

DIE HEILIGE KLAUSUR

IM SCHAMANISCHEN
HEILGARTEN



In Teneriffa, wo Efigenia seit vielen Jahren wohnt, scheint die Sonne, aber viel Wind weht einem um die Ohren. Vielleicht ganz gut so, denn Efigenia, die Schamanin und „Herrin des Windes“ sollte behilflich sein, Altes wegzublasen, damit Neues kommen kann.

Die „Heilige Klausur“ ist ein Reinigungsprozess von allem Alten, Überholten, Belastenden. Sowohl körperlich als auch geistig. Efigenia hat schon viele durch diese innere Reise geführt. Früher auch in Österreich. Doch vieles, was sie dazu braucht, findet sie nur hier auf ihrer Finca im nicht touristischen Osten der wunderbaren Kanaren-Insel.

Hier muss man die Energie hinter dem Sichtbaren erfüllen. Die Spanier gehen nicht sehr achtsam mit der Natur um. Die ehemals dicht bewaldeten Hügel sind nur noch mit Kakteen und kleineren Gewächsen bedeckt, dazwischen kleine Plantagen, versteckt hinter Plastikplanen zum Schutz vor Sonne und Wind. Nicht unbedingt eine Idylle. Doch die Elementarkräfte sind aktiv hier. Tiefblau, brausend der Atlantik, mit weißen Gischten, die übers unendliche Wasser tanzen. Die Sonne stark, aber dank des Windes nicht so heiß, wie man das auf der Höhe Marokkos nächst der Sahara vermuten würde. Unterirdische Lavaströme begegnen einem unterirdischen Flusslauf, schaffen besondere Felder.

Efigenia kann sie fühlen. Sie gehören zu ihrer Welt, wie die Erdwesen, die sie „Gnome“ nennt und denen sie auf ihrer Finca viele kleine Plätze eingerichtet hat. Schüsselchen mit Honig und anderen Leckereien stehen für sie versteckt hinter Blumen und Büschen. Elementarwesen übernehmen viele Aufgaben für die Menschen, die mit ihnen leben. Sie sind sogar „therapeutisch“ tätig und gehören zuzusagen zum Mitarbeiterstab eines schamanischen Heilgartens. „Über die

Elementarwesen wird der Kontakt zur inneren Erde geschaffen“, sagt Efigenia und meint damit den Darm, die „innere Erde“ des Menschen, der nach dem Glauben der Schamanen

Passend gekleidet muss man sein, sagt Efigenia, wenn man zur inneren Reinigung antritt und das Licht in sich zum Leuchten bringen will. In leichter, heller Kleidung mache ich mich also auf den Weg nach Teneriffa zur „Heiligen Klausur“ bei Efigenia Barrientos, der Schamanin aus dem Regenwald Paraguays. Nach einigen Stunden Flug erwartet sie mich in ihrem schamanischen Heilgarten. Ich tauche ein in eine Welt, die ich noch nie zuvor betreten habe...

Ein Reisebericht von Dr. phil. Doris Ehrenberger

von Elementarwesen gepflegt wird. Kontakt mit der „inneren Erde“ bedeutet also Kontakt zu den Elementarwesen. Sie helfen wohl Menschen, die im Urwald überleben wollen, herauszufinden, welches Nahrungsmittel



wie wirkt, was man essen kann und wie Nahrung zum Heilmittel wird. Es ist keine akademische, es ist eine belebte Natur.

Efigenia spricht mit der Sonne, mit der Erde, mit dem Wasser, jedem Erdwesen, jeder einzelnen Pflanze, die sie pflegt. Sie wandelt in ihrem Garten wie eine Fee, ist eins mit allem. Dabei kam sie viel herum in ihrem auf-

regenden Leben. Efigenia entstammt den Woa-Korús, Woa-Yakis und Woa-Ranis aus dem Lande Caá-Guazú. Sie lebten am großen Wasserfall Yguazú in Paraguay. Von den spanischen Eroberern zerschlagen, überlebte ein kleiner Rest ihres Stammes, die Elite des Schamanismus und Erben der über 1000 jährigen Tradition ihres Volkes.

Um eine Shamaní – die weibliche Form des Schamanen – zu werden, muss das ausgewählte Kind harte Prüfungen über sich ergehen lassen. Schamanen gelten als Mittler zwischen Menschlichem und Göttlichem. Sie begleiten bei den wichtigsten Übergängen wie Geburt und Tod, pflegen und hüten das spirituelle Wissen des Stammes. Efigenia lernt früh, wie man mit der Natur eins ist, mit wilden Tieren spricht, sie sogar zähmt, schon als kleines Kind allein in der Wildnis überlebt. Der Urwald war ihre Kinderstube. Schon mit vier Jahren begleitete sie ihre Großmutter, auch eine Shamaní, zu Geburten, schaute dem Großvater, ein „Magier der vier Winde“ zu, wie er mit seinem Messer selbst Stürme beruhigen und mit seiner Flöte hunderte Vögel im Urwald anlocken konnte.

Mit 14 Jahren zog es sie in die Welt hinaus. Zu Fuß ging sie allein hunderte Kilometer den Bahngleisen entlang bis in die Hauptstadt Asuncion. Sie lernte schnell und war eifrig, wird Dermato-Cosmetologin in Buenos Aires, studierte in den USA Metaphysik und Psychologie, erlangt zwei Doktor- und zwei Mastertitel. Sie machte die Ausbildung in Holistic Health Nutrition und war Mitbegründerin der Weltförderer der Naturheilkunde. Durch glückliche Fügungen kam sie nach Teneriffa, wo sie heute mit ihrem deutschen Mann Ludwig und Sohn Cesar lebt.

Die Sonne und die Erde stehen im Zentrum von Efigenias Heilarbeit.

„Unser Schöpfer, Vater Sonne, ist in unserer Kultur ein männliches Wesen, das in seinem Inneren das weibliche Prinzip trägt. Die Erde wurde nach unserer Mythologie aus den Tränen der Sonne geschaffen. Sie ist ein „Wasserwesen“ wie wir, ihre Kinder. Die Sonne ist unser Vater, die Erde ist unsere Mutter“, weilt mich Efigenia in ihre spirituelle Welt ein. „Heilung“ wird bei Schamanen anders verstanden, als bei uns. Krankheit gibt es für sie nicht. Es werden auch keine für krank gehaltenen Körperteile behandelt, die Symptome zeigen. Es wird vielmehr die Ursache für die Disharmonie gesucht, die immer in einer vom Menschen verursachten Störung der kosmischen Harmonie liegt. Heilung ist also ein holistischer Prozess und bezieht das ganze Leben eines Menschen ein, samt seinen Beziehungen zur Umwelt, seinem beruflichen Erfolg, seinem Wohlstand, seiner Zufriedenheit im Leben.

In ihrem Volk wird – hauptsächlich im Frühling und im Herbst – eine besondere Zeremonie durchgeführt, die „Heilige Klausur“, in der die kosmische Harmonie im Menschen wiederhergestellt wird. Efigenia sieht sie deshalb als den Weg zu Gesundheit, Glück und Erfolg. Der Mensch verbringt ein paar Tage in Abgeschiedenheit um sich ganz auf eine intensive, innere Reinigung einzustellen. „Es handelt sich um eine Reinigung aller Kanäle des Wasserkreislaufs und des Feuerkreislaufs zur Befreiung der heiligen Säfte von fremden Stoffen, die zu Unwohlsein und zu Blockaden führen. Danach gelangt die Seele in die Stille und in die Sphäre des heiligen Schlafes. Ein heiliger Zustand, in dem die Kammer des Lichtes sich besonders groß öffnet und das Licht vollkommenen Glanz und Intensität erhält. Durch diese strenge Pflege der „Wassergestalt“ in uns bewahrt der Geist der Sonne in uns seine Heiligkeit und Schönheit und das Wesen erwacht zu einem neuen Sein,“ sagt Efigenia. „Für mich ist das der Schlüssel zu Gesundheit, Glück und Erfolg. Der Mensch findet wieder zu sich selbst, viele haben Visionen, erreichen eine hohe Meisterschaft als geistige Führer.“ Die Sonne in jedem Menschen wird so zum Leuchten gebracht und sein Le-

ben in Ordnung. Die Augen strahlen, der Astralkörper leuchtet hell. Ein 40 tägiger Prozess, dessen Kernstück man im Heilgarten erlebt.

Zunächst verlässt man in drei Vorbereitungsstagen die Hektik unserer Welt. Efigenias Garten ist reich an Blumen, Früchten, Kräutern. Alles wird verwendet. Oft braucht sie nur die Blüten, macht daraus Tee oder einen Aufguss für ein Bad. Zur Heiligen Klausur ge-

Grad und Schnee habe sie ihren Duft wahrgenommen, den Schnee beiseite geschoben und eine Pflanze mitgenommen. Im Heilgarten auf Teneriffa gedeiht sie prächtig.

Am nächsten Tag ist dieselbe Arbeit mit Rosmarin vorgesehen. Danach mit dem Sud duschen, einwickeln in den Bademantel und ins Bett, nur schlafen gelingt mir nicht. Der Duft einer köstlichen Suppe zieht sich einladend

> Seminar

Am 22., 23. und 24. Juni findet ein Seminar mit DDr Efigenia Barrientos statt: INSPIRATION SCHAMANISMUS - Die verborgene Kraft der Wandlung, Naturmedizin und geistige Heilung. Das Seminar beinhaltet praktische Übungen, Tipps zur Selbsthilfe und therapeutische Ratschläge für die Praxis. ORT: Haarberghof - Biobauernhof | Fam. Mederos | Am Haarberg 19 | A-7562 Eltendorf | haarberghof.net | T: +43 (0)3325/26 21, detailliertes Seminarprogramm und Anmeldung siehe Editorial auf Seite 2.

BEITRAG: € 320,-/P. | € 260,- Studenten/Senioren/Menschen m. Handikap | Teilnehmer des Workshops »WEG ZUM METAPHYSISCHEN BEWUSSTSEIN« vom 29.4.2012 erhalten einen Rabatt von € 50,-, der Beitrag ist inkl. Ust. und inkl. Abendessen am Freitag, Mittagessen (biologischer Anbau) am Samstag und Sonntag, Pausengetränke, Kaffee/Kuchen

hört die „Arbeit mit Pflanzen“, die den Astralkörper reinigt. Täglich pflücken wir eine andere Sorte, mit der ich mich dann etwa zwei Stunden lang beschäftige. Die Pflanzen werden mit den Fingern zerrieben, der Duft wird eingeatmet, Sorgen, Wünsche werden ausgesprochen und in die Pflanze ausgeatmet. Man wird benommen davon, eine Art Trance und heilige Handlung, durch die intensive Beschäftigung und Hingabe an die Aufgabe. Danach werden die Pflanzen aufgebrüht, der Sud kühlt ab und wird zur Reinigung des Ätherkörpers als Duschwasser verwendet.

Jede Pflanze ist einem Element zugeordnet, das im Ätherkörper feinstoffliche Aufgaben erfüllt. Der Pfefferbaum ist eine Feuerpflanze und wie keine andere dazu geeignet, die Würde der Frau wiederherzustellen. Der Lavendel reinigt die Hypophyse, eine wichtige Drüse bei den Schamanen. Efigenia erzählt, sie hätte die Pflanze aus Ontario mitgebracht. Bei minus 20

bis zu meinem Zimmer. Wir essen zu Mittag. Die Suppe ist natürlich wieder phantastisch. Viel Gemüse darin, wie Erbsen, Karotten, grüne Bohnen, Mais, Zwiebel und Knoblauch müssen gesüßt werden, damit sie nicht blähen, sagt Efigenia. Mit klein geschnittenen Datteln, Rosinen und einer ganzen Zwetschke. Dazu kommen Gewürze wie Curcuma, das genauso wie die Karotte für die Niere gut ist und frischer Ingwer, den sie hin und wieder statt Pfeffer oder Chili verwendet. Das Hühnerfleisch wurde in Thymian und Rosmarin eingelegt um dessen Verdauung zu erleichtern und Purine herauszulösen. In den ersten drei Tagen der Kur isst man ein wenig Fleisch, um „das Astral zu schütteln“. Zwei Löwenzahnblätter sorgen für etwas Bitterstoffe, die man in der Suppe aber nicht herausschmeckt. Salz kommt erst zum Schluss hinzu, „wenn der Herd schon ausgeschaltet ist“, sagt Efigenia. Nie hätte ich gedacht, dass eine Suppe ohne die üblichen Würzhilfen so gut schmecken kann.

Ich wandere mit Efigenia durch den Garten. Sie erzählt mir, dass sie früher das Gesetz des Gebens nicht beachtet und zweimal mit Geschäften Schiffbruch erlitten hat. Jetzt fährt sie immer wieder nach Brasilien, wo sie Schulen unterstützt. „Das Glück, das wahre Glück, folgt einem anderen Gesetz als wir materiellen Menschen uns das vorstellen“, sagt Efigenia. Beim Mangobaum bleibt sie stehen. Davon nimmt sie einige junge Triebe. Sie sind voller Hormone, meint sie. Auch die Mangofrucht enthält viele Pflanzenhormone. „Manga“, sagt Efigenia liebevoll und erzählt die Geschichte des Mangobaums vor uns, der zuerst nicht gedeihen wollte an einem trockenen Platz. Einem Patienten, der sich bei ihr von einem Prostatakarzinom kurierte, sei der traurige Baum aufgefallen. Er habe ihn hierher umgepflanzt und der Baum bedankte sich mit einer Fülle von Früchten.

Wann immer wir durch den Garten zu einer Pflanze wandern, hat Efigenia eine Geschichte dazu von Schwerkranken, die damit gesund geworden sind. Eine Welt voller Wunder tut sich auf, in der man jedes Verständnis für Medizin aufgeben muss, denn was Efigenia erzählt, kann man kaum für möglich halten. Die Weinraute etwa hilft bei Unterleibs- und Brusttumoren. Wie bei einer Frau mit einem fast faustgroßen Unterleibstumor. 25 Abtreibungen hatte sie in diesem Leben hinter sich und

Kur mit der Gallenreinigung an. Efigenia kommt mit einem salzig schmeckenden Schwefelwasser, Olivenöl, einer Kanne Tee mit verschiedenen Blüten und einer Flasche mit Meerwasser. Das ist der Abschluss, davon muss ich nur ein Stamperl voll trinken für meine Schilddrüse. Aber davor muss man wirklich stark sein. Schwefelwasser mit Öl im Mund spülen, gurgeln, bis man daraus auch den sauren, bitteren und süßen Geschmack erspüren kann. Nach jedem Stamperl folgt eine Tasse Tee, auch mit Öl. Efigenia bleibt neben mir sitzen, sie weiß warum. Danach gehe ich schlafen. Der Kurerfolg stellt sich sofort ein, auch nachts und morgens. Alles bestens. Dasselbe folgt an den nächsten zwei Abenden. Leber, Galle, Darm und Bauchspeicheldrüse werden gereinigt bzw. ihre „Heiligen Säfte“. Das sieht man bald im Gesicht. Die Augen leuchten. Das Gemüt wird ruhiger, die Intuition besser, der Schlaf mit symbolischen Träumen „gehaltvoller“. Ein paar Tage noch zum Ausspannen, dann geht es zurück nach Hause. Voller Energie und Zuversicht.

Was sich geändert hat? Das Leben ist klarer geworden. Manches ist nicht so wichtig, manches andere ist wichtiger. Die Dinge ergeben sich wie von selbst. In den darauffolgenden Wochen gelingt alles viel besser. Frieden und Harmonie im Umfeld. Und – was vielleicht am bemerkenswertesten ist - ein anhaltendes Glücksgefühl. Ich bin zu-



in den Träumen tauchte während der Kur ähnliches Unbewältigtes aus zwei früheren Leben auf. Drei Tage weinte sie durch. Efigenia wies sie an, sich auf den Boden zum Schlafen zu legen statt ins Bett, um die Hilfe von Pachamama, Mutter Natur, zu spüren. Kurz darauf fiel der Tumor einfach so aus ihr heraus. Am dritten Abend fängt die eigentliche

frieden mit mir selbst. Selbst, wenn es immer noch oft hektisch ist, der innere Zustand ist ein anderer geworden. Was ich gelernt habe? Dass wir so weit von unseren Wurzeln entfernt sind, so verloren und dabei immer noch so überheblich gegenüber dem Wissen von Naturvölkern, dass es dringend an der Zeit ist, das noch vorhandene Wissen hochzuhalten und weiter zu geben. ✍

