



Wenn es schwierig wird: die „schönen“ Gefühle und ihre Tücken

Die schönen Gefühle

Die Gefühlslehre der *Schamansimus Therapie* beginnt meist mit den als negativ empfundenen Gefühlen, wie zum Beispiel der Wut. Dieser Negativ-Start hat seinen Grund: wir Menschen können diese Gefühle besser. Über die Wut lässt sich schnell sehr viel sagen und man kann sich aus seinen schamanischen Reisen ein erhebliches Wissen über diese Gefühle erwirtschaften.

Leicht anders verhält es sich mit als „gut“ empfundenen Gefühlen. Nehmen wir das Glück, welches derzeit wieder einmal auf dem Lehrplan der Schamanenstube auftaucht. So einfache Formen wie die der Wut nimmt das Glück selten an, zudem ist es erst einmal schwierig, das Glück überhaupt zu greifen. Die Kurzlebigkeit eines solchen positiven Gefühls kann es schwer machen, es schamanisch-experimentell zu erkunden. Als erstes steht die Frage, ist Glück eine Wertung oder ein empfundenes Gefühl? – Wenn einem Glück wiederfährt, muss das nicht zwangsweise zum einem Glücksgefühl führen. Das Gefühl „Glück“ kann sich verhalten zeigen.

Die Ordnungen des Glücks

Um Glück zu betrachten, muss man also erst eine Umgebung schaffen, da man das Gefühl Glück des Öfteren erleben kann. Seine Kurzlebigkeit erfordert Settings, die ihm sehr stark auf die Sprünge verhelfen. Das kann man sich so vorstellen: wenn man versucht, den Verdampfungsprozess von Wasser in einem Glas zu untersuchen, kann man sich vor ein Glas setzen und warten. Etwas besser mag es in der Sonne gehen, da das Wasser dort eher verdampft. Noch besser geht es auf der Herdplatte. Was braucht aber das Glück, um auf den Teppich zu kommen? Ist es Ruhe, ist es ein Tanz, ist es eine kindliche Naivität? Es geht um die Grundlage, die Glück begünstigt. Dabei sei nochmals erwähnt: es geht nicht um einen Glücksfall, sondern um das Glücksgefühl. Eine Tücke liegt auch darin, das Glück zu besetzen: es ist ein flüchtiges Gefühl.

Wege zum Glück

Schnell findet man heraus, dass es nicht eine Grundlage ist, sondern viele Einzelteile sich zu einem Gebilde formen. Dieses Formen ist nicht statisch, sondern zeigt sich gerne in einer Bewegung. So könnte man sagen, die Glückswege sind Prozesswege, die man durchlaufen kann.



Als Hilfsmittel beim schamanischen Erkunden kann vieles herbei gezogen werden:

- das Medizinrad
- Trance-Tänze
- Einsamkeit wie auf der Visionssuche
- Sinnfindung
- Hingabe
- u.v.m.

Erlebt man denn nun endlich das Gefühl des Glücks, kann dieses in einem zu grossen Änderungen führen. Es verhält sich ähnlich der Rührung und kann sich wie eine Öffnung anfühlen, die komplette Richtungsänderungen urplötzlich zulassen. Euphorie und Begeisterung können sich körperlich als aufsteigendes Kribbeln zeigen. Der Moment der Glückserfahrung mag kurz sein, doch die Ausschüttung der Glückshormone hält eine Weile an. Ein Folgegefühl kann die Freude sein, ferner fühlt man sich wertvoll und hebt den Selbstwert. Zuversicht kann sich einstellen: auf einmal wird alles gut.

Die Schule für Schamanismus Therapie

In der *Schamanenstube* finden sich bodenständige Menschen ein, die mehr erreichen möchten: wir lassen uns mit schamanischen Reisen und Ritualen auf therapeutischer Ethik auf die Tiefen des Unterbewusstseins ein und erhöhen die Lebensqualität Schritt für Schritt. Der Einstieg beginnt mit dem

» Krafttier Schnupperkurs

Dieser Kurs bringt Ihnen in Einzelbegleitungen das schamanische Reisen mit speziellem Fokus auf genaue Wahrnehmungen bei.

Zum Thema

- [Glücks-Wege](#)
Schamanisch therapeutische Begleitung auf den Glückswegen

Kursprogramm

- 09.04.2016
[Schamanismus Therapie](#)
Nicht einfach die Trommel schwingen, sondern auf therapeutischer Ethik mit Menschen umgehen können.
- Demnächst
[Der Lebensweg](#)
Das Ritual des Lebensweges zeigt Ordnungen und Muster über längere Zeiträume auf: wohin geht es?

Die Halle der Runen-Karten

Das Set für den klaren und einfachen Umgang mit den Runen als Orakel. Die Runen in ihrer Kraftbewegung erfahren:



Nur SFr. 35.- plus Versand

Anleitung zum Runen-Werfen

Das Runen-Set wird Schritt für Schritt erklärt und ermöglicht erfolgreichen Umgang mit den Runen-Karten. Ein gelungenes Set für Anfänger und Fortgeschrittene

Zeitungsarchiv

Alle Ausgaben der Schamanismus Zeitung können gratis heruntergeladen werden:

- Therapie
- Gefühle
- Praxis
- Wahrnehmungen

Das Schamanenstuben Blatt

Schamanismus Zeitung

An- und Abmeldungen bitte per Mail an [info\(at\)schamanenstube.com](mailto:info(at)schamanenstube.com) mitteilen. Die E-Mail Adressen werden nur für den Newsletter verwendet und nicht weiter gegeben.

Impressum

Schamanenstube
Bachtobelstrasse 6
9534 Gähwil, Schweiz
078 769 35 83
[info\(at\)schamanenstube.com](mailto:info(at)schamanenstube.com)