

STEFAN LIMMER

SCHAMANISCHE KRANKHEITS DEUTUNG

Die Seelenbotschaft verstehen,
Heilungswege finden

Heilreisen zum
Anhören als
Download

G|U

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Der Link für die Aufnahmen

www.gu.de/multimedia/schamanische-krankheitsdeutung

Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2019

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2019

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Zustimmung des Verlags.

Projektleitung: Anja Schmidt

Lektorat: Anne Nordmann

Covergestaltung: independent Medien-DesignGmbH, Horst Moser, München

eBook-Herstellung: Yuliia Antoniuk

 ISBN 978-3-8338-6986-0

2. Auflage 2019

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-6986 10_2019_01

Aktualisierung 2019/003

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de

 www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren/innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden?. Haben Sie weitere Fragen zu diesem Thema? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung, auf Lob, Kritik und Anregungen, damit wir für Sie immer besser werden können. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem online-Kauf.

KONTAKT

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Leserservice

Postfach 86 03 13

81630 München

E-Mail: leserservice@graefe-und-unzer.de

Telefon: 00800 / 72 37 33 33*

Telefax: 00800 / 50 12 05 44*

Mo-Do: 9.00 - 17.00 Uhr

Fr: 9.00 bis 16.00 Uhr (*gebührenfrei in D,A,CH)

Wichtiger Hinweis

Die Gedanken, Methoden und Anregungen in diesem Buch stellen die Meinung bzw. Erfahrung des Verfassers dar. Sie wurden vom Autor nach bestem Wissen erstellt und mit größtmöglicher Sorgfalt geprüft. Sie ersetzen jedoch nicht den Besuch eines Arztes oder Heilpraktikers und sind kein Ersatz für eine medizinische Diagnosestellung oder Therapie. Weder Autor noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gegebenen praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

RÜCKKEHR ZUR INNEREN ORDNUNG

Krankheiten entstehen aus schamanischer Sicht, wenn wir nicht dem Ruf unserer Seele folgen, also nicht das leben, wofür wir auf die Erde gekommen sind. Die Gründe dafür sind in der Regel emotionale oder energetische Blockaden, die unterschiedliche Ursachen haben können:

- Traumata und Verletzungen aus der Kindheit
- Ungelöste Themen, die wir aus dem Ahnen- bzw. Familiensystem übernommen haben
- Geschwächte innerseelische Archetypen (beispielsweise der innere Krieger)
- Tiefe seelische Verletzungen, die zum Seelenverlust geführt haben

Stefan Limmer zeigt, wie wir diesen Ursachen auf die Spur kommen, den Weg zurück zur inneren Ordnung und damit zur Heilung finden.

VORWORT

Niemand ist gern krank. Wir alle wollen gesund, schmerzfrei und fit sein. Dennoch sind Symptome und Krankheiten häufig Begleiter unseres Lebens, und viele Menschen leiden dauerhaft unter Schmerzen oder sind chronisch krank. Um dem zu entgehen, bekämpfen wir meist die Symptome in der Hoffnung, dadurch schnell wieder gesund zu werden.

Aus schamanischer Sicht aber möchte uns jede Krankheit und jedes Symptom etwas mitteilen. Schamanen sehen Krankheiten als Botschaften unserer Seele. Daher geht es nicht nur darum, die Krankheit zum Verschwinden zu bringen, sondern auch darum, zu verstehen, weshalb wir uns nicht wohlfühlen oder krank geworden sind.

Genauso wie jeder Mensch ist auch die Botschaft jeder Krankheit ganz individuell und bezieht sich nur auf den betroffenen Menschen. Um diese Botschaft zu verstehen, können wir mit schamanischen Methoden in direkten Kontakt mit der Krankheit treten oder, wie es Schamanen ausdrücken würden, »mit ihrem Wesen kommunizieren«, ihren Symbolgehalt erfassen und so ihren tieferen Sinn verstehen.

Auf dieser Grundlage ist es uns möglich, zielgerichtet Veränderungen in unserem Leben vorzunehmen und so den Symptomen die Basis zu entziehen. Wir haben den Schlüssel zur Selbstheilung also in der Hand.

In der Arbeit mit Klienten zeigt sich immer wieder, dass wir durch ein Verständnis der Botschaften unserer Krankheit die besten Voraussetzungen schaffen, um wieder gesund zu werden.

Diese Sichtweise fordert zweifellos zu einem radikalen Umdenken auf, weil sie unsere eigene Verantwortung für unsere Krankheiten und Symptome anspricht, egal, worum es sich dabei handelt.

Wenn du mit den im Buch vorgestellten Methoden arbeiten möchtest, beachte bitte unbedingt: Ärztlich verordnete Therapien und Medikamente dürfen keinesfalls selbstständig abgesetzt werden. Hier ist immer zuvor ein Arzt zu konsultieren. Die in diesem Buch beschriebenen Deutungen und Empfehlungen haben keineswegs das Ziel, derartige – manchmal lebensrettende – Maßnahmen zu ersetzen.

Meine Vision ist es, dass die verschiedenen Richtungen, die sich mit der Gesundheit des Menschen beschäftigen, endlich ihre dogmatischen Grabenkämpfe beenden und zusammenarbeiten, damit sich daraus eine ganzheitliche Medizin entwickelt, die wieder den Menschen in den Mittelpunkt stellt.

Ich wünsche mir eine Medizin, die an echter, tiefgehender Heilung interessiert ist und dafür alles Notwendige tut – auf körperlicher, geistiger, seelischer, energetischer, mentaler und emotionaler Ebene; eine humane Medizin, die mit der Natur arbeitet und nicht gegen sie. Eine Medizin, die die Seele heilt und die Entwicklung des Menschen fördert.

Ein Medizinsystem, dessen Basis marktwirtschaftliches Denken ist, kann dieser Vision niemals gerecht werden. Krankheit und Gesundheit lassen sich nicht in betriebswirtschaftliche Zahlen pressen, sondern erfordern Therapeuten, die bereit sind, den kranken Menschen in seiner Ganzheit, Individualität und Einzigartigkeit zu sehen, und die nicht in starren, festgelegten Diagnoserahmen und budgetierten Behandlungsschemata denken.

Ebenso wie uns eine rein materielle Weltsicht bei einer ganzheitlichen Sichtweise von Krankheit und Gesundheit nicht weiterhilft, kann dies auch eine rein energetische Betrachtungsweise, die die materiellen und schulmedizinischen Zusammenhänge ignoriert, nicht tun. Da wir in einer materiellen Welt leben, hat es keinen Sinn, nur noch in geistig-seelischen Dimensionen zu schweben.

Wir beschäftigen uns in diesem Buch zunächst mit den Ursachen, die aus schamanischer Sicht allen Krankheiten zugrunde liegen. Auf diese Weise bekommst du ein Werkzeug an die Hand, mit dem du deine Symptome selbst deuten kannst und tiefer liegende Zusammenhänge verstehst.

Später besprechen wir konkrete, häufig vorkommende Krankheitsbilder und Symptome. Hier lassen sich zwar grundlegende Muster erkennen, doch dein persönlicher Hintergrund sollte immer in die Betrachtungen miteinfließen. Dadurch kann sich unter Umständen ein komplett anderes Bild ergeben, als man erwartet hätte und das auf einen anderen Menschen mit denselben Symptomen vielleicht überhaupt nicht zutrifft. Kombinieren wir beides – die individuelle Ebene mit den allgemeingültigen Gesetzmäßigkeiten –, dann ergibt sich ein umfassendes Bild der Krankheit, und es eröffnen sich einzigartige Wege für deine Heilung.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwende ich im Buch hauptsächlich die männliche Form. Dies ist natürlich keinesfalls diskriminierend gemeint, und ich hoffe, dass sich alle Leserinnen genauso angesprochen fühlen und niemand ein Problem damit hat.

Nun wünsche ich dir eine erkenntnisreiche und spannende Reise zu deinen eigenen Symptomen und daraus resultierend ein neues, tiefgehendes und transformierendes Verständnis von dir selbst. Möge sich daraus der Weg deiner ureigenen Gesundheit aufzeigen.

Stefan Limmer
Rettenbach, im September 2018

Warum wir hier auf dieser Erde sind

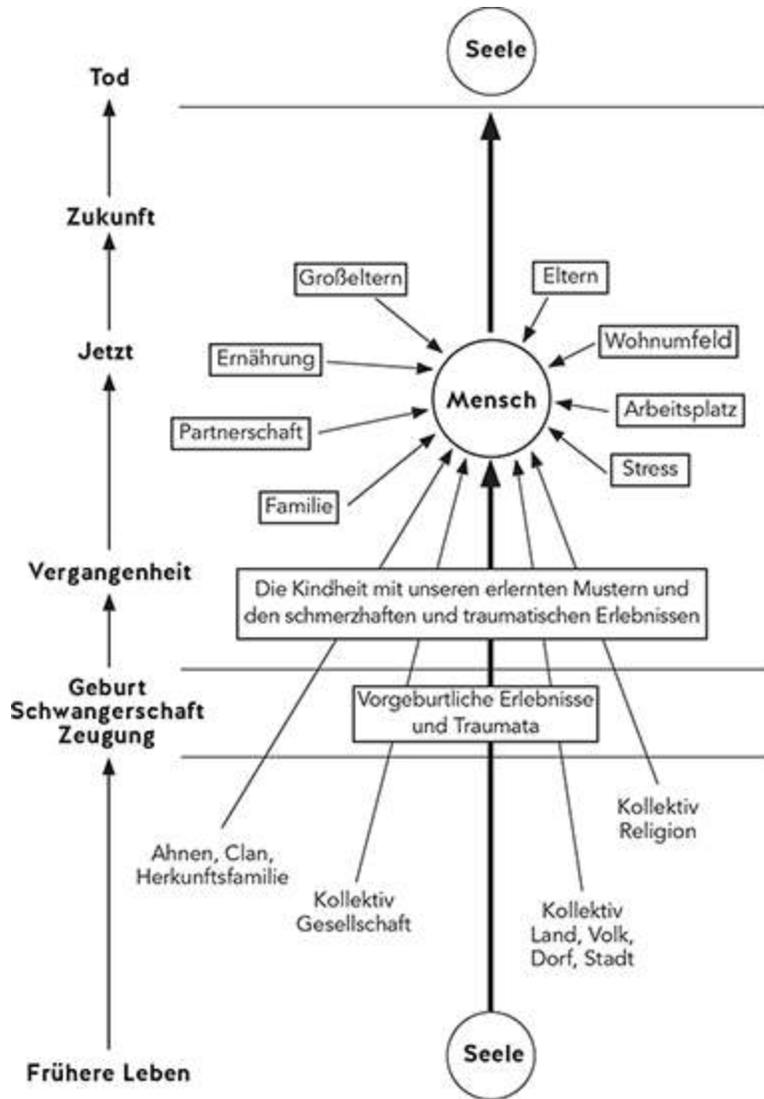
In dem Augenblick, in dem ein Mensch den Sinn und den Wert des Lebens bezweifelt, ist er krank.

SIGMUND FREUD (1856-1939), ÖSTERREICHISCHER
PSYCHIATER UND BEGRÜNDER DER PSYCHOANALYSE

DAS SCHAMANISCHE WELT- UND MENSCHENBILD

Der Schamanismus ist wohl die älteste spirituelle Praxis, die die Menschheit kennt. Er ist frei von allen Dogmen und unabhängig von kulturellen und religiösen Hintergründen. Er wurde und wird überall auf der Welt praktiziert, um die Verbindung zu den Göttern herzustellen, um die Natur zu ehren und um Heilung zu erlangen.

Jeder Schamane hat seine eigenen Techniken und Rituale, um die Ebene des Verstandes zu verlassen und in die »unsichtbaren Welten« zu reisen, die jenseits unserer sichtbaren Welt existieren. Dort kann er Kontakt zur individuellen und zur kollektiven Seelenebene aufnehmen. Insbesondere wenn es um Krankheiten geht, helfen uns schamanische Wege, deren Botschaft zu entschlüsseln und notwendige Veränderungen vorzunehmen, um wieder zu gesunden.

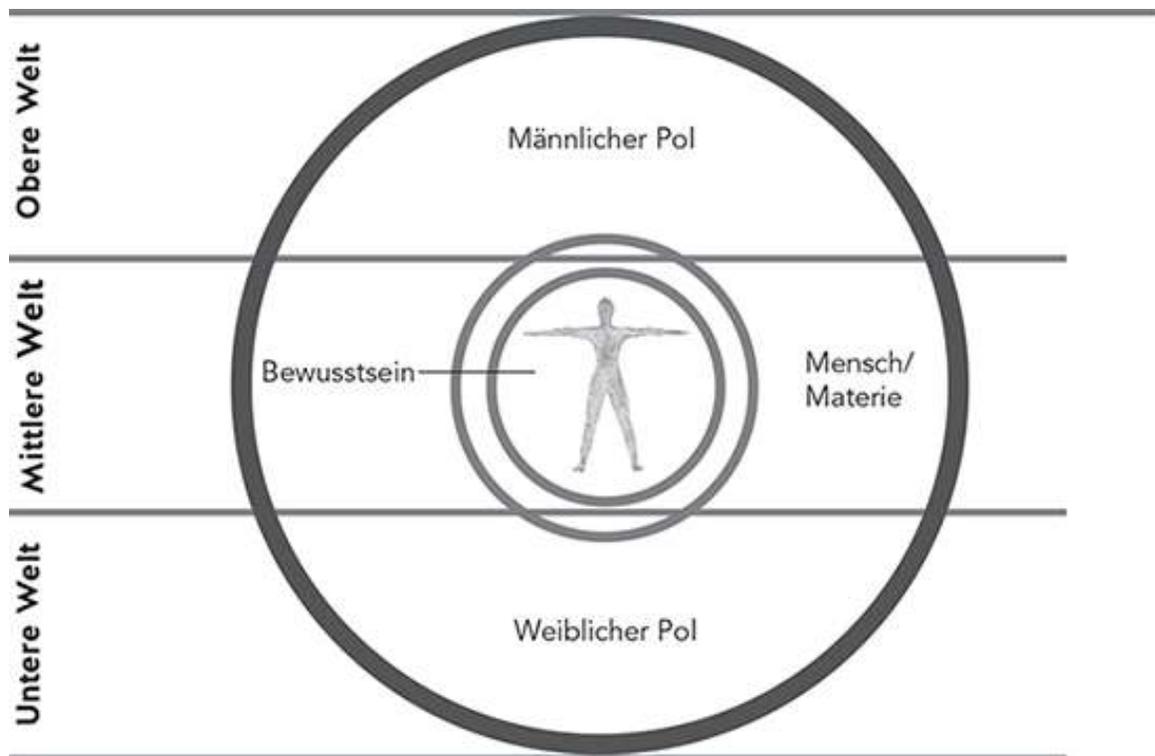


Der Mensch auf seiner Wanderung durch Raum und Zeit

DIE REINKARNATION

Wir alle sind Wanderer durch die verschiedenen Dimensionen von Raum und Zeit. Die Reinkarnation, also die Wiedergeburt, ist ein fester Bestandteil im schamanischen Weltbild. Der Schamane weiß um die Reise, die sich aus Geburt, Leben, Sterben, Tod und Wiedergeburt zusammensetzt und sich so lange wiederholt, bis wir uns im Zustand der Erleuchtung befinden.

Wie du auf der Abbildung siehst, ist der Mensch während seiner Wanderung durch die verschiedenen Leben vielen Belastungen ausgesetzt, die nicht selten Blockaden und Disharmonien hervorrufen und dadurch zu Krankheiten führen können.



Das schamanische Weltbild im Schema

DAS SCHAMANISCHE WELTBILD

Werfen wir nun einen Blick auf die Welt, wie Schamanen sie wahrnehmen. Schamanen gehen davon aus, dass die Welt und das Universum aus drei Ebenen bestehen: der oberen Welt, der mittleren Welt und der unteren Welt. Jede dieser Ebenen hat eine bestimmte Bedeutung und alle Ebenen durchdringen sich gegenseitig.

Ein ähnliches Modell kennen wir auch aus dem Christentum. Hier entspricht die obere Welt dem Himmel, die mittlere Welt unserer »normalen« Welt und die untere Welt der Hölle. Die mittlere Welt ist nach diesem Verständnis der Bereich, in dem wir Menschen die Chance erhalten, zu beweisen, dass wir gut genug sind, um nach unserem Tod Einlass in den Himmel zu bekommen. Erweisen wir uns dessen nicht als würdig, landen wir dem christlichen Glauben nach in der

Hölle. Es gibt also eine Wertung der Ebenen: Oben ist gut, unten ist böse, der Mensch steht dazwischen.

Der Richtungsbezug dieser Wertung ist in der Bibel selbst nicht zu finden. Himmel und Hölle sind in ihrer spirituellen Bedeutung sicherlich nicht räumlich verortet. Es lässt sich vermuten, dass diesem Bild patriarchale Deutungsmuster zugrunde liegen. Begriffe und Eigenschaften wie *oben*, *Gott*, *Himmel*, *Verstand* und *Denken* werden dem männlichen Prinzip zugeordnet, sie gelten als gut und erstrebenswert. Analog zur Anatomie unseres menschlichen Körpers werden sie mit dem Sitz des Kopfes assoziiert. Begriffe und Eigenschaften wie *unten*, *Hölle*, *Lust*, *Teufel*, *Triebe*, *Schmutz* und *Gefühl* werden nach diesem Verständnis dem weiblichen Prinzip und räumlich den Eingeweiden und den Sexualorganen zugeordnet. Das weibliche Prinzip wird als schlecht bewertet.

Nach meiner Auffassung leitet die patriarchale Kultur ihre bis heute bestehende (und nur langsam bröckelnde) Vorherrschaft und Dominanz noch immer aus diesem Denken ab.

KRANKHEITSDEUTUNG

Wenn wir unsere Krankheit ablehnen und bekämpfen, sind wir im patriarchalen Denken gefangen und füttern sie auf energetischer Ebene mit neuer Energie. Frage dich selbst:

◇ Kann ich meine Krankheit wertfrei annehmen?

Erst im Annehmen und Verstehen ihrer Botschaft schaffen wir die Voraussetzung, um wieder gesund zu werden.

Die alltägliche und die nicht-alltägliche Wirklichkeit

Die mittlere Welt wird von Schamanen noch einmal in zwei Ebenen unterteilt: die alltägliche und die nicht-alltägliche Wirklichkeit. Die alltägliche Wirklichkeit entspricht dem

Bereich der Realität, in dem wir uns in unserem normalen Bewusstsein befinden, unserem uns bekannten, normalen Leben mit all seinen Erscheinungsformen. In diesem Bereich bewegen wir uns, wenn wir wach sind.

Die obere und die untere Welt und die nicht-alltägliche Wirklichkeit sind unsichtbare Bereiche der Realität, die wir im normalen Wachzustand nicht erfassen können.

Wenn du zum Beispiel morgens zur Arbeit gehst, an einer roten Ampel stehst und die Menschen und den Verkehr um dich herum wahrnimmst, dann befindest du dich auf dieser Wahrnehmungsebene. Stehst du aber an besagter Ampel und siehst plötzlich einen rosaroten Elefanten die Straße überqueren und dann noch einen blauen Elefanten, der wie aus dem Nichts auftaucht und gleich wieder hinter der nächsten Straßenbiegung verschwindet, dann befindest du dich höchstwahrscheinlich auf der Ebene der nicht-alltäglichen Wirklichkeit.

In unserer Gesellschaft werden solche Wahrnehmungen als pathologisch und dringend behandlungsbedürftig angesehen: Wir nehmen etwas wahr, was nicht vorhanden ist. Schamanen würden dies als ein geläufiges Phänomen der nicht-alltäglichen Wirklichkeit ansehen, also als etwas völlig Normales. Sie sprechen in diesem Zusammenhang auch von der Wahrnehmung durch das erste und das zweite Bewusstsein.

Da die anderen Ebenen aber genauso wichtig sind wie die mittlere, bewusste Ebene, haben Schamanen in allen Kulturen der Welt Techniken entwickelt, um dorthin zu gelangen und dort zu arbeiten.

In der oberen Welt haben wir Zugang zu unserer Lebensaufgabe, zu unserem Lebenssinn. Wir können dort mit unserer spirituellen Führung in Kontakt treten, die über unser gesamtes Leben und über die Erfüllung unserer

Lebensaufgabe wacht. Diese Ebene entspricht am ehesten dem uns im Christentum bekannten Reich der Schutzengel.

Die untere Welt ist das Land der Seelen. Alles, was uns jemals widerfahren ist, was wir gelernt und erlebt haben, und alles, was uns traumatisch behindert, ist hier wie auf der Festplatte eines Computers abgespeichert. Auf dieser Ebene betreten wir die Welt der schamanischen Archetypen, die entscheidend dafür sind, wie wir durch unser Leben gehen und wie wir handeln. Die nicht-alltägliche Wirklichkeit der mittleren Welt beinhaltet neben vielen anderen Erscheinungen unser Energiefeld und unser Chakrensystem.

DAS SCHAMANISCHE MENSCHENBILD

Im Schamanismus kennen wir vier Bereiche, die den Menschen in seiner Gesamtheit ausmachen:

- ◇ **Der Geist** ist unsere wirkliche, göttliche Natur. Er ist der Wanderer durch Raum und Zeit. Er geht von einem Leben ins nächste, ist unsterblich, unverletzlich und ewig.
- ◇ **Die Seele** ist wie ein Rucksack, den der Geist auf seiner Reise mitnimmt. Sie ist fest und untrennbar mit ihm verbunden. In diesem Rucksack befindet sich alles, was der Wanderer in seinen bisherigen Erdenleben erlebt hat. Das heißt, wenn man Zugang zu seiner Seele erlangt, hat man einen Weg, um alle früheren Leben und die Erfahrungen, die man dort gemacht hat, wieder abzurufen. Gleichzeitig birgt der Rucksack den sogenannten Seelengarten, in dem die schamanischen Archetypen – unsere innerseelischen Weisheitsinstanzen – beheimatet sind. Er ist auch der Zufluchtsort für verloren gegangene Seelenanteile (≥), die wiederum sehr wichtig für die Heilung eines Menschen sind.
- ◇ **Der Körper** ist das Fahrzeug für das aktuelle Leben. Der Geist sitzt am Steuer und lenkt es. Der Körper ist