



Wegweiser auf der individuellen Geburtsreise

(Mynewsdesk) "FlowBirthing" vereint uraltes Frauenwissen mit neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen für eine bewusste Schwangerschaft und Geburt

Kristina Rumpels Buch über bewusste Schwangerschaft und Geburt im Vertrauen auf die weibliche Urkraft steht für eine neue Geburtskultur, die Weiblichkeit und die Fähigkeit zu gebären wieder als Geschenk begreift. Aus der Versöhnung von Wissenschaft und Spiritualität, von Medizin und tradiertem Wissen soll sich ein neues, heilvolles Bewusstsein entwickeln.

Kein Geburtsratgeber im herkömmlichen Sinne

Als studierte Soziologin mit den Schwerpunkten Gender & Diversity und Expertin für Familienpolitik ist Kristina Marita Rumpel mit den Problemen von Frauen in modernen Gesellschaften bestens vertraut. Nach überstandener Krebserkrankung hat sie sich eingehend mit dem Thema Weiblichkeit und (Neu-)Geburt beschäftigt. Obwohl die Geburt eines Kindes das freudvollste Ereignis im Leben ist, haben viele Frauen Angst vor den Schmerzen und möglichen Komplikationen.

In ihrem ersten Buch stellt die alleinerziehende Mutter daher die Frage, wie es dazu kommen konnte, dass sich Frauen im Augenblick der größten Nähe zu sich selbst von ihrer ureigenen Kraft entbunden fühlen. "FlowBirthing" ist kein Geburtsratgeber im herkömmlichen Sinne, sondern versteht sich als Inspiration und Wegweiser auf dem Weg zu einer bewussten Schwangerschaft und Geburt: "Alles, was in diesem Buch geschrieben ist, dient dazu, das Bewusstsein hochzuhalten, um das Vertrauen an die weibliche Fähigkeit zu entwickeln." Denn alles, was eine Frau über die Geburt wissen muss, weiß sie bzw. ihr Körper bereits. Was sie benötigt, ist eine Selbst-Erlaubnis im Sinne einer Ermächtigung, ihr vorhandenes Weisheitswissen abzurufen.

Bereit für das Wunder der Geburt

"Geboren aus einer Welle der Freude" - Was sich zunächst romantisch und verklärend anhört, ist durchaus wörtlich gemeint. Der Begriff "Flow" stammt vom Psychologen Mihály Csikszentmihályi und beschreibt das völlige Aufgehen in einer Tätigkeit. Dahinter verbirgt sich eine durch und durch weibliche und inwendige Erfahrung von Geburt. Mit der freundlichen Zurückweisung eines männlich geprägten Blicks von außen auf Geburt wird der Weg frei für ein tiefgründiges Verständnis von Leben und Urweiblichkeit. Es ist ein Anknüpfen an vergessene Zeiten, in denen Frauen Geburt kraftvoll und in ihrem Selbstwert stärkend erfahren haben.

Die Vision der Autorin dabei ist, dass Frauen "durch Klärung vergangener Irrwege ein neues Bewusstsein (entwickeln) und [hellip;] sich selbst (ermächtigen), um die urweiblichen Erfahrungen des Gebärens wieder im Vollbesitz ihrer Kraft und Würde machen zu können." Geburt wird dabei nicht verharmlost, sondern in ihrer ganzen Urgewaltigkeit erfasst. Erst wenn Frauen bereit werden, ihren Fähigkeiten uneingeschränkt zu vertrauen, können sie das Geburtsgeschehen als Geschenk dankbar annehmen und daraus tiefe Freude erfahren.

Die Frau im Mittelpunkt

Ein wertschätzender Umgang und positiver Blick auf den Körper sind das A und O einer bewussten Geburtsvorbereitung. Für die Geburt sei eine Kombination aus Wissen und Spüren, ein Weisheitswissen hilfreich, das die modernen Erkenntnisse der Medizin so aufbereitet, dass Frauen damit individuell und frei durch den Geburtsverlauf fließen können. Das Buch "FlowBirthing" ist dabei nicht nur für Schwangere, sondern für alle Frauen interessant, die sich mit der Kraft des Weiblichen auseinandersetzen möchten.

Ebenso bietet es allen, die sich mit dem Eintritt ins Leben beschäftigen wollen, durch die Ausrichtung auf das Weibliche wertvolle Impulse. Angestrebt ist eine Neuausrichtung, durch die Frauen im Einklang mit sich selbst den Geburtsprozess als Quelle ungeahnter innerer Kraft und Inspiration erfahren können. "Dieses Erleben ihrer ureigenen Kraft hat die Macht, ihr Leben, das Leben ihres Kindes und das der ganzen Welt heilvoll zu verändern", verspricht die Autorin. "FlowBirthing" will im Dschungel der Angebote Wegweiser sein und stellt exemplarisch einzelne Übungen bzw. Methoden und Ansätze vor, um dieses Ziel zu erreichen.

Buch-Tipp:

Kristina Marita Rumpel: FlowBirthing - Geboren aus einer Welle der Freude. Mankau Verlag, 1. Aufl. 30. April 2015, Klappenbroschur, durchgehend farbig, 16,5 x 23,5 cm, 160 Seiten, 18,90 Euro (D) / 19,50 Euro (A), ISBN 978-3-86374-234-8.

Link-Empfehlungen:

[Informationen zum Buch "FlowBirthing"...](#)

[Zur Leseprobe im PDF-Format...](#)

[Mehr zur Autorin Kristina Marita Rumpel...](#)

[Zum Internetportal flowbirthing.de...](#)

[Zu unserem Internetforum mit Kristina Marita Rumpel...](#)

Diese Pressemitteilung wurde via Mynewsdesk versendet. Weitere Informationen finden Sie im [Mankau Verlag GmbH](#) .

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://shortpr.com/73hccw>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://www.themenportal.de/gesundheit/wegweiser-auf-der-individuellen-geburtsreise-86939>

Pressekontakt

-

Juliane Hordenbach
Reschstraße 2
82418 Murnau

kontakt@mankau-verlag.de

Firmenkontakt

-

Juliane Hordenbach
Reschstraße 2
82418 Murnau

shortpr.com/73hccw
kontakt@mankau-verlag.de

Unter dem Motto "Bücher, die den Horizont erweitern" veröffentlicht der im Jahr 2004 gegründete Mankau Verlag rund 20 Neuerscheinungen pro Jahr. Schwerpunkte des Verlagsprogramms sind Ratgeber aus den Bereichen Gesundheit, Heilung und Lebenshilfe.

Kristina Marita Rumpel



FLOW BIRTHING

Geboren aus einer Welle der Freude

Das Buch für bewusste Schwangerschaft und
Geburt im Vertrauen auf die weibliche Urkraft

