

## Das 22.022.022ste Lebenshilfebuch

(Lesedauer ca. 2 Minuten)

Heute ist der 22.02.2022. Ein wunderschönes Datum, das sich in der Mitte spiegelt ☺  
Irgendwie habe ich erwartet, dass heute etwas Besonderes passiert oder dass ich etwas Besonderes mache.

Ich kam von einem Läufechen, das nicht mal besonders lief und beim anschließenden Dehnen kam mir die Idee zu diesem Titel. Immerhin ☺

In meinem Leben habe ich Lebenshilfebücher und Ratgeber geradezu verschlungen. Nicht so viele, wie der Titel dieses Artikels vermuten ließe, aber es waren viele. Sehr viele.

Der Klassiker von Rüdiger Dahlke – Krankheit als Weg – war für mich zumindest ein Buch, das meine Einstellung und meine Sicht zu Krankheit und Leben an sich völlig und grundlegend veränderte. Davor und danach ging es um Marktschreier à la – wie verdiene ich meine erste Million in 7 Jahren, wie schaffe ich mir ein dickes Fell an, wie denke ich positiv (siehe auch meinen Artikel dazu), wie werde ich schlagfertig und viele mehr.

Gesundheit und Heilung waren schon immer meine Leidenschaft und begleitend zu den unterschiedlichsten Heilmethoden, die ich ausprobiert habe, las ich mit Begeisterung natürlich auch die passenden Bücher, angefangen von Homöopathie bis hin zu einem Buch, das mir verrät, wie ich meine Zirbeldrüse aktiviere, um endlich mit der geistigen Welt in Kontakt zu treten.

Du ahnst es schon: Nichts hat geholfen.

Geht es Dir ähnlich?

Natürlich muss ich zugeben, dass alle Bücher, die ich gelesen habe, einen wahren Kern hatten und sie würden sicherlich auch funktionieren, wenn da nicht ...

Genau.

Wenn nicht ausgerechnet traumatisierte Menschen zu diesen Büchern greifen würden, weil sie in ihrer Not jeden Strohalm auf der Suche nach Hilfe und Heilung ergreifen.

Ich möchte die Autoren dieser Bücher nicht anfeinden, ganz im Gegenteil, es ist großartig, dass Menschen ihr Wissen und ihre Erfahrungen mit anderen Menschen teilen möchten, um auch diesen zu mehr Gesundheit und einem besseren Leben zu verhelfen.

Aber diese Bücher funktionieren nicht bei jedem und niemand verrät diesen Menschen, warum.

Der Körper, respektive die Neurophysiologie eines traumatisierten Menschen lässt sich nicht mit Homöopathie oder Kräutern aus der Natur beeindrucken. Auch Fußreflexzonenmassage oder Entspannungstechniken bringen vielleicht für den Moment ein wenig Linderung, aber dauerhaft helfen werden sie nicht.

Wer mit Leidenschaft auf der Suche nach wirklicher Heilung ist, wird früher oder später auf das Thema Traumaheilung stoßen. Und dann wird er verstehen. Er wird verstehen, warum alles, was er bisher versucht hat, nicht funktioniert hat.

Er wird sich – wie ich – vielleicht ein wenig ärgern, dass er so viele Jahre im Trüben gefischt und viel Geld ausgegeben hat, aber am Ende wird er – wie ich – verstehen, dass alle diese Bücher und die Heilmethoden, die er ausprobiert hat, nicht sinnlos waren, denn sie vermitteln wichtige (Er)kenntnisse und wertvolles Wissen.

Für mich allerdings ist die Traumaheilung der heilige Gral. Sie ist das, wonach ich mein Leben lang gesucht habe und was wirklich heilt. Wenn diese Grundlage geschaffen ist und der Körper in sein Gleichgewicht und in seine wahre Kraft kommt, wird man über viele dieser Bücher schmunzeln, weil man sie dann gar nicht mehr braucht.

Aber das mit der Million ist nach wie vor verlockend ☺

Wenn Du weitere Informationen oder Unterstützung bei Heilung von Trauma brauchst, helfe ich Dir gerne weiter.

Du findest mich unter [heiltraum.de](http://heiltraum.de)

Von Herzen,

Martina