



## Vertrauen in die eigene Wahrnehmungsfähigkeit

Warum gibt es Heil- und Kultplätze, aber auch Orte mit abbauender Energie? Wie kann der Mensch diese Qualitäten wahrnehmen und nutzen? Der eigene Körper ist ein feines Instrument, das mit der Umwelt kommuniziert und auf sie reagiert, aber auch Bäume, Wasserläufe und anwesende Tiere geben Auskunft über lokale Energie-Qualitäten. Mit Aufmerksamkeit und einfachen Übungen können die Sinne verfeinert und das Vertrauen in die eigene Wahrnehmung gestärkt werden. Im Vordergrund steht dabei das Erleben.

Eine spannende Entdeckungsreise ins Reich der Naturphänomene mit Anleitungen zu eigenen Erfahrungen und Erkenntnissen.



ISBN 978-3-03781-057-6  
  
9 783037 810576



Philippe Elsener

Den Naturkräften  
auf der Spur

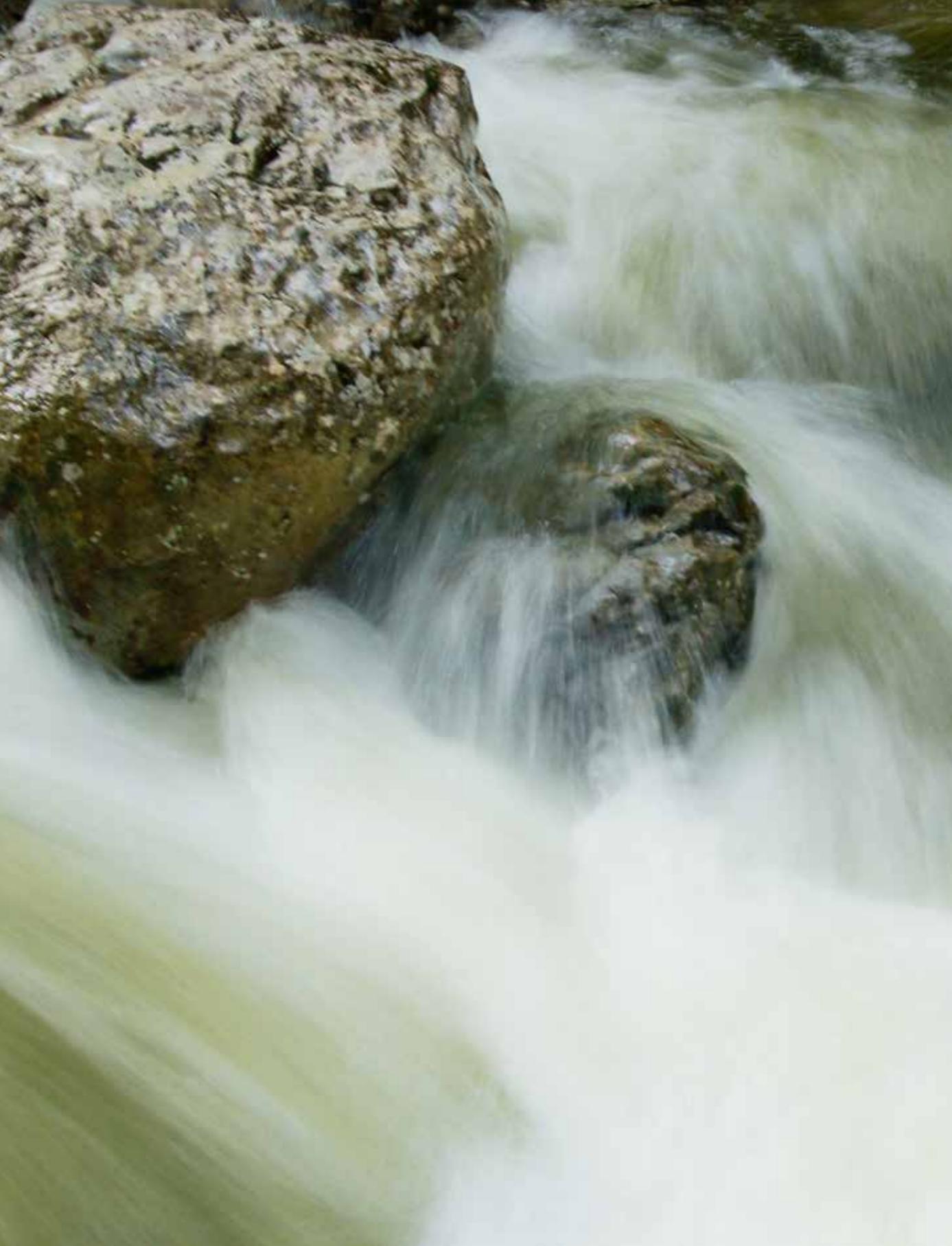
FARG

Philippe Elsener

Den Naturkräften  
auf der Spur

FARG





Den Naturkräften  
auf der Spur



Philippe Elsener

# Den Naturkräften auf der Spur

FAR<sup>®</sup>

**IMPRESSUM**

© 2013 Faro | Fona Verlag AG, CH-5600 Lenzburg  
Lektorat: Walter Bauhofer, Aarau/Evolène  
Konzept, Gestaltung und Produktion: Andi Zollinger, Zürich  
Fotos: Philippe Elsener, Schwyz  
Druck: Uhl, Radolfzell  
ISBN 978-3-03781-057-6



## Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	6
Einstieg .....	9
<b>Kräfte in der Natur .....</b>	<b>13</b>
<b>Reizvolle Orte – Orte die reizen .....</b>	<b>23</b>
Landschaften und Höhenlagen .....	27
In der Landschaft .....	41
Bei den Bäumen .....	45
Am Wasser .....	61
Wolken – himmlische Begleiter? .....	77
Bei den Steinen .....	83
Kleinode .....	99
An heiligen Orten .....	103
<b>Kraftplätze erschaffen .....</b>	<b>109</b>
«der pfad» – ein Naturenergieweg .....	117
<b>Was uns Sagen erzählen .....</b>	<b>127</b>
<b>Naturgerechtes Verhalten .....</b>	<b>133</b>
<b>Wahrnehmen und verstehen .....</b>	<b>143</b>
Wahrnehmungsweisen .....	145
Wahrnehmung und Wahrheit .....	150
Der mythische Mensch .....	158
Hilfreiche Hinweise .....	163
Pendel und Ruten .....	164
Hinweise zu im Text erwähnten Orten .....	166
Index .....	170
Nachwort /Dank .....	172



## Vorwort

### Wie es zu diesem Buch kam

Lang Zeit hat man uns weismachen wollen, dass es – außer im wissenschaftlich-technischen Bereich – keine neuen Entdeckungen mehr zu machen gebe: die Welt vermesssen, das Unbekannte geortet und als einzige Bewegung noch das Verschwinden einzelner Arten, ihr Aussterben, der Abbau. Düstere Aussichten. Irgendwie nachvollziehbar, dass sich immer mehr Menschen in eine digitale Welt flüchten, in der sie selbst Schöpfer sein können und scheinbar unabhängig von dem sind, was «da draußen» vor sich geht. Die Welt findet im Kopf bzw. im elektronischen Gehirn statt, die Sinne sind überflüssig, ausgehungert, verkümmert. Zur Abwechslung führt man sich dann und wann einen fantastischen Roman zu Gemüt und staunt über die sagenhaften Fähigkeiten des Helden aus längst vergangenen Tagen, darüber, dass er die Zeichen der Natur lesen und Dinge vollbringen kann, die uns absolut überfordern würden. Wir haben lesen und schreiben, rechnen und auswendig gelernt, aber unsere Wahrnehmungsfähigkeit ist darob verarmt.

Als ich zufälligerweise mit Philippe Elsener ins Gespräch kam und er dabei erwähnte, dass er einen Pfad betreue, auf welchem Naturkräfte selbst erlebt werden können, war ich sehr kritisch. Klar, es gibt Menschen, die mehr wahrnehmen können als andere. Und es gibt Messgeräte, die Angaben über einen Ort machen können. Aber dass jeder Mensch solche Wahrnehmungen ganz ohne Hilfsmittel, einfach nur mit seinem Körper und seinen Sinnen machen kann, stimmte mich skeptisch – und neugierig. Das musste ich selbst erleben. Könnte es sein, dass wir vieles zwar spüren, aber nicht ins Bewusstsein auftauchen lassen – einfach nur darum, weil uns nie jemand gesagt hat, dass wir das können?

An einem strahlenden Tag habe ich mich auf Entdeckungsreise gemacht. Ein paar der Erfahrungen waren ganz eindeutig, aber entgegen all meiner vernünftigen Überlegungen. Die nachfolgenden Erklärungen Philippe Elseners halfen verstehen: Ich bin mit meiner Umwelt – den Menschen und der Natur – in einem ständigen, mehr oder weniger intensiven wortlosen Dialog. Und je nach Gegenüber und «Gespräch» fühle ich mich frisch und gestärkt oder ausgelaugt und zerschlagen. Diese Veränderungen wahr-

zunehmen und ihnen zu vertrauen, ist ein erstes Tor zu einer Welt voller feiner Überraschungen und Entdeckungen. An diesem Tag wurde mir etwas geschenkt, was ich zwar immer bei mir gehabt, aber nie wirklich gewürdigt oder aber als eine meiner privaten Spinnereien abgetan hatte: Der Mensch kann mit Sinnen wahrnehmen, die noch gar nicht benannt sind. Trotzdem nimmt er wahr. Aber er kennt die Sprache nicht und kann vieles nicht einordnen. Auf einmal sind wir wieder Analphabeten oder Abc-Schützen inmitten eines unendlich belebten Kosmos. Das ist keine Wertung. Die Erfahrung vom Pfad half mir zu verstehen, dass jede Veränderung weitere Veränderungen nach sich zieht, dass es Stillstand nur in meiner Vorstellung gibt, in Wirklichkeit aber einfach Bewegung. Alles im Fluss.

Dieses Buch lädt zu ganz eigenen, persönlichen Entdeckungen ein, die jeder neugierige Mensch machen kann, vollkommen unabhängig von seiner Weltanschauung und seinen Überzeugungen. Nicht die Interpretation ist wichtig, sondern das Erlebnis. Es würde ja auch niemand bestreiten, dass die Sonne die Haut wärmt, der Regen sie netzt, der Wind die Haare fliegen lässt. Warum das so ist, fragen wir normalerweise ja auch nicht. Genauso unvoreingenommen und einfach sind weitere Wahrnehmungserfahrungen zu machen, wenn man sich die Offenheit erlaubt und jenseits des Bekannten überraschen lässt.

Eva-Maria Wilhelm





Was ist das Früheste, was uns in den Sinn kommt, woran wir uns erinnern, was vor unserem inneren Auge auftaucht? Vielleicht das Gesicht der Mutter oder das des Vaters oder ein Spielzeug oder etwas ganz anderes? In meiner frühesten bewussten Erinnerung zieht saftig-grünes Blattwerk über mich hin, zwischendurch ein Stück Himmel, einzelne Sonnenstrahlen. Geht diese Erinnerung vielleicht zurück auf einen Spaziergang im Wald, auf eine Zeit, als ich noch im Kinderwagen lag?

Ein starkes Bild, tief in meinem Innern eingeprägt. Wenn ich auf Waldwegen gehe und emporschau, steigt immer wieder diese Erinnerung auch heute noch auf, das Bild des über mir hinziehenden Baum-Baldachins.

Welches Glück, nahe dem Wald, am Berg aufzuwachsen. In meiner Jugend verbrachte ich viele Stunden damit, durch den Wald zu streifen, einmal mit Freunden, einmal allein, dabei immer wieder auf traumhafte Orte treffend und, wer weiß, vielleicht sogar einer Waldfee oder Zwergen begegnend. In der Erinnerung erscheint mir der Wald meiner Jugend märchenhaft. Bäche und Wasserfälle zogen mich magisch an, ganze Nachmittage verbrachte ich dort, nicht bemerkend, wie die Zeit zerrann und der Abend hereinbrach.

Was wundert's also, dass mich dieser Bezug zum Wald, ja die Liebe zu diesem, mein ganzes bisheriges Leben lang begleitet hat? Über all die Jahre ist die Verbundenheit mit Wald und Wiese, Bach, Fluss, See und Berg, mit der Natur überhaupt, nicht geringer geworden.

Was haben wir Menschen uns doch für eine immense Breite an technischen Möglichkeiten geschaffen, die uns vieles erleichtern, Arbeit abnehmen, diese sogar besser erledigen, als wir es könnten. Sind uns damit aber nicht auch ureigenste Fähigkeiten abhandengekommen?

Wohl verfügen wir heute dank dem technischen Fortschritt über mehr Zeit. Doch nutzen wir diese Zeit zu unserem Vorteil, um uns zu erholen, an uns zu wachsen, unsere Sinne zu verfeinern, uns mit all den Dingen zu beschäftigen, die uns einen Ausgleich zum oftmals naturwidrigen Arbeitsalltag bieten? Weit gefehlt, wir frönen der Zerstreuung, dem Konsum, schaffen uns mehr und mehr Abhängigkeiten.

*Aber ist das Leben so gemeint?*

Nun, nichts liegt mir ferner, als im Rahmen dieses Buches über den Sinn des Lebens philosophieren zu wollen. Vielmehr möchte ich Sie auf eine Reise mitnehmen der etwas anderen Art, auf eine Reise hin zu den Geheimnissen der Natur und zum Geheimnisvollen in ihr, zu den ihr eigenen Kräften. Ich möchte Sie dazu anregen, einzutauchen in die Welt der Gräser und Bäume, Steine und Berge, Bäche und Seen, der Landschaft und des Himmels über uns. Die Natur ist auch ein Reich des Fantastischen, ein Ort, wo wir unserer Fantasie freien Lauf lassen können, wo wir in das Wesen der Natur eintauchen und uns ihr hingeben können. Wenn wir es lernen, uns ihr hinzugeben, werden wir im Gegenzug von ihr belohnt und können annehmen, was sie uns schenkt.

Auf die Gefahr hin, Sie hin und wieder abrupt in die «harte» Wirklichkeit zurückzuholen, werden wir immer wieder auf Bekanntes aus unserer Welt hinweisen und dabei erstaunliche Parallelen zu unserem Alltag erkennen. Ist unser Leben ausgefüllt, so werden wir wahrscheinlich im Ausgleich der Kräfte sein, jener, die nach innen ziehen, und der nach außen strebenden. Das eine könnte dann ohne das andere nicht sein. Diese oder jene Beobachtung aus der Natur in unseren Alltag zu integrieren, wird also zu unserem Schaden nicht sein.



*Das Schönste, was wir erleben können, ist das Geheimnisvolle.*

ALBERT EINSTEIN

Vieles von dem, wovon auf den folgenden Seiten die Rede sein wird, ist im naturwissenschaftlichen Sinn weder nachweis- noch messbar, es ist einzig wahrnehmbar. Das tut der Qualität und dem Wert unserer Reise keinen Abbruch. Wir werden uns in der Welt des Wahrnehmens mit und über unsere fünf Sinne hinaus bewegen. Sind wir uns erst einmal unserer Wahrnehmungsfähigkeit bewusst, wird das «Andere» durchaus spür- und somit erfahrbare Wirklichkeit. Diese existiert als Mythos- und Wahrnehmungskultur ebenso real wie die naturwissenschaftlich geprägte Faktenkultur. Dass sie nicht im selben Maße Akzeptanz erfährt, mag daran liegen, dass wir unsere Aufmerksamkeit mehr in Richtung der nachweisbaren Wirklichkeiten lenken. Das neue Credo lautet: wissenschaftlich nachgewiesen! Dabei ist gerade die Welt des Mythischen, wo unsere Welt mit der Anderswelt verwoben ist, ein wundervoller Ort, wo unsere Seele fern vom Alltäglichen eine Breite an Spielmöglichkeiten findet. Hier können wir ungestrichen unseres gesellschaftlichen und beruflichen Standes im besten Sinne des Wortes Kind sein, uns dem Zauber hingeben und, so es uns gegeben ist, dies und jenes in unseren Alltag einflechten.

Wir werden recht schnell zur Erkenntnis gelangen, dass wir weit mehr wahrzunehmen denn zu verstehen fähig sind, ganz im Sinne von Saint-Exupérys «Kleinem Prinzen», der sich vom Fuchs sagen lässt: «On ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux.» – «Man sieht nur mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist den Augen verborgen.»

Es ist also völlig in Ordnung, etwas nicht auf Anhieb oder vielleicht auch gar nicht zu verstehen. Indem wir etwas wahrnehmen, wird es Wirklichkeit. Seien wir damit zufrieden und erfreuen uns daran, wahrzunehmen, ohne das Wahrgenommene gleich verstehen zu wollen oder andernfalls als reine Einbildung abzutun. Erinnern wir uns daran, so öffnet sich auch unser Herz und wir blühen mit den wärmer werdenden Sonnenstrahlen auf.

Machen wir uns also auf in die wunderbare Welt des Mythos, des Nichtvermessbaren, dessen, was einzig und allein wahrnehmbar und spürbar ist. Geben wir uns dem der Natur innenwohnenden Zauber hin.





Kräfte in der Natur

**W**as ist Kraft? Und was ist Naturkraft? Kraft ist einerseits eine «gerichtete» physikalische Größe, anderseits etwas, was auch außerhalb des physikalisch Mess- und Nachweisbaren Wirkung zeigt und daher oftmals als Einbildung, Glauben oder gar Aberglauben deklariert wird. Dass in der Natur ungeahnte Kräfte am Werk sind, können wir in jedem Frühjahr von neuem beobachten. Wird das Bodenleben erst einmal durch das Licht geweckt, dauert es nicht mehr lange, bis sich die ersten Frühlingsboten zeigen. Schneeglöckchen und Primel erblühen, noch bevor die letzten Schneereste geschmolzen sind und ihr kostbares Nass vom Boden aufgenommen ist. Bald schon ergrünt die Wiese, die ersten Bäume und Büsche erblühen, und die Luft wird erfüllt vom Gesang der Vögel und dem Summen der Insekten. Was gibt es Schöneres als einen Spaziergang über Feld und Wald, der auch in uns Frühlingsgefühle weckt? Wir werden von der sich manifestierenden Lebenskraft ergriffen.

Naturkräfte, weit mehr als die physikalisch nachweisbaren, sind auch beim Wettergeschehen im Spiel. Halten wir inne und betrachten das Geschehen am Frühsommer-



14

himml, wenn sich die ersten zaghaften Gewitterwolken bilden. Immer wieder werden uns die Formen an Bekanntes erinnern – in ihrem steten Wandel werden wir in ihnen allerlei Getier und Gesichter erkennen. Eine wunderbare Allegorie für den steten Wandel alles Lebendigen. Wasser, das Element des Lebens schlichtweg, kondensiert zu Wolken, fällt als Tropfen oder in gefrorener Form nieder und sammelt sich zu Bächen und Flüssen. In seiner beispielhaften Art und Weise zeigt es uns, wie sich Kraft bewegt, Wirbel bildet, spritzt und Wellen schlägt und über Steine hinweg tanzt. Wir beobachten es als ein Ganzes. «Der gesunde Mensch wiederum ist», wie Johann Wolfgang von Goethe in «Wilhelm Meisters Wanderjahren» beschreibt, «der beste physikalische Apparat, den es geben kann.» Wiewohl Goethe durchaus auch wissenschaftlicher Forschung zugetan war, so erkannte er doch, dass sich das eine nicht vom andern trennen lässt und die Betrachtungsweise ganzheitlich sein muss. So ist der Mensch die bestmögliche «Antenne», ist er doch in der Lage, auch jene Aspekte des energetischen Geschehens wahrzunehmen, die dem Metaphysischen, dem jenseits des Physischen Seienden, zuzuordnen sind.



15



## Bei den Bäumen

Was für wunderbaren Wesen können wir doch in den Bäumen begegnen. Wie haben wir als Kinder bei den Bäumen gespielt, sind auf sie hochgeklettert, haben Baumhäuser gebaut, Verstecken gespielt im Wald, uns Pfeil und Bogen gebastelt. Und wie viele Liebespaare haben sich bei den Bäumen getroffen? Bäume begleiten uns unser ganzes Leben lang bis zum Schluss.

Mensch und Baum verbindet weit mehr, als wir uns bewusst sind. Bäume und Menschen haben eines gemeinsam: die Füße auf dem Boden und den Kopf im Himmel. «*Fest verwurzelt in der Erde, offen für die Schätze des Himmels, wie ein Baum im Gleichgewicht, spür ich meine Mitte*» (Wolfgang Bossinger, Healing Songs). Beide sind wir anpassungsfähig, können uns den unterschiedlichsten Klimazonen anpassen. So finden wir die Tanne von der Meeresküste bis zur Baumgrenze im Gebirge. Auch wir Menschen siedeln selbst in unwirtlichen Gegenden unseres Planeten. Beide reagieren wir auf energetische Reizzonen. Die Bäume suchen sie auf oder meiden sie, je nachdem, ob sie Strahlensucher oder Strahlenflüchter sind. So oder so reagieren sie mit auffälligen Wuchsformen und lassen uns das energetische Geschehen des Ortes erkennen. Sie können sich zu Gruppen zusammentreffen und sich so gegenseitig energetisch stützen und stärken, ganze Wälder bilden und weite Flächen bedecken, sie können aber auch ganz alleine mitten auf dem Feld stehen. Sie schützen den Boden vor Erosion, spenden Schatten und beeinflussen so auch den Wasserhaushalt positiv. Wie sie ihre Kronen zum Himmel strecken, tauchen ihre Wurzeln in den Boden ein. Sie sind Lebensgrundlage und Lebensraum für viele Pflanzen und Tiere. Sie tragen zur Reinigung der Luft bei, führen Elektrosmog ab, bieten sich als Baumaterial für die unterschiedlichsten Zwecke an, und sie spenden uns als Brennholz Wärme. Sie haben die Menschwerdung unserer Seelen hienieden begleitet, und sie können unsere Heilvorgänge unterstützen. Wir können ihnen unsere Sorgen übergeben und bei ihnen unsere Spannungen entladen, wir können uns an ihnen aber auch stärken und aufladen.

### Baumheilkunde – Bäume als Heiler

Anders, als ich erst vermutete, ist die Baumheilkunde nicht dazu da, Bäume zu heilen, sondern uns Menschen. Wir können sie in Form von Baumelixieren anwenden oder

auch direkt, indem wir uns zum Baum begeben und uns mit ihm mental verbinden. In der Naturenergetik bringen wir Menschen und Bäume in Resonanz zueinander, ebenso Tiere und Bäume. Wenn wir davon ausgehen, dass nur wir selber uns heilen können, wird alles andere – ob Arzt, Heiler, Freund, Heilmittel, Kraft- und Heilplatz oder anderes – wertvolle Begleitung und hilfreiche Unterstützung. Dazu gehören auch unsere Freunde, die Bäume. Möglicherweise sind Bäume mit die ältesten Heiler der Menschen.

Diesbezüglich durfte ich eine ganz besondere Erfahrung mit einer älteren Hundedame, Joyce, machen. Sowohl Tierarztkonsultation als auch Medikament trugen nicht zur Lösung des Problems bei. Es war bereits die Rede davon, die Gute einzuschläfern. An einem heißen Sommertag nahm ich Joyce an die Leine und ging mit ihr zum Wald. Bei einer kraftvollen Eiche am Waldrand hieß ich sie sich hinlegen. Anschließend bat ich den Baum um seine Hilfe und bedankte mich bei ihm. Es dauerte eine Weile, bis die Kraft des Baumes auf die brav daliegende Joyce übergegangen war. Anschließend folgten eine Föhre, eine mächtige Tanne mitten im Wald, eine Esche und die große Buche am Waldeck. Wie staunten wir, als nach zwei Tagen Joyce wieder völlig heil und aufgestellt war. Sie blieb uns noch einige Jahre bei guter Gesundheit erhalten. Inzwischen sind weitere Erfahrungen, auch mit Menschen, dazugekommen. Die Methode ist denkbar einfach. Erst wird geschaut, ob Mensch und Baum in Resonanz zueinander sind. Ist dies der Fall, so kann sich ein Kopplungsfeld aufbauen und der Energieaustausch kann stattfinden. Dabei gleichen sich Baum und Mensch gegenseitig aus. Es geht im feinstofflichen Bereich nun einmal immer um beide Seiten. Wer mit Pendel und Rute umzugehen versteht, kann dieses Geschehen mühelos selber beobachten.

*Es soll und muss nun der Arzt aus der Natur hervorgehen und in ihr und von ihr lernen, und außer ihr gibt es nichts und alles ist aus und in der Natur.*

PARACELSUS

Sich bei Bäumen aufzuhalten und ihre Ruhe zu verspüren, tut wohl. Wie gut ist es doch, sich an den Stamm einer festen Buche zu lehnen. Sie ist Symbol für die Urenergie, die Schöpferkraft. An ihr können wir uns stärken. Buchen gehören mit zu den weisesten Bäumen, die mir begegnet sind. Hier ein schönes Beispiel dafür.

Auf den Höhen des Berner Juras kenne ich am Rande einer Weide, wo zwei alte, halbzerfallene Trockensteinmauern im Winkel aufeinandertreffen, einen Platz, einen eigentlichen Baumtempel, der im Wesentlichen von Weißbuchen, Ahorn und Stechpalmen von niedrigem Wuchs geformt wird. Noch lässt sich der von ihnen weit aus-





## *Übungen*

### *ÜBUNG 1 – Auf- und Abladen am Baum*

Suchen Sie sich einen schönen großen Baum aus, der Sie «magisch» anzieht. Gehen Sie zu diesem hin und begrüßen Sie ihn, genau so, wie wenn Sie jemandem begegnen. Bäume sind lebende Wesen wie wir. Pflanzen reagieren bekanntlich darauf, wenn man mit ihnen spricht.

Stellen Sie sich zu ihm hin und berühren Sie ihn, atmen Sie bewusst seinen Geruch ein, nehmen Sie ihn wahr. Nun können Sie sich mit ihm verbinden und seine Hilfe annehmen.

*Abladen:* Wenn Sie überschüssige Energie, Stress, Sorgen usw. abladen möchten, kann Ihnen der Baum dabei helfen. Stellen Sie sich wiederum mit dem Gesicht zum Baum und halten Sie die Hände nach unten an den Stamm. Atmen Sie einige Male tief durch und lassen Sie all das, was Sie loswerden möchten, in den Stamm fließen. Wenn Sie das Gefühl haben, dass es reicht, treten Sie zurück und bedanken sich beim Baum. Fühlen Sie sich nun leichter? Nun können Sie den Baum um aufbauende und ordnende Kräfte bitten.

*Aufladen:* Wenn Sie sich Kraft vom Baum holen möchten, dann stellen Sie sich mit dem Gesicht zu ihm und halten die Hände hochgestreckt an den Stamm. Atmen Sie einige Male tief durch. Wenn Sie das Gefühl haben, dass es reicht, treten Sie zurück und bedanken sich beim Baum. Diese Übung empfiehlt sich, wenn man sich müde, abgespannt, ausgebrannt fühlt.

Sie können beide Übungen auch dann machen, wenn Sie weder unter Stress stehen noch überaus müde sind. Tun Sie es einfach um der Erfahrung, des Erlebnisses willen. So erfahren Sie, wie es sich anfühlt, und vielleicht werden Sie sich daran erinnern, wenn Sie es wirklich nötig haben.

Am Schluss verabschieden Sie sich wieder vom Baum und bedanken sich bei ihm.

### *ÜBUNG 2 – auf dem Waldweg*

Der Wald ist voller Reizzonen, die wir von Auge erkennen können. Hinweise darauf sind:

Efeuwuchs, Ameisenhaufen, zwieselnde Bäume (mehrere etwa gleich starke Triebe), Strahlensucher wie Holunder und Hasel.

Beobachten Sie nun vom Weg aus, ob Sie den Verlauf einer solchen Reizzone erkennen. Stehen zum Beispiel mit Efeu bewachsene Bäume einzeln oder bilden sie eine Zone von einigen Metern Breite?

Haben Sie nun den Verlauf der Reizzone erkannt, gehen Sie einige Schritte zurück und schließen Sie die Augen. Anschließend gehen Sie wieder vorwärts und versuchen den Verlauf der Reizzone selber zu verspüren. Dazu halten Sie die Arme entspannt schräg nach unten, die Hände mit leicht gespreizten Fingern als Antennen flach.

Wenn Sie die Reizzone erspüren, bleiben Sie stehen und öffnen die Augen. Stimmt Ihre Wahrnehmung mit dem Verlauf der Reizzone überein?

Treffen Sie auf mehrere Holderbüsche, können Sie davon ausgehen, dass hier Wasseradern vorhanden sind. Wiederholen Sie dieselbe Übung. Dabei gehen Sie mit offenen Augen und konzentrieren sich auf das Bild von im Boden unter der Oberfläche fließendem Wasser.

Spüren Sie den feinen Unterschied in Ihrem Wohlbefinden, wenn Sie über der Wasserader stehen?

>>> <<<

## Nachwort



**B**ücher sind eine wunderbare Quelle der Inspiration. Sie werden jedoch kaum jemals die eigene Erfahrung ersetzen können. Mir passiert es immer wieder, dass ich das Gelesene erst wirklich verstehe, wenn ich dazu die passende Erfahrung machen kann, so auch all das im Buch Beschriebene. Manch wunderbare Orte entdeckte ich – wie man so sagt – zufällig. Was immer es war, was mich dazu (ver)führte mich dann oder dorthin zu begeben, es war da.

So bedanke ich mich von ganzem Herzen bei allen, die mir Begleiter, Führer, Lehrer und Mentoren waren und auch weiterhin sind. Ebenso bedanke ich mich bei all jenen, die mir dank ihrer grossartigen Unterstützung ermöglichten, dem Alltagsdruck so weit zu entgehen, um die Zeit zu finden innezuhalten und mich dem Wunderbaren und Geheimnisvollen der in der Natur wirkenden Kräfte zu öffnen und hinzugeben.

Von Besuchern des «pfad»-Rundweges höre ich immer wieder, dass ihnen nun viele Phänomene auffallen würden, die sie zuvor nie bemerkt haben. Ich bin mir sicher, dass es auch Ihnen bald so ergehen wird.

Wenn Sie tiefer in die Materie eintauchen möchten, finden Sie auf meiner Homepage entsprechende Angebote zu Kursen und Erlebnistagen: [www.naturenergetik.ch](http://www.naturenergetik.ch)

Viel Spaß unterwegs an wundervollen Orten und alles Gute.

*Philippe Elsener*