

NEWSLETTER 3. QUARTAL 2026[©]

"Die schönsten Menschen, die wir kennen, sind diejenigen,
die Niederlagen, Leiden, Kämpfe und Verluste kennen
und ihren Weg aus der Tiefe gefunden haben".

Elisabeth Kübler-Ross

Wir leben in Zeiten starker Veränderungen hier auf Erden. Inzwischen ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass die Erde ihre Schwingung erhöht. Das bedeutet, dass auch wir Menschen und alles andere Leben seine Schwingung erhöhen muss um weiterhin auf Mutter Erde leben zu können.

So manchen ist dies nicht bewusst bzw. halten oft unbewusst an ihrer bisherigen Schwingung fest. Sie wollen keine Veränderung.

Das Resultat sind Kriege überall in der Welt, Streit unter Nachbarn, in Familien, am Arbeitsplatz. Die Lebenssituation in sehr vielen Bereichen ist angespannt.

Dies ist etwas, was fast jeder Mensch, der sich im Leben befindet und sich daran beteiligt, spürbar erfährt.

Es vergeht kaum ein Tag an dem ich nicht in meiner schamanischen Praxis mit und für Menschen arbeite und ihre Belastungen, ihr Leiden, ihre Verzweiflung erfahre.

Das könnte uns wirklich mutlos werden lassen – ABER....



"Es ist dieser Glaube an eine Macht,

die größer ist als ich selbst und die mir erlaubt,
mich ins Unbekannte und sogar ins Ungewisse zu wagen".
Maya Angelou

Ich kann definitiv gleichzeitig wahrnehmen, dass es eine andere Kraft gibt, die immer mehr und mehr spürbar wird, wenn ich mit den Menschen zusammen bin, wenn ich mit ihnen rede und für sie arbeite.

Parallel zu allem Grauen, das wir in der Welt sehen, schenkt uns das Universum eine Energie, die es uns möglich macht, zu heilen wie es nie zuvor möglich war. Jetzt umgibt uns immer mehr eine Kraft, welche uns hilft tief in uns zu gehen, herauszuholen, was seit vielen Jahren verdrängt in der Tiefe unserer Seele steckt und unbemerkt und doch manipulierend auf unser Leben eingewirkt hat.

Jetzt ist eine Energie da, die die Tore bei jenen öffnet, die bereit sind heil zu werden und dadurch ihre Schwingung zu erhöhen, im Gleichklang mit der Schwingung von Mutter Erde zu sein, sich mit ihr zu verbinden und mit ihr gemeinsam den Aufstieg zu erfahren.

JETZT kann so unendlich viel geheilt werden – JETZT schenkt uns das Universum hierfür seine Unterstützung. Es kann nur so gut fließen wie wir uns bereit machen und offen sind.

Und was hindert viele Menschen trotzdem daran sich gegen ihre Heilung zu wehren?

In meiner Arbeit nehme ich diesbezüglich zwei Blockaden wahr.



"Im Prozess des Loslassens wirst du viele Dinge aus der Vergangenheit verlieren,
aber du wirst dich selbst finden".
Deepak Chopra

- Die erste der Blockaden ist die Angst vor Veränderung.

Durch Heilung tritt unweigerlich Veränderung ein – in sich selbst und dadurch auch im äußeren Leben. Viele halten an Gewohntem fest, fürchten sich davor ein neues Leben anzugehen, ein neues Leben vielleicht nicht kontrollieren zu können. Sie sind unsicher, weil sie nicht wissen, was auf sie zu kommt, ob sie der Herausforderung gewachsen sind. Das was sie jetzt haben ist Gewohnheit, die sie oft nicht aufgeben wollen, auch wenn sie sich gelangweilt und unausgefüllt fühlen.

Wenn die Heilung eintritt und wir neue Wege gehen tragen wir darüber die Verantwortung. Je heiler wir sind umso mehr Verantwortung tragen wir für unser Leben. Wir können nicht mehr sagen: „Der ist schuld oder jener ist schuld, dass es mir nicht gut geht.“

Viele fürchten sich davor Schuhe eines Erwachsenen anzuziehen und die Verantwortung über sich und sein Leben ganz zu übernehmen.

"Heilen heißt,
mit Liebe das zu berühren,
was wir zuvor mit Angst berührt haben".
Stephen Levine

- Die zweite Blockade, ist die Angst vor dem verdrängten Schmerz.

Wenn Menschen sich vor Heilung fürchten ist die Angst vor dem Schmerz, der an die Oberfläche tritt, wenn sie all die verdrängten Leiden ihrer Kindheit, von Traumata oder Schock. nach oben holen.

Jedoch kann eine Heilung nur stattfinden, wenn wir den Schmerz an die Oberfläche bringen, ihn wahrnehmen um ihn dann aufzulösen.

Viele haben vor diesen beiden Möglichkeiten Angst, weil sie sich Schreckensbilder erschaffen, die oft der Realität nicht entsprechen. Wären wir nicht stark genug für unsere Heilung würde uns das Universum jetzt nicht die Möglichkeit schenken unsere Schmerzen aufzulösen. Und ich nehme diese Energie der universellen Hilfe sehr deutlich wahr.

Nun kommen immer wieder Menschen zu mir, die sich genau vor diesen Unsicherheiten fürchten – Veränderung ihres Lebens und ihrer selbst und vor dem endlos scheinenden Schmerz ihrer vergangenen Leiden, die sie doch so erfolgreich all die Jahre unterdrückt und verleugnet haben.

Jeder Schmerz will gesehen werden bevor er verabschiedet werden kann. Ihn zu beachten um ihn dann gehen zu lassen macht uns stark, schenkt uns so viel Kraft für

das Weitergehen und gibt uns unglaubliche Möglichkeiten dafür unser eigenes Leben so zu gestalten wie wir es uns wünschen.



Keiner muss von seinen Leiden und seinen seelischen Schmerzen überwältigt werden. In einer schamanischen Begleitung ist es möglich in kleinen Schritten voran zu gehen, genau in diesem erträglichen Tempo wie der Klient dies wünscht, wie es für ihn gut und erträglich ist.

Wurde jemand in der Vergangenheit von einem unsagbaren Schmerz eines Traumas überrollt, so wird dies in einer schamanischen Begleitung sicher so nicht mehr sein. Man kann langsam und nach und nach die Schmerzen nach oben holen, sie bearbeiten und verabschieden bevor man den nächsten Schritt macht – bis dann irgendwann kaum noch ein Schmerz da ist.

Einen kleinen Schmerz dürfen wir in uns tragen. Er schenkt uns die Möglichkeit für jeden Mitgefühl zu empfinden, der Ähnliches erfahren hat und so können wir ihm Hilfe und Unterstützung sein, damit auch er den Weg aus seinem Leiden findet.

Jedoch wenn wir nur in unterdrücktem Leid leben, werden wir niemandem helfen können. Wir bleiben immer an der Oberfläche, weil unsere eigene Seelentiefe von all unseren unterdrückten Gefühlen verstopft ist. Hier kann nichts mehr fließen und wo kein Fließen ist, können wir selbst nicht heilen und auch keine Heilung an Andere weiter geben.



Uns allen wird die Kraft der Heilung in dieser Zeit besonders stark zur Verfügung gestellt. Ob wir diese Möglichkeit ergreifen oder nicht bleibt jedem Einzelnen selbst überlassen. - - - Auch dies ist ein Geschenk des Universums: Die freie Entscheidungsfähigkeit. Und so achten wir weiterhin diejenigen und haben Mitgefühl mit ihnen, welche aus Angst vor dem Weg der Heilung verzweifelt um sich schlagen, sich selbst belügen, Kriege führen und keinen anderen Ausweg sehen.

Angst vor Heilung ist eine Illusion.

Heilung bringt uns die Möglichkeit Verantwortung über unser Leben zu übernehmen um es nach unseren Fähigkeiten und unseren Vorstellungen kreativ zu gestalten.

Die Wunden unserer Seele zu heilen macht uns frei.

"Heilung erfordert Mut,
und wir alle haben Mut,
auch wenn wir ein wenig graben müssen,
um sie zu finden".

Tori Amos

Ich wünsche Euch den Mut Euch auf den Weg der Heilung zu begeben. Jetzt ist eine gute Möglichkeit - für Euch und die ganze Welt.

HEIDI

ANKÜNDIGUNGEN:

- 28. 06. Tierkommunikationsseminar
- 18.+19. 07, Basiskurs in schamanischem Heilen und Reisen
- 19.+20. 09. Extraktionsseminar (Voraussetzung schamanischer Basiskurs)
- 08. – 11. 10. Seelenrückholungsseminar (Voraussetzung Extraktionsseminar)
- 08. 11. Übungstag für Fortgeschrittene