

Intro: Hallo und herzlich willkommen zu einer weiteren Folge von Das Endometriose Projekt. Ich freue mich sehr, dass du eingeschaltet hast, denn ich habe heute wieder ein Interview -Special für dich. Und diesmal geht es um das Thema Ahnenarbeit unter anderem. Und das ist extrem spannend bei Endometriose, denn wir wissen ja, dass es einen genetischen Faktor gibt. Aber diesen genetischen Faktor kann man eben auch aus dem Blickwinkel unserer Vorfahren und Ahnen anschauen. Und dafür habe ich mir Hilfe geholt von der wunderbaren Sabine Eckers -Gluis. Und sie ist Gründerin der Praxis für Entspannung und Wohlbefinden. Und ich freue mich sehr, dass sie heute da ist. Hallo Sabine.

Hallo Romina. Vielen Dank, dass ich heute dabei sein darf. Es ist ganz spannend und ganz aufregend.

Ja, ich freue mich erst. Magst du dich ganz kurz vorstellen, wer du bist und was du machst?

Ja, ich bin Sabine Eggerspluß, wie du schon gesagt hast. Ich habe die Praxis für Entspannung und Wohlbefinden gegründet, nachdem ich selber gemerkt habe, wie wichtig das in meinem Leben geworden ist. Und dazu gekommen bin ich durch die Schlaflosigkeit meiner Kinder, das ist jetzt schon über 20 Jahre her, die halt als kleine Kinder nicht schlafen wollten, die durchgeschlagen haben und ich eine Lösung gesucht habe. Was kann ich machen? Wie kann ich sie unterstützen? Und uns als Familie auch, dass wir irgendwie eine Möglichkeit finden, da unseren Frieden mitzubekommen.

Und so bist du in die Energiearbeit eingestiegen, das war so dein Einstieg.

Genau, das war bis dahin wirklich was, das habe ich noch in die I.V. gehört und nicht wahrgenommen und Arbeitskollegen haben mich dann zum Reki mitgenommen und das war so das erste Mal Schnuppern damit, es gibt noch was anderes, wie fühlt sich das an?

ist das so. Und die kannten dann wiederum die Lehrerin, die ich dann später hatte, die uns dann wirklich so gut helfen konnte, dass die Kinder dann ziemlich schnell durchgeschlafen haben. Und für mich war das völliges Neuland und aber ein ganz toller Einstieg in ein neues Leben einfach. Weil die Lehrerin hat mir dann im ersten Gespräch, als ich dann allein hingefahren bin, um erst mal zu gucken, wer ist das, wie ist die so, wie funktioniert das, mir drei Fragen gestellt hat, die mich schon zu Tränen gerührt haben, die so viel in mir angerührt haben, was ich selber gar nicht kannte oder nie hingeschaut habe. Und dann haben wir entschieden, ich will fahren dann wirklich mit den Kindern mal hin und das war der Einstieg in ein neues Leben, sage ich jetzt.

Ich habe mich nicht erwartet, aber es war das Beste, was mir passieren konnte. Ja und das gibst du jetzt an deine Kundinnen und Kunden weiter? Genau, ich habe dann, das war fast 20 Jahre her, angefangen immer mal mehr mich damit zu beschäftigen, erst Bücher zu lesen und dann auch Seminare zu besuchen und natürlich erstmal im eigenen Umfeld probiert in der Familie mit Freunden und als ich gemerkt habe, was macht es mit uns allen, wie feinfühlig er wird, wurde ich dadurch immer mehr. Das war mir ganz wichtig und das ist immer noch ein Herzensanliegen, auch andere Menschen damit zu begleiten und ihnen zu zeigen, du bist nicht das Opfer deiner Gene, du musst nicht alles aufarbeiten oder nachholen, was alle schon vor dir hatten. Du hast zu jeder Zeit, egal wie alt du bist, die Möglichkeit, dein Leben selbst in die Hand zu nehmen.

Ja, total spannend. Wie merke ich denn, dass ich da Themen mit mir rumschleppe oder dass es da Muster in meiner Familiengeschichte gibt? Wie gibt es da Anhaltspunkte? Gibt es da quasi Signale oder bestimmte typische Beschwerden oder Anzeichen, wie man immer das auch nennen wo man erkennt, hey, ich glaube ich sollte mich mal mit meiner Ahnengeschichte auseinandersetzen?

Also das kennst du bestimmt selber auch, dass man sagt, ach wann, kennst du, Oma hatte das auch schon oder Onkel sowieso hat das auch schon. Also das ist schon mal so was, wo Oma eigentlich schon drauf geschubst wird.

Und was ich echt empfehlen möchte, ist, dass man sich einen Stammbaum aufzeichnet, man kann natürlich auch aufschreiben. Aber wenn man sich damit beschäftigt, kann es so viele Aha -Erlebnisse geben. Ich habe das im Sinne einer Fortbildung mal angefangen für mich und habe dann zum Glück meine Eltern eben noch, dass ich ganz viel nachfragen konnte.

Und da kamen dann Sachen raus, wie zum Beispiel, dass ich eine Zeit lang in der Schule eine Kocherkehre gegeben habe. Und dann hat mein Vater, mein Sohn, meine Mutter hat das vorher auf dem Hut auch gekocht.

Die war doch die Köchin da und das wusste ich vorher gar nicht. Also ich war ziemlich klein, als sie gestorben ist. Und es sind so viele Sachen, die sich dann wiedergefunden haben.

Also es war eine Zeit lang für mich wichtig, es war mein Einstieg in meinen anderen Job, den ich noch habe in der Schule.

Das sind so Sachen, die sich dann manchmal wiederfinden.

Und ganz oft halt auch Krankheiten oder Herzbeschwerden hat da irgendeine Familie, oder Bluthochdruck, Diabetes oder irgendwas in der Richtung.

Da hilft es schon oft, da ein bisschen tiefer zu gucken. Und am Anfang hieß es halt, Praxisverentspannung, heißt es auch heute noch. Aber das war der Einstieg in eigentlich eine Arbeit bis zu den Wurzeln inzwischen, dass ich gelernt habe zu gucken, wo kommt das Problem eigentlich her? Ich muss mich damit nicht abfinden. Ich kann mal gucken, was da war. Meine Erfahrung ist einfach, dass es oft traumatische Erlebnisse waren, Umzüge, frühgeborene, vorgestorbene Leute, Kriegserlebnisse, ganz viele verschiedene Sachen, die da eigentlich dahinter sind.

Ja, also würdest du wirklich mal so gucken, eben was habe ich denn so von meiner Verwandtschaft mitgenommen quasi, also so Gemeinsamkeiten über Vorlieben, aber auch Krankheiten oder Gesundheit einfach und einfach so, ja, Parallelen, die man so ein bisschen ausmachen kann demzufolge. Oder die Ohrenspitzen, wenn man eben solche Aussagen hört wie, ja, ja, das kennen wir schon in unserer Familie, sowas.

Genau, und so können sich auch Geldprobleme durchziehen, also wenn jemand irgendwann mal verspielt hat oder sowas habe ich schon erlebt. Also sind so Sachen, naja, bei uns ist das eben so. Nee, das muss nicht so sein. Also man hat immer die Chance, da noch was dran zu machen.

Wir haben halt kein glückliches Händchen mit Geld in unserer Familie.

Genau, so eine Sprüche und wo man dann echt hellhörig werden darf. Nee, das ist nicht grundsätzlich so, das darf man ändern. Ja.

Und wenn man das jetzt feststellt, wie gehst du das an mit den Leuten? Wie funktioniert das? Also ich habe mir wirklich inzwischen einen Fragebogen zurecht gelegt, um erstmal das Bewusstsein der Leute zu schärfen. Also ich gebe diesen Fragebogen gerne raus. Wir führen am Anfang kurz das Gespräch, und dann gebe ich diesen Fragebogen auch dann raus. Erstmal damit sich die Leute selber damit mehr beschäftigen und wirklich wissen, was will ich denn eigentlich, was ist mein Ziel, was möchte ich wirklich verändert haben? Und wirklich sich auch mit den Arten zu beschäftigen.

Also ganz viele Leute, die haben das oft noch gar nicht, die kennen vielleicht diese Sprüche, aber haben noch nie darüber nachgedacht, was heißt das eigentlich? Oma war doch Oma so. Oder die haben halt nie gesprochen. Warum haben sie denn nicht gesprochen? Was haben sie denn erlebt?

Und ich arbeite auch mit dem Emotionsquot. Wer mir nochmal ganz deutlich gezeigt hat, wieviel vererbt wird.

Also wie viel wirklich an Emotionen weitergegeben werden, also wenn z .B. eine Mutter, wenn sie schwanger war, jemand verloren hat oder umziehen musste oder

irgendwas anderes und es ging ihr dabei nicht gut. Und sie konnte die Situation gar nicht verarbeiten, dann kann das sein, dass sie das Schwangersbaby weitergibt. Und das kommt schon, ich sag mal, mit einer Familienbelastung auf die Welt kommt, ohne das eigentlich zu haben. Es ist einfach als Gepäck schon mitgegeben.

Ja, spannend. Und so, also im gleichen Stil werden auch Krankheiten demzufolge weitergegeben?

Genau, das kann es. Ich finde die Epigenetik so spannend.

Wie gesagt, dass nur ein Prozent wirklich genetisch ist und 99 Prozent durch unser Umfeld und unser Verhalten. Also ich glaube schon, dass es Veranlagungen gibt oder erlebe ich so. Weil ein Thema dahinter steht. Wenn man systemisch dahingucken würde, das aufstellen würde, warum, keine Ahnung, kann jemand ganz schlecht gucken. Was war denn irgendwann mal, wo wollte ich jemand nicht hinschauen, warum, was ist da passiert, warum jemand nicht hinguckt oder nicht das anschauen mag. Auch solche Sachen können weitergegeben werden.

Ich empfehle einfach, macht euch auf die Suche, hinterfragt, was war da los und solange ihr noch Verwandte habt, die ihr fragen könnt, nutzt das wirklich.

Das ist so wertvoll.

Und jetzt gerade, hast du Erfahrungen mit Menstruationsproblemen oder ich sage jetzt Unterleibsbeschwerden, gerade im Hinblick auf diese Arn -Thematik zeigen sich da Themen oder Muster?

Also ich kenne selber auch massive Regelschmerzen schon als Kind, inzwischen ist es zum Glück nicht mehr, aber in einer Familie gibt es das halt und ich habe vor Jahren mal eine Aufstellung gemacht zu Frauen -Themen und da kam dann raus das Urgroßmutter, ich weiß nicht welche, aber das es da im Pflegerbereitungen so etwas gegeben hat und ich glaube schon, dass das Auslöser für so etwas sein kann. Ich kann es nicht belegen, aber ich glaube das schon, weil diese Emotion, die sie nicht bearbeitet hat, das was sie erlebt hat, ist nichts Schönes und selbst wenn sie nicht darüber gesprochen hat, hat sie es eingeschlossen, sag ich mal.

So wird es, ohne dass sie es wollte, einfach weitergegeben. Aus Aufstellarbeit kenne ich das einfach auch, wenn die Ahnen dazu genommen werden, dass es wirklich ein Aufatmen gibt, wenn sie sehen, es ist jemand bereit, sich das Thema anzuschauen, sich dem Thema anzunehmen, es will jetzt keine Schuldzuweisung oder so was machen. Die haben alle ihr Bestes gegeben, zu dem Zeitpunkt, wo sie da waren, was sie erlebt haben, und sie konnten nicht anders. Und ich erlebe das und ich freue mich jedes Mal darüber, was es für ein Aufatmen ist, was für ein Aufstrahlen auch

der Ahnen und wie viel Energie da plötzlich freigesetzt wird, das ist einfach ein Siegen.

Ja, das habe ich tatsächlich auch die Erfahrung gemacht, nicht nur bei mir, sondern auch mit Kundinnen von mir, dass zum Beispiel viele nicht als Mädchen zur Welt kommen sollten oder es sich nicht gewünscht wurde, dass es ein Mädchen wird.

Da fängt es ja schon mal an, ob das jetzt einfach ist, auch um das Kind zu beschützen, weil man eben Erfahrungen hatte, dass es als Frau nicht sicher ist, weil da Übergriffe und Missbräuche stattgefunden haben, aber einfach auch, weil ein Mädchen halt manchmal nicht so als gleichwertig wertvoll angesehen wurde zu anderen Zeiten, wie das heute hoffentlich der Fall ist. Und solche Sachen ziehen sich da schon massiv durch. Das ist wirklich eindrücklich.

Und auch, welche Ansicht habe ich zum Beispiel von meiner Mutter oder von meinen weiblichen Vorbildern?

Ist das eine positive Art von Weiblichkeit? Oder haben wir Weiblichkeit als manipulativ oder einfach böse wahrgenommen und irgendwo dann eine Überzeugung, wir oder unsere Vorfahren ahnen getroffen, dass Weiblichkeit eigentlich nichts Positives ist oder eben nur mit Schmerzen verbunden ist. Das sind halt einfach dann solche Geschichten, die sich durchziehen können.

Ja und ich glaube, das gibt es öfter als du denkst. Also ich kenne das selber auch. Meine Eltern haben gesagt, oh ein Junge wäre ganz toll. Also natürlich ist nicht das, was sie mich jetzt nicht lieben, aber das stimmt. Ich glaube, das kommt viel häufiger vor. Gerade wenn es vielleicht eine Firma gibt, ein Hof oder so, erlebe ich das oft, dass eigentlich brauchen wir einen Stammhalter. Eigentlich brauchen wir jemand, der das so weitermacht und das machen die Eltern ja nicht aus bösem Hintergrund, aber die Erfahrungen, die wir beide und ich auch haben, was kann das schon machen?

Ja, es wirkt halt trotzdem. Es muss keine böse Absicht dahinter sein oder generell Absicht. Vieles läuft ja total unbewusst ab, eben weil weil nie hingeschaut wurde, aber es wirkt halt trotzdem auf einen ein. Und ich glaube, gerade als Kinder spüren wir das sehr, ob wir so gewollt und akzeptiert sind, wie wir sind.

Auf alle Fälle. Und ich habe viele Klienten, die bei Großeltern aufgewachsen sind, die, wo die Eltern viel gearbeitet haben oder aus anderen Gründen, die Kinder doch irgendwie bei den Großeltern, warum auch immer sie gemeint haben, besser oben zu sein, was aber im Leben der Leute heute echt ein Problem ist, weil sie diese

Beziehung zu den Eltern gar nicht so stark spüren und diese Verbindung gar nicht so da ist, wie sie hätte sein sollen.

Ja, ja, spannend. Du hast vorhin auch noch den Emotionscode angesprochen. Kannst du das ein bisschen auch erklären, was das ist und wie das helfen kann?

Ja, ich fand es ganz spannend, der benutzt den kinesologischen Muskeltest.

Also, damit kannst du kommunizieren mit deinem Unterbewusstsein, die du vom bewussten Verstand vielleicht verdrängt hast, gar nicht mehr weißt, weil sie vielleicht so lange schon her sind oder du noch zu klein warst, um dich dran zu erinnern.

Das finde ich total klasse. Du kannst ein Thema nehmen. Ich sage mal, es kommt jemand, der vielleicht nicht schlafen kann. Und es gibt einen Chart, das der Dr. Bradley Nelson herausgefunden hat, an dem man ganz schnell testen kann. Es gibt zwei Reihen. Mehrere Reihen, zwei Spalten. Und man kann dann erst austesten, welche verschiedene Emotionen sind dazu geordnet und kann dann austesten, steht diese Emotion, zum Beispiel hinter dem Thema, in welcher Reihe, welche Spalte. Und ich finde es so spannend. Ich habe das noch nie erlebt, dass jemand sagt, nee, kenne ich.

Und man kann auch testen, um es dem Körper leichter zu machen, diese eingeschlossenen Emotionen. Das ist eine Situation, die du erlebt hast, die nicht verarbeitet werden konnte.

Wie kannst du dir vorstellen, wie so ein Energieball, die eingeschlossen wird, an verschiedenen Stellen im Körper.

Und damit, wenn du das austestest und zuweisen kannst, erfüllst du dem Körper leichter, das der Situation zu ordnen und loszulassen. Und ich hatte hier mal einen Klient, man kann es auch am Körper spüren, wenn man das möchte. Ich miete das dann auch an, wenn sie es dann wollen. Manchmal ist es auch völlig egal. Dann kann ich mal fühlen, wo ich das merke, wo du das hast. Und dann habe ich gefühlt im Rücken, hier ist das, an der Stelle merke ich das. Wie groß denn? So Fußballgröße.

Und dann habe ich gesagt, was fällt dir dazu ein, zu dieser Emotion und der wusste sofort, was da los war und hatte mir aber auch gar nicht erzählt, dass er diese Rückwärtsmärschen hat. Er war wie bei uns ganz anderem da. Und dann haben wir das auflösen dürfen und dann, wenn die zu mir direkt vor Ort kommen, dann lasst die mal ein paar Schritte hin und her laufen und der sagt, das gibt's ja nicht, ich gehe viel grader und das ist ja der Hammer. Das habe ich dir nicht erzählt, das ist schon so alt und es ist jetzt weg. Und das finde ich so genial, weil es so einfach ist und so

wirkungsvoll. Ja, und der kannte diese Geschichte, er hat sich daran erinnert, das war aus seiner Kindheit, wo die Eltern ihm was verschrieben haben, was passiert war im Umfeld und ja, der ist es jetzt zum Glück los, der ist mit dieser Sache entgegen.

Ja, mega spannend. Und ich weiß ja nicht, ob du den Dr. Gabor Matté kennst. Der hat ja fantastische Bücher geschrieben. Und nicht nur er, aber viele, aber er vor allem geht ja davon aus, dass solche eingeschlossenen, unverarbeiteten Emotionen halt Quelle von allen möglichen Krankheiten und Beschwerden sein können. Und dass das ganz wichtig ist, dass wir diese verarbeiten und durchfühlen. Dafür sind Gefühle ja da, dass wir sie fühlen. Aber eben manchmal können wir das nicht. Wir lernen sie auch kaum mehr in unserer heutigen Gesellschaft. Wirklich.

mit unseren Gefühlen einen gesunden Umgang zu gehen. Und das ist demzufolge eine super Technik, um damit aufzuräumen und solche Blockaden zu lösen, oder? Auf alle Fälle.

Ich kenne das wirklich von meiner Lieblingstante, die leider in Krebs verstorben ist, wo das wirklich genauso war. Das war die Frau von meinem Lieblingsonkel, die ich verloren habe, als ich noch sehr klein war. Und die hat es nie wirklich überwunden. Und als ich geholfen habe, ihre Wohnung aufzuräumen, waren wirklich noch viele Sachen da, wo es mir gezeigt hat, da habe ich diese ganze Arbeit schon gemacht. Das war genau so ein Beispiel. Sie ist ein paar Mal operiert worden, ist wieder gekommen, weil sie das nicht verarbeitet hat. Weil es genauso war, was du gesagt hast.

sichtbar, hast du es nicht gemerkt. Anhand der Krankheiten habe ich dann halt mich hinterfragt und geguckt, was ist da los. Und es passte absolut. Es passte die Stelle, es passte die Krankheit, es passte das Thema. Ich habe die Bücher auch verschlungen von Boah Mathieu und das zeigt mir immer mehr, wie viele Leute das eigentlich haben, die gar nicht verstehen, dass es so was dahinterstehen kann. Und das ist ja relativ einfach. Eigentlich ist es auch so. Ja, wäre man bereit, das hinzugucken und auf den Mut, die dazu aufbringt.

Absolut. Also es braucht definitiv Mut. Der Körper ist halt unser Spiegel, der lügt nicht, der sagt einfach, wie es ist. Und damit muss man klarkommen. So unschön, dass es manchmal auch sein kann.

Ja, also ältere Generationen, da merke ich schon, das ist ein bisschen, naja, viele gibt es immer noch, der Arzt im weißen Kittel hat alles seine Berechtigung.

Keine Frage und trotzdem wünsche ich mir manchmal, dass auch Ärzte mehr anders hingucken. Also dass sie nicht sagen, naja, sie haben halt jetzt das Essen doch mal ein bisschen anders und machen sie mal dies und dies und dies und dies ein bisschen mehr. Nee, da stand aber was ganz anderes dahinter und das finde ich dann so schade. Manchmal die Leute kommen und wir haben alle gesagt, sie haben mich schon aufgegeben. Und ich stelle dann Fragen ganz intuitiv und dann sagen die, das hat noch nie einer gefragt, das hat noch nie jemand erzählt. Und oft ist das dann einfach der Knackpunkt oder der Ausbilder gewesen.

Ja, ich mache mich oft sprachlos, dass das für viele immer noch so neulandeinfach ist.

Ja, vor allem da bin ich voll und ganz bei dir. Vor allem wenn das Wort Psychosomatik fällt, wird das leider Gottes immer gleich gesetzt mit du bildest dir das ein. Dabei hat Psychosomatik für mich zumindest eine riesen, also das ist total abgesichert, auch wissenschaftlich heutzutage. Also das ist überhaupt nicht mehr Hokus Pokus. Es heißt einfach nur, dass wir halt Seele und Geist den Körper genauso beeinflussen können wie andersrum und das überhaupt nicht eingebildet. Also das hat gar nichts damit zu tun. Wir sind halt nicht nur Körper, wir sind halt auch noch Geist und Seele und diese drei können sich halt einfach...

gegenseitig beeinflussen. Und ja, das ist hoch, hochspannendes Thema. Und ich habe, ich glaube, ich habe dir von der Methode Wildwuchs erzählt, bei unseren Vorgesprächs. Die Gründerin hat da auch festgestellt, dass gerade bei Frauen mit Endometriose ganz oft zum Beispiel Wut und auch Trauer nicht verarbeitet wurden. Und das ist ganz spannend, das wird mich interessieren, ob du da ähnliche Erfahrungen hast. Sie sagt, dass da so anderthalb bis zwei Jahre, bevor die ersten Symptome aufgetreten sind, irgendein Vorfall war, ein emotionales Ereignis eben Richtung Wut oder Trauer, wo sich das dann danach manifestiert hat im Körper. Kannst du das bestätigen?

Das kann ich bestätigen und ich arbeite auch mit schamanischen Methoden.

Ich bin inzwischen in der 26.

Generation, die das unterrichtet bekommen hat und da gehen die wirklich auch davon aus, dass es Sachen gibt, die ein, zwei Jahre vorher schon in deinem äußeren Fels sind, bis sie auf Körperebene kommen.

Und das passt absolut, was du gerade gesagt hast. Das sind viele Sachen, die sind uns nicht wirklich bewusst. Die verarbeiten wir vielleicht nicht und das Unterbewusstsein kann ja auch gar nicht entscheiden, ist das jetzt ein Film, erlebe



ich das gerade. Das sind so viele Sachen, wie soll ich das sagen, die machen wir einfach im Alltag. Also, ich weiß nicht, blutige Krimis gucken, auch Kinder schon, Filme, die für ihr Alter nicht da sind. Und dann wundern sich alle, warum kommen die im Leben nicht klar, warum können die gar nicht mehr unterscheiden, ist das jetzt Realität oder was machen die da eigentlich, weil das Unterbewusstsein das einfach gar nicht unterscheidet. Für die ist das völlig real.

Und es wirkt halt trotzdem umgefiltert, gell? Ja. Ja. Ja. Wahnsinn. Genau. Du hast hinter dir noch ein schönes Bild, das mich neugierig macht. Magst du dazu noch was sagen? Genau.

Ich mag das mal hochhalten hier. Das ist ein Ahnen -Mandala und es kommt aus dem neurographischen Zeichnen. Und es bietet die tolle Möglichkeit, über mehrere Generationen zu verschiedenen Themen zu zeichnen. Und das Spannende, was ich damit erlebt habe, ist, also man malt erst mal sich, dann malt man seine Eltern, dann malt man wieder deren Eltern und so viele Generationen, die man zeichnen möchte. Und als ich das das zweite Mal, glaube ich, gezeichnet habe, fehlte mir immer eine Person.

und dann habe ich angefangen zu zählen, wo war der Mutter immer, wer fehlt da? Und das Spannende war, das war der Vater meines Großvaters und der war ein uneheliches Kind, der hat später einen Stiefvater bekommen, aber der leibliche Vater, man zeichnet nur die leiblichen Eltern darauf, der hatte halt bis dato keinen Platz in unserer Familie, weil ihn kannte ja gar keiner. Und es war nicht sehr spannend, weil dadurch, dass diese Zeichnung, hat er für mich einen Platz bekommen und für mich hat es viel mehr Energie aus dem System gebracht, weil der war ja vorher gar nicht da. Also die Energie, die noch vor seinen Generationen kam zu mir, war gar nicht da, weil sie unterbrochen war.

Ja, also es ist eine super spannende Methode, nicht nur für Anarbeit, auch für alltägliche Sachen, auch zum Wutauflösen und eine wunderbare Sache und das kann jeder zeichnen. Also es gibt bestimmte Regeln und es gibt da Seminare und Kurse dazu, wo man das lernen kann. Und ich habe die Berechtigung, mit Klienten zu zeichnen und ich finde es mega spannend, ob man jetzt Zahnschmerzen zeichnet oder andere Sachen, das wirkt automatisch und du arbeitest durch dieses Zeichnen mit deinem Unterbewusstsein, also du lässt die Linie dann fließen und das arbeitet automatisch gleich mit dir. Also es kann sein, dass du bei einer Falle Kopfschmerzen kriegst und man viel trinken muss und nach dem Zeichenprozess legt sich das aber in der Rede und das Tolle ist, man hat selber ein Kunstwerk geschaffen und das

Aber dem ist es jetzt nicht so deutlich. Ich habe es hier gerade glückfrei, kein anderes. Aber die Linien, die er erinnern, das Gehirn an neuronale Verbindung. Und

deswegen macht es was damit, es erkennt es wieder. Und das ist so spannend, warum das wirkt. Und selbst wenn ich jetzt Bilder hier hängen habe und ich kriege Besuch oder Zeichen mit anderen Leuten, das finde ich ja interessant. Was ist das? Und das spricht mich irgendwie an. Weil auch deren Unterbewusstsein, auch wenn sie mein Thema nicht kennen, was ich gezeichnet habe, erinnert sich an diese Strukturen. Und das ist so eine spannende Arbeit.

Wahnsinn, total faszinierend, finde ich richtig cool. Also es macht total viel Spaß. Können wir gerne mal zusammen machen? Ja gerne, gerne, bei sowas bin ich immer mit dabei. Genau, mega cool. Ja, hast du...

Sonst noch, ich meine, du hast ja eh ein Riesen -Repertoire, aber hast du sonst noch Angebote oder, ich sag jetzt mal, Tools, die du gerne einsetzt, von denen wir jetzt noch nicht gesprochen haben, wo du noch darauf eingehen möchtest?

Ja, zum Beispiel habe ich die Energie der Muschelspieche eingelernt. Dabei geht es wirklich um Muscheln, die wie so ein Schneckenhäuschen sind, die eine Spirale in sich tragen. Und ich habe eine Lehrerin in Amerika, die Zabi Barnes, die über viele Jahre oder seit ihrer Kindheit schon angefangen hat mit Muscheln zu arbeiten, damit zu spielen, sich auseinanderzusetzen. Und die hat hervorragend 239 Muschelspiralen herausgefunden, dass die zu bestimmten Themen arbeiten.

Eine hier, die unterstützt die Selbstliebe, dass es verschiedene Bereiche gibt, die die super unterstützen können und das Tolle daran ist, dass die eigene Intelligenz haben, also dass sie wissen, braucht jemand mehr Energie, braucht jemand weniger Energie, die balanciert ist aus. Das kann man bei mir lernen und ich biete auch Unterstützung damit an, in verschiedenen Sitzungen und einmal im Monat gibt es eine gratis -wuschel -Meditation, um mich und die Arbeit damit kennenzulernen. Da lade ich gerne alle Hörer ein, auf meiner Seite danach zu gucken und sich gern gratis anzumelden und dabei dabei zu sein. Cool. Und auch damit ist Anarbeit super unterstützend, aber auch ganz Persönlichkeitsentwicklungs in allen Bereichen.

Ja, total spannend. Das muss ich mir auch angucken. Liebe Sabine, ich habe für alle meine Interviewgäste noch zwei Abschlussfragen, die jeder gestellt kriegt. Was inspiriert dich denn?

Was mich inspiriert ist, ist das Zurückgehen zu den Wurzeln. Also ich habe einen großen bunten Garten und ich liebe das. Und ich sehe gerne Sachen wachsen und von der Wurzel an zu gucken, was steht wo dahinter. Und ja, ich weiß eigentlich, dass jeder Mensch eine Chance hat, sein Leben zu verändern. Und das ist das, was mich antreibt und mich beflügelt, da dran zu bleiben und alles neu aufzusaugen, was es in den Bereichen zu lernen und zu entwickeln gibt. Und ich möchte alle Leute

ermuntern, für sich selbst einfach hinzugucken und ja, sich Unterstützung suchen, wenn sie das möchten, aber auch selber zu schauen, was kann ich machen. Ich habe alle Mutlichkeiten der Welt offen für mich. Die müssen nicht teuer sein und manchmal geht es auch mit ganz einfach mit und an sich selbst.

Megaschön, dann bist du wirklich bei deiner Beruf umgelandet. Ja, kann man so sagen. Ja, megaschön. Und die zweite Frage wäre, wofür bist du gerade dankbar?

Dankbar, dass ich diesen Weg gefunden habe. Ich bin eigentlich Chemielaborantin von Haus und habe dann im Laufe der Jahre gemerkt, dass ich immer sensibler, immer freierfügender wurde. Das war ich als Kind schon, und da war das aber eher, naja, die ist ein bisschen anders, und die ist ein bisschen komisch, und die fehlt so viel, und das ist doch irgendwie... Ja, hat keiner wirklich verstanden, und heute ist es eigentlich eine Gabe. Es ist nicht im Alltag immer leicht, aber...

Ja, es gibt viel mehr feinfühlige Kinder, als viele glauben. Eltern merken das manchmal so, ich bin auch gerade in der Schule, und dafür bin ich einfach dankbar, dass ich weiß, dass ich die Kinder auf einer anderen Ebene auch abholen kann. Also dass sie mir manchmal Sachen erzählen, die sie vielleicht nicht mehr zu Hause erzählen. Wo ich dann nicht sage, nee, was hast du komisches erlebt, und nee, das glaubt meist mal nicht. Wo ich dann auch hinterfragen muss, ich wissen, das ist jemand, der fühlt das vielleicht genauso wie ich.

Total schön. Als selbst ein feinfühliges Kind finde ich das total schön, was es Menschen wie dich gibt, die das einfach sehen und anerkennen und dafür Raum geben, weil das ist so, so, so wichtig.

Danke. Das ist wirklich ein Geschenk, ja. Wenn jetzt jemand neugierig geworden ist und gerne zu dir finden möchte, wo findet man dich und wie kann man mit dir Kontakt aufnehmen?

Ja, ich habe eine Webseite, also ihr könnt einfach Sabine Eggers -Klüß mit OESS in die Suchmaschine eingeben und du müsst an meiner Seite dann landen und da gibt es einen Newsletter, den man euch abonnieren kann. Da gibt es diese gratis - muschle -Meditation einmal im Monat und auch mehr über mich und meine Arbeit kann dann nachgelesen werden. Gerne jeder, nicht jederzeit, natürlich nicht nachts oder abends. Wir schreiben oder auch anrufen und wir können gerne sprechen.

Super und du bietest ja alle deine Angebote sind ja auch online, also nicht nur vor Ort, sondern auch online möglich. Ja, das finde ich sehr cool. Wunderbar. Ich werde natürlich alles schön verlinken, dass der Weg einfach sein wird. Und ich danke dir von Herzen für diesen Einblick in deine mega spannende Arbeit. Ich finde diese

Themen werden noch viel zu selten angesprochen, dass es das gibt und welchen Einfluss sie tatsächlich auf uns haben und auf unsere Gesundheit natürlich. Und deswegen bin ich da sehr, sehr dankbar, dass es dich und deine Arbeit gibt.

Danke, dass ich heute zu Gast sein durfte. Vielen vielen Dank dir, liebe Sabine.