

Das Coaching mit Intuition

Pema Drongshar berätet mit grossem Erfolg Private und Geschäftsleute. Die Tibeterin in Winterthur verlässt sich dabei auf ihre Intuition und darauf, dass ihre Kunden bereit sind, an sich zu arbeiten.

Winterthur/Zürich: «Intuition hat jeder», sagt Pema Drongshar in ihrem Ostschweizer Dialekt, «man muss diese Fähigkeiten nur stärken.» Die 36-jährige gebürtige Tibetin hat zwar nie in Tibet gelebt, aber durch ihre Eltern viel von der Philosophie und der Spiritualität der tibetischen Kultur mitbekommen. Heute wohnt sie mit ihrem Mann und ihrem kleinen Sohn in Winterthur. «Schon als Kind habe ich das Prinzip von Ursache und Wirkung kennen gelernt, das im Buddhismus sehr wichtig ist», sagt Pema Drongshar.

Habe sie zum Beispiel ein Problem mit den Schulkollegen gehabt, so habe ihr Vater mit ihr analysiert, welche Reaktionen ihr Verhalten und ihre Ausstrahlung bei anderen hervorrufen. «Wir haben es sehr stark in der Hand, unsere Umwelt zu beeinflussen», sagt sie. Mit diesem spirituellen Wissen, ihren reichhaltigen Erfahrungen in der Privatwirtschaft sowie ihren speziellen medialen Fähigkeiten hilft sie den Menschen, auf sich selbst zu hören und Klarheit bezüglich ihres Denkens und Handelns zu erlangen.

Intuition und Ruhe

«In meinem Coaching gebe ich den Menschen individuelle Instrumente mit, die ihnen helfen, in verschiedensten Situationen das Essentielle herauszufiltern.» Zum Beispiel sollten sich Manager gerade in der heutigen komplexen Welt viel stärker ihrer selbst bewusst werden und sich auf ihre eigene Intuition verlassen, meint Drongshar. «Für alles Fachliche gibt es ja genügend Kurse und Ausbildungen», fügt sie an. Dass ihre Methoden zum Erfolg führen, zeigt sich bei

einem Blick auf ihre Kurse und Anfragen für Beratungen. Die meisten Termine sind bereits über Monate ausgebucht. «Gerade durch die Finanzkrise besinnen sich viele wieder auf gewisse Werte», sagt Pema Drongshar. Die Menschen erkennen mehr und mehr, wie wichtig es ist, auf die eigene Intuition zu hören und somit mehr Klarheit bezüglich der eigenen Ziele sowohl geschäftlich wie auch privat zu erlangen. «Sie glauben nicht, wie viele Geschäftsleute mir gesagt haben, sie hätten einfach auf sich selber vertrauen sollen», erzählt sie. In einem Intuitionskurs hilft Pema Drongshar den Teilnehmern aus verschiedensten Branchen, von Lehrern über Architekten und Ärzten, bis zu Hausfrauen ihr Bauchgefühl wieder auszugraben. Eine ausgeprägte Intuition könne man jedoch nur erreichen, wenn man sich eine gewisse innere Ruhe erarbeite, fügt sie mit einem Schmunzeln hinzu.

Es «menschelet»

Pema Drongshar selber kennt insbesondere den Finanzsektor sehr gut. Sie hat unter anderem Betriebswirtschaft und Finanzen studiert. «Wir waren Flüchtlinge und meine Eltern mussten auch sehr hart arbeiten, damit wir etwas auf dem Tisch hatten», erzählt die junge Frau. Deshalb war es ihr sehr wichtig, eine solide Ausbildung zu machen. Sie wollte einen guten Beruf erlernen und sich absichern. «Dann habe ich gemerkt, dass es bei jeder Ausbildung, bei jedem Job, immer menschelet.» Egal ob es eine Entscheidung von der Geschäftsleitung sei, oder etwas von den einfacheren Mitarbeitern. «Jede strategische Entscheidung ist hinfällig, wenn es am «Menschelet» scheitert», stellt Pema Drongshar fest.

Was in den einzelnen Menschen und zwischen Personen geschieht, faszinierte sie und wurde zu ihrem Spezialgebiet. Dabei halfen ihr ihre spezifischen medialen Fähigkeiten, welche sie von Geburt an besitzt. Schon in der Schule und später auch im Studium hat sie bei ihren Kollegen sehr schnell gesehen, wo deren Schwächen und wo deren Stärken liegen. «Ich habe immer gedacht, das kann jeder», sagt sie. Erst viel später habe sie

gemerkt, dass die andern viele Dinge gar nicht sehen.

Die Aura lesen

Pema Drongshar sagt, jeder Mensch habe einen Energimantel, eine Aura um sich herum. Darin stehe ganz viel darüber, was dieser Mensch schon erlebt hat, was er macht und was er ist. «Mediale Menschen versuchen, diese Ebene anzuschauen und dies in Worten wiederzugeben», erklärt sie. Pema Drongshar gesteht sich selbst diese Fähigkeit zu und sagt, dass es aber gar nicht einfach sei, damit umzugehen. «Früher habe ich es unter vielen Menschen, zum Beispiel an der Olma, kaum ausgehalten», erzählt sie. Sie sei von all den Menschen und Energien um sich herum sehr müde geworden. «Da habe ich gemerkt, dass ich zu offen und zu neugierig bin.»

Heute sieht Pema Drongshar diese Fähigkeit als grosse Verantwortung, da die Aura ein wichtiger

intuitives coaching

Pema Drongshar verbindet klassisches Coaching mit ihren speziellen spirituellen Fähigkeiten. Jedes Leben ist, energetisch gesehen, offen erkennbar für eine sensitive Person. Durch ihre mediale Wahrnehmungsfähigkeit (hellsichtig, hellführend, hellhörend) erkennt Drongshar sehr schnell die Fähigkeiten und das Potenzial des Gecoachten und kann ihn so effizient seinen Zielen näherbringen. Während des Gesprächs nimmt sie eine Vielzahl von energetischen Informationen auf und erkennt durch ihre sensitive Wahrnehmung, welche Themen den Gecoachten im Moment beschäftigen und welche Lernschritte erforderlich sind. *pd.*

Teil der Privatsphäre des Menschen ist. «Ich musste lernen, mich gegenüber anderen Energien abzugrenzen und nicht alles an mich heranzulassen», sagt die Tibetin. Wichtig ist für sie deshalb die Arbeit an sich selbst. Einerseits habe sie alle Übungen, die sie ihren Kunden empfiehlt, bereits selbst durchgeführt und gespürt, andererseits reflektiere sie auch immer wieder ihr Denken und Handeln: «Ich stelle meine Auffassungen immer wieder in Frage und baue mir meine Überzeugungen wieder neu auf.» *Lena Sorg*



Neben dem Coaching ist Pema Drongshar auch als Steuerexpertin tätig. Bild: pd

kostprobe



Urs Rössler empfiehlt:

Kuchen zum Dreikönigstag

Zutaten:

- 160 g Milch
- 25 g Hefe
- 25 g Zucker
- 7 g Salz
- 20 g Eier
- 60 g Butter
- 25 g Mandelmasse
- 400 g Weissmehl
- Priese Zitronenschale
- Plastikkönig oder ähnliches
- 50 g Sultaninen (können auch durch Schoggistückli ersetzt werden).

Zubereitung:

Hefe, Zucker in der kühlen Milch auflösen und mit dem Mehl, Salz, Eier, Butter, Mandelmasse und der Zitronenschale zu einem fein bearbeiteten Teig kneten. Der Teig muss ohne dass er reisst ausgezogen werden können. Dann die Sultaninen oder Schoggistückli vorsichtig untermischen. Den Teig 60 - 90 Minuten bei Raumtemperatur zugedeckt stehen lassen.

Für den Mittelteil 250g Teig abwiegen, rund kneten und etwas flach drücken. Zehn Teile à 50 g abwiegen und rund kneten und in einen Teil einen König einarbeiten, locker um den Mittelteil anordnen. Den Kuchen mit Ei bestreichen, die Teile können mit gehobelten Mandeln bestreut werden. ca. 30 min. aufgehen lassen. Backen: Ofen auf 200°C vorheizen. Auf der unteren Rille je nach Grösse ca. 12 - 18 min. hell backen.

Bäckerei Rössler:

Urs und Ruth Rössler produzieren in Pfungen und betreiben dort (Hofackerstrasse 1) und in Neftenbach (Schulstrasse 1) je eine Bäckerei-Konditorei mit Dorfkafi, sowie je eine Bäckerei-Konditorei in Bülach (Marktstrasse 31) und Rorbas (Allmendzentrum 4).
Tel. 052 315 3388, www.bk-roessler.ch

zurperson

Pema Drongshar
Beraterin für Persönliches und Berufliches aus Winterthur

Pema Dolkar Drongshar ist seit Jahren sehr erfolgreich als Coach tätig. In ihrem Coaching verbindet die gebürtige Tibetin auf einzigartige Weise Erfahrungen aus ihrem langjährigen wirtschaftlichen Arbeitsumfeld und ihrer Coaching-Tätigkeit mit ihren speziellen medialen und spirituellen Fähigkeiten. Zu ihren Kunden gehören sowohl Private wie zum Beispiel Ärzte, Unternehmensberater, Manager, Ehepaare, Angestellte und Mütter als auch Unternehmen. Pema Drongshar hat nach ihrem Abschluss in Betriebswirtschaft zwei Masters in Kommunikation und Finance gemacht und ist neben dem Coaching in der Steuerberatung tätig. *les*

apropos

Winterthurer Bibliotheken

Winterthur: Die Winterthurer Bibliotheken sind mit ihrem neuen Webauftritt unter www.winbib.ch oder www.bibliotheken.winterthur.ch präsent. Neben der neuen Gestaltung und praktischen Details wie dem Veranstaltungskalender bieten sie – in Zusammenarbeit mit den öffentlichen Bibliotheken von Basel, Bern, Luzern und Zürich – neu die «Virtuelle Bibliothek» «BibNetz» an. Der exklusive Zugang zu wichtigen Datenbanken ist in den öffentlichen Bibliotheken unter www.bibnetz.ch gratis möglich, während er von zu Hause aus nicht oder nur auf eigene Rechnung erfolgen kann.

Wer heute nach zuverlässigen Informationen zu einer Krankheit, geschichtlichen Ereignissen, zu Literatur, Kunst, Film oder anderen Themen sucht, muss nicht mehr mühsam Unmengen von Treffern im Internet durchforsten oder zahlreiche Bücher wälzen. Heute ermöglichen öffentliche Bibliotheken Recherchen in bewährten Fachdatenbanken. Auf dem Wissensportal www.bibnetz.ch sind diese thematisch geordnet und können mit einer einzigen Abfrage gleichzeitig nach der gewünschten Information durchsucht werden.

Die öffentlichen Bibliotheken der Städte Basel, Bern, Luzern, Winterthur und Zürich machen ihren Besucherinnen und Besuchern diese Recherchemöglichkeit online zugänglich. Die Kundschaft kann in der «Virtuellen Bibliothek» Datenbanken – auch kostenpflichtige – gratis vor Ort nutzen und gelangt damit zu qualifizierten Ergebnissen. *red.*

gut zu wissen



Coaching für Unternehmen

Gerade die enorm gestiegene Komplexität unserer heutigen Lebenswelten stellt höchste Anforderungen an die intuitiven Fähigkeiten von Mitarbeitern und Management. Täglich müssen unzählige Entscheide in oft kurzer Zeit getroffen werden. Dieser Herausforderung kann umso besser begegnet werden, wer in seiner Mitte ruht und sich auf sein intuitives Gespür verlassen kann. www.tinley-coaching.ch



Coaching für Private

«Die Definition von Wahnsinn ist, immer wieder das Gleiche zu tun und andere Ergebnisse zu erwarten», sagte bereits Albert Einstein vor vielen Jahren. Meist wird bereits vieles klar, wenn man mit jemandem sprechen, die Probleme analysieren und von einem anderen Standpunkt aus betrachten kann. Dadurch wird es leichter, sich neu zu orientieren und konstruktive Lösungen zu finden. www.dolkar.ch



Intuitionskurse

Intuition ist eine kognitive Funktion, die die Wahrheit in ihrer Gesamtheit erfasst. Sich darauf einlassen bedeutet, einen Zugang zu sich selbst zu finden und sich und seinen Gefühlen und Fähigkeiten zu vertrauen. Eine ausgeprägte Intuition hilft, die Herausforderungen des Alltags, im Beruflichen wie im Privaten erfolgreich zu meistern. www.dolkar.ch/pages/kurse.htm