



## Haftungsausschluss

Die Ratschläge in diesem Buch sind sorgfältig erwogen und geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für kompetenten medizinischen Rat, sondern dienen der Begleitung und der Anregung der Selbstheilungskräfte. Alle Angaben in diesem Buch erfolgen daher ohne Gewährleistung oder Garantie seitens des Autors oder des Verlages. Eine Haftung des Autors bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

ISBN 978-3-8434-1115-8

Reinhard Stengel:  
Was Finger verraten  
Seelenschamanische Deutung von  
Krankheiten und Blockaden  
© 2013 Schirner Verlag, Darmstadt

Umschlag: Murat Karaçay, Schirner,  
unter Verwendung von #37798057  
(peshkova) und #8742024 (Sunnydays),  
[www.fotolia.com](http://www.fotolia.com)  
Bildbearbeitung: Arne Gutowski, Schirner  
Satz: Katja Hiller, Schirner  
Redaktion: Bastian Rittinghaus, Schirner  
Lektorat: Dirk Grosser  
Printed by: ren medien, Filderstadt, Germany

[www.schirner.com](http://www.schirner.com)

1. Auflage Oktober 2013

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen und  
sonstige Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte Wiedergabe  
sowie des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten





# INHALT

Vorwort .....	7
Einleitung: Seele, Hände, Haut, Füße.....	10
Seelenschamanismus – was ist das? .....	15
Mein Weg zum Seelenschamanismus .....	19
Die Sprache der Seele.....	22
Die Hände sprechen Bände .....	26
Die Finger.....	31
Kombinationen von verformten Fingern.....	76
Weitere Fingerformen.....	94
Die Haut.....	107
Die Haut im Gesicht und am Kopf.....	110
Die Haut am Körper .....	113
Bein- und Fußstellung .....	121
Das Auflösen von Blockaden .....	135
<i>Übung 1: Auf die Sprache der Seele hören.....</i>	136
<i>Übung 2: Für unsere Seele sprechen.....</i>	138
<i>Übung 3: Der Erde den Kummer überreichen .....</i>	139
<i>Übung 4: Unsere Last vom Wasser fortspülen lassen.....</i>	140
<i>Übung 5: Die Sorgen dem Feuer übergeben.....</i>	141
<i>Übung 6: Den Wind durch uns hindurchwehen.....</i>	141
<i>Übung 7: Selbst-Akupressur .....</i>	145
<i>Übung 8: Ein Vergebungsritual.....</i>	147
<i>Übung 9: Die Aura reinigen .....</i>	148
Das einfühlsame Gespräch mit dem Klienten .....	153
Schlusswort .....	155
Danksagung.....	156
Bildnachweis.....	156





## EINLEITUNG: Seele, Hände, Haut, Füße

Schon seit vielen Jahrhunderten wird in vielen asiatischen und auch abendländischen Kulturen der Handdiagnostik eine große Bedeutung zugemessen. Die Hände als unsere Werkzeuge, mit denen wir in der Welt tätig werden, können uns viel über uns verraten. Leider kennt man heutzutage nur noch das Handlesen durch Wahrsagerinnen oder Wahrsager, das einen eher unseriösen Ruf hat, obwohl es ganz sicher auch in diesem Bereich Menschen mit großen Fertigkeiten gibt. Das wissenschaftliche Interesse ist hierzulande aber nahezu gar nicht vorhanden, während beispielsweise der Handlesekunst des indischen Ayurveda, *Hasta Samudrika* genannt, in ihrem Heimatland eine große Anerkennung zuteil wird.

Auch in der traditionellen chinesischen Medizin und ihren Behandlungsweisen werden die Hände sehr genau betrachtet, denn hier beginnen oder enden verschiedene Energiebahnen, die sogenannten Meridiane, die durch den ganzen Körper verlaufen und sein Energiesystem beeinflussen. Sie sind so etwas wie Sensoren der Seele und maßgeblich an etwaigen Verformungen der Finger beteiligt, wenn eine Störung der Energieleitung vorliegt.

Aber wie gesagt, die Analyse von gewissen Körpermerkmalen war in vielen Kulturen verbreitet – und hier spielten die Hände überall eine große Rolle. Das wundert einen auch nicht weiter, wenn man sich bewusst macht, dass wir unsere Hände jeden Tag der Welt zeigen und sie vorrangig zum Greifen und Halten benutzen. Unsere Hände sind





es auch, mit denen wir einander zuerst begegnen, beispielsweise beim Händeschütteln oder Winken. Wenn mit unseren Händen etwas nicht in Ordnung ist, können wir uns gleich fragen: Wonach greifen wir? Wen oder was wollen wir unbedingt festhalten? Wen oder was können wir nicht loslassen?

Unsere Seele signalisiert uns über die Form unserer Hände und Finger, was wir in unserem Leben annehmen und was wir verändern dürfen, damit wir wieder in der Lage sind, unseren Weg ohne Hindernisse zu gehen.

Sind unsere Finger gerade, werden wir höchstwahrscheinlich zu den Menschen gehören, die ihren Weg sehr geradlinig gehen, dabei nicht von inneren Blockaden behindert werden und den Augenblick, wie er sich gerade jetzt offenbart, annehmen und leben können.

Sind unsere Finger dagegen krumm und schmerzen womöglich auch noch, zeigt uns das, dass wir Menschen sind, die sich oftmals mit Entscheidungen schwertun und denen im Leben immer wieder scheinbar unlösbare Probleme begegnen, die dazu führen, dass wir uns (und unseren Ausdruck in der Welt) verbiegen müssen.

Das ist natürlich sehr allgemein gesagt, aber die inneren Blockaden, die zu diesen Problemen führen, lassen sich alle sehr gut an den Fingern ablesen, wenn wir einmal gelernt haben, diese Verformungen zu identifizieren und entsprechend zu deuten. Hier spricht die Seele – und wir können diese Sprache erlernen.

Ebenso deutlich werden innere Blockaden an der Haut angezeigt. Hier spielt es ebenfalls eine Rolle, wo genau besondere Merkmale (Rötungen, Ausschläge, Allergien etc.) auftreten. Ganz allgemein kann man hier fragen: Wo sind unsere wunden Stellen? Wo sind wir besonders dünnhäutig? Was »juckt« uns?



Und letztlich ist auch die Stellung unserer Beine und Füße ein Signal dafür, welche Hindernisse auf unserem Weg liegen: Wofür stehen wir? Wie gehen wir unseren Weg? Sind wir standfest oder fühlen wir uns eher wackelig auf den Beinen? Wovor rennen wir davon?

Mir selbst sind diese Verbindungen zwischen körperlichen Merkmalen und seelischen Hintergründen im Laufe der letzten zwanzig Jahre immer deutlicher geworden. Immer wieder tauchten Klienten mit gewissen Problemen oder Themen und den dazugehörigen körperlichen Merkmalen bei mir auf. Dachte ich zu Anfang noch an einen Zufall, konnte ich nach dem hundertsten Klienten, bei dem Thema und bspw. Stellung der Finger zueinander passten, nicht mehr die Augen vor dem Offensichtlichen verschließen. Die Zusammenhänge waren zu deutlich, und je mehr Erfahrungen ich damit machte, desto sicherer wurde ich in der Zuordnung und Bestimmung. Nach und nach wurde das Erkennen dieser Zusammenhänge immer mehr Teil meiner schamanischen Praxis bzw. eine unverzichtbare Unterstützung bei dieser. Ich konnte immer genauer schauen und langsam eine sichere Technik entwickeln, die vom Äußeren aufs Innere schließt, natürlich immer darauf bedacht, durch das Erkennen der Zusammenhänge in keiner Weise den Klienten vorab zu »beurteilen«, geschweige denn zu »verurteilen«. Es geht hier bloß um ein unglaublich praktisches Werkzeug, mit dem man schnell und unkompliziert an innere Blockaden herankommt, die dem Klienten oft selbst gar nicht bewusst sind oder die dieser verdrängt.

Wenn wir diese Sprache unserer Seele, die sich in unserem Körper ausdrückt, verstehen lernen, können wir die wirklichen Ursachen innerer





Blockaden (und der durch sie hervorgerufenen Symptome) erkennen und beginnen, diese aufzulösen.

Schon der Versuch, auf diese Art und Weise mit der Seele zu kommunizieren, wird eine Schwingung erzeugen, die die Blockaden aufzulösen beginnt. Die Seele wird endlich einmal wahrgenommen! Sie fühlt sich gehört.

Man kann sich das vielleicht so vorstellen wie das Entfernen eines ersten Steines aus einem Damm. Blockiert man einen Fluss vollständig, wird das Wasser brackig, das Leben hört auf zu fließen. Entfernt man einen ersten Stein, fließt das Wasser wieder, und der Fluss wird sich auf Dauer selbst heilen. Vor allem wird der Fluss aber, einmal wieder in Bewegung gebracht, von selbst den zweiten und dritten Stein in der Mauer lösen, die ihn blockiert. Dann fließt entsprechend mehr Wasser, und die Heilung kann schneller voranschreiten.

Nun wird manch einer einwenden, dass die Form unserer Finger oder die Stellung unserer Füße und Beine doch genetisch bedingt sei und dass diese genetische Veranlagung keinen Einblick in unsere seelische Situation bieten könne.

Doch diesem Einwand muss ich widersprechen! Natürlich ist die Form unserer Finger und Beine zu gewissen Anteilen vererbt, doch die Ursache ist dennoch nicht allein in der Genetik zu suchen. Seelische Verletzungen finden sich oft in Seelengruppen, in denen wir aufwachsen. Manchmal wird eine Verletzung von einer Generation an die nächste weitergegeben, bis sich jemand findet, der den Mut hat, der Verletzung ins Gesicht zu sehen und die Blockade aufzulösen, sodass sie nicht mehr sein eigenes Leben und das der nachfolgenden Generationen bestimmt.



Seelen kommen oft in Gruppen hierher, um in unsere Welt zu inkarnieren. Diese Gruppen sind nicht nur durch die positiven Aspekte ihrer vergangenen Beziehungen, sondern auch durch ihre Verletzungen miteinander verbunden.

Das klingt vielleicht ein wenig abgefahren, doch bestimmt kennt jeder Familien, in denen sich gewisse Problematiken von Generation zu Generation wiederholen. Wenn wir uns solche Familiensysteme vor Augen halten, fällt es uns unter Umständen leichter, von Seelengruppen auszugehen.

Ebenfalls gegen eine rein genetische Erklärungsweise spricht die Tatsache, dass sich die Form unserer Finger nach dem Auflösen der Blockaden oftmals verändert. Zwar dauert dieser Prozess zwischen drei und sechs Jahre, doch untermauert sein Auftreten die These, dass die Ursache jenseits der Genetik zu suchen ist.

Eines muss ich noch betonen: Alle Informationen in diesem Buch dienen ausschließlich der Aufdeckung seelischer Hintergründe, nicht jedoch der Diagnose von Krankheiten. Für Letzteres sind Ärzte oder Heilpraktiker zuständig. In meinem seelenschamanischen Ansatz geht es darum, tiefer liegende Ursachen für Probleme zu finden und diese inneren Blockaden aufzulösen, sodass der Körper befähigt wird, seine Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Bevor wir uns nun weiter den einzelnen Körpermerkmalen und ihren Bedeutungen zuwenden, möchte ich aber zuerst den Begriff Seelenschamanismus etwas näher beleuchten und kurz erzählen, wie ich zu dieser Art der energetischen Arbeit gekommen bin.





## Der kleine Finger links

Zuerst achten wir darauf, ob der kleine Finger sich vom Ansatz bis zum ersten Knöchel explizit nach außen richtet (siehe Abbildung). Eine solche Abspreizung weist darauf hin, dass die Seele nicht wirklich willkommen war – und zwar ab dem Zeitpunkt, an dem Eizelle und Spermienzelle aufeinandertrafen und der Seelenstrahl (mit dem Willen zur Inkarnation) dazukam. Vielleicht war die Mutter zu dem Zeitpunkt,





als sie die Schwangerschaft bemerkte, in einer schwierigen finanziellen Situation oder wusste nicht, wer der Kindsvater war. Hier lassen sich viele Szenarien vorstellen, warum die Mutter überlegte, das Kind (also die Inkarnation der Seele) nicht bekommen zu können und abtreiben zu lassen: *Ist das der richtige Zeitpunkt für ein Kind? Ich habe doch gerade erst eine Ausbildung begonnen ... Schon wieder schwanger? Wir bekommen doch die zwei anderen Kinder kaum satt ... Oh nein, ich wollte doch endlich zum Studieren ins Ausland ... Schlimmer geht es ja nicht, jetzt, wo wir gerade den Kreditvertrag für das Haus unterzeichnet haben ... Ausgerechnet jetzt, wo ich meine Arbeit verloren habe ...*

Diese Gedanken kann sich die Mutter allein gemacht, sie aber auch mit ihrem Partner besprochen haben. Alle diese Überlegungen können jedoch dazu geführt haben, dass in der Seele, die in ihrem Kind Platz genommen hat, Blockaden entstanden sind, die sich im späteren Leben mit nicht vorhersehbaren Folgen zeigen.

Wenn eine Seele sich nicht willkommen fühlt, kann es sein, dass sich später ein Problem mit dem Selbstwertgefühl ergibt: *Ich kann das nicht ... Ich schaffe das nie ... Ich tauge zu nichts ...*

Das hat natürlich Konsequenzen sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich, wo sich dieser Mensch so eingeschränkt fühlt, dass er nicht erreicht, was er sich vornimmt, ständig vor scheinbar unlösbaren Problemen steht oder gar ein Suchtverhalten entwickelt, um sich von seinem eigenen Gefühl der Wertlosigkeit abzulenken. Übertriebene Selbstzweifel, Depressionen und Burn-out-Symptome folgen meist auf dem Fuße.

Die Gedanken der Mutter (Existenzangst aufgrund der überraschenden Schwangerschaft) können sogar so tief sitzen, dass Menschen mit



einer solchen Blockade keine eigenen Kinder zeugen oder empfangen können. Zu sehr ist eine Schwangerschaft mit existenzieller Angst verknüpft und hat entsprechende Auswirkungen auf die Funktion der Geschlechtsorgane.

Des Weiteren achten wir auf die Krümmung des kleinen Fingers vom ersten Knöchel bis zur Fingerspitze (siehe Abbildung auf Seite 36). In diesem Fall ist der kleine Finger erst schräg nach außen gerichtet oder auch gerade und biegt sich dann zum Ringfinger hin, was darauf hindeutet, dass diese Seele unter starkem Herzschmerz leidet, weil sie zu wenig oder gar nicht beachtet wurde. Hier spricht man auch von einer Missachtung der Seele. Diese Art der Verletzung bildet sich meist zwischen den neun Schwangerschaftsmonaten und den ersten sieben Lebensjahren heraus.

Hier könnte es zum Beispiel so gewesen sein, dass der Vater die Mutter aufgefordert hat, mit ihm auszugehen, sie das aber aufgrund ihrer Schwangerschaft bzw. weil sie sich zu dick fand, nicht wollte: *Ich sehe unmöglich aus mit meinem dicken Bauch ... Wenn ich nicht schwanger wäre, könnte ich das Leben auch genießen ... Hätte ich mich bloß nie für Kinder entschieden ... Ich opfere meine besten Jahre ...*

Manche Mütter halten ihren Kindern später vor, wie viele Opfer sie für sie gebracht haben, und geben den Kindern zu verstehen, dass es ohne sie viel besser gelaufen wäre. Oder sie schaffen es einfach nicht, sich um ihre Kinder zu kümmern, weil ihr Berufsleben sie so sehr einspannte. Wirtschaftliche Zwänge, das Gefühl der Mutter, durch die Kinder etwas verpasst und ihr eigenes Leben nicht gelebt zu haben, oder auch ein behindertes Geschwisterkind, dem die komplette Auf-





merksamkeit der Mutter zuteilwurde – es gibt viele Ursachen dafür, dass eine Seele sich nicht angenommen oder missachtet fühlt.

Auch hier kann sich später eine Unfruchtbarkeit bei dem- oder derjenigen entwickeln, der oder die diesen Herzschmerz erlitten hat. Dadurch, dass die Mutter es vorgelebt hat, wird der Gedanke wach: *Wenn ich später Kinder bekomme, werde ich in meiner Freiheit eingeschränkt ... Kinder bedeuten Armut ... Kinder nehmen jede freie Zeit in Anspruch ...*

Weil die Seele missachtet wurde, kann sie auch dazu tendieren, der erfahrenen Ablehnung recht zu geben und den Fehler bei sich zu suchen: *Ich bin es einfach nicht wert, geliebt zu werden ... Ich bekomme nie einen Partner ... Niemand interessiert sich für mich, weil ich so unglaublich langweilig bin ...*

Ein Mensch mit einer solchen Verletzung wird es sehr schwer haben, sich selbst anzunehmen und somit auch zur Liebe für andere fähig zu werden. Meist gehen solche Menschen sehr einsam durchs Leben, wenn sie es nicht schaffen, diese Blockaden zu erkennen und aufzulösen.

(Mit dem Auflösen der Blockaden beschäftigen wir uns ab Seite 135.)



## Der Mittelfinger rechts

Hier geht es um Angst und Unsicherheit auf männlicher Seite. Wie verfehlen Männer ihren Weg und handeln ihrem Seelenplan zuwider? Wie leben Männer jenseits ihrer Mitte?

Auch hier kommt die westliche Gesellschaft mit ihren Ansprüchen ins Spiel: *Verdiene ich genug für eine Familie? Kann ich es mir überhaupt erlauben, noch meinem Hobby nachzugehen, oder sollte ich*

*nicht besser alle Zeit zum Geldverdienen nutzen? Kann ich ein guter Vater sein? Bin ich stark genug? Kann ich meine Familie beschützen? Darf ich so sein, wie ich bin? Darf ich auch mal für mich sein und mich zurückziehen? Müsste ich nicht noch mehr tun? Müsste ich mich nicht nach einem besseren Job umsehen? Kann ich ein Vorbild für meine Kinder sein? Darf ich denn erschöpft sein? Müsste ich nicht erwachsener und ernsthafter sein? Sollte ich diesen speziellen Traum nicht endlich zu Grabe tragen und endlich vernünftig werden?*

Manche Männer verbiegen sich vollständig, weil sie nicht an das glauben, was ihnen wirklich Freude macht. Sie ruhen nicht in sich selbst, sondern hetzen herum, auf der Suche nach mehr, mehr, mehr ... Und dabei ist es beileibe nicht so, dass sie alle mit Frauen verheiratet wären, die das einfordern würden. (Obwohl es das sicherlich auch gibt.) Sie denken nur, dass es gefordert würde. Offenbar denken das allerdings sehr viele, sodass sie alle miteinander im Wettbewerb stehen und so in einem sinnlosen Hamsterrad gefangen bleiben. Ihre Mitte verlieren sie dabei vollständig aus dem Blick. Niemand kann in seiner Mitte ruhen, wenn er von einem Ort zum anderen hetzt.

Oft halten solche Männer auch Spiritualität für Zeitverschwendung. Sie meinen, sie hätten keine Zeit, sich mit sich selbst zu beschäftigen, sondern sind einzig und allein auf das Außen fokussiert.

Ohne Kontakt zu sich selbst, ohne tiefe Wurzeln im eigenen Inneren, hat die Angst jede Möglichkeit, ins Leben dieser Männer einzudringen und es zu vergiften. Wollen wir dies für uns verhindern, sollten wir uns ganz bewusst unserer Mitte zuwenden.

Eine der umfangreichsten und genauesten Beschreibungen dieser Mitte ist uns aus der Tradition des Zen-Buddhismus und der Kampfkünste überliefert: Hier wird diese Mitte Hara genannt (im Tai Chi und



Qi Gong auch Tandien) und meint das Lebenszentrum des Menschen. Das Hara wird etwa vier Fingerbreit unter dem Nabel verortet und ist das Instinktzentrum. Hier liegen bei Bewegungsmeditationen die Aufmerksamkeit und die Intention, sodass jederzeit und der Situation angemessen in richtiger Weise gehandelt werden kann. Hier geschieht die Aktion wortwörtlich »aus dem Bauch heraus«. Das Hara ist der Ort instinktiven Handelns, der Ort der Wurzeln, der Ort der Ruhe und der Ort der Unerschütterbarkeit.

Im Seelenschamanismus ordnen wir die Mitte nicht unbedingt einer bestimmten Körperstelle zu, obwohl der Sitz des Hara recht sinnvoll erscheint. In unserem Verständnis ist diese Mitte eher ausschließlich spirituell gedacht: Wir fühlen eine tiefe Ruhe und Zentrierung in uns – wir sind wie ein Berg, genau am für uns richtigen Ort. Hier verweilen wir, ohne Hetze, ohne Hast, ohne etwas verbessern zu müssen, ohne dem Moment etwas hinzufügen zu müssen. Wir sind mit uns selbst im Reinen und müssen niemanden beeindrucken.

Im Kapitel über das Auflösen von Blockaden werden wir auch ein paar Übungen zur Stärkung dieser Mitte kennenlernen.

Ich möchte hier noch eine kurze Geschichte erzählen, die schön illustriert, wie die Auflösung solcher Blockaden funktioniert: Vor ein paar Jahren kam ein Mann in den besten Jahren zu mir, der als Direktor einer Bank arbeitete. Er war nervlich extrem angespannt und nahm schon seit einiger Zeit Tabletten, um dieser Anspannung Herr zu werden.

Mir fiel gleich auf, dass sein rechter Mittelfinger sich zu seinem Ringfinger hin krümmte, deshalb bat ich ihn, mir etwas von seinem Vater zu erzählen. Er lobte ihn sogleich in den höchsten Tönen, erzähl-



te mir, was für ein toller Mann sein Vater gewesen sei, der ihn als Sohn und auch die anderen Geschwister stets gefördert hatte. Er hatte auch als Vorstand im Fußballverein fungiert, in dem mein Klient als Kind gespielt hatte. Er erzählte mir, wie er und seine Geschwister den Vater bewundert und ihm nachgeeifert hatten.

Dann fragte ich meinen Klienten nach seinem Beruf und ob ihm seine Arbeit Spaß machen würde. Er druckste herum (wie das häufig der Fall ist) und sagte später, dass er eigentlich keinen Spaß an seiner Arbeit hätte und viel lieber Automechaniker wäre. Das überraschte mich nun wirklich, und ich hakte nach: Du willst lieber Automechaniker als Bankdirektor sein?

Aber genau so war es tatsächlich. Er erzählte mir von dem Oldtimer, der zu Hause in seiner Garage stand und an dem er am Wochenende herumschraubte. »Da lebe ich wirklich, in der Bank funktioniere ich nur«, sagte er wörtlich zu mir.

Er sagte, dass er jeden Tag in der Bank Angst hätte, einen Fehler zu machen und seinen Job zu verlieren. Er musste sich unglaublich anstrengen, mit dieser Angst umzugehen, und nahm daher die Tabletten für seine Nerven und gegen Magenprobleme.

Nach und nach bekamen wir heraus, dass er in seinem Versuch, seinem Vater nachzueifern, immer noch feststeckte. Er wollte ihn immer noch beeindrucken, und die Möglichkeit, dass er das nicht schaffen könnte, dass er in seinem Job versagen könnte, versetzte ihn in Angst und Schrecken. Bei seinem Hobby, dem Oldtimer, musste er niemandem etwas beweisen und konnte sich deshalb entspannen. In dem Moment, in dem wir begonnen hatten, über seinen Vater zu sprechen, lösten sich die ersten Knoten dieser Angst. Am Ende des Gesprächs (und einer seelenschamanischen Behandlung) stand ein neuer Mann



vor mir, der auf einer tiefen Ebene begriffen hatte, dass er seinen Wert nicht unter Beweis stellen musste. Er musste niemandem mehr nach-eifern, niemanden mehr beeindrucken und konnte leben statt nur zu funktionieren.

Nun, er eröffnete danach keine Autowerkstatt, aber er erledigte seine Arbeit in der Bank mit genau der gleichen Leichtigkeit wie seine Tüftelei an seinem Oldtimer. Alles wurde leichter, als die Angst schwand.

Zum Mittelfinger ist übrigens noch zu sagen, dass die Geste des ausgestreckten Mittelfingers (in manchen Gegenden nennt man das den »Stinkefinger«) etwas zu sagen versucht, was im tieferen Sinn gänzlich unmöglich ist. Diese Geste will vor allem eines mitteilen: »Verschwindet! Lasst mich in Ruhe! Ich brauche euch nicht!«

Der ausgestreckte Mittelfinger missachtet die innere Verbundenheit allen Seins, er verneint die gegenseitige Abhängigkeit, in der sich alles Leben befindet. Diese Geste ist eigentlich das genaue Gegenteil des In-der-eigenen-Mitte-Ruhens: Sie kreist um sich selbst, wehrt sich gegen alle vermeintlichen Bedrohungen und verhindert das Ankommen im eigenen Zentrum, das gar nicht bedroht werden kann.

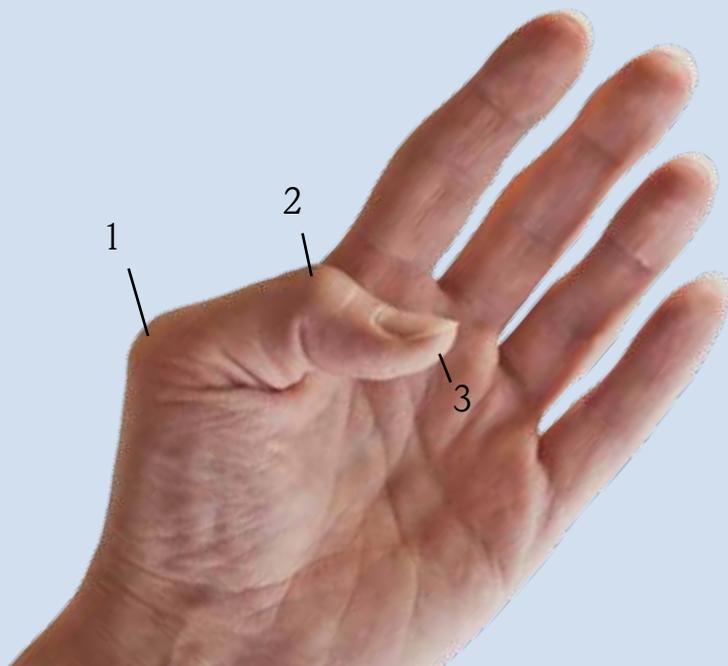
Der Mittelfinger steht, wie gesagt, für das Zentrum des Lebens, unsere Mitte, die wir weder besonders verteidigen noch hervorheben müssen. Dieses Zentrum zeigt, wie wir im Leben stehen: Stehst du zu dir und deiner Seele?

Wenn wir diese Frage wahrhaftig mit Ja! beantworten können, dann müssen wir weder jemandem den »Stinkefinger« zeigen, noch müssen wir unseren Mittelfinger besonders schmücken. Oft sieht man Menschen, die große Ringe am Mittelfinger tragen. Das tun sie oft, um



Stärke und innere Sicherheit zu signalisieren, die jedoch meist nicht wirklich vorhanden ist. Unsere Mitte ist in Wahrheit sehr unaufdringlich, weil sie keinerlei Show nötig hat!





## Der Daumen links

Auch der Daumen kann uns viel über uns selbst oder über andere Menschen verraten. Wenn wir uns die Abstände genau ansehen, die zwischen den Punkten 1 und 2 (Daumengrundglied) und zwischen den Punkten 2 und 3 (Daumennagelglied) liegen, erfahren wir vor allem etwas über die Fähigkeit, die eigene Kreativität umzusetzen.

Die Länge zwischen Punkt 1 und 2 gibt Aufschluss über die Größe der Kreativität. Die Länge zwischen Punkt 2 und 3 zeigt, wie wir



diese Kreativität umsetzen und manifestieren. Bei vielen Menschen ist der Abstand zwischen Punkt 1 und 2 größer als zwischen Punkt 2 und 3. Anders ausgedrückt: Das Daumengrundglied ist länger als das Daumnagelglied.

Gerade bei vielen wirklich kreativen Menschen ist das so. Sie sprudeln über vor Ideen, können aber nur einen Bruchteil davon wirklich in die Welt bringen. Zudem geht es bei dem Punkt des Umsetzens in diesem Fall auch nicht nur um das Manifestieren der kreativen Idee, sondern auch um das erfolgreiche Präsentieren. Das klingt jetzt vielleicht schon für viele Menschen abschreckend, aber um es kurz und vielleicht etwas hart zu sagen: Es genügt nicht, ein Bild zu malen, es zu manifestieren. Es muss auch dorthin, wo es mit anderen Menschen geteilt werden kann. Das tollste Bild leistet keinen Beitrag für die Welt, wenn es in irgendeinem feuchten Keller verschimmelt, wo es niemand sieht. Es gehört an die Wand von jemandem, der es wirklich zu schätzen weiß, oder in eine Ausstellung, wo es auf viele Menschen wirken kann. Zudem wäre es wünschenswert, dass diese Wertschätzung sich auch finanziell bemerkbar macht. Unsere Kreativität ist etwas wert!

In Zeiten des Internets, wo offensichtlich alles gratis sein soll, ist das oftmals schwierig, aber Künstler, Schriftsteller und Musiker sollten für ihre Kreativität, die sie in die Gesellschaft einbringen, angemessen bezahlt werden. Werden sie nicht bezahlt und müssen sich in lausigen Jobs ihr Geld verdienen, gibt es für die Gesellschaft weniger künstlerische Beiträge. Auch Künstler müssen ihr Essen und ihre Miete bezahlen.

Ich weiß, dass diese Auffassung vielen zuwider ist, vor allem denjenigen, die sich zum Beispiel jeden Song, den sie mögen, illegal aus dem Internet herunterladen und dabei die Künstler leer ausgehen lassen.





Und auch in der spirituellen Szene ist die Einstellung weit verbreitet, dass alle Angebote, die mit Spiritualität zu tun haben, umsonst sein sollten. Aber wovon sollen diejenigen leben, die diese Angebote machen?

Nun, genug zu diesem Exkurs.

Worum es hier geht, ist die Kunst, die eigene Kreativität umzusetzen und damit für sich und andere etwas von Wert zu schaffen.

Viele Menschen können den ersten Teil dieses Satzes mehr als gut ausführen, sind aber völlig unfähig, den zweiten Teil in Angriff zu nehmen. Hier spielen oft Gedanken eine Rolle, die im oben erfolgten Exkurs schon angerissen wurden: *Kunst muss um der Kunst willen geschehen ... Kunst muss für alle zugänglich sein ... Spiritualität darf nichts kosten ... Musik muss gratis sein ... Applaus ist das Brot des Künstlers ...*

Dazu kommen oft noch weitere Glaubenssätze, die alle darauf hinauslaufen, dass Geld angeblich den Charakter verdirbt ... Wenn man von diesen Gedanken geleitet wird, ist es natürlich unglaublich schwer, die eigene Kreativität »an den Mann« zu bringen, um die finanzielle Wertschätzung zu erfahren, die einen befähigt, auch weiterhin den Raum für kreatives Arbeiten zu finden.

Außerdem gibt es natürlich noch die Menschen, bei denen die Umsetzung ihrer Kreativität noch viel früher scheitert. Da sind zum Beispiel diejenigen, die sieben bis acht angefangene, aber nie fertiggestellte Romane in ihrer Schreibtischschublade horten. Oder diejenigen, die pausenlos Songs schreiben, aber noch keinen einzigen aufgenommen, geschweige denn live vor Publikum gespielt haben. Die Gründe dafür können vielfältig erscheinen – im Kern sind sie meist durch Angst zu er-



klären. Angst vor der Verarmung, weil man das Beispiel vieler materiell armer Künstler vor Augen hat; Angst vor dem Sich-lächerlich-Machen; Angst vor der Unsicherheit, sich immer wieder ein neues Engagement bei einem anderen Theater suchen zu müssen; Angst vor dem Urteil des Publikums oder vor dem der professionellen Kritiker; Angst, doch nicht gut genug auf seinem Fachgebiet zu sein und so weiter.

Der linke Daumen deutet zum Beispiel auf eine Blockade hin, die durch die Mutter ausgelöst wurde, die während der Schwangerschaft oder in den ersten sieben Lebensjahren des Kindes folgende Gedanken und Emotionen hatte: *Jetzt, wo ich ein Kind bekomme, muss ich endlich aufhören, Gedichte zu schreiben, und erwachsen werden ... Meine eigene Mutter war Sängerin, und wohin hat sie das gebracht? Sie war arm und schlussendlich verachtet ... Kein Verlag will mein Manuskript veröffentlichen, offenbar habe ich doch kein Talent zum Schreiben ... Wenn ich meinen Bruder mit seiner Malerei betrachte – arm wie eine Kirchenmaus, sodass ich ihn noch unterstützen muss ... Wie hat mein Mann mich ausgelacht, als ich ihm sagte, dass ich mir eine kleine Töpferwerkstatt einrichten möchte ...*

All diese Gedankenformen signalisieren uns, dass Kreativität allerhöchstens etwas für den Hobbygebrauch ist und nicht für das wirkliche Leben taugt. Wir sollten etwas Echtes, Ernsthaftes arbeiten, was auf gar keinen Fall Spaß machen darf!

Was so aberwitzig klingen mag, ist tatsächlich die Grundstruktur vieler Blockaden im kreativen Bereich. Wir können unsere Talente nicht leben, weil wir uns selbst nicht *erlauben*, sie zu leben! Viel zu stark sind wir beeinflusst von diesen Gedankenformen – entweder, weil wir sie selbst entwickelt haben, oder, weil sie uns von unseren Vorfahren so mit auf den Weg gegeben wurden.



Wichtig ist, sich klarzumachen, dass diese Art von Blockaden der Kreativität sich natürlich nicht nur auf den künstlerischen Bereich beschränkt, sondern in allen Bereichen der Arbeitswelt zu finden ist – vom Handwerker bis zum Bankdirektor.