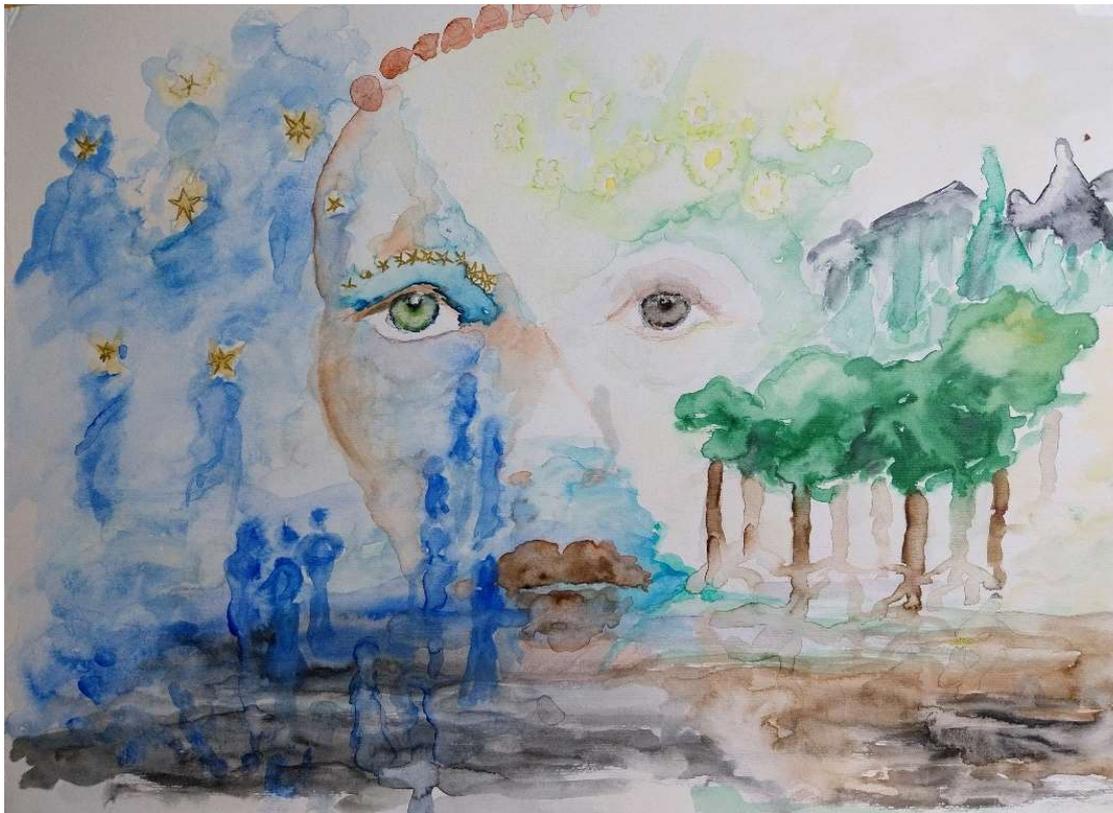


ICHBIN und die schamanische Arbeit

Die Innere Selbst-Anteile ist das, was du verstehst. Die Energie Felder ist das, was deine innere und äußere Realität erschafft.

Die Entdeckung der inneren Selbst-Anteile ist für mich die genialste Errungenschaft in der Psychologie. Wir sind in der westlichen Kultur stark auf die übermäßige Bedeutung des Verstandes fixiert. Das Kennenlernen der inneren Selbst-Anteile, der inneren Familie, ist für mich der Schlüssel, um als westliche Menschen die Tür zu unserer inneren Seelenlandschaft zu öffnen. Das habe ich gezielt in ICHBIN eingesetzt.

Das, was automatisch passiert, wenn wir uns nicht fühlen und keine Bindung zu uns haben, ist, dass wir uns selbst nicht vertrauen. Deswegen suchen wir im Außen nach Führung und binden uns an vermeintlich starke Persönlichkeiten, die oft auch narzisstisch handeln. Ohne Bindung zu uns selbst wissen wir nicht, was gut für uns ist und welche Menschen gut für uns sind, und wir übergeben alle Kompetenzbereiche unseres Lebens an andere. Durch Trauma verloren gegangenenes Vertrauen in uns und das Leben führt dazu, dass wir die Führung nur im reinen Verstand suchen. Auch die Beziehung zu uns selbst versuchen wir über den Verstand zu finden. Das kann jedoch nicht gelingen, denn Beziehung ist Fühlen. Die Beziehung zu uns zu fühlen, ist der Eintritt in die Ebene der Seele.



Die Beziehung und Bindung zu uns selbst ist die seelische Ebene, die Ebene der inneren Energiefelder. Es gibt keine Verletzung oder Trauma, das auf dieser Ebene

nicht heilbar wäre. Der Moment des größten Leidens, in dem die Rufe unserer inneren Familie am lautesten sind, bietet eine einmalige Chance. Das ist der Moment, in dem wir uns von diesen Stimmen geleitet zu uns selbst zurückfinden können. Das ist die Umkehr, die nach einer traumatischen narzisstischen Erfahrung möglich ist. Wir wenden uns nach innen und suchen diesen Kontakt, diese Beziehung zu uns selbst. Hier endet das Trauma-Bonding. Es beginnt eine Beziehung zu dir selbst, deren segensreiche Konsequenzen du dir noch nicht vorstellen kannst. Es ist nicht nur so, dass toxische Menschen keinen Zugang mehr zu dir finden, sondern auch, dass deine Grenzen so natürlich wachsen, dass du sie nicht einmal verbalisieren musst.

Du beginnst zu entdecken, wer du wirklich bist. Wer du bist, konntest du nicht wissen, weil du keinen Kontakt zu dir selbst hattest. Die schamanische Arbeit mit den inneren Selbst-Anteilen führt dich in den darunterliegenden Bereich der tiefen und alten Energiefelder, die deinem Leben die Form gegeben haben, die es jetzt hat. Das Schöne ist, dass du nur einmal dort eintauchen musst, um eine tiefe innere Verwandlung zu bewirken. Du musst nichts weiter tun, als den verlorenen Kontakt wieder aufzunehmen. Den Kontakt, der aufgrund des Traumas gekappt wurde. Ein Kreis schließt sich. Das narzisstische Trauma lässt dich zu deinen inneren Selbst-Anteilen Kontakt aufnehmen. Die inneren Selbst-Anteile führen dich zu deinem Energiefeld, das die inneren Selbst-Anteile hervorgebracht hat. Dort wartet der Teil von uns selbst, zu dem wir den Kontakt in einem schmerzhaften Moment unseres Lebens verloren haben. Nach diesem verlorenen Seelenanteil haben wir gesucht, aber nicht in uns selbst, deshalb konnten wir ihn nicht finden.

Das Erkunden und Erforschen der Energiefelder, die hinter den inneren Selbst-Anteilen verborgen sind, offenbart dir dein vollständiges Wesen in seiner Ur-Essenz. Es vollzieht sich eine Verwandlung in dir, die der wundersamen Natur gleicht: die Verwandlung einer Raupe in einen Schmetterling. Dies geschieht auf natürliche Weise und wie von selbst. Niemand hätte in der Raupe den zukünftigen Schmetterling erahnen können – weder du noch jemand anders. Weder ihre Lebensweise noch ihr Aussehen lässt einen zukünftigen Schmetterling vermuten. Das wahre Wesen des Schmetterlings ist dennoch in der Raupe angelegt.



Die Raupe braucht ihre Einkehr zu sich selbst, ihre Verpuppung, ihren sicheren Raum und Zeit, um zum Schmetterling zu werden. Das ist ICHBIN – dein Kokon, deine Verpuppungszeit. Bis zu dem Moment, in dem du deinen Kokon verlässt und dein wahres Sein erkennst.

Davor wirst du denken, du bist eine Raupe. Alle werden denken, du bist eine Raupe, weil sie eine Raupe sehen. Und sie werden dich wie eine Raupe behandeln.

Die Verbindung zu den inneren Energiefeldern erfolgt über die Energiekraftträger aus der Natur. Schamanen sagen, dass der Verlust der Beziehung zur Natur die Ursache aller westlichen Krankheiten ist. Schamanismus ist eine alte Weisheit, die die Beziehung zur Natur und zur eigenen Essenz kultiviert.



Ein narzisstisches Trauma, das Ausmaß der Konsequenzen des Traumabonding hat ein enormes Potential dir deutlich werden lassen, wie weit du dich von dir selbst entfremdet und entfernt hast. Du kannst es zu einem entscheidenden Moment deines Lebens machen und über den Schmerz wieder zu dir finden. Eine Beziehung kann entstehen und wachsen – eine Beziehung, nach der du dich dein Leben lang gesehnt hast: eine ehrliche und authentische Beziehung zu dir selbst.