



## **Die Weisheit der Ahnen ~ Eine Ausbildung in schamanischer Heilarbeit**

### **Was ist Schamanische Heilarbeit?**

Schamanismus ist die wohl älteste Art der Heilarbeit. Heilung ist aus schamanischer Sicht ein „Ganz-werden“ und „Zu-sich-selbst-finden“.

Die Wurzeln des Schamanismus sind uralte und reichen bis in die Steinzeit zurück. Unsere Vorfahren waren tief verbunden mit den Rhythmen der Natur, ihren Kräften und spirituellen Wesen. Für sie war die Erde die Mutter aller Lebewesen, die sie um Nahrung und Schutz baten. Sie spürten die Lebenskraft der Erde, die Weisheit der Bäume und die Heilkraft der Quelle. In Träumen und Trancezuständen war für sie die Welt der Seele und das Unbewusste erfahrbar.

Im Laufe von Jahrtausenden entwickelten verschiedenen Kulturen auf allen Kontinenten der Erde eigene Rituale und Bräuche im Einklang mit der sie umgebenden Natur, um mit der Seele und den Geistwesen in Kontakt zu treten. Der Kern vieler Zeremonien ist meist ähnlich. Schamaninnen und Schamanen reisen begleitet von geistigen Helfern und Krafttieren in die Anderswelt. Dort erfahren sie, was die Seele braucht, um heilen zu können, finden Ursachen und geben Heilungsimpulse.

In unserer modernen, technisierten Gesellschaft sind wir noch immer seelisch-geistig-spirituelle Wesen. Unsere Seele braucht genauso viel Beachtung wie noch vor tausenden von Jahren – daran hat sich seither nichts geändert. Wir erfahren emotionale und seelische Verletzungen und benötigen emotionale und seelische Heilung.

Eine schamanische Heilzeremonie berührt unser Innerstes – unsere Seele. Sie ist eine kraftvolle Erfahrung, deren heilsame Impulse sich wie Wellen in Körper, Geist und Seele ausbreiten.

### **Ziel dieser Ausbildung**

Mit dieser Ausbildung möchte ich dir einen Weg eröffnen, die Welt der Seele zu betreten. Du begibst dich auf eine Reise, auf der du dir Erfahrungen, Fähigkeiten und Wissen aneignest, und wirst zur/m schamanisch Praktizierenden.

Du erlernst traditionell überlieferte sowie moderne – an unsere Zeit und Gesellschaft angepasste - Methoden der schamanischen Heilarbeit. Am Ende dieser dreijährigen Ausbildung kannst Du die schamanische Heilarbeit für Dich selbst und zur Unterstützung anderer Menschen in schamanischen Sitzungen anwenden.



## Du begibst dich auf einen uralten und gleichzeitig neuen Weg

Dein Ausbildungsweg ist in 4 Schritte unterteilt. Am Ende eines jeden Schrittes kannst du entscheiden, ob du den nächsten gehen möchtest.

### **Schritt 1: Basisseminar schamanische Reise und Grundlagen der schamanischen Praxis**

Ich möchte dir mit diesem Basisseminar die Tür zu deinem schamanischen Weg öffnen und dir die Grundlagen der schamanischen Praxis vermitteln. Mit Mythen und Märchen unterschiedlicher Kulturen erhältst du einen Einblick in das schamanische Weltbild und das Wirken der Schamanen. Auf verschiedenen schamanische Reisen lernst du, die Anderswelt zu betreten. Du wirst deinen Kraftplatz finden und deinen Verbündeten in der Anderswelt begegnen. Wir werden gemeinsam Rituale feiern, um uns mit den Kräften der Natur, mit Mutter Erde und Vater Himmel verbinden. Diese Naturkräfte können dich auf deinem schamanischen Weg begleiten, dir Kraft und Weisheit schenken.

Neben den eindrucklichen Erfahrungen, die du an diesem Wochenende sammelst, nimmst du das nötige Handwerkzeug mit nach Hause, um deinen schamanischen Weg fortzusetzen. Dazu gehören Übungen und Anleitungen, um einen Trance-Zustand zu erzeugen und eigenständig auf die schamanische Reise zu gehen. Du lernst, wie dich kraftvolle Räucherungen in deinem schamanischen Tun unterstützen und wie du einen schützenden und segnenden Ritualraum erschaffen kannst.

Seminarinhalte:

- meditative Übungen für innere Ruhe, Konzentration und Verbundenheit
- Einstimmung für die Reise – Eigeninduktion eines Trance-Zustandes
- Rassel, Trommel und Stimme als Hilfsmittel für die schamanische Reise
- Verbindung zu den unterstützenden und heilsamen Kräften der Natur, Ritual für Mutter Erde und Vater Himmel
- Eröffnungszeremonie für einen geschützten Ritualraum
- schamanische Reisen zu verschiedenen Orten, wie dem persönlichen Kraftplatz, den heilenden Kräften der Natur u. a.
- Begleiter auf schamanischen Reisen, wie z. B. Krafttiere

Im Anschluss an das Seminar legst du dich verbindlich fest, ob du die Ausbildung in schamanischer Heilarbeit beginnen möchtest.



## **Schritt 2: Erstes Ausbildungsjahr ~ Trete ein in die schamanische Welt**

Das erste Ausbildungsjahr schafft ein solides Fundament für deine schamanische Praxis. Du vertiefst deine Fähigkeit, auf die schamanische Reise zu gehen und verstärkst deinen Kontakt zu den Naturkräften und geistigen Helfern. Kraftvolle Rituale begleiten dich und du lernst, eigene Rituale zu kreieren und durchzuführen. Du begibst dich auf eine wundervolle Entdeckungsreise und schaffst die Basis für eine selbstständige und mit der Natur verbundene schamanische Praxis, die du nach dem ersten Ausbildungsjahr vor allem für deine persönliche Entwicklung nutzen kannst.

Ausbildungsinhalte im ersten Jahr:

- vertiefende Verbindung und Arbeit mit Mutter Erde und Vater Himmel, sowie mit den vier Elementen Feuer, Wasser, Erde und Luft
- Erschaffung eines heiligen Raumes für die schamanische Arbeit mithilfe der Kräfte der vier Himmelsrichtungen
- Das Sehen mit dem Herzen – Intuition und feinstoffliche Wahrnehmung
- Dein Schamanen-Altar, Verbindung mit Deiner inneren Kraft
- Aura und Chakras: Reinigung und Harmonisierung
- Baumgeister, Pflanzenhelfer und schamanisches Räuchern
- Medizinräder
- Schamanische Rituale im Jahreskreis und für weitere Anlässe, Entwickeln eigener kraftvoller Rituale



### Schritt 3: Zweites Ausbildungsjahr ~ Der Weg der Heilung

Im Laufe der Zeit werden deine Erfahrungen und Kenntnisse umfangreicher. Im zweiten Ausbildungsjahr begibst du dich noch tiefer in die Welt der Seele und gehst in einen intensiven Kontakt zu deinen eigenen Lebensthemen. Parallel dazu lernst du, in einer schamanischen Heilzeremonie verantwortungsvoll andere Menschen auf ihrem Weg der Heilung zu begleiten. Dieses Jahr gibt dir und der Gruppe viel Raum, um in gemeinsamen Heilzeremonien zu heilen und zu wachsen.

Ausbildungsinhalte im zweiten Jahr:

- intensive Chakraarbeit, Selbsterfahrung zu den Themen Urvertrauen & Lebenskraft, eigene Weiblichkeit & Männlichkeit, Leben der eigenen Macht, Herzheilung & Selbstliebe, Selbstaussdruck & Kommunikation, innere Weisheit, spirituelle Verbundenheit
- Vertiefung der Schamanische Reise in die Ober-, Mittel- und Unterwelt
- Kontakt zu den Ahnen, Ahnenrituale
- Einführung in die Arbeit mit Klienten:  
Anleiten von Tiefenentspannung und Meditationen,  
Indikationen und Kontraindikationen für schamanische Arbeit mit Klienten,  
Schamanische Reisen für Klienten  
Ablauf einer schamanischen Heilzeremonie
- Chakrareinigung und -energetisierung bei Klienten
- Schamanisches Besprechen
- Schamanische Seelenarbeit I:  
heilende Kommunikation mit verschiedenen Seelenanteilen,  
Lösung von karmischen Verträgen
- Schamanische Aufstellungsarbeit



## **Schritt 4: Drittes Ausbildungsjahr – Mittler zwischen den Welten**

Die Welt der Seele und Geistwesen wird dir immer vertrauter. Im dritten und letzten Ausbildungsjahr erlernst Du die fortgeschrittenen Methoden der traditionellen schamanischen Arbeit, wie Seelenrückholung und die Extraktion von Fremdenergien. Du vertiefst Deine Praxiserfahrungen und übst Dich darin, eigenständig schamanische Heileremonien durchzuführen. Dafür werden wir viel praktisch in der Gruppe arbeiten sowie Klienten in die Gruppe einladen. Dies gibt dir genügend Erfahrung und Sicherheit, um später eigenständig schamanisch zu praktizieren.

Ausbildungsinhalte im dritten Jahr:

- Anleitung und Begleitung von schamanischen Reisen mit Stimme und Klang
- Schamanische Reisen im Geistboot
- Schamanische Seelenarbeit II: Seelenrückholung
- Schamanische Arbeit mit eingeladenen Kräften: 3-Kräfte-Ritual
- Extraktion von Fremdenergien, Lösung von Besetzungen
- Rückführung in vergangene Leben
- Durchführung von schamanischen Heilsitzungen mit Klienten
- Praxis, Praxis, Praxis ;-)

## **Den schamanischen Weg kannst Du nur mit Hingabe gehen**

Eine schamanische Ausbildung heißt nicht, dich belehren zu lassen – denn lernen kannst du nur aus dir heraus. Es sind vor allem deine Erfahrungen, die dich wachsen lassen und dein Innerstes mit Wissen erfüllen. Das bedeutet, dass neben dem Unterricht, der einmal im Monat stattfindet, dich Themen, Übungen und kleine Rituale im Alltag begleiten werden. Ich empfehle z. B. am besten täglich etwa 15 Minuten, zumindest jedoch zweimal pro Woche dir selbst und dem Weg, den du gewählt hast, Aufmerksamkeit zu schenken. Mit den Übungen und Ritualen gebe ich dir Ideen und Vorschläge mit auf den Weg, die aus meiner langjährigen Erfahrung als Schamanin und Lehrerin hervorgegangen sind.

Zusätzlich findet einmal im Monat ein Übungstreffen, unser Schamanenkreis, statt, an dem sich Schülerinnen und Schüler aller Ausbildungsgruppen treffen können. Hier ist Raum und Zeit, um die eigene Praxis zu vertiefen, Erfahrungen zu sammeln, Neues auszuprobieren und sich mit Gleichgesinnten auszutauschen.



## Für wen ist diese Ausbildung geeignet?

Diese Ausbildung richtet sich an alle, die die schamanische Praxis intensiv für eigene Heilungs- und Entwicklungsprozesse und in der Arbeit mit Klienten nutzen wollen. Du brauchst keinerlei Vorkenntnisse mitbringen, denn diese Ausbildung bietet Dir alle benötigten Grundlagen und Erfahrungen. Sie eignet sich auch sehr gut als Zusatzausbildung für Heilpraktiker, Sozialpädagogen, Therapeuten und Psychologen.

## Was solltest du mitbringen?

Der schamanische Weg setzt eine innere Bereitschaft voraus, dir selbst und deinen Lebensthemen sowie deinen Mitschülern offen zu begegnen. Du wirst auf diesem Weg herausgefordert, dich nach deinen individuellen Möglichkeiten konstruktiv mit verschiedenen Themen auseinanderzusetzen.

Da wir in einer Gruppe intensiv miteinander arbeiten, solltest du in der Lage sein, deine Grenzen und Bedürfnisse mitzuteilen und gleichermaßen die Grenzen und Bedürfnisse Anderer zu achten.

Begleiten dich schwerwiegende Lebensthemen, die deine Aufmerksamkeit fordern, kann sich dies verstärkt während dieser Ausbildung zeigen. Sollte eine anderweitige professionelle Begleitung notwendig sein – wie Beratung oder Therapie – kann diese durch die Ausbildung nicht ersetzt werden.

## Anmeldung zur Ausbildung

Bei Interesse lade ich dich gern zu einem kostenlosen Vorgespräch ein. Dies gibt uns beiden die Möglichkeit, uns gegenseitig kennenzulernen und Fragen zu beantworten.

### **Kontakt:**

Katharina Meffert ~ Schamanische Seelenarbeit

Tel: 030 / 69 20 50 930

Mobil: 0151 211 810 38

Mail: [info@sidhera.de](mailto:info@sidhera.de)

[www.sidhera.de](http://www.sidhera.de)