Als junge Frau hatte ich mit Begeisterung Chemie und Pharmazie studiert. Ich war schon immer voller Neugier, Dinge bis ins kleinste Detail zu verstehen. In der Pharmazie verband sich diese Neugierde mit dem Interesse für Gesundheit und der Arbeit mit Menschen. Als fertige Apothekerin merkte ich jedoch, dass etwas fehlte. Also schloss ich die Heilpraktikerausbildung an. Mit den naturheilkundlichen Verfahren war mein Verständnis von Gesundheit und Heilung schon vollständiger. Dann kam mir das Glück zu Hilfe. Eine befreundete Therapeutin erzählte mir von Healing Touch und zwei Wochen später konnte ich den ersten Teil der Ausbildung absolvieren.

Nach nur zwei Tagen Healing Touch Seminar fühlte ich mich wie auf Wolken, ganz in meiner Mitte, auf eine intensive, klare Art bewusst und glücklich, wie nie zuvor. Das war im Oktober 1998. Seitdem begleitet Healing Touch mein Leben.

Ich tauchte immer tiefer in die Praxis ein und versuchte, auch die Theorie dahinter zu verstehen. Ich lernte, dem wohltuend wahrnehmbaren Energiefluss zu vertrauen. Die Erfahrungen, die ich

dabei machen durfte, öffneten mich wieder für eine tiefe Spiritualität, zu der ich den Zugang verloren hatte. Jahrelanges Training der Kampfkunst intensivierte meine Fähigkeit, den Energiefluss fokussiert einzusetzen (2. Dan Goju Ryu Karate).

Healing Touch ist wie das Puzzleteil, das mein Verständnis von Gesundheit, Krankheit und Heilung vervollständigt und vertieft. Heute habe ich mehr als 20 Jahre Praxiserfahrung mit Healing Touch. Als Zertifizierte Healing Touch Instruktorin habe ich inzwischen Menschen in mehr als siebzig Kursen in Healing Touch unterrichtet. Und auch ich selbst entwickle mich mit Healing Touch immer weiter.

## Was ist Healing Touch?

Healing Touch (HT) ist eine nicht-invasive Energiemethode, die stärkenden Einfluss auf Gesundheit und Heilung nimmt. Sie unterstützt das körperliche, emotionale und spirituelle Wohlbefinden und stimuliert die dem Körper innewohnenden Heilkräfte. Healing Touch vereint verschiedene Behandlungsmethoden, um Balance, Entspannung und Energiefluss im Körper zu verbessern. Begründet wurde Healing Touch von Janet Mentgen, einer ganzheitlich arbeitenden Krankenschwester in Denver, Colorado, die bereits 1980 Energiemethoden in ihre Pflgetätigkeit integrierte (siehe Abschnitt unten).

Das menschliche Energiesystem (das Energiefeld, die Chakren, die Meridiane) reflektiert Gesundheit und Krankheit. Für darin geschulte Menschen sind Störungen bereits lange, bevor sich ein Symptom körperlich manifestiert, im Energiesystem wahrnehmbar. Die Harmonisierung durch Healing-Touch-Methoden mittels der Hände unterstützt den Heilungsprozess. Das mag erst einmal kompliziert klingen, ist es aber nicht. Die gute Nachricht: Jeder Mensch hat die Fähigkeit, das zu lernen!

## Ablauf einer Healing Touch Session

Jede Healing Touch Behandlung folgt immer einem Protokoll, den sogenannten „10 Schritten der Heilbehandlungsfolge“.

Beginn ist ein Anamnesegespräch. Wie schätzt der Klient seine Probleme ein, wie sind sie entstanden, was wünscht er sich von der Behandlung? Was soll das Langzeitziel sein? Danach geht es auf die Liege. Nun zentriere ich mich, achte auf meine Erdung, stimme mich ein und stelle die Intention, dass das Beste für alle Beteiligten geschehen darf. Diese wichtige Vorbereitung mache ich vor jeder Behandlung neu.

Nun erfasse ich das Energiefeld und die Chakren mit den Händen und dem Pendel. Die erspürten Unterschiede zeigen mir, wo Energie benötigt wird oder welche Bereiche des subtilen Körpers sich gestaut, blockiert oder energetisch fließend anfühlen. Diese energetische Anamnese hilft

zusätzlich zum Eingangsgespräch, die passende Methode zu finden aus dem Spektrum der dreißig verschiedenen Healing-Touch-Methoden.

Das Energiefeld zeigt uns, welche Methoden passen.

Der qualitative Zustand des subtilen Energiekörpers und der Chakren wird auch nach der Behandlung erfasst. Die Veränderung wird in Form einer Zeichnung oder Beschreibung protokolliert. Das Erden und Lösen nach der Behandlung sind genauso wichtig wie das Einstimmen zu Beginn.

Im abschließenden Gespräch wird auch der Klient aktiv mit einbezogen, sodass Veränderungen seiner Themen (subjektiv) messbar werden. So bestimmt er auf einer Skala von 0 (keine Beschwerden) bis 10 (größtmöglich vorstellbare Beschwerden) die selbst eingeschätzte Veränderung durch die Behandlung. Verbessern sich z.B. „Schmerzen am Knie“ von sechs (vorher) auf zwei (nachher), und gefühlter „Stress und Anspannung“ von sieben (vorher) auf eins (nachher), so wird das im Protokoll am Ende vermerkt. So sind Veränderungen durch die Behandlung gut nachvollziehbar. Auch das vereinbarte Langzeitziel soll nicht aus dem Blickfeld geraten. Zum Schluss werden die nächsten Behandlungen geplant, eventuelle Hausaufgaben besprochen oder Empfehlungen für ergänzende Therapien ausgesprochen.

Dieser Ablauf ist klar und die Veränderungen sind genauso klar feststellbar. Durch diese Vorgehensweise ist es möglich, Healing Touch nachvollziehbar in Praxen und Krankenhäusern anzuwenden.

## Themen im Energiesystem klären

Dabei bin ich immer wieder überrascht, wie einfach Healing Touch funktioniert. Wie leicht sich die Methoden anwenden lassen und wie viel sich für die Behandelten oft spürbar verändert. Wir arbeiten nicht mit unserer eigenen Energie. Mit etwas Übung ist es leicht, Energie durch uns durchfließen zu lassen und der Körper der behandelten Person „nimmt sich“, was er benötigt. HT ist genial und einfach.

Es zeigt sich immer wieder, dass man energetisch nichts verstecken kann. Themen, die eine Person beschäftigen, zeigen sich immer im Energiesystem.

Ich weiß zwar nicht, was bei der Person genau vorliegt, aber durch die Kenntnisse der Zusammenhänge weiß ich, nach welchem Thema ich fragen muss, wenn eine bestimmte Stelle sich auffällig anfühlt. Oft bin ich erstaunt, welche Geschichte dann zum Vorschein kommt.

Gut ist auch zu wissen, dass die Energie immer auch eine Momentaufnahme ist. So tastete ich mich bei einer Klientin vorsichtig vor und meinte, ich hätte das Gefühl, dass sie im Unterleibsbereich „etwas festhielt“, als sie vor Lachen losprustete. Sie müsse dringend auf die Toilette. Als sie sich wieder auf die Liege legte, war der Bereich energetisch ausgeglichen.

## Wobei kann Healing Touch unterstützen?

### Healing Touch wirkt auf allen Ebenen.

Körperlich können wir HT sowohl zur Prävention anwenden, aber auch bei bereits manifestierten Erkrankungen und Verletzungen. Wir erhöhen mit den Behandlungen den Energielevel in jeder Zelle und verbessern dadurch die Selbstheilung.

Auch beim Lösen von seelischen Konflikten oder alten Gedankenmustern hilft HT durch die Harmonisierung des gesamten Energiesystems. Gelingt es, Stauungen im Bio-Energiefeld zu entfernen und damit den Informationsfluss wieder in Gang zu bringen, so können körpereigene Heilvorgänge gestartet oder beschleunigt werden.

James Oschman (1, S.83) zieht wissenschaftliche Konzepte heran in dem Versuch, Energiemedizin zu erklären. Er beschreibt in seiner Abhandlung sowohl eine „Aktivierung spezifischer Zellaktivitäten als auch eine(r) Öffnung der Kanäle oder Schaltkreise für die natürlichen biologischen Kommunikationsflüsse (...), die Reparaturvorgänge initiieren und koordinieren können“ durch Energiearbeit. Weiter: „Der freie Fluss von Botschaften durchs Gewebe (ist) eine wesentliche Voraussetzung für die Krankheitsprävention wie auch einfach für das allgemeine Wohlbefinden.“

Forschungen von C. Andrew L. Basset (2) zeigen: „Durch die Anwendung therapeutischer Energiefelder „kann sich ein stagnierender Heilungsprozess in einen aktiven Reparaturvorgang umwandeln“, selbst nach 40 Jahren erfolgloser Heilungsversuche.“

Wird der Energiefluss im Körper harmonisiert, so verbessert sich der energetische Austausch zwischen den Zellen und unser innerer Arzt - unsere Selbstheilungskräfte - bekommt wirksam Unterstützung.

Immer wieder sehen wir, dass Heilung sehr schnell geschehen kann (siehe Abschnitt „Patientenerfahrung“), manchmal werden jedoch auch viele kleine Schritte benötigt. Heilung ist ein individueller Prozess, der abhängt von den Selbstheilungskräften, der Bereitschaft, Belastendes loszulassen und auch Verantwortung für das „Heilwerden“ zu übernehmen. Nicht selten möchte uns unser Körper mit einer Krankheit oder Verletzung sagen: „Halt, hier beachtest du etwas Wichtiges in deinem Leben nicht, ich zeige dir, wo du hinschauen musst“!

Wenn wir es schaffen, zu verstehen, worauf uns unser Körper aufmerksam machen möchte, können „Symptome“ unser Wegweiser sein (s. Kursstufe 2).

## Die Ausbildung

Ein 5-stufiges Ausbildungsprogramm führt zum HT-Praktiker. Zusätzlich ist eine Zertifizierung möglich, die international anerkannt ist und die auch Grundlage für die Ausbildung zum Lehrer ist.

In den Kursen werden rund 30 Healing Touch-Methoden vermittelt. Gelehrt und geübt wird das Erfassen des Energiezustands eines Menschen mit Hilfe eines Pendels und der Sensitivität der eigenen Hände.

Fast jeder Teilnehmer hat schon von Chakren gehört, viele wissen jedoch wenig darüber, warum ihr gutes Funktionieren so wichtig für unsere Gesundheit ist. Wir vertiefen anschaulich die Funktion der Chakren und deren Bezug zu den Organen im Körper. Das Verständnis für die einzelnen feinstofflichen Energiekörper wird geweckt. Diese Aura besitzt jeder Körper, ob uns das bewusst ist oder nicht,

Dabei wird jeder Teilnehmer angeleitet, seine ureigenen „Antennen“ zu entwickeln und zu verfeinern und sich nicht mit anderen zu vergleichen. Die Herzzentriertheit ist die Grundlage der Arbeit.

Die Kurse sind offen für Menschen mit und ohne medizinische Vorbildung. Es wird ein tiefes Wissen über die moderne Energiemedizin vermittelt, davon profitieren Anfänger genauso wie Menschen, die bereits in einem Gesundheitsberuf arbeiten.

In der **1. Stufe** werden zwölf Basis-Methoden gelehrt und geübt, die man sofort für sich, seine Klienten und seine Familie anwenden kann. Es wird grundlegendes Verständnis vertieft über unser Bio-Energiefeld und die Chakren. **Stufe 2** kombiniert die einzelnen Methoden und macht mit verschiedenen Anamnesemöglichkeiten und den Rückenmethoden vertraut. Hier beschäftigen wir uns auch mit der Bedeutung von Symptomen intensiv und lernen die „Körperorientierte Anamnese mit Chakrenverbindung“ kennen, die unser Zellgedächtnis anspricht. So erarbeiten wir den „roten Faden“ der Themen, der sich durch das Leben der behandelten Person zieht.

Hierbei können u.a. Texte wie z.B. von Louise Hay (3) oder Rüdiger Dahlke (4), die die Zusammenhänge von Symptomen des Körpers und deren mögliche Hintergründe beleuchten, uns helfen, die Bewusst-Werdung und Ent-Wicklung unterstützen.

Mit Abschluss der **3. Stufe** haben die Teilnehmer die vielfachen Dimensionen des menschlichen Energiesystems kennengelernt und wissen, wie sie ihre eigene Schwingung erhöhen und hochhalten können. Sie sind danach in der Lage, die Vollspektrum-Heilung anzuwenden, die B. Brennan (7, Kap. 22) beschreibt. Diese wurde für HT geringfügig angepasst.

In allen Kursen wird die Entwicklung der höheren Sinneswahrnehmung gefördert. Fast alle Methoden können auch zur Selbstheilung angewandt werden.

Die Kurse 4 und 5 sind für Teilnehmer gedacht, die Healing Touch Praktiker werden wollen. Neben der Vertiefung der Methoden und der Stärkung von Kompetenzen im Umgang mit Klienten liegt das Augenmerk auch auf der persönlichen Entwicklung des Praktikers. Ein Mentor steht immer an seiner Seite.

Praktiker, die sich zertifizieren lassen möchten, werden durch unsere InstruktorInnen weiter begleitet.

## **Menschen brauchen heilende Berührung!**

Wir erleben eine Zeit, in der vielen Menschen große Anstrengungen abverlangt werden. Gerade in Gesundheitsberufen oder im Hospiz-Bereich könnten nicht nur Patienten von den HT-Anwendungen profitieren, sondern auch gerade diejenigen, die im Krankenhaus im Hospiz oder auch in der Pflege von Mehrfachschichten und Überbelastung betroffen sind. Eine Eigenbehandlung mit HT-Methoden kann dem Stress kurzfristig die Spitze nehmen. Auch eine kurze Behandlung durch ausgebildete Kolleg/innen vermag zur Entspannung beitragen und neue Kräfte wecken.

Seit mehr als 20 Jahren beobachte ich nun, wie Menschen durch Healing Touch zu strahlen beginnen und sich in eine Quelle der Kraft und Gesundheit für ihr Umfeld verwandeln. Ich selbst habe in den Jahren mit Healing Touch immer wieder meine Komfortzone verlassen. Die intensive Reflexion der eigenen Stärken und auch Entwicklungspotentiale sowie die Verinnerlichung der „Arbeit“ mit HT förderte meine Persönlichkeit.

Die besondere Art und Weise, mit der wir HT anwenden, ermöglicht immer wieder berührende Begegnungen. Auch für mich als Anwenderin ist es beglückend, andere Menschen bei ihrem Heilungsprozess wertschätzend und liebevoll-absichtslos zu unterstützen.

### **Das Schöne an Healing Touch ist:**

**Jeder kann es anwenden und man kann es jederzeit praktizieren.**

**Man benötigt die Hände, Konzentration, Präsenz und Einstimmung.**

**Je öfter man HT praktiziert, desto leichter wird es, da das Herz sich immer leichter öffnet.**

### **Für mich ist Healing Touch der Ausdruck reiner Liebe.**

## **Patientenerfahrung (Martina H., Nov. 2015)**

Ich suchte die Praxis von Renate Reichenberger auf Empfehlung auf, mit Energiearbeit hatte ich keinerlei persönliche Erfahrung, Mein Thema waren heftige Magenbeschwerden, seit mehreren Monaten. Bereits bei der energetischen Anamnese war ich beeindruckt, wie Renate mit ihren Fragen genau ins Schwarze traf. Neben dem gesamten blockierten

Verdauungstrakt kamen Schulterbeschwerden, die ich wegen des Magens vergessen hatte, deutlich zur Sprache.

Bei meiner ersten Healing Touch (HT-)Behandlung empfand ich das Behandlungszimmer als einen sehr sicheren und geschützten Raum. Ich fühlte mich liebevoll umsorgt, verstanden und ernst genommen. Zunächst folgte ich mit meiner Aufmerksamkeit den Behandlungsschritten und beantwortete und stellte Fragen, gleichzeitig fühlte ich mich ermutigt, mich mehr und mehr fallen zu lassen. Sehr schnell merkte ich, wie sich mein gesamter Körper entspannte und ich gar nicht mehr den einzelnen Schritten folgte. Nach der Behandlung war ich erholt und sehr bei mir selbst.

Ein paar Stunden nach der Behandlung setzte eine Verschlimmerung meiner Magenbeschwerden ein, aber am nächsten Tag waren diese verschwunden und kamen nur noch in sehr abgeschwächter Form ein paar Tage später zurück. Mit einer weiteren HT Behandlung waren diese vollkommen behoben.

## Healing Touch Entwicklung

Janet Mentgen (1938-2005 Denver, Colorado), die Gründerin von Healing Touch, war eine in USA hochangesehene ganzheitlich arbeitende Krankenschwester. Sie suchte nach Möglichkeiten, bei ihren Patienten den Heilungsprozess zu unterstützen und zu beschleunigen.

Sie kombinierte alte, bewährte, zum Teil östliche Behandlungstechniken und moderne, erforschte Methoden und entwickelte das Programm für Healing Touch. Einige davon stammen unter anderem von Alice Bailey, Brough Joy (5), Daskalos, Rev. Scudder, Barbara Brennan (6,7), viele weitere Methoden entwickelte sie selbst.

Es war ihr ein großes Anliegen, Healing Touch bekannt zu machen. So wurde der Grundstein gelegt für die heutige Organisation Healing Touch Program (HTP).

Healing Touch wurde 1989 als Pilotprojekt an der Universität von Tennessee in Memphis und in Gainesville, Florida angeboten.

Seit den frühen 90er-Jahren werden Healing Touch Kurse weltweit in mittlerweile 34 Ländern unterrichtet, in den Vereinigten Staaten, Kanada, Australien, in Europa, z.B. in Deutschland, Italien, der Schweiz und Schweden, aber auch in Japan, Indien und Nepal.

Heilmethoden, die nicht invasiv, wirksam, unschädlich und kostengünstig sowie ressourcenschonend sind, bieten gerade auch Menschen in Ländern mit geringem Einkommen eine große Chance. Benötigt werden lediglich Herz, Hände und Intention um Janet Mentgens Aufforderung „die Arbeit zu tun und mit jedem unserer Schritte Licht zu bringen“ zu folgen.

Seit 1993 ist das Ausbildungsprogramm und die Zertifizierung von Healing Touch Praktikern und Lehrern von der AHNA (Amerikanischer Verband Ganzheitlicher Krankenschwestern) anerkannt.

Es ist der gebürtigen Deutschen Ines Hoster zu verdanken, dass Healing Touch den Weg nach Deutschland gefunden hat. Sie lebt seit vielen Jahren in Atlanta, Georgia, und kommt mehrmals im Jahr nach München, um HT zu unterrichten.

Ines Hoster war von Janet Mentgens Arbeit so fasziniert, dass sie es sich zur Aufgabe machte, HT in Deutschland bekannt zu machen. Seit 1997 unterrichtet sie in Deutschland und in den USA Healing Touch. Ihr ist es zu verdanken, dass das gesamte Kursmaterial in deutscher Sprache zur Verfügung steht.

Heute wird sie zurecht als Healing Touch-Pionierin vorgestellt in Linnie Thomas´ Buch: Pioneers in Healing Touch (8, S. 175 ff.)

## Fallbeispiel

Andrea S.\* vereinbart im Sommer 2016 telefonisch einen Behandlungstermin. Das Gespräch wird immer wieder durch einen Hustenanfall unterbrochen. In der Praxis berichtet sie, dass sie drei Monate zuvor an Keuchhusten erkrankt war, die Infektion zwar antibiotisch behandelt sei, jedoch der Husten nicht aufhöre. Auch, als sie auf der Liege Platz genommen hat, wird sie immer wieder von Hustenkrämpfen geschüttelt. Das Energiefeld über ihrer Lunge fühlt sich an wie eine dichte Wolke. Ich beginne mit einer Verbindung der Chakren, einer Basismethode, um die Energie über den ganzen Körper zu stärken und zu harmonisieren. Beginnend an einem Bein lege ich meine Hände auf Knöchel und Knie und bleibe, bis ich merke, dass ein warmer Energiefluss in meinen Händen zu spüren ist. Nach und nach wechsele ich die Handpositionen in der Reihenfolge der Chakrenverbindung nach Brugh Joy (3, S. 298 ff).

Mit meinen Händen löse ich anschließend sanft die dichte Wolke über der Lunge auf und nehme dabei wahr, wie die Hustenanfälle kürzer werden, die Abstände sich verlängern. Das Energiefeld in dem Bereich der Lunge fühlt sich jetzt klar und fließend an.

Ein „Kopfklären“ (eine Methode, bei der die Hände in einer bestimmten Reihenfolge mit den Fingerkuppen den Kopf leicht berühren und die Position jeweils etwa eine Minute gehalten wird) beendet die Behandlung. Dabei werden alle Bereiche des Kopfes „durchlichtet“ und „geklärt“, wie auch die Klientin es wahrnimmt.

Nach dem Nacherfassen und dem Nachgespräch vereinbart sie einen weiteren Termin. Dabei atmet sie ruhig und gleichmäßig. Beim Verabschieden in der Türe ergibt sich noch ein kurzes Gespräch. Andrea S. bemerkt ganz vorsichtig, dass sie kein einziges Mal gehustet hat nach dem Verlassen der Behandlungsliege. Sie traut dem Ergebnis noch nicht.

Zwei Tage später sagt Andrea S. den Folgetermin ab, da sie keinerlei Beschwerden mehr hat.

\* Name geändert.



### Die Autorin:

#### **Renate Reichenberger,**

Apothekerin, Heilpraktikerin

Studium der Chemie und Pharmazie,  
Staatsexamen 1989.

Heilpraktikerprüfung 1994

Seit 1998 tätig in eigener Praxis im 5-Seen-Land bei München mit den Schwerpunkten Healing Touch, Ausleitungsverfahren, Nährstoffe.

Zertifizierte Healing Touch Instruktorin (HTCI) seit 2004.

### Literatur:

**1 Oschman, James L.:** Energiemedizin - Konzepte und ihre wissenschaftliche Basis-, Dr. Urban&Fischer Verlag, 1. Auflage 2006

**2 Basset, C. Andrew L.:** Bioelectromagnetics in the service of medicine. In: Blank M (ed) Electromagnetic fields: biological interactions and mechanisms. Advances in Chemistry Series 250. American Chemical Society, Washington DC, 1995

**3 Hay, Louise:** Heile deinen Körper – Seelisch-geistige Gründe für körperliche Krankheit-, Verlag Alf Lüchow, 1992

**4 Dahlke, Rüdiger:** Krankheit als Sprache der Seele – Be-Deutung und Chance der Krankheitsbilder-, Goldmann, 1997

**5 Joy, W. Brugh:** Weg der Erfüllung, Ansata Verlag, 1985

**6 Brennan, Barbara Ann:** Licht-Heilung – Der Prozess der Genesung auf allen Ebenen von Körper, Gefühl und Geist-, Wilhelm Goldmann Verlag, 1994

**7 Brennan, Barbara Ann:** Licht-Arbeit – Heilen mit Energiefeldern -, Wilhelm Goldmann Verlag, 1998

**8 Thomas, Linnie:** Pioneers in Healing Touch-, Ellinwood Publishing, 2018

Die Original-Veröffentlichung des Artikels finden Sie unter folgendem Link: <https://www.raum-und-zeit.com/produkt/healing-touch-zeitgemaesse-energiearbeit.html> in der Ausgabe 227 vom August/September 2020 der Zeitschrift raum&zeit

