Das Fachmagazin für Naturheilkunde

Naturheilkunde Journal

Oktober 2021

23. Jahrgang

Komplementärmedizin und konventionelle Medizin

Sonderdruck

„Wir haben verlernt, das Glück in uns zu finden“

Ein Interview mit Ronald Göthert

Ein Gespräch mit dem Feinstoffexperten und Autoren Ronald Göthert über feinstoffliche Gesundheit, seine neue Weiterbildung „Subtle Body Balance“ sowie sein neues Buch.

Herr Göthert, Sie forschen und schreiben seit vielen Jahren über den Feinstoffkörper. Worum handelt es sich dabei genau?

Ronald Göthert: Es ist ja bereits seit Jahrtausenden bekannt, dass unser physischer Körper von feineren Schichten durchdrungen und umgeben ist. Für mein neues Buch „Entdecke deinen Feinstoffkörper“ habe ich mich besonders mit der körpernahen Schicht beschäftigt, die sich etwa handbreit um den Körper herum ertasten lässt. Dieser Feinstoffkörper versorgt den physischen Körper mit Lebensenergie, ist aber nicht nur energetischer Natur, sondern wirklich substanziell. Er stellt also eine eigenständige, dem Menschen zugehörige Struktur dar. Dieser Teil von uns hat ein eigenes Sensorium, viele unserer Empfindungen und Missempfindungen entstehen aus diesem Bereich. Wie im physischen Körper können im Feinstoffkörper unterschiedliche Störungen vorliegen. Es macht daher Sinn, unterschiedliche Spezialisten hierfür auszubilden. Auch wenn die Wissenschaft diese feinere Materie noch nicht erfasst hat: Der Feinstoffkörper ist objektiv wahrnehmbar, untersuchbar und beeinflussbar.

Warum sind sich die meisten Menschen nicht mehr bewusst, über diese feinstoffliche Umhüllung zu verfügen?

Ronald Göthert: Das ist eine gute Frage! Wahrscheinlich, weil unser Fokus auf der physischen Materie liegt und wir nicht von klein auf unsere Sinne für das Feinstoffliche trainiert haben. Kinder haben oft einen natürlicheren Zugang dazu, aber es fehlt ihnen meist jemand, der sagt: „Das ist dein Feinstoffkörper“. Diese Sinnesentwicklung können wir als Erwachsene aber gut nachholen. Wir Menschen bekommen unseren Feinstoffkörper oft nur anhand von Reaktionen in Extremsituationen mit, zum Beispiel, wenn wir inneren Druck erleben, sich in uns alles zusammenzieht oder wir aus der Haut fahren könnten. Nur wissen wir meist nicht, dass diese Empfindungen von unserem Feinstoffkörper herrühren, der uns dringend mitteilen will, dass uns etwas schadet. Wir meinen dann, dass Druck und Enge ab und zu einfach zum Leben dazugehören. Das sollten sie aber nicht!

Sie bilden Menschen in Heilberufen darin weiter, ihre Patienten feinstofflich zu behandeln. Was können wir uns darunter vorstellen?

Ronald Göthert: Auf Basis meiner jahrzehntelangen Forschungen über das Feinstoffliche habe ich neue Therapieformen entwickelt, unter anderem die „Subtle Body Balance“. Dabei befindet sich der Patient auf der Liege, während der Feinstoffkörper mit der Hand des Therapeuten aktiviert, entfaltet und in die Balance gebracht wird, ohne dass dabei der physische Körper

© Kim Schneider– stock.adobe.com

berührt wird. Während dieses Prozesses gewinnt der Patient auch ein Bewusstsein für seinen Feinstoffkörper und damit einen ganz neuen Blick auf sich selbst. Im Anschluss zu den Behandlungen werden Übungen vermittelt, die zu Hause angewandt werden können, um die eigene feinstoffliche Gesundheit weiter zu fördern. Aus meiner Sicht gehört es für jeden, der sich als ganzheitlicher Therapeut versteht, dazu, sich über das Thema Feinstoffkörper/feinstoffliche Gesundheit weiterzubilden und diesen Teil des Menschen in sein Behandlungsspektrum miteinzubeziehen.

Welche Verbesserungen können sich dadurch für die Patienten ergeben?

Ronald Göthert: Viele Probleme der Menschen sind in deren Feinstoffkörper zu finden. Auch in der Schmerzwahrnehmung

spielt der Feinstoffkörper eine Rolle, da er eine eigene Schmerzempfindung hat, die oft mit körperlichen Leiden verwechselt wird. Wenn man den Feinstoffkörper in die Therapie miteinbezieht, können daher andere Therapien – sowohl auf physischer als auch psychischer Ebene – besser greifen. Durch die Bewusstmachung des eigenen Feinstoffkörpers können wir den Patienten zu einer besseren Selbstwahrnehmung, zu stärkeren Selbstheilungskräften sowie innerer Stabilität und Balance verhelfen. Übrigens profitieren auch die Anwender selbst von der Methode durch einen besseren Zugang zu sich und der eigenen Lebensenergie.

Gibt es bei vielen Heilberuflern nicht bereits eine Offenheit für das Feinstoffliche?

Ronald Göthert: Tatsächlich sind Offenheit und Vertrauen viel wichtiger als fachliche Vorkenntnisse, um sich auf die feinstoffliche Erfahrung einzulassen und sich dem Neuen nicht zu verschließen. Gleichzeitig empfehle ich den Menschen aber, sich stets eine Skepsis zu bewahren, um das Erfahrene zu überprüfen.

In Ihrem neuen Buch zeigen Sie Übungen, mit denen sich die Leser die feinstoffliche Hülle bewusst machen können. Würden Sie mal beispielhaft eine Übung beschreiben?

Ronald Göthert: In dem Buch sind insgesamt vier Anleitungen für speziell entwickelte Techniken enthalten, mit denen wir die Struktur des Feinstoffkörpers differenziert wahrnehmen und gleichzeitig dessen Zustand verbessern können. Dabei ertastet man mit der Handinnenfläche etwa handbreit vom physischen Körper die Oberfläche des eigenen Feinstoffkörpers. Wenn man diese Techniken erlernt hat, kann man auch die Feinstoffkörper anderer Menschen ertasten und entdecken, wie unterschiedlich sie sich anfühlen.

Wie reagieren die Menschen, wenn sie diese Übung mit ihnen machen?

Ronald Göthert: Das ist jedes Mal wieder ein besonderer Moment! Es ist oft ein Erstaunen und ein Berührtsein bei den Menschen zu erleben. Sie fühlen sich ganzheitlich, vollständiger. Die Wahrnehmung ihres Feinstoffkörpers kann als etwas Neues, aber gleichzeitig etwas tief Vertrautes empfunden werden – denn dieses Bewusstsein ist gar nicht neu, sondern nur vergessen. Viele Menschen fühlen sich auf einer Ebene in ihrem Dasein bestätigt.

Und was sagen Sie Menschen, die keinen Zugang zu ihrem Feinstoffkörper finden?

Ronald Göthert: Da sage ich, wer wahrhaftig seinen Feinstoffkörper sucht, wird ihn auch finden. Es braucht vielleicht erst Geduld und mehrere Anläufe oder Justierungen in der Haltung. Doch wer alle Übungen ernsthaft durchführt, wird seinen Feinstoffkörper wahrnehmen – und ihn in der Folge auch gesund erhalten können.

Woran können wir denn festmachen, dass wir feinstofflich aus der Balance geraten sind? Welche Symptome zeigen sich dann?

Ronald Göthert: Wenn unser Feinstoffkörper in keinem guten Zustand ist, sind wir erschöpft, weil der Zugang zu unserer Lebensenergie blockiert ist. Manche Menschen fühlen sich dünnhäutig und empfindlich, denn der Feinstoffkörper kann seine Schutzfunktion nicht mehr erfüllen. Der Alltag kann als mühsam empfunden werden, zwischenmenschliche Begegnungen als anstrengend. Auch innere Anspannung und Ruhelosigkeit machen sich bemerkbar. Ein undefinierbarer Mangel wird spürbar: Irgendetwas fehlt. Nur was?

Sie sprechen dabei von einem inneren Hunger.

Ronald Göthert: Richtig. Es handelt sich um einen feinstofflichen Mangelzustand, der aus dem fehlenden Zugang zu unserer Lebensenergie herrührt. Wir fühlen uns dann genötigt, Ersatz zu beschaffen – und das tun wir oft über den Energiehaushalt der Mitmenschen. Ob Rechthaberei, Streitlust, Profilierungsdrang oder Jammern – wir Menschen entwickeln persönliche Strategien, um unseren inneren Hunger zu stillen. Für das Gegenüber ist das erschöpfend. Deshalb ist das Gefühl, nach einem Gespräch völlig ausgelaugt zu sein, so vielen bekannt.

Viele Menschen versuchen, ihrer Erschöpfung mit Yoga oder Meditation zu begegnen. Ist das dann gar nicht zielführend?

Ronald Göthert: Das würde ich nicht sagen. Es sind verschiedene Bereiche, die sich gegenseitig ergänzen können, um mehr Bewusstheit und Wohlbefinden zu erlangen. Der feinstoffliche Anwendungsbereich „Subtle Body Balance“, den ich an Heilberufler weitervermittle, lässt sich zum Beispiel sehr gut in den Yoga-Unterricht integrieren. Wir müssen erkennen, dass das Feinstoffliche des Menschen eine ganz eigene Ebene ist, die sich weder physisch noch mental behandeln lässt, sondern nur dadurch, dass man lernt, mit dem Feinstoffkörper umzugehen.

Müssen wir also zunächst unsere feinstoffliche Gesundheit wiederherstellen, um innere Erfüllung zu finden?

Ronald Göthert: Man kann sagen, dass ein Mensch mit einem ausgeglichenen Feinstoffkörper Freude empfindet, ohne einen Grund dafür zu brauchen. Diese Fähigkeit, das Glück in sich zu finden, haben wir in unserer Gesellschaft verlernt – leider. Denn wer nicht mehr damit beschäftigt ist, ein unerkanntes Defizit irgendwie auszugleichen, kann in seiner Mitte sein, sich weiterentwickeln, seine eigentliche Lebensbestimmung finden und ihr folgen.

Keywords: *Subtle Body Balance, Feinstoffkörper, Lebensenergie, Energiemedizin*

Das Interview führte Frau Ulrike Schäfer.

DER AUTOR

Ronald Göthert, (*1964) erforscht seit Anfang der Neunzigerjahre die Zusammenhänge der feinstofflichen Wirklichkeit in Bezug zum Menschen. Er entwickelte verschiedene Therapien für den Feinstoffkörper, mit denen dieser von Verletzungen und Belastungen befreit werden kann. Im Jahr 1999 gab Ronald Göthert seinen kaufmännischen Beruf auf, um hauptberuflich mit seiner Methode zu arbeiten. Seine Mission ist es, so viele Menschen wie möglich wieder mit ihrem vernachlässigten feinstofflichen Körper in Verbindung zu bringen. In Seminaren, Beratungen und Ausbildungen gibt Ronald Göthert die jahrzehntelange Praxiserfahrung weiter. Sein neues Buch „Entdecke deinen Feinstoffkörper – Das Praxisbuch für Schutz und Stärkung der Lebensenergie“ ist im Lotos Verlag erschienen. Mehr Informationen, auch zu der Weiterbildung „Subtle Body Balance“ finden Sie unter **www.göthert-methode.de**