



# Körperkerzen

## Heilsamer Rauch für die Seele

### Auflösen der im Zellgedächtnis gespeicherten blockierenden Informationen

Unsere inneren Welten sind ein unendlicher Speicher an Erfahrungen, Gefühlen und Bildern. Dort werden alle Informationen verwahrt, über das, was wir jemals erlebt und erfahren haben. Und dies bezieht sich nicht nur auf die Zeiten unseres Lebens, die wir bereits bewusst erlebt haben, sondern auch auf den Zeitraum vor unserer Geburt und schließt auch all das ein, was wir geerbt haben, also als Informationen von unseren Eltern und Großeltern mitbekommen haben. Diese Erinnerungen und Erlebnisse – energetische Abdrücke auf Zellebene – bestimmen und beeinflussen uns und können sich noch nach langer Zeit in viel-

fältiger Weise blockierend auf uns und unser Leben auswirken.

Die Anwendung der Körperkerzen ist ein altes schamanisches Verfahren, um Blockaden und Störfelder im körpereigenen Energiefeld zu lösen. Ursprünglich aus hohlen Holunderstängeln oder aus Baumrinden zu Trichtern geformt und mit Heilkräutern gefüllt, werden die Körperkerzen heute in liebevoller Handarbeit aus eingefärbtem Bienenwachs und 100 % Baumwolle gefertigt und pur oder mit Heilkräutern gefüllt verwendet. Die therapeutische Anwendung setzt im feinstofflichen Bereich an und ist eine traditionelle Methode der Ex-

traktion von Störpotenzialen mit der Kraft des Feuers. Dazu wird die Körperkerze am oberen Ende entzündet und auf die zuvor ausgetestete Stelle auf den Körper aufgesetzt und abgebrannt. Mit zunehmendem Abbrennen der Körperkerze verstärkt sich der Wärmefluss und gleichzeitig entsteht ein angenehmes Gefühl verbunden mit tiefer Entspannung.

Ist der Energiefluss des Körpers in Disharmonie, kann es zu körperlichen Beschwerden kommen, die ihren Ursprung im seelischen Bereich haben. Durch die Anwendung der Körperkerzen können diese Blockaden an die Oberfläche geholt und aufgelöst werden. Die Ursachen der Energieblockaden können dabei sehr vielfältig sein: traumatische Erlebnisse, Ängste, Trauer, Verletzungen, Selbstzweifel. Aber auch durch Stress, Wut, Ärger, Hass, Unzufriedenheit, Neid und Missgunst kann die emotionale Ebene des Menschen in Disharmonie geraten. Wenn solche Blockaden sich manifestiert haben, kommt der energetische Fluss ins Stocken und auch auf der physischen Ebene können sich daraus Beschwerden wie Verspannungen, Schmerzen, verschiedene organische Symptome und manifeste Erkrankungen entwickeln. Auf der rein körperlichen Ebene unterstützen die Körperkerzen durch die wohlthuende Wärme dabei, mit Schmerzen oder anderen unangenehmen Symptomen fertig zu werden. Die Körperkerze wird in diesem Fall direkt auf die schmerzende Stelle oder das betreffende Organ aufgesetzt und abgebrannt und somit der zuvor blockierte Energiefluss wieder in Gang gebracht. Wie auch bei den Ohrenkerzen entsteht durch den Kamineffekt ein Vakuum, womit Ablagerungen auch im tiefer liegenden Gewebe gelöst, vom Körper abtransportiert, ausgeleitet und zugleich die körpereigenen Selbstheilungskräfte aktiviert werden können. Körperkerzen haben eine blockadelösende Wirkung auf Körper, Aura und Chakren mit dem Ergebnis einer harmonischen Energiebalance auf allen Ebenen. Die angenehme Wärmebehandlung regt die Durchblutung an, fördert den Energiefluss, dient der Entgiftung und Reinigung des Energiekörpers, ermöglicht eine tiefe Entspannung und Stressabbau für Körper, Geist und Seele.

Der Einsatz von Körperkerzen in der psychotherapeutischen Heilpraxis unterstützt die Auflösung von Zellinformationen, die nach der Bearbeitung von seelischen Themen, traumatischen Erlebnissen oder nach körperlichen Erkrankungen im Energiefeld verblieben sind. Diese Narben der Seele können das gesamte energetische System schwächen und nachhaltig stören und noch nach Monaten oder Jahren

Wirkungen zeigen. In Verbindung mit Bewusstseinsarbeit, verhaltenstherapeutischen Ansätzen und systemischer Aufstellungsarbeit kann so auf der seelischen Ebene Altes losgelassen und Glaubenssätze transformiert werden, um dann die energetischen Ablagerungen und Abdrücke von Schocks und Traumata endgültig aufzulösen. Mitunter geschieht dieser Prozess auch durch verschiedene Schichten hindurch und es können durchaus auch kurzzeitige Erstverschlimmerungen auftreten. Diese sind aber meist nur von sehr kurzer Dauer und zeigen an, dass im gesamten System des Klienten eine Umstrukturierung auf physischer wie psychischer Ebene stattfindet. Dieser Prozess kann im Anschluss an die Körperkerzenbehandlung sehr gut mit Reiki, Quantenheilung, Tiefenfeldentspannung oder Heilhypnose unterstützt und ergänzt werden.

In meiner Praxis kombiniere ich die Anwendung der Körperkerzen mit Gesprächspsychotherapie, systemischer Aufstellungsarbeit, Elementen aus der transpersonalen Psychologie, Arbeit mit inneren Bildern, schamanischen Bewusstseinsreisen, Ritualarbeit und Tiefenfeldentspannung sowie Aspekten aus den neuen russischen Heilmethoden.

### Praxis der Körperkerzenbehandlung

Im Anamnesegespräch sollten eventuelle Allergien auf bestimmte Inhaltsstoffe sowie der Blutdruck des Klienten abgeklärt werden. Ebenso wie die Anwendung von Ohrenkerzen kann die Anwendung von Körperkerzen den Blutdruck senken. Vor der Anwendung sollte der Patient/Klient unbedingt ein Glas Wasser trinken, da eine Körperkerzenbehandlung dem Körper Wasser entzieht und um bei der Behandlung gelöste Schlacken abzutransportieren. Im Allgemeinen erfolgt die Behandlung im Liegen auf dem bekleideten Körper. Je nach Anliegen bzw. Thema wird die passende Farbe für die Körperkerze ausgewählt. Nach Einsetzen des Filters (z.B. Schafwolle) in das dünnere Ende der Kerze kann diese dann noch unterstützend mit passenden Heil- und Räucherkräutern, ätherischen Ölen, auf Zettel geschriebenen positiven Affirmationen etc. gefüllt werden.

Zu Beginn wird die zu behandelnde Stelle aktiviert, indem sie z.B. mit passenden ätherischen Ölen leicht im Uhrzeigersinn massiert oder mit der Klangschale oder Stimmgabel auf die nachfolgende Behandlung vorbereitet wird. Dadurch wird die Durchblutung schon angeregt und der Klient konzentriert sich besser auf die Stelle. Bei der Behandlung am

Kopf sollten eventuell weitere Bereiche mit Mullkompressen abdeckt oder einen mit Loch versehenen Pappkreis (Bierdeckel) verwendet werden, in welchen die Körperkerze gesteckt wird. Die von mir verwendeten Körperkerzen erzeugen beim Abbrennen keinen glimmenden Ascheflug. Darauf sollte man bei der Verwendung der Körperkerzen dringend achten, da der Klient sich nach kurzer Zeit bereits in einem sehr tiefen Entspannungszustand befindet und man ihn beim Löschen von eventuell umherfliegenden Aschestückchen sehr unsanft aus der tiefen Entspannung holen könnte.

Die Körperkerze wird am oberen breiteren Ende angezündet und mit dem nicht brennenden Ende möglichst senkrecht aufgesetzt. Zum Schutz der Bekleidung kann vorab eine Mullkompressen untergelegt werden, da der Rauch auf dunkler Kleidung sonst helle Flecken hinterlassen kann. (Selbstverständlich kann die Anwendung der Körperkerze auch auf dem unbedeckten Körper erfolgen. Die Wirkung ändert sich dadurch nicht.) Die Körperkerze wird während der gesamten Behandlung von ca. 15 bis 20 Minuten vom Behandler gehalten, bis sie zur Markierung abgebrannt ist und dann in einer Schale mit Wasser gelöscht. Nach dem Abbrennen der Körperkerze wird die Aura des Klienten an der Stelle, auf der die Körperkerze stand, wieder „verschlossen“, z.B. mit Rosenöl, das entgegen dem Uhrzeigersinn eingerieben wird oder mithilfe von Quantenheilung, Reiki oder der liegenden Acht. Im Anschluss sollte der Klient noch etwa 15 bis 20 Minuten liegen bleiben und ruhen. Auch der Therapeut sollte sich nach der Behandlung die Hände unter fließendem kaltem Wasser waschen und ein Glas Wasser trinken. Nach der Anwendung wird der Klient angehalten, viel gutes Quellwasser ohne Kohlensäure zu trinken, um die Gifte auszuscheiden und den Energiefluss wieder herzustellen. Ein leichtes Frösteln nach der Behandlung ist normal und sollte sich im Laufe des Tages wieder geben.

Gemeinsam mit dem Klienten werden nach der Sitzung die Kerzenreste aufgeschnitten, um Menge und Farbe der vorhanden Rückstände zu begutachten. Die Flamme und der Rauch während des Abbrennens sowie Ablagerungen und Rückstände in den Kerzen können etwas über die Herkunft und Hintergründe des jeweiligen Themas auf der geistig energetischen Ebene aussagen. Jede Behandlung und jeder Patient bzw. Klient ist jedoch so individuell und einzigartig, dass eine Deutung der Reste möglichst dem Klienten überlassen werden und gemeinsam mit ihm in einem nachfolgendem

Gespräch erarbeitet werden sollte. Oft kommt dieser meist schon ganz allein zu Bildern oder Erinnerungen, die ihm weiterhelfen.

Ich gebe meinen Klienten die Kerzenreste nach der Behandlung mit, damit sie sie innerhalb 48 Stunden in einem Ritual wieder dem Kreislauf des Lebens zurückgeben oder in einer feierlichen Zeremonie „bestatten“ können. Erfahrungsgemäß sind diese zwei Tage die Zeitspanne, in der nochmal auf der unbewussten Ebene ein wichtiger Ablöse- und Transformationsprozess stattfindet. Für viele meiner Klienten sind die Deutung der Kerzenrückstände und dieses abschließende Ritual ganz wichtig, um sich endgültig von dem bearbeiteten Thema zu verabschieden. Bei akuten körperlichen Symptomen, die nach Abklärung durch Arzt oder Heilpraktiker ihre Ursachen auf der seelischen Ebene haben, ist es möglicherweise sinnvoll, mehrere Körperkerzen an aufeinanderfolgenden Tagen abzubrennen. Ansonsten sollten mindestens fünf Tage zwischen den einzelnen Terminen liegen, um dem eintretenden Transformations- und Umstrukturierungsprozess im gesamten System des Klienten genügend Zeit zu geben. In Einzelfällen kann es vorkommen, dass eine Körperkerzenbehandlung den Zugang zu unbewussten, tiefer liegenden Schichten überhaupt erst eröffnet und danach z.B. mit Methoden der transpersonellen Psychologie und Ritualarbeit ein guter Zugang zu diesen Ebenen erreicht werden kann.

### Wann sind Selbstreinigung und Entgiftung angezeigt?

- Nach einem stressigen Tag,
- wenn man nicht abschalten kann,
- wenn man generell täglich mit vielen Menschen Kontakt hat und/oder
- wenn man selbst Therapeut ist.

Zur Selbstbehandlung wird die Körperkerze auf den „Lebenshilfe-Punkt“ an der Hand (Akupunkturpunkt Dickdarm 4) aufgesetzt. In Verbindung mit der Kraft unseres Bewusstseins können wir die Selbstreinigung unseres Körpers unterstützen, indem wir zusätzlich unserer Gedankenzentrale den Befehl „Vollständige Entgiftung und Reinigung meines gesamten Körpers und Energiesystems von negativen Resonanzen bis auf Zell-Ebene“ geben. Eine Selbstbehandlung nach einem anstrengenden Tag oder zur eigenen Psychohygiene ist auch möglich, indem mit einer Körperkerze nacheinander die einzelnen Chakren harmonisiert werden. Entspannter ist es jedoch, den Chakrenausgleich von einer zweiten Person durchführen zu lassen, da man dann nicht die

Flamme im Auge behalten muss. Dazu ist es sinnvoll, im Kopfbereich zu beginnen, da wir Menschen erfahrungsgemäß sehr kopflastig sind und somit besser abschalten können. Die brennende Körperkerze wird dazu nacheinander jeweils ein paar Minuten auf die Chakren gestellt. Zum Abschluss empfiehlt es sich, auch die Fußsohlenchakren dazu zu nehmen, um auch das, „was wir uns über den Tag eingetreten haben“ zu entfernen.

**1. Fallbeispiel** Frau K., Anfang 30, kam in meine Praxis auf Anraten ihres Physiotherapeuten, der ihr empfahl, ihre Hüftschmerzen auch unter psychotherapeutischen Gesichtspunkten zu betrachten, da seine therapeutischen Interventionen seit einiger Zeit stagnierten. Zu den Hüftschmerzen stellte sich eine akute berufliche Belastungssituation mit hohem Stresslevel heraus. Die Familienanamnese ergab sehr tief liegende posttraumatische Belastungen aufgrund körperlicher Misshandlungen im Elternhaus vor allem im Schulalter. Dazu bestanden aktuelle Konflikte in der Partnerschaft.

Bei Betrachtung ihrer linken Hüfte nahm ich das Bild eines sehr verängstigten zwölfjährigen Mädchens wahr und die Klientin erzählte mir daraufhin von einem Vorfall, bei dem sie an den Schrank gedrückt und am Hals gewürgt wurde. Vor Anwendung der Körperkerze bekam die Klientin zuvor eine Sitzung Tiefenfeldentspannung. Anfangs war es sehr schwer, Zugang zu ihr zu bekommen, dann jedoch trat tiefe Entspannung ein und sie konnte später über die tiefen Verletzungen und Traumata, vor allem an der linken Hüfte und im Halsbereich, berichten und fühlte sich innerlich gekräftigt.

Beim nächsten Termin zwei Wochen später gab sie an, freier vom Kopf her zu sein und sich beruflich nicht mehr so gestresst zu fühlen, sie hatte sich zudem von ihrem Partner getrennt. Die Schmerzen in der Hüfte waren stärker geworden. Sie begann sehr viel aus der Vergangenheit zu reflektieren und hatte den Wunsch, die alten Geschichten abzuschließen. Sie suchte sich eine grüne Körperkerze aus, die wir direkt auf die linke Hüfte stellten. Nach der Behandlung berichtete sie, dass sich etwas aus ihrer Hüfte gelöst hatte und über die Wade abgeflossen sei. (Während der Behandlung war ein starkes Zittern des linken Fußes sichtbar.) Teilweise hatte sie schubweise starke Schmerzen, die jedoch nach der Behandlung verschwanden. Vor dem inneren Auge tauchten viele Bilder aus ihrer Kindheit auf. Zum Ende konnte sie tief aufatmen und

schilderte nun ein Gefühl, „vom Glück überströmt zu sein“. Die Anwendung der Körperkerze konnte zudem auch den Raum öffnen, um sich nun in den nachfolgenden Sitzungen mit verhaltenstherapeutischen Ansätzen und Ritualarbeit mit den zuvor verdeckten Ängsten und Schattenanteilen auseinanderzusetzen.

In der nächsten Sitzung äußerte die Klientin den Wunsch, „den Schatten auf ihrer Seele“ loszulassen. Nachdem wir die Verbindung zu ihrer aktuellen Beziehungsthematik hergestellt hatten, suchte sie eine rosa Körperkerze aus und fügte auf einen Zettel geschrieben noch eine persönliche Affirmation dazu. Da sich auf der energetischen Ebene eine starke Blockade zwischen Herzchakra und Solarplexus zeigte, stellten wir die Körperkerze direkt auf den „Sitz der Seele“ (Stelle unmittelbar unterhalb des Brustbeines). Feedback nach der Behandlung: „Ich fühle mich leichter und heller. Der Druck auf dem Brustkorb ist weg und es ist ein großer Brocken abgefallen.“ Da sie gleichzeitig jedoch noch sehr verkrampft in ihren Händen war, erarbeiteten wir gemeinsam als Hausaufgabe ein Ritual, „um das loszulassen, an dem sie noch festklammert“.

Die Klientin meldete sich zwei Wochen später und berichtete von zunehmender psychischer Stabilität und neuen Freizeitaktivitäten mit Freundinnen, die ihr sehr viel Freude bereiten und Auszeit zum beruflichen Alltag bieten.

**2. Fallbeispiel** Die Mutter eines achtjährigen Jungen (Einzelkind) vereinbarte einen Termin in meiner Praxis, da ihr Sohn zunehmend aufmüpfig wäre und seine schulischen Leistungen sich immer mehr verschlechterten. Auch das soziale Verhalten innerhalb des Klassenverbandes wurde laut Aussage der Lehrerin langsam untragbar für den Rest der Klasse. Auf Nachfrage bezüglich der aktuellen Familiensituation erklärte mir die Mutter am Telefon, dass soweit alles in Ordnung wäre.

In Begleitung der Mutter verhielt sich der Sohn vorerst sehr abweisend. Nachdem die Mutter für den Rest der Sitzung einen Spaziergang

machte, taute er zunehmend auf und interessierte sich sehr für meine Räucherkräuter und die Körperkerzen. Ich erklärte ihm, dass wir damit etwas verbrennen können, „was ihn belastet und das er nicht mehr haben möchte“. Nach meiner Zusage, dass er mir nichts über das Thema erzählen müsste, suchten wir gemeinsam eine passende Körperkerze für ihn aus und füllten diese mit Heilkräutern sowie einem von ihm verfassten Zettel, auf dem er geschrieben hatte, was er gern loswerden wollte. Nach einer passenden Stelle für die Körperkerze musste ich nicht fragen. Für ihn war es von Anfang an ganz klar, dass diese auf eine bestimmte Stelle an seiner linken Hand gestellt werden sollte. Auch wenn er sehr schnell in einen tiefen Entspannungszustand gesunken war, sprang er anschließend von der Liege auf und bestand nach Betrachtungen der Rückstände darauf, diese doch sofort gemeinsam zu verbrennen.

Nach zwei Wochen teilte mir die Mutter telefonisch mit, dass ihr Kind wie verwandelt sei. Sein soziales Verhalten und seine Konzentrationsfähigkeit sowie seine schulische Mitarbeit hätten sich sehr zufriedenstellend verändert. Ich weiß bis heute nicht, was genau auf dem Zettel stand, den wir dem heiligen Rauch mitgegeben haben, aber ich habe im Nachhinein erfahren, dass es zum derzeitigen Zeitpunkt massive Partnerschaftsprobleme zwischen den Eltern gab und durch die langen beruflichen Abwesenheiten des Vaters der Junge schon sehr früh eine Ersatzrolle einnehmen musste, da die Mutter aufgrund traumatischer Kindheitserinnerungen zu depressiven Verstimmungen neigte.

Bis dahin hatte ich mit Kindern nicht mit Körperkerzen gearbeitet. Nach dieser Erfahrung setze ich Körperkerzen auch schon bei Kindern im Kindergartenalter vor allem in Verbindung mit einer metamorphischen Behandlung (energetische Fußmassage zur Auflösung von Traumata, die sich während Schwangerschaft oder Geburt manifestiert haben) erfolgreich ein.



Anne Weiß

Heilpraktikerin für Psychotherapie und Dozentin

info@der-heilsame-weg.de

Bezugsquelle für farbige und naturweiße Körperkerzen:  
[www.biwa-ohrenkerzen.de](http://www.biwa-ohrenkerzen.de)