Mit diesem 

Zitat von Platon habe ich kürzlich sehr sehr viele von euch auf Facebook erreicht und offensichtlich berührt.

Das hat mich dazu bewogen, heute einen Beitrag zu posten, indem ich euch etwas über meine eigene spirituelle Entwicklung erzählen möchte und euch auch ein paar Tipps geben möchte, wie man seine Einstellung zu sich selbst, zum Leben und überhaupt ändern kann.

Ich werde dir heute einiges sehr Privates erzählen und auch meine spirituelle Lehrerin vorstellen, die mich sehr unterstützt hat und auch wenn sie nicht mehr unter uns weilt, irgendwie immer noch unterstützt.

Kurz vorab!

Inhaltsverzeichnis

- Kurz vorab!
- Hashimoto im Griff mit dem Wissen um deinen Körper und das Wesen von Hashimoto
  - Was erfährst du alles in diesem Buch?
  - Hier kannst du es kaufen:
- Ganz privat
- So gingen einige Jahre ins Land

- Ich hab mich so super gefühlt mit meinem Körper
- DIE SEELE
- Es gibt keinen Zufall im Leben
- Die Schilddrüse aus spiritueller Sicht gesehen
- Die Schilddrüse als Symbol der Selbstliebe
- Wenn du dich selbst nicht liebst
- Nächstes Mal
- Häufig gestellte Fragen zu Seele und Körper bei Hashimoto
    - Das könnte dich auch interessieren

Diese Informationen werden **nicht jedermanns bzw. jederfraus Sache sein.** Es geht heute und mit dieser Serien von Posts, unter dem Namen „Wege zurück“ mal darum, einen tiefen Blick hinter die Kulissen des Krankwerdens zu werfen und hierfür auch Selbstverantwortung zu tragen und anzuerkennen.

Es könnte also sein, dass es vielleicht für dich besser ist, jetzt gleich aufzuhören zu lesen.

Dieser Post ist heute auch mal so richtig lang, am besten nimmst du dir einen Tee, Kaffee oder was immer du in solchen Situationen machst.

PASSEND ZUM THEMA · EBOOK-EMPFEHLUNG

Hashimoto im Griff mit dem Wissen um deinen Körper und das Wesen von Hashimoto



Deshalb habe ich dir im E-Book „Hashimoto verstehen“ alles Wichtige, das du wissen musst um die Funktionen im Körper bei Hashimoto einfach und ohne medizinisches Wissen vorauszusetzen zusammengefasst. Das Buch beantwortet dir die wichtigsten Fragen rund um das Thema „Was ist Hashimoto?“

Was erfährst du alles in diesem Buch?

- was eine Autoimmunkrankheit ist,
- woran man/dein Arzt bzw. deine Ärztin Hashimoto erkennt,
- Symptome bei Hashimoto,
- wie der Stresskreislauf funktioniert,
- warum die Schilddrüsenunterfunktion nicht hauptsächlich durch die Zerstörung der Schilddrüse durch dein Immunsystem kommt,

- welche Rolle Leber, Nieren und Verdauung spielen
- und wie dein Immunsystem funktioniert.

Alles rundherum, wie Hashimoto funktioniert. Denn wenn du weißt, wie es funktioniert, dann weißt du auch, wie du es stoppen kannst.

Hier kannst du es kaufen:

Hashimoto verstehen bestellen 4,99 (#9) (#13)
Email Adresse

Hashimoto verstehen kaufen
Preis - €4.99
Jetzt kaufen

↓ Weiter geht’s mit dem Artikel

Ganz privat

Mein Schilddrüsenproblem kenne ich theoretisch seit meiner Jugend. Als ich kurz nach dem Reraktorunfall in Tschernobyl meine Jugendweihe-Reise nach Kiew, die ich geschenkt bekommen hatte, meine Reise antrat, dauerte es nur wenige Wochen, bis ich ernsthafte Schilddrüsenprobleme hatte und einen starke Unterfunktion sowie diverse Knoten diagnostiziert wurden.

Bei einer Dosis L-Thyroxin von 75 mg bekam ich krasse Probleme, wie heftigstes Herzrasen bis hin zu Atemstörungen. Kurzerhand schaltete sich mein Unterbewusstsein ein und schaltete auf „Tablette vergessen und ignorieren“ um. Es ging mir danach fantastisch – viele Jahre lang.

Ich aß alles, feierte ausgiebig, machte Karriere, arbeitete gern und sehr lang. Von einem gesunden und bewussten Lebenswandel, so wie ihr mich auf meiner Seite

kennenlernt, keine Spur. Und mein Schildrüsenproblem war weitgehend vergessen und mir auch egal.

So gingen einige Jahre ins Land

Irgendwann später lebte ich in München und ging routinemäßig zum ersten Mal seit ich 18 war meine Schilddrüse untersuchen lassen.

Meinen Lebenswandel hatte ich schon sehr geändert. Ich aß nur noch bio und war dabei, ein bewusstes Dasein zu entwickeln. Umso mehr hat es mich gefreut, dass meine Schilddrüse eiwandfrei funktionierte und auch keine Spur von irgendwelchen Knoten da war, die man damals mit 18 operativ entfernen wollte. ABER, da München Jodmangelgebiet ist, bekam ich 15 0mg Jod täglich verschrieben und habe das auch nicht hinterfragt und ganz brav genommen …

Im Nachhinein würde ich sagen, das das nicht die beste Idee war. 6 Monate später fing ich an, abzunehmen. Hammergeil, plötzlich mal nur 62 kg zu wiegen. Ich war sonst immer zwischen 68 und 70 kg.

Ich hab mich so super gefühlt mit meinem Körper

Umso härter hat es mich anschließend getroffen, als das permanente Zunehmen anfing. Und mir ja auch nicht klar war, warum … Es war die erste Autoimmunreaktion gewesen, die erstmal dafür gesorgt hat, dass eingelagerte Hormone explosionsartig freigesetzt wurden und der Stoffwechsel den Turbo eingelegt hat.

Ich bin ja der Meinung, dass immer mehrere Faktoren zusammenkommen müssen, um eine Autoimmunkrankheit auszulösen. Das Jod war einer.
Aber dazu kam zeitgleich ein anderer und den hatte ich sehr lange nicht auf dem Schirm.

DIE SEELE

Ich war in einer unglücklichen Gefühlsverstrickung, die keine Aussicht auf Erfolg hatte und mich emotional dauerhaft monatelang in extremen Stress versetzt hat.

Dazu kam, dass es eine Zeit permanenter nächtlicher Parties bzw. Feiern war und

Alkohol ist bekanntermaßen ein Zerstörer der Abwehrfunktionen im Darm und eine der Hauptursachen für Übersäuerung. Und damit hatte ich mein Paket fertig geschnürt. Es hieß Hashimoto – war aber noch ganz lange vor seiner Diagnose.

In dieser Zeit begann ich spirituelle Seminare zu besuchen und mich dieser Richtung weiterzuentwickeln und zu lernen. Ich bekam ein besseres Verständnis, warum ich selbst Auslöser diverser „Dinge“ in meinem Leben bin und wie das funktioniert.

Ich meditierte viel und setzte mich mit den Themen meiner Vergangenheit auseinander und ich konnte die meisten körperlichen Reaktionen aus der Unterfunktion UNBEWUSST für einige Jahre stoppen.

Es gibt keinen Zufall im Leben

Menschen, die das Leben bewusst leben und hinterfragen, wissen das. Andere fühlen sich durch solche Sätze provoziert. Meine persönliche Wahrheit ist: Es gibt keinen Zufall im Leben!!!

So ist es sicherlich nicht verwunderlich, dass es mal wieder zu einer komplizierten „Verliebtschaft“ kam. Und diesmal hat der Dauerstress ausgelöst, dass ich innerlich und körperlich vollständig zusammenbrach. Nach außen hielt ich zwar das Bild noch aufrecht, lustig und gut drauf zu sein. Aber es ging fast nichts mehr. Und nun ging ich zum Arzt. Weil ich bereits ein halbes Jahr recherchiert hatte, ließ ich als Erstes die Schilddrüse anschauen und da kam die Diagnose sofort und wie ein fetter Hammer. Wohlgemerkt mit der Information „Das ist nichts Schlimmes, wir stellen Sie auf die richtige Dosis Hormone ein und alles wird gut ;-)“ kennst du bestimmt …

Das war jetzt eine lange und private Geschichte und jetzt komme ich zum eigentlichen Thema.

Die Schilddrüse aus spiritueller Sicht gesehen

Alles im Körper hat eine Seelenzuordnung,

- das Herz – die Liebe,
- Galle – sauer sein,
- Wirbelsäule – Halt usw.

Die Schilddrüse hat eine Verbindung zum C7, der Wirbelsäule (Dorn-Therapie) nicht verwunderlich also, dass viele Menschen mit Hashimoto enorme Nackenschmerzen haben. Und seelisch gesehen gibts verschiedene Ansätze. Ich habe unter anderem über die Schilddrüse als Symbol der Selbstliebe gelesen. Und diesen Ansatz verfolge ich mal ein bisschen weiter.

Zuerst möchte ich dir noch zwei Quellen nennen, die auch einen Seele-Körper-Ansatz sehr gut in Worte gefasst haben, das sind Rüdiger Dahlke und Thorwald Dethlefsen. In den beiden Büchern „Krankheit als Weg“ und „Krankheit als Sprache der Seele“, die schon seit meiner Jugend in meinem Bücherschrank stehen, habe ich auch Interessantes zum Thema „Schilddrüse“ gefunden. Weil ich das irgendwie überraschend fand und es schon sooo lange im Schrank hatte, hab ich mir die Mühe gemacht, das für dich abzuschreiben und dir zum Download zu geben. (Das sind wörtliche Zitate.)

Krankheit als Weg — Auszug zum Thema „Schilddrüse“ als pdf

Krankheit als Sprache der Seele — Auszug zum Thema „Schilddrüse“ als pdf

Die Schilddrüse als Symbol der Selbstliebe

Dass ich nicht allein bin mit dieser Meinung, kannst du auf diesem Post der Hashimotohilfe nachlesen.

Mir geht es heute vielmehr darum, dir ein paar Tipps zu geben, wie du dir hierbei effizient helfen kannst. Einige wichtige Fragen sind sicherlich, was bedeutet Selbstliebe für dich? Und lebst du das auch?

Wenn du diese Fragen mit ja beantwortest, **dann hinterfrage dich bitte nochmal**

und nochmal …

Ich kenne keine Menschen, die Selbstliebe leben und zelebrieren, die krank sind.

Wenn du dich selbst nicht liebst

… lässt du es immer wieder zu, dass deine Grenzen übertreten werden. Wieder und wieder und wieder. In jeder dieser Situationen gibst du ein Stück deiner persönlichen Kraft weg und damit auch ein kleines Stück deiner persönlichen Freiheit. Zusätzlich dazu gibst du dir aber auch Schuld, nämlich die Schuld dafür, dass du es zulässt. Natürlich nicht bewusst und oft geht das schon in der Kindheit los, sodass es ein Lebensmuster und schlimmstenfalls sogar ein Überlebensmuster ist. Und **DAS löst Stress aus**, immensen innerlichen Stress, den du vielleicht noch nicht mal bemerkst!

Wenn du dich also mit einer Autoimmunkrankheit – „auto“, also gegen dich gerichtet – „herumschlägst“, dann ist es aus meiner Sicht unabdingbar, dass du dich derartigen Themen stellst.

Auch wenn du bisher noch nicht davon gehört hast, fühl einfach mal in dich hinein, was diese Aussagen mit dir machen!

Hast du Abwehrgefühle? – richtig heftige? Dann bist du hier richtig!!!! Denn Abwehr sagt dir ganz klar, das es da etwas gibt, dass auf der Seelenebene aufgelöst werden will.

Fühlst du, dass es richtig ist, was ich sage, umso besser – dann los gehts.

Es gibt natürlich wie immer auch hier keinen Königsweg. Der eine will Bücher lesen, die andere will Webinare machen, der nächste braucht einen Menschen an seiner Seite und wieder andere machen das in Stille mit sich selbst aus. Wie du siehst, ist dieses Thema ist unglaublich komplex, verstrikt und vielfältig beleuchtbar.

Ich werde in den nächsten Tagen und Wochen weitere Quellen und Tipps für dich zusammenstellen, natürlich auch bespickt, mit Wegen, die ich selbst gegangen bin. Und glaub mir, ich weiß sehr gut, was ich hier schreibe, das sind alles Erfahrungen, nix Nachgeplappertes oder Abgeschriebenes. – **Ich nenne diese Serie „Wege zurück“, damit du sie immer wieder an der Überschrift erkennst.**

Heute habe ich schonmal eine erste Quelle für dich, das ist eine Meditation, die auf 30 Tage angelegt ist und dich zu mehr Selbstliebe führen wird.

Hier kannst du sie bestellen

Nächstes Mal

Unter dem Motto, „finde deinen Trigger“ schauen wir beim nächsten mal innere Situationen an, die ein Auslöser dafür sein können, dass du dich innerlich schlecht oder ungenügend fühlst, was sich dann im Außen als Hashimoto manifestiert.

Ich hoffe also sehr, **dass du bei Teil 2 wieder dabei bist** …

Häufig gestellte Fragen zu Seele und Körper bei Hashimoto

Was bedeutet 'die Seele heilen, bevor der Körper heilt'?

Der Gedanke dahinter: körperliche Symptome stehen oft im Zusammenhang mit emotionalen oder seelischen Themen. Die innere Haltung und Selbstfürsorge als Teil des Heilungswegs zu betrachten, kann die medizinische Behandlung sinnvoll ergänzen.

Warum wird die Schilddrüse mit Selbstliebe in Verbindung gebracht?

In manchen ganzheitlichen Betrachtungen wird die Schilddrüse als Sitz der Selbstausdrucksfähigkeit und Selbstliebe gedeutet. Das ist eine symbolische, spirituelle Perspektive und kein medizinischer Nachweis.

Ist dieser Ansatz wissenschaftlich belegt?

Nein, dieser Blickwinkel ist spirituell-ganzheitlich und nicht wissenschaftlich belegt. Er ersetzt keine schulmedizinische Diagnostik oder Behandlung von Hashimoto, kann aber als ergänzende, persönliche Perspektive erlebt werden.

Wie hängt Selbstliebe mit Hashimoto zusammen?

Viele Betroffene berichten, dass ein liebevollerer Umgang mit sich selbst – weniger Selbstkritik, mehr Fürsorge – ihnen hilft, besser mit der Erkrankung zu leben, auch wenn das keine Wirkung auf die Blutwerte selbst hat.

Wie geht es in der Serie 'Wege zurück' weiter?

In Teil 2 der Serie geht es darum, den eigenen Trigger zu finden – also die tieferliegende Ursache, die mit dem Ausbruch der Erkrankung in Verbindung stehen kann.

Das könnte dich auch interessieren

Wege zurück (2) – Finde deinen Trigger →
Wege zurück (3) – Wenn ihr mich sucht, ich bin im Wandel →
Wege zurück (4) – Die Heilung des inneren Kindes →