



# Krankheit und Heilung



*...auf geistiger, emotionaler, energetischer und karmischer Ebene*

Körperliche Selbsterfahrung, Chakrenarbeit, Meditationen, Energiearbeit  
- ein Wochenende, an dem es auch auf einer spirituellen Ebene einmal nur um  
meinen eigenen Körper geht.

Dieses Seminar ist Selbsterfahrungsseminar mit vielen meditativen Übungen, um den physischen Körper aus spiritueller Sicht verstehen und unterstützen zu lernen. So viele Möglichkeiten stehen uns zur Verfügung, um auf geistiger, emotionaler, energetischer und karmischer Ebene Heilung zu erfahren und viele Kräfte wieder freizusetzen.

## **Wie geht es Dir, wenn Du krank bist?**

Kaum jemand schenkt seinem Körper Liebe, freudige Aufmerksamkeit, Zuneigung, Zeit... - in der Regel empfinden wir die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper eher unangenehm. Meist wünschen wir uns nur, dass "andere" unseren Körper verwöhnen, toll finden, pflegen, heilen... Gerade wenn wir krank werden, empfinden wir unseren Körper bzw. die betroffenen Stellen als unbequem, als Last, empfinden Angst, Wut oder Hilflosigkeit oder sehen ihn sogar als Feind, der bekämpft werden muss.

Doch wie geht es wohl unserem Körper bzw. Bereichen davon, wenn wir ihn bekämpfen oder als Feind ansehen? Wieso empfinden wir etwas so unangenehm, was eigentlich unserer Liebe bedarf, um zu heilen?

## **Und wie ist das mit Krankheit, warum wird man eigentlich krank?**

Ich möchte dazu kurz ein paar Zusammenhänge aus meiner Zeit in der Heilpraktikerschule darstellen: Bei manchen Krankheiten kann man die Ursachen deutlich greifen, warum ich krank werde z.B. bei einer Grippe. Für eine Grippe ist ein Virus verantwortlich. Doch ist der Virus nicht wirklich "schuld" dass wir krank werden und er ist auch kein Feind. Leicht zu verstehen ist das daran, dass ja nicht jeder an einem Virus erkrankt und auch nicht jeder so stark erkrankt. Das liegt daran, dass unser Immunsystem manchmal fit ist und manchmal eben nicht. Und das wiederum hat mit vielen Faktoren zu tun.

Eines kann man aber sicher sagen: Ist mein Immunsystem fit, funktionieren meine Schleimhäute und der Virus schafft es nicht in den Körper. Und selbst, wenn er es doch schafft, wird er von einer starken Abwehr empfangen, die ihn schnell und wirkungsvoll entsorgt. Er wird quasi abgefangen und abtransportiert. Da mein Immunsystem stark ist, ist es fähig schnell zu lernen, schnell und stark zu reagieren. Ist dieser natürliche Schutz bzw. diese Lernfähigkeit nicht mehr vorhanden, dann dringt der Virus in meinen Körper ein und löst eine Krankheit aus, welche ich nicht mehr so leicht verarbeite...

Und so kann man es bei vielen Krankheiten und körperlichen Problemen sehen. Reagiert der Körper intensiv und stark auf Einflüsse von außen, dann erlebe ich Krankheit als Prozess, der weder falsch noch schlimm ist, sondern durch den mein Immunsystem viel lernt und dadurch stärker wird.

Spirituell könnten wir unseren Körper ebenfalls unterstützen, damit er mit allen Arten von Einflüssen klar kommt, wäre da nicht unsere Destruktivität im Umgang mit uns selbst, im Umgang mit Gefühlen, mit Gedanken, Sorgen, Ängsten... Wodurch wir meist auf die Krankheit bzw. auf unseren Körper sehr viele unverarbeitete Ängste, Emotionen, Sorgen... projizieren und dadurch uns körperlich erst recht Schwächen.

Ein schlechtes Gewissen, Anspannung, Druck, Schuldgefühle weil ich beruflich ausfalle... bewirken, dass ich meinen Körper sozusagen zusätzlich schwäche.

Seelisch verhält es sich wirklich oft genauso wie körperlich bei einer Grippe. Da gibt es viele "Viren", also fremde Einflüsse, die uns nicht gut tun. Und weil wir uns nicht zu wehren wissen, keinen Umgang mit fremden Emotionen, Ängsten... haben, erlauben wir diesen fremden

Einflüssen in uns zu wirken, erlauben, dass sie uns einnehmen und oftmals sehr schwächen. Werde ich dann noch körperlich krank, bin ich nicht mehr fähig, meinen Körper zu unterstützen, sondern schwäche ihn und vielerlei Befürchtungen zusätzlich.

Um mit diesen seelischen Einflüssen wieder konstruktiv umgehen zu lernen, ist dieses Seminar gedacht. Es ist sowohl zur Stärkung meiner Inneren Kräfte, als auch zur Auseinandersetzung mit meinen Blockaden und destruktiven Verhaltensweisen, vor allem im Umgang mit meinem Körper.

Es gibt so viele Möglichkeiten, meinen Körper auf geistiger, emotionaler, energetischer Ebene zu unterstützen. Dazu gehört auch die karmische Auseinandersetzung mit vielerlei Themen, weshalb wir gerade darauf auch eingehen werden.

---

Viele Meditationen, Integrationsübungen, körperorientierte Energiemeditationen, Chakrenübungen... sollen helfen, alte Prägungen, destruktive Verhaltensweisen loszulassen und unsere Inneren Kräfte wieder freizusetzen.

---

**3 Tage lang eintauchen in die eigene Seele, um sie zu stärken...  
und unser Körper darf endlich wieder eine Rolle spielen!!!  
In diesen drei Tagen auf alle Fälle  
und vielleicht ja auch wieder danach noch viel öfter.**

*Auf ein spannendes Seminar freut sich  
Heliamus Raimund Stellmach*

**Wege zur Spiritualität sind die Wege zu  
sich selbst:**

**[www.PanDeus.de](http://www.PanDeus.de) & [www.AISLB.de](http://www.AISLB.de)**

**Seminare für´s Leben**