

Titel: Authentisch leben



Als toughe Pharmareferentin bringt Claudia Krebsmedikamente an den Arzt und in ihrem anderen Leben nimmt sie als Schamanin mit uralten Ritualen Kontakt zur Natur und zum Kosmos auf

Ich führe ein Doppelleben

Fast schon zerbrechlich wirkt sie im Abendlicht, als sie sich für ihr Behandlungszimmer einen Strauß Butterblumen pflückt. Doch nur wenig später tauscht Claudia ihr modisches Schnittkostüm gegen Wandershorts, Funktionsoberteil und Rucksack aus. Die erst so zierlich wirkende 43-Jährige macht nun einen ganz anderen Ein-

eine Feder auf. „Die stammt von einem Bussard“, meint sie erfreut. „Das zeigt mir, dass wir auf dem richtigen Weg sind.“ Claudia geht mit ihren Klienten – und nicht Patienten, dieser Unterschied ist ihr wichtig – nicht auf vorgeplanten Pfaden, sondern lässt sich von der Natur und durch die Natur leiten.

„Wir haben uns noch nie verirrt“, lacht

„Nur die wenigsten Menschen sind sich ihrer schamanischen Fähigkeiten bewusst.“

druck. Ihre Arme wirken jetzt nicht mehr graziös, sondern es fällt auf, wie durchtrainiert Claudia in Wirklichkeit ist. Keine Frage, dieser Frau traut man wochenlange Wandertouren zu. Nicht nur durch die südliche Eifel, wie sie es heute zusammen mit ihrem ständigen Begleiter, Jack-Russell-Terrier Nelson (12), vorhat. „Als echte Schamanin muss ich wirklich nicht im 70-er-Jahre-Wallekleid und mit langen ungekämmten Haaren herumlaufen.“ Ein leichtes Grinsen im Gesicht, das an Pippi Langstrumpf erinnert, verrät, dass Claudia die Erfahrung gemacht hat, dass sich viele wohl eine Schamanin genau so vorstellen.

Claudia hat sogar ein Diplom als Schamanin

Dabei hat Claudia ihre Ausbildung bei dem Autor und Schamanen Martin Brune in Köln sogar mit Diplom abgeschlossen. Im Rucksack sind sowohl Proviant verstaut als auch schamanische Instrumente, wie Rassel, ein spezielles Duftwasser, selbst gesammelte Steine in einem roten Säckchen und ein Rauchholz. Doch schon nach ein paar Metern bleibt Claudia stehen und hebt

sie. „Zu meinem Konzept gehört auch, dass wir keine Zimmer anmieten, doch bislang haben wir abends noch immer eine Herberge gefunden. Wir sind hier ja schließlich nicht im Himalaya, sondern gerade mal 20 Kilometer von den Weinbergen der Mosel entfernt. Was soll da schon passieren?“

Den Weg zu Claudia finden inzwischen Menschen aus ganz Deutschland, aus allen Bevölkerungsschichten und allen Berufsgruppen. „Die Dynamik, die sich dann auf einer schamanischen Wande-

Claudia in ihrem Job als Pharmareferentin



Der neue Winterhoff ist ein Aufruf zu einem Befreiungsschlag: Raus aus dem alltäglichen Hamsterrad und zurück zu innerer Ruhe und intuitivem Verhalten – auch und vor allem gegenüber Kindern. Damit Kinder wieder Kinder sein dürfen!

Michael Winterhoff

LASST KINDER WIEDER KINDER SEIN

Oder: Die Rückkehr zur Intuition

Unter Mitarbeit von Carsten Tergast

205 Seiten / gebunden mit Schutzumschlag

€ 19,99 (D) / € 20,60 (A) / CHF* 28,50

ISBN 978-3-579-06750-6

Hörbuch

€ 19,99 (D/A) / CHF* 29,90

ISBN 978-3-579-07635-5



Lustvoll gegen Regeln verstoßen

Anja Pfältzer wirft einen humorvollen und entlarvenden Blick auf unsere alltäglichen »Ausfälle«. Von allen Seiten beleuchtet sie den Tatbestand, klassifiziert die Täter und sorgt so für eine vergnügliche Aufklärung über ein weit verbreitetes Laster. Neugierig geworden, welcher Typ Sie sind? In diesem Buch können Sie es erfahren.

Anja Pfältzer

REGELFLEGEL

Vom entspannten Umgang mit Vorschriften

176 Seiten / gebunden

€ 9,99 (D) / € 10,30 (A) / CHF* 14,90

ISBN 978-3-579-06697-4

Titel: Authentisch leben



Claudia mit ihrem ständigen Begleiter, dem Jack-Russell-Terrier Nelson

rung untereinander ergibt, ist immer wieder höchst interessant“, weiß Claudia. „Stößt man an körperliche Grenzen,

ten schließlich selbst helfen. „Ich fungiere lediglich als eine Art Schlüssel dazu.“ Claudia hat auch ein Behandlungs-

„Mittler zwischen Schulmedizin und traditioneller Heilweise.“

kommt man auch leichter an das Unbewusste heran.“ So ist es auch das Unbewusste, durch das sich Claudias Klienten

zimmer, in dem sie in Einzelsitzungen schamanische Rituale vornimmt. „Dabei liegt der Klient ca. eine Dreiviertel-

stunde auf einer Liege und es passiert ... zunächst gar nichts. Diese Pause soll den Klienten den Zugang zu ihrem Unbewussten ermöglichen“.

Claudia empfängt währenddessen telepathisch traumatische Erlebnisse oder Krisensituationen als Bilder, die der Klient lange verdrängt hat und nun oft selbst nicht mehr erkennt. „Zusammen bearbeiten wir die Gefühle die mit diesen Erlebnissen zusammenhängen“. Ist das Gefühl – meist Angst oder Wut – heraus, steht auch einer Heilung, ganz gleich ob bei körperlichen oder seelischen Beschwerden, nichts mehr im Wege.

Rasseln, Düfte, Steine & Räucherhölzer

Oft muss es nicht einmal ein Trauma sein, das ihre Klienten an einem glücklichen Leben hindert. Manche verinnerlichen als Kind zum Beispiel gedankenlos von der Mutter dahergesagte Sätze wie „Du machst es dir aber immer leicht!“ dermaßen, dass sie sich das Leben unbewusst schwer machen. Solche Blockaden sind oft in schon einer Sitzung behoben, während für tief sitzende Probleme mehrere Sitzungen nötig sind.

Doch was so einfach klingt, erfordert bei Claudia höchste Konzentration und vom Klienten höchstes Vertrauen. „Rasseln, Düfte, Steine und Räucherhölzer dienen mir als Hilfsmittel, um mich in einen anderen Bewusstseinszustand zu versetzen.“ Claudia ist sich sicher, dass viele Menschen Fähigkeiten wie sie haben. „Doch nur die wenigsten sind sich ihrer bewusst. Ein Indiz für besondere Kräfte ist zum Beispiel eine Hochsensibilität.“

Claudia selbst spürte ihr besonderes Talent erst nach schlimmen Lebenskrisen. „Ich erfuhr in der Ehe viel Gewalt und erlebte auch schon einen Burnout und war sogar in einer psychosomatischen Klinik.“

Leben in zwei verschiedenen Welten

Als die Schulmedizin nicht mehr weiterweiß, geht Claudia schließlich selbst einen alternativen Weg. Sie spürt eine Kraft in sich, die sie damals noch nicht definieren kann, macht zuerst ihren Reiki-Master und schließt danach ihre Schamanen-Ausbildung ab. „Ich habe in fast allen Gebieten, in denen meine Klienten Hilfe suchen, eigene Erfahrungen gemacht. Diese Lebenserfahrung und die Entdeckung, dass ich hochsensibel bin, hilft mir bei deren Behandlung.“



Räucherhölzer sind ein wichtiges Hilfsmittel bei der schamanischen Arbeit.

Vielleicht ist es neben ihrer Arbeitsweise aber auch Claudias bodenständige Art, die sie absolut glaubwürdig macht. „Ich verstehe mich als Mittler zwischen Schulmedizin und traditioneller schamanischer Heilweise. So müssen sich meine Klienten auch, wenn eine körperliche Störung vorliegt, schulmedizinisch durchchecken lassen. Warum sollte man nicht das Beste aus beiden Welten nutzen?“

Und es ist auch überhaupt kein Widerspruch, dass die ehemalige medizinisch-technische Assistentin Claudia

nur einen Tag nach ihrer Wanderung durch die Natur geschminkt in perfektem Pharmareferentinnen-Outfit auf ihren gepflegten Mittelklassewagen zugeht um ihre Ärztterunde zu drehen. Plötzlich bückt sie sich und hebt eine einzelne Karte vom Gehsteig auf, die wie von Zauberhand dort hingekommen zu sein scheint. „Aha, ein Herzkönig“, meint Claudia strahlend, „ich bin gespannt, was oder wer da heute auf mich zukommt.“

WAS IST EIN SCHAMANE?

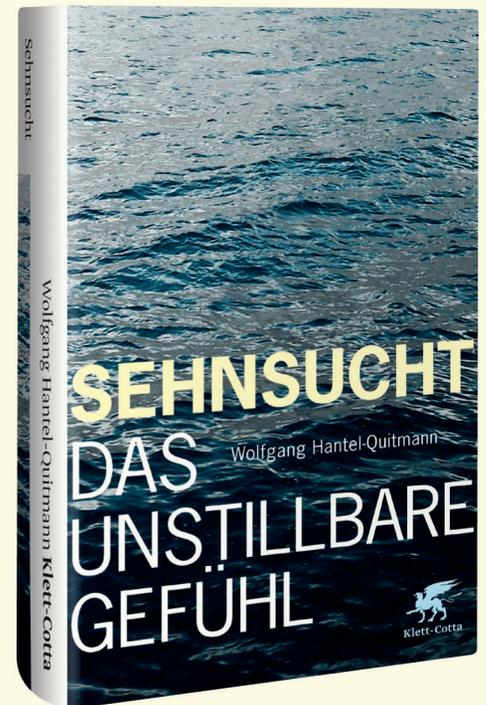
Dass sich Menschen durch Trance in andere Bewusstseinszustände versetzen wollen, ist nicht etwa ein neuer esoterischer Trend. Bis in die Jungsteinzeit finden sich Spuren von Schamanismus im kulturellen Erbe der Menschen. Viele Beispiele von schamanischen Riten finden sich in Höhlenmalereien, wie zum Beispiel in der Höhle von Lascaux in Südfrankreich. Eine Trance erreichen Schamanen meist durch den Schlag einer Trommel, die dem menschlichen Herzschlag entspricht, oder einer Raschel oder Rauch. Durch den anderen Bewusstseinszustand wollen Schamanen in die Welt des für uns nicht Sichtbaren blicken und mit Wesen von dort, wie etwa Hilfsgeistern in Verbindung treten, damit sie Botschaften empfangen sowie Ursachen erkennen können. Heilungen und Voraussagen gehören ebenfalls zum klassischen Gebiet eines Schamanen. Während der „Beruf“ eines Schamanen früher meist vererbt wurde, kann man Schamanismus heute in Kursen lernen.

INFOS

Infos über Claudia, ihre Arbeitsweise und ihre weiteren Angeboten, wie zum Beispiel Wanderungen durch die Südeifel und das Moseltal, gibt es unter: www.claudia-barg.de

Einen Test zur Hochsensibilität gibt es unter: www.zartbesaitet.de

Wer sich verstehen will, muss seine Sehnsüchte verstehen.



239 Seiten, gebunden mit Schutzumschlag
€ 19,95 (D), ISBN 978-3-608-94679-6

Sehnsucht kann uns zu mutigen Veränderungen verführen, zu bedeutsamen Lebensentscheidungen verleiten, sie kann wilde Leidenschaften entfachen oder persönliche Entwicklungen beflügeln. Die Kraft der Sehnsucht entfaltet sich allerdings nur, wenn sie kontrolliert wird, wenn man vorsichtig mit ihr umgeht und wenn der sehnsüchtige Mensch realistisch die Chancen und Risiken prüft. Eine Idee, die mit der Macht der Gefühle besetzt wird, kann ein Leben verändern.

