



STEFAN LIMMER

# SCHAMANISCHE KRANKHEITS DEUTUNG

Die Seelenbotschaft verstehen,  
Heilungswege finden

CD  
mit Heilreisen

GU

# INHALT

Vorwort .....	4
<b>Warum wir hier auf dieser Erde sind</b> .....	7
Das schamanische Welt- und Menschenbild .....	8
Der Sinn des Lebens .....	15
Vom Schicksal und vom Zufall .....	24
<b>Krankheiten schamanisch verstehen</b> .....	31
Der tiefere Sinn von Krankheiten .....	32
Naturkreisläufe und Lebensrhythmen .....	42
Die übergeordneten Gesetze des Lebens .....	48
Karma .....	54
Der Schmerz der Trennung .....	59
Abgrenzung und Öffnung .....	63
Fehlende oder blockierte Verbindungen .....	71
Erde und Himmel – die sichtbare Polarität .....	77
Feuer – Erde – Wasser – Luft .....	83
<b>Im Dialog mit der Krankheit</b> .....	87
Die Botschaft der Krankheit .....	88
Die Organe und ihre Grundthemen .....	92
Die Chakren und ihre Grundthemen .....	96
Die Reise zum Wesen der Krankheit .....	101
Krankheitsdiagnose im schamanischen Medizinrad .....	106
<b>Symptom- und Krankheitsbilder</b> .....	112
Häufig auftretende Symptome .....	113
Krankheiten der Organsysteme und ihre Botschaft .....	123
Krankheiten, die keinem Organsystem klar zuzuordnen sind .....	152

<b>Schamanische Wege der Heilung</b> . . . . .	172
Heilung aus schamanischer Sicht . . . . .	173
Das Ritual als Lösungsansatz . . . . .	177
Die Reise zum inneren Heiler . . . . .	181
Schamanische Wege der Selbstheilung . . . . .	184
Nachwort . . . . .	188
Buchempfehlungen und Adressen . . . . .	190
Impressum . . . . .	192

# 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.

# VOM SCHICKSAL UND VOM ZUFALL

---

Schamanen gehen also davon aus, dass Krankheiten uns nicht zufällig treffen, sondern dass wir sie aus einem ganz bestimmten Grund bekommen. Vor diesem Hintergrund lässt sich fragen, ob es dann überhaupt einen Zufall gibt oder ob nicht alles vorbestimmt ist.

Im Schamanismus gehen wir davon aus, dass alles, was in diesem Universum geschieht, übergeordneten Gesetzmäßigkeiten folgt (S. 48 f.). Auch unser Leben unterliegt diesen Gesetzmäßigkeiten, weshalb wir unseren grundlegenden Lebensplan, unsere Lebensaufgabe und unsere Bestimmung nicht ändern können. Wie unser Leben dann allerdings konkret verläuft, ob

*Der Schamane glaubt nicht an den Zufall. Er weiß, dass alles, was geschieht, bestimmten Gesetzmäßigkeiten unterliegt.*

wir uns passiv, krank und ohnmächtig den Ereignissen ausgeliefert fühlen, oder ob wir kraftvoll, gesund, aktiv und aus unserer eigenen Schöpferkraft heraus leben, das können wir nach Auffassung der Schamanen sehr wohl beeinflussen. Das mag sich zunächst paradox anhören, aber die Logik des Lebens stimmt mit unserer menschlichen Logik eben nicht immer überein.

Erst wenn wir die Ebene des Verstandes verlassen und uns auf die Ebene der Seele begeben – wenn wir beginnen, das Leben aus der Seelenperspektive zu betrachten und aus der Liebe heraus leben –, lösen sich solche scheinbaren Gegensätze auf, und wir können intuitiv und unmittelbar die Einheit von allem erkennen.

## SCHULD UND VERANTWORTUNG

Es geht im schamanischen Weltbild nicht darum, ob jemand, der krank ist, selbst schuld ist an seinem Zustand oder nicht. Schuldgefühle oder Schuldzuweisungen bringen uns nicht weiter. Wichtig ist vielmehr, die Krankheit anzuerkennen, ihre tiefere Botschaft zu verstehen und dann entsprechende Veränderungen in unserem Leben, unseren Gedankenmustern und unseren Beziehungen vorzunehmen. Damit übernehmen wir Verantwortung für uns, und das ist wichtig.

Hüten wir uns vor Überheblichkeit, wenn wir bei anderen Menschen zu erkennen meinen, worin deren Problem besteht und warum sie krank sind. Wir können nie genau wissen, warum sich eine Seele gerade diesen Lebens- und Leidensweg ausgesucht hat und was sie daraus lernen will. Wir können immer nur bei uns selbst ansetzen und uns selbst verändern.

*Wenn wir uns selbst lieben,  
dann bringen wir den Mut auf,  
genau hinzuschauen, ehrlich zu  
sein und auch unangenehme  
Entscheidungen zu treffen.*

### KRANKHEITSDEUTUNG

Verantwortung hilft uns, gesund zu werden, Schuld verhindert Heilung. Stelle dir selbst die Fragen:

- ◇ Fühle ich mich schuldig?
- ◇ Fühle ich mich ohnmächtig meiner Krankheit ausgeliefert?
- ◇ Übernehme ich Verantwortung für mich und meine Gesundheit?

## EIGENVERANTWORTUNG

Den meisten Menschen ist nicht bewusst, dass sie es größtenteils selbst in der Hand haben, ob sie gesund oder krank sind, denn eine Krankheit ist wie gesagt kein zufälliges Ereignis, das uns einfach so trifft. Und ebenso ist es mit der Gesundheit. Sie basiert auf einer grundlegenden Haltung, auf einem elementaren und allumfassenden Ja zu uns selbst.

*Eine Störung unserer Seelen-  
energien verursacht Symptome  
und Krankheiten.*

Wenn wir krank werden, ist dies ein Hinweis unseres Körpers, dass wir den von unserer Seele für uns vorgesehenen Weg

verlassen haben. Denn wenn die Energien der Seele frei fließen können, unterstützen sie uns auf unserem Lebensweg und erhalten unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden.

### Falsche Vorstellungen und ein falscher Fokus

Was heißt es für dich, gesund zu sein? Interessanterweise kannst du, solange du dir darüber nicht komplett im Klaren bist, im Prinzip auch nicht völlig gesund sein, weil du verwirrende Botschaften ins Universum sendest. Denn wie soll dich das Universum unterstützen und dir Gesundheit schicken, wenn du nicht weißt, was das für dich bedeutet? Vergegenwärtige dir also, was genau du unter Gesundheit verstehst.

Weitere wichtige Aspekte für deine Gesundheit sind dein Wille, dein Fokus und dein Engagement. Frage dich selbst ehrlich: Bin ich wirklich bereit, *alles* zu tun, um wieder gesund zu werden? Schau dir dazu die drei verschiedenen Ebenen des Wollens an.

- ◇ Die erste Ebene des Wollens ist **der reine Wille**. Diese Ebene ist wichtig, führt aber für sich genommen zu nichts. Wenn du nur gesund sein willst, ohne dafür aktiv zu wer-



den, ist das Wollen nichts wert. Auf dieser Ebene bist du nicht bereit, auch etwas für deine Gesundheit zu *tun*. Du hoffst, dass sie dir einfach zufällt, ohne dass du etwas dafür ändern musst. Wenn du zum Beispiel glaubst, du könntest dein Leben auf der Couch vor dem Fernseher verbringen, eine Schachtel Zigaretten am Tag rauchen und deine Leber mit Alkohol quälen, dann wird sich an deinen Symptomen nichts ändern.

- ◇ Die zweite Ebene des Wollens ist **die Übernahme der Verantwortung**. Du übernimmst die Verantwortung für deinen jetzigen Gesundheitszustand und hörst auf, andere Menschen, die Umstände, die Umweltverschmutzung oder was auch immer für deine Krankheit, deine Symptome und deine Beschwerden verantwortlich zu machen. Du entscheidest dich, aktiv zu werden und selbst etwas für deine Gesundheit zu tun.
- ◇ Die dritte Ebene des Wollens ist ein **bedingungsloses Engagement für deine Gesundheit** ohne Wenn und Aber. Du bist bereit, alles, wirklich alles dafür zu tun, um gesund zu werden. Das ist die Einstellung, die Schamanen als den »Weg des Herzenskriegers« bezeichnen. Hier gibt es keine Kompromisse mehr und keine Zweifel. Es gibt nur eine einzige Option, und die lautet: »Ich bin gesund.« Ein Herzenskrieger geht seinen Weg in völliger Hingabe an seine Mission. Entweder er erreicht sein Ziel, oder er stirbt bei dem Versuch, sein Ziel zu erreichen. Andere Möglichkeiten gibt es nicht, keine Teilerfolge, kein Aufgeben, kein Umkehren.

Ein Schamane geht immer den Weg des Herzenskriegers, egal, ob er für sich selbst oder für andere tätig ist. Er gibt sich seiner Aufgabe völlig hin und engagiert sich bedingungslos, um sein Ziel zu erreichen. Der Herzenskrieger handelt aus der unendlichen Kraft der Liebe, die in seinem Herzen wohnt.

# DER TIEFERE SINN VON KRANKHEITEN

---

Haben Krankheiten einen tieferen Sinn, und folgen die Krankheitsentstehung und das Krankheitsgeschehen einer uns unbekannteren Logik, die über die Erklärungen der Schulmedizin und der Naturheilkunde hinausgeht? Im Schamanismus beantworten wir diese Frage mit einem eindeutigen Ja.

## DIE SEELE

Im Schamanismus spielt die Seele eine besondere Rolle. Hier liegt das Hauptarbeitsfeld des Schamanen. Wie alles in diesem Universum ist auch die Seele multidimensional und setzt sich aus unendlich vielen Schichten zusammen. Einige Seelenschichten sind für die schamanische Arbeit besonders wichtig. Wir werden uns im Folgenden einige davon näher anschauen:

- ◇ den Seelengarten, der der unteren Welt (S. 33) entspricht und die schamanischen Archetypen beheimatet,
- ◇ die Aura und die Chakren, die wir auch als Seelenenergiefeld und als Seelenenergiezentren bezeichnen, weil sie den menschlichen Seelenausdruck in der nicht-alltäglichen Wirklichkeit (S. 12 f.) darstellen,
- ◇ den Lehrer, die Geister, den Bauplan und die Idee des Menschen in der oberen Welt (S. 10 f.).

## Der Seelengarten

Den Seelengarten betreten wir, sobald wir uns auf eine schamanische Reise in die untere Welt begeben. Bei fast allen Menschen zeigt sich der Seelengarten als urwüchsige Landschaft, ganz ähnlich der wilden Natur in der alltäglichen Wirklichkeit. Allerdings gelten hier die uns vertrauten Naturgesetze nicht. Du kannst im Seelengarten fliegen oder in Sekundenschnelle von einem Ort zum anderen wechseln. Ein Großteil der schamanischen Heilarbeit findet hier statt. Manche Bereiche des Seelengartens können aber nur von erfahrenen Schamanen betreten werden. Die Reise zum inneren Heiler und zum Wesen der Krankheit, die du auf beiliegender CD findest, führen dich in den Seelengarten.

## Die Archetypen der Seele – die Helfer im Seelengarten

Archetypen sind Urbilder der Seele. Sie wirken in unterschiedlicher Ausprägung in jedem Menschen. Im Schamanismus gehen wir in direkten Kontakt mit den Archetypen. Mit ihrer Hilfe findet tiefgehende Heilarbeit statt.

Stell dir vor, du kommst in ein Gebäude, in dem für alle Probleme, Symptome und Krankheiten verschiedene Ärzte, Heiler, Berater, Coachs und andere Fachleute arbeiten. Sie betrachten dein Anliegen allerdings nicht isoliert nur aus der Warte ihres jeweiligen Fachgebiets, sondern arbeiten für dein Wohl und deine Gesundheit alle zusammen. Und es kommt noch besser: Die hier Arbeitenden widmen sich dir nicht nur für die Dauer deines Besuchs in diesem Gebäude – sie unterstützen dich auch in deinem Alltag, wann immer du ihre Hilfe benötigst.

So wie diese Helfer kannst du dir die innerseelischen Archetypen vorstellen. Sie spiegeln uns verschiedene Aspekte unserer eigenen Weisheit. Jeder von ihnen ist auf ganz bestimmte Lebensbereiche spezialisiert, doch alle arbeiten auch zusammen. Durch schamanische Reisen können wir in Kontakt mit unseren

Archetypen treten und erfahren dann mehr über die unseren Beschwerden zugrunde liegenden innerseelischen Probleme.

Folgende Archetypen gibt es im Schamanismus:

- ◇ **Das Krafttier** – es führt dich auf allen Seelenreisen.
- ◇ **Der Quell des Lebens** – der Ort, wo du dein Urvertrauen findest und dich mit der Urkraft des Universums verbindest.
- ◇ **Der innere Krieger** – er sorgt für stabile Grenzen und einen festen Standpunkt.
- ◇ **Der Ort der Kraft** – er verbindet dich mit deiner innerseelischen Kraft. Dort kannst du auftanken und dich ausruhen.
- ◇ **Der innere Lehrer** – er berät dich in allen wichtigen Lebensfragen.
- ◇ **Der innere Heiler** – er hilft dir, deine Selbstheilungskräfte zu aktivieren.
- ◇ **Der Schmied** – er trennt alles Alte, Überlebte ab, etwa vergangene Beziehungen.
- ◇ **Das Feuer der Transformation** – es hilft, Probleme oder Blockaden zu transformieren.
- ◇ **Der Herzenskrieger** – er zeigt dir den Weg zu deiner Bestimmung.
- ◇ **Der Übergang ins Licht** – es ist der Übergang aus diesem Leben in den Tod und darüber hinaus.
- ◇ **Der Fels der Ahnen** – er verbindet deine Individualseele mit dem Kraftfeld und der Weisheit deiner Herkunftsfamilie.
- ◇ **Der Berg der Visionen** – er ist der innerseelische Ort, an dem du deine Lebensaufgabe erkennst.
- ◇ **Der innere Mann** – er spiegelt den männlichen Anteil in dir.
- ◇ **Die innere Frau** – sie spiegelt den weiblichen Anteil in dir.
- ◇ **Die Liebenden** – sie zeigen dir die Verbindung deines

männlichen und weiblichen Anteils und verbinden dich mit deiner Schöpferkraft.

- ◇ **Das innere Kind** – es ist die Essenz aus der Verbindung zwischen innerem Mann und innerer Frau und verbindet dich mit dem spielerischen Teil in dir.

### KRANKHEITSDEUTUNG

Die Archetypen zeigen uns klar auf, bei welchen Seelenthemen wir Probleme haben. Frage dich selbst:

- ◇ Mit welchen der im Zusammenhang mit den Archetypen genannten Themen habe ich zu tun?

Beschäftige dich ausführlich damit, und überlege dir, ob du die beschriebene Thematik in deinen Symptomen wiederfindest.

### Die Aura und die Chakren

**Deine Aura** – dein Seelenenergiefeld – umgibt dich wie eine Hülle. Sie steht einerseits in ständigem Kontakt mit der Welt um dich herum und ist andererseits über die Chakren in direktem Austausch mit deiner Seele. Je nach deiner momentanen Verfassung kann sie schwächer oder stärker sein und in verschiedenen Farben leuchten. Die Reichweite der Aura beträgt zwischen 30 Zentimeter und einem Meter um den Körper herum.

Jede Form von Trauma, Blockade und Krankheit hinterlässt ihre Spuren in der Aura. Insofern ist sie ein wichtiger Indikator für deine Verfassung.

**Die Chakren** verbinden unter anderem deinen Seelengarten und deine Seelenenergie mit deiner Aura. Im Schamanismus kennen wir neun Chakren:

# DIE BOTSCHAFT DER KRANKHEIT

---

Wie wir nun wissen, treten Schamanen in direkten Kontakt mit dem Wesen der Krankheit und betrachten sie nach vielen Kriterien. Wenn wir aber die Möglichkeit haben, direkt und unmittelbar mit dem Wesen der Krankheit zu kommunizieren, wieso brauchen wir dann überhaupt noch andere Diagnosemethoden?

Die Antwort ist einfach: Der direkte Dialog verschafft uns zwar den unmittelbaren Zugang zur Krankheit, doch bekom-

*Für ein umfassendes Bild unserer  
Krankheit brauchen wir unter-  
schiedliche Diagnosemethoden.*

men wir auf diese Weise nur Informationen von einer Ebene, nämlich der Bildersprache der Seele. Da aber das Wesen der Krankheit oder der Symptome

nur ein beschränktes Bewusstsein hat, ergibt die Kommunikation mit ihm selten ein ganzheitliches Bild.

## ERKENNTNISSE AUS DER SCHAMANISCHEN PRAXIS

Inzwischen sollte klar geworden sein, dass uns jede Krankheit eine Botschaft vermitteln will. In dieser Botschaft sind der innerseelische Ursprung der Krankheit, das ihr zugrunde liegende Thema und auch der Weg zur Lösung des ursächlichen Problems enthalten. In der schamanischen Praxis gewinnt der Klient oft überraschende, manchmal spektakuläre Erkenntnisse, die ihn zu heilsamen Veränderungen in seinem Leben befähigen.

## BEISPIEL: IM DIALOG MIT MARIAS MS-ERKRANKUNG

*Be* *en* Multiple Sklerose diagnostiziert worden. Sie kam in die Praxis, als sie seit einigen Monaten ohne Krücken keinen Schritt mehr gehen konnte. Überflüssig zu sagen, dass sie das sehr deprimierte. Während der schamanischen Seelenreise für Maria begegnete uns das Wesen der MS-Erkrankung in Gestalt von kleinen, furchteinflößenden Monstern, die einen Kreis um einen Berghügel gezogen hatten. Auf der Spitze des Hügels stand Marias Seele, gelähmt vor Angst.

Die Monster erklärten, dass sie ihren Kreis immer wieder eng um Marias Seele zögen, damit sie diese berühren könnten. Dieser Zustand entsprach Marias akuten MS-Schüben, die wiederholt auftraten. Irgendwann, so erklärten die Monster weiter, seien sie hier auf diesem Hügel in die Welt getreten; ihre Funktion sei eine reine Schutzfunktion. Marias Seele hatte sie bereits in Kindheitstagen erschaffen, um sich vor der übergriffigen Art ihrer Eltern zu schützen, die ihr keinen Eigenraum gelassen hatten. Ständig waren sie besorgt um die Tochter gewesen, und Maria hatte keinen Schritt allein gehen dürfen.

Damit ihre Seele nicht erstickte, erschuf sie Monster und postierte sie um sich, um wenigstens noch einen kleinen eigenen Raum zu haben. Die Monster symbolisierten also eine Überlebensstrategie aus der Kindheit, die Maria selbst entwickelt hatte.

Begleitend zu ihrer schulmedizinischen Therapie empfahl ich ihr Folgendes:

- ◇ Schamanische Reise mit Seelenrückholung und Auflösung des Seelenvertrages. Durchtrennung aller pathologischen und angstbesetzten Beziehungslinien aus der Kindheit. Stärkung des inneren Kriegers und der Auftrag, sich um die Monster zu kümmern.

- ◇ Entkopplung der MS im Medizinrad, Suche und Installation des geheilten Zustands.
- ◇ Tägliche Behandlung aller Chakren und der Aura mit entsprechenden Räucherstoffen.
- ◇ Begleitende Therapie mit naturheilkundlichen und energetischen Medikamenten.

Der wichtigste Schritt für Maria bestand allerdings darin, sich von ihrer Lebensangst, ihren Schuldgefühlen und der Bevormundung durch ihre Eltern zu befreien, da hier die eigentliche Ursache der MS zu finden war. Dazu arbeitete Maria mit dem Ritual »Das Feuer der Transformation« und lernte, sich mit einfachen schamanischen Methoden (zum Beispiel der Stärkung des inneren Kriegers, der Arbeit mit dem Brennesseldeva) abzugrenzen.

Drei Monate nach Behandlungsbeginn hatte Maria keinen neuen Krankheitsschub mehr und schaffte es zum ersten Mal seit Monaten wieder, ohne Krücken ein paar Schritte zu gehen. Nun war ihre Motivation so groß, dass sie eine radikale Ernährungsumstellung, eine Bioresonanztherapie und eine Psychotherapie begann. Ihr Gesamtzustand verbesserte sich dadurch noch weiter.

Es zeigt sich immer wieder, dass schamanisch gewonnene Erkenntnisse und darauf aufbauende therapeutische Maßnahmen oft genau die Mosaiksteinchen liefern, die in der Therapie bisher gefehlt haben. Manchmal greifen dann plötzlich auch andere Therapien, eine unerwartete Besserung tritt ein, oder zumindest verbessert sich der psychische Zustand des Patienten so weit, dass er wieder den Mut findet, neue Wege der Heilung zu gehen.



## DER SCHAMANISCHE KRANKHEITSCHECK

Wie können wir nun den tieferen Sinn unserer Krankheit erfassen, ohne zu einem Schamanen zu gehen? Dieses Buch liefert dir hierzu eine Vielzahl von Empfehlungen:

- ◇ Überprüfe, inwieweit du in natürlichen Kreisläufen und Lebensrhythmen lebst (S. 42 f.).
- ◇ Überprüfe, in welchen Lebensbereichen du einen Mangel oder Überenergie hast (S. 71).
- ◇ Überprüfe, inwieweit du nach den Lebensgesetzen lebst (S. 48 f.).
- ◇ Übernimm konsequent die Verantwortung für dein Leben.
- ◇ Überprüfe, ob karmische Belastungen vorliegen (S. 54 f.).
- ◇ Überprüfe das Wechselspiel zwischen Abgrenzung und Öffnung und spüre entsprechende Fremdenergien auf (S. 66 f.).
- ◇ Überprüfe die innerseelischen Archetypen (S. 33 f.).
- ◇ Kläre mithilfe der Chakrenliste Blockaden in deinem Energiesystem (S. 96 ff.).
- ◇ Prüfe deine Organe mithilfe der Liste (S. 92 ff.).
- ◇ Mache die Reise zum Wesen der Krankheit (S. 101 f.).
- ◇ Begegne den Krankheitsursachen im Medizinrad und kläre, was betroffen ist: der Grundpol, das Hauptelement, das Kraftfeld, der Persönlichkeitsbereich (S. 106 ff.).
- ◇ Nimm notwendige Veränderungen in deinem Leben vor.

Suche, falls traumatische Belastungen vorliegen oder sich keine positiven Ergebnisse einstellen, einen erfahrenen Schamanen auf.

# BOTSCHAFTEN UNSERER SEELE

Niemand ist gern krank. Dennoch sind Krankheiten häufig unsere Begleiter. Wir neigen dazu, sie als etwas Schlechtes anzusehen, aber jede Krankheit und jedes Symptom möchte uns etwas mitteilen. Diese Botschaft der Seele ist individuell und einzigartig. Gleichzeitig ist auch eine allgemeine Deutung möglich, um eine erste Richtung zu weisen, wo Betroffene tiefer hinschauen können, um Heilung zu finden.

Heilpraktiker und Schamane Stefan Limmer entschlüsselt:

- wie Krankheit aus schamanischer Sicht entsteht
  - was ein erkranktes Organ uns sagen will
- die Botschaften der häufigsten Krankheitsbilder
- wie wir individuelle, familiäre und karmische Krankheitsursachen erkennen und heilen können

Mit Übungen und Heilreisen im Buch und auf CD.

WG 481 Lebenshilfe  
ISBN 978-3-8338-6860-3



[www.gu.de](http://www.gu.de)