# DER WEG DER HEILERIN

DIE VERKNÜPFUNG VON ALLTAG, THERAPIE UND SCHAMANISCHEM WISSEN

BIRGIT DUCKHEIM

# IMPRESSUM

*Copyright:* Birgit Duckheim

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck oder Reproduktion (auch auszugsweise) in jeglicher Form sind ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung der Autorin untersagt.

*Kontakt:*

www.einklang-birgit-duckheim.de

b.duckheim@gmail.com

*Zeichnungen:*

Wolf & Lotusblüte: Nele Duckheim

Alle weiteren: Birgit Duckheim

*Satz & Gestaltung:*

STUDIO TORMASI, Daniela Tormási

hello@studio-tormasi.com

*Printed in Germany*

3. überarbeitete und erweiterte Ausgabe, 2024

*ISBN:* 978-9-40 37179-1-3

Buch-Bestellung über die Autorin oder im Buchhandel

***Unter Gesundheit verstehe ich nicht***
***„das frei sein von Beeinträchtigungen“***
***sondern die Kraft, mit ihnen umzugehen.***

*(Johann Wolfgang von Goethe)*

# INHALTSVERZEICHNIS


Impressum ..... 2
Vorwort ..... 7
Ein besonderes Buch über einen außergewöhnlichen Weg ..... 9
Von einer die auszog um heil zu werden.....10
Auf dem Weg ..... 15
So fing alles an ..... 15
Es gab ja auch keine Alternative..... 20
Schritt für Schritt.....24
Weit mehr als zehn Jahre .....27
Stückchen für Stückchen .....27
Zeit der Reisen und Meditationen..... 29
Energiearbeit Träume und Visionen.....31
Eine Initiation im Traum – Herbst 2014 ..... 35
In einem Brief ..... 36
Über die verschiedenen Wesenteile in einem Menschen ..... 36
Heilsame Begegnungen.....41
Bruder Siegfried (2012) .....41
Paul (2015).....42
Karin (2015).....42
Sabine (2019) ..... 43
Johanna (2019)..... 44
Jaime Caso Villavicencio .....47
Meine erste Begegnung mit dem Schamanen.....47
Weitere intensive Erfahrungen ..... 52
Ein uraltes Ritual ..... 57
Was ich bei Jaime lerne ..... 58
Mein zweites Retreat im Allgäu. (Sommer 2016)..... 59
Banjo di Flores (2017) ..... 65
Puzzelteile (Sommer 2018) ..... 65
Meine Möglichkeiten - unendlich!..... 67
Meditationen und Visionen..... 68
Es ist die Zeit vor der Abreise nach Brasilien ..... 71
XamAM Alba Maria .....75
Der Anfang .....75
In einer Dynamik .....76

Das Körpermandala ..... 77
Ein weiterer Auftrag an mich: ..... 78
Eine intensive Dynamik ..... 78
Meditationen im ersten Modul ..... 80
Mein Brief an Mutter Erde ..... 83
Die Medizin des Zuhörens ..... 85
Die Knotenlöserin ..... 86
Eine Vision in einer Ayahuasca Zeremonie ..... 86
Eine Rückmeldung von Alba an mich ..... 88
Eine Reise – ein Telefonat – eine Meditation ..... 89
Ein Mandala aus Blättern ..... 91
Meine Visionssuche ..... 92
Im Austausch mit Alba Maria ..... 99
Ein Traum ..... 101
Cabana – die Schwitzhütte ..... 102
Herr der Wüste Ritual ..... 103
Ein Feedback ..... 104
Puzzelteile ..... 107
Juli 2017 ..... 107
Oftmals gibt es auch Zweifel ..... 108
Auf einer Reise ..... 109
Die Erfahrung einer Meditation ..... 111
Eine weitere starke Meditation: ..... 111
Die Zeremonien im neuen Jahr 2019 ..... 112
Retreat zu Ostern 2019 ..... 114
Der Fluss ..... 117
Wenn die Seele erfüllt ist (Mai 2019) ..... 118
Die Zeit in Heidelberg ..... 120
Dankbarkeit ..... 121
Jetzt ..... 122
Die Technik – eine Lebensform ..... 125
Fühlendes Hören – Vertrauen – Akzeptanz – Atmung – Visualisieren ..... 125
Im Austausch mit meinem Gegenüber ..... 126
Dank ..... 129
Über die Autorin ..... 131
Notizen ..... 132
Literaturverzeichnis ..... 136

# VORWORT

Ich habe vor einigen Jahren von meiner Heilpraktikerin den Auftrag bekommen, ein Buch zu schreiben. Mit all dem was ich mache, was mich ausmacht, was ich gelernt habe und wie ich meinen Alltag bewältige. Mit diesem Buch würde ich viele Menschen erreichen, für viele Menschen Vorbildfunktion erfüllen und zeigen, wie man trotz vieler Hindernisse, Einschränkungen und Handicaps ein erfülltes und zufriedenstellendes Leben führen kann. Wie man seine Wünsche erfolgreich umsetzen und seine Ziele verfolgen, kreativ neue Wege erarbeiten kann, wenn vermeintliche Hindernisse den eigentlichen Weg versperren. Erleben, wie es möglich ist, immer wieder Kraft zu schöpfen, sich neu aufzufüllen. Negative oder schmerzhafte Erfahrungen umzuändern in kraftgebende Lebenserfahrungen, diese als Antrieb zu erleben und neue Wege zu finden.

Einige Jahre später sagte mir der peruanische Schamane Jaime Caso Villavicencio ebenfalls ich solle ein Buch schreiben über das, was ich gelernt habe und das, was ich in meinem Leben für mich umsetze oder in der Arbeit mit anderen Menschen einsetze. Schreiben über die Inhalte der schamanischen Arbeit. Über Möglichkeiten, Perspektiven zu verändern und Kraft aus herausfordernden Erfahrungen zu schöpfen, Einschränkungen in Kreativität umzusetzen.

Im November 2018 war ich in Brasilien, in Terra Mirim. Dort kam von der Schamanin XamAM ebenfalls der Auftrag, ein Buch zu schreiben, also die dritte Aufforderung an mich. Ich solle aus meinen Möglichkeiten und Talenten eine Technik kreieren, die anderen Menschen hilft, sich auf ihrem Weg weiterzuentwickeln. Diese Aufforderung bringt nun mein Schreiben in Gang. Ich füge gesammelte Unterlagen und mein Wissen zusammen und beschreibe meinen Weg.

Für mich sind diese Dinge oft so selbstverständlich. Sie gehören zu meinem Alltag dazu, ohne dass es für mich eine Technik bedeutet. Ich lebe sie ohne mir bewusst zu sein, dass es für andere Menschen ein Vorbild sein könnte. In dieser Rückschau und in dieser Zusammenfassung meiner Erfahrungen entsteht dieses Buch.

*Birgit Duckheim im Dezember 2020*

## *EIN BESONDERES BUCH ÜBER EINEN AUSSERGEWÖHNLICHEN WEG*

Beginnend mit einer schwierigen Geburt mit Komplikationen folgte ein langer anstrengender Weg in den Händen der konventionellen Medizin, um die mitgebrachten körperlichen Einschränkungen nach allen Möglichkeiten zu verbessern – auszugleichen.

Angekommen an einem Punkt, wo aufgrund von älter werden und ausgereizten bekannten Möglichkeiten der Rollstuhl drohte, macht sich Birgit auf die Suche nach neuen, kreativen Methoden, die auf „anderen" Ebenen noch einmal Veränderungen bringen sollen. Beginnend mit der Erkenntnis, dass alte „gutgemeinte" Therapien in der Kindheit tiefe Traumata gesetzt haben, die in den Geweben gespeichert sind und auch wieder Blockaden machen, und dass der bekannte Pfad mit Trainieren und Kämpfen und Operieren nicht die alleinige Möglichkeit ist, macht Birgit sich auf die Reise durch viele kreative Behandlungswege, aber auch mit der Schulmedizin, die wieder Hoffnung geben können.

Das Erleben, dass wenn man zur Suchenden wird für Veränderungen, sich immer wieder neue Wege finden lassen, die letztendlich zu deutlichen Verbesserungen der Situation führen, kann Mut machen für jeden, der auch in angeblich festen „Diagnosen" und Verläufen eingeordnet wurde.

*Dagmar Lauff, Heilpraktikerin*

# *VON EINER DIE AUSZOG HEIL ZU WERDEN*

## Was bitte ist ein Handicap? Nicht unbedingt ein Hindernis

Wie wäre es, mit einer starken Gehbehinderung im brasilianischen Dschungel unterwegs zu sein? Was macht ein Mädchen, das immer wieder operiert und eingegipst werden muss und unter starken Schmerzen leidet, mit seinem Leben? Auf was muss es verzichten? Oder wird es bereichert? Darüber hat Birgit Duckheim ein ungeheuer interessantes und berührendes Buch geschrieben.

## Was tun mit einem Handicap?

Birgits Antwort auf diese Frage ist einfach: Sie hat einfach immer schon ein scheinbar normales Leben geführt, obwohl sie körperlich sehr eingeschränkt war. Sie hat, gut oder schlecht, immer so gelebt, als wäre sie normal. Was sich zunächst bewundernswert anhört, hat auch eine Schattenseite – die ungeheure Anstrengung, die es gekostet hat, das Handicap einfach zu übergehen und alles so zu erledigen, wie die nicht eingeschränkten Freund*innen, hat seinen Tribut gefordert.

## Wachstum auf allen Ebenen

Nicht wahrzunehmen, was mit dem eigenen Körper passiert, den Fragen der Kinderseele gar nicht erst Raum zu geben, war ihr nach außen erfolgreicher Weg in die Normalität. Erst als Erwachsene öffneten sich Stück für Stück Türen auf seelischer und spiritueller Ebene, die Birgit klar machten, dass in ihr nicht nur eine starke Frau steckt, sondern auch eine begabte Heilerin mit feinen Zugängen zu Klang und schamanischen Welten. Und dass die körper-

lichen Schmerzen auch seelische Entsprechungen hatten, die es behutsam zu heilen galt.

Im Buch erzählt sie von ersten Begegnungen mit Schamanismus, von ihrer Entwicklung zu mehr Weichheit und Verletzlichkeit, von Einsichten und Umwegen auf diesem Weg. Sie nimmt die Leser*in mit auf innere und äußere Abenteuerreisen, Birgit Duckheim schreibt spannend über persönliche Zweifel und Gewissheiten, über Träume, Sackgassen, über den Werdegang zur Psychotherapeutin und schamanischen Begleiterin, sie teilt Wissen und Erfahrungen auf sehr persönliche, aber nie distanzlose Art und Weise.

Herausgekommen ist ein lesenswertes Buch, das allen empfohlen sei, die sich von einer etwas ungewöhnlichen Lebensgeschichte inspirieren lassen wollen, die eigene Lebenskraft zu erkunden und das Leben zu leben, wie es mit den Ressourcen, die vorhanden sind, gelebt werden will. Genau so und nicht anders. Ohne zu jammern, über das, was nicht ist, ohne in den persönlichen Unvollkommenheiten hängen zu bleiben. Dieses Buch ist Medizin. Möge es vielen dienen und helfen.

*Conny Dollbaum-Paulsen*

## *Handicap (Juli 1995)*

*Vielleicht ist es ohne die vier Räder einfacher.*
*Es ist einfacher Spaß zu haben.*
*Es ist einfacher sich zu bewegen,*
*es ist einfacher.*
*Es ist auch einfacher*
*Jungen zu erobern.*
*Aber ich glaube,*
*daß die vier Räder helfen*
*das ganze*
*Leben*
*kennen zu lernen*
*und ihm zu begegnen*
*und zu siegen.*

Alice Sturiale ist aufgrund einer Erkrankung
auf den Rollstuhl angewiesen.
Sie schrieb diesen Text im Alter von 11 Jahren.
Ein Jahr später ist sie gestorben. (aus: Alice Sturiale)