

Von 2009 bis 2012 war ich mit meiner Partnerin Rachana im Seminarzentrum Sonnenstrahl. Wir bewohnten einen Trakt im unteren Seitenflügel und arbeiteten mit Lomi Lomi, Tantsu, Chakra Balancing, Hot Stone und Watsu in der Wellnessoase „WEISSER LOTUS“ Rachana kam im Sommer 2009 auf die Idee München zu verlassen und im Sonnenstrahl eine Praxis für sanfte Körperarbeit und Meditation zu eröffnen. Nach unserer Trennung blieb ich in Kießlegg. Ich lebe bis heute dort. 2018 wurde ich Vater einer wunderbaren Tochter. Gemeinsam mit meiner Frau Catherine habe ich noch einige Jahre im Sonnenstrahl neben Watsu auch Tantsu und Lomi Lomi Massagen angeboten. Die Räume sind inzwischen zu Gästezimmer ausgebaut. Wir geben nach wie vor Watsu Session und ein Wochentraining in Watsu & Aquatic-Flow. www.seminarzentrum-sonnenstrahl.de

Das Sonnenstrahl ist ein Ort wo bemerkenswerte Menschen ein und ausgehen, um ihre Körperlichen und Geistigen Potentiale zu stärken und zu entfalten. Neben Yoga Retreats, Tantra Seminare, Tanzworkshops und spirituelle Jahrestrainings finden auch ernsthafte Wachstumsprozesse statt. Diese und viele andere Gruppen unterstützen wir mit Watsu Sessions. Wir helfen die psychologischen Prozesse zu begleiten. Hier möchte ich vor allen die Gruppen „**Birth into being**“ von Elena Tonetti „**One Dance Tribe**“ von Amara und Piere Paulo Pagano sowie die Seminare für **ungeborenen Zwillinge von Ramoda** und Bettina Austermann erwähnen. Auch die TeilnehmerInnen von **Heribert „die Stimme“** lieben die Watsu Behandlungen zur Integration ihrer Heilungsprozesse.

An dem Wochenende vom 17. – 19. Juni 2011 fand im Sonnenstrahl ein spirituelles Sommercamp statt. Durch einen glücklichen Zufall kam eine junge Mutter zu ihrer ersten Watsu Session.

Hier ist nun der Erfahrungsbericht von Teresa vom 17. Juni 2011

Liebes Aquamunda Team, lieber Gyan.

Ich bin von dem ersten Watsu immer noch sehr gerührt. Meine Tochter hat mich eben noch gefragt: "Mama, welche Probleme hast du, weil du die Wassertherapie machst?" Das brachte meine Tränen noch mal zum Fließen, als ich es ihr erklärte was mich gerührt hat. Danach konnte sie beruhigt schlafen.

Und so kam ich zu meiner Session:

12 Uhr: Eine Faszination war sofort da, ich sehe im Schwimmbad bei deiner Watsu Session zu. Gedanke: "Soll ich nach einem Termin fragen?"

15 Uhr: Regina kommt total begeistert zurück, das kann sie nur empfehlen: "Wie im Bauch der Mutter!"

Aber morgen und Sonntag ist der Gyan nicht da!". "Schade." denke ich.

16 Uhr: Meine Freundin Annika steht neben meinem Mann und sieht mich kommen. Sie fragt mich: "Magst du ins Wasser zum Watsu? Ich habe zwei Termine gemacht, und meine Mama will nicht!" Dann wird mir klar: "ja gerne... das ist für mich geschehen, so schnell manifestiert sich hier ein Wunsch, unglaublich."

19 Uhr: Ich sehe bei Annika zu und bin so gerührt.

!9.40 Uhr meine Session beginnt.

Als du deine volle Aufmerksamkeit mir zuwendest, spüre ich deine Präsenz. Ich habe vollstes Vertrauen. Du sagst: "Lass dich fallen." Ja, ich fühle mich getragen, sicher, mir kann nichts passieren, ich lasse mich fallen. Steif bin ich im unteren Rücken und im Genick, "Lass los!"

denke ich, aber es geht nicht.

Erst als du mit mir sprichst: "Wenn ich das Bein ranziehe ausatmen!", wird mir bewusst, dass ich die Luft eher angehalten habe, jetzt fließt der Atem.

Die Blockaden lösen sich, es knackt an mehreren Stellen, es tut so gut, ist erlösend, ich falle immer tiefer.

Als ganz kleines Baby, als ich gerade geboren war (Kaiserschnitt) wurde ich ohne Seele berührt, schreiend und zu Tode erschrocken in eine Angststarre katapultiert, weil ich dachte meine Mama sei gerade gestorben.

Warmes Wasser und von einem bewussten Menschen liebevoll geschaukelt werden hätte meine große Angst überwunden. Dieses Bild habe ich vor 1,5 Jahren bei einer physical journey (brandon bays) erfahren und damals so emotional erlebt, wie noch nichts zuvor. Ich hatte meine erste Erfahrung der kosmischen Energie, ich war eins mit dem Kosmos.

Du hast mir genau das gegeben, was mir in der ersten Minute meines Lebens gefehlt hat. Du hast mich in diesem tragenden körperwarmen Wasser mit der Seele berührt. Es ist unbegreifliches Glück, dass mir diese Fügung wiederfahren ist. Es macht mich so stark, weil ich für mein inneres verletztes Kind gesorgt habe. Ich dachte zuvor: "Das kann ich nicht mehr nachholen." Die kopfbasierte Erkenntnis aus der Journey ist nun vom Kopf im Körper im Herz ange(k)nommen.

Das Ankommen auf der Erde (Schwimmbadboden) tat so gut, es war als wolltest du sagen: "Hier sind deine Beine, spürst du sie auf dem Boden und unter meiner Hand? Du bist in Liebe hier angekommen!"

Das Streicheln von meinem Kopf und der liebevolle Druck auf meine Stirn, und der genau passende Satz "Es ist Alles gut" holen mich wieder zurück.

JA es ist ALLES gut! Ich bin jetzt tief dankbar für mein Leben und für diesen Start. Ich kann diese Ängste endlich loslassen.

23 Uhr: Mein Bauch ist jetzt heiß, die Verdauung wird angeregt.

Danke! Danke! Aus meinem tiefsten Herzen Danke!

Teresa



Watsu Bildrechte bei Aquamunda Institut

