



*„Ich kann das nicht einfach geschehen lassen – ich muss helfen!
Wenn ich mich nicht darum kümmere, wer dann?“
„Schmerz ist nur eine Illusion. Hör auf, dich damit zu beschäftigen –
du ziehst es sonst nur noch mehr an.“
„Du bist noch nicht fertig. Du musst noch weiter wachsen, weiter an
dir arbeiten. Heilung ist nie abgeschlossen!“
„Die Welt da draußen lenkt dich nur ab. Zieh dich zurück, fokussiere
dich nur auf dein Inneres – dann wirst du wirklich frei sein.“
„Andere brauchen mich, um zu erkennen, was wirklich zählt. Ich
weiß, was wahre Heilung bedeutet – sie müssen nur auf mich
hören.“*

Hallo {{ contact.VORNAME }},

Moment mal... **Was?!** Das soll der **Innere Heiler** sein?! Der Teil in dir, der für Heilung steht? Der dich unterstützen und aufbauen soll? Das hast du jetzt wohl nicht erwartet! Doch genau so kann er klingen, wenn er aus dem Gleichgewicht gerät.

Denn ja, auch der Innere Heiler hat eine Schattenseite. Wenn er zu dominant wird, kann er dich nicht mehr unterstützen – sondern dich in eine Falle führen. Statt dich zu begleiten, treibt er dich in einen endlosen Kreislauf der Selbstoptimierung. Statt dir zu helfen, distanziert er dich von deiner eigenen Realität. Und manchmal, ja manchmal, wird er zu einer Last, die dir die Freiheit nimmt.

Wann wird der Innere Heiler dysfunktional?

Der Innere Heiler ist wie ein weiser Reiseführer, der dir hilft, die Botschaften deines Körpers zu verstehen und auf natürliche Weise darauf zu reagieren. Doch wenn er seine Aufgabe zu einseitig versteht, kann er:

In Überverantwortung kippen → Er fühlt sich für die Heilung aller verantwortlich, wodurch du dich ständig überforderst und ausbrennst.

Schmerzen überdecken statt heilen → Durch spirituelles Bypassing („Alles geschieht aus einem höheren Grund!“) werden Probleme schöngeredet, statt ehrlich konfrontiert.

Dich in endloser Selbstoptimierung gefangen halten → Immer noch mehr heilen zu müssen, nie anzukommen – als wäre Heilung ein unendliches Projekt.

Dich von der Realität entfernen → Durch Rückzug in Meditation, Selbstreflexion oder Gesundheitszwang kann der Heiler den Bezug zur äußeren Welt verlieren.

Arrogant werden → Wenn er glaubt, schon alles zu wissen, während andere noch „geheilt werden müssen“.

Was bedeutet das für dich?

Ein überaktiver oder fehlgeleiteter Innerer Heiler kann dazu führen, dass:

- **Du in einer Endlosschleife der Selbstverbesserung gefangen bist.**
- **Du deinen Schmerz ignorierst, weil du glaubst, dass nur positives Denken erlaubt ist.**
- **Du versuchst, alles zu kontrollieren – sei es Gesundheit, Emotionen oder das Leben an sich.**
- **Du die Außenwelt vernachlässigst und in spiritueller oder emotionaler Isolation lebst.**

Wie bringst du ihn in seine volle Funktion?

Ein gesunder Innerer Heiler erkennt an, dass Heilung nicht Perfektion bedeutet. Er versteht, dass wahre Heilung darin liegt, das Leben in seiner Ganzheit anzunehmen – mit Licht und Schatten. Um ihn wieder ins Gleichgewicht zu bringen:

1. **Erkenne seine Dysbalance.** Frage dich: Wo überfordert er dich? Wo treibt er dich zu weit?
2. **Akzeptiere Unvollkommenheit.** Nicht alles muss oder kann geheilt werden – manches darf einfach sein.
3. **Finde eine gesunde Balance zwischen Innen- und Außenwelt.** Meditation und Reflexion sind wertvoll, aber genauso wichtig ist es, zu leben, zu spielen, zu lachen.
4. **Lass ihn nicht allein arbeiten.** Dein Innerer Realist kann ihn erden, dein Inneres Kind kann ihm zeigen, dass es nicht nur ums Heilen geht, sondern auch ums Erleben.

Übung: Die Stimme des Inneren Heilers neu ausrichten

Setze dich an einen ruhigen Ort, lege eine Hand auf dein Herz und atme tief ein und aus. Dann frage deinen Inneren Heiler: „Was brauchst du, um in Balance zu kommen?“

1. Höre hin. Was antwortet er dir? Ist er müde? Überfordert? Oder fühlt er sich allein?
2. Sage ihm: „Du musst nicht alles alleine tragen. Du darfst auch ruhen. Du darfst einfach da sein.“
3. Atme bewusst in diese Worte hinein und beobachte, wie sich das Gefühl verändert. Vielleicht wird es sanfter, leichter – als würde der Innere Heiler einen Schritt zurücktreten und einfach mit dir sein, statt dich zu pushen.

„Ich bin nicht hier, um dich zu perfektionieren. Ich bin hier, um dich zu begleiten – mit allem, was du bist.“



Möchtest du noch mehr deiner Persönlichkeitsanteile kennenlernen? Dann frag doch mal dein **Inneres Kind**, was es dazu sagt! 😊 Und wenn du lernen möchtest, deinen Inneren Heiler bewusst und funktional zu entfalten, dann schau dir *Empower&Heal* an – dort begleite ich dich auf diesem Weg. 💛

Empower&Heal

Mit herzlichst "heilenden" Grüßen,

Magdalena

Follow Me:



Dr. Magdalena Mischkounig
3204 Kirchberg an der Pielach

Tel: +43 650 6200581

Mail: kontakt@meet-greetmischkounig.com

If you no longer wish to receive this newsletter,
[click here to unsubscribe.](#)