



lovebirth.de/weisheit

Wertschätzung von Yashodhara „Awakening Women Teacher“

Als ich dieses Buch zum ersten Mal in englischer Sprache las, hat es mich tief berührt. Die einfachen Übungen, die dem weiblichen Körper guttun – uns helfen, mit dem Körper in Kontakt zu kommen und unserem Empfinden bewusst zu werden.

Im Seitai wird von „schmerzfreier Geburt“ gesprochen, wovon ich bis dahin noch nie gehört hatte, obwohl ich holistische Krankenschwester, Geburtshelferin und Awakening Women Lehrerin bin.

Die Vorstellung, dass eine Frau eine orgastische Geburt erleben kann – wie wundervoll – und anders als das, was uns bisher erzählt wurde. Durch meine Beziehung mit Shimananda lernte ich so viel über die natürliche Weise von Geburt und Erziehung.

Nachdem ich Teile dieses Buches gelesen hatte, sagte ich zu ihm, es würde großartig sein, es zu übersetzen und somit Frauen im deutschsprachigen Raum zugänglich zu machen. Es ist so wichtig, dass wir Frauen immer mehr Mittel und Wege an die Hand bekommen, um uns selbst und einander zu unterstützen und die natürliche Geburt und Lebensweise zu fördern.

Ein beeindruckendes Beispiel las ich in einem der Bücher von Tsültrim Allione. Darin erzählt sie, dass ihr am Ende ihrer Schwangerschaft gesagt wurde, dass ihr Baby nicht gut in der Gebärmutter liegt und eingegriffen werden müsse. Sie folgte zuerst ihrem natürlichen Instinkt - begab sich auf allen Vieren auf den Boden, wo sie sich rollte und schüttelte. Durch diese regenerierenden Bewegungen drehte sich das Kind und konnte auf natürliche Weise geboren werden.

Eine weitere faszinierende Geschichte erzählt eine Baronin am Starnberger See. Nach der Fruchtwasser-Punktion verlor sie Fruchtwasser und sie setzte alles dran, durch liegen, den Fötus zu retten. Während dieser langen Liegezeit begann sie mit ihrem ungeborenen Baby im Bauch zu sprechen und ihre Gebärmutter zu heilen. Obwohl die meisten Ärzte skeptisch waren und sie nicht unterstützten, setzte sie sich entschlossen durch. Sie schaffte es, mit Unterstützung einer naturheilkundigen Medizinerin, ihr Kind gesund und auf natürliche Weise auf die Welt zu bringen.

Wir wissen alle, wie häufig heutzutage Kaiserschnitt und medizinische Eingriffe bei schwangeren Frauen vorgenommen werden - wie selten natürlich geboren wird. Ich möchte alle Frauen ermutigen, auf ihre Intuition zu hören, ihrem Instinkt zu vertrauen. Sowie das alte Wissen der Frauen zu beleben und einander darin zu unterstützen und zu bestärken.

Ich erinnere mich, wie ich meiner Freundin versprochen hatte, sie bei der Geburt und danach zu helfen und musste drei Wochen über den Termin hinaus warten, bis ihr Baby natürlich geboren wurde.

Heute ist das kaum noch möglich, weil gesagt wird, das Baby müsste geholt werden. Was früher als natürlicher Prozess möglich war und vertrauensvoll von Ärzten und Hebammen unterstützt wurde, ist heute kaum mehr möglich.

Im „Awakening Women Institute“ (AWI) praktizieren wir verkörperte weibliche Spiritualität.

Seit langem wissen wir, dass nicht nur die patriarchale Männerwelt - sondern auch alle Religionen von Männern gegründet und beherrscht wurden. Dabei wird der Körper und auch Mutter Erde als Objekt behandelt, die Wissenschaft hervorgehoben und Naturheilweisen und Frauenwissen abgewertet.

Bei AWI praktizieren wir, mit allen Gefühlen und Befindlichkeiten im Körper präsent zu sein. Wir lernen, die innere Weisheit anzuerkennen und auf freie und liebevolle Weise mit uns selbst und der Welt zu leben.

Dieses Buch ist nicht nur für schwangere Frauen, es ist für alle Frauen, die ihre Gesundheit fördern wollen und auf ihren Körper hören möchten. Es hat viele Tipps und Übungen für uns Frauen, in allen Lebensphasen. Die einfachen Wege im „Seitai“ und die Anleitungen von Mutsuko Nomura haben mich begeistert, Shimananda zu unterstützen, dieses Buch ins Deutsche zu übersetzen und zu veröffentlichen.

Yashodhara van Vilsteren

www.komm-dir-naeher.de

awakeningwomen.de

