

Zusammenfassung

Wenn Körperarbeit dein Energiefeld verändert - im Gespräch mit Marita Melzer

Was geschieht, wenn Berührung nicht nur die Haut erreicht, sondern auch das feine Energiefeld, das uns umgibt? Genau dort setzt die Arbeit von Marita Melzer an, die seit über drei Jahrzehnten die TRAGER®-Welt in Deutschland prägt und zugleich tief in der Energiearbeit verwurzelt ist.

Ihre Geschichte zeigt, wie Körperarbeit, Heilung und feine Wahrnehmung untrennbar miteinander verbunden sind – und wie sehr wir lernen können, uns auf das Erinnern und Fühlen zu verlassen.

Vom Schmerz zur Wahrnehmung

Der Weg begann nicht mit einer bewussten Entscheidung, sondern mit einem Schicksalsschlag: gebrochene Handgelenke, Immobilität, Schmerzen. In dieser Zeit öffnete sich ein neuer Zugang – nicht nur zum Körper, sondern zu den feinen Schwingungen, die ihn durchziehen.

Es zeigte sich eine Dimension von Heilung, die über das rein Mechanische hinausgeht. Spürbar wurde Energie, die nicht immer angenehm war, aber als konstruktiv, aufbauend und heilend erfahren wurde.

Diese ersten Erfahrungen ließen die Erkenntnis wachsen: Heilung beginnt dort, wo wir uns innerlich öffnen, wo wir uns erlauben wahrzunehmen, was im Körper geschieht.

Innenschau und Hingabe

Wesentlich wurde die Praxis der Innenschau. Nicht das aktive „Machen“ führt Heilung herbei, sondern das Lauschen nach innen und das Mitgefühl für andere. Es braucht das Vertrauen, sich etwas Größerem anzuvertrauen – manche nennen es Gott, Universum, Quelle.

In dieser Haltung geschahen die ersten Spontanheilungen. Der Verstand konnte sie nicht erklären, aber die Erfahrung war eindeutig: In Hingabe und Liebe liegt eine enorme Kraft. Das Ego darf einen Schritt zurücktreten – und Wunder können geschehen.

TRAGER® als Schlüssel der Verkörperung

Kurz darauf kam die Begegnung mit TRAGER®. Sie brachte Leichtigkeit und Bewegung hinein – ein Zugang, der besonders für Menschen wichtig ist, die nicht allein über Ruhe in Kontakt kommen. Spielerische, offene Fragen wie „Wie könnte es leichter sein?“ oder „Was wäre, wenn ...?“ öffneten Räume, in denen der Körper selbst Antworten gab.

Die Erfahrungen waren tief und befreiend: Stress, Schmerzen, Probleme konnten regelrecht aus dem Körper herausfließen. Und dies ohne Anstrengung, ohne Wollen – einfach im Geschehenlassen.

TRAGER® erwies sich als Brücke zwischen Energiearbeit und greifbarer Körperpraxis. Hier konnten beide Welten zusammenfließen: die feinen Frequenzen der Energiearbeit und die konkrete, sanfte Bewegung der Körperarbeit.

Organisation, Austausch und Weitergabe

Neben der therapeutischen Arbeit brachte Marita auch ihre kaufmännische Seite ein. Über Jahrzehnte organisierte sie unzählige Kurse, baute Strukturen auf und schuf Austauschmöglichkeiten, die TRAGER® in Deutschland fest verankerten.

In jeder Begegnung und in jeder Sitzung offenbarte sich das Gleiche: Jeder Mensch ist einzigartig, und in dieser Einzigartigkeit eröffnet sich immer wieder etwas Neues. Körperarbeit bleibt lebendig, weil sie nie routiniert, sondern immer individuell ist.

Erinnern als Ressource

Ein zentrales Prinzip ist das Erinnern – im TRAGER® „Recall“ genannt. Der Körper kann Gefühle und Zustände nicht nur speichern, sondern auch wieder aufrufen.

Wenn wir uns schwach oder überfordert fühlen, können wir in uns Bilder und Empfindungen wachrufen: den Sonnenuntergang, den Geschmack eines Cappuccinos, die Leichtigkeit einer Sitzung. Wir sind nicht ausgeliefert. Wir können unseren inneren Zustand verwandeln und damit die Richtung unseres Lebens beeinflussen.

Das macht TRAGER® zu einer Ressource, die weit über die Liege hinauswirkt: eine Praxis, die uns erlaubt, immer wieder in Kontakt mit Kraft, Weite und Freude zu kommen.

Tiefe Verbundenheit

In diesen Erfahrungen wird eine Dimension berührt, die viele als Heimat empfinden: Geborgenheit, Weite, ein tiefes Ja zum Leben. Diese Qualität ist kein theoretisches Konzept, sondern spürbar – in Momenten stiller Naturbetrachtung ebenso wie in der achtsamen Berührung während einer Sitzung.

Es geht darum, sich als Mensch ganz angenommen zu fühlen, ohne etwas leisten oder beweisen zu müssen. TRAGER® ist im Kern dieses „Ja“ – Wohlwollen, Offenheit und Resonanz.

Rückblick und Ausblick

Nach Jahrzehnten intensiver Arbeit beginnt für Marita eine neue Phase. Ihr Körper fordert mehr Regeneration, gleichzeitig öffnet sich ein Weg zu noch feineren Dimensionen – zu dem, was sie die „göttliche Harmonieebene“ nennt.

Ihre Essenz bleibt dieselbe: Alles ist bereits da, in jeder Zelle, in jedem Atemzug. Wir dürfen lernen, uns zu erinnern, zu vertrauen und uns der Lebendigkeit hinzugeben.

Zwei Fragen begleiten diesen Weg:

- Wer wäre ich ohne das, was mir nicht gut tut?
- Wer wäre ich mit mehr von dem, was mich nährt?

Sie öffnen Räume, die uns Schritt für Schritt näher an das bringen, was wir im Kern sind: verbunden, lebendig, heil.

🌸 Tauche mit uns ein in die feine Welt zwischen Körper und Energie – im [Podcast](#) wartet das ganze Gespräch auf dich.

Links

Du kannst über folgende Links mit Marita in Kontakt treten:

- Webseite [TRAGER®](#)
- Webseite [Schwingung](#)
- Facebook [TRAGER®](#)
- Facebook [Schwingung](#)
- YouTube [Kanal](#)

Ressourcen

Podcast:

- [TRAGER® - Ein Gespräch über innere Leichtigkeit und gelebte Präsenz mit Martin Heigl](#)
- [Intuition als innerer Kompass richtig nutzen – im Gespräch mit Konstanze Trutzenberg](#)

Blogartikel:

- [Was wäre leichter? - Die Kraft der offenen Fragen in der Körperarbeit](#)
- [Hook-up - Präsenz als Schlüssel zur echten Verbindung](#)

 Für Feedback, Fragen & Wünsche rund um diesen Podcast sende mir gern eine [E-Mail](#).