

bewusster leben

Sei gut zu dir!

Die schönsten
Märchen
aus der
Ukraine

Wünsch dich glücklich
*So werden Lebens-
träume Wirklichkeit*

**Die Kraft der
Melancholie**

Du bist einzigartig
*Wie du wagst, wofür dein Herz
sich längst entschieden hat*

**Selbstliebe
statt Körperkult**
*Dein Körper ist kein Problem,
das gelöst werden muss*

Stille

Das Geheimnis der inneren Kraft

**„Entdecke die
stille Seele in dir“**
*Veit Lindau und der Weg
zu einem erfüllten Leben*



MEHR GELASSENHEIT

und innere Lebenskraft in turbulenten Zeiten



Nicole Renneberg hat mit der Göthert-Methode einen neuen Zugang zu ihrem feinstofflichen Körper entdeckt

Wer möchte das nicht? Energiegeladent und voller Zuversicht durchs Leben gehen, kraftvoll und optimistisch in den Tag starten und abends zufrieden ins Bett hüpfen. Und das auch noch in so turbulenten und viralen Zeiten wie diesen, die uns mit ihren negativen Nachrichten täglich herausfordern. Die gute Botschaft lautet: Der Zustand, in dem alles geordnet ist und mühelos läuft, ist der natürliche

Zustand. Ein Grund, warum wir ihn so selten spüren, ist, dass wir den Zugang zu unserem feinstofflichen Körper verloren haben.

Die Realität des Feinstofflichen und die Auswirkungen auf unser Wohlbefinden sind nach wie vor weitgehend unbekannt. Wir pflegen unsere Haut, sorgen für glänzende Haare, entspannen beim Yoga und trainieren unsere Muskeln im Fitness Studio. Was aber ist mit unserem feinstofflichen Körper?

Die Realität des Feinstofflichen

Auf der Suche nach Methoden zur Selbstregulation und Stärkung des Immunsystems habe ich den Spezialisten für das Feinstoffliche Ronald Göthert entdeckt: Er erforscht seit Anfang der 1990-er Jahre die Zusammenhänge von Ursache und Wirkung im feinstofflichen Körper. Seine Mission besteht darin, so viele Menschen wie

möglich mit ihrem vernachlässigten feinstofflichen Körper wieder bewusst zu verbinden. Damit wir unseren Körper ganzheitlich zu verstehen lernen, hat er unter dem Titel „Entdecke deinen Feinstoffkörper“ auch ein Buch dazu geschrieben. Ich denke, dass das ein spannendes Thema für meine Gesundheitssendung ist. Aber zuerst möchte ich natürlich alles selbst ausprobieren und verabrede mich deshalb mit ihm in seiner Praxis in Potsdam. Im ganz normalen Alltag fühlen wir uns oft erschöpft und können vom ständigen Stress und unseren negativen Gedanken einfach nicht abschalten. In solchen Situationen haben wir den Zugang zu



Ronald Göthert erforscht seit Anfang der 1990-er Jahre die Zusammenhänge der feinstofflichen Wirklichkeit in Bezug zum Menschen. Er entwickelte verschiedene Therapien, die Feinstofftherapie nach der Göthert-Methode und die Anwendung von „Subtle Body Balance“, mit denen unser Feinstoffkörper von Verletzungen und Belastungen befreit werden kann, und die im gesamten deutschsprachigen Raum angeboten werden.

unserem Feinstoffkörper und der Kraft verloren, die er für uns bereithält. Ronald Göthert weiß, wie wir gegen den krankmachenden Stress und die Hektik des Alltags resistent werden. Im Gespräch mit ihm erfahre ich, dass jedem von uns ein eigenes, optimal auf uns abgestimmtes Energiereservoir zur Verfügung steht, aus dem wir uns bedienen können. Viele in der „realen“, materiellen, grobstofflichen Welt wissen nichts darüber. Als sensitiver Mensch möchte ich aber meine eigenen Erfahrungen ma-

chen und so liege ich wenige Minuten nach unserem Erstgespräch auf einer Behandlungsliege, die Augen geschlossen.

Es fängt an zu kribbeln

Ganz schnell fängt es an zu kribbeln und eine angenehme Wärme strömt durch meinen ganzen Körper. Ein innerer tiefer Frieden und Zufriedenheit machen sich in mir breit. Ich vergesse Raum und Zeit und werde später nicht mehr sagen können, wie lange die Anwendung dauerte.

Im anschließenden Gespräch erfahre ich von Ronald Göthert mehr über die Zusammenhänge im feinstofflichen Körper, erzähle von meinen eigenen Erfahrungen und bekomme Anleitungen dazu, wie ich meinen feinstofflichen Körper mit den Händen ertasten kann. Dazu halte ich die Hand vor die Brustmitte und spüre dort eine wohlige Wärme. Dann spüre ich in meinen Rücken hinein und entdecke einen leichten Widerstand, wie eine Hülle, die ich zuvor nicht wahrgenommen habe. Mein Grundgefühl: Ich fühle mich innerlich „aufgeräumter“.

Stärkung der Lebensenergie

„Jeder hat die Möglichkeit, seine Lebenskraft wieder zu erlangen, ausgeglichen und voller Zufriedenheit gut durch den Tag zu kommen – wenn wir unseren Feinstoffkörper wahrnehmen und ihm die Zuwendung geben, die er braucht“, erklärt mir Ronald Göthert. „Denn unser Wohlempfinden wird durch den Zustand unseres Feinstoffkörpers bestimmt. Ein Mensch, der feinstofflich in Balance ist, ist entspannt und gleichzeitig voller Vitalität. Ist der Feinstoffkörper aber zusammengedrückt, kann man sich nur angespannt fühlen.“

Wie das Blut in unseren Adern, so fließt die Lebensenergie in unserem Feinstoffkörper, der den physischen Körper durchdringt und umgibt. Oft leidet



Nicole Renneberg ist seit 23 Jahren Filmproduzentin sowie Initiatorin und Moderatorin eines ganzheitlichen Film-Online-Magazines, auf dem sie persönlich aus ihrem Alltag heraus und zusammen mit vielen bekannten Gesundheitsexperten Tipps für ein gesundes, bewusstes und ganzheitliches Leben gibt.

unser Feinstoffkörper jedoch unter Verletzungen und Belastungen, wodurch seine Kraft und Klarheit beeinträchtigt wird.

Fasziniert gehe ich nach Hause – Götherts Buch unterm Arm. Meine eigene Forschungsreise kann beginnen. Und wenn ich mich mal im Gespräch erschöpft fühle, mich die Geschwindigkeit des Alltags einholt, weiß ich, dass es wieder Zeit ist, meinem feinstofflichen Körper mehr Achtsamkeit zu schenken.

Viele weitere Gesundheitstipps, Sendungen und natürlich die spannende Reportage über den Feinstoffkörper und die Göthert-Methode sind auf dem ganzheitlichen Film-Online-Magazin gesundheitslounge.de zu sehen.

Zum Weiterlesen:
Ronald Göthert
Entdecke deinen Feinstoffkörper
Das Praxisbuch für Schutz und Stärkung der Lebensenergie
285 Seiten
Lotos Verlag



Mehr Infos:
www.goethert-methode.de