



# seelenmagie

## DEINE WEGBEGLEITUNG

### Blockaden A–Z – Ursachen, Archetypen & Heilung

*Die tieferen Ursprünge emotionaler Muster verstehen und bewusst verändern*

Blockaden entstehen selten einfach zufällig. Oft liegen ihnen unbewusste Schutzmechanismen, emotionale Erfahrungen, Bindungsmuster, Glaubenssätze oder alte Verletzungen zugrunde. Diese Übersicht verbindet Blockaden mit den 7 Ur-Archetypen deines Systems, tierischen Archetypen, Chakren sowie möglichen Ursprüngen und Lösungswegen.

Die Arbeit mit Archetypen hilft dabei, nicht nur das Verhalten im Außen zu verstehen, sondern die eigentlichen inneren Systeme dahinter zu erkennen.

#### Angst vor Nähe

**Ur-Archetypen:** Krieger, Wächter

**Tierische Archetypen:** Wolf, Leopard, Pferd

**Zugeordnetes Chakra:** Herzchakra

**Mögliche Ursprünge & Prägungen:** Die Angst vor Nähe entsteht häufig durch emotionale Verletzungen, Vertrauensbrüche oder Erfahrungen von Vereinnahmung. Menschen haben oft gelernt, dass Nähe Schmerz, Kontrollverlust oder emotionale Unsicherheit bedeutet.

**Beispiele für mögliche Erfahrungen:** emotionale Zurückweisung, instabile Bindungen, kontrollierende Beziehungen, fehlende emotionale Sicherheit

**Wie sich die Blockade lösen kann:** Heilung entsteht über langsame emotionale Öffnung, sichere Beziehungen, bewusste Grenzsetzung und das Lernen, dass Nähe nicht automatisch Selbstverlust bedeutet.

Je bewusster Menschen die tieferen Ursachen ihrer Blockaden erkennen, desto leichter können sich alte Schutzmechanismen verändern.

## Bindungsangst

**Ur-Archetypen:** Wächter, Krieger

**Tierische Archetypen:** Wolf, Pferd, Leopard

**Zugeordnetes Chakra:** Sakralchakra & Herzchakra

**Mögliche Ursprünge & Prägungen:** Bindungsangst entsteht oft dort, wo Menschen früh erlebt haben, dass Nähe einengt oder Freiheit nimmt.

**Beispiele für mögliche Erfahrungen:** überkontrollierende Eltern, emotionale Vereinnahmung, fehlender Freiraum, Konflikte in Beziehungen

**Wie sich die Blockade lösen kann:** Wichtig ist das Lernen gesunder Verbindung ohne Kontrolle. Freiheit und Nähe dürfen gleichzeitig existieren.

Je bewusster Menschen die tieferen Ursachen ihrer Blockaden erkennen, desto leichter können sich alte Schutzmechanismen verändern.

## Emotionale Abhängigkeit

**Ur-Archetypen:** Liebende, Heiler

**Tierische Archetypen:** Schwan, Delfin, Katze

**Zugeordnetes Chakra:** Herzchakra

**Mögliche Ursprünge & Prägungen:** Emotionale Abhängigkeit entsteht häufig aus Verlustangst, mangelndem Selbstwert oder instabilen Bindungserfahrungen.

**Beispiele für mögliche Erfahrungen:** emotionale Unsicherheit in der Kindheit, wechselhafte Liebe, emotionale Vernachlässigung

**Wie sich die Blockade lösen kann:** Die Blockade löst sich, wenn Menschen beginnen, Sicherheit zunehmend in sich selbst aufzubauen statt ausschließlich im Außen.

Je bewusster Menschen die tieferen Ursachen ihrer Blockaden erkennen, desto leichter können sich alte Schutzmechanismen verändern.

## Gefühl nicht gut genug zu sein

**Ur-Archetypen:** Liebende, Seher

**Tierische Archetypen:** Reh, Hund, Schmetterling

**Zugeordnetes Chakra:** Solarplexuschakra

**Mögliche Ursprünge & Prägungen:** Diese Blockade entsteht häufig durch Kritik, emotionale Abwertung oder fehlende Anerkennung.

**Beispiele für mögliche Erfahrungen:** ständige Kritik, hohe Erwartungen, Vergleiche, emotionale Ablehnung

**Wie sich die Blockade lösen kann:** Selbstwertarbeit, bewusste Selbstannahme und das Erkennen eigener Fähigkeiten helfen dabei, die innere Bewertung zu verändern.

Je bewusster Menschen die tieferen Ursachen ihrer Blockaden erkennen, desto leichter können sich alte Schutzmechanismen verändern.

## Kontrollzwang

**Ur-Archetypen:** Herrscher

**Tierische Archetypen:** Löwe, Tiger, Elefant

**Zugeordnetes Chakra:** Solarplexuschakra

**Mögliche Ursprünge & Prägungen:** Kontrollzwang entsteht oft aus tiefer Unsicherheit oder Angst vor Chaos und Ohnmacht.

**Beispiele für mögliche Erfahrungen:** instabile Familienverhältnisse, Unsicherheit, unberechenbare Bezugspersonen

**Wie sich die Blockade lösen kann:** Heilung entsteht durch Vertrauen, Loslassen und das Lernen, Unsicherheit schrittweise auszuhalten.

Je bewusster Menschen die tieferen Ursachen ihrer Blockaden erkennen, desto leichter können sich alte Schutzmechanismen verändern.

## Perfektionismus

**Ur-Archetypen:** Herrscher, Krieger

**Tierische Archetypen:** Tiger, Falke, Elefant

**Zugeordnetes Chakra:** Solarplexuschakra

**Mögliche Ursprünge & Prägungen:** Perfektionismus entsteht häufig dort, wo Liebe, Anerkennung oder Sicherheit an Leistung geknüpft wurden.

**Beispiele für mögliche Erfahrungen:** hoher Leistungsdruck, Lob nur bei Erfolg, Angst vor Fehlern

**Wie sich die Blockade lösen kann:** Menschen dürfen lernen, dass ihr Wert nicht ausschließlich über Leistung entsteht.

Je bewusster Menschen die tieferen Ursachen ihrer Blockaden erkennen, desto leichter können sich alte Schutzmechanismen verändern.

## Selbstverlust

**Ur-Archetypen:** Liebende, Heiler

**Tierische Archetypen:** Schwan, Delfin, Reh

**Zugeordnetes Chakra:** Herzchakra

**Mögliche Ursprünge & Prägungen:** Selbstverlust entsteht oft in Beziehungen, in denen Menschen ihre eigenen Bedürfnisse dauerhaft zurückstellen.

**Beispiele für mögliche Erfahrungen:** Überanpassung, emotionale Abhängigkeit, Angst vor Ablehnung

**Wie sich die Blockade lösen kann:** Die eigene Identität, Grenzen und Bedürfnisse wieder bewusster wahrzunehmen ist ein wichtiger Teil der Heilung.

Je bewusster Menschen die tieferen Ursachen ihrer Blockaden erkennen, desto leichter können sich alte Schutzmechanismen verändern.

## Verlustangst

**Ur-Archetypen:** Liebende, Heiler

**Tierische Archetypen:** Schwan, Katze, Reh

**Zugeordnetes Chakra:** Herzchakra & Wurzelchakra

**Mögliche Ursprünge & Prägungen:** Verlustangst entsteht häufig durch instabile Bindungen oder emotionale Unsicherheit.

**Beispiele für mögliche Erfahrungen:** Verlassenwerden, emotionale Distanz, wechselhafte Bezugspersonen

**Wie sich die Blockade lösen kann:** Wichtig sind emotionale Stabilität, Selbstsicherheit und bewusste Bindungsarbeit.

Je bewusster Menschen die tieferen Ursachen ihrer Blockaden erkennen, desto leichter können sich alte Schutzmechanismen verändern.

## Wut & emotionale Härte

**Ur-Archetypen:** Krieger

**Tierische Archetypen:** Tiger, Wolf, Löwe

**Zugeordnetes Chakra:** Solarplexuschakra

**Mögliche Ursprünge & Prägungen:** Hinter Wut liegen häufig unterdrückte Verletzungen, Schutzmechanismen oder alte Ohnmachtsgefühle.

**Beispiele für mögliche Erfahrungen:** emotionale Kälte, fehlender Schutz, ungelöste Konflikte

**Wie sich die Blockade lösen kann:** Gefühle bewusst wahrzunehmen statt dauerhaft zu unterdrücken ist ein zentraler Heilungsschritt.

Je bewusster Menschen die tieferen Ursachen ihrer Blockaden erkennen, desto leichter können sich alte Schutzmechanismen verändern.

## Überanpassung

**Ur-Archetypen:** Heiler, Liebende

**Tierische Archetypen:** Hund, Schwan, Reh

**Zugeordnetes Chakra:** Halschakra & Herzchakra

**Mögliche Ursprünge & Prägungen:** Überanpassung entsteht häufig aus Angst vor Konflikten oder Ablehnung.

**Beispiele für mögliche Erfahrungen:** Liebe nur über Anpassung erfahren, emotionale Unsicherheit, Konfliktvermeidung

**Wie sich die Blockade lösen kann:** Heilung entsteht über klare Grenzen, ehrlichen Selbstaussdruck und das Lernen, eigene Bedürfnisse ernst zu nehmen.

Je bewusster Menschen die tieferen Ursachen ihrer Blockaden erkennen, desto leichter können sich alte Schutzmechanismen verändern.

### Die 7 Ur-Archetypen im Überblick

- Liebende – Verbindung, Hingabe, Gefühle
- Herrscher – Ordnung, Kontrolle, Stabilität
- Krieger – Schutz, Stärke, Durchsetzung
- Wächter – Sicherheit, Grenzen, Schutzmechanismen
- Heiler – Fürsorge, Heilung, emotionale Tiefe
- Seher – Intuition, Wahrnehmung, Erkenntnis
- Schöpfer – Entwicklung, Ausdruck, Kreativität

### Abschließender Gedanke

Blockaden sind oft keine Schwächen, sondern Schutzmechanismen, die irgendwann notwendig wurden.

Die Arbeit mit Archetypen hilft dabei, hinter die sichtbaren Muster zu schauen und die eigentlichen inneren Ursachen bewusster zu erkennen.



