

Eigener Weg und Vision

Als ich ein gutes Einkommen, einen liebevollen Partner und einen Ort, wo ich mich zu Hause fühlte, hatte, dachte ich, das sei das Ziel.

Nun weiß ich, dass das erst der Anfang war...

...denn wie zuvor, trat immer wieder Leere in mein Leben, insbesondere wenn ich stark im Außen aktiv war.

Irgendwie wusste ich immer, dass es noch mehr gab, fand aber nicht heraus, was mir fehlte.

In der Vergangenheit gab es Phasen in meinem Leben, die mir sehr gut getan hatten. So weilte ich sehr gerne in Klöstern, an spirituellen Orten, genoss Kirchentage und spirituelle Großereignisse. Dort entstand immer wieder das Gefühl, dass alle Menschen zusammen gehören, miteinander verbunden sind und sich trotz aller Unterschiede und Schwierigkeiten mögen, ja sogar lieben.

Durch langjährige Selbsterfahrung und eine tiefenpsychologische Psychotherapie hatte ich mich weitgehend mit meiner Vergangenheit, Kindheit und Familie ausgesöhnt.

Über die sehr humorvolle positive Psychologie von Nosrath Peseschkian kam ich wieder in Kontakt mit meinen spirituellen, christlichen Wurzeln und erkannte, dass Selbsterfahrung und Spiritualität zusammengehören.

Phyllis Krystal lehrte mich die Lehren Satya Sai Babas und bestärkte mich in meinem Denken, nicht das Trennende, sondern das Gemeinsame in allen Religionen zu sehen.

Mir wurde klar, dass alle Religionen etwas miteinander verbindet, dieses zeigt sich in der Christlichen Mystik bei Meister Eckhard, Johannes vom Kreuz, Hildegard von Bingen, Dorothee Sölle und eben auch in anderen Religionen wie z.B. dem Sufismus des Islam.

2008 kam ich über körperliche Beschwerden (Beckenschiefstand, 2 cm unterschiedlich lange Beine), mit dem geistigen Heilen in Kontakt. Als Gesundheits- und Krankenschwester war ich natürlich sehr skeptisch. Die Behandlung wirkte sofort. Tief beeindruckt davon, beschloss ich, selber eine Ausbildung in diesem Bereich zu machen.

So wurde ich Geistheilerin.

Zusammen mit Stefan, meinem Lebensgefährten eröffnete ich 2010 in Düren das Spirituelle Heilzentrum Nordeifel (www.shzn.de). Zwei Jahre praktizierten wir dort. Damals war es noch recht schwierig, mit geistigem Heilen Geld zu verdienen. Auch vielen Suchenden fiel es schwer, auf so unbekanntem Terrain wie dem geistigen Heilen loslassen zu können, damit Selbstheilung stattfinden konnte. Wiederum andere heilten sich in unserer Gegenwart von ihren Leiden, ihren Beschwerden und veränderten ihr Denken. Für manche begann ein neues Leben.

Zu dieser Zeit vertiefte ich meine Yoga-Praxis und erkannte, dass es mit Yoga möglich ist, meine Heilerpraxis und Spiritualität weiter zu entwickeln, denn auch Yoga ist ein spiritueller Weg.

So wurde ich Yoga-Lehrerin.

Seitdem unterrichte ich Yoga und bin tief berührt vom Fortschritt und der Entwicklung der Schüler. Viele kommen in den Kurs und entwickeln ein ganz neues Körpergefühl. Wieder andere ergänzen durch Yoga ihre sowieso schon sehr intensive Bewegungspraxis. Noch andere haben sich jahrelang kaum bewegt und erleben durch Yoga wie beweglich sie sind und fühlen sich nach einiger Zeit wie neu geboren. Wieder andere Schüler spüren, dass Yoga sie auf ihrem Weg der Selbstheilung und Selbsterkenntnis unterstützt und beginnen mit der täglichen Yoga-Praxis, die neben Yoga auch Pranayama und Meditation enthält.

Aber am meisten beeindruckt mich, dass die Schüler, die sich wirklich auf Yoga einlassen schon nach kurzer Zeit strahlen, ihre Augen strahlen, ihre ganze Aura strahlt. Sie sehen glücklicher, zufriedener, positiver und zuversichtlicher aus. Durch diese Erfahrungen kann ich sagen, dass Yoga (spirituelle) Selbsterfahrung durch Körperübungen ist, also ähnlich wie eine körperliche Psychotherapie wirken kann.

Yoga bedeutet für mich Selbsterkenntnis und Selbstverwirklichung. (siehe auch die Schriften der Yogameister, wie z.B. Swami Yogananda Parahansa: „Autobiographie eines Yogi“ und die Schriften von Swami Shivananda)

Die Begriffe geistiges Heilen, spirituelles Heilen und energetisches Heilen bezeichnen alle das Heilen mit geistiger Kraft.

Sherina ist ein spiritueller Name und bedeutet „die heilende Begleiterin“.