


REINHARD STENGEL

RAINBOWMAN

Seelenschamanische Energiearbeit

 Schirner
Verlag



Die Ratschläge in diesem Buch sind sorgfältig erwogen und geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für kompetenten medizinischen Rat, sondern dienen der Begleitung und der Anregung der Selbstheilungskräfte. Alle Angaben in diesem Buch erfolgen daher ohne Gewährleistung oder Garantie seitens des Autors oder des Verlages. Eine Haftung des Autors bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

ISBN 978-3-8434-1042-7

Reinhard Stengel:
Rainbowman
Seelenschamanische Energiearbeit
Copyright © 2012, 2015
Schirner Verlag, Darmstadt

Umschlag: Murat Karaçay, Schirner,
unter Verwendung von # 13786666
(Andrea Haase), www.shutterstock.de
Satz: Simone Fleck & Katja Hiller, Schirner
Redaktion: Bastian Rittinghaus, Schirner
Lektorat: Dirk Grosser
Printed by: Ren Medien GmbH, Germany

www.schirner.com

3., überarbeitete und ergänzte Auflage März 2015

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen und sonstige Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte Wiedergabe sowie des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten

Inhalt



Vorwort.....	6
Gaia oder die Entstehung von Mutter Erde	11

Die Geschichte meines Lebens15

Die Sonne stand im Zeichen der Waage.....	16
Von den Steinen lernen	17
Anders als die anderen	23
Auch Autos haben eine Seele.....	26
Meine Brüder gingen tanzen	30
Beim Militär.....	31
Der verschwundene Wald.....	33
Schnöder Mammon	36
Veränderung kündigt sich an.....	37
Auszeit.....	39
In Montana.....	41
Fred, mein Schamane	46
Schwitzhütten	49
Im Steinkreis.....	52
Rainbowman.....	54
Schamanischer Sonnengruß.....	57
Im alten Trott.....	58
Kein Arzt, keine Tabletten, nie mehr zum Friseur	60
Ulm.....	62
Lernen und Lehren	64
»Was ist mein Weg?«.....	67

Seelenschamanische Energearbeit71

Seelenschamanismus – Was ist das?	72
Seelenplan.....	75
Schamanische Heilweise	78
Seelenreise, Seelenkommunikation.....	80
Schamanisches Handwerkszeug.....	89
Intuitive Kommunikation mit Organen.....	93
Akasha-Chronik.....	98

Die Aura sehen und fühlen.....	100
Schamanische Chakrenarbeit	109
Inneres Kind, Innere Frau, Innerer Mann	118
Flüche.....	125
QET – Quanten-Energie-Transformation	134
Automatisches Schreiben.....	138

Heilungsgeschichten aus meiner Praxis 141

Die Sache mit dem Bettnässen	143
Koma	146
Stotterer	148
Zahnschmerzen.....	150
Angst vor Spinnen.....	153
Blasenentzündung.....	155
»Keine Ahnung«.....	157
Die Geschichte des Sohnes ohne Kopf.....	159
Der Zwilling im eigenen Bauch	161
Schluckbeschwerden.....	163
Gabrieles Geschichte	166
Seelische Aufrichtung bei Muskelschwund	168
Arthrose.....	169
Kopfschlächter	171
Mit der Seele eines Pferdes reden	178
Hannes hat Alkoholprobleme	180
Angst vor Schlangen	185
»Sag, was du denkst und fühlst«	187
Missbrauch.....	189
Ein Geschwür am Hals.....	190
Es gibt keinen Sohn.....	192
Nicht sehen, nicht laufen.....	194
Gebrochenes Handgelenk.....	197
Zeitreise zum Pferdeunfall	199
Automatisches Schreiben.....	201
Gedanken zum Schluss	203
Nachwort und Danksagung zur Neuauflage	204
Über den Autor.....	206
Bildmaterial.....	206



DIE GESCHICHTE MEINES LEBENS

Gehe aufrecht wie die Bäume.
Lebe dein Leben so stark wie die Berge.
Sei sanft wie die Frühlingsbrise.
Bewahre die Wärme der Sonne im Herzen,
und der große Geist wird immer bei dir sein.

Weisheit der Navajo



Die Sonne stand im Zeichen der Waage

Am 9. Oktober 1950, morgens um Viertel nach sieben, kam ich in Wien als drittes von fünf Kindern meiner Eltern auf die Welt. Die Sonne stand im Zeichen der Waage, mein Aszendent, wie Astrologen mir später berechneten, stand ebenfalls in diesem Sternzeichen. Diese Konstellation, so meinten sie, sei glücklich. Ich würde Erfüllung finden, wenn es mir gelänge, den Reichtum meines Wissens und Könnens in den Dienst der Menschheit zu stellen, um die Verhältnisse in dieser Welt zu ändern, damit sich die Menschen besser in ihr einrichten könnten. Ganz der Waage entsprechend, würde ich mich am wohlsten fühlen, wenn ich in mir selbst Harmonie herstellen und diese auch auf meine Außenwelt übertragen könne.

Die Welt, in die ich hineingeboren wurde, laborierte noch immer an den Wunden, die Krieg und Vertreibung ihr geschlagen hatten. Dabei drohte bereits ein neuer Flächenbrand, ausgelöst vom Krieg in Korea. Der wirtschaftliche Aufstieg, der in Deutschland peu à peu zum »Wirtschaftswunder« avancierte, stand in Österreich noch in den Startlöchern. Mein Vater hatte nach seiner Rückkehr aus den Wirren des Krieges keine neue Arbeit gefunden – kein Wunder, dass meine Eltern sehnsüchtig über die Grenze nach Deutschland blickten, wo sich offenbar mehr Chancen auftaten. Der Sehnsucht folgten bald Taten, und so kehrten wir meiner Geburtsstadt den Rücken. Zu Fuß machten wir uns auf den Weg, nahmen mit, was in einen Handwagen passte – ein Neuanfang nur mit dem Allernötigsten. Als Tagestouristen kamen wir über Bregenz nach Friedrichshafen und fanden Unterschlupf bei meinen Großeltern, die schon in Deutschland wohnten.




Von den Steinen lernen

In Friedrichshafen, am Ufer des Bodensees, bin ich aufgewachsen. Der See und die Rotach, jener kleine Fluss zwischen Bunkhofen und Rotachmühle, der aus dem Pfrunger Ried über Horgenzell und Oberteuringen fließt und im Eriskircher Ried in den Bodensee mündet, waren mein Revier. Langeweile war mir gänzlich unbekannt: Stundenlang streifte ich durch die Wälder, beobachtete Tiere, kletterte auf Bäume, drehte Steine um und bestaunte die sich darunter befindenden Insekten, träumte unter Bäumen und dem freien Himmel. Ich erforschte diese Welt und tauchte so tief in sie ein, dass ich mich selbst und die Zeit oft völlig vergaß. Spielkameraden vermisste ich nicht, denn ich fühlte mich niemals einsam. Bäume, Pflanzen und Tiere, die spannenden Höhlen und vor allem die Steine im flachen Flussbett genügten mir. Um die Natur und ihre Geheimnisse erforschen zu können, braucht man Zeit für sich, muss man frei von Ablenkung sein. Und dort, an den Ufern des Sees und des Flusses, fühlte ich mich schon früh zu Hause, fühlte mich wohl, fühlte, dass das nun meine Heimat war.

Das änderte sich auch nicht, als ich in die Schule kam, wo ich schon bald als Sonderling verschrien war, weil ich das Alleinsein in der Natur den groben Spielen meiner Altersgenossen vorzog. Gingen diese nach der Schule auf den Fußballplatz, packte ich meine Sachen und durchstreifte die Wälder oder saß am Flussufer und beobachtete die Fische und das Spiel der Wellen. Freilich schwamm ich auch im See und im Fluss, selbst im eiskalten Wasser.

Ich war ein kleiner Bub mit kurzen Lederhosen, ging meist barfuß, um der Erde, auf der ich gerade stand, ganz nah zu sein; selbst in den un-



gemütlicheren Jahreszeiten, wenn die Kälte an mir hochkroch und der Nebel sich wie ein feuchtes Tuch um mich legte. Auch heute noch empfehle ich das Barfußlaufen – wenigstens für eine kurze Zeit am Tag – allen meinen Klienten und Schülern, weil kaum etwas anderes uns so schnell und direkt in Kontakt mit der Natur bringt, wie die Erde unter unseren Fußsohlen zu fühlen. Die Energie spüren, mich einlassen – das wollte ich schon damals, obwohl ich es natürlich nicht so hätte formulieren können. Ich wollte einfach draußen sein, wo es so viel Spannendes zu entdecken gab. Allein in der Natur zu sein, das war mir wichtiger als eine wohltemperierte Stube und vor allem wichtiger als Schule und Hausaufgaben.

Mein Vater hatte Arbeit auf dem Bau gefunden und ging um vier Uhr morgens aus dem Haus. Oft kam er erst spät in der Nacht wieder heim. Derartige Überstunden waren in den Fünfzigerjahren üblich. Mein Vater war schließlich froh, dass er überhaupt wieder Arbeit hatte. Das war noch immer nicht selbstverständlich, obwohl man sich in der Bodenseeregion nicht über mangelnde Bauaufträge beschweren konnte.

Meine Mutter war Forstarbeiterin und als solche vom frühen Morgen bis zum späten Nachmittag im Wald. So waren wir Kinder viele Stunden lang auf uns allein gestellt; nur die Nachbarin schaute hin und wieder nach uns.

Ich erlebte eine Freiheit, die meiner Meinung nach den Kindern heute fehlt. Viele erleben heutzutage eine Rundum-Betreuung, die ihnen viele Entwicklungsmöglichkeiten verwehrt. Selbst Abenteuer zu erleben – das trauen sich viele Kinder gar nicht mehr, oder aber sie haben keine Zeit dazu, sind von der Menge der Hausaufgaben und dem organisierten Freizeitangebot ihrer ehrgeizigen Eltern schlicht überfordert. So sitzen sie Tag für Tag drinnen und verlieren immer mehr den Kontakt zur Natur, zur Welt der Lebendigkeit – eben so, wie es ihren Eltern vor langer Zeit geschehen ist.

Für meine Eltern, die in Kriegszeiten auf die Natur angewiesen gewesen waren, weil sie dort das fanden, was man nirgends kaufen konnte, waren der Wald und die Berge zeit ihres Lebens Zufluchtsorte. Und so ist es bis heute auch für mich.




Wenn die Eltern am Morgen aus dem Haus waren, machte ich mich auf den Weg in eine Gärtnerei, die in unserer Nähe war. Dort gab es immer Arbeit für mich. Meist galt es, Gemüse, Obst und Blumen für den Markt fertig zu machen. Danach ging ich in die Schule. An vielen Nachmittagen half ich im nahe gelegenen Pferdestall aus. Auch dort gab es immer etwas zu tun. Die Boxen mussten täglich gemistet und die Pferde gestriegelt und gebürstet und auf die Weide gebracht werden.


Die Ruhe der Pferde und ihr sanftes Schnauben schenkten mir ein tiefes Wohlbefinden. Ihre Ruhe breitete sich auch in mir aus, ihre Wärme war wie ein zweites Zuhause. Jeder Pferdebesitzer wird mir wohl zustimmen, wenn ich heute sage, dass es kaum etwas Beglückenderes gibt als eine tiefe Verbindung mit einem Pferd – auch für Menschen mit depressiven Verstimmungen ist der Pferdestall ein sehr guter Ort. Hier hatte ich das Gefühl, ich selbst sein zu können. Da ich in der Schule keine Anerkennung erfuhr – weder von meinen Mitschülern noch von meinen Lehrern –, war der Pferdestall der Ort, an dem ich zeigen konnte, was in mir steckte: Ich longierte die Pferde auf einem Sandplatz, kümmerte mich um sie und hatte stets das Gefühl, mit ihnen über eine Herzverbindung kommunizieren zu können. Es war, als wäre ich permanent in einem Dialog mit den Tieren. Sie »sagten« mir, was sie brauchten, und ich kratzte ihnen dann die Hufe aus oder half ihnen anderweitig. So wurde damals meine Intuition immer mehr gestärkt, auch wenn das zu dieser Zeit noch keine so starke Bedeutung für mich hatte. Ich fühlte mich einfach wohl mit den Tieren.

Sobald aber die Arbeit getan war, zog es mich wieder ans Fluss- oder Seeufer oder in den dichten Laubwald, der quasi vor unserer Haustür begann. Da ich allein war, konnte ich in der Natur tun und lassen, was ich wollte. Ich musste mit niemandem reden, musste niemanden neben mir ertragen. Allein in der Natur fühlte ich mich rundum wohl. Hier konnte ich sein, wer ich wirklich war. Hier gab es keine dummen Spiele, sondern nur die tiefe Verbundenheit mit allem, was mich umgab.

So viel Freiheiten ich als Kind hatte, Regeln, die strikt eingehalten werden sollten, gab es auch. Eine davon lautete, pünktlich um fünf Uhr nachmittags, wenn die Mutter von der Arbeit kam, daheim zu sein. Verstieß



man gegen die Regel, konnte man durchaus mit einer, häufig körperlichen, Zurechtweisung rechnen. Und freilich war ich auch ein Kind wie andere Kinder, baute Steinschleudern – wenn auch nach einem anderen System –, mit denen ich leere Konservendosen vom Gartenzaun schoss. Worin ich mich allerdings von meinen Schulkameraden unterschied: Ich zielte niemals auf Enten, Möwen oder dergleichen, denn alle Lebewesen waren mir schon damals heilig. Während meine Mitschüler, wenn sie denn mal im Wald waren, Frösche und Würmer quälten und töteten, war ich mir stets sicher, dass dieses Verhalten falsch war und ich nichts mit diesen Jungen zu tun haben wollte. Ich beobachtete die Amseln und Spechte im Wald, schaute den Eichhörnchen zu, wie sie die Bäume hinauf- und hinunterflitzten, bemerkte die Veränderungen, die mit den Jahreszeiten kamen und gingen. Ich hörte auf die Geräusche, nahm ganz intensiv die Gerüche wahr und entwickelte ein immer stärkeres Gefühl für die Harmonie, die allem zugrunde lag. Wenn ich allein im Wald war, umgeben nur von den Bäumen, Pflanzen und Tieren, spürte ich einen inneren Frieden, der mich ganz erfüllte.



Wenn ich heute an diese Zeit zurückdenke, sehe ich noch immer den kleinen Jungen am Flussufer mit den Steinen spielen. Dabei war die Sehnsucht nach Edelsteinen, die ich allerdings nur in den Auslagen der Läden bewundern konnte, längst erwacht; Bergkristall, Rosenquarz und Turmalin zogen mich magisch an. Da sie für mein mageres Taschengeld jedoch unerschwinglich waren, dachte ich trotzig: Was diese Steine können, können meine Steine am Fluss genauso.




Die Steine lehrten mich vieles; sie waren meine ersten Lehrmeister. Bald begriff ich, dass auch am Fluss nicht ein Stein wie der andere war, denn warf ich einige ins Feuer, so konnte ich feststellen, dass die einen platzten, die anderen aber nicht. Und jene, die dem Feuer standhielten, waren die ganz besonderen Steine. Sie besaßen Kräfte, die ich unbedingt erforschen wollte. Also legte ich einen Kreis aus ihnen und stellte eine Pflanze hinein. Bald konnte ich beobachten, dass sie schneller und kräftiger wuchs als die Pflanzen außerhalb des Kreises. Eine andere Erfahrung, die ich mit den Steinkreisen machte, war, dass Mäuse, Vögel und anderes Getier ihnen fernblieben. Es war faszinierend, am nächsten Tag rings um den Steinkreis allerlei Tierspuren auszumachen, nur nicht im Kreis selbst. Öffnete ich den Kreis aber, so waren am nächsten Tag überall, auch im tags zuvor noch geschlossenen Kreis, Spuren zu finden.

Zudem hatte ich das Gefühl, den Steinen lauschen zu können. Sie waren uralt und hatten alle ihre ganz eigenen Geschichten. Ihr Geist war langsam und drückte sich anders aus als der von Menschen und Tieren – aber dennoch war da etwas. Etwas, was mich überzeugte, nicht nur ein totes Ding vor mir zu haben, sondern ein lebendiges Wesen.

Was gab den Steinen diese Kraft? Die Frage ließ mir keine Ruhe. Waren die Steine von der Sonnenenergie so stark aufgeladen, mussten sie doch eine gewisse Heilkraft haben! Um das festzustellen, fügte ich mir selbst eine Verletzung zu und legte mir den Stein, den ich intuitiv ausgesucht hatte, auf die betreffende Stelle. Der Schmerz war in Sekundenschnelle verschwunden. Die Elemente Wasser, Luft, Erde und Sonne besitzen im Zusammenspiel eine unglaubliche Heilkraft.

Als ich fünfzehn, sechzehn Jahre alt war, konnte ich mir dann die ersten Edelsteine kaufen: Rosenquarz, Türkis, Karneol, Bergkristall, Jaspis und einen Turmalin. In dieser Zeit machte ich eine weitere Erfahrung, und zwar mit meinem Bergkristall: Schickte ich mit meiner Konzentration einen Gedanken in meinen Stein, so konnte ich diesen Gedanken Wochen später wieder aus diesem Stein herausholen. Das war eine so phänomenale Erfahrung, dass ich den Versuch immer wieder, wenn ich ein Thema hat-



te, das ich festhalten wollte, aufs Neue durchführte. Ich erzählte dem Stein meine Geschichte, und der behielt sie, bis ich sie, wann immer ich wollte, wieder befreite und abrief.

Auch später, als ich beim Militär war, ließen die Steine mich nicht los. Stets trug ich welche bei mir. Wenn einer meiner Kameraden über Schmerzen klagte, legte ich ihm Steine auf. Ein Tigerauge beispielsweise, der als ein ganz starker Heilstein gilt, oder einen Bergkristall, einen Rosenquarz – welcher auch immer für die jeweilige Situation passte.

Steine sind bis heute meine Begleiter geblieben, und sie unterstützen mich auch in meiner schamanischen Praxis. So schützt der schwarze Turmalin mich, wenn ich ihn zwischen mich und meinen Klienten lege, bei ganz bestimmten energetischen Arbeiten.



Fred, mein Schamane

Der Schamane, der Medizinmann der Crow-Indianer, in dessen Tipi ich die erste Nacht im Reservat verbracht hatte, hieß schlicht und einfach Fred. Auch sein Äußeres entsprach ganz und gar nicht den Vorstellungen, die man gemeinhin von einem indianischen Schamanen hat. Ihn zierte weder Federschmuck, noch steckte er in einem gerbledernen, ornamentverzierten Anzug. Seine Kleidung war so stinknormal, wie sie es nur sein konnte: Er trug Jeans, Sandalen und ein verwaschenes Hemd, das er gewiss Jahre zuvor in einem x-beliebigen Laden erstanden hatte.

Er hatte, wie ich von Cheys erfuhr, eine Zeit lang in Heidelberg beim Militär gedient und sprach ein klein wenig Deutsch. Ich freute mich, dass ich mich mit ihm würde verständigen können, wusste da aber noch nicht, dass er in der kommenden Zeit ohnehin kein Wort sprechen würde. Zu früh gefreut!

Doch auch ohne zu sprechen, veränderte er mein Leben von Grund auf. Was genau mit mir in den folgenden sechs Monaten passierte, lässt sich vielleicht am besten mit folgendem Bild beschreiben: Ich lief durch den Nebel, erkannte etwas, konnte es nicht beschreiben, wusste aber, dass es immer schon da gewesen war. Wie jeder Schamane erinnerte Fred mich an das Wissen meiner Seele, an meine Verbindung zur Natur.

Die ersten vierzehn Tage mit ihm galten der Reinigung. Die Ernährung wurde vollkommen umgestellt, es gab nur noch das, was die Natur im jeweiligen Moment anbot: frisches Quell- oder Flusswasser, Früchte, Beeren, Nüsse, Wildgemüse und Kräuter. Durch diese Ernährungsweise veränderten sich auch die Ausdünstungen des Körpers. Mit einem Mal bellten auch die Hunde nicht mehr, wenn ich in ihre Nähe kam. Das auf




wenige Wörter beschränkte Sprechen veränderte mein Bewusstsein in einer Weise, wie ich es bislang nicht gekannt hatte. Die Kommunikation lief allein über Blicke, Bewegung, Intuition, durch das Aussenden einer gewissen Energie, für die wir Schüler immer empfänglicher wurden. Was mich anfänglich noch nervös, unsicher und fast verrückt machte, verkehrte sich nach acht Tagen bereits ins Gegenteil. Ich wurde ruhig und gelassen – und ich verstand. Es genügte ein Wimpernschlag, eine einzige Bewegung von Fred, er musste nur einen Stock in die Hand nehmen oder die Plane am Tipi zurückschlagen, und schon wusste ich, was er mir sagen wollte. Diese intuitive Kommunikation, bei der ich reagierte, ohne dass etwas gesagt worden war, aufgrund einer Resonanz auf eine Schwingung, die Fred durch seine Blicke aussandte, führte dazu, dass ich meine bislang verschlossenen Sinne öffnete.

Mehr und mehr förderte Fred unsere Intuition und öffnete unsere Herzen. Wir unternahmen Nachtwanderungen, während derer uns Fred vermittelte, uns nicht nur auf das zu verlassen, was wir sehen konnten. Wir lernten, unseren analysierenden Verstand abzuschalten und uns intuitiv in der Landschaft zu bewegen. Nach vier Wochen konnten wir in mondloser Nacht umherrennen, ohne zu stolpern oder uns an irgendeinem Ast den Kopf zu stoßen. Wir fühlten ganz einfach, wo und wie wir uns bewegen mussten.

Fred brachte uns zudem bei, Spuren zu lesen – die Abdrücke von Hufen und Pfoten zu deuten, aber auch abgeknickte Zweige zu beachten und Gerüche, die mit dem Wind zu uns





getragen wurden. Wir lernten, wie sich die Erde bei unterschiedlichem Wetter verhält, was die Sonne mit dem Gras und dem Boden macht, wie Regen und Wind wirken. Er zeigte uns, wie wir die Energien der Elemente erkennen und welche Schlüsse wir daraus ziehen konnten. Durch eine immer stärker werdende Achtsamkeit auf die Vorgänge in der Natur und ein immer größer werdendes Vertrauen in unsere eigene Intuition konnten wir schnell erkennen, welcher Lagerplatz geeignet war und welcher nicht. Wir konnten spüren, wo wir Schutz finden konnten und wo wir uns besser nicht lange aufhalten sollten.

Wenn ich heute die Augen schliesse und an diese Zeit zurückdenke, tauchen immer sehr deutliche Bilder in meinem Geist auf:

Ich bin draußen in der Natur. Ich schliesse die Augen. Ich höre einen, vielleicht zwei Vögel, die ihr Lied pfeifen.

Minuten später schon höre ich einen dritten und einen vierten, dann einen fünften Vogel, und bald nehme ich jeden Vogel in meinem Umfeld wahr.

Auch das ist Schamanismus: Geschichten, die man nicht mit Worten erzählt, die über Gedanken und Klänge, und sei es durch das Rascheln einer Maus im Laub, zu einem gelangen.


Allabendlich saßen wir Schüler zusammen, trommelten, tauschten uns aus, schwiegen auch immer wieder zusammen. Uns war bewusst, dass man vieles nicht in Worte fassen konnte, doch war es manchmal auch gut, einfach miteinander zu reden und zuzuhören, wie ein anderer seine Erlebnisse zu beschreiben versuchte. Mit jedem Tag hatten wir alle das Gefühl, uns immer mehr zu verändern, immer mehr zurückzukehren in den Zustand, der eigentlich das Geburtsrecht eines jeden Menschen ist.



SEELEN- SCHAMANISCHE ENERGIEARBEIT

Mögen die warmen Winde des Himmels
sanft über dein Haus wehen.
Möge der Große Geist alle segnen, die dort eintreten.
Mögen deine Mokassins viele glückliche Spuren im
Schnee hinterlassen, und möge der Regenbogen
stets deine Schulter berühren.

Indianischer Segenswunsch



Seelenschamanismus – Was ist das?

Wenn wir das Wort Schamanismus hören, denken wir meist an schamanische Rituale wie Räuchern und Trommeln, Rituale, die den Schamanen dazu dienen, ihrer Energie, ihrer Kraft, ihrem Wissen und ihren Gedanken Ausdruck zu verleihen. Schamanismus kann jedoch auch ganz andere Formen annehmen.

Fred, mein schamanischer Lehrer, bei dem ich einige Monate in Montana lernen durfte, hat mich gelehrt, dass nicht die Darstellung eines Menschen nach außen wichtig ist, sondern der Ausdruck seiner Seele. Und da die Seele nicht kommunizieren kann, benutzt sie den Körper, um zu zeigen, was sie bedrückt.

Der Seelenschamanismus bedient sich also der Sprache des Körpers. Dieser zeigt durch seine Leiden, seine Gebrechlichkeit und seine Unpässlichkeiten, was uns die Seele sagen will. Wir kommunizieren also über den Körper mit der Seele. Was bedrückt dich, Seele? Warum zeigst du mir eine kaputte Schulter, eine beeinträchtigte Lunge, ein Leiden an der Leber? Was willst du mir damit sagen?

Ich gebe ein paar Beispiele: Du hast Probleme mit deiner Lunge. Lunge ist atmen, atmen bedeutet Freiheit. Deine Seele sagt dir: Du lebst nicht in Freiheit. Also verschaffe dir Luft, Luft zum Atmen, schaffe dir Raum für dich selbst, atme, sei frei, gib dir die Kraft, atme deine Freiheit! Schmerzt deine Schulter, höre auf, dauernd etwas für andere zu tun, was du nicht tun willst, und tue etwas für dich. Schmerzen deine Knie, höre auf, dauernd für andere zu laufen, laufe für dich selbst. Beobachte die Leiden deines Körpers, dann weißt du, was deine Seele bedrückt.

Das ist Seelenschamanismus! Er bedient sich der Sprache des Körpers, um zu erkennen, was die Seele fühlt. Dringe mit seiner Hilfe tief in dein Unterbewusstsein ein, und dann verändere von außen, was deiner Seele schadet. Und in der Folge wird dann auch dein Körper heilen. Das ist Seelenschamanismus! Und er funktioniert denkbar einfach.

Der Seelenschamanismus basiert auf altem Wissen, einem Wissen, das für unsere Ahnen noch selbstverständlich war. Egal, ob bei den Inuit, in Nordamerika, in Indien, Tibet, der Mongolei oder bei uns. Unsere Urgroßeltern verstanden noch die Sprache der Seele, die Worte des Herzens; wir haben das wahre Zuhören verlernt. Dabei begegnet uns diese Seelensprache selbst im Sprachschatz der geflügelten Worte, die wir, oft ohne darüber nachzudenken, im täglichen Leben anwenden: Das geht mir an die Nieren. Da läuft mir die Galle über. Du verlierst den Boden unter den Füßen. Was ist dir denn für eine Laus über die Leber gelaufen? Das sitzt mir ganz schön in den Knochen.

Achte also auf das kleinste Symptom, denn es ist deine Seele, die sich damit meldet und dir sagt, was du zu verändern hast, damit sie sich wieder wohlfühlt. Nur so kommst du in deine Mitte, befreit von jeglicher Unpässlichkeit. In dieser Mitte kannst du ruhen, dort kannst du du selbst sein. Körperlich kannst du diese Mitte in deinem Hara spüren, einem Punkt etwa zwei Fingerbreit unter deinem Nabel. Dorthin kannst du auch während der Meditation deine Aufmerksamkeit lenken. Mit der folgenden Übung kannst du das gleich ausprobieren ...

IN DAS HARA ATMEN

Setze dich bequem, aber aufrecht hin. Du kannst einen Stuhl benutzen, ein Meditationskissen oder ein Meditationsbänkchen. Lege zuerst deine linke Hand (die Herzhand) auf dein Hara und darauf die rechte Hand (die tätige Hand). Atme nun in dein Hara hinein, und spüre, wie sich dabei deine Hände heben und senken. Sage dir beim Einatmen »Viele Energien« und beim Ausatmen »Ein Leben«. Wiederhole das für ungefähr fünf Minuten, und öffne dann deine Augen.

Lächle, und beginne deinen Tag.



Aber natürlich ist mit »Mitte« und »Zentrum« noch etwas anderes gemeint als diese Körpergegend. Es geht hier um ein energetisches Zentrum, das du umso besser spürst, je mehr du deinen eigenen Weg gehst und zu dir selbst stehst. Deine Gefühle, deine Erfahrungen und vor allem dein Seelenplan, auf den ich im nächsten Kapitel eingehen werde, machen dich aus. Das ist dein Zentrum, dort bist du authentisch.





Seelenplan

Bevor du inkarnierst, beschließt die Seele, was sie in dieser Inkarnation erleben möchte, zu welchen Erfahrungen sie bereit ist und auch, wie viel Leid sie in dieser Inkarnation tragen kann. Bei der Festlegung ihres Seelenplans werden andere Seelen involviert, die in deinem Leben eine Rolle spielen werden. Sie trifft ihre Entscheidungen für die kommende Inkarnation nicht allein, denn du brauchst in der bevorstehenden Inkarnation Mitspieler, deren Seelenplan mit deinem in Einklang zu bringen ist. Ist das geschehen, steht dein Seelenplan fest. Nun wartet deine Seele darauf, dass die entsprechende Samenzelle und Eizelle aufeinandertreffen.

In dem Moment, in dem sie aufeinandertreffen und der Seelenstrahl hineinfährt, geschieht laut dem Schamanismus die Geburt des Menschen. Nicht erst dann, wenn wir das Licht der Welt erblicken, sondern mit dem Beginn der Schwangerschaft wird alles in der Urzelle gespeichert, was im energetischen Umfeld des Embryos geschieht.

In diesem Moment wird der Grundstock für alle deine späteren Geschichten und Lebensthemen gelegt. Und auch die ersten Blockaden entstehen. Das, was die Mutter denkt, das, was der Vater denkt, all das, was im energetischen Umfeld deiner Urzelle (die sich aus Ei-, Samenzelle und Seelenstrahl zusammensetzt) passiert, wird in dir gespeichert. Und einige dieser Blockaden können dich schon zu diesem Zeitpunkt vom eigentlichen Seelenweg abbringen.

Ein Beispiel: Nehmen wir einmal an, eine Frau ist im zweiten Monat schwanger und teilt das ihrem Mann freudestrahlend mit. Der aber ist darüber alles andere als begeistert: »Was, du bist schwanger? Mist! Das passt ja jetzt überhaupt nicht. Du weißt doch, wir wollen bauen. Vielleicht wäre es das Beste, du würdest es abtreiben lassen.« Allein diese Äuße-

rung verursacht beim Embryo eine Blockade. Wenn diese Person dann im späteren Leben investieren will, wird sie jedes Mal an diese Äußerung erinnert: Investieren bedeutet Gefahr, Abtreibung; hör auf, zu investieren. Dadurch wird die Person automatisch von ihrem Seelenweg abgebracht.

Deshalb gehört das Aufspüren und Lösen solcher Blockaden, die während der Schwangerschaft und in den ersten sieben Lebensjahren entstanden sind, zu den wichtigsten Methoden bei meiner seelenschamanischen Energiearbeit. Blockaden im energetischen Umfeld der Urzelle, des Neugeborenen oder des Kleinkindes sind derart prägnant, dass es unumgänglich ist, diese Blockaden zu löschen, damit die beseelte Person ihren ursprünglich beschlossenen Weg gehen und ihren Seelenplan erfüllen kann.

Es gibt aber auch noch ganz andere Beispiele, wie der Seelenplan verwirklicht werden kann oder sich manchmal auch ohne unser bewusstes Zutun selbst verwirklicht. Im letzteren Fall könnte man vielleicht auch von Schick-

sal sprechen, was für mich aber immer unausweichlich klingt. Den Begriff Seelenplan finde ich stimmiger, denn hier wird klar, dass es zwar diesen Plan gibt, wir aber auch anders handeln können.

Dennoch ist der Seelenplan etwas, was uns zeigen kann, dass wir nicht hier sind, um unsere persönliche Geschichte zu leben, unsere persönlichen Begierden und Wünsche auszuleben – sondern, dass es darum geht, unsere Seelenaufgabe zu erfüllen.

Ich habe einmal in einem Ort gelebt, in dem der Bürgermeister vor langer Zeit einen Fluss begradigt hatte. Im Laufe seiner politischen Karriere erkannte er sei-





nen Irrtum und die schädlichen Folgen, die daraus erwuchsen. Während seiner Amtszeit hatte er es jedoch nicht geschafft, diesen Fehler rückgängig zu machen. Einerseits gab es stets etwas anderes zu tun, andererseits wusste er ganz genau um den politischen Gegenwind, den er damit heraufbeschwören würde.

Nach seiner Pensionierung ging er dieses Problem dann aber an und bemühte sich, der Natur wieder zu ihrem Recht zu verhelfen. Alle Bauern der Umgebung wehrten sich heftig gegen diese Idee der Renaturierung des Flusses, und auch die ansässige Industrie war wenig begeistert. Der ehemalige Bürgermeister mühte sich über viele Monate vergeblich, die Menschen zu überzeugen.

Eines Tages ging er mit seinem Hund an dem Fluss entlang. Plötzlich rutschte der Hund das Betonufer des Flusses hinunter und drohte zu ertrinken, da er nirgends mehr an Land klettern konnte. Der ehemalige Bürgermeister sprang hinterher, rettete seinen Hund, kam aber selbst dabei ums Leben. Daraufhin erkannte die amtierende Stadtverwaltung, dass die begradigten Ufer des Flusses viel zu gefährlich waren, und gab die Renaturierung in Auftrag. Der ehemalige Bürgermeister hatte sein Ziel erreicht, wenn auch auf ungewöhnliche und für ihn überaus tragische Weise. Doch manchmal ist es einfach so, dass der Seelenplan sich unter allen Umständen verwirklicht.



Seelenreise, Seelenkommunikation

In meinen Seminaren behandle ich auch das Thema Seelenreise und Seelenkommunikation. Die alten Schamanen verstehen darunter eine Kommunikation zwischen zwei Seelen, aber auch zwischen Seele und Geist.

Jede Seele strebt ein höheres Bewusstsein an. Daher könnte man dieses Streben als ihre eigentliche Aufgabe ansehen. Der Schamanismus kennt verschiedene Stufen, die das Bewusstsein dabei durchläuft. Wir müssen hierbei aber ganz klar im Blick behalten, dass die folgenden Ausführungen auf gar keinen Fall eine Wertigkeit ausdrücken sollen. Es geht hier lediglich um wertfreie Unterschiede. Alles Leben ist gleich heilig und sollte auf die gleiche Weise geschätzt werden. Es gibt also keine niederen und höheren Seelen, sondern lediglich unterschiedliche Erfahrungsebenen.

Als erste Stufe und niederste Inkarnationsstufe der Seele bezeichnen die Schamanen die feste Materie, zum Beispiel Steine, Berge, Flüsse und Seen.

Im Laufe vieler Inkarnationen lernen und wachsen die Seelen an den Erfahrungen, die sie in dieser Natur machen. Haben sie alle nötigen Erfahrungen gesammelt, können sie in die nächste Ebene inkarnieren, die zweite Stufe des Bewusstseins. Das ist das Reich der Pflanzen, Gräser, Blumen, Sträucher und Wälder.

Auf der dritten Stufe inkarniert die Seele als Tier. Auch hier lernt sie ihre Lektionen und entwickelt sich weiter, indem sie dem Menschen und der Natur dient.

Die nächste Ebene umfasst die vierte und die fünfte Stufe, die menschliche Ebene. Beide Stufen dauern jeweils 365 Inkarnationen, in denen die Seele ihre Aufgabe zu erfahren und zu erfüllen lernt. Dabei lernt sie das



Kaleidoskop menschlicher und zwischenmenschlicher Emotionen kennen, das vom Hass bis zur bedingungslosen Liebe, von Egomane bis hin zu Achtsamkeit und Mitgefühl, von Neid bis Großzügigkeit und Vergebung reicht – kurzum, es umfasst alle Gefühle, die das Leben ausmachen.

Nachdem die Seele beide menschlichen Stufen durchlaufen und alles gelernt hat, kann sie in die sechste Stufe, die spirituelle Ebene, eintreten. Diese ist ihre letzte Inkarnation, mit ihr endet das Rad des Erdendaseins.


Jede einzelne Stufe der Bewusstseinsentwicklung kann bis zu 365 Inkarnationen erfordern, bis die jeweils nächste Stufe erreicht wird.

Auch das ist eine ganz alte, überlieferte Weisheit, die ich kennengelernt habe, die ich aber selbstverständlich nicht beweisen kann. Vielleicht soll diese Zahl auch nur ausdrücken, dass es sehr lange dauern kann und dass diese Entwicklung immer im Einklang mit der Natur erfolgt (365 Inkarnationen analog zu 365 Tagen im Jahr als ein Kreislauf). Wie auch immer wir diese Zahlenangabe verstehen, sie ist sicherlich Grund genug, darüber nachzudenken, wie man aus seiner momentanen Lebenssituation heraus in die nächste Inkarnationsstufe aufsteigen könnte.

Mein Krafttier als Begleiter auf meinen schamanischen Seelenreisen

Bevor du eine schamanische Seelenreise antrittst, solltest du mit einem Krafttier reisen. Das verstärkt die eigene energetische Kraft, und es ist dein wichtigster Verbündeter in der Geistigen Welt. Aus diesem Grund möchte ich dir hier eine schamanische Reise bzw. geführte Meditation vorstellen, mit deren Hilfe du dein Krafttier finden kannst.

Du kontaktierst dein Krafttier, indem du dich in eine Meditation gibst und deinen Gedanken freien Lauf lässt. Zeigt sich dir ein Tier oder auch nur ein Teil eines Tieres während der Meditation drei Mal, dann kannst du davon ausgehen, dass dieses Tier dein Krafttier ist. Es wird dich



für eine gewisse Zeit bei deinen schamanischen Seelenreisen begleiten, dich beschützen, deine Energie stärken und deine Intuition schärfen. Hat das Krafttier seine Aufgabe bei dir erledigt, wird sich in der Meditation ein neues Krafttier zeigen. Unter Umständen können es auch mehrere Krafttiere sein.

Das Krafttier stellt dir seine archetypischen Eigenschaften zur Verfügung und hilft dir damit, deine Aufgaben sowohl in der Anderswelt als auch in deinem Alltag zu bewältigen. Wenn du beispielsweise nicht der Mutigste bist, begleitet dich eventuell ein Bär und lässt seine Tapferkeit auf dich übergehen. Krafttiere müssen aber nicht immer so beeindruckende Tiere wie Bären, Wölfe oder Adler sein. Auch Wiesel, Ameisen oder Schweine haben ihre Fähigkeiten, die dir zugutekommen können. Du wirst intuitiv erkennen, in welchem Bereich das jeweilige Tier dich unterstützen möchte.

FINDE DEIN KRAFTTIER*

Nimm dir etwas Zeit, setze oder lege dich bequem auf den Boden, spüre die Erde unter dir, und schließe sanft deine Augen. Beobachte eine Weile deinen Atem, lasse ihn einfach fließen ... Nimm wahr, wie er kommt und geht ... ein und aus, ein und aus.

Gehe nun mit deiner Aufmerksamkeit durch deinen ganzen Körper, angefangen bei deinen Füßen, durch die Beine, den Bauch, deinen Rücken und deine Wirbelsäule entlang, deine Schultern und Arme, deinen Nacken, deinen Kopf und dein Gesicht. Entspanne dich bewusst, und stelle dir vor, wie dein Körper nach und nach von goldenem Licht durchflutet wird. Spüre, wie jede Zelle von Licht erfüllt wird.

Spüre deinen Körper. Spüre die Erde unter dir, die dich trägt und nährt. Spüre den Himmel über dir, der dir Schutz und Weite bietet, in die du immer mehr hineinwachsen kannst.

* Falls du niemanden hast, der dir diese Meditation vorlesen kann, gibt es sie auch auf meiner CD »Federn, Fell und Krallen«, erschienen im Schirner Verlag.

Nimm nun drei tiefe Atemzüge, und formuliere mit jedem Atemzug deine Absicht für diese Reise klar und deutlich. Denke innerlich oder sage laut dreimal: »Ich möchte meinem Krafttier begegnen.«

Du wirst nun die Anderswelt betreten, die Welt der Geistwesen, die deinen Weg hilfreich begleiten werden. Lausche dem Klang der Trommel, der dich in die Anderswelt geleiten wird. Lausche dem Rhythmus, lasse dich von ihm tragen.


Begib dich nun in Gedanken an einen Ort, an dem du dich wirklich wohlfühlst. Es kann eine Waldlichtung sein, eine Wiese, ein Flussufer oder ein grüner Hügel. Vielleicht ist es auch ein völlig anderer Ort, zu dem es dein Herz zieht. Es kann ein Ort sein, der auch real in deiner Alltagswelt existiert, oder ein Ort, den es nur in deiner Vorstellung gibt. Jeder Ort ist richtig, wenn dein Herz sich dort zu Hause fühlt.

Schaue dich genau um an diesem Ort. Betrachte alles in Ruhe. Vielleicht siehst du jetzt schon einen alten Baumstumpf oder eine Höhle zwischen Baumwurzeln. Möglicherweise ist es auch ein anderer Eingang in die Erde – ein Tierbau, ein trockener Brunnen oder eine Spalte zwischen zwei Felsen. Suche nach einem Eingang in die Erde – und wenn du ihn gefunden hast, bleibe davor stehen.

Begib dich nun in die Erde hinein. Schlüpf durch die Öffnung, die du gefunden hast, in das Innere von Mutter Erde. Dort führt ein dunkler Gang in die Tiefe. Immer weiter nach unten musst du klettern. Manchmal ist der Durchgang breit, ein anderes Mal musst du dich förmlich hindurchzwängen. Klettere einfach immer weiter nach unten.

Endlich siehst du ein Licht – und Augenblicke später stehst du vor einer Öffnung in eine wunderbare Welt. Du stehst am Ausgang einer Höhle und betrachtest die Landschaft um dich herum: die Anderswelt!





Was kannst du erkennen? Wie sieht es hier aus? Kannst du irgendeinen Duft wahrnehmen? Hörst du die Geräusche von Tieren, vielleicht den Gesang von Vögeln?

Du wanderst in diese fremde und doch so vertraute Welt hinein. Achtsam setzt du einen Fuß vor den anderen, gehst gemächlich spazieren, schaut dir alles an.

~

Nun kommst du an einen Fluss, an dessen Ufer ein Kanu liegt. Zwei Indianer mit dunkler Haut und Hirschlederkleidung laden dich freundlich ein, mit ihnen zu fahren. Gemeinsam lasst ihr das Kanu zu Wasser, und du setzt dich in die Mitte des Bootes, während die beiden Indianer vorn und hinten Platz nehmen und zu paddeln beginnen.

Nun geht die Reise schneller voran. Der Fluss trägt euch, und du kannst während der Fahrt die Landschaft bestaunen.

Nach einer Weile legt ihr am Ufer an.

Eine schöne Wiese breitet sich vor dir aus, die bis an den Rand eines nahen Waldes reicht. Du steigst aus und gehst über die Wiese. Du weißt, dass hier irgendwo dein Krafttier auf dich wartet. Gehe einfach weiter auf den Wald zu. Spürst du es schon? Noch ein paar Schritte – und dann siehst du es am Waldrand ...

~

Kannst du es erkennen?

Was ist es für ein Tier, das dich hier erwartet hat und dich von jetzt an bei deinen Ausflügen in die Anderswelt begleiten wird?

Stelle diesem Tier nun ein paar Fragen, und lausche achtsam seinen Antworten: Bist du mein Krafttier? Was kannst du mir beibringen? Was kann ich von dir lernen?

~

Was kann ich für dich tun?

~

Nimm dir nun etwas Zeit, mit deinem Krafttier umherzuwandern und dich mit ihm zu unterhalten oder ihm Fragen zu stellen. Vielleicht möchte es dir auch etwas von sich erzählen, vielleicht möchte es dir etwas zeigen oder dir etwas schenken ... Lasse dich führen und begleiten.

~

Du hast noch Zeit, deinem Krafttier ein paar letzte Fragen zu stellen ...

~

Es ist nun Zeit, in deine Welt zurückzukehren. Verabschiede dich langsam von deinem Krafttier. Vielleicht erlaubt es dir, es zu berühren oder gar zu umarmen. Vielleicht berührt es dich von sich aus.

Danke deinem Krafttier für die Zeit, die ihr miteinander verbringen durftet, und versprich ihm, bald zurückzukommen und erneut mit ihm zu sprechen oder auch nur zu spielen.

~

Nachdem ihr euch verabschiedet habt, dreht dein Krafttier sich nun um und verschwindet wieder im Wald.

Auch du drehst dich um und gehst zurück zum Fluss, wo die beiden Indianer in ihrem Kanu auf deine Rückkehr gewartet haben. Du steigst wieder ein, und sie paddeln dich zurück.

Das Kanu legt am Ufer an, und die beiden Indianer verabschieden sich von dir. Danke ihnen für ihre Hilfe.

Nachdem die beiden Indianer wieder mit ihrem Kanu verschwunden sind, drehst du dich um und gehst zurück zu der Höhle, aus der heraus du die Anderswelt betreten hast.





Betritt die Höhle, und klettere wieder hinauf zu deinem Wohlfühlort.

An deinem Wohlfühlort angekommen, atme dreimal tief durch, und öffne dann langsam deine Augen. Strecke dich ein wenig, recke dich. Komme wieder ganz in deiner Welt an.

Du hast nun dein Krafttier getroffen. Vielleicht möchtest du das Erlebte aufschreiben, vielleicht möchtest du dich über das Tier, das du getroffen hast, noch etwas näher informieren. Nimm dir die Zeit dafür, und lasse den Zauber nachwirken.

Möge die Weisheit der Anderswelt in dir lebendig sein!








HEILUNGS- GESCHICHTEN AUS MEINER PRAXIS

Die Vögel verlassen die Erde mit ihren Flügeln.
Auch die Menschen können die Erde verlassen,
zwar nicht mit Flügeln, aber mit ihrem Geist.

Hehaka Sapa von den Oglala Lakota



Jeder Mensch ist ein einzigartiges Individuum, jeder hat seine eigene Geschichte und seine eigenen Erfahrungen. Dennoch erleben wir manche Abschnitte unserer Lebensreise oftmals recht ähnlich und können uns vorstellen, was an einer Lebensgeschichte Leid erzeugt, was einen Menschen verzweifeln lässt oder was ihn immer wieder zu denselben Erfahrungen zieht. Gleichzeitig können wir Parallelen zu unserem eigenen Leben ziehen und etwas aus dem Gehörten lernen und mitnehmen. Wir können erkennen, dass manche Aspekte unseres Lebens sich ähnlich gestalten und dass wir Menschen einander näher sind, als wir oftmals meinen.

Aus diesem Grund habe ich in dieses Buch auch Geschichten aus meiner Praxis aufgenommen. Du wirst in ihnen feststellen, welche Ursache zu welcher Unpässlichkeit führt und was man als Schamane dagegen unternehmen kann. Diese Beispiele aus meiner Arbeit, bei denen natürlich die Namen aller Beteiligten geändert sind, zeigen dir das bisher Gelesene noch einmal aus einer ganz praktischen Sichtweise.



Angst vor Spinnen

Am 17. März 2010 hielt ich abends einen Vortrag in einer kleinen Stadt. Es waren etwa 170 Leute anwesend, und wie immer waren die Reaktionen auf meinen Vortrag sehr spannend und facettenreich. Unter anderem meldete sich eine Besucherin, ihr Alter schätzte ich auf etwa 25 Jahre, die Angst vor Spinnen hatte.

»Allein wenn ich an eine Spinne denke, beginnt mein ganzer Körper zu beben. Ich spüre, wie sie an meinem Arm hochkrabbelt, und ich könnte auf der Stelle davonlaufen«, sagte sie.

Ich dachte mir: »Na ja, Spinnenangst – eine weit verbreitete Phobie, kein Problem für mich. Ich kann dieser Frau die Angst vor Spinnen nehmen.«

Ich entschloss mich, dies vor dem gesamten Publikum zu demonstrieren.

Anton, mein Organisator und Assistent, lächelte mir zu und rannte plötzlich los. »Warte zwei Minuten«, sagte er dabei.

»Was hat er vor?«, fragte ich mich.

Nach wirklich nur zwei Minuten kam Anton zurück mit einem Einmachglas in der Hand, in dem eine fette Spinne hockte.

»Anton, du bist ein Idiot!«, fluchte ich innerlich. »Wenn das hier jetzt in die Hose geht und ich diese Ängste nicht auflösen kann, dann blamierst du mich vor den ganzen Leuten. Ich brauche doch kein lebendes Objekt für meine schamanische Arbeit.«

Hätte ich mit diesen Gedanken im Kopf versucht, die Phobie zu lösen, wäre es garantiert schiefgegangen. Deshalb habe ich mir selbst ganz schnell in den Arsch getreten und zu mir gesagt: »Reinhard, wenn du nicht an dich glaubst, funktioniert es nicht. Also glaub an dich, du kannst es!«

Meine schamanische Arbeit begann: Ich löste ihre Spinnenphobie, die aus einer früheren Inkarnation herrührte, auf. Und siehe da, die junge Frau konnte die Spinne danach sogar in die Hand nehmen. Aber auch ich hatte eine wichtige Erkenntnis gewonnen: Glaube ganz fest an deine Sache, dann funktioniert sie auch. Und ich war Anton, meinem Organisator, dankbar.

Alles geschieht durch die Macht der Gedanken!





Blasenentzündung

Viele Menschen haben wiederkehrende Unpässlichkeiten, die sie immer wieder mit Medikamenten bekämpfen, wodurch sie ihre eigene Abwehr, ihr eigenes Körpersystem immer weiter schwächen. Manchmal ist es besser, die Dinge ganz einfach zu regeln und dem Körper sowie der Natur zu vertrauen. Auch das lernen wir im Seelenschamanismus.

Bei einem Vortrag in Biberach klagte eine Frau darüber, dass sie ständig eine Blasenentzündung habe und eigentlich den ganzen Herbst und Winter über erkältet sei. Sie saß in der ersten Reihe, und ich bat sie, ihre Schuhe und Strümpfe auszuziehen. Sie zierte sich ein bisschen, doch mit ein wenig gutem Zureden war sie dann doch bereit dazu. Doch dann kam für sie der nächste Schock ... Ich sagte ihr: »Und jetzt ab nach draußen in den Schnee!«

»Das geht gar nicht«, rief sie. »Dann habe ich sofort eine Blasenentzündung.«

Doch ich beharrte darauf, und nach einer Weile sprang sie über ihren Schatten und begab sich nach draußen. Sie lief ein paar Schritte und wollte sofort wieder hinein ins Warme. Doch ich ließ nicht locker und forderte sie auf, noch eine Runde und noch eine zu laufen.

Dann bat ich sie wieder auf ihren Platz. Sie bibberte und klapperte mit den Zähnen, wirkte insgesamt nicht gerade begeistert. Sie zog Strümpfe und Schuhe wieder an, wickelte sich in ihre Jacke und blickte mich finstern an. Doch es dauerte keine zwei Minuten, da wurde ihr sehr warm. Erst legte sie die Jacke ab, dann ihren Pullover, dann zog sie auch wieder Schuhe und Strümpfe aus. Den ganzen Abend saß sie da, fühlte sich wohligh warm und schenkte mir irgendwann auch ein Lächeln. Seit diesem

Abend macht sie diese »Schneekur« in jedem Winter regelmäßig und hat seither nie wieder kalte Füße, geschweige denn eine Blasenentzündung gehabt.

Wenn wir uns so der Natur aussetzen, regeln wir unseren Temperaturhaushalt. Wir kommen wieder in Kontakt mit der wirklichen Welt und uns selbst. In unserer komfortablen Gesellschaft mit Fußbodenheizung, Klimaanlage und warmen Schuheinlagen kommt manches durcheinander, was man aber wieder justieren kann, wenn man sich auf die Natur und die eigene Natürlichkeit einlässt. Wenn wir nur drei bis vier Wochen lang jeden Morgen 30 Sekunden barfuß durchs Gras oder auch durch den Schnee laufen, kommt alles wieder ins Lot. Dann gibt es keine kalten Füße, keine kalten Hände und keine Erkältungskrankheiten mehr.



Mehr Hintergrundwissen, mehr Übungen – mehr Rainbowman!

Lernen Sie die von Reinhard Stengel entwickelte »**Seelenschamanische Energiearbeit**« kennen. Der beliebte Schamane kann mittlerweile auf die erfolgreiche Behandlung von Hunderten von Patienten zurückblicken. Sein einzigartiges Vorgehen ist, verschiedene Traditionen miteinander zu kombinieren und aus jeder das herauszugreifen, was seinen Erfahrungen entspricht und sich in der Praxis bewährt hat.

Er knüpft dabei an das überlieferte Wissen, von Organsprache und Aura über Krafttierreise und Inneres Kind bis hin zu Automatischem Schreiben oder Auflösung von Flüchen, an.

Dank einfacher Übungen können auch Sie bald die erstaunlich wirksamen Techniken anwenden. Zahlreiche Episoden aus Reinhard Stengels Leben und Heilpraxis veranschaulichen das Erlernte auf interessante und unterhaltsame Weise.

Umfassend überarbeitet und erweitert erlaubt das Buch noch tiefere Einblicke in die Weisheit der Medizinmänner aller Zeiten.