

«Der Weg zum Heiler: Wegen dem Fachwissen gehen, wegen der Heil-Kraft bleiben, wegen der Menschlichkeit wiederkommen.»

Peter Donatsch

Den richtigen Heiler für mich finden

Die Suche ist das Ziel

Wie finde ich den richtigen Heiler für mich? Diese Frage stellt sich, nachdem Sie sich zum ersten Mal entschlossen haben, Rat und Hilfe bei einer Heilerin oder einem Heiler zu suchen. Einerseits ist die Auswahl riesengross, andererseits kennen Sie vielleicht keinen einzigen Namen. Da sitzen sie also und wissen nicht weiter.

Die Suche kann sich tatsächlich schwierig gestalten und Geduld, Durchhaltewillen, Hingabe erfordern. Lassen Sie sich auch von vermeintlichen Misserfolgen, Sackgassen und wohlmeinenden Ratschlägen nicht entmutigen. Es ist ein Abenteuer! Je länger die Suche dauert, desto mehr Gelegenheit für Sie, sich mit Ihrem Leiden, Ihrem Leben zu befassen und Ihre Lebensanschauungen zu betrachten und zu überprüfen. Das sind bereits gute Vorbereitungen auf Ihren Besuch beim Heiler. Rudolf Steiner sagte: «Wenn der Mensch nicht mehr weiter weiss, schicken die Götter die Krankheit. »

Alles, was geschieht, ist ein Prozess und baut auf Ihrem Entschluss auf, etwas Neues zu wagen, indem Sie sich einem Heiler

oder einer Heilerin anvertrauen. Geben Sie sich voll und ganz in diesen Prozess ein, vertrauen Sie, aber behalten Sie gleichzeitig die volle Kontrolle und Verantwortung für sich selbst. Das klingt schwierig, ist aber bereits einer der Punkte, wo Sie auf diesem Weg etwas lernen können: Niemand kann Ihr Leben leben. Das müssen Sie schon selbst tun. Niemand kann Ihre Erfahrungen machen: Haben Sie den Mut und machen Sie sie selbst!

Sie sollten wissen: Es gibt Wunder. Seien Sie offen dafür, aber erwarten Sie keine. Damit würden Sie unerfüllbare Forderungen an den Heiler, an sich selbst und letztlich an die Existenz, stellen! Vermeiden Sie also überrissene Heils-Erwartungen und geben Sie stattdessen dem Leben die Chance zu wirken. Und glauben Sie! Erinnern Sie sich unterwegs ab und zu an das Bibelwort, wonach der Glaube Berge versetzen kann.

Ein brauchbares, weil vollständiges, neutrales und auf die wesentlichen Qualitätskriterien aufgebautes Heiler-Verzeichnis existiert nicht. Selbst wenn es so etwas gäbe, wäre das keine Garantie für Sie, sofort den Richtigen zu finden. Zudem gehören viele fähige Heilerinnen und Heiler keinem Verband an. Die meisten sind ausgeprägte Individualisten.

Sie können nur mutig ausprobieren! Am wertvollsten sind Hinweise von Bekannten und Freunden, die Sie gut kennen und deren Urteil Sie einschätzen können. Auf diese Weise ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass Sie jemanden Passenden finden.

Fragen Sie herum, scheuen Sie sich nicht zu sagen, dass Sie eine Heilerin oder einen Heiler suchen. Sie werden erstaunt sein, was Sie von wem zu diesem Thema alles zu hören bekommen ... Lassen Sie sich nicht von abfälligen Bemerkungen, Ideologien, Schauergeschichten oder Panikmache verunsichern. Trauen Sie sich zu, Ihre eigenen Erfahrungen zu machen.

Suchen Sie keinen Spezialisten für Ihre Krankheit, Heiler arbeiten anders. Suchen Sie den richtigen Heiler für sich, denn die Heiler-Klienten-Beziehung muss funktionieren. Wissenschaftliche Studien sagen, dass die mitfühlende Präsenz und die Betonung der Qualitäten des Klienten durch den Arzt, Heiler oder Therapeuten das wichtigste Kriterium für die Heilung dar-

stellt. Erfahrene Heiler betonen, dass es die richtige Beziehung und den richtigen Zeitpunkt braucht.

Vielleicht können Sie Ihren Hausarzt fragen. Es gibt immer mehr Ärzte, die mit Heilerinnen und Heilern zusammenarbeiten und diese nicht als unliebsame Konkurrenz betrachten.

Verzichten Sie darauf, auf schreierische Inserate, Leute mit dubiosen Titeln, Diplomen und toll klingende Institute sowie vollmundige Heils-Versprechen einzugehen. Gute Heiler können von der Mundpropaganda leben, undurchsichtige Werbung und zwielichtige Geschäftspraktiken haben sie nicht nötig. Folgen Sie Ihrem gesunden Menschenverstand, der Sie warnt, wenn etwas für Sie nicht stimmt.

Ein guter Heiler wird Ihnen weder versprechen, dass er Sie von Ihrem Leiden befreit, noch wird er Ihnen Erastzstoffe oder gar Drogen empfehlen, die das für Sie tun. Eine Ausnahme punkto Medikamente sind die Appenzeller Naturärzte, die traditionell damit arbeiten und es von Gesetzes wegen auch dürfen. Ein verantwortungsvoller Heiler wird Ihnen immer Hilfe zur Selbsthilfe anbieten, er wird Ihnen nichts abnehmen. Vor allem nicht Ihre Eigenverantwortung. Spirituelle Meister und Heiler betonen immer wieder, dass sie nur Anstoss geben können, mithelfen, das persönliche Entwicklungspotenzial und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Wie ein guter Freund, der nicht zu Ihnen herabsteigt, wenn Sie in der Grube liegen, der Ihnen aber eine Leiter hinabreicht und Sie liebevoll in Empfang nimmt, wenn Sie herausgekommen sind.

Machen Sie keine Ideologiesache aus Ihrem Gang zum Heiler. Ideologien behindern nur. Spielen Sie nichts und niemanden gegen einander aus, auch nicht die Schulmedizin gegen alternative Heilmethoden. Betrachten Sie beide als komplementär. Sie können gleichzeitig zum Arzt und zum Heiler gehen. Kommunizieren Sie es beiden. Ganz egal, was Sie bisher erlebt haben, ob Sie in ärztlicher Behandlung sind oder nicht, was Sie über die Schulmedizin und über geistiges Heilen denken, sie beschreiten Neuland. Sie verlassen eines Ihrer eingefahrenen, persönlichen Muster und sehr wahrscheinlich auch einige gesellschaftliche

Muster. Sie werden erfahren, dass Heilerinnen und Heiler nicht nur sichtbar, sondern auch in allen unsichtbaren, nicht stofflichen Bereichen anders wirken als das, was Sie kennen.

Sie haben nun also einen oder mehrere Namen auf Ihrer persönlichen Heiler-Liste stehen und suchen, Ihrer Intuition folgend, einen heraus. Schon während Ihrer Suche, und auch während Sie auf den Tag X warten, beschäftigen Sie sich bewusst und unbewusst mit Ihrer Krankheit. Versuchen Sie, es bewusst zu tun. Beobachten Sie Veränderungen des Körpers oder Ihrer Gewohnheiten und wie Sie mit sich selbst umgehen. Experimentieren Sie, probieren Sie, Eingefahrenes zu verändern.

Verabreden Sie telefonisch einen ersten Sitzungstermin. Klären Sie bei dieser Gelegenheit die Honorarfrage und die Art der Bezahlung (bar, Einzahlungsschein etc.) sowie die Dauer der Sitzung ab. Ein solches Gespräch bietet erste Gelegenheit, den Heiler kennen zu lernen.

Begegnung mit der Heilerin

Falls sie jetzt Herzklopfen haben, machen Sie dem Heiler klar, dass Sie das erste Mal kommen, dass Sie Neuland betreten, vielleicht ein wenig nervös sind. Verstellen Sie sich nicht. Achten Sie darauf, welches Gefühl sich bei Ihnen einstellt, während Sie mit der Person zusammen sind. Antworten Sie offen auf die Fragen der Heilerin/des Heilers, wenn Sie schummeln oder etwas verschweigen, geht das auf Kosten des Heilvorgangs. Dem Heiler ist das egal.

Beobachten Sie Ihr Gegenüber. Wie inszeniert sich die Heilerin/der Heiler? Welches Selbstbild vermittelt sie/er? Wie sind die Räumlichkeiten eingerichtet? Welche Hilfsmittel kommen zum Einsatz? Wie beschreibt die Person ihre Arbeitsweise, ihre Methoden? Fühlen Sie sich wohl hier? Werden Sie von Ihrem Gegenüber wahrgenommen? Können Sie sich vorstellen, sich auf diesen Menschen und dessen Methoden näher einzulassen? Ausserordentlich wichtig sind diese beiden Fragen: Spüren Sie

Herzenswärme, Mitgefühl? Erkennen Sie eine realistische Haltung bezüglich der Heilungs-Aussichten?

Im Gespräch: Fragen Sie nach, suchen Sie Klarheit und geben Sie sich nicht mit schwammigen, ungenauen Schilderungen zufrieden. Ebenso nicht mit Gehabe und Aussagen, welche zum Ziel haben, ihn oder sie als mächtiger, begabter oder anderweitig überlegen darzustellen. Wenn die Person den Eindruck erwecken will, sie allein könne Ihnen helfen, und zwar voll und ganz, ist grösstes Misstrauen angebracht. Kein seriöser Heiler wird pauschal die Schulmedizin verurteilen oder Sie davon abhalten, zu einem Arzt oder einem anderen Heiler zu gehen.

Fragen Sie nach Risiken und Nebenwirkungen der angebotenen Therapie. Schildern Sie frei Ihre Ängste und Befürchtungen und halten Sie nichts zurück. Alle Ihre Empfindungen sind wichtige Informationen für Sie und den Heiler.

Fühlen Sie sich unter Druck gesetzt? Befürchten Sie, das sich eine Abhängigkeit einstellen könnte? Beschleicht Sie ein ungutes Gefühl, das Sie nicht erklären können? Kommt Ihnen die Person näher, als Sie dies freiwillig zulassen wollen? Möchte der Heiler Sie zu etwas drängen, bei dem Ihnen unwohl ist? Beantwortet er Ihre Fragen nur ausweichend? Denken Sie daran, dass Sie jederzeit das Recht haben, eine Sitzung abubrechen und nicht mehr zu kommen! Auch ohne Angabe von Gründen. Tun Sie es, wenn es notwendig ist. Sie sind es sich schuldig.

Wenn Sie bleiben, nehmen Sie den Menschen Ihnen gegenüber und das, was er sagt, ernst. Mit hoher Wahrscheinlichkeit wird der Heiler Sie ganzheitlich ansprechen und nicht nur ein einzelnes Leiden. Vielleicht fragt er nicht einmal danach, sondern fragt und sagt Dinge, die Ihnen bedeutungslos vorkommen. Heiler sind meist ausgeprägte Individualisten und durch die konventionelle, gesellschaftlich getönte Brille betrachtet oft ‚schräge‘ Typen. Eventuell wird es unangenehm für Sie in dem Sinn, dass Punkte berührt werden, die Sie lieber im Schatten belassen möchten. Machen Sie mit, solange es für Sie stimmig ist und bleiben Sie aufmerksam. Achten Sie darauf, sich in keiner Art und Weise ‚vergewaltigen‘ zu lassen, aber sind Sie auch bereit,

Schritte zu tun, die Ihnen vielleicht auf den ersten Blick unmöglich vorkommen. Heiler betonen immer wieder, dass sie die grössten Erfolgs-Aussichten dann sehen, wenn es zu einer vertrauensvollen Beziehung kommt. Es sei die Beziehung, welche heile. Damit ist auch die Beziehung zur geistigen Welt, zur feinstofflichen Ebene, zu Gott oder welchen Begriff man immer dafür hat, gemeint. Für die meisten Heiler ist die körperliche Ebene, auf der sich viele Leiden befinden, nur eine von mehreren Ebenen, auf denen sie wirken.

Achten Sie aufmerksam auf den Umgang des Heilers mit Ihnen und Ihrer Situation. Wie stellt er seine Fragen? Kann er zuhören, geht er auf Sie ein? Verfügt er über Achtsamkeit, Respekt, Unvoreingenommenheit?

Beachten Sie auch die energetische Seite: Heiler verfügen über mehr oder weniger starke energetische Eigenschaften. Das kann bedeuten, dass bei Ihnen Dinge bewegt werden, ohne dass Sie wissen, was genau geschieht. Beobachten Sie, ob sich diese ‚Bewegungen‘ gut anfühlen, ob Sie sich gestärkt, erfrischt fühlen während dem Besuch beim Heiler oder ob Sie Energie verlieren, niedergeschlagen sind. Dabei ist ein gewisser ‚homöopathischer Effekt‘ möglich, das heisst, eine kurzfristige Verschlimmerung Ihres Zustandes, bevor markante Besserung eintritt. Klären Sie die Honorarfrage stets rechtzeitig, sowohl für die erste Sitzung als auch für eine Behandlung, die mehrere Termine erfordert.

Nach der Heilsitzung

Ihr erster oder Ihre ersten Heilerbesuche liegen hinter Ihnen. Sicher haben Sie sich vieles überlegt, einiges ist Ihnen klar geworden, neue Fragen sind aufgetaucht. Vielleicht möchten Sie jetzt etwas anderes ausprobieren, eine neue Methode zum Beispiel. Oder Sie möchten sich noch zu einer anderen Heilerin begeben. Gehen Sie weiter! Wann immer Sie stimmige Impulse verspüren, folgen Sie ihnen. Vielleicht verspüren Sie den Wunsch, selbst eine Ausbildung zu beginnen, die Ihnen hilft,

Ihren Körper und Ihre Seele noch näher kennen zu lernen. Es kann hilfreich sein, ein Tagebuch über diese Dinge zu führen, in dem Sie auch Begegnungen und andere Begebenheiten, die Ihnen wichtig erscheinen, Träume, wiederkehrende Gedanken, Assoziationen, andere Begegnungen notieren.

Fragen Sie sich nach jeder Konsultation, wie Sie sich fühlen, direkt danach und mit einigen Tagen Abstand. Sind Sie ihrem Ziel, der Linderung ihres Leidens, näher gekommen? Fühlen Sie sich allgemein besser? Ist ihr Energiepegel höher oder niedriger, verglichen mit dem Zustand vor dem Heilerbesuch? Legen Sie sich ihren eigenen Massstab für die Beurteilung des Heilerfolges zurecht. Fragen Sie den Heiler, welchen Massstab er hat.

Setzen Sie sich keinen ‚ewigen‘ Behandlungen bei Heilern aus. Nach maximal 4 bis 6 Sitzungen sollten deutliche Erfolge sichtbar sein. Sprechen Sie über den Fortgang oder Abbruch der Behandlung.

Spätestens dann ist zumindest eine kritische Überprüfung fällig. Fragen Sie sich, welche Erfolge sichtbar sind, und zwar ganz praktisch in Ihrem täglichen Leben. Denn darum geht es: Der Himmel befindet sich zunächst einmal auf Erden. Welche Veränderungen sind schon eingetreten in Ihrem Leben? Welche stehen an? Kommen alte Themen wieder zum Vorschein? Oder lauter neue? Hat sich etwas an der Art Ihres Umgangs, Ihrer Kommunikation und Interaktion mit anderen Menschen geändert? Was ist bezüglich des Themas oder der Krankheit, weshalb Sie ursprünglich den Heiler aufgesucht haben, geschehen?

Wie fühlen Sie sich energetisch? Und emotional? Belebt Sie der Kontakt mit dem Heiler? Welche Gefühle tauchen auf, wenn Sie daran denken? Freuen Sie sich, wieder hinzugehen? Getrauen Sie sich, ihm Ihre Wahrheit offen zu sagen? Sprechen Sie offen mit dem Heiler über alle Dinge, die für Sie wichtig sind. Auch wenn es sich um heikle Punkte handelt. Und sprechen Sie auch vom Geld. Sagen Sie es ihm/ihr, wenn Sie mit dem Preis-/Leistungsverhältnis nicht zufrieden sind.

Abhängigkeiten von Menschen oder Mitteln, eine Verringerung des eigenen Selbstwerts und persönlichen Verantwortunge-

fühls, Abnahme von persönlicher Energie, Bewusstheit oder gar Realitätsverlust sind Alarmzeichen. Kein wahrer Meister bucht es als Erfolg, wenn ihm seine Schüler sagen, dass sie nicht mehr ohne ihn sein könnten.

Energetische und spirituelle Heilmethoden müssen, wie eigentlich alle Heilmethoden, vor allem eine Prüfung bestehen: die Prüfung des Lebens. Mit ihrer Hilfe muss der Mensch wieder näher zum Leben kommen und nicht umgekehrt, weg vom Leben, in irgendwelche verworrenen oder entrückten Sphären.