

5 EBENEN GUIDE

Warum viele Methoden nicht tief genug greifen –
und worauf es wirklich ankommt



Disclaimer / Rechtlicher Hinweis

Dieses E-Book dient der Information und Inspiration im Bereich energetischer Methoden und stellt keine Heilbehandlung im medizinischen oder therapeutischen Sinne dar. Die Inhalte ersetzen weder eine ärztliche, psychologische noch psychotherapeutische Diagnose oder Therapie. Die vorgestellten Methoden und Hinweise basieren auf energetischen Sichtweisen und Erfahrungswerten der Autorin. Sie sind nicht im naturwissenschaftlich anerkannten Sinne belegt und gelten als komplementäre Begleitangebote. Die Anwendung der im E-Book enthaltenen Informationen erfolgt in eigener Verantwortung. Die Autorin übernimmt keine Haftung für eventuelle Schäden oder

Bei gesundheitlichen Beschwerden oder psychischen Erkrankungen wende dich bitte an einen Arzt, Heilpraktiker oder Psychotherapeuten.

Wie schön, dass du hier bist!

Du bist hier, weil du spürst, dass in deiner Arbeit mit Energie noch mehr möglich ist – aber dir manchmal der rote Faden fehlt. Du willst tiefer gehen, Blockaden erkennen und Impulse zur Klärung setzen, aber fragst dich:

„Wo liegt die Ursache eigentlich – und wie komme ich da ran?“

Vielleicht arbeitest du schon als Coach, Therapeutin oder energetisch mit Menschen. Oder du bist gerade erst auf dem Weg in diese Welt – und suchst nach einer Methode, die dich wirklich weiterbringt.

Wo auch immer du gerade stehst:

Der „Energetische Blockaden-Guide“ zeigt dir, wie du mit mehr Struktur, Klarheit und Tiefe arbeiten kannst – ohne dich in Einzelmethoden zu verlieren.

Und jetzt bist du hier – und das ist großartig!

Denn dieser Guide ist dein Einstieg. Er gibt dir Einblick, Überblick und erste Tools an die Hand, mit denen du sofort mehr Klarheit bekommst:

- ▶ Wo eine energetische Blockade spürbar wird
- ▶ Was sie bedeuten kann
- ▶ Und wie du zur Transformation beiträgst

Ich freu mich riesig, dass du da bist – und wünsche dir viel Freude beim Lesen, Spüren & Entdecken.

Deine
Melanie



Inhalt

Über mich – Melanie Brückner	05
Was dich hier erwartet	06
Was ist eine energetische Blockade	08
Häufige energetische Blockaden	09
Die 5 Ebenen energetischer Blockaden	11
Die richtige Ebene für die Lösung	15
Praxis-Tipp für deine Arbeit	17
Bonus	
Der energetische Ebenen Kompass	20
Wie geht es jetzt weiter	21

Über mich – Melanie Brückner



Hey, ich bin Melanie – und ich weiß ganz genau, wie es sich anfühlt, wenn man das tiefe Bedürfnis spürt, Menschen auf ihrem Weg energetisch zu begleiten... aber einfach nicht weiß, wo man ansetzen soll.

Als ich vor über 15 Jahren in die Welt der Energiearbeit eingetaucht bin, war das wie ein Aufwachen. **Ich spürte sofort: Da steckt so viel Kraft drin.** Und doch war ich oft verunsichert. Ich hatte Ausbildungen gemacht, Techniken gelernt – aber im Praxisalltag war ich immer wieder am Rätseln:

Wo liegt die Ursache?

Welche Methode hilft jetzt wirklich?

Und warum spüre ich etwas – aber komme nicht weiter?

Ich wusste:

Intuition allein reicht nicht. Und auch Struktur ohne Herz führt nicht zu echter Transformation. Also habe ich begonnen, tiefer zu graben, zu kombinieren, zu hinterfragen – und etwas Eigenes zu entwickeln.

So entstand die **Matrix-Humanenergetik®** und das **5-Ebenen-Modell**.

Ein System, das dabei unterstützt, energetische Blockaden aus ganzheitlicher Sicht zu erfassen – mit Struktur und Raum für Intuition.

Heute bilde ich Menschen aus, die sich genau wie ich damals nach Klarheit, Tiefe und Wirksamkeit sehnen.

Die intuitiv stark sind, aber sich oft noch verloren fühlen im Methodenwirrwarr.

Wenn du das kennst, dann bist du hier genau richtig.

Was dich hier erwartet

Du spürst es längst in deiner Arbeit:

Was sich im Außen zeigt – wie z.B. Anspannung oder Erschöpfung – kann aus energetischer Sicht mit Themen auf der feinstofflichen Ebene in Zusammenhang stehen.

Aura, Chakras, Meridiane oder unerlöste systemische Prägungen wirken im Hintergrund – durch Dysbalancen in ihren Systemen können energetische Blockaden entstehen.

Und genau hier wird es oft schwierig:

Denn obwohl du vielleicht bereits intuitiv arbeitest, fehlt dir manchmal der klare Zugang zur Tiefe.

Du stellst dir Fragen wie:



Viele Methoden kratzen an der Oberfläche – oder betrachten nur einzelne Aspekte. Wenn du mehrere energetische Ebenen mit einbeziehst, wird dein Vorgehen ganzheitlicher.

In diesem Guide erfährst du:

- ▶ wie du energetische Hinweise oder Signale deuten kannst
- ▶ warum Blockaden oft auf mehreren Ebenen gleichzeitig wirken
- ▶ wie du erste Hinweise auf die betroffene energetische Ebene bekommst
- ▶ wie du gezielter arbeitest – statt im Nebel zu stochern

Was ist eine energetische Blockade?

Was ist eine energetische Blockade

Energetische Blockaden werden im feinstofflichen Kontext als Hinweise auf eine nicht frei fließende Energie verstanden.

Sie entstehen, wenn Lebensenergie nicht mehr frei durch das System fließen kann – sei es durch emotionale Belastungen, mentale Überzeugungen, energetische Prägnungen oder körperliche Einwirkungen.

**Blockaden liegen nicht immer dort,
wo das Problem spürbar wird:**

Empfindungen wie Rückenspannung, Energielosigkeit oder innere Unruhe werden in der Energiearbeit oft als **Hinweis auf tieferliegende Prozesse** verstanden – vergleichbar mit der **Spitze eines Eisbergs**, hinter der sich vielschichtige energetische Themen verbergen können.

- ▶ Manche Menschen erleben Rückenthemen parallel zu **Impulsen im Bereich des Wurzelchakras** – etwa im Zusammenhang mit dem Erleben von Sicherheit oder Urvertrauen.
- ▶ Energetische **Disharmonie im Meridiansystem oder der Aura** kann sich bei manchen Menschen durch Müdigkeit oder Antriebslosigkeit bemerkbar machen.
- ▶ Anhaltende emotionale Reaktionen wie Wut oder Schuld können **ungelöste systemische Verstrickungen** widerspiegeln

Häufige energetische Blockaden

- ▶ Gefühl von innerer Anspannung oder Enge
- ▶ Wahrnehmung von Blockiertheit im Brust- oder Bauchraum
- ▶ Gefühl, „nicht ganz bei sich“ oder „nicht geerdet“ zu sein
- ▶ Gefühl von „energetischem Stau“ oder „Stockung“
- ▶ Gefühl, in alten Mustern festzustecken
- ▶ Schwierigkeit, Entscheidungen zu treffen oder klare Impulse zu spüren
- ▶ Wiederkehrende Gedankenmuster oder mentale Unruhe
- ▶ Empfundene Unausgeglichenheit zwischen Körperseiten
- ▶ Subjektiv empfundene Erschöpfung nach emotionalen Prozessen
- ▶ Gefühl, energetisch „ausgelaugt“ oder „leergesogen“ zu sein
- ▶ Energetisches Empfinden von „Fremdenergien“ oder „emotionalem Ballast“
- ▶ Gefühl, in bestimmten Lebensbereichen „festgefahren“ zu sein
- ▶ Gefühl, von der eigenen Intuition oder inneren Stimme abgeschnitten zu sein
- ▶ Gefühl von innerer Zerrissenheit oder Orientierungslosigkeit
- ▶ Empfundene Verspannung im Nacken- oder Rückenbereich
- ▶ Kribbelgefühle oder energetisches Fließen in Händen oder Füßen
- ▶ Gefühl von innerer Unausgeglichenheit
- ▶ Überwältigende Emotionen ohne erklärbaren Auslöser
- ▶ Wahrnehmung von eingeschränkter energetischer Durchlässigkeit
- ▶ Erleben von ständiger innerer Spannung trotz äußerlich ruhiger Umstände

Diese Beispiele beziehen sich auf subjektiv empfundene energetische Zustände und sind typische Themenfelder in der Energiearbeit. Sie stellen keine medizinischen Aussagen dar und ersetzen keine ärztliche oder therapeutische Behandlung.

Die 5 Ebenen energetischer Blockaden?

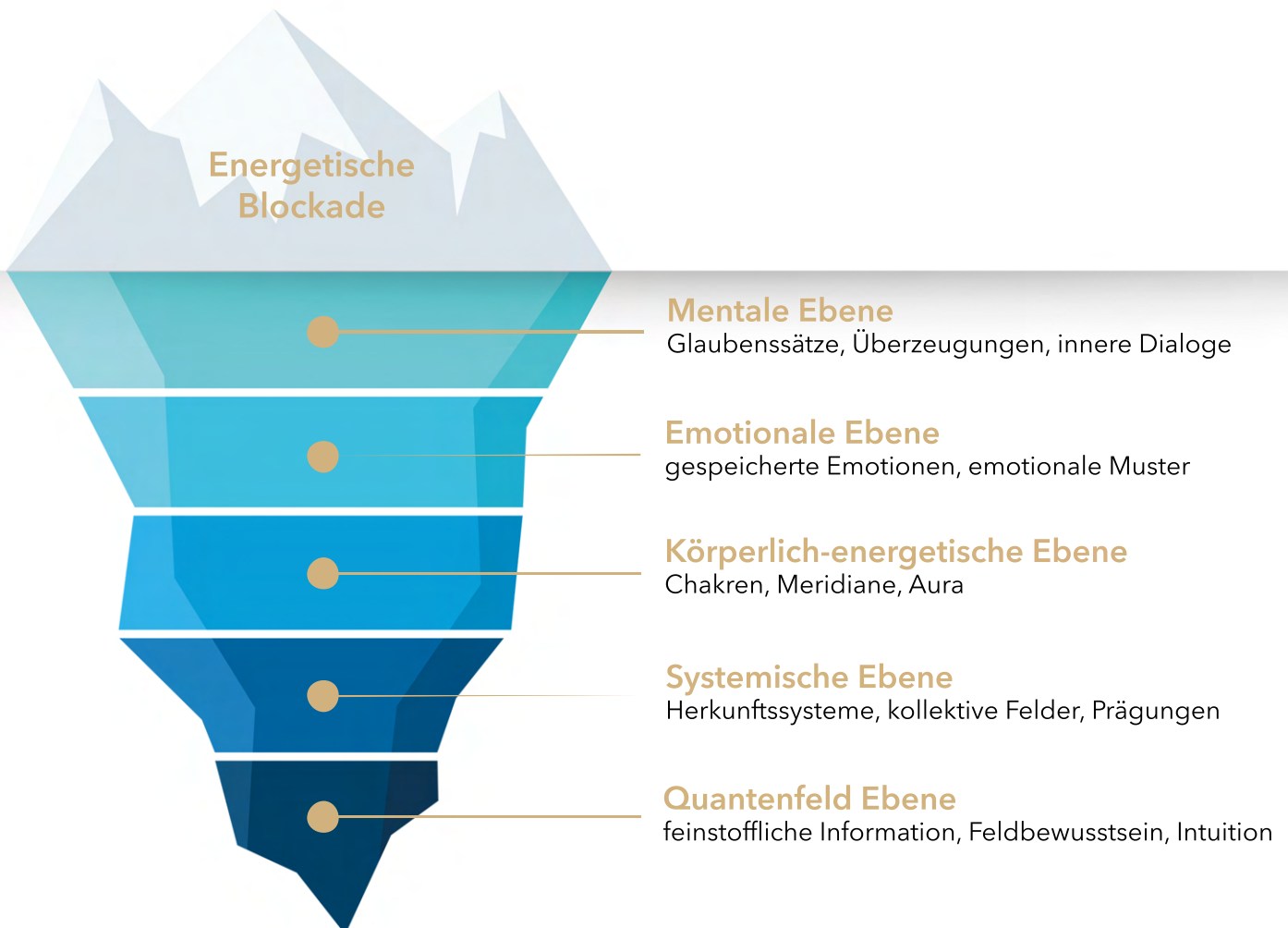
Die 5 Ebenen energetischer Blockaden

und warum dir eine ganzheitliche Sicht helfen kann,
energetische Themen umfassender zu erfassen

Viele energetisch arbeitende Menschen spüren intuitiv, dass Blockaden nicht nur auf einer Ebene zu finden sind.

Was als energetische Blockade wahrgenommen wird, hat oft emotionale oder sogar systemische Ursachen. Deshalb ist es entscheidend, die verschiedenen Ebenen zu erkennen, auf denen energetische Themen wirken – und welche Ebene du in deiner Begleitung bewusst mit einbeziehen kannst.

Hier sind die **5 zentralen Ebenen**, auf denen energetische Störungen wirken:



Die 5 Ebenen energetischer Blockaden

Energetische Blockaden können vielen Einflüssen unterliegen und sich auf die unterschiedlichsten Arten zeigen. Einen kleinen Einblick erhältst du hier:

1. Mentale Ebene – dein geistiges Feld

Mögliche energetische Einflüsse:

- ▶ Limitierende Glaubenssätze („Ich bin nicht gut genug“)
- ▶ Übernommene Denkprogramme (z.B. aus Erziehung oder Kultur)
- ▶ Selbstsabotierende innere Dialoge („Ich darf das nicht“)

Wahrnehmungshinweise:

- ▶ Selbstzweifel, innere Kritik, Perfektionismus
- ▶ Negative Gedankenspiralen
- ▶ Gefühl des Feststeckens trotz äußerer Handlung

2. Emotionale Ebene – dein inneres Erleben

Mögliche energetische Einflüsse:

- ▶ Unterdrückte Emotionen (z.B. Wut, Angst, Trauer)
- ▶ Alte Verletzungen und ungelöste Konflikte
- ▶ Übernommene emotionale Last (z.B. aus Familiensystemen)

Wahrnehmungshinweise:

- ▶ Starke emotionale Reaktionen (z.B. unverhältnismäßige Wut)
- ▶ Gefühl von innerem Druck oder emotionaler Starre
- ▶ Wiederkehrende Stimmungsschwankungen

3. Körperlich-energetische Ebene – dein Energiesystem

Mögliche energetische Einflüsse:

- ▶ Blockierte Chakren (z.B. Selbstwert im Solarplexus)
- ▶ Meridian-Störungen durch Stress oder Schocks
- ▶ Ungleichgewicht im Aurafeld (z.B. durch Überforderung)

Wahrnehmungshinweise:

- ▶ Erschöpfung, Energielosigkeit, diffuse Beschwerden
- ▶ Unruhe, Schlafstörungen, Spannung im Körper
- ▶ Gefühl, nicht ganz „bei sich“ zu sein

Die 5 Ebenen energetischer Blockaden

4. Systemische Ebene – dein Herkunftsfeld

Mögliche energetische Einflüsse:

- ▶ Übernommene Themen aus der Familie oder Ahnenlinie
- ▶ Unbewusste Loyalitäten („Ich darf es nicht besser haben“)
- ▶ Prägungen durch frühkindliche Dynamiken

Wahrnehmungshinweise:

- ▶ Wiederkehrende Muster in Beziehungen oder Beruf
- ▶ Entscheidungen gegen das eigene Wohl
- ▶ Gefühl, fremdbestimmt oder blockiert zu sein – ohne klaren Grund

5. Quantenfeld-Ebene – dein feinstoffliches Bewusstseinsfeld

Mögliche energetische Einflüsse:

- ▶ Fehlinformationen im morphogenetischen Feld
- ▶ Nicht integrierte Seelenanteile
- ▶ Verzernte Frequenzen (z.B. aus kollektiven Feldern)

Wahrnehmungshinweise:

- ▶ Gefühl von Desorientierung oder innerer Leere
- ▶ Keine „logische“ Ursache erkennbar – trotzdem spürbare Blockade
- ▶ Intuitives Wissen, dass etwas „tiefer sitzt“, aber nicht greifbar ist

Diese 5 Ebenen sind nicht isoliert, sondern miteinander verflochten.
Viele Anwender erleben es als hilfreich, verschiedene energetische Ebenen ganzheitlich zu betrachten.

Das Ziel ist, die Ebene zu finden, die im jeweiligen Fall die Wurzel trägt und dort gezielt anzusetzen.

Die richtige
Ebene für
die Lösung

Von der Wahrnehmung – über die Ebene – zur Technik

Viele energetische Methoden konzentrieren sich auf eine einzige Ebene z.B. nur auf Chakras, nur auf die Aura oder nur auf mentale Muster. Manche Themen zeigen sich jedoch nur oberflächlich und hier kann ein tieferes Verständnis für energetische Zusammenhänge hilfreich sein.

Wenn du tiefgreifender arbeiten willst, brauchst du mehr als Intuition oder ein einzelnes Werkzeug.

Du brauchst einen energetischen Kompass, der dir zeigt:

- ▶ Wo ist der energetische Ursprung der Blockade
- ▶ Welche energetische Ebene ist betroffen – Aura, Chakra, Meridian, Systemfeld...?
- ▶ Welche Technik kann auf dieser Ebene sinnvoll angewendet werden, um neue Impulse zu setzen

Genau hier setzt Matrix-Humanenergetik® an:

Du bekommst ein strukturiertes, mehrdimensionales System, das dich unterstützt, energetische Zusammenhänge ganzheitlich zu reflektieren – und die passende Technik auszuwählen.

Die Methode führt dich Schritt für Schritt:

Von der
Wahrnehmung



Über die Ebene



Zur passenden
Technik

Wir arbeiten hier mit radiästhetischen Techniken und Mitteln z.B. Tensor oder Pendel und auch mit Testlisten und weiteren Hilfsmitteln.

So kannst du **strukturierter und bewusster arbeiten** statt dich im **Methoden-Nebel** zu verlieren.

Praxis-Tipp für deine Arbeit

Praxis-Tipp: So findest du erste Hinweise auf den richtigen Ansatz

Wenn du das Gefühl hast, dass sich ein Thema tiefer zeigt, aber nicht klar ist, wo du ansetzen sollst, kannst du diesen kleinen Ablauf in deiner nächsten Sitzung ausprobieren:

1. Wahrnehmung aktivieren

Bevor du „ins Machen“ gehst, öffne deine feinstoffliche Wahrnehmung:

- ▶ Reibe deine Handflächen 20 Sekunden aneinander, bis du Wärme spürst
- ▶ Gehe dann mit einer Hand langsam über das Energiefeld deines Klienten - beginnend auf Höhe des Herzchakras
- ▶ Nimm wahr, wie sich das Energiefeld anfühlt - dichter, weiter, wärmer, kühler

Tipp: Achte auch auf deine eigenen Körperimpulse oder emotionale Reaktionen - sie zeigen oft unbewusst den Weg.

2. Stelle dir gezielte Fragen

Wenn du eine energetische Dichte oder Irritation wahrnimmst, frage dich:

- ▶ Wo genau liegt das Thema? (körperlich, emotional, mental, systemisch?)
- ▶ Welche Ebene ist beteiligt? (Aura, Chakren, Meridiane, Systemfeld?)
- ▶ Fühlt es sich offen, blockiert, heiß, taub, unsicher an?

Diese intuitive Befragung unterstützt dich dabei, feinstoffliche Zusammenhänge besser einzuordnen.

Bitte beachte:

Um wirklich professionell zu arbeiten reichen diese Einstiegsmethoden nicht aus. Hier ist es nötig, eine Methode zu nutzen, die dir einen tieferen Einblick und Auswertung ermöglicht - z.B. Radiästhesie, wie sie in der Matrix-Humanenergetik® Anwendung findet.

Praxis-Tipp: So findest du erste Hinweise auf den richtigen Ansatz

3. Energetisch testen

Jetzt kannst du – je nach Methode – mit einem der folgenden Tools eine gezielte energetische Einschätzung vornehmen:

- ▶ Tensor oder Pendel (als Radiästhetische Methode in der MAtrix-Humanenergetik® empfohlen)
- ▶ Körperreaktionen beobachten (z.B. über Pendelarbeit)
- ▶ Körpertest (mit deinen Händen über dem Körperfeld)

Frage konkret:

- ▶ „Welche Ebene ist primär betroffen?“
- ▶ „Welche Technik passt energetisch am besten zu diesem Thema?“

4. Technik gezielt anwenden

Wähle dann bewusst eine Methode, die zu dieser Ebene passt, z.B.:

- ▶ **Chakrenarbeit**
zur Begleitung von Themen rund um Selbstwahrnehmung, emotionale Stabilität und innere Ausrichtung
- ▶ **Systemisches Clearing**
zur energetischen Betrachtung von familiären Prägungen und inneren Mustern
- ▶ **Meridian-Ausgleich**
zur energetischen Balance im feinstofflichen Körpersystem
- ▶ **Aura-Stärkung oder Feldreinigung**
zur bewussten Arbeit mit dem persönlichen Energiefeld und dessen Schutzqualität

Wichtig:

In der Matrix-Humanenergetik® kombinierst du diese Tools nicht wahllos – sondern gezielt, auf Basis deiner Wahrnehmung und der passenden energetischen Ebene.

Der energetische Ebenen Kompass

Energetischer Ebenen-Kompass

Dein schneller Überblick zur Einschätzung & Bearbeitung energetischer Wahrnehmungen

Empfinden/energet. Thema	Energetische Ebene(n)	Energetische Begleitung
Subjektives Enge- oder Schweregefühl im Brustbereich	Herzchakra, Aura	Chakraausgleich + Aurafeld klären
Gefühl von Spannung oder Schwere im unteren Rücken	Wirbelsäulenfeld, Meridiane	Wirbelsäulenfeld harmonisieren
Unentschiedenheit / innere Blockade	Solarplexus, Systemisch	Glaubenssatz-Reframing + system. Feld balancieren
Gefühl von verminderter Vitalität	Aura, Lebermeridian, Fremdenergie	Auraklärung + Lebermeridian öffnen + Fremdenergien lösen
Wiederkehrende Beziehungsmuster	Sakralchakra, Systemisch, Emotionalkörper	Chakrenausgleich + Ahnenthema klären
Unruhige oder flirrende Empfindungen im Kopfbereich	Kronenchakra, Blasenmeridian, Elektrosmog	Chakraöffnung + Erdung + Elektrosmog-Feld harmonisieren
Herausforderungen im Selbstwert	Solarplexus, Mentale Ebene	Selbstbild klären + Glaubenssatz lösen
Innere Unruhe / innere Befürchtungen	Wurzelchakra, Aura, systemisch	Erdung + Wurzel stärken + systemische Abtrennung
Verstärktes Haut- oder Sinnesempfinden	Lungenmeridian, Emotionalkörper, Aura	Meridianarbeit + emotionale Entladung + Auraverdichtung
Sensibilität gegenüber Reizen / Stoffen	Dünndarmmeridian, Zellgedächtnis, Emotionalfeld	Meridianentkopplung + Zellinformation harmonisieren

Die Inhalte dieses Analyse-Kompasses basieren auf energetischen und ganzheitlichen Sichtweisen. Sie dienen der Unterstützung der Selbstwahrnehmung und der energetischen Balance. Sie stellen keine medizinische Diagnose oder Heilbehandlung dar und ersetzen keine ärztliche oder therapeutische Betreuung.

Lust auf mehr?

Dann begleite Menschen auf einem neuen Level – mit einer fundierten Online-Ausbildung mit 1zu1 Mentoring & Gruppencalls, die Energiearbeit und Struktur verbindet.

MATRIX-HUMANENERGETIK®

Das bewährte 5 Ebenen Energetik-System.

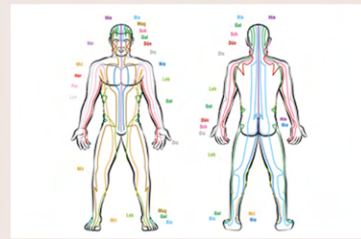
Für intuitive, strukturierte und tiefgreifende Transformation auf allen energetischen Ebenen. Nutze Aura-Arbeit, Chakra-Arbeit, Meridian-Arbeit, Quanten-Arbeit und Radiästhesie mit Struktur und Intuition.



Aura-Arbeit



Chakra-Arbeit



Meridian-Arbeit



Radiästhesie



Quanten-Arbeit



Mehr Infos zur

Matrix-Humanenergetik

make it happen



anima mea - Energiearbeit Akademie
Brückner Markus & Brückner Melanie GbR
Im Wingert 3
63776 Mömbris

Kontakt
Tel.: +49 (0) 6029 / 98 49 880
info@animamea-akademie.de
www.animamea-akademie.de