

HEYNE <

Das Buch

Die bekannte Leipziger Hexe Claire zeigt, dass man nicht zwangsläufig nach asiatischen Methoden greifen muss, wenn man sich für alternative Heilmethoden interessiert. Auch in unserem Kulturraum verfügen Hexen und Heiler schon immer über wirksames Heilwissen, das auch heute noch in manchen ländlichen Gebieten sehr erfolgreich angewendet wird. Claire hat diese alten magischen Techniken, Rituale und Weisheiten zusammengetragen. Übersichtlich geordnet, mit Symptomlisten von A-Z, einem farbigen Bildteil zu den Heilsteinen und vielen praktischen Übungen, stellt sie die fast vergessenen Methoden einheimischer magischer Heilkunst vor und macht sie praktisch anwendbar für den modernen Menschen.

Die Autorin

Aufgewachsen inmitten einer reichen Fülle von alten, geheimnisvollen Bräuchen, interessierte sich Claire schon früh für die spirituelle Kraft der weißen Magie. Heute ist die Lebensberaterin und praktizierende Hexe eine der erfolgreichsten Autorinnen zum Thema Magie.

Besuchen Sie Clairs Homepage:
www.hexe-claire.de

CLAIRE

MAGISCHE HEILKUNST

*Das uralte Wissen der Hexen und
Heiler für Menschen von heute*

EIN HANDBUCH

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Das vorliegende Buch ist sorgfältig erarbeitet worden.
Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gemachten praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

Die Verlagsgruppe Random House weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags für externe Links ist stets ausgeschlossen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

Taschenbucherstausgabe 05/2017

Copyright © 2013 by Ansata Verlag, München
Copyright © dieser Ausgabe 2017 by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.

Fotografien Bildteil: Stephan John

Redaktion: Karin Weingart

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München

Bordüren: © krishnapriya/thinkstock

Ornamente: © luneelena/thinkstock

Hintergrund: © Raquielle/thinkstock

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-453-70331-5

www.heyne.de



Inhalt

Gesundheit!	7
-------------------	---

HEILEN UND HEILER

Heilen früher und heute	13
Wer kann heilen?	22
Fragen der Einstellung	30
Gefahren und Risiken	35
Die Quelle der heilenden Energie	49
Heilende Wesenheiten	55
Der richtige Zeitpunkt	84

HANDWERKSZEUG UND PRAXIS

Techniken	101
Magische Sprüche und die Kraft des Wortes	115
Kraftpflanzen	165
Magische Steine und mehr	233
Einige Tipps für den Anfang	249

ANHANG

Sympathie, Antipathie und Magnetismus	259
Alte Bezeichnungen für Krankheiten und Beschwerden	262
Dank	266
Verwendete Literatur und Empfehlungen zum Weiterlesen	267



Gesundheit!

Auch wenn viele beim Wort »Magie« zuerst an Liebeszauber und Ähnliches denken, war die Magie unserer Vorfahren doch vor allem eine Magie des Heilens. Gesundheit und Wohlergehen der Bewohner eines Hofes bildeten die Grundlage für alles Weitere. Und obwohl sich die Zeiten ändern, bleiben die wesentlichen Bedürfnisse des Menschen doch gleich. Damals wie heute ist Gesundheit das kostbarste Gut, selbst wenn einem dies manchmal erst bewusst wird, wenn sie Schaden erlitten hat.

Ich komme aus einer Familie mit einem geradezu erblichen Interesse für die Dinge zwischen Himmel und Erde; somit waren für mich schon als Kind Kräuterkunde, kleine magische Handlungen zur Linderung von Beschwerden oder bestimmte Sprüche völlig normal. Und wie es so ist, wenn man mit etwas ganz selbstverständlich groß wird: Man nimmt es nicht als außergewöhnlich wahr.

Erst in der Schule und später während des Studiums wurde mir klar, dass es nicht selbstverständlich ist zu wissen, mit welchem Tee man welche Beschwerden gleich beim ersten Anflug vertreiben kann oder dass es Sprüche gibt, die mehr als nur Worte sind. Ich merkte es an der Verwunderung der anderen, wenn ich einen bestimmten Tee oder eine Pflanzensalbe vorschlug. Da ich deshalb öfter komisch angeschaut wurde, hielt ich mich mit der Zeit damit zurück und sprach nur noch dort

davon, wo es ganz normal war: in der Familie und bei guten Freunden.

Als ich mit meiner spirituellen Arbeit nach außen trat, war es mit dem Kartenlegen, mit Kursen und meinen Büchern. Das Thema Heilung blieb stets im Hintergrund, denn insgeheim nagten die früheren Erfahrungen immer noch an mir.

Irgendwann jedoch wollte ich die Augen nicht mehr davor verschließen, dass sich die Zeiten gewandelt haben und inzwischen ein reges Interesse an altem Wissen besteht. Mittlerweile wird in einigen Krankenhäusern ergänzend mit traditioneller chinesischer Medizin gearbeitet, und niemand gilt mehr als »esoterischer Spinner«, wenn er sich akupunktieren lässt.

Ich wirke weiterhin nur in der Familie, das spürbare Interesse vieler Ratsuchender an diesem Thema aber hat mich dazu bewogen, das alte Wissen zusammenzutragen und aufzuschreiben.

Dabei gehe ich davon aus, dass die goldene Mitte das Ziel ist: Das Spirituelle kümmert sich um Seele und Geist, die weltliche Medizin um den Körper – wobei die Übergänge natürlich fließend sind. Eine spirituelle oder magische Kur kann in manchen Fällen die Selbstheilungskräfte so stark anregen, dass Tabletten & Co. außen vor bleiben können. Umgekehrt kann eine Operation oder ein Medikament genauso positiv und heilsam wirken und neben dem Körper auch Seele und Geist des Patienten wieder in Harmonie bringen. Es geht nicht darum, das eine über das andere zu stellen, sondern darum, klug und umsichtig zu handeln.

Dieses Buch soll auch den Respekt für die letzten Schamanen unserer eigenen Kultur ausdrücken, die oft übersehen werden. Sie sind nicht darauf aus, mit immer neuen Methoden Trends zu kreieren, vielmehr greifen sie auf Altbewährtes zurück, das man anhand von geschichtlichen Funden bisweilen über Jahrhunderte und Jahrtausende nachverfolgen kann.

Ich möchte aber noch mehr erreichen, als altes Wissen ans Licht zu holen; ich möchte die Leser auch dazu ermutigen, Heilung wieder in die eigenen Hände zu nehmen und Vertrauen in sich selbst zu entwickeln.

Es geht also auch um ein Stück Demokratisierung der spirituellen Heilarbeit. Das ist wichtig, denn nur wer über Informationen verfügt und ein gewisses Selbstvertrauen entwickelt hat, kann bewusste Entscheidungen treffen und ist weitestgehend vor Angstmacherei gefeit.

Was dabei das Wichtigste ist: Hinterfrage – oder besser: hinter*fühle* – auf deinen Wegen alles, auch das, was du in diesem Buch liest. Es gibt kein Schema F, das bei jedem wirkt und pauschal immer gleich gute Resultate erzielt. In den letzten Jahren hat das Gefühl vieler Menschen für Eigenverantwortung, für ihren Körper, die Seele und den Geist zugenommen. Das ist eine gute Entwicklung, die stark macht für bewusste Entscheidungen.

Wohin die Wege des Lebens meine Leser/-innen auch führen mögen: Denkt immer daran, dass nicht nur Krankheit, sondern auch Gesundheit ansteckend ist.

Noch ein Wort zur »Geschlechterfrage«: Um die Lesbarkeit nicht zu gefährden, habe ich mich entschieden, beide Formen zu mischen. Wenn die männliche Form verwendet wird, sind in aller Regel auch die Frauen gemeint und umgekehrt.

HEILEN UND HEILER



Heilen früher und heute



In diesem Buch wird es um traditionelle Heilanwendungen gehen, wie sie von unseren Vorfahren praktiziert wurden.

Doch bevor es richtig losgeht, gestattet mir bitte noch ein, zwei Bemerkungen.

Beim Thema Heilen schweifen die Blicke vieler Suchender in Richtung Osten, nach Indien, China oder Japan. Chakrenarbeit, Pranaheilung, Reiki und manches mehr erfreut sich hierzulande großer Beliebtheit. Auch nord- und südamerikanische oder afrikanisch inspirierte Heilsysteme werden eifrig studiert und ausprobiert.

Wenn man das von außen betrachten würde, könnte man den Eindruck gewinnen, in unseren Breiten wäre nichts Substanzielles zum Thema Heilung entstanden, da überall nach Heilmethoden gesucht wird, nur nicht vor der eigenen Haustür.

Ich habe übrigens nichts gegen Ansätze, die außerhalb unseres Kulturkreises entstanden sind, und wende manche davon selbst gern an. Es geht mir in diesem Buch also keineswegs darum, die einheimischen Heilwege als das Nonplusultra darzustellen (was auch ziemlich engstirnig wäre) – zumal man statt »einheimisch« getrost »europäisch« sagen darf, da sich viele Anwendungen und Heilsprüche beinahe identisch auf unserem ganzen Kontinent wiederfinden. Einige Verfahrensweisen ähneln einander sogar weltweit in einem Maße, dass man sie als schlichtweg universell bezeichnen muss.

Dass unsere Horizonte heute so weit gesteckt sind, ist ein großes Geschenk. Und selbstverständlich hätten unsere Vorfahren die Möglichkeiten, die sich daraus ergeben, ebenfalls ausgeschöpft, wenn sie ihnen zur Verfügung gestanden hätten.

Ich möchte einen Beitrag dazu leisten, dass unsere eigenen magischen Heiltraditionen nicht übersehen oder gar gering geschätzt werden. Manchmal scheint es nämlich so, und diese Entwicklung hat vor allem zwei Gründe: Zum einen lieben Menschen alles Exotische. Das Fremde, das Außergewöhnliche und Ungewohnte zieht die Aufmerksamkeit stärker auf sich als das, wovon man im Alltag umgeben ist. Ob man es so genau kennt, das sei einmal dahingestellt, aber man meint es zumindest zu kennen. Auf der anderen Seite sorgt auch die Zurückhaltung vieler Praktizierender dafür, dass ihr altes Wissen fast unbekannt ist oder mit ihnen stirbt, weil sich niemand gefunden hat, der ihre Arbeit weiterführt. Denn auch wenn das Thema Heilung aktuell ist wie eh und je, haben die echten, oft recht im Verborgenen praktizierenden Heilerinnen und Heiler bis heute oft ihre liebe Not, die richtigen Leute zu finden, an die sie ihr Wissen weitergeben können.

Es gibt eine Trennlinie zwischen der schillernden Welt der Workshops, Seminare und Coachings und den eher leise Praktizierenden der heilenden Volksmagie. Letztere zeigen sich fast nie in den Medien, sie arbeiten vor allem im direkten Umfeld ihres Ortes, und man erfährt von ihnen nur durch Mundpropaganda, zumal sie, was ihre Kunst betrifft, nicht unbedingt die Gesprächigsten sind.

Das hat gute Gründe, denn auch der vernünftigste Heiler, der die Leute gegebenenfalls rechtzeitig zum Arzt schickt, über großes Können verfügt und nur lautere Absichten verfolgt, ist vor rechtlichen Problemen nicht geschützt.

Vor einer Weile ging die Geschichte eines schwäbischen Volksheilers durch die Presse, der auf einem Bauernmarkt als Händler

arbeitet und für eine von Kopfschmerzen geplagte Frau ein Gebet sprach. Er hat kein Geld angenommen und keine Heilaussagen getroffen. Trotzdem wurde er dafür von einer dritten Person, die das Ganze mitbekommen hatte, vor Gericht gebracht. Der Gebetsheiler hat den Fall gewonnen, aber diese Geschichte macht klar, warum so viele Heilerinnen und Heiler nur im kleinsten Kreis arbeiten und auf Verschwiegenheit bestehen.

Trotzdem leben die alten Bilder unserer Vorfahren natürlich auch im Hier und Heute munter weiter. Erst kürzlich sah ich in einer Werbung für ein Erkältungsmittel etwas, das unsere Altvorderen als »Aufhocker« bezeichnet hätten. Per Computer hatten die Werbeleute einem Mann eine Art graues Geistwesen auf die Schulter gezaubert, das die Erkältung symbolisieren sollte. Ob bewusst oder unbewusst, sie haben damit auf ein uraltes Bild zurückgegriffen.

Wenn man sich mit heilender Magie befasst, stellt man aber auch fest, an welchen Punkten sich die Zeiten geändert haben. Früher beschäftigten sich viele Sprüche und Heilzauber mit Infektionskrankheiten, mit Wundheilung und Verbrennungen. Einige der Sorgen von damals sind bei uns kaum noch aktuell. Mit größeren Wunden geht man zum Arzt, gegen viele Infektionskrankheiten gibt es wirksame Medikamente und im riesigen Angebot der Supermärkte kann man das ganze Jahr über aus dem Vollen schöpfen, wenn es um die Versorgung mit Vitaminen und Nährstoffen geht.

Auch das Verletzungsrisiko ist kleiner geworden (oder hat sich verschoben, beispielsweise in den Autoverkehr). Wer hackt heute schon noch Holz zum Heizen, mäht das Gras mit der Sense oder kocht die Wäsche in großen Zubern? Früher reichte – viel häufiger, als dies heute der Fall ist – schon die geringste Unachtsamkeit aus, um sich ernsthaft in Gefahr zu bringen.

Bei alten Heilzaubern ging es oft um solche Situationen: Blut stillen, Verbrennungen lindern, den Schmerz nehmen und eine

narbenfreie Abheilung ermöglichen. Man konnte keinen Notarzt rufen, es kam schon selten genug vor, dass überhaupt ein Arzt irgendwo im Umkreis verfügbar war und der kostete teures Geld, das die wenigsten hatten.

Natürlich hat sich auch der Wissensstand erheblich verändert. (Unsere Vorfahren waren, was ich an dieser Stelle noch einmal wiederholen möchte, keinesfalls dümmer als wir, doch vieles war ihnen einfach noch nicht bekannt.) Es macht einen Unterschied, ob man Viren, Bakterien und sonstige Erreger kennt oder nicht. Wobei alte Zeichnungen von Krankheitsdämonen ihnen manchmal verblüffend ähnlich sehen¹ und wir immer noch den »Frosch im Hals« kennen oder uns ein »Zipperlein« einfangen (Zipper ist ein altes Wort für Zwerg).

Die moderne Medizin hat uns viele Sorgen und Ängste genommen. Doch sind wir deshalb glücklicher und gesünder? Nicht unbedingt, denn jede Zeit bringt ihre ganz eigenen Herausforderungen mit sich.

Waren früher vor allem Infektionen und fehlende chirurgische Möglichkeiten ein Problem, schlagen wir uns heute mit Stresserkrankungen, Allergien, Hautproblemen, Herz-Kreislauf- und Wohlstandskrankheiten herum. Wobei da vieles reine Glaubenssache ist. Beispiel gefällig?

Schon der Ötzi litt, wie man heute weiß, an Arterienverkalkung und Herz-Kreislauf-Problemen. Dabei hat der sich ja nun wirklich ausschließlich von Naturkost ernährt. Man sieht also: Nur weil wir vielleicht »gesund« leben, werden wir noch lange nicht unverletzbar oder perfekt.

Wenn man sich nur einmal anschaut, was in den vergangenen Jahrzehnten alles als gesund galt: In (noch gar nicht so) alten Kochbüchern wird Zucker als die reinste und beste Form der

1 Wer mehr dazu lesen möchte, dem empfehle ich die Arbeiten von Wlislókis, s. Literaturliste

Energie gepriesen. Die Experten empfahlen mal nur gedünstete Kost, dann wieder Rohkost. Und viele Gewürze, die früher für allzu anregend und deshalb schädlich gehalten wurden, werden heute empfohlen, weil sie den Organismus unterstützen. Wie sich die Zeiten doch ändern!

Es erinnert heute ein wenig an modernen Ablasshandel, wenn es immer wieder heißt, dass irgendwelche ominösen Dschungelpflanzen, neue Wunderwirkstoffe, Diäten, Sportprogramme und dergleichen ein gesundes (ewiges?) Leben versprechen. Dabei sind die Prozesse, die sich im Inneren des Menschen abspielen, so viel komplexer ...

Natürlich sind auch noch andere Aspekte von Bedeutung. Zum Beispiel der, dass die BeHANDlung beim Arzt ihren Namen nur noch selten verdient. Alles muss schnell gehen, manchmal reicht es nicht mal mehr für einen Händedruck zur Begrüßung. Viele Mediziner müssen weit mehr Zeit mit Verwaltungsaufgaben verbringen als mit ihren Patienten. Durch falsches oder übermotiviertes Training für die Fitness entstehen Schäden an Gelenken, Sehnen, Bändern und Muskeln, oftmals schleichend, sodass die Rechnung erst zehn oder zwanzig Jahre später präsentiert wird. Auch die unkontrollierte Einnahme von Vitaminpräparaten schadet mehr, als sie hilft, und der Übergang von »bewusster Ernährung« zu einer Essstörung kann ziemlich fließend sein.

Man muss kein Experte sein, um zu erkennen, dass wir in einer Zeit des Superlativs leben: alles perfekt, nicht versagen, bloß keinen Makel bitte! Es ist wichtig, sich mit den Extremen unserer Zeit bewusst auseinanderzusetzen, denn niemand lebt im luftleeren Raum. Und wir alle sehen Tag für Tag die retuschierten Bilder angeblich perfekter Menschen – mit der ebenso unterschwelligeren wie dringenden Aufforderung, ihnen nachzueifern.

Krankheit wird oft als eine Art Versagen erlebt, als etwas, an dem man »schuld« ist, das man eigentlich hätte verhindern

müssen. Die Situation am Arbeitsmarkt tut ein Übriges: Wer bringt heute schon noch den Mut auf, sich ordentlich auszukurieren?

Was den Druck betrifft, der auf die Patienten ausgeübt wird, bekleckern sich übrigens auch einige Esoteriker nicht gerade mit Ruhm, wenn sie den Kranken etwa irgendwelche karmische Altlasten oder sonstige Sünden einzureden versuchen. Als hätten sie mit ihren Beschwerden nicht schon genug zu tun.

Ein bisschen Humor schadet nie, wenn man sich dem Thema nähert, dem ich mich in diesem Buch widme.

Vor einer Weile hatte ich es beim Joggen etwas übertrieben, weil es mir so viel Spaß gemacht hat und ich mich einfach nicht zurückhalten konnte. Danach streikte mein Knie, und wenn es mir in den folgenden Monaten überhaupt gelang, die Treppe herunterzukommen, wurde ich auf der Straße noch von jedem Rentner mit seinem Rollator locker überholt.

In dieser Zeit gab mir eine Frau, die ich nicht einmal näher kannte, ungefragt den Hinweis, dass ich schwere karmische Verwicklungen hätte, die zu diesem Problem geführt hätten. Mit einem Augenzwinkern, wie es meine Art ist, antwortete ich darauf: »Es ist Knorpel, nicht Karma.« Aber sie ging zum Lachen wohl lieber in den Keller.

Im Bereich Heilung darf man das Thema Macht keinesfalls unterschätzen. Gerade wenn eine Person geschwächt und infolgedessen nicht selten etwas ratlos ist, laufen manche Leute zur Höchstform auf, weil sie sich dann größer oder bedeutender fühlen. Überlegen eben.

Die magische Volksheilkunde arbeitet nicht mit karmischen oder anderweitigen Vorwürfen; vielmehr hat sie – in schönster Schlichtheit – ihre eigenen klaren Vorstellungen: Hier ist eine Krankheit, die einem Menschen schadet und deshalb gebannt werden muss. Punkt. Da gibt's kein unterschwelliges »Du bist (was beliebig ergänzt werden kann) schuld, falsch, unrein, zü-

gellos, dumm, frech, faul und ein schrecklicher Genussmensch obendrein.«

Natürlich reden auch Heilerinnen und Heiler Klartext mit ihren Patienten, wenn sie etwa zu viel essen, sich kaum bewegen oder sonst wie ihren Lebensgeistern die Arbeit erschweren. Aber sie tun das auf Basis des praktischen Menschenverstandes und nicht um Schuldgefühle zu wecken und Abhängigkeiten zu schaffen. Die Krankheit ist das Übel, nicht der Patient.

Karma und Co. kommen aus dem indischen und asiatischen Kulturkreis, wo sie tief im Leben der Menschen und in ihrer Spiritualität verwurzelt sind. Unsere einheimische Heiltradition folgt einem anderen Konzept. Die Rolle der spirituellen Helfer spielen darin Gott, Maria, Jesus und die Heiligen (nebst der einen oder anderen alten Gottheit, die durch sie hindurchschimmert) sowie vorchristliche Naturwesen, Pflanzengeister sowie Geister bestimmter Orte, Steine, Bäume, Quellen, Flüsse und viele andere.

Wir werden später noch dazukommen, wie man die alten Heilformeln seiner persönlichen Spiritualität anpassen kann, trotzdem muss dieser Punkt bereits hier erwähnt werden, denn es macht einen großen Unterschied, ob sich eine kranke Person als schuldbeladener, karmischer Sünder versteht oder als Mensch in Nöten, der trotz all seiner menschlichen Unzulänglichkeiten – oder vielleicht auch gerade deshalb – auf liebevolle Hilfe von oben vertrauen kann.

Ein weiterer Punkt ist, dass die Vergangenheit gern idealisiert wird. Da ist beispielsweise von den »Machtpflanzen der Frauen« die Rede, wenn es um giftige Gewächse geht, die zum Abtreiben verwendet wurden, wie etwa das Mutterkorn. Wie viele Frauen bei solchen Abtreibungsversuchen gestorben sind oder bleibende Schäden davontrugen, wird nicht mit einem Wort erwähnt.

Genauso wird oft scharf zwischen den »guten« Heilerinnen und Hebammen auf der einen und den »bösen« Ärzten und

Apothekern auf der anderen Seite unterschieden. Tatsache ist aber, dass auch Ärzte, wie beispielsweise der Augenarzt Siegfried Seligmann mit seinem Klassiker über *Die Zauberkraft des Auges*, dazu beigetragen haben, heilmagisches Wissen zu bewahren. Einige Ärzte arbeiteten gleichzeitig mit medizinischen und magischen Methoden und so mancher Apotheker gab vor nicht allzu langer Zeit noch kleine Zettelchen oder Hefte mit magischen Sprüchen zum Besprechen und seine gesammelten Kräuterweisheiten heraus. So tief, wie man manchmal denkt, sind die Gräben also gar nicht. Nicht immer und nicht überall jedenfalls.

Es gibt übrigens auch keine pauschalen Heilmittel, schon allein, weil jeder Mensch anders ist (und nicht einmal diesem ein und dieselbe Anwendung zu jeder Zeit guttut). Wie oft hört man: »Du musst dieses und jenes machen, das hilft!« – und dann ist der, der den Rat »geschlagen« hat, beleidigt, wenn man ihm nicht Folge leistet. Doch nur mit Wissen, Gespür und manchmal auch durch reines Ausprobieren (das berühmte *trial and error*) kommt man weiter, sowohl in der Schulmedizin als auch auf alternativen Wegen. Mittlerweile ist auch bei herkömmlichen Medikamenten anerkannt, dass sie je nach Patient unterschiedlich anschlagen können. Manche spüren Nebenwirkungen, andere nicht, obwohl sie genau dasselbe Mittel genommen haben, es ist eben jeder anders.

Würdest du etwa bei Schlafstörungen vor dem Zubettgehen einen Kaffee trinken?

Genau das riet ein alter Hausarzt einer Bekannten von mir, weil ihr Blutdruck sehr niedrig war, was den Körper am Einschlafen hindere. Es hat wunderbar funktioniert und die Erkenntnis bestätigt, dass nicht einmal die einfachsten Dinge, die man so glaubt – in diesem Fall, dass Kaffee wach hält –, ohne Weiteres immer stimmen.

Eine andere Bekannte trug eine Zeit lang eine Schiene gegen ihr Zähneknirschen, doch dieses wurde nur immer schlimmer.

Eine Physiotherapeutin erklärte ihr, dass bei manchen Leuten der Körper im Schlaf unbewusst die gewohnte Höhe seiner Zähne wiederherstellen und den Fremdkörper loswerden will, weshalb er umso kräftiger zubeißt. Wir sehen also: Was dem einen hilft, kann bei einem anderen für neue Probleme sorgen.

Das sind zwei willkürlich herausgegriffene Beispiele, aber sie verdeutlichen gut, wie wichtig es ist, sich vom Gedanken zu verabschieden, dass irgendetwas pauschal heilen würde, und die Individualität des Körpers zu respektieren.



Claire

Magische Heilkunst

Das uralte Wissen der Hexen und Heiler für Menschen von heute

Taschenbuch, Broschur, 272 Seiten, 11,8 x 18,7 cm
ISBN: 978-3-453-70331-5

Heyne Spiritualität und Esoterik

Erscheinungstermin: April 2017

Die magische Hausapotheke

Die wohl umfassendste Sammlung magischer Methoden für alle, die bei Krankheit auf die Kraft heimischer Heilweisen setzen: Hexe Claire hat in jahrelanger Recherche das geheime Wissen der weisen Frauen, Heiler und Kräuterkundigen gesammelt. Sie zeigt, wie man die überlieferten Genesungsformeln, Heilpflanzen und magischen Steine für sich selbst und zum Wohle anderer einsetzen kann. Eine faszinierende Spurensuche nach den verborgenen Wurzeln europäischer Heilkunde – mit zahlreichen Rezepturen, Anwendungen und Symptomübersicht von A bis Z.



[Der Titel im Katalog](#)