

VERBUNDEN MIT DER NATUR und mit dem Kosmos: Aayla wird als spirituelle Mentorin bezeichnet, die sich seit über 20 Jahren als Schamanin betätigt. Sie stammt aus Sibirien und hat bereits eine Vielzahl von Menschen in über 40 Ländern unterstützt – bei körperlichen und psychischen Krankheiten, Familienproblemen, aber auch bei finanziellen Schwierigkeiten. Ich bin gespannt. Sich auf ein Gespräch mit ihr einzulassen, setzt eine Offenheit voraus für Sichtweisen, die mit der westlichen Schulmedizin nicht kompatibel sind.

Es ist ein sonniger Freitag im Spätherbst, und Aayla erscheint pünktlich zum vereinbarten Termin im Café Westend. Obwohl wir uns für das Gespräch in eine Nische zurückziehen, zieht Aayla alle Blicke auf sich: Sie trägt einen Kopfschmuck aus Pelz, Federn, Perlen und

Muscheln, eine traditionelle Robe und dazu Halsketten, Armbänder und Ringe. Jedes Detail ihres auffälligen Outfits hat eine Bedeutung, dient als Schutz oder Kraftquelle.

Was mir sofort ins Auge sticht, ist ihr offener Blick. Aayla begrüßt mich sehr herzlich. Ihr wird die Fähigkeit zugeschrieben, uralte schamanische Weisheiten mit den Herausforderungen und Bedürfnissen moderner Frauen zu verknüpfen – was auch deren Familien hilft. Sie hat es geschafft, eine Brücke zwischen westlicher Schulmedizin und uraltem Wissen zu schlagen. Ihre Workshops, Zeremonien und Rituale sind darauf ausgelegt, Frauen zu helfen, ihre Verbindung zur Natur, zu ihrem Zyklus und zu ihrer inneren Weisheit wiederzufinden. Dank moderner Technologien ist sie global präsent, nutzt Medien wie YouTube, hält Webinare und Online-Beratungen. →

Die Expertin

Aayla ist eine Schamanin mit sibirischen Wurzeln, die sich als spirituelle Mentorin für die moderne Frau versteht. Info: aaylashaman.com

Alte Riten für moderne Frauen

Schamanin Aayla möchte Menschen ermutigen, sich spirituell zu entfalten und innere Heilung zu finden. Im Gespräch mit WOMAN BALANCE gewährt sie Einblicke in traditionelles Wissen, reinigende Rituale und natürliche Energiequellen für Frauen.

von KRISTIN PELZL-SCHERUGA

Spirit & Soul

79

INTERVIEW



Spirit & Soul

80

INTERVIEW



Jedes Detail ihres auffälligen Outfits hat eine Bedeutung, dient als Schutz oder Kraftquelle.

Aaylas Anhängerinnen berichten von tiefgreifenden Änderungen im Leben. Sie erzählen, wie ihnen aus dem Burnout geholfen oder sie von Myomen befreit wurden. Aayla engagiert sich zudem wohlwollig. Dennoch gibt es auch skeptische Stimmen in Bezug auf die wissenschaftliche Belegbarkeit ihrer Heilerfolge. Sie sucht aber auch den Dialog mit Ärzten und hat eine Reihe von Büchern veröffentlicht, die ihre Ansichten zum Schamanismus darstellen. Aayla bestellt grünen Tee und eine Melange für die Dolmetscherin. Das Gespräch kann beginnen.

Ist das Ihre Alltagskleidung?

AAYLA: Schamanen tragen immer spezielle, schamanische Attribute, egal ob untertags oder in der Nacht. Welche das genau sind, hängt von unserem Wirken ab. Jetzt gerade ist es meine Aufgabe, mein tiefstes Wissen weiterzugeben. In jedem Detail, das Sie sehen können, sitzt ein Naturgeist; jedes Detail ist von Bedeutung.

Schamane ist ein ungeschützter Begriff, jeder kann sich so nennen. Wie wird man eine echte Schamanin?

In meinem Familienstammbaum finden sich zwölf Generationen von Schamanen. Nur meine Eltern waren keine. Ich bin aufgewachsen in einer Region, die zur damaligen UdSSR gehörte, und dort wurden alle, die sich offiziell als Heiler oder Schamanen bezeichneten, verfolgt oder erschossen. Deshalb hat schon meine Uroma damit begonnen, über ihre Berufung zu schweigen. Meine Eltern wussten nichts mehr von dieser Tradition. Damit wurde auch das Wissen in unserem Stammbaum nicht mehr weitergegeben.

Wie kommt es dann, dass Sie dennoch Schamanin wurden?

Ein Schamane ist jemand, der mit den höchsten Geistern („Spirits“) arbeitet, die seit Jahrtausenden auf der Erde leben. Die Geister, mit denen ich jetzt arbeite, haben schon mit meinen Urahren gelebt. Sie haben wohl nach jemandem gesucht, mit dem sie den Schamanismus wieder beleben können, nach jemandem, der anderen Menschen helfen kann. Sie haben auf meine Seele gewartet. Sie waren dabei sehr listig und haben mich an einem besonderen Ort zur Welt kommen lassen. Von meiner Geburt an haben sie versucht, mit mir zu kommunizieren.



„Die Geister, mit denen ich jetzt arbeite, haben schon mit meinen Urahren gelebt.“

AAYLA, SCHAMANIN

In welcher Weise? Und hat Ihnen das keine Angst gemacht?

Überhaupt nicht. Für mich hat sich das ganz natürlich angefühlt. Ich habe mich eher gewundert, dass die Erwachsenen das nicht mitbekommen. So richtig bewusst ist mir das alles geworden, als ich 13, 14 Jahre alt war. In dieser Zeit entstand der tiefe Wunsch in mir, anderen Menschen helfen zu wollen. Meine Seele war auf der Suche nach etwas Höherem. Ich habe mich deshalb auch in unserer orthodoxen Kirche taufen lassen.

Sie glauben also an Gott?

Natürlich. Ich glaube an eine höhere Kraft.

Wie alt sind Sie jetzt?

Mein Alter spielt keine Rolle. Jede Information über einen Menschen erlaubt uns, Einfluss auf ihn zu nehmen. Wir kennen das aus dem Internet: Man bekommt Werbung eingespielt, die zur jeweiligen Altersgruppe passt. Wenn man die Kraft, die Gabe hat, anderen zu helfen, dann verrät man nicht zu viel über diese Quelle. Ich folge einer Tradition, in der man die persönliche Geschichte ausblendet.

Wie sieht der Alltag einer Schamanin in Sibirien aus?

Ich lebe nicht an einem bestimmten Ort. →



Die wenigsten Frauen wissen, dass weibliche Energie von ihrer Gebärmutter ausgeht — selbst dann noch, wenn diese bereits entfernt wurde.

Die ursprüngliche Tradition des authentischen Schamanismus besagt, dass der Schamane immer dorthin kommt, wo Menschen seine Hilfe brauchen. Wir sind nicht ortsgebunden.

Es ist also kein Zufall, dass wir uns hier begegnen?

Natürlich nicht.

Und was fehlt mir?

Ich werde es Ihnen sagen – aber nicht jetzt.

Welche Heilmethoden haben Sie studiert?

Um geeignete Lehrer*innen zu finden, bin ich nach Tibet gereist. In einem Kloster durfte ich verschiedene tibetische, aber auch indische Heilmethoden kennenlernen und studieren sowie Praktiken der TCM (Traditionellen Chinesischen Medizin). Im Zentrum der Heilung steht immer die Seele. Wir haben daher zunächst alles über die Aura, über die Energiestruktur, gelernt. Auch die Schönheit eines Menschen zeigt sich zuerst in seiner Seele – nur sie kann die Hülle eines Körpers zum Strahlen bringen.

Heilen Sie nun die Seele eines Menschen oder seinen Körper?

Beides. Aber ich beginne bei der Seele. Ich sehe und spüre, was eine Seele braucht.

Wie genau darf man sich das vorstellen?

Das ist schwer zu erklären. Bereits wenn ich mit Ihnen spreche, entsteht eine Emotion, die den Körper durchdringt. Damit beginnt ein Heilungsprozess. Nach unserem Verständnis hängt die Krankheit eines Menschen immer damit zusammen, was er durchlebt hat – in diesem Leben oder in einem Leben davor. Je nachdem, wie sich die Farben der Aura, die Vibrationen der Gehirnwellen, verändern, kann ich erkennen, ob Ihr Problem in diesem Leben entstanden ist oder ob es die Wurzel in einem früheren Leben hat.

Ist diese Unterscheidung wichtig?

Ja. Wenn es ein Problem dieses Lebens ist, werden wir mit dem Bewusstsein arbeiten. Hat das Problem mit dem Karma des Familienstammbaums zu tun, dann arbeiten wir mit dem Unterbewusstsein.

Sie haben es sich zur Aufgabe gemacht, insbesondere Frauen zu stärken. Warum?

Mein größtes Ziel ist, die Energie von Frauen

zu erwecken, sodass sie wieder in ihre Kraft kommen.

Woran sehen Sie, dass einer Frau Energie fehlt?

Das ist sehr leicht an ihrer Aura zu erkennen: Man sieht, welches Potenzial in ihr schlummert, das aber nicht gelebt wird. Auch die Augen sprechen eine deutliche Sprache: Sehen Sie sich nur hier im Raum um! Die Augen der meisten Menschen leuchten nicht.

Wie kann man die Energie nun anheben beziehungsweise sein Potenzial voll entfalten?

Es gibt unzählige Methoden, die ich in meinen Seminaren lehre. Lachen, zum Beispiel, ist eine Möglichkeit (siehe dazu *Kasten rechts*). Die wenigsten Frauen wissen, dass weibliche Energie von der Gebärmutter ausgeht – selbst dann, wenn die Gebärmutter bereits entfernt wurde. Negative Gedanken beziehungsweise Emotionen anderer Menschen bleiben wie klebrige, negative Energie auf der Membran der Gebärmutter haften. In meinen Seminaren lehre ich Frauen, wie sie ihre Gebärmutter tiefgreifend reinigen können. Mithilfe spezieller Atemtechniken, Bewegung und Meditation kommen die Frauen in einen natürlichen Trancezustand, der sie von all dem energetischen Schmutz befreit, sodass sie wieder auf ihre Ressourcen zugreifen können.

Männer haben diese Energiequelle nicht?

Nein. Bei sexuellem Kontakt füllt die weibliche Gebärmutter den Mann mit Energie auf. Es sollte eigentlich eine Art Energieaustausch sein: Wenn du etwas gibst, bekommst du etwas zurück. Leider ist es heute so, dass die Frauen in den meisten Fällen Emotionszustände wie Stress oder Müdigkeit zurückbekommen. Dadurch verschmutzt sich die Aura der Frau. Unsere Urgroßmütter hielten sich noch viel in der Natur auf, gingen Holz holen oder Kräuter sammeln. Auf diese Weise haben sie ihr System automatisch erneuert. Dieser natürliche Weg, sich von negativer Energie zu befreien, fehlt den Frauen heute. Kommt es in der Folge zu einer Verdichtung negativer Energie, entstehen Erkrankungen wie Myome. Selbst wenn diese chirurgisch entfernt werden, bleibt die Ursache der negativen Energie bestehen, und es bilden sich wieder neue Myome. Deshalb empfehle ich jeder Frau, die Fibrome oder Myome hat,

vor einer OP eine energetische Reinigung der Gebärmutter zu machen.

Was bedeuten Regelschmerzen in diesem Zusammenhang?

Die Energiestruktur der Gebärmutter ist stark verbunden mit dem Familienstammbaum. In der Gebärmutter sammelt sich die gesamte energetische Information unserer Vorfahren. Wenn Frauen früherer Generationen etwa ihre Fähigkeiten und Talente nicht ausleben konnten, so staut sich diese Energie immer mehr an, und es kann zu schmerzhaften Regelblutungen kommen. Schmerz, Angst, alles, was bisher geschehen ist, staut sich in der Gebärmutter. Hier können karmische Rituale helfen.

Sie bieten Sessions über Zoom an: Sind moderne Medien für Sie Segen oder Fluch?

Beides. Es ist wie mit Feuer: Man kann damit Menschen erwärmen, aber auch verbrennen. In Online-Sitzungen habe ich zwar die Möglichkeit, Menschen zu sehen, aber die Möglichkeiten sind begrenzt. Bei echtem Kontakt flüstern mir die Geister zum Beispiel, dass es vielleicht gut wäre, dem Klienten jetzt über die Haare zu streichen. Über Zoom geht das nicht. Manche Menschen sind auch zu sensibel für Online-Sessions und lehnen diese kategorisch ab.

Schulden oder Krankheiten loswerden, Liebesglück finden: Versprechen Sie nicht zu viel? Ist das nicht unseriös?

Es ist seriös, weil es real ist. Viele Menschen geben mir Feedback über das, was sie erfahren haben. Wir sammeln dieses Feedback: Fünf dicke Buchbände sind bereits voll damit. Mit unserem tiefen Wissen über Körper und Seele haben wir die Möglichkeit, wirklich etwas zu verändern, in sämtlichen Lebensbereichen. Das lässt sich sogar wissenschaftlich nachweisen.

Mit welchen Methoden?

Sie haben bestimmt schon gehört, dass man die Aura fotografieren kann. Mithilfe dieser Messtechniken können seit den 1950er-Jahren auch die Geister, die Spirits, festgehalten werden, mit denen wir Schamanen arbeiten. Wenn ein Baby zur Welt kommt, sieht es diese feinstofflichen Wesen noch, aber durch die Erziehung werden uns diese Fähigkeiten abtrainiert. Diese Spirits und unsere Vorfahren – sie sind alle um uns herum. Und Sie können sich gar nicht vorstellen, wie viele es sind. ——— 

Wie Frauen in ihre Kraft kommen

Die acht wichtigsten Tipps der Schamanin

1 Natur. Verbringen Sie möglichst viel Zeit draußen – in der Natur reinigt sich die Gebärmutter auf natürliche Weise.

2 Heiß baden. Drei Mal in der Woche für zehn Minuten (nicht länger!) ein möglichst heißes Bad nehmen (ohne Zusatz). Löst Anspannungen und beseitigt negative Energien.

3 Wechselduschen. Nach einem langen Tag mit Konflikten hilft eine heiß-kalte Dusche. Der Temperaturwechsel vertreibt Stress und Sorgen.

4 Intensive Gewürze. Wer mehr Energie möchte, sollte sein Essen stark würzen (scharf, bitter).

5 Walking statt Couch. Haben Sie die Wahl, einen ganzen Tag lang spazieren zu gehen oder zu schlafen – gehen Sie spazieren!

6 Tanzen. Bewegen Sie sich mit geschlossenen Augen zu Musik, dann öffnet sich in Ihnen „kosmische Energie.“ Tanzen Sie nur für sich!

7 Studieren. Eignen Sie sich Wissen über Weiblichkeit an! Buchtipp: „Der Weg der Liebe. Der Pfad zu Ihrer Bestimmung“ von Adele Weitz.

8 Lachen & Yoga. Integrieren Sie beides in Ihren Alltag!