

NAMIAH BEATRIX BAUER

FREUDEN SPRUNG



Wie das
Wunschkind leichter
zu dir kommt

**man
kau:**

Für Paul und Selia
Für Claire

IMPRESSUM

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Namiah Bauer

Freudensprung

Wie das Wunschkind leichter zu dir kommt

E-Book (pdf): ISBN 978-3-86374-513-4

(Druckausgabe: ISBN 978-3-86374-512-7, 1. Auflage 2019)

Mankau Verlag GmbH

D-82418 Murnau a. Staffelsee

Im Netz: www.mankau-verlag.de

Internetforum: www.mankau-verlag.de/forum

Lektorat: Redaktionsbüro Julia Feldbaum, Augsburg

Endkorrektur: Susanne Langer-Joffroy M. A., Germering

Layout und Satz: Lydia Kühn, Aix-en-Provence, Frankreich

Umschlaggestaltung: Hauptmann & Kompanie Werbeagentur Zürich

Bildnachweis: Seite 42: Ulla Laser; 66: Marie Ortsiefer; 78: Carola Gietzen; 97:

Fotodesign Norbert Schmelz; 128: Privat; 171: Privat; 180: Natalie Kubernath –
redfair picture DESIGNS; 201: Jutta Panke, www.seelenstrahlen.com

Hinweis für die Leser/innen:

Die Autorin hat bei der Erstellung dieses Buches Informationen und Ratschläge mit Sorgfalt recherchiert und geprüft, dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Verlag und Autorin können keinerlei Haftung für etwaige Schäden oder Nachteile übernehmen, die sich aus der praktischen Umsetzung der in diesem Buch vorgestellten Anwendungen ergeben. Bitte suchen Sie bei Erkrankungen einen erfahrenen Arzt oder Heilpraktiker auf.

Inhalt

Einige Worte zum Buch	8
Herzlich Willkommen	11
Das Buch ist	12
Zeit für Veränderung	16
Übung: Liebesfluss	18
Mein Weg	20
Hunger nach Leben	23
Kinderseelen	27
Übung: Zeit für euch	32
Ein Blick nach oben	33
Übung: Farbenspiel	35
Mut zu neuem Bewusstsein?	37
Interview: Die Fruchtbarkeit steigern	42
Gedankenpower	44
Übung: Blickwechsel	48
Himmel und Erde	49
Übung: Baum-Meditation Teil 1	52
Übung: Baum-Meditation Teil 2	53
Zwei im selben Boot	55
Weiblichkeit in Freude	60
Übung: Wasser	63
Übung: Feuer	64
Interview: Die Kinderwunschzeit lustvoll gestalten	66
Wortzauber	69
Übung: Freiheits-Slam	70

Seele trifft Kinderwunschklinik	72
Übung: Erschaffe ein neues Bild!	74
Welche Rolle spielen die Männer?	74
Interview: Eine Ärztin erzählt	78
Mama mit Kinderwunsch	83
Übung: Verzeihen	85
Besser schweigen ...?	88
Eingenistet?	92
Übung: Einheit	94
Interview: Den Körper stärken	97
Wieder weg	100
Zarte Begleitung	104
Übung: Anleitung für mehr Gelassenheit	106
Übung: Ein Tag einmal anders	107
Seelenkommunikation	109
Übung: Stille	111
Endlich vereint	116
Drei-Stufen-Arbeit mit verlorenen Zwillingen	121
Goldener Raum	123
Übung: Kraftquelle	125
Übung: Wut-Slam	126
Interview: Die Stimme schafft Verbindung	128
Unsere Mütter im Leben	131
Die eigene Mutter	131
Übung: Rückschau	132
Übung: Liebe empfangen	134
Die Göttliche Mutter	134
Muttermilchgefühl	137
Übung: Vertrauens-Slam	139
Berührung	141
Übung: Natur erspüren	143

Dein Kind möchte gesehen werden	145
Übung: Lass deine Hände sprechen	147

Liebe sieht Wunder	149
Übung: Genießen lernen	153

21-Tage-Programm – Zeit für Liebe

Übung: Herz-Chakra	155
Übung: Einmal Kind sein	157
Übung: Sakral-Chakra	159
Übung: Solarplexus	161

Mutmachern	164
Übung: Platzwechsel	165
Interview: Mach Dich auf den Weg	171

Bereit für einen Neustart	174
Für Männer	175
Für Frauen	176
Ein unerfüllter Kinderwunsch braucht Bewegung	179
Interview: Neue Schritte wagen	180

Der Klang der Seele ruft: Wunschbaby	183
Übung: Du kannst sie hören	185

Glücklich warten	189
Übung: Hallo Glück!	191

Und wie weiter?	194
Übung: Slam: Freude	194

Menschen, die dich unterstützen	195
Angebote von Namiah Bauer	200
Über die Autorin	201
Buch-Inspirationen	202
Danke!	203
Register	205

Einige Worte zum Buch

Als langjährige Ayurveda-Ärztin weiß ich: Den wichtigsten Beitrag zu einer gesunden Gesellschaft mit glücklichen und erfolgreichen Menschen leisten Eltern. Denn von ihnen hängt es in erster Linie ab, ob ein Mensch einen guten Start ins Leben haben wird und ob er dazu beitragen kann, sich und seinen Mitmenschen Glück und Zufriedenheit zu schenken und die Lebensqualität seiner Mitmenschen zu verbessern. Es scheint ein Naturgesetz zu sein, sich nach Kindern zu sehnen und Leben weitergeben zu wollen. Wie aber diesen tiefen Wunsch erfüllen, wenn sich einfach kein Kind einstellen will? Diese Frage beantwortet das Buch, das Sie in Händen halten – aus einer heute noch eher ungewöhnlichen und meist vernachlässigten Perspektive.

Das Buch von Namiah Bauer ist ein ganz besonderes, ein berührendes Buch. Ein Buch, das in unserer modernen Zeit, in der viele Menschen Perfektion vorwiegend im Außen suchen, sich das Leben immer schneller dreht und gleichzeitig immer leerer wird, einen erfreulichen Kontrapunkt setzt: Haltet inne, schaut, was euch wirklich glücklich macht, was euch im Inneren erfüllt. Es macht Freude, dieses ehrliche und erfrischend geschriebene Buch zu lesen. Durch jede Zeile schimmert Namiahs Aufrichtigkeit und ihre Liebe zu (noch) ungeborenen Kindern hindurch, ebenso wie ihre Güte und ihr unbedingter Wunsch, betroffenen »Kinderwunschfrauen und -männern« Mut zu machen. Den Mut, sich selbst und die eigenen Blockaden kennenzulernen, die feineren Ursachen zu ergründen, die der Freude und Spontaneität im Leben entgegenstehen und damit die Fruchtbarkeit einschränken können. Statt Angst und Anspannung setzen ihre

Ansätze auf das Vertrauen in die göttliche Führung, auf die Lebensfreude mit all ihren Facetten, auf Dankbarkeit dem Leben gegenüber sowie auf das Zulassen des eigenen Lebensplans – mit oder ohne Wunschkind.

Sie macht Mut, sich auf die ganz eigene Reise einzulassen und sich in allen Situationen mit der gewünschten Kinderseele zu verbinden, um sie auf die Erde einzuladen. Namiah schafft es in ihrem Buch, eine enge Verbindung zu ihren Leser/-innen herzustellen – mithilfe ihrer ganz eigenen Offenheit, durch die sie sie auch an ihren eigenen schmerzvollen und beglückenden Erlebnissen teilhaben lässt. Ihre vielseitigen praktischen Empfehlungen und Übungen basieren auf eigenem Erleben sowie den Erfahrungen mit zahlreichen Kinderwunschfrauen und -männern und der echten liebevollen Kompetenz, die ihr daraus erwuchs.

Bei der ayurvedischen Kinderwunschbehandlung beginnt die Planung einer Schwangerschaft weit vor der – im Idealfall geplanten – Zeugung. In diesem seit Jahrtausenden bewährten ganzheitlichen, natürlichen Gesundheitssystem wird empfohlen, dass beide Partner ihre Zellen entgiften und reinigen, nicht nur, um die Fruchtbarkeit zu erhöhen, sondern auch, um für eine möglichst gute körperliche und seelische Gesundheit des Wunschkindes zu sorgen. Dies geschieht mit Kuren, die sanft, aber systematisch Schadstoffe aus dem Organismus schleusen und ihn gleichzeitig tief entspannen, ebenso wie mit einer lebendigen, leichten Ernährung sowie mit Empfehlungen zu einem natürlichen Lebensrhythmus – höchst individuell auf jeden einzelnen Menschen zugeschnitten. So, wie die Seele – wie so schön im Buch »Freudensprung« dargestellt – eine große Rolle spielt, ist der Körper nicht weniger wichtig. Denn Umwelttoxine und Stoffwechselendprodukte lagern sich überall im Körper ab, auch in Uterus, Eizellen und Spermien. Sie reduzieren die Emp-

fängnisfähigkeit und sind ein wesentlicher Grund dafür, dass die Fruchtbarkeit von Frauen und Männern in den Industrienationen seit Jahrzehnten stetig abnimmt.

Jedoch ganz wichtig ist auch die Psyche, die Entspanntheit und Lebensbejahung der Kinderwunschaare. Und das ist nicht nur Wunschdenken: Eine große deutsche Studie mit werdenden Müttern, die regelmäßig transzendente Meditation praktizierten, zeigte im Vergleich zu nicht meditierenden Müttern eine deutlich bessere seelische und gesundheitliche Verfassung während der Schwangerschaft, einen leichteren und kürzeren Geburtsverlauf, eine stabilere Gesundheit der Neugeborenen direkt nach der Geburt sowie eine längere Stilldauer im Anschluss. Ohne Weiteres können wir das auch auf die Fruchtbarkeit übertragen, denn hier spielen ebenfalls seelische Faktoren eine große Rolle.

Daher: Nehmen Sie sich, liebe Leserin, lieber Leser, die vielseitigen Empfehlungen aus diesem Buch zu Herzen, finden Sie Ihren ganz persönlichen Weg in ein JA zum Leben, ein JA zu einem gesunden, entgifteten Körper, zu gesunder Ernährung, zum Verwöhnen und Genießen, ein JA zu Ihrem Lebensweg, sodass sich – mit oder ohne Kind – Ihr Leben bereichert.

Dr. Karin Pirc

Ärztliche Leitung der Maharishi Ayurveda Privatklinik, Bad Ems

Herzlich Willkommen



Kleine, große, bunte Murmeln
kullern freudig in dein Leben.
Mal wieder Kind sein und lachend
auf den Boden fallen.
Brause-Lollis lutschen,
auf den Bäumen sitzen und
Abenteuer erleben.
Die Türen des Spielparadieses sind geöffnet:
für dich und die funkelnden Lichter am Himmel,
die darauf warten,
endlich nach Hause zu kommen.

Mach's freudig! Mach's leicht!

Das lieben die Kinder und rutschen mit Sicherheit lieber auf diese Weise ins Leben. Natürlich weiß ich, dass die Kinderwunschzeit kein Spiel ist, die Babys nicht hergezaubert werden und dass eine medizinische Unterstützung notwendig ist. Doch warum das Ganze nicht einmal anders sehen? Wir Erwachsenen haben zwar einen Plan, wie das Leben funktionieren soll, aber den Kinderseelen gefällt er manchmal nicht. Sie zeigen uns sehr deutlich, dass sie sich nicht in eine Form und in einen Zeitplan pressen lassen. Daher hat ein Teil in mir mit Kinderaugen geschrieben und wiederholt damit immer wieder die Aufforderung: Wenn du eine Seele in dein Leben einladen möchtest, entdecke zuerst das Kind in dir, lerne wieder zu spielen, verrückte Dinge zu tun. Kennst du das Pulsieren im ganzen Körper, Freudenkribbeln, das dich zum Lachen bringt, wenn du die Vernunft

beiseitelegst? Leben heißt: mit allen Sinnen alles, was uns täglich umgibt, zu genießen und zu lieben! Wie oft höre ich: Wenn ich doch genug Zeit, Geld, Talent ... hätte, dann würde sich mein Traum erfüllen. Wir suhlen uns lieber im Mangel, als die Schätze zu sehen, die uns bereits umgeben. Die Kinder sind die besten Lehrer, keiner kann uns besser zeigen als sie, wie wir die Fülle in unserem Leben wiederentdecken und kinderleicht empfangen können. Ich weiß, dass viele Paare ihren Wunsch mit einer klaren Linie im Kopf verfolgen, doch schlummert in dir nicht auch die Sehnsucht, einfach auszubrechen und die eingetretenen Pfade zu verlassen? Ich lade dich ein, deinen Plan einmal kurz beiseitezulegen und dich zu öffnen.

Hör mir zu. Hör dir selbst zu. Und empfange neues Leben ...

Das Buch ist ...

... für die funkelnden Lichter am Himmel,
die darauf warten, endlich nach Hause zu kommen.

... für dich, die sich sehnlichst ein Kind wünscht.

Du bist nicht allein, mit dir fühlen Millionen Frauen den gleichen Schmerz.

... für die Mütter, die nicht erneut schwanger werden.

Ich kenne das verzweifelte Warten.

In dir wohnt ein Gefühl, das du nicht mehr abstellen kannst und das dein ganzes Leben bestimmt – der Wunsch nach einem weiteren Kind.

... für die Kinder, die noch Seelenlichter im Himmel sind und nur darauf warten, auf die Erde eingeladen zu werden.

... und natürlich für alle Männer, die dieses Buch bei ihren Frauen entdecken.

Schön, dass du da bist und mein Buch in den Händen hältst.

Es kann für eine Zeit dein persönlicher Begleiter sein – magisch, wie Bücher aus dem Nichts auftauchen können, im richtigen Moment das Leben verändern und gleichzeitig die Hoffnung geben, eine schwierige Situation zu meistern. Möge aus meinen Worten genau das zu dir fließen, was du gerade brauchst.

Ich bin Mutter und Kinderwunschfrau. Sieben Jahre wartete ich vergeblich auf mein Baby, daher bin ich bestens vertraut mit allen emotionalen Tiefflügen. Ich weiß, dass die Kinderwunschzeit extrem einsam machen kann. Doch ich versichere dir: In dieser Zeit gibt es viel mehr zu entdecken als Eisprung-Sex und zu wenige oder zu langsame Spermien.

Aus meinem Traum von einem dritten Kind hat sich meine Berufung entwickelt: Ich bin Kinderwunschbegleiterin und verstehe die Sprache der Kinderseelen. Ich gebe das weiter, was aus dem Himmel auf die Erde transportiert werden möchte, damit eine Verbindung entstehen kann – damit Eltern und Kinder auf der Erde zusammenfinden.

Alles, was du liest, ist meine Geschichte, kombiniert mit den Erfahrungen aus meiner Arbeit. Die verschiedenen Perspektiven, aus denen ich berichte, helfen dir, umzudenken, den Blickwinkel zu verändern und die eigene Welt größer zu machen. Du findest in den einzelnen Kapiteln immer wieder Übungen und Inspirationen, denn es ist gut für dich, wenn du Gelesenes gleich in die Praxis umsetzt. Wenn du Lust hast, dann mach die Übungen auch außerhalb der Kapitel, wann immer dir danach ist.

Und noch etwas möchte ich dir mit auf den Weg geben: die Erfahrungen anderer Frauen. Hinter einzelnen Kapiteln findest du

Mutmacher-Interviews mit sechs Frauen, die sich täglich mit den Themen Kinderwunsch, Muttersein, Weiblichkeit auf ganz unterschiedliche Weise beschäftigen. Ich freue mich sehr, dass sie mit ihrem Wissen dieses Buch bereichern. Außerdem war ich mutig und habe mit meinem Mann ein Interview gemacht. Er hat mir Antworten auf noch nie gestellte Fragen gegeben.

Hilfreich ist es, wenn du dir ein schönes Notizbuch kaufst, die Gefühle, Gedanken und Erlebnisse aufschreibst, dein persönliches »Erfüllungsbuch« entstehen lässt.

Mit einem unerfüllten Kinderwunsch kommst du nicht daran vorbei, dich mit den medizinischen Fakten auseinanderzusetzen – doch es gibt weit mehr: eine ganz feine Ebene, die dir noch fremd ist, nun aber entdeckt werden möchte. Ich meine die Welt der Kinderseelen, die nur übers Herz fühlbar ist. Bisher hast du den Kinderwunsch mit dem Kopf gesteuert und bist wahrscheinlich gar nicht auf die Idee gekommen, den Blickwinkel zu verändern. Doch falls du schon lange kinderlos bist, ist jetzt der Zeitpunkt gekommen, dich dieser neuen Welt zu öffnen. Stell dir vor, dass du sie bisher nicht erkennen konntest, weil die Gläser deiner Brille extrem verschmutzt waren. Du wirst sie putzen und einen klaren Blick auf all das erhalten, was bisher hinter einem Schleier für dich verborgen blieb. Ich werde dich im Laufe der Kapitel in die Seelenwelt mitnehmen und ein Stück mehr dort eintauchen lassen. Vertraue mir, es ist möglich und macht Freude.

Meine Erfahrung ist, dass ein lang anhaltender Kinderwunsch Paare auffordert, die Kursrichtung zu ändern, um sich und dem Leben neu zu begegnen. Das mag am Anfang anstrengend sein, ist jedoch eine große Chance, den Körper in seiner Fülle und Schönheit neu kennenzulernen, was im aktuellen Mangelzustand gerade nicht mehr möglich ist.

Ich beschreibe eine ganzheitliche Sicht auf dieses Thema. Mein Wunsch ist, dass sich Reproduktionsmedizin, alternative Methoden und die Seelenwelt verbinden für ein gemeinsames Ziel: Viele Kinder finden den Weg zu ihren Eltern.

Ich möchte wach machen für Spiritualität im Alltag, was nicht bedeutet, »auf Engelsflügeln durch die Welt zu schweben«. Ganz im Gegenteil: Mir geht es um mehr Bewusstsein für Körper, Geist und Seele und die Fähigkeit, dabei trotzdem mit beiden Beinen auf der Erde zu stehen. Ein lang ersehnter Kinderwunsch ist so, als ob viele kleine Puzzlesteine zusammengefügt werden wollen, leicht und spielerisch – aber mit viel Geduld!

Ich gebe dir eine Anleitung an die Hand, um die Steine zu finden, die du gerade gar nicht siehst, weil du mit einem Tunnelblick unterwegs bist und rechts und links nichts mehr wahrnimmst.

Bist du bereit für einen neuen Weg?

Weit weg vom Verstand und dafür mitten ins Herz?

Dann folge mir gern in die feine und freudige Welt der Kinderseelen.

In Liebe,
Namiah

Zeit für Veränderung

Jetzt!

Beginne ein neues Kapitel.

Es könnte das Aufregendste sein,
das du je gelesen hast.

Let's talk ..., und zwar ganz dringend.

Immer noch ist Kinderwunsch ein Thema, über das lieber geschwiegen wird. Wer nicht selbst betroffen ist, der weiß gar nicht, welche Hölle ein Paar mit langem Kinderwunsch durchläuft. Ich denke auch an all die Frauen, die eine Fehlgeburt hatten – über die Trauer wird gern hinweggesehen. Und Frauen mit einem Schwangerschaftsabbruch reden aus Scham nicht darüber, sie verdrängen das Erlebte lieber. Aus Erfahrung weiß ich, dass wir lieber versuchen, allein klarzukommen, den Schmerz und die Trauer möglichst weit wegzuschieben.

Tatsächlich gibt es in Deutschland über zwei Millionen Kinderwunschpaare – eine Zahl, die danach ruft, genauer betrachtet zu werden. Mittlerweile wimmelt es im Netz von Kinderwunschforen und Tipps, wie du endlich schwanger werden kannst, doch wer schaut auf dein Herz?

Als ich nach sechs Monaten immer noch nicht schwanger war, fing ich an, im Internet zu recherchieren. Als zweifache Mutter

war ich völlig ahnungslos, dass es so viele Kinderwunschaare gibt. Ich kam aus dem Staunen gar nicht mehr heraus. Zuerst war ich sogar erleichtert: *Ich bin nicht allein, da sind noch Tausende von anderen Frauen, die das Problem mit mir teilen!* Ich las alles im Netz, was ich nur finden konnte, und loggte mich in Kinderwunsch-Foren ein. Was mir jedoch auffiel, war, dass es nur um Eisprung, Zyklus etc. ging. Frauen, die schon mehrere In-vitro-Fertilisationen (IVF) hinter sich gebracht hatten, waren bestens vertraut mit dem Fachjargon. Mir war dies sehr fremd – und wieder war die Einsamkeit da. Aber ich fühlte: *Da gibt es bestimmt noch mehr!*

Oft geben sich Frauen die alleinige Schuld und laufen mit dieser Zentnerlast durchs Leben. Kein gut funktionierender Eisprung, Zysten, verklebte Eileiter – die Liste all dessen, was nicht stimmt, könnte noch richtig lang werden. Die negativen Gedanken nehmen schnell überhand und werden zu düsteren Wolken vor den Augen – du wirst blind für die schönen und leichten Dinge im Leben.

Vermutlich bist du bisher deinen Weg nach Plan gegangen, gesteuert von deinem Willen, deine Sehnsucht nach einem Kind zu erfüllen. So hat es aber nun nicht geklappt, der innerliche Stress ist eher größer geworden.

Das Leben fordert dich auf, genauer hinzuschauen. Oder willst du weiter als »halbwertige Frau« durchs Leben laufen, die nur einen Gedanken im Kopf hat: Ich bin eine Versagerin?

Die Boulevardzeitungen nähren dieses Gefühl täglich: Da sehen wir die wunderschönen, gestylten Promis, die Frauen aus den Königsfamilien, die ihren Traumprinzen fanden und deren Liebe jetzt auch noch durch ein Baby gekrönt wird. Die schwangere Arbeitskollegin, die du jeden Tag im Büro triffst, Freundinnen, die nacheinander schwanger werden. Alle sind glücklich, und die ganze Welt ist entzückt ...

Ja, das tut entsetzlich weh. Ganz ehrlich, auch ich hätte platzen können vor Neid und hasste meinen Körper abgrundtief, weil er nicht so funktionierte, wie ich es wollte. Als Betroffene brauchte ich viele Jahre, um wirklich zu verstehen, was denn eigentlich hinter meinem Wunsch stand. Ich wurde zu meiner eigenen Lebensforscherin, deckte in detektivischer Kleinarbeit auf, entblätterte bis zum Grund und heilte Seelenwunden. Irgendwann stand ich vor der Entscheidung: *Möchte ich weiter die Gefangene in meinem eigenen Sumpf sein, oder entscheide ich mich, meine Weiblichkeit auf andere Weise zum Ausdruck zu bringen?*

Auch von dir braucht es ein klares JA für Veränderung, um das Kellerloch zu verlassen, in dem es kalt und dunkel ist. Gib dir einen Ruck, und nimm die Treppe, die dich nach oben ins Licht führt. Nur denke bitte daran: Jeder Kinderwunsch ist individuell, hat seine eigene Zeit und ist nicht mit einem anderen Kinderwunsch zu vergleichen. Versuche, deine Vorstellungen und Erfahrungen auf die Seite zu legen und offen zu sein für Neues, neugierig wie ein Kind – und hab Geduld, denn Kinderseelen kennen keine Zeitrechnung.

Ich verrate dir eine Übung, die dir hilft, das ewige Mangeldenken loszulassen.

Liebesfluss

Bitte schau dorthin, wo du bereits die Rolle als Mutter übernimmst. Damit beginnst du, deinem Leben eine neue Ausrichtung zu geben, und bringst dich in eine positive Schwingung. Was oder wen nährst du mit deiner Liebe? Das können berufliche Projekte, Ideen, die Beziehung zu Freunden und Familienmitgliedern, Tiere oder dein Garten sein. Dort verschenkst du dich und gibst dein ganzes Herzblut hinein.

Dazu kannst du ein inneres Bild zu Hilfe nehmen: Stell dir einen Wasserfluss vor, der aus deiner Brustmitte fließt, sich verschenkt und in die verschiedensten Richtungen strömt. Immer weiter dehnt er sich und stoppt nicht, solange du mit ihm verbunden bist. Gleichzeitig nimmst du wahr, wie du immer größer wirst und dich öffnest. Schließ deine Augen, und lass dich gedanklich in deinen eigenen Liebesfluss fallen. Du brauchst nicht mehr zu funktionieren, sondern darfst loslassen und genießen. Fließend leicht!

Essenz

- ◁ Sei mutig und rede über deine Gefühle.
- ◁ Lasse los und schaue neu.
- ◁ Liebe möchte fließen.

Mein Weg



Ja, es gibt einen Weg in ein erfülltes Leben.
Komm mit – ich zeige ihn dir!

Mit Ende zwanzig war ich glückliche Mutter von zwei Kindern. Ungeplant hopsten sie einfach in mein Leben. Das Glücksgefühl der Geburten lässt sich auch 20 Jahre später nicht toppen, und ich bin unendlich dankbar für die beiden.

Allerdings fing mit dem Muttersein auch meine 90-Grad-Lebensdrehung an, die mit sehr vielen Tiefs und Schmerzen verbunden war. Ich hoffte, dass meine Kinder und mein Ehemann meine innere Leere füllen würden. Eine Zeit lang funktionierte das ganz gut, bis in mir wieder das wohlbekannte Gefühl auftauchte: Unerfülltheit.

Mit ihr meldeten sich kleine Monster, die sich einfach in meinem Körper breit machten, vor Hunger schrien und nie satt wurden. Ich versuchte, sie mit Alkohol, Essen, Sex und Designerkleidung zu beruhigen, doch all das machte mich nur noch leerer und trauriger. Sie wollte kein Ende finden – die Suche nach Erfüllung. Die Trennung von meinem Mann machte es nicht einfacher und ließ mich noch ein Stück tiefer fallen – aus

einer stylischen Mutter und Ehefrau, die zu Hause war in einem Hamburger Nobelviertel, wurde eine Singlemama mit Existenzängsten.

Meine Kinder gaben mir die Kraft weiterzumachen, trotz vieler Tiefschläge. Ohne sie wäre ich nie losgelaufen und hätte ich nie mein Leben radikal verändert! Schicht für Schicht löste ich die harte Kruste, die mich lange umgab – viele Tränen brauchte sie, um weich zu werden. Langsam fing ich an, mich für andere Dinge als Mode zu interessieren. Das Äußere wurde immer unwichtiger, und ich lernte, den Blick nach innen zu richten und meine Gefühle zum Ausdruck zu bringen. Damit zogen in mein Leben Farben, Freude und Liebe ein ... Und mein zweiter Mann! Nun endlich konnte der Traum von einem erfüllten Leben real werden – dachte ich.

Doch mit der Sehnsucht nach einem dritten Kind – natürlich war ich mir sicher, dass unser Baby nicht lange auf sich warten lassen würde – löste sich mein Glück auf wie eine Brausetablette. Ich wurde nicht schwanger! Da war sie wieder, die entsetzliche Leere, eine tiefe Wunde, die einfach nicht heilen wollte.

Die Zeit des Kinderwunsches war eine körperlich wie seelisch fordernde Zeit, die mich an meine Grenzen brachte. Und gleichzeitig der Auslöser für die größte Veränderung in meinem Leben – die Öffnung für Spiritualität.

Nach langem Suchen kam ich endlich bei mir an. *Ich entdeckte meine Hellfühligkeit für Kinderseelen wieder und bin glücklich, heute die Vermittlerin für Kinder und Eltern zu sein.*

Im Rückblick fühlt es sich so an, als hätte mich mein drittes Wunschkind an die Hand genommen und mir gesagt: »Da ist noch viel mehr, auch wenn du es noch nicht sehen kannst. Deine Welt ist so groß und bunt, fange an, sie zu entdecken. Ich bin deine Lehrerin im Himmel, damit du die Sprache der Kinderseelen lernst.«

Aus meinem größten Schmerz, dem unerfüllten Kinderwunsch, ist etwas Neues entstanden. Heute begleite ich Frauen in der Kinderwunschzeit und Schwangerschaft, aber auch in Trauerphasen bei Fehl- und Totgeburten. In Seminaren gebe ich weiter, wie jeder, von Wunscherlern über Heilpraktiker, Therapeuten bis hin zu Ärzten, den Zugang zu den Kinderseelen bekommt und ihre Sprache fühlt.