

Blockade

Podz-Glidz 76 — Beate Schlaps

Published	2022-02-18
Episode page	https://soundcloud.com/lu-glidz/blockade-beate-schlaps-podz-glidz-76
Duration	00:47:04
Speakers	Beate Schlaps, Lucian Haas
Languages	Deutsch (de) · English (en) · Français (fr)
Audio	0076-blockade-beate-schlaps.mp3
Transcription	faster-whisper large-v3, language de
Diarization	pyannote/speaker-diarization-3.1
Translation	gemma-4-12b-it-qat-q4_0.gguf
Dictionary	12 correction(s) applied

Contents

Deutsch	2
Show notes	2
Transcript	2
English	15
Show notes	15
Transcript	15
Français	27
Show notes	27
Transcript	27

Deutsch

German · transcribed from the audio by faster-whisper large-v3

Show notes

Beate Schlaps hätte nach einem negativen Erlebnis fast das Fliegen aufgegeben. Mit Hypnose bekam sie ihren Kopf wieder frei.

In den vergangenen Monaten habe ich von verschiedenen Hörern von Podz-Glitz Anfragen und Bitten erhalten, ob ich nicht gelegentlich auch „ganz normale“ Gleitschirmflieger im Podcast zu Wort kommen lassen könnte. Da stellt sich natürlich die Frage, was das überhaupt ist: ein normaler Pilot oder eine normale Pilotin. Ich deute das mal als eine Person, die beim Fliegen ohne größere Leistungsambitionen Erlebnisse hat und Erfahrungen macht, über die viele andere auch ganz ähnlich berichten könnten.

Aus diesem Blickwinkel heraus betrachtet, fällt Beate Schlaps sicher in die Rubrik „ganz normale Pilotin“ – auch mit der folgenden Geschichte: Im vergangenen Jahr hatte Beate beim Fliegen auf der Schwäbischen Alb ein für sie unangenehmes Erlebnis – mit Folgen.

Körperlich blieb sie zwar unversehrt, aber im Kopf war sie danach nicht mehr frei. Sie fühlte sich fortan unsicher beim Fliegen, irgendwie blockiert. Sie dachte sogar ernsthaft daran, das Fliegen deswegen aufzugeben. Und Hand aufs Herz: Wer kennt nicht von sich selbst oder aus seinem Fliegerumfeld ganz ähnliche Fälle.

In dieser Episode 76 von Podz-Glitz erzählt Beate Schlaps unter anderem von dem, was sie da durchgemacht hat. Nicht ganz so normal ist allerdings der Weg, mit dem sie die Blockade wieder aufgelöst hat. Sie machte eine Hypnosetherapie. Und seither fliegt sie befreiter als je zuvor.

Und das soll was heißen. Denn Beate lernte schon vor 30 Jahren das Gleitschirmfliegen und hat in dieser Zeit viele Erfahrungen gesammelt. So sprechen wir auch darüber, wie ihr vor Jahren schon einmal die Leidenschaft fürs Fliegen abhandenkam, und wie sie mehr als eineinhalb Jahrzehnte später den Wiedereinstieg schaffte.

Wenn Du Podz-Glitz und den Blog Lu-Glitz fördern möchtest, so findest Du alle zugehörigen Infos unter:

<https://lu-glitz.blogspot.com/p/fordern.html>

Musik dieser Folge:

Track: Island Dream | Künstler: Chris Haugen

No Copyright Audio Library

Watch & Download: <https://www.youtube.com/watch?v=zlQvBOzqFmQ>

Links:

- Podz-Glitz Folge #3: <https://lu-glitz.blogspot.com/2019/01/podz-glitz-03-hypnose.html>
- Podz-Glitz Folge #57: <https://lu-glitz.blogspot.com/2021/05/podz-glitz-57-der-nubeltater.html>
- Dr. Marco Ramadani: <https://www.dr-ramadani.de/>

Quelle: <https://lu-glitz.blogspot.com/2022/02/podz-glitz-76-blockade.html>

Transcript

[00:00:03] **Beate Schlaps:** Ich denke halt, am Ende des Tages ist es ja eigentlich wirklich egal, weil das, was wir ja wollen, sind ja einfach nur tolle Flüge machen, sichere Landungen und Spaß haben bei der ganzen Geschichte und ich

fände es halt cool, wenn wir das alles wirklich mal weglassen und einfach uns mehr unterstützen würden, weil da gibt es so viele tolle, erfahrene Piloten da draußen, erfahrene Cracks, die wirklich so ein bisschen einsteigern und unter die Arme greifen könnten, das fände ich super genial, weil dann würden wir wirklich bessere Flüge machen, sichere Flüge machen und wir hätten alle noch mehr Spaß bei der ganzen Geschichte hier.

[00:00:48] **Lucian Haas:** Podz-Glitz, der Lu-Glitz-Podcast.

[00:00:50] **Beate Schlaps:** Geschichten aus dem Kosmos des Gleitschirmfliegens.

[00:00:54] **Lucian Haas:** Heute mit

[00:00:56] **Beate Schlaps:** Beate Schlaps und

[00:00:58] **Lucian Haas:** Lucian Haas am Mikrofon.

[00:01:02] In den vergangenen Monaten habe ich von verschiedenen Hörern von Podz-Glitz Anfragen und Bitten erhalten, ob ich nicht gelegentlich auch ganz normale Gleitschirmflieger im Podcast zu Wort kommen lassen könnte. Da stellt sich natürlich die Frage, was das überhaupt ist. Ein normaler Pilot oder eine normale Pilotin? Ich deute das mal als eine Person, die beim Fliegen ohne größere Leistungsambitionen Erlebnisse hat und Erfahrungen macht, über die viele andere auch ganz ähnlich berichten könnten. Aus diesem Blickwinkel heraus betrachtet, fällt Beate Schlaps sicher in die Rubrik ganz normale Pilotin, auch mit der folgenden Geschichte. Im vergangenen Jahr hatte Beate beim Fliegen auf der Schwäbischen Alb ein für sie unangenehmes Erlebnis mit Folgen.

[00:01:46] Körperlich blieb sie zwar unversehrt, aber im Kopf war sie danach nicht mehr frei. Sie fühlte sich fortan unsicher beim Fliegen, irgendwie blockiert. Sie dachte sogar ernsthaft daran, das Fliegen deswegen aufzugeben. Und Hand aufs Herz, wer kennt nicht von sich selbst oder aus einem Fliegerumfeld ganz ähnliche Fälle. In dieser Episode 76 von Podz-Glitz erzählt Beate Schlaps unter anderem von dem, was sie dadurch gemacht hat. Nicht ganz so normal ist allerdings der Weg, mit dem sie die Blockade wieder aufgelöst hat. Sie machte eine Hypnose-Therapie und seither fliegt sie befreiter als je zuvor. Und das soll was heißen, denn Beate lernte schon vor 30 Jahren das Gleitschirmfliegen und hat in dieser Zeit viele Erfahrungen gesammelt. So sprechen wir auch darüber, wie ihr vor Jahren schon einmal die Leidenschaft fürs Fliegen abhanden kam und wie sie mehr als eineinhalb Jahrzehnte später den Wiedereinstieg schaffte.

[00:02:40] Wenn dir dieser Podcast gefällt, dann unterstütze doch meine Arbeit daran als Förderer. Wie das ganz einfach geht, das erfährst du auf der Website meines Blogs Looglights und zwar dort auf der Seite Fördern. Übrigens, Looglights gibt es seit kurzem in einem neuen, entschlagenen Layout. Schau doch mal wieder auf der Website vorbei.

[00:03:02] Beate, kannst du dich noch an deinen ersten Schirm erinnern?

[00:03:05] **Beate Schlaps:** An meinen allerersten Schirm? Das war damals von der Marke Edel. Ein Space ist das gewesen, so ein giftgrüner Space war das.

[00:03:15] **Lucian Haas:** Ist das wie das erste Auto? Ja. Dass man so an so einen ersten Schirm zurückdenkt und sagt, ja, das war noch ein Schirm?

[00:03:21] **Beate Schlaps:** Ja, absolut, absolut, weil die natürlich eine andere Leistung damals hatten und man hat ihn schon gehegt und gepflegt irgendwo. Und das war schon ein Highlight, mit einem Gleitschirm damals unterwegs zu sein und den ersten Schirm zu haben, als ich noch ziemlich jung war, wo ich angefangen habe zum Pflegen. Und das war schon was Besonderes, absolut.

[00:03:44] **Lucian Haas:** Jetzt verrät mal, wie jung warst du da und wann war das überhaupt?

[00:03:47] **Beate Schlaps:** Also ich habe mit Gleitschirmfliegen angefangen einen Tag nach meinem 18. Geburtstag.

[00:03:51] **Lucian Haas:** Oh wow. Und das war in welchem Jahr?

[00:03:56] **Beate Schlaps:** Das war im Jahre 1992 ist das gewesen.

[00:04:00] **Lucian Haas:** Also jetzt schon 30 Jahre her. Ja. Eine 30-jährige Gleitschirmgeschichte. Wie bist du so jung, auch als Frau, damals zum Gleitschirmfliegen gekommen? Damals gab es dann noch weniger Frauen in der

Gleitschirmszene als heutzutage.

[00:04:14] **Beate Schlaps:** Ja, absolut. Also ich war sonst mit meinen Eltern in Urlaub und wo ich 17 war, haben die eine Deutschlandrundreise gemacht. Und das war für mich so die Entscheidung, hey, das war das letzte Mal mit den Eltern, nächstes Jahr bin ich 18, dann gehe ich selber. Und ich hatte dann so ein bisschen rumgeschaut, was kann ich machen? Weil ich damals noch in der Ausbildung steckte, nicht so viel Zeit und auch natürlich vom Finanziellen waren die Möglichkeiten eingeschränkt. Und dann hatte ich in der Zeitung so ein ganz kleines Bildchen gesehen, da war ein Gleitschirm abgebildet. Das war bei mir hier in der Nähe, nicht weit entfernt. Der Eltschein war das und da habe ich gedacht, hey, wie cool wäre denn das hier mit so einem Schirm den Berg runterfliegen. Und habe mich damals da angemeldet, hier auf der Schwäbischen Alb und habe diesen Kurs gemacht für eine Woche und fand es einfach mega.

[00:04:59] Mega, mega klasse. Und dann entschieden, dass ich weitermachen möchte.

[00:05:03] **Lucian Haas:** Wie haben deine Freundinnen das damals gesehen? Geilst du so als der Mutbrocken unter denen?

[00:05:07] **Beate Schlaps:** Ja, ja, schon so ein bisschen irgendwo. Und jeder dachte glaube ich, ah ja, das ist jetzt so mal so eine vorübergehende Geschichte und das geht dann wieder. Aber wo ich dann wirklich angefangen habe, mir dann auch so die Ausrüstung zu kaufen und dann auch viel unterwegs war einfach am Wochenende. Ich habe, damals habe ich zum Beispiel auch noch zu Hause gewohnt am Anfang. Also von meinen Eltern, wenn ich am Wochenende mal zu Hause war, ah, aber Pensionsgast ist mal ausnahmsweise da. Oder die haben mich gefragt, ob ich krank bin, weil ich am Wochenende zu Hause war. Zum Beispiel, weil ich da echt wirklich in der Anfangszeit ziemlich viel unterwegs gewesen bin. Das

[00:05:44] **Lucian Haas:** heißt, jedes Wochenende zum Fliegen gegangen?

[00:05:46] **Beate Schlaps:** Nahezu, ja.

[00:05:47] **Lucian Haas:** Hattest du dann auch gleichaltrige Freunde, die auch geflogen sind oder mit wem bist du damals fliegen gegangen?

[00:05:53] **Beate Schlaps:** Also ich hatte das Glück, dass ich damals in dem Eltschein eine Freundin kennengelernt habe. Die war, wir waren gleichaltrig. Super gut verstanden und wir sind dann zusammen, haben wir den A-Schein gemacht und sind dann auch zusammen fliegen gegangen. Und über einen Club, wo wir damals eingetreten sind, habe ich dann noch andere Leute kennengelernt und bin dann da mit denen auch fliegen gegangen. Am Wochenende oder eben auch viele Ausfahrten, Clubausfahrten da gemacht und da war ich dann schon viel unterwegs.

[00:06:19] **Lucian Haas:** Warst du da auch wirklich sportlich ambitioniert? Also hast du dann gesagt, ah, ich will Strecken fliegen und sonst was oder war das wirklich nur in die Luft kommen und diese Freiheit spüren?

[00:06:29] **Beate Schlaps:** Wirklich nur in die Luft kommen und diese Freiheit spüren. Also so dieses Streckenfliegen damals war ja noch nicht ganz so unter den Otto-Normal-Piloten, wie es jetzt heute ist. Damals warst du wirklich den Profis, wie jetzt einem Burkhard Martens oder dem Achim Joos, die waren da groß unterwegs. Und das war natürlich so die Idole irgendwo, aber unsereins war so ein bisschen mehr unterwegs, einfach nur in die Luft kommen, fliegen, Spaß haben bei der Geschichte.

[00:06:53] **Lucian Haas:** In welcher Region war das? Also wo bist du dort immer fliegen gegangen?

[00:06:57] **Beate Schlaps:** Hauptsächlich im Allgäu war das oder halt auch Vorarlberg die Region, Andelsbuch, Betzau oder sonst im Allgäu unterwegs. Tannheimer Tal auch, Breitenberg, Reute, Lechtal. So das, was man, sage ich mal, so von mir aus so in circa zwei bis drei Stunden erreichen kann, so für eine Wochenendausfahrt.

[00:07:18] **Lucian Haas:** Das war dann vor 30 Jahren. Ist denn deine Fliegerkarriere, war das dann jetzt eine durchgängige Karriere? Kann man jetzt sagen, hey, man kann die wirklich fliegen? Kann man sich zu 30 Jahre Gleitschirmfliegen gratulieren?

[00:07:29] **Beate Schlaps:** Nein, absolut nicht. Also ich bin zehn Jahre wirklich intensiv geflogen und dann war irgendwann einfach die Leidenschaft weg. Es waren andere Interessen da und ich habe dann alles verkauft und habe dann 15 Jahre Pause gemacht. Hat mich aber nie ganz losgelassen. Also wenn ich irgendwo in den Bergen war oder so und da ist jemand Gleitschirm geflogen oder ich stand am Startplatz, da habe ich schon gerne zugeschaut und vielleicht mal kurz den Schirm gerichtet oder die Eintrittskante mal wieder aufgemacht. So Geschichten. Und irgendwann vor zweieinhalb Jahren ging es mir nicht mehr aus dem Kopf. Es war immer im Kopf, hat es rumgespuckt. Dann habe ich gedacht, also jetzt gucke ich echt mal, ob ich nicht wieder anfangen möchte und habe dann bei meiner Flugschule des Vertrauens einen Auffrischkurs gemacht, einfach mal getestet. Ich habe einen Tandemflug gemacht und da habe ich mich dann echt entschieden, ich will wieder fliegen.

[00:08:18] **Lucian Haas:** Die Leidenschaft war wieder da. Bevor wir jetzt über das Fliegen heute sprechen, würde ich gerne nochmal zurückgucken, nämlich zu diesem Moment, wo du sagst, die Leidenschaft war eigentlich weg. Weil ich glaube, viele Gleitschirmflieger, die so leidenschaftlich sind, sagen immer, diese Leidenschaft des Fliegens geht eigentlich nie. Wenn du einmal in der Luft warst, hast du die eigentlich immer. Warum hast du sie verloren?

[00:08:38] **Beate Schlaps:** Ich weiß auch nicht, ob. Also zum damaligen Zeitpunkt habe ich auch in Australien gelebt und ich bin damals von Sydney nach Perth umgezogen. Und in Perth zum damaligen Zeitpunkt gab es nicht wirklich so super tolle Fluggebiete, muss man sagen. Das ist heute jetzt ein bisschen anders. Und zum anderen.

[00:08:56] Es war so ein schleichender Prozess. Also es war nicht von heute auf morgen, dass ich gemerkt habe, so jetzt ist es vorbei, sondern es war so ein bisschen so ein schleichender Prozess, wo ich einfach gemerkt habe, die Interessen sind so ein bisschen anders geworden. Und es hat mir einfach nicht mehr so diesen Spaß oder diese Fluggeilheit irgendwo war da nicht mehr so da, dass es mir diese Erfüllung gegeben hat, die es mir vorher gegeben hat.

[00:09:22] **Lucian Haas:** Du sagst, du hast damals in Australien gelebt, bist dann aber auch, bevor du es aufgegeben hast, auch viel in Australien selbst geflogen?

[00:09:29] **Beate Schlaps:** Absolut, ja. Also ich habe drei Jahre in Sydney gelebt und bin da auch wirklich viel geflogen. Sei es jetzt an der Küste gibt es ein tolles Fluggebiet oder auch im Inland. Manila ist ja auch relativ bekannt, auch bei den Streckenflugpiloten. Und da sind wir wirklich von Sydney aus oft am Wochenende reingefahren nach Manila und sind dort drin dann auch geflogen. Oder in den Blue Mountain gibt es auch tolle Fluggebiete. Und da war ich auch wirklich sehr aktiv und bin da noch viel geflogen.

[00:09:56] **Lucian Haas:** Ich will da noch mal ein bisschen nachfühlen bei dieser Geschichte mit die Leidenschaft geht dann weg. Wie fühlt sich denn sowas an, wenn einem die Leidenschaft verpasst? Hat dir das auch leid getan?

[00:10:07] **Beate Schlaps:** Absolut, absolut. Weil diese Fliegerei hat mir ja auch unheimlich viel gegeben. Es ist ja jetzt nicht nur diese Airtime, wo du jetzt wirklich in der Luft bist, sondern es ist ja auch diese, sag ich mal, dieses soziale Drumherum. Irgendwo du bist mit Gleichgesinnten unterwegs. Du kannst Fachsinn bilden. Du hast eine tolle Zeit. Und also bei mir war es wirklich so ein schleichender Prozess von einem Jahr, bis ich irgendwann realisiert habe. Es begeistert mich einfach nicht mehr. Warum auch immer. Und es hat mir total leid getan und mir hat wirklich schon was gefehlt. Und ich habe dann lang irgendwo nach einem was vergleichbar, also nachdem ich aufgehört habe, nach was Vergleichbarem gesucht. Aber ich habe nichts wirklich gefunden, was diesen Platz so wirklich erfüllen konnte. Was mir gefällt. Und es hat das Gleiche gegeben hat, wie es Fliegen.

[00:10:53] Und trotzdem war aber für mich klar so, hey, nee, fliegen will ich jetzt aber im Augenblick ist gerade irgendwo auch nicht.

[00:11:00] **Lucian Haas:** Hast du dann damals auch wirklich so die Entscheidung getroffen zu sagen, ich mache jetzt einen Cut, ich verkaufe auch meine Ausrüstung oder lag die immer noch ungenutzt irgendwo hinten rum?

[00:11:10] **Beate Schlaps:** Nee, da habe ich dann wirklich einen Cut gemacht. Habe dann wirklich auch die komplette Ausrüstung, alles verkauft. Gar nichts da behalten. Was ich noch behalten habe, das sind so diese T-Shirts aus der Zeit. Das war so das einzige Überbleibsel, was ich behalten habe. Aber ansonsten so die anderen Sachen, alles mit Vario, Helm, Gleitschirm, Gurtzeug, Rettungsgerät, alles verkauft. Und ich habe es damals in Australien dann verkauft und da

wirklich einen harten Cut dann gemacht.

[00:11:39] **Lucian Haas:** Du hast gerade gesagt, hast aber danach nichts gefunden, was dir das gegeben hat, was das Fliegen dir gegeben hat. Was gibt dir das Fliegen denn? Also

[00:11:46] **Beate Schlaps:** heutzutage muss ich sagen, finde ich diesen Freiheitsgefühl in der Luft einfach. Also für mich ist dieses Freiheitsgefühl allgemein, ich muss das spüren, ist total wichtige Geschichte. Und beim Fliegen kannst du das halt super, super diesem Bedürfnis nachkommen. Und ich habe jetzt keine Alternative irgendwo gefunden, was mir dieses Freiheitsgefühl auch wiederum gibt. Das Soziale, das gibt es in vielen anderen Dingen auch, dem du dann nachgehen kannst. Aber dieses Freiheitsgefühl und auch diesen, sagen wir mal, diesen, diesen anderen Blick auf die Welt. Ich liebe es halt beim Fliegen jetzt zum Beispiel total wunder auf die Welt zu sein und frei wie ein Vogel zu sein und hinfliegen zu können, wo ich eigentlich möchte. Und das habe ich bei nichts anderem gefunden, dieses Freiheit, diesen Ersatz des Freiheitsgefühls.

[00:12:33] **Lucian Haas:** Erlebst du denn die Fliegerei immer als Freiheit oder ist das auch manchmal, häufig ist es ja auch so, Flieger sind ja in ihrem Fliegerhobby auch auf gewisse Weise gefangen. Und man muss immer gucken und dann geht man zum Startplatz und dann sitzt man ewig lange da, damit die Bedingungen stimmen oder sowas oder stellt fest, nee, das Wetter ist heute doch wieder nicht so. Und dieser Teil ist ja eigentlich keine Freiheit, sondern ein Gefangensein. Erlebst du das manchmal auch so?

[00:12:57] **Beate Schlaps:** Ja, absolut, absolut. Aber ich versuche das Ganze dann positiv zu sehen und ich freue mich dann halt einfach, wenn ich dann mal Zeit habe, rauszugehen und ich finde es auch schön, dann einfach in der Natur unterwegs zu sein und den Blick vom Startplatz zu genießen, mit anderen vielleicht Fach zu simbelen. Wenn dann noch ein Flug zustande kommt, super, das ist so ein bisschen wie so das Icing on the Cake irgendwo. Und man muss, glaube ich, dann auch einfach mal sagen, okay, jetzt heute sind halt die Flugbedingungen einfach nicht so gut, jetzt machen wir heute mal was anderes. Aber ich genieße es eigentlich, wenn ich wirklich draußen bin in der Natur und wenn es dann zum Fliegen geht, superklasse. Und oft ist es ja so, dass noch andere Gleichgesinnte dann auch am Berg sind und dann, selbst wenn man sich dann nur unterhält, nur Fachsimmel dann mit Gleichgesinnten, das ist auch schon superklasse, weil das einfach mal was anderes zum Alltag ist irgendwo.

[00:13:46] Und das gibt schon ein schönes Gefühl oder finde ich eine angenehme Geschichte, selbst wenn man dann auch mal nur einen halben Tag oder einen Tag irgendwo am Berg sitzt und es geht zum Beispiel nicht zum Fliegen, aus welchen Gründen auch immer. Mir macht das nichts aus, ich genieße es einfach so, wie es ist, ich nehme es, wie es ist.

[00:14:02] **Lucian Haas:** Nach dieser langen Pause, die du hattest, wann und wie kam es dann eigentlich wieder dazu, dass so diese Fluglust in dir wieder stärker aufstieg?

[00:14:13] **Beate Schlaps:** Hatte mich auch überrascht. Ich hatte es plötzlich, das ging auch so fast so ein bisschen so ein schleichender Prozess, dass es mir immer wieder in den Kopf kam, obwohl es absolut kein Thema mehr bei mir war davor, also jahrelang davor. Und irgendwie ging es mir nicht mehr aus dem Kopf, also es ging immer mal wieder im Kopf rum und wenn irgendwo mal im Fernsehen was kam, hat man es gerne angeschaut oder mal im Bericht in der Zeitung oder so. Und irgendwann habe ich gedacht so, probiere es doch einfach mal wieder, gerade mit so einem Auffrischkurs, die gehen hier drei, vier Tage und das habe ich dann wirklich gemacht, um einfach zu gucken, wie ist so das Gefühl? Kann ich es noch? Wie ist das Gefühl? Macht mir das Spaß? Will ich das wieder machen?

[00:14:59] Und es hat mir dann total Spaß gemacht, auch die Performance des Schirms hat sich natürlich wesentlich verändert. Im Vergleich zu früher. Und ich habe mich dann entschieden, ich möchte echt wieder Gleitschirm pflegen. Ich habe mich dann bewusst dafür entschieden, ich möchte ein außergewöhnliches Leben und da zählt jetzt einfach gerade mal in dem Moment das Gleitschirm pflegen für mich dazu.

[00:15:22] **Lucian Haas:** War denn gerade diese ersten Flüge wieder, die du da gemacht hast, war das auch nochmal wieder so ein Gefühl wie die allerersten Flüge, wie das erste Abheben, dass man nochmal genau so diese Endorphinschübe und sonst was hat? War das schon ein anderes Nachhausekommen?

[00:15:37] **Beate Schlaps:** Ne, das war schon wirklich so, glaube ich, wie so die allerersten Flüge, wenn du das erste Mal so ein bisschen länger, so ein bisschen höher mal den Boden verlässt und das war schon was Außergewöhnliches, wo ich dann halt auch gemerkt habe, ich war bei meiner gleichen Flugschule wieder, wo ich damals den A-Schein gemacht habe und dass die Performance halt der Schirme komplett anders ist wie früher, dass du jetzt halt viel weiter geflogen bist. Wir sind jetzt dann quasi über den Landeplatz, was wir früher genutzt hatten, sind wir jetzt drüber weggefliegen und eigentlich die doppelte Strecke dann geflogen, bis wir irgendwann mal gelandet sind. Und das war wirklich so ein Wow, weil da war richtig viel Zeit dazwischen, den Ausblick zu genießen, den Flug zu genießen und es war schon ein unglaubliches Gefühl. Das war wirklich so, wie wenn du gerade nochmal neu anfängst irgendwo.

[00:16:25] **Lucian Haas:** War der Fluglehrer noch der gleiche in der Flugschule?

[00:16:28] **Beate Schlaps:** Es gab tatsächlich einen, der Fluglehrer gab es in der Flugschule dort auch noch, den ich auch noch von damals kannte. Und

[00:16:35] **Lucian Haas:** kannte der dich auch noch? Er hat gesagt, Beate, du warst doch bei uns schon mal vor 20 Jahren oder sonstiges.

[00:16:40] **Beate Schlaps:** Ja, doch, die kannten mich auch noch und die kannten auch noch meine Freundin, mit der ich damals unterwegs war, die jetzt aufgehört hat zum Pflegen auch schon seit langem. Und ja, also es war sehr witzig, wo ich dann wieder aufgetaucht bin, weil es war so ein bisschen wie früher, kann man sagen. Die kannten mich noch, ich kannte die noch, also es war total klasse.

[00:17:01] **Lucian Haas:** Deine Freundin, sagtest du, die hat aufgehört, will die nicht auch wieder anfangen, jetzt wo du wieder fliegst, dass die sagt, ey, das steckt mich gleich noch mit an?

[00:17:08] **Beate Schlaps:** Nee, nee, also wir haben uns dann mal ausgetauscht, aber für sie ist das jetzt absolut überhaupt kein Thema mehr, sie möchte nicht wieder anfangen.

[00:17:16] **Lucian Haas:** In welchem Jahr war das eigentlich, als du wieder angefangen hast?

[00:17:19] **Beate Schlaps:** Das war im Jahr 2019. Das

[00:17:22] **Lucian Haas:** heißt, 2003 hast du aufgehört, 2019 wieder angefangen. Also 16 Jahre wirklich Pause gemacht. Wie viel war denn noch von, wie sagt man so, Muscle Memory, also wie viel war da noch an Erinnerungen in deinen Muskeln noch drin, wo du sagtest, eigentlich das hat beim ersten Aufziehen schon geklappt oder war das schwierig, da wieder reinzukommen?

[00:17:43] **Beate Schlaps:** Nee, also die Frage hatte ich mir auch gestellt, ob das noch funktioniert oder nicht, aber erstaunlicherweise, es war, also ich konnte da weitermachen, wirklich, wo ich aufgehört hatte. Gerade so dieser Startvorgang zum Beispiel. Der war noch drin, es geht zwar heute so ein bisschen anders wie früher, früher bist du viel mehr in die Schirme reingerannt, aber dieser Prozess des Starts oder auch diese Vorlage hier und das war alles wirklich noch im Körper drin oder halt auch gerade beim Fliegen selber, dieses Zentrieren. Thermikzentrieren, da konnte ich wirklich relativ schnell oder relativ direkt da wieder einsteigen, wo ich damals aufgehört habe. Und das fand ich halt eine tolle Geschichte, dass ich da nicht wieder von Null anfangen habe irgendwo.

[00:18:29] **Lucian Haas:** Nun bist du heute deutlich älter als damals. Hat sich deine sonstige Art zu fliegen oder an das Fliegen heranzugehen da irgendwie verändert, dass du sagst, im reiferen Jahren fliegt man anders als in der Jugend?

[00:18:42] **Beate Schlaps:** Ja, also ich weiß damals, wo ich angefangen habe zum Fliegen, habe ich gedacht so, hey, ich komme ja gar nicht vom Berg weg, weil mein Schirm nicht offen ist und ich habe ein Rettungsgerät dabei und ich habe einen Helm auf. Was soll denn da schon passieren nach dem Motto? Also ich war ja damals 18, 19, da ist man ja relativ jung, naiv unterwegs und jetzt bin ich natürlich schon anders unterwegs, weil man hat im Laufe der Zeit dann schon so seine Erfahrungen gemacht. Man sieht Sachen bei anderen Leuten und man ist schon, ich will es mal sagen, mit mehr Respekt einfach unterwegs. Also die Geschichte ist schon was anderes und es ist jetzt auch nicht mehr so, ich nehme es jetzt entspannter und ich genieße es jetzt mehr, das Fliegen. Früher war es mehr so, hey, ich will jetzt Thermik fliegen oder ich will jetzt dies oder das. Oder mindestens eine Stunde fliegen, so Geschichten. Und jetzt genieße ich es mehr,

genieße den Moment einfach.

[00:19:29] **Lucian Haas:** Hast du denn in deiner Fliegerzeit auch selbst mal deutliche Rückschläge erlebt?

[00:19:34] **Beate Schlaps:** In der ersten Fliegerzeit eher weniger. Einen Rückschlag hatte ich zum Beispiel, wo ich jetzt wieder angefangen habe, letztes Jahr hier. Aber in der ersten Fliegerzeit waren keine wirklichen Rückschläge.

[00:19:46] **Lucian Haas:** Was war dann der Rückschlag, wo du sagst, im letzten Jahr hattest du mal einen?

[00:19:51] **Beate Schlaps:** Also ich hatte zum Beispiel ein Erlebnis, wo ich auf dem Fluggebiet fliegen war, da gibt es keine Bergbahn und ich bin ein paar Mal unten gelandet und es ist immer so ein bisschen aufwendig zu schauen, bis man wieder hochkommt zum Startplatz. Und hatte mich dann irgendwann entschieden, ich probiere das einfach mal oben am Startplatz, war offizielle Top-Landefläche, da wieder einzulanden und habe mir das bei anderen angeschaut. Ich habe mir die Wiese angeschaut, sehr große Wiese, habe geschaut, wie kommen die anderen rein, wie machen die das? Und hatte dann im Frühjahr letzten Jahres dann die Entscheidung gemacht, so, jetzt tue ich auch mal Top-Landen.

[00:20:26] Was ich, also mir ist aber der Fehler unterlaufen, was ich absolut nicht bedacht habe, es war ein thermisch recht aktiver Tag und diese große Top-Lande-Wiese, die liegt direkt an der Hangkante und das ist permanent in der Ablösung reingekommen. Also als ich zum Landeanflug angesetzt habe, ich hatte gut Höhe, dachte, das reicht ewig, super klasse, passt alles. Und ich habe dann eine Ablösung nach der anderen bekommen, die da an der Hangkante hochgestrichen ist und ich bin nicht runtergekommen. Irgendwann traf es mich wie ein Blitzschlag, ich weiß nicht mehr, was ich tun soll. Ich habe keine Möglichkeit mehr und ich muss aber innerhalb von Sekunden, muss ich jetzt reagieren, sonst hänge ich gleich im Baum drin, weil diese Landewiese zu Ende geht. Ich konnte nicht ins Tal abdrehen, weil ich dafür schon so niedrig war, sonst wäre ich in den Bäumen gehangen, allzu viel länger, geradeaus geht auch nicht mehr, sonst lande ich in den Bäumen.

[00:21:14] Die Höhe war schon zu hoch, das wusste ich und ich konnte ja auch nicht zur anderen Seite weg, sonst wäre ich in den Rotor reingekommen. Und diese Erkenntnis, die mich wirklich so emotional ziemlich mitgenommen hat und die mich wie ein Blitzschlag getroffen hat, hey, ich weiß nicht mehr, was ich tun soll und ich muss aber binnen Sekunden entscheiden, das hing mir dann ziemlich lang nach, diese Geschichte. Also da habe ich dann doch einige Zeit dran zu kämpfen gehabt.

[00:21:40] **Lucian Haas:** Aber war das dann wirklich eine Starre, in die du dann auch in der Luft verfallen bist? Also bist du nicht mehr wissend dann einfach geradeaus in die Bäume rein oder was ist passiert?

[00:21:49] **Beate Schlaps:** Nee, also ich habe dann in dem Moment, ich habe dann leichte S-Schlaufen habe ich geflogen, um die Höhe abzubauen und es ist auch alles gut gegangen, alles in Ordnung, ich bin sicher gelandet. Aber es hing mir so in den Knochen, hing es mir dann doch drin. Also ich bin Gott sei Dank jetzt nicht irgendwie in eine Starre oder in eine Blockade oder sowas in dem Moment verfallen und ich bin dann gut gelandet, es war alles in Ordnung.

[00:22:13] **Lucian Haas:** Aber bei weiteren Flügen war das immer im Hinterkopf oder wie?

[00:22:17] **Beate Schlaps:** Ja, ja, also bei weiteren Flügen ist mir immer, wenn ich in der Luft war, ist mir immer im Hinterkopf gewesen, was ist, wenn wieder was passiert, wo ich nicht weiß, was ich tun soll. Und das habe ich so irgendwie, ich habe es nicht aus dem Kopf rausgekriegt und sobald ich in der Luft war, war immer so dieser Gedanke da, was ist, wenn wieder irgendwas ist, wo ich einfach nicht weiter weiß. Und ich fühlte mich dann, ich wollte, also ich habe gemerkt, ich wollte nicht mehr fliegen. Und ich fühlte mich dann auch von den Landeplätzen magisch angezogen und musste mich dann wirklich zum einen zwingen zum Fliegen zu gehen und halt auch nicht direkt zum Landeplatz zum Fliegen, sondern wirklich jetzt mal eine halbe Stunde oder eine Stunde oder sowas oder wie meine Kumpels ein bisschen rum zu fliegen einfach, ein bisschen Thermik zu fliegen. Und das war aber wirklich, wirklich eine Überwindung für mich und ich habe mir dann halt auch die Frage gestellt, will ich denn weiter fliegen oder nicht und ist es mir das Risiko irgendwo wert, die ganze Geschichte.

[00:23:11] **Lucian Haas:** Wie nah dran warst du da schon wieder aufzugeben?

[00:23:14] **Beate Schlaps:** Ich war ziemlich nah dran, also es war wirklich so Spitz auf Knopf, wirklich eine Entscheidung, mache ich weiter oder mache ich nicht weiter und habe mir überlegt, für mich überlegt, ich möchte ein außergewöhnliches Leben und ich will einfach Gleitschirm pflegen und ich muss da jetzt irgendwo, das war so mein Ziel, das war klar definiert, ich will weiter Gleitschirm pflegen, weil mir das auch sehr viel gibt. Ich möchte das jetzt, wegen der Geschichte will ich es nicht aufgeben.

[00:23:36] **Lucian Haas:** Wie hat das eigentlich so dein Umfeld aufgenommen? Hast du mit denen auch darüber gesprochen? Und haben die Verständnis für sowas oder ist man halt, kenne ich auch so, viele Gleitschirmflieger haben ja irgendwelche negativen Erfahrungen mal, aber man traut sich vielleicht auch nicht so wirklich darüber zu erzählen, weil alle erzählen immer ganz toll von ihren Flügen, man selber sagt, ich habe mich einfach nur scheiße gefühlt. Das erzähle ich jetzt nicht groß in der Runde und dann reden wir jetzt darüber. Also wie bist du damit dann umgegangen oder auch mit den anderen zusammen damit umgegangen?

[00:24:04] **Beate Schlaps:** Ich muss sagen, ich habe erstmal ein Weilchen für mich gebraucht, bis ich mir das selber auch eingestanden habe. Jeder ist ein Thema, mit dem ich mich auseinandersetzen muss. Und dann habe ich das angefangen, wirklich meinen besten Fliegerbuddies zu erzählen und ich habe da wirklich die Ehre, dass ich sensationelle Fliegerbuddies habe, die mich da auch sehr unterstützt haben. Und ich habe dann auch, wo ich mal eine Flugschulreise gemacht habe, habe ich mit dem Fluglehrer einfach gesprochen und wenn man sich so mit anderen Leuten unterhält, kam dann raus, dass es doch einige wirklich ähnlich geht oder die auch mal Angst haben in der Luft oder wo ähnliche Situationen irgendwo sind. Aber es wird nicht darüber gesprochen. Das finde ich so ein bisschen schade. Und nachdem ich das Thema dann so mal bei verschiedenen Gelegenheiten angebracht habe und mit verschiedenen Leuten gesprochen habe, haben die dann auch gesagt, dass es ihnen dann manchmal ähnlich geht oder dass es auch Momente, Situationen eben gab, wo man sich nicht ganz so wohl gefühlt hat.

[00:25:01] **Lucian Haas:** Wie bist du dann damit weiter umgegangen oder wie ist es damit weitergegangen mit der Geschichte? Waren diese Gespräche mit den anderen dann für dich so befreiend, dass du sagst, das hat sich dann gegeben und ich bin weitergefliegen?

[00:25:14] **Beate Schlaps:** Die Gespräche, die waren befreiend, die waren schon, irgendwo haben sie mir geholfen. Ich habe da auch wirklich tolle Tipps gekriegt, zum Beispiel mehr in den Randzeiten zum Fliegen und ich habe dann aber auch angefangen, einfach nach einer Lösung zu suchen. Und ich habe dann alles Mögliche, wenn ich irgendwo in den Medien oder irgendwas mitgekriegt habe, mit Angstblockade oder sowas, wie man das löst, habe ich mir das reingezogen, angeschaut. Und wirklich so ein Gamechanger für mich war dein Podcast mit Manuel Nübel, der Nübeltäter. Also da muss ich sagen, das war eine super Geschichte, den habe ich mir in dem Prozess dann auch angehört. Und ich bin dir und Manuel total dankbar, dass ihr den Namen dieses Hypnosearztes genannt habt, Dr. Marco Ramadani, der eben zum einen Manuel geholfen hat, aber eben viele anderen Piloten auch geholfen hat, die mal irgendwo Negativerlebnisse hatten.

[00:26:02] Und wo ich das gehört habe, bin ich dem einfach auch mal nachgegangen, habe das recherchiert, habe mir die Webseite von dem Marco angeschaut und habe einfach gedacht, ich probiere das jetzt mal. Was habe ich zum Verlieren? Ich habe eigentlich nur zu gewinnen. Und bin dem wirklich nachgegangen, habe den Marco kontaktiert und habe mich im Prinzip von Marco dann hypnotisieren lassen und bin seitdem total befreit unterwegs und das Thema ist erledigt für mich. Superklasse. Das

[00:26:31] **Lucian Haas:** heißt, war das eine Hypnose-Therapie-Sitzung und das hat dich befreit oder waren das mehrere?

[00:26:38] **Beate Schlaps:** Im Prinzip war das eine Sitzung. Also du hast ein Vorgespräch mit dem Marco, wo man sich einfach kennenlernt, wo er den Prozess erklärt und wo ich quasi auch beschrieben habe, was mein Thema ist, was passiert ist und was mich seitdem beschäftigt. Und daraufhin baut der Marco dann die Hypnose auf, die findet dann eine Woche später statt, geht eine halbe Stunde und es war wirklich eine einzigste Hypnosesitzung. Man ist komplett bei Bewusstsein und danach war das Thema erledigt. Also wenn ich seitdem unterwegs bin, habe ich diesen Gedanken, den ich vorher hatte, überhaupt nicht mehr, sondern dann kommt der Gedanke auf, hey, ich habe komplettes Vertrauen in meine Fähigkeiten. Und ich fliege seitdem viel befreiter, also nicht naiv oder blauäugig, ich habe immer noch Respekt

vor den Elementen, aber ich bin viel befreiter unterwegs und ich kann es auch wieder genießen.

[00:27:26] **Lucian Haas:** Wenn du sagst, du warst voll bei Bewusstsein. Was ist denn dann in dieser halben Stunde Hypnose da passiert oder was hat dir der Marco erzählt oder spricht man da mit dem oder hört nur irgendwie nette Musik oder wie läuft sowas ab?

[00:27:42] **Beate Schlaps:** Im Prinzip, man kann sich das so ein bisschen ähnlich vorstellen wie so eine Fantasiereise bei der Meditation. Also der Marco macht quasi so eine halbe Stunde ungefähr eine Hypnose, es spricht nur der Marco in der Zeit.

[00:27:55] Man ist komplett bei Bewusstsein, man kann sich hinsetzen oder hinlegen, hat die Augen auch geschlossen. Und hört eigentlich nur der Stimme zu vom Marco und durch die Art und Weise, wie er diese Geschichte oder seine Fantasiereise, nenne ich es mal, erzählt, durch diese Tonlage, die er nutzt, durch die Wörter, die er nutzt, auch die Sätze, die er manchmal offen lässt und das Gehirn vervollständigt es dann selbstständig. Dadurch bringt er das Gehirn, ich nenne es jetzt mal einen gewissen Betriebszustand. Also wenn du jetzt zum Beispiel Sport machst oder dich entspannst, ist dein Gehirn in einem unterschiedlichen Betriebszustand und diese unterschiedlichen Betriebszustände nutzt der Marco durch die Wörter, die er nutzt und diese Tonlage und seine Geschwindigkeit zum Beispiel auch, wie er spricht. Und da bringt er dich unheimlich schnell in so einen gewissen oder dein Gehirn in so einen gewissen Betriebszustand, wo er quasi Einfluss darauf nehmen kann und positiv das Ganze beeinflusst, dass diese Blockade sich auflöst.

[00:28:56] Und er sagt auch, es ist, wenn du Bilder, also wenn du während der ganzen Geschichte Bilder hast, super, aber wenn du keine Bilder hast, ist das genauso gut. Also man soll sich im Prinzip auf gar nichts versteifen, einfach nur der Stimme von Marco zuhören und der Rest macht er. Also ich bin total begeistert, weil es eine Sitzung ist, weil es wirklich nur eine halbe Stunde irgendwo geht, keine Folgesitzungen irgendwo, man komplett bei Bewusstsein ist und das Ergebnis ist unglaublich. Es ist unfassbar gut. Mega begeistert. Hat

[00:29:26] **Lucian Haas:** er denn in dieser halben Stunde, wenn er dir dann so eine Traumreise mit dir macht oder sowas, kommt denn diese Situation, die du ihm wahrscheinlich auch geschildert hast, was dazu geführt hat, ist das überhaupt Teil von dieser Geschichte oder hat das gar nichts damit zu tun, sondern der führt dich nur ganz woanders hin und trotzdem hat es diese Wirkung?

[00:29:43] **Beate Schlaps:** Ja, also dieses Thema kommt überhaupt nicht hoch, sondern er führt dich komplett woanders hin, gerade in das Gegenteil im Prinzip hier und er bekräftigt das eigentlich die positiven Attribute. Also bei mir ging es zum Beispiel um Vögel, die fliegen und die sehr erfahren sind und die höher und sicher und vollkommen getragen sind. Also man kann das aufs Gleitschirmfliegen sehr gut übertragen, fand ich, aber es hatte jetzt so nichts mit diesem Negativerlebnis als solches zu tun, dass man irgendwo in dieses Negativerlebnis reingeht, sondern es ist wirklich auf eine sehr positive Art und Weise ging es um das Fliegen von Vögeln.

[00:30:21] **Lucian Haas:** Kriegst du denn am Ende oder im Rahmen dieser Sitzung auch sowas? Wie eine Art Mantra oder so ein Mentaltraining-Satz, wo du sagst, wenn du in einer Stresssituation bist, dann denk diesen einfach nur, um dich wieder in diesen Zustand zurückzusetzen? Also hast du auch noch solche, wie soll man sagen, Hilfsmittel noch zusätzlich an die Hand bekommen?

[00:30:43] **Beate Schlaps:** Bei der Hypnose selber nicht. Also ich nutze manchmal, wenn ich irgendwie merke, jetzt bin ich ein bisschen angespannt, weil es vielleicht turbulent ist in der Luft oder wie auch immer, dann nutze ich für mich selber ein Mantra. Ein Mantra, ich schaffe das, ich schaffe das, ich schaffe das. Und das ist so ein Mantra, ich gucke halt, dass ich von der Psychologie, wenn ich beim Fliegen unterwegs bin, dass ich einfach mich wohl fühle, dass ich mich sicher fühle und ich gucke auch sehr stark auf meine Gedanken, was mir in dem Moment durch den Kopf geht. Dann sage ich nicht, oh, hoffentlich habe ich jetzt keinen Fehlstart, sondern hey, nee, ich schaffe das, ich werde jetzt gut starten. Aber bei der Hypnose selber kriegst du so kein Mantra, was der Marco recht oft gesagt hat, dass die Vögel jederzeit sicher und geborgen sind. Das ist so ein bisschen was, was ich für mich mitgenommen habe.

[00:31:31] Also das sage ich mir oft selber auch beim Fliegen. Hey, ich bin jederzeit sicher und geborgen oder ich sage mir, hey, ich habe komplettes Vertrauen in meine Fähigkeiten und ich schaffe das und ich kriege das hin.

[00:31:43] **Lucian Haas:** Nun hast du gesagt, du fliegst jetzt wieder ganz befreit. Ist denn dieses Fluggefühl, was du heute hast, ist das durch diese Befreiung vielleicht noch ein anderes, größeres, als es sogar noch davor war, bevor du diesen Vorfall hattest?

[00:31:57] **Beate Schlaps:** Absolut, absolut. Ja, also ich bin jetzt viel befreiter, viel entspannter in der Luft unterwegs. Und ich meine zum Beispiel einen positiven Nebeneffekt auch von der Hypnose ist einfach, ich hatte oder ich war relativ lang mit meinem Gurtzeug nicht ganz so zufrieden. Ich war der Meinung, hey, da muss es doch was Bequemerer irgendwo geben, hatte aber bis jetzt noch nichts gefunden. Und seit der Hypnose finde ich mein Gurtzeug super, super bequem und ich fühle mich total wohl mit meinem Gurtzeug. Und das Thema neues Gurtzeug ist komplett vom Tisch.

[00:32:26] **Lucian Haas:** Das heißt, sowas ist auch nur im Kopf dann letzten Endes. Man redet sich ein, also das Unwohlsein, was man vom was auch immer her hat, überträgt man dann und sagt, ja, das Gurtzeug, das ist doof, das drückt an der Stelle oder sonstiges.

[00:32:40] **Beate Schlaps:** Genau, genau. Ich fand das im Rücken irgendwie nicht so bequem und dachte, da muss es doch was anderes irgendwo geben. Und jetzt durch die Hypnose sage ich, super, ich bin super happy mit meinem Gurtzeug und ich will gar nichts anderes irgendwo. Und das sagte Marco, hat er mir auch gesagt in dem Vortrag. Also du hast ein Vorgespräch, dass das viele berichten, dass die sich danach irgendwie fester im Gurtzeug fühlen, wohler, besser im Gurtzeug, wie wenn sie fester eingegurtet sind, obwohl das ja natürlich nicht der Fall ist. Aber das ist wohl bei sehr vielen so ein positiver Nebeneffekt.

[00:33:11] **Lucian Haas:** Erstaunlich, man könnte ja fast so los ableiten zu sagen, oh Leute, wenn ihr mit eurem Gurtzeug nicht zurecht seid, nicht zurecht kommt, bevor ihr 1000 Euro in ein neues investiert, investiert immer. Verrat vielleicht mal, was kostet so eine Hypnose-Sitzung?

[00:33:25] **Beate Schlaps:** Also du hast ein Vorgespräch, das sind so ungefähr 90 Euro und die Hypnose-Sitzung sind dann ungefähr 150 Euro. Also das hält sich eigentlich wirklich in Grenze. Also

[00:33:33] **Lucian Haas:** so gesehen deutlich günstiger, zumindest ein neues Gurtzeug. Und wenn man dann auch noch so befreit dann auffliegen und weiterfliegen kann, das ist natürlich super.

[00:33:43] Ich reize jetzt mal ein bisschen bei dir, weil du hast mir in einem Vorgespräch oder in einem Vor-E-Mail, wo wir so ein bisschen Austausch hatten, hast du auch gesagt, ja, deine Fliegerkumpels, den würdest du jetzt fast zu gut fliegen, so ungefähr. Du fliegst den um die Nasen herum und dem passt das teilweise vielleicht gar nicht so. Stimmt das wirklich? Also hast du dann auch solche Erlebnisse dann dabei gemacht?

[00:34:04] **Beate Schlaps:** Also ich habe so ein bisschen so die Erlebnisse gemacht, dass die Männer, glaube ich, so ein bisschen konkurrentiger unterwegs sind, wie jetzt so die Frauen irgendwo. Klar, da geht es halt dann so ein bisschen um die Ehre dann auch bei den Männern hier. Also wenn die sich begegnen, dann geht es erst einmal um höher, schneller, weiter und wer hat den größeren, Klammer auf Schirm, Klammer zu. Und wenn sich Frauen oder sowas begegnen, dann geht es eigentlich mehr so um Komplimente und hey, du bist ja auch da entlang geflogen. Aber ich denke halt, am Ende des Tages ist es ja eigentlich wirklich egal, weil das, was wir ja wollen, sind ja einfach nur tolle Flüge machen, sichere Landungen und Spaß haben bei der ganzen Geschichte. Und ich fände es halt cool, wenn wir das alles wirklich mal weglassen und einfach uns mehr unterstützen würden, weil da gibt es so viele tolle, erfahrene Piloten da draußen, erfahrene Cracks,

[00:34:54] so ein bisschen einsteigern, unter die Arme greifen könnten, das fände ich super genial, weil dann würden wir wirklich bessere Flüge machen, sichere Flüge machen und wir hätten alle noch mehr Spaß bei der ganzen Geschichte hier. Und das würde ich mir so ein bisschen mehr wünschen.

[00:35:09] **Lucian Haas:** Das ist die positive Sache. Ich will trotzdem noch mal ein bisschen kitzeln, weil ich finde solche Geschichten immer interessant. Wenn du jetzt so viel besser aufgefliegen bist, gab es da wirklich so Situationen, wo du gemerkt hast, Ah, ich bin jetzt nicht mehr die kleine Engel. Die ängstliche Beate, die die anderen auch so gesehen haben, ah, die müssen wir unter, das machen ja Männer so gerne, wir müssen die Frauen unter unsere Fittiche nehmen, zumindest beim Fliegen an der Stelle, sondern mit einem Mal warst du die, die wieder vielleicht beherzt an den

Startplatz geht und schnell aufdreht und dann vielleicht höher ist als die anderen und sonstiges. Also, dass du auch da gemerkt hast, mit einem Mal müssen die Männer mit dir konkurrieren und können dich nicht mehr so unter die Fittiche nehmen?

[00:35:46] **Beate Schlaps:** Ja, ja, das merkt man also gerade so ein bisschen so bei den Jüngeren oder sowas. Ich habe so den Eindruck, dass so tendenziell... Die Älteren ein bisschen gelassener in die Richtung unterwegs sind, aber die Jüngeren sind da schon so ein bisschen konkurrentiger unterwegs und für die ist es manchmal ein bisschen schwierig, wenn dann die Frauen, sage ich mal, ein bisschen höher sind. Klar, ich bin auch leichter wie die großen Jungs zum Beispiel hier alleine, wenn man das anschaut und man merkt es dann schon, dass es so den Jungs vielleicht mal nicht ganz so gefällt, wenn man halt dann mal über ihn oder so geflogen ist. Es kommen halt manches Mal, kommen dann mal so Kommentare.

[00:36:25] **Lucian Haas:** So Kommentare, was zum Beispiel?

[00:36:29] **Beate Schlaps:** Jetzt warst du schon wieder höher oder jetzt hast du mir von oben schon wieder zugewunken, so Geschichten und ach schön, dass du auch mal zum Landeplatz kommst hier oder fliegst den Jungs jetzt mal wieder erstmal um die Ohren, so Geschichten kommen dann manches Mal.

[00:36:44] **Lucian Haas:** Das würden Frauen so untereinander nicht so sagen, würdest du sagen? Nee, nee. Die würden einfach sagen, boah, toll warst du hoch oder was, also wirklich eher das Positive. Genau, genau. Und der Mann fühlt sich herabgesetzt, weil er zuerst gelandet ist und du kommst halt ein bisschen später.

[00:36:58] **Beate Schlaps:** Genau, genau. Also ich hatte eine Geschichte zum Beispiel letztes Jahr, wo ich dann auch vom Fluggebiet so ein bisschen meine Handkante entlang geflogen bin und ich habe gesehen, da ist ein anderer Pilot auch noch unterwegs und wir sind so relativ versetzt geflogen, aber hatten uns immer so im Blick und sind irgendwo schon so ein bisschen zusammen geflogen und ich bin als Erste gelandet und an zweiter Stelle ist dann der andere Pilot gelandet und dann kam raus so, hey, ist auch ein junges Mädels, also es war so Frauenpower unterwegs. Und wir haben uns einfach nur gegenseitig für den anderen gefreut, so hey, klasse, cool gemacht hier und es war eine super Geschichte irgendwo, wo man sich gegenseitig so positiv gestärkt hat, motiviert hat.

[00:37:38] **Lucian Haas:** Sind denn in der Region, du fliegst an der Schwäbischen Alb viel, sind da auch viele Frauen unterwegs oder ist das auch ein sehr, sehr großer Männerüberhang, sage ich mal, so das übliche, so 90 Prozent Männer, 10 Prozent Frauen, was wir so häufig in der Gleitschirmstation sehen?

[00:37:53] **Beate Schlaps:** Ja, ja, also es gibt da schon einige Frauen, ich weiß jetzt nicht genau, wie die Verteilung ist, ich würde vielleicht sagen mal so 70-30 vielleicht ungefähr, aber es ist auf jeden Fall schon auch ein Männerüberhang da, das merkt man schon.

[00:38:06] **Lucian Haas:** Und das bestimmt dann auch die Stimmung an den Startplätzen?

[00:38:10] **Beate Schlaps:** Also ich muss sagen, ich fliege jetzt in einem Fluggebiet da sehr, sehr gerne und da ist es wirklich sehr entspannt, sehr familiär, da unterstützt sich jeder und da ist wirklich egal, wer jetzt länger oder höher fliegt oder was. Auch immer und da ist es eine sehr entspannte Stimmung, eine sehr schöne Stimmung. Es gibt ein zweites Fluggebiet, das ist leider relativ voll und da ist so eine Stimmung, finde ich dann schon so ein bisschen angespannter, einfach weil relativ viele Piloten da sind und man halt wirklich in der Schlange stehen muss und warten muss, bis man dran ist sozusagen.

[00:38:42] **Lucian Haas:** Hattest du da auch zu den früheren Zeiten deutlich mehr Stress an solchen Startplätzen, die so voll waren, dass du auch da jetzt viel selbstbewusster, also nach deiner Hypnose-Therapie dann halt... Das ist eine Sitzung gewesen, aber dass du sagst danach, jetzt so frei, wie du dich dann auch in der Luft fühlst, fühlst du dich halt auch wirklich am Startplatz freier und sagst, jetzt hier kann mir keiner was?

[00:39:05] **Beate Schlaps:** Ja, absolut. Also früher war es so, wenn du weißt, da stehen noch zehn Leute in der Schlange, die eigentlich da drauf warten, dass du den Platz frei machst, dann fühlte man sich oder fühlte ich mich schon so ein bisschen unter Druck so, man muss jetzt abliefern. Und ich bin jetzt seit der Hypnose-Sitzung, bin ich da entspannter unterwegs und also viel befreitere. Und ich mache mir selber diesen Druck nicht mehr und sage, solange wie

es dauert, solange dauert es dann einfach.

[00:39:30] **Lucian Haas:** Macht sich das eigentlich dann nur im Fliegen bemerkbar oder hast du bemerkt, dieses Umswitchen im Kopf, was du jetzt bei der Freiheit, beim Fliegen jetzt so deutlich merkst, hat sich das auch in andere Bereiche deines Lebens dann vielleicht auch übertragen?

[00:39:44] **Beate Schlaps:** Ich würde mal sagen, hauptsächlich beim Fliegen eigentlich.

[00:39:48] **Lucian Haas:** Okay. Aber vielleicht kommst du jetzt glücklicher vom Fliegen nach Hause und kannst damit andere Sachen... ...des Alltags, die Unbillen des Alltags und Corona und sonst was dann mehr wegstecken und sagen, ha, aber in der Lufttag, da war ich frei, da ging es mir gut.

[00:40:02] **Beate Schlaps:** Das kann gut sein. Also es kann wahrscheinlich gut sein, dass es unbewusst irgendwo auch in Themen im Alltag, im, sag ich mal, bei der Arbeit oder sowas schon auch irgendwo Einfluss drauf nimmt. Das ist gut möglich.

[00:40:12] **Lucian Haas:** Gab es denn andere Leute bei dir im Club, wo ihr dann, ich meine auch davor über diese Ängste mal geredet habt oder sowas, wo andere Leute dann gesagt haben, du, gib mir auch mal diesen Namen von diesem Hypnose-Arzt oder ich gucke mal woanders, wo... Ja, auf jeden Fall, Hypnose interessiert mich, dass da noch jemand anderes quasi deinem Beispiel gefolgt ist.

[00:40:31] **Beate Schlaps:** Also es haben mich ein paar Leute nach dem Namen gefragt. Ich habe es mal weitergegeben. Ich weiß jetzt nicht oder wir haben jetzt in Zeitung nicht mehr unterhalten, ob die diesem Beispiel gefolgt sind. Aber es war, dadurch, dass Hypnose eigentlich immer so ein bisschen negativ belastet ist, so durch die Medien irgendwo, glaube ich, haben viele jetzt auch einfach einen anderen Blickwinkel darauf dann gewonnen, wenn die mein Erlebnis hören. Ja, das stimmt. Und das hat mich wirklich so überrascht und wow, Wahnsinn und Hypnose und interessant und weil es bei mir komplett anders ablief wie das, was man so klassischerweise so aus den Medien kennt zu Hypnose und der Blickwinkel sich darauf geändert hat und dass Leute dann doch auch gesagt haben, oh ja, interessant, ich nehme es mal auf, gib mir mal die Kontaktdaten.

[00:41:16] **Lucian Haas:** Inwieweit hat diese Hypnose-Therapie beziehungsweise dein jetzt Befreitsein im Kopf auch deine Vorstellung vom Fliegen? Also

[00:41:27] **Beate Schlaps:** ich bin jetzt auf jeden Fall schon anders unterwegs, entspannter unterwegs. Ich habe schon noch Respekt, sage ich mal, vor den Elementen der Natur, aber ich traue mir jetzt dann doch auch eher mal was, mal irgendwo hin zu fliegen oder mal vom Berg weg zum Fliegen und es hat jetzt also auch nicht nur so meine Vorstellung vom Fliegen verändert, sondern auch, sage ich mal so, dass ich halt denke, hey, man kann mit so gut wie allem im Leben irgendwo fertig werden. Es gibt immer irgendwo eine Lösung. Also bei dem Thema hätte ich jetzt nicht gedacht, dass ich jetzt eine Lösung finde, weil es gibt ja auch welche, die sagen, hey, wenn du Angst hast beim Fliegen, dann solltest du nicht fliegen. So sehe ich es aber nicht. Für mich war ganz klar dieses Ziel, hey, ich will wieder fliegen, also muss ich irgendwo was finden. Ich brauche irgendwo eine Strategie, die mich zum Ziel führt und solange mich die Strategie nicht zum Ziel führt, muss ich meine Strategie einfach anpassen.

[00:42:18] Und das ist so ein Teil, den habe ich auch ein bisschen so in den Alltag eigentlich übernommen, dass ich denke, wenn man wirklich will, dann geht es auch. Dann findet man irgendwo eine Lösung.

[00:42:28] **Lucian Haas:** Und bist du an deinem Dramastartplatz da auch schon wieder top gelandet?

[00:42:34] **Beate Schlaps:** Nee, das ehrlich gesagt noch nicht, aber ich habe es vor, ich werde es doch auch wieder machen.

[00:42:41] **Lucian Haas:** Wird ja wahrscheinlich dann auch ganz einfach klappen, du sagst, was habe ich mich damals so angestellt? So ein Blödsinn.

[00:42:48] **Beate Schlaps:** Genau, genau, doch, also das ist auf jeden Fall. Ich habe halt auch, wo das gewesen ist, wo das passiert ist, habe ich auch gedacht, das Beste ist gleich wieder rauf aufs Pferd. Und am besten gleich wieder fliegen gehen.

[00:43:01] Und was okay war, aber da habe ich dann halt gemerkt, dass diese Blockade einfach da war. Ich war jetzt seitdem in einem Fluggebiet nicht mehr, ich bin nicht mehr top gelandet. Aber das ist auf jeden Fall, steht auf meiner Liste, dass ich das wieder machen möchte.

[00:43:14] **Lucian Haas:** Jetzt, wo du wieder so frei oder noch freier fliegst, was sind denn so deine nächsten großen Ziele und vielleicht Räume, die du da noch hast?

[00:43:22] **Beate Schlaps:** Also Streckenfliegen. Ich würde gerne in Strecken fliegen hier. Ich würde gerne hier, sage ich mal, einsteigen oder ein bisschen mehr einsteigen hier. Das ist so ein Ziel von mir einfach. Ich habe jetzt im Augenblick noch so ein bisschen Respekt, einfach auch mal aus diesem gewohnten Fluggebiet wegzufiegen. Und ich fände es halt cool, irgendwie, wenn da irgendwo jemand draußen ist, der mal sagt so, hey, ich kenne mich jetzt hier gut aus. Ich nehme dich jetzt mal mit oder sowas. Ich weiß, wo hier die Bärte stehen. Und das ist so ein Ziel von mir. So Wettbewerbsfliegen überlasse ich denen, die das möchten. Aber ich würde halt echt gerne Strecken fliegen.

[00:43:54] **Lucian Haas:** Das heißt, mit dieser Freiheit, die du jetzt aus dem Inneren heraus hast, wird das wahrscheinlich ja sogar noch klappen. Und dann müssen sich die Männer bei dir im Verein oder da an den Startplätzen noch ein bisschen warm anziehen, dass sie sagen, kommen wir der Bärte noch irgendwo hinterher?

[00:44:10] **Beate Schlaps:** Ja, das wäre lustig.

[00:44:14] **Lucian Haas:** Gut, Bärte. Ich danke dir für deine Erzählung. Ich denke, da können einige was draus vielleicht ziehen, weil dieses Thema der Angstblockade oder es muss ja nicht eine komplette Blockade sein, aber wirklich diese Themen von, man hat immer so auch teilweise am Startplatz seine Problemchen mit, ich werde hier beobachtet von allen anderen oder sonst was, ich traue mich nicht. Und wenn ich alleine starte, dann starte ich gut, aber wenn fünf draufgucken, dann bin ich immer nervös oder sowas. Und wenn man sowas vielleicht wirklich durch ein bisschen mentale Freiheit dann einfach sich da freimachen kann, das ist ja etwas, was man jedem Flieger nur wünschen kann, weil man dann das Fliegen wahrscheinlich viel besser genießt. Absolut. Danke dir für diese Erzählung. Vielleicht können das einige dann auch noch als Anregung nehmen.

[00:44:58] **Beate Schlaps:** Vielen Dank für die Einladung.

[00:44:59] **Lucian Haas:** Sehr gerne.

[00:45:35] Vielen Dank.

[00:45:50] Vielen Dank.

[00:46:02] Die Förderregeln sind ganz einfach. Du darfst geben, so viel du willst. Und ganz nachhaltig. Nach deinen Vorlieben als einmaliger oder auch wiederkehrender Förderbeitrag. Damit trägst du dazu bei, dass sich Podz-Glitz und Lu-Glitz auch in Zukunft unabhängig und werbefrei halten kann. Wenn du unsicher bist, welche Summe vielleicht angemessen wäre, dann habe ich einen ganz unverbindlichen Vorschlag. Wie wäre es mit einem Euro pro Podcast-Folge und zwei Euro pro Lesemonat auf Lu-Glitz? Selbst zusammengerechnet ist das immer noch günstiger als die Abo-Gebühren eines klassischen Magazins. Natürlich kannst du gerne erst ein paar Folgen hören und über Monate hinweg Lu-Glitz lesen und erst später einen gesammelten Förderbeitrag leisten. Zahlungen sind ganz einfach per PayPal oder Banküberweisung möglich.

[00:46:49] Alle nötigen Daten findest du auf meinem Blog Lu-Glitz und zwar dort auf der Seite Fördern. Bis zum nächsten Mal. Ciao.

English

English · machine translation of the German transcript by gemma-4-12b-it-qat-q4_0.gguf

Show notes

Beate Schlaps almost gave up flying after a negative experience. With hypnosis, she cleared her head again.

In the past few months, I have received inquiries and requests from various listeners of Podz-Glitz asking if I could occasionally let "completely normal" paragliders speak in the podcast. This naturally raises the question of what that actually is: a normal pilot or a normal female pilot. I will interpret that as a person who has experiences and gains experience while flying without major performance ambitions, about which many others could also report in a very similar way.

From this perspective, Beate Schlaps certainly falls into the category of a "completely normal pilot" – even with the following story: Last year, while flying over the Schwäbische Alb, Beate had an unpleasant experience – with consequences.

Physically she remained unharmed, but she was no longer free in her head afterwards. From then on, she felt insecure about flying, somehow blocked. She even seriously thought about giving up flying because of it. And hand on heart: who doesn't know of very similar cases from themselves or from their aviation environment.

In this episode 76 of Podz-Glitz, Beate Schlaps tells about, among other things, what she went through. However, the way she resolved the blockage is not quite so normal. She did a hypnotherapy. And since then, she flies more freely than ever before.

And what is that supposed to mean? Because Beate learned paragliding as far back as 30 years ago and has gathered a lot of experience in that time. We also talk about how she lost her passion for flying years ago, and how she managed to get back into it more than a decade and a half later.

If you want to promote Podz-Glitz and the blog Lu-Glitz, you can find all the relevant information at:

<https://lu-glitz.blogspot.com/p/fordern.html>

Music of this episode:

Track: Island Dream | Artist: Chris Haugen

No Copyright Audio Library

Watch & Download: <https://www.youtube.com/watch?v=zlQvBOzqFmQ>

Links:

- Podz-Glitz Episode #3: <https://lu-glitz.blogspot.com/2019/01/podz-glitz-03-hypnose.html>
- Podz-Glitz Episode #57: <https://lu-glitz.blogspot.com/2021/05/podz-glitz-57-der-nubeltater.html>
- Dr. Marco Ramadani: <https://www.dr-ramadani.de/>

Source: <https://lu-glitz.blogspot.com/2022/02/podz-glitz-76-blockade.html>

Transcript

[00:00:03] **Beate Schlaps:** I think, at the end of the day, it really doesn't matter, because what we want is simply to have great flights, safe landings, and have fun with the whole thing. And I think it would be cool if we could really let all that go and just support each other more, because there are so many great, experienced pilots out there, experienced pros,

who could really step up a bit and lend a hand. I think that would be brilliant, because then we would really have better flights, safer flights, and we'd all have even more fun with the whole thing here.

[00:00:48] **Lucian Haas:** Podz-Glidz, the Lu-Glidz podcast.

[00:00:50] **Beate Schlaps:** Stories from the cosmos of paragliding.

[00:00:54] **Lucian Haas:** Today with

[00:00:56] **Beate Schlaps:** Beate Schlaps and

[00:00:58] **Lucian Haas:** Lucian Haas at the microphone.

[00:01:02] Over the past few months, I've received requests and inquiries from various Podz-Glidz listeners asking if I could occasionally have completely normal paragliders speak in the podcast. This naturally raises the question of what that actually means. A normal pilot? I'll interpret that as a person who has experiences and gains experience while flying without major performance ambitions, which many others could also report on in a very similar way. From this perspective, Beate Schlaps certainly falls into the category of a completely normal pilot, even with the following story. Last year, while flying in the Swabian Alb, Beate had an unpleasant experience with consequences.

[00:01:46] Physically, she remained unharmed, but she wasn't free in her head afterward. From then on, she felt insecure while flying, somehow blocked. She even seriously considered quitting flying because of it. And honestly, who hasn't heard of similar cases from themselves or from a flying environment? In this episode 76 of Podz-Glidz, Beate Schlaps tells us, among other things, about what she did because of that. However, the way she resolved the block isn't quite so normal. She did hypnosis therapy and has been flying more freely than ever since. And that's saying something, because Beate learned paragliding as far back as 30 years ago and has gained a lot of experience in that time. So we also talk about how she lost her passion for flying years ago and how she managed to get back into it more than a decade and a half later.

[00:02:40] If you enjoy this podcast, please support my work as a patron. You can find out how easy it is on the website of my blog Looglights, specifically on the "Support" page. By the way, Looglights has recently been updated with a new, refreshed layout. Do check out the website again.

[00:03:02] Beate, can you still remember your first glider?

[00:03:05] **Beate Schlaps:** My very first glider? That was from the brand Edel. It was a Space, a bright green Space it was.

[00:03:15] **Lucian Haas:** Is it like your first car? Yes. That you look back at such a first glider and say, yeah, that was a glider?

[00:03:21] **Beate Schlaps:** Yes, absolutely, absolutely, because they obviously had different performance back then and you already cherished and took care of it somewhere. And it was already a highlight to be out with a paraglider back then and to have that first glider when I was still quite young, when I started taking care of it. And that was already something special, absolutely.

[00:03:44] **Lucian Haas:** Now tell me, how young were you then and when was that exactly?

[00:03:47] **Beate Schlaps:** So I started paragliding one day after my 18th birthday.

[00:03:51] **Lucian Haas:** Oh wow. And what year was that?

[00:03:56] **Beate Schlaps:** That was back in 1992.

[00:04:00] **Lucian Haas:** So it's been 30 years now. Yes. A 30-year paragliding story. How did you, as a woman, get into paragliding back then? At that time, there were even fewer women in the paragliding scene than there are today.

[00:04:14] **Beate Schlaps:** Yes, absolutely. So, I usually went on vacation with my parents, and when I was 17, they did a tour of Germany. And that was the moment for me where I decided, hey, that was the last time with my parents, next

year I'm 18, so I'm going on my own. And I'd looked around a bit to see what I could do. Because I was still in my apprenticeship back then, didn't have much time, and of course, my options were limited financially as well. And then I saw this tiny little picture in the newspaper, and there was a paraglider shown. It was here near me, not far away. It was the Eltschein, and I thought, hey, how cool would it be to fly down the mountain with a glider like that. And I signed up there at the time, here on the Swabian Alb, and did this course for a week and just loved it.

[00:04:59] Awesome, just awesome. And then I decided that I wanted to keep going.

[00:05:03] **Lucian Haas:** How did your friends see it back then? Were you like the badass among them?

[00:05:07] **Beate Schlaps:** Yeah, yeah, sort of, in a way. And I think everyone thought, oh yeah, that's just a temporary thing and it'll go away. But when I really started buying the gear and was out a lot on the weekends... I lived at home at the beginning, for example, with my parents. If I was home on the weekend, they'd be like, "Oh, but the boarder is here for once," or they'd ask me if I was sick because I was home on the weekend. For example, because I was really out a lot in those early days. That

[00:05:44] **Lucian Haas:** means, went flying every weekend?

[00:05:46] **Beate Schlaps:** Pretty much, yes.

[00:05:47] **Lucian Haas:** Did you have friends of the same age who also flew, or who did you go flying with back then?

[00:05:53] **Beate Schlaps:** Well, I was lucky enough to meet a friend back then in the flight school. She was my age. We got along really well and we did our A-license together and then went flying together. And through a club we joined back then, I met other people and went flying with them too. On weekends, or rather, we did a lot of club trips, and I was already out there a lot.

[00:06:19] **Lucian Haas:** Were you really sportingly ambitious back then? Like, did you say, "Ah, I want to do cross-country flying and stuff," or was it really just about getting into the air and feeling that freedom?

[00:06:29] **Beate Schlaps:** Just getting into the air and feeling that freedom. I mean, cross-country flying back then wasn't really a thing for the average pilot like it is today. Back then, you were really looking at the pros—people like Burkhard Martens or Achim Joos, they were the ones out there doing it big. And of course, they were the idols somewhere, but for us, it was a bit more about just getting into the air, flying, and having fun with the whole thing.

[00:06:53] **Lucian Haas:** In which region was that? I mean, where did you always go flying?

[00:06:57] **Beate Schlaps:** It was mainly in the Allgäu or Vorarlberg region—Andelsbuch, Betzau, or other places in the Allgäu. Also the Tannheim Valley, Breitenberg, Reute, Lechtal. Basically, what you could say is reachable in about two to three hours for a weekend trip.

[00:07:18] **Lucian Haas:** That was 30 years ago. Was your flying career a continuous one? Can you say, hey, you can really fly? Can you congratulate yourself on 30 years of paragliding?

[00:07:29] **Beate Schlaps:** No, absolutely not. I flew really intensively for ten years, and then at some point, the passion was just gone. There were other interests, and I sold everything and took a 15-year break. But it never completely let me go. So, if I was somewhere in the mountains or something and someone was paragliding, or I was standing at the launch site, I enjoyed watching and maybe briefly adjusted the glider or opened the leading edge again. Stories like that. And then, about two and a half years ago, I couldn't get it out of my head anymore. It was always in my head, constantly nagging at me. Then I thought, okay, I'm really going to see if I want to start again, and I did a refresher course at my trusted flight school, just to test it out. I did a tandem flight, and that's when I really decided: I want to fly again.

[00:08:18] **Lucian Haas:** The passion was back. Before we talk about flying today, I'd like to look back again, specifically to that moment where you say the passion was actually gone. Because I believe many paragliders who are so passionate always say that this passion for flying never really goes away. Once you've been in the air, you always have it. Why did you lose it?

[00:08:38] **Beate Schlaps:** I don't know if... Well, at that time I was also living in Australia and I moved from Sydney to Perth. And in Perth, at that time, there weren't really any super great flying spots, I have to say. That's a bit different now. And on the other hand.

[00:08:56] It was a gradual process. I mean, it wasn't like I woke up one day and realized, "That's it, I'm done," but it was more of a slow shift where I just noticed my interests had changed a bit. I just didn't get that same fun or that same passion for flying anymore; it just didn't give me the same sense of fulfillment it used to.

[00:09:22] **Lucian Haas:** You say you lived in Australia back then, but did you also fly a lot within Australia itself before you gave it up?

[00:09:29] **Beate Schlaps:** Absolutely, yes. So I lived in Sydney for three years and I really flew a lot there. Whether it was along the coast, where there's a great flying area, or also inland. Manila is also relatively well-known, even among cross-country flight pilots. And we really often flew from Sydney to Manila on the weekends and then flew around there as well. Or in the Blue Mountains, there are also great flying areas. I was really active there too and flew a lot there.

[00:09:56] **Lucian Haas:** I want to empathize a bit more with this story about the passion fading away. What does that feel like, when you lose that passion? Did it make you feel sad too?

[00:10:07] **Beate Schlaps:** Absolutely, absolutely. Because flying gave me so much. It's not just the airtime, where you're actually in the air, but it's also this, I'd say, this social aspect. Somewhere you're out with like-minded people. You can build expertise. You have a great time. And for me, it was really such a gradual process over a year until I eventually realized: it just doesn't excite me anymore. For whatever reason. And I was so sorry about it, and I really felt like something was missing. And I looked for a long time for something comparable—after I stopped, I looked for something comparable. But I didn't really find anything that could truly fill that spot. Something I liked. And that gave the same feeling as flying.

[00:10:53] And yet, for me, it was clear: hey, no, I don't want to fly anymore, but at the moment, it's just not happening.

[00:11:00] **Lucian Haas:** Did you actually make the decision back then to say, I'm making a cut, I'm selling my gear too, or was it still lying around somewhere unused?

[00:11:10] **Beate Schlaps:** No, I really did make a cut then. I really sold all the equipment, everything. Kept nothing. What I did keep were those T-shirts from that time. That was the only thing left that I kept. But otherwise, all the other stuff, everything with the vario, helmet, paraglider, harness, rescue device, everything sold. And I sold it in Australia back then and really made a hard cut.

[00:11:39] **Lucian Haas:** You just said you haven't found anything since that gave you what flying gave you. So, what does flying give you? I mean...

[00:11:46] **Beate Schlaps:** Nowadays, I have to say, I just find that feeling of freedom in the air. For me, this feeling of freedom in general—I have to feel it, it's a totally important thing. And when you fly, you can satisfy this need so, so well. And I haven't found any alternative anywhere that gives me that feeling of freedom again. The social aspect, you can find that in many other things you can pursue. But this feeling of freedom and also, let's say, this, this other perspective on the world. I just love being completely amazed at the world when I'm flying, for example, and being free like a bird and being able to fly wherever I actually want to go. And I haven't found that in anything else, this freedom, this substitute for the feeling of freedom.

[00:12:33] **Lucian Haas:** Do you always experience flying as freedom, or is it also sometimes—it's often the case, pilots are in a way trapped by their aviation hobby. You always have to watch, and then you go to the launch site and sit there for ages until the conditions are right or something, or you realize, no, the weather isn't that good today. And that part isn't actually freedom, it's being trapped. Do you ever experience it like that too?

[00:12:57] **Beate Schlaps:** Yes, absolutely, absolutely. But I try to look at the whole thing positively and I'm just happy when I have time to go out, and I also find it nice to just be out in nature and enjoy the view from the launch site, maybe chatting about technical stuff with others. If a flight happens then, great, that's like the icing on the cake. And I think you

just have to say, okay, today the flying conditions just aren't that good, so today we'll do something else. But I actually enjoy it when I'm really out there in nature, and if it turns into flying, that's awesome. And often it's the case that other like-minded people are also on the mountain, and then, even if you're just chatting, just talking shop with like-minded people, that's also already awesome because it's just something different from everyday life.

[00:13:46] And that gives you a nice feeling, or I find it a pleasant experience, even if you're just sitting somewhere in the mountains for half a day or a day and, for whatever reason, you don't get to fly. I don't mind at all; I just enjoy it as it is, I take it as it comes.

[00:14:02] **Lucian Haas:** After that long break you had, when and how did that desire to fly actually start to resurface so strongly again?

[00:14:13] **Beate Schlaps:** It surprised me too. It happened suddenly, but it was almost like a creeping process where it kept coming back to me, even though it hadn't been a topic for me at all before—for years, in fact. And somehow, I couldn't get it out of my head; it kept circling in my mind, and if something came on TV, I'd like to watch it, or see a report in the newspaper or something. And at some point, I thought, just try it again, especially with a refresher course—they last three or four days here—and I actually did it just to see what the feeling was like. Can I still do it? What does it feel like? Do I enjoy it? Do I want to do this again?

[00:14:59] And I had so much fun, and the performance of the glider has of course changed significantly compared to before. And I then decided, I really want to do paragliding again. I consciously decided that I want an extraordinary life, and right now, in this moment, doing paragliding is just part of that for me.

[00:15:22] **Lucian Haas:** Were those first flights you just did, did they feel like the very first flights again, like that first takeoff, where you get those endorphin rushes and all that? Was it a different feeling coming home this time?

[00:15:37] **Beate Schlaps:** No, I think it really was like the very first flights, when you leave the ground for a bit longer, a bit higher for the first time, and it was something extraordinary. That's when I also noticed that I was at the same flight school where I got my A-license back then, and that the performance of the gliders is completely different than before, that you've flown much further now. We basically flew over the landing field we used to use, we flew past it, and actually flew double the distance until we finally landed at some point. And that was really such a wow, because there was so much time in between to enjoy the view, to enjoy the flight, and it was such an incredible feeling. It was really like starting over somewhere all over again.

[00:16:25] **Lucian Haas:** Was the flight instructor still the same at the flight school?

[00:16:28] **Beate Schlaps:** There actually was one, there was still a flight instructor at the flight school there whom I also knew from back then. And

[00:16:35] **Lucian Haas:** Did he still know you? He said, Beate, you were with us about 20 years ago or something.

[00:16:40] **Beate Schlaps:** Yes, they still knew me, and they also knew my friend I used to work with back then, who quit nursing a long time ago. And yeah, it was really funny when I showed up again, because it was a bit like old times, you could say. They still knew me, I still knew them, so it was totally great.

[00:17:01] **Lucian Haas:** Your girlfriend, you said, she quit—does she not want to start again now that you're flying again? Like, is she saying, "Hey, that's going to get me involved too"?

[00:17:08] **Beate Schlaps:** No, no, well, we did talk about it, but for her, it's absolutely not an issue at all anymore; she doesn't want to start again.

[00:17:16] **Lucian Haas:** What year was it, actually, when you started again?

[00:17:19] **Beate Schlaps:** That was in 2019. That

[00:17:22] **Lucian Haas:** So, you stopped in 2003 and started again in 2019. That's a 16-year break. How much of the, how should I put it, muscle memory—how much of those memories were still in your muscles, where you'd say, "Actually, that worked on the first launch," or was it difficult to get back into it?

[00:17:43] **Beate Schlaps:** No, I also asked myself whether it would still work or not, but surprisingly, I could just pick up right where I left off. Especially that takeoff process, for example. That was still there; it's a bit different today than it used to be—back then you'd run into the gliders much more—but the process of taking off or even this preparation here, that was all still in my body. Or even just the flying itself, this centering. Centering in thermals, I was able to get back into that really quickly or relatively directly from where I had stopped. And I thought that was a great thing, that I didn't have to start from scratch somewhere.

[00:18:29] **Lucian Haas:** Well, you're significantly older today than you were back then. Has your overall way of flying or your approach to flying changed in some way, such that you'd say people fly differently in their more mature years compared to when they're young?

[00:18:42] **Beate Schlaps:** Yes, well, I remember when I first started flying, I thought, hey, I'm not going to get off the mountain because my glider isn't opening, and I have a rescue device with me and I'm wearing a helmet. What could possibly happen, in that sense? I was 18 or 19 back then, so you're traveling around relatively young and naive, and now of course I'm different because you've gained your experience over time. You see things with other people and you're already, I want to put it this way, moving around with more respect. So the story is different now and it's not like that anymore; I take it more relaxed now and I enjoy flying more. Before, it was more like, hey, I want to fly thermals now or I want to do this or that. Or at least fly for an hour, stories like that. And now I enjoy it more, I just enjoy the moment.

[00:19:29] **Lucian Haas:** Did you experience any significant setbacks yourself during your flying years?

[00:19:34] **Beate Schlaps:** Not really in the first flight phase. I had a setback, for example, when I started again here last year. But in the first flight phase, there weren't any real setbacks.

[00:19:46] **Lucian Haas:** What was the setback you're talking about, where you said you had one last year?

[00:19:51] **Beate Schlaps:** So, for example, I had an experience where I was flying at a site that doesn't have a mountain lift, and I landed at the bottom a few times, and it's always a bit of a hassle to figure out how to get back up to the launch site. And then at some point I decided, I'll just try landing at the top at the launch site, which was an official top-landing area, and I watched others do it. I looked at the meadow, a very large meadow, and watched how the others got in, how they did it? And then in the spring of last year, I made the decision, like, okay, now I'm going to try top-landing too.

[00:20:26] **What I...** well, I made a mistake, something I absolutely didn't consider. It was a thermally quite active day, and this large top-landing meadow is located right at the edge of the slope, and it was constantly getting caught in the lift. So, when I set up for the landing approach, I had good altitude, thought that would last forever, great, everything's perfect. And then I got one lift after another, pulling up along the edge of the slope, and I couldn't get down. At some point, it hit me like a lightning bolt: I don't know what to do anymore. I have no options left, but I have to react within seconds, otherwise I'll be stuck in the trees immediately because the landing meadow is ending. I couldn't turn into the valley because I was already too low for that, otherwise I would have gotten hung up in the trees for way too long; going straight ahead isn't an option either, otherwise I'll land in the trees.

[00:21:14] The altitude was already too high, I knew that, and I couldn't turn to the other side either, otherwise I would have hit the rotor. And that realization, which really took a huge emotional toll on me and hit me like a bolt from the blue—hey, I don't know what to do anymore and I have to decide within seconds—that story stayed with me for quite a long time. So, I did have to struggle with that for a while.

[00:21:40] **Lucian Haas:** But was it really a state of paralysis that you fell into while in the air? Like, did you just stop knowing what to do and fly straight into the trees, or what happened?

[00:21:49] **Beate Schlaps:** No, well, at that moment, I flew some light S-turns to lose altitude and everything went well, everything was fine, I landed safely. But it really stayed with me, it really stuck with me. So, thank God, I didn't somehow fall into a trance or a block or something at that moment and I landed well, everything was fine.

[00:22:13] **Lucian Haas:** But was that always on your mind during subsequent flights, or what?

[00:22:17] **Beate Schlaps:** Yes, yes, so on subsequent flights, whenever I was in the air, it was always in the back of my mind: what if something happens again where I don't know what to do? And I just couldn't get it out of my head somehow, and as soon as I was in the air, that thought was always there—what if something happens again where I just don't know what to do? And I felt... I realized I didn't want to fly anymore. And I also felt magically drawn to the landing fields and really had to force myself to go flying, and not directly to the landing field, but like, just fly around for half an hour or an hour or something, like my buddies do, just fly a bit of thermals. But that was really, really an effort for me, and I also asked myself: do I want to keep flying or not, and is the whole thing worth the risk somewhere?

[00:23:11] **Lucian Haas:** How close were you to giving up again?

[00:23:14] **Beate Schlaps:** I was pretty close, I mean it was really down to the wire, a real decision of whether I'd keep going or not, and I thought to myself, I want an extraordinary life and I just want to keep paragliding, and I have to do that somewhere, that was my goal, it was clearly defined, I want to keep paragliding because it gives me so much. I want that now, because of the story, I don't want to give it up.

[00:23:36] **Lucian Haas:** How did your circle actually take it? Did you talk to them about it too? And did they have understanding for something like that, or is it like I know too, many paragliders have some negative experiences at some point, but you maybe don't really dare to talk about it because everyone is always telling such great stories about their flights, while you yourself just felt like shit. I'm not going to go into detail about that in front of the group right now, but we're talking about it now. So how did you handle that, or how did you handle it together with the others?

[00:24:04] **Beate Schlaps:** I have to say, it took me a while to admit it to myself first. Everyone is a topic I have to deal with. And then I started telling my best flying buddies, and I'm really honored to have such sensational flying buddies who were very supportive of me. And then, when I went on a flight school trip once, I just talked to the flight instructor, and when you talk to other people like that, it turns out that quite a few people feel really similarly or also have fears in the air or are in similar situations somewhere. But it's not talked about. I find that a bit of a shame. And after I brought up the topic on various occasions and talked to different people, they also said that they sometimes feel similarly or that there were moments, situations, where they didn't feel quite as comfortable.

[00:25:01] **Lucian Haas:** How did you handle that, or how did things progress with that story? Were those conversations with the others so liberating for you that you could say, "That's settled, and I'm back to flying"?

[00:25:14] **Beate Schlaps:** The conversations, they were liberating, they were, in some way, they helped me. I also got some really great tips, for example, flying more during off-peak hours, but I also started just looking for a solution. And I took in everything possible, whenever I caught something in the media or anything about anxiety blocks or something like that, how to solve it, I watched it, looked into it. And a real game-changer for me was your podcast with Manuel Nübel, the Nübeltäter. I have to say, that was a great story, I listened to it during that process. And I am totally grateful to you and Manuel for mentioning the name of this hypnosis doctor, Dr. Marco Ramadani, who helped Manuel on one hand, but also helped many other pilots who had negative experiences at some point.

[00:26:02] And when I heard that, I just looked into it, did some research, checked out Marco's website, and just thought, I'll give it a try. What do I have to lose? I basically have everything to gain. And I really followed through, contacted Marco, and basically had Marco hypnotize me, and I've been traveling completely free ever since and the issue is settled for me. Super great. That

[00:26:31] **Lucian Haas:** So, was that one hypnosis therapy session and that set you free, or were there several?

[00:26:38] **Beate Schlaps:** Basically, it was one session. So you have a preliminary talk with Marco where you just get to know each other, where he explains the process, and where I basically described what my issue is, what happened, and what has been bothering me ever since. Based on that, Marco then builds the hypnosis, which takes place a week later, lasts for half an hour, and it really was just a single hypnosis session. You are completely conscious, and after that, the issue was settled. So, since I've been out there, I don't have that thought I had before at all; instead, the thought comes up, "Hey, I have complete confidence in my abilities." And I've been flying much more freely since then—not naive or wide-eyed, I still have respect for the elements, but I'm moving around much more freely and I can enjoy it again.

[00:27:26] **Lucian Haas:** When you say you were fully conscious, what actually happened during that half-hour hypnosis session? What did Marco tell you, or do you talk to him, or do you just listen to some nice music or how does that work?

[00:27:42] **Beate Schlaps:** Basically, you can imagine it a bit like a guided imagery session in meditation. So Marco does a hypnosis session for about half an hour, and during that time, only Marco is speaking.

[00:27:55] You're completely conscious; you can sit or lie down, keep your eyes closed, and basically just listen to Marco's voice. And because of the way he tells this story—or this guided imagery, I'll call it—through the tone he uses, the words he chooses, and even the sentences he sometimes leaves open for your brain to complete on its own, he brings the brain into a certain operating state. So, if you're doing sports or relaxing, for example, your brain is in a different operating state, and Marco uses the words he chooses, that tone, and even his speed, for instance, the way he speaks, to utilize these different operating states. He brings you—or rather, your brain—incredibly quickly into a certain operating state where he can essentially influence it and positively affect things so that this blockage dissolves.

[00:28:56] And he also says that if you have images—so if you have images during the whole story, that's great—but if you don't have images, it's just as good. So, in principle, you shouldn't force anything; just listen to Marco's voice and he does the rest. I'm totally thrilled because it's a session that only takes half an hour somewhere, no follow-up sessions anywhere, you're completely conscious, and the result is incredible. It's unbelievably good. I'm mega thrilled. It

[00:29:26] **Lucian Haas:** In that half hour, when he takes you on a dream journey or something like that, does that situation you probably described to him—the one that led to it—is that even part of the story? Or does it have nothing to do with it at all, and he just takes you somewhere completely different, yet it still has that effect?

[00:29:43] **Beate Schlaps:** No, this topic doesn't come up at all; instead, he leads you completely somewhere else, basically to the opposite here, and he actually reinforces the positive attributes. For example, in my case, it was about birds that fly and are very experienced, and are high up, safe, and fully supported. I thought that could be very well translated to paragliding, but it had nothing to do with the negative experience as such, in the sense of going into that negative experience; rather, it was about the flight of birds in a very positive way.

[00:30:21] **Lucian Haas:** Do you get something like that at the end or as part of the session? Like a kind of mantra or a mental training phrase where you say, if you're in a stressful situation, just think of this to put yourself back into that state? So, do you also get additional, how should I put it, tools like that?

[00:30:43] **Beate Schlaps:** Not during the hypnosis itself. I mean, sometimes if I notice I'm getting a bit tense, maybe because it's turbulent in the air or whatever, I use a mantra for myself. A mantra like, I can do this, I can do this, I can do this. And that's a mantra where I try to stay in a good headspace while I'm flying—that I feel comfortable, that I feel safe—and I also pay very close attention to my thoughts, what's going through my head at that moment. I don't say, oh, I hope I don't have a failed takeoff, but instead, hey, no, I can do this, I'm going to have a good takeoff now. But you don't get a mantra during the hypnosis itself, although Marco often said that the birds are safe and secure at all times. That's sort of something I've taken away for myself.

[00:31:31] I often tell myself that too when I'm flying. Hey, I'm safe and secure at all times, or I tell myself, hey, I have complete trust in my abilities and I can do this, I've got this.

[00:31:43] **Lucian Haas:** Now you said you're flying completely free again. Is this feeling of flying you have today, because of this liberation, perhaps even different and bigger than it was even before you had that incident?

[00:31:57] **Beate Schlaps:** Absolutely, absolutely. Yes, so I'm much more free, much more relaxed in the air now. And I mean, one positive side effect of the hypnosis, for example, is simply that I was or had been relatively dissatisfied with my harness for a long time. I was of the opinion, hey, there has to be something more comfortable out there, but I hadn't found anything until now. And since the hypnosis, I find my harness super, super comfortable and I feel totally comfortable with my harness. And the topic of a new harness is completely off the table.

[00:32:26] **Lucian Haas:** That means, in the end, something like that is only in your head. You talk yourself into it—so the discomfort you have from whatever it may be, you transfer it and say, yeah, the harness is stupid, it's pressing on this

spot or something.

[00:32:40] **Beate Schlaps:** Exactly, exactly. I found it somehow uncomfortable in my back and thought there had to be something else out there. And now, thanks to the hypnosis, I'm saying, great, I'm super happy with my harness and I don't want anything else at all. And Marco told me that in the presentation too. So you have a pre-talk where many people report that they somehow feel more secure in the harness afterwards, more comfortable, better in the harness, as if they were buckled in tighter, even though that's obviously not the case. But that's apparently a positive side effect for very many people.

[00:33:11] **Lucian Haas:** Amazing, you could almost just derive from that to say, oh people, if you're not getting along with your harness, not getting along with it, before you invest 1000 euros in a new one, always invest... maybe find out what a hypnosis session costs?

[00:33:25] **Beate Schlaps:** So you have a preliminary consultation, which is about 90 euros, and then the hypnosis session is about 150 euros. So it actually stays really within limits. I mean...

[00:33:33] **Lucian Haas:** so it's clearly cheaper, at least for a new harness. And if you can then also fly up and keep flying once you're released, that's of course great.

[00:33:43] I'm going to push you a bit here, because in a previous conversation or in a pre-email where we exchanged some thoughts, you also said that you almost fly your flight buddies too well, so to say. You fly them around the nose and sometimes they might not like it at all. Is that really true? I mean, have you actually had experiences like that?

[00:34:04] **Beate Schlaps:** So I've had experiences where I think the men are a bit more competitive than the women, for example. Sure, for the men here, it's a bit about honor. So when they meet, it's first and foremost about higher, faster, further, and who has the bigger glider. And when women or something like that meet, it's actually more about compliments and hey, you're flying along too. But I think at the end of the day, it really doesn't matter, because what we want is simply to have great flights, safe landings, and have fun with the whole thing. And I think it would be cool if we could really leave all that aside and just support each other more, because there are so many great, experienced pilots out there, experienced cracks,

[00:34:54] ...step up a bit, lend a helping hand, I think that would be absolutely brilliant, because then we would really have better flights, safer flights, and we would all have even more fun with the whole thing. And that's what I'd like to see a bit more of.

[00:35:09] **Lucian Haas:** That's the positive side. I still want to poke at it a bit, though, because I always find those kinds of stories interesting. If you've now flown so much better, were there really situations where you noticed, "Ah, I'm not the little angel anymore." The anxious Beate that the others saw as, "Ah, we have to look after her, men love doing that, we have to take the women under our wing, at least when flying in that spot," but suddenly you were the one who went to the launch site with courage again, spun up quickly, and was maybe higher than the others and all that? So, did you notice that all of a sudden the men had to compete with you and couldn't just take you under their wing anymore?

[00:35:46] **Beate Schlaps:** Yeah, you can notice that a bit with the younger ones or something like that. I have the impression that, tendentially... the older ones are a bit more relaxed in that regard, but the younger ones are a bit more competitive, and for them, it's sometimes a bit difficult when the women are, let's say, a bit higher. Sure, I'm also lighter than the big guys, for example, here alone, if you look at it and you notice that the guys might not like it quite as much when you've flown over them or something. Sometimes, comments come up.

[00:36:25] **Lucian Haas:** What kind of comments, for example?

[00:36:29] **Beate Schlaps:** Now you were higher again or you waved at me from above again, stories like that, or oh, it's nice that you're also making it to the landing field here, or you're flying around the guys' ears again, stories like that come up sometimes.

[00:36:44] **Lucian Haas:** That's not something women would say to each other, would you say? No, no. They'd just say, "Wow, you were great up there," or something—really just the positive stuff. Exactly, exactly. And the man feels

belittled because he landed first and you're arriving a bit later.

[00:36:58] **Beate Schlaps:** Exactly, exactly. So, I had a story for example last year where I flew along the edge of the flight area a bit, and I saw another pilot out there too. We were flying relatively offset, but we always had each other in sight and were flying together for a bit at some point. I landed first, and the other pilot landed in second place, and then it turned out, hey, it's also a young girl—so there was some real women's power out there. And we just cheered for each other, like, hey, great, cool job here, and it was such a great story, somewhere where we gave each other that positive boost and motivation.

[00:37:38] **Lucian Haas:** Are there many women out there in the region? You fly a lot in the Swabian Alb—are there many women out there, or is there also a very, very large male majority, let's say, the usual 90 percent men, 10 percent women, which we so often see at the paragliding station?

[00:37:53] **Beate Schlaps:** Yes, there are quite a few women, though I don't know the exact distribution. I'd say maybe 70-30, roughly, but there is definitely a male majority; you can really tell.

[00:38:06] **Lucian Haas:** And does that also determine the atmosphere at the launch sites?

[00:38:10] **Beate Schlaps:** I have to say, I really enjoy flying in one particular flight area, and it's truly very relaxed and familiar there. Everyone supports each other, and it really doesn't matter who flies longer or higher or what. The atmosphere is always very laid-back, a very nice vibe. There's a second flight area, which is unfortunately relatively full, and I find the atmosphere there a bit more tense, simply because there are quite a few pilots and you really have to stand in line and wait until it's your turn, so to speak.

[00:38:42] **Lucian Haas:** Did you also have significantly more stress back in the day at launch sites that were so crowded, and are you now much more self-confident—well, after your hypnosis therapy, since it was just one session—that you feel as free at the launch site as you do in the air, saying, "Nobody can do anything to me here"?

[00:39:05] **Beate Schlaps:** Yes, absolutely. It used to be that if you knew there were ten people in line waiting for you to clear the spot, you'd feel—or I'd feel—a bit of pressure, like you have to deliver. But since the hypnosis session, I've been more relaxed and much more free. I don't put that pressure on myself anymore and say, as long as it takes, it just takes as long as it takes.

[00:39:30] **Lucian Haas:** Does that only show up when you're flying, or have you noticed this mental switch? You feel this freedom so clearly when you're flying now—has that also transferred to other areas of your life, maybe?

[00:39:44] **Beate Schlaps:** I'd say mainly while flying, actually.

[00:39:48] **Lucian Haas:** Okay. But maybe you come home from flying happier now and can handle other things... everyday things, the hardships of everyday life, Corona, and all that, better and say, "Ha, but in the air, I was free, I felt good."

[00:40:02] **Beate Schlaps:** That could be true. So it's probably quite possible that it's unconsciously influencing things in everyday life, at, let's say, work or something like that, somewhere. That's very possible.

[00:40:12] **Lucian Haas:** Were there other people in your club who, I mean, even before, talked about these fears or something, where other people then said, hey, give me the name of that hypnosis doctor too, or I'll look elsewhere, where... Yes, in any case, hypnosis interests me, that someone else basically followed your example.

[00:40:31] **Beate Schlaps:** So, a few people asked me for the name. I passed it along. I don't know, or we haven't talked about it in the newspaper lately, whether they actually followed that example. But because hypnosis is usually so negatively charged—through the media, I think—many people have now gained a different perspective on it when they hear about my experience. Yes, that's true. And it really surprised me, like, wow, hypnosis is interesting, because it went completely differently for me than what you classically know from the media, and their perspective on it changed, and people then said, oh yeah, interesting, I'll look into it, give me the contact details.

[00:41:16] **Lucian Haas:** To what extent did this hypnosis therapy, or your sense of liberation in your head, also change your perception of flying? I mean...

[00:41:27] **Beate Schlaps:** I'm definitely approaching things differently now, more relaxed. I still have, let's say, respect for the elements of nature, but I do dare myself more now to fly somewhere or to fly off a mountain. So, it hasn't just changed my idea of flying, but also, let's say, it makes me think, hey, you can handle almost anything in life. There's always a solution somewhere. So, regarding this topic, I didn't think I'd find a solution now, because there are also those who say, hey, if you're afraid of flying, then you shouldn't fly. But I don't see it that way. For me, the goal was very clear: hey, I want to fly again, so I have to find something. I need a strategy somewhere that leads me to the goal, and as long as the strategy doesn't lead me to the goal, I simply have to adjust my strategy.

[00:42:18] And that's something I've actually integrated into my everyday life a bit, in the sense that if you really want something, it's possible. You'll find a solution somewhere.

[00:42:28] **Lucian Haas:** And did you land perfectly again at your launch site?

[00:42:34] **Beate Schlaps:** No, honestly not yet, but I intend to, I'm going to do it again after all.

[00:42:41] **Lucian Haas:** It'll probably be quite easy then, you'll be like, what was I doing back then? Such nonsense.

[00:42:48] **Beate Schlaps:** Exactly, exactly, yeah, so that's for sure. I also thought, where it was, where it happened, that the best thing would be to get right back on the horse. And best of all, to go flying again right away.

[00:43:01] And what was okay, but I realized then that this block was just there. I haven't been in a flight area since then, I haven't had a top landing. But that's definitely on my list of things I want to do again.

[00:43:14] **Lucian Haas:** Now that you're flying so freely—or even more freely—what are your next big goals and maybe the areas you still have left to explore?

[00:43:22] **Beate Schlaps:** So, cross-country flying. I'd like to do some cross-country flying here. I'd like to, let's say, get into it or get a bit more into it here. That's just a goal of mine. At the moment, I still have a bit of respect for flying away from this familiar flight area. And I think it would be cool, somehow, if someone out there said, hey, I know my way around here well. I'll take you along now or something. I know where the landmarks are here. And that's a goal of mine. I'll leave competition flying to those who want to do it. But I'd really like to do cross-country flying.

[00:43:54] **Lucian Haas:** That means, with this freedom you have from within, it'll probably even work out. And then the guys in your club or at the launch sites will have to warm up a bit and wonder, "Can we still keep up with the old man?"

[00:44:10] **Beate Schlaps:** Yes, that would be funny.

[00:44:14] **Lucian Haas:** Alright, Bärte. Thank you for your story. I think some people might be able to take something from that, because this topic of the fear block—or it doesn't have to be a complete block, but really these themes of, you always have these little issues at the launch site, like I'm being watched by everyone else or something, I don't dare. And if I launch alone, I launch well, but if five people are watching, I'm always nervous or something. And if you can maybe really achieve some mental freedom through that and just free yourself from it, that's something every pilot can only wish for, because then you probably enjoy flying much more. Absolutely. Thank you for this story. Maybe some people can take that as inspiration too.

[00:44:58] **Beate Schlaps:** Thank you very much for the invitation.

[00:44:59] **Lucian Haas:** You're very welcome.

[00:45:35] Thank you very much.

[00:45:50] Thank you very much.

[00:46:02] The support rules are very simple. You can give as much as you want. And it's completely sustainable. According to your preferences, as a one-time or also a recurring contribution. This helps ensure that Podz-Glidz and

Lu-Glitz can remain independent and ad-free in the future. If you're unsure what amount might be appropriate, I have a completely non-binding suggestion. How about one euro per podcast episode and two euros per reading month on Lu-Glitz? Even added together, that's still cheaper than the subscription fees of a classic magazine. Of course, you're welcome to listen to a few episodes first and read Lu-Glitz over several months and only make a lump-sum contribution later. Payments are very easy via PayPal or bank transfer.

[00:46:49] You can find all the necessary details on my blog Lu-Glitz, specifically on the Support page. See you next time. Ciao.

Français

French · machine translation of the German transcript by gemma-4-12b-it-qat-q4_0.gguf

Show notes

Beate Schlaps aurait presque renoncé à prendre l'avion après une expérience négative. Grâce à l'hypnose, elle a pu se libérer l'esprit.

Au cours des derniers mois, j'ai reçu de la part de différents auditeurs de Podz-Glitz des demandes et des sollicitations pour savoir si je ne pourrais pas occasionnellement laisser prendre la parole des parapentistes « tout à fait normaux » dans le podcast. La question se pose alors naturellement de savoir ce que cela signifie exactement : un pilote normal ou une pilote normale. J'interprète cela comme une personne qui vit des expériences et acquiert des compétences en volant sans grandes ambitions de performance, sur lesquelles beaucoup d'autres pourraient également faire des rapports très similaires.

Sous cet angle, Beate Schlaps tombe certainement dans la catégorie « pilote tout à fait normale » – même avec l'histoire suivante : l'année dernière, lors d'un vol sur la Schwäbische Alb, Beate a vécu une expérience désagréable pour elle – avec des conséquences.

Physiquement, elle est restée intacte, mais son esprit n'était plus libre après cela. Elle s'est sentie insécure en avion par la suite, comme bloquée d'une certaine manière. Elle a même sérieusement pensé à abandonner l'aviation à cause de cela. Et pour être honnête : qui n'a pas entendu parler de cas tout à fait similaires chez soi ou dans son entourage aéronautique.

Dans cet épisode 76 de Podz-Glitz, Beate Schlaps raconte notamment ce qu'elle a traversé. Ce qui n'est pas tout à fait normal, cependant, est la manière dont elle a débloqué la situation. Elle a fait une hypnothérapie. Et depuis, elle vole plus librement que jamais.

Et qu'est-ce que cela signifie. Car Beate a appris le parapente il y a déjà 30 ans et a accumulé beaucoup d'expérience pendant cette période. Nous discutons également de la façon dont elle a perdu sa passion pour le vol il y a des années, et comment elle a réussi à s'y remettre plus d'une décennie et demie plus tard.

Si vous souhaitez promouvoir Podz-Glitz et le blog Lu-Glitz, vous trouverez toutes les informations correspondantes sous :

<https://lu-glitz.blogspot.com/p/fordern.html>

Musique de cet épisode :

Piste : Island Dream | Artiste : Chris Haugen

Bibliothèque audio sans droits d'auteur

Regarder & Télécharger : <https://www.youtube.com/watch?v=zlQvBOzqFmQ>

Liens :

- Podz-Glitz Folge #3 : <https://lu-glitz.blogspot.com/2019/01/podz-glitz-03-hypnose.html>
- Podz-Glitz Folge #57 : <https://lu-glitz.blogspot.com/2021/05/podz-glitz-57-der-nubeltater.html>
- Dr. Marco Ramadani : <https://www.dr-ramadani.de/>

Source : <https://lu-glitz.blogspot.com/2022/02/podz-glitz-76-blockade.html>

Transcript

[00:00:03] **Beate Schlaps:** Je pense qu'au bout du compte, ça n'a pas vraiment d'importance, parce que ce qu'on veut, c'est simplement faire de super vols, atterrir en toute sécurité et s'amuser avec toute cette histoire. Et je trouverais ça cool si on laissait tout ça de côté et qu'on se soutenait davantage, parce qu'il y a tellement de super pilotes expérimentés là-dehors, des vrais cracks, qui pourraient vraiment nous mettre un coup de pouce et nous aider. Je trouverais ça génial, parce qu'on ferait vraiment de meilleurs vols, des vols plus sûrs, et on s'amuserait encore plus avec tout ça.

[00:00:48] **Lucian Haas:** Podz-Glidz, le podcast Lu-Glidz.

[00:00:50] **Beate Schlaps:** Des histoires du cosmos du parapente.

[00:00:54] **Lucian Haas:** Aujourd'hui avec

[00:00:56] **Beate Schlaps:** Beate Schlaps et

[00:00:58] **Lucian Haas:** Lucian Haas au micro.

[00:01:02] Au cours des derniers mois, j'ai reçu de la part de différents auditeurs de Podz-Glidz des demandes et des suggestions pour que je puisse occasionnellement faire intervenir des pratiquants de parapente tout à fait normaux dans le podcast. La question se pose alors, bien sûr, de ce que cela signifie exactement. Un pilote ou une pilote normal ? Je l'interprète comme une personne qui vit des expériences et acquiert des compétences en pratiquant le parapente sans grandes ambitions de performance, et sur lesquelles beaucoup d'autres pourraient également faire des témoignages très similaires. Sous cet angle, Beate Schlaps entre certainement dans la catégorie des pilotes tout à fait normaux, même avec l'histoire suivante. L'année dernière, Beate a vécu une expérience désagréable avec des conséquences lors d'un vol dans le Jura souabe.

[00:01:46] Physiquement, elle n'a rien eu, mais elle n'était plus sereine dans sa tête après ça. Elle s'est sentie en insécurité en pratiquant le parapente, comme bloquée d'une certaine manière. Elle a même sérieusement pensé à arrêter le parapente à cause de ça. Et pour être honnête, qui n'a pas déjà connu des cas tout aussi similaires, soit personnellement, soit dans son entourage de pilotes ? Dans cet épisode 76 de Podz-Glidz, Beate Schlaps raconte notamment ce qu'elle a fait à la suite de cela. Ce qui n'est pas tout à fait normal, par contre, c'est la méthode qu'elle a utilisée pour lever ce blocage. Elle a suivi une thérapie par hypnose et depuis, elle pratique le parapente avec plus de liberté que jamais. Et ça veut dire quelque chose, car Beate a appris le parapente il y a déjà 30 ans et a accumulé beaucoup d'expérience depuis. Nous discutons donc aussi de la façon dont elle a perdu sa passion pour le vol il y a des années et comment elle a réussi à s'y remettre plus d'une décennie et demie plus tard.

[00:02:40] Si ce podcast vous plaît, n'hésitez pas à soutenir mon travail en devenant mécène. Vous découvrirez comment faire très simplement sur le site de mon blog Looglights, dans la section "Soutenir". D'ailleurs, Looglights arbore depuis peu un tout nouveau design. N'hésitez pas à retourner faire un tour sur le site.

[00:03:02] Beate, tu te souviens encore de ton premier aile ?

[00:03:05] **Beate Schlaps:** Mon tout premier aile ? C'était de la marque Edel à l'époque. C'était un Space, un Space vert fluo.

[00:03:15] **Lucian Haas:** Est-ce comme la première voiture ? Oui. Qu'on se rappelle d'une première aile et qu'on se dise : oui, c'était déjà une aile ?

[00:03:21] **Beate Schlaps:** Oui, absolument, absolument, parce qu'ils avaient évidemment des performances différentes à l'époque et on en prenait soin quelque part. Et c'était déjà un moment fort, être en déplacement avec un parapente à cette époque et avoir la première aile quand j'étais encore assez jeune, là où j'ai commencé à m'en occuper. Et c'était déjà quelque chose de spécial, absolument.

[00:03:44] **Lucian Haas:** Alors, dis-moi, tu avais quel âge à ce moment-là et c'était quand, au juste ?

[00:03:47] **Beate Schlaps:** Alors, j'ai commencé le parapente un jour après mon 18e anniversaire.

[00:03:51] **Lucian Haas:** Oh wow. Et c'était en quelle année ?

[00:03:56] **Beate Schlaps:** C'était en 1992.

[00:04:00] **Lucian Haas:** Ça fait déjà 30 ans maintenant. Oui. Une histoire de parapente de 30 ans. Comment est-ce que tu as commencé le parapente si jeune, même en tant que femme, à l'époque ? À ce moment-là, il y avait encore moins de femmes dans la scène du parapente qu'aujourd'hui.

[00:04:14] **Beate Schlaps:** Oui, absolument. Alors, d'habitude, je partais en vacances avec mes parents et quand j'avais 17 ans, ils ont fait un voyage à travers l'Allemagne. Et pour moi, c'était le déclic : « Hé, c'était la dernière fois avec les parents, l'année prochaine j'aurai 18 ans, j'irai par moi-même. » J'avais un peu cherché ce que je pouvais faire, parce que j'étais encore en formation à l'époque, je n'avais pas beaucoup de temps et, bien sûr, les options étaient limitées financièrement. Et puis, j'ai vu une toute petite image dans le journal avec un parapente dessus. C'était ici, tout près de chez moi, pas loin. C'était l'Elschein et je me suis dit : « Hé, ce serait trop cool de descendre la montagne avec une aile comme ça. » Je me suis inscrite à l'époque, ici sur le Jura souabe, j'ai fait ce cours pendant une semaine et j'ai trouvé ça juste génial.

[00:04:59] Génial, vraiment génial. Et j'ai alors décidé que je voulais continuer.

[00:05:03] **Lucian Haas:** Comment tes amies ont-elles vu ça à l'époque ? Tu étais vu comme le courageux du groupe ?

[00:05:07] **Beate Schlaps:** Oui, oui, un peu partout, je crois. Et tout le monde pensait : « Ah oui, c'est juste une histoire passagère, ça va passer ». Mais quand j'ai vraiment commencé à m'acheter mon équipement et que je partais souvent le week-end... À l'époque, j'habitais encore chez mes parents au début. Donc quand j'étais à la maison le week-end, ils se disaient : « Ah, mais le pensionnaire est là par exception ». Ou ils me demandaient si j'étais malade parce que j'étais à la maison le week-end. Par exemple, parce que j'étais vraiment beaucoup en déplacement au tout début. Ça...

[00:05:44] **Lucian Haas:** Ça veut dire que j'étais parti voler tous les week-ends ?

[00:05:46] **Beate Schlaps:** Presque, oui.

[00:05:47] **Lucian Haas:** Est-ce que tu avais aussi des amis du même âge qui pilotaient, ou avec qui est-ce que tu allais voler à l'époque ?

[00:05:53] **Beate Schlaps:** Alors, j'ai eu la chance de rencontrer une amie à l'époque dans la formation pour le brevet de pilote. On avait le même âge. On s'entendait super bien et on a fait notre brevet A ensemble, puis on est parties voler ensemble. Et via un club dans lequel on s'est inscrites à l'époque, j'ai rencontré d'autres personnes et je suis allée voler avec elles aussi. Le week-end, ou alors on faisait beaucoup de sorties, des sorties en club, et là, je partais déjà beaucoup.

[00:06:19] **Lucian Haas:** Est-ce que tu étais vraiment ambitieux sur le plan sportif ? Enfin, est-ce que tu te disais : « Ah, je veux faire du vol de distance et tout le reste », ou est-ce que c'était vraiment juste pour prendre le large et ressentir cette liberté ?

[00:06:29] **Beate Schlaps:** Just get into the air and feel that freedom. I mean, long-distance flying wasn't really a thing for the average pilot back then, like it is today. Back then, you were really into the pros, like Burkhard Martens or Achim Joos, they were the ones out there a lot. And of course, they were the idols somewhere, but for us, it was a bit more about just getting into the air, flying, and having fun with the whole thing.

[00:06:53] **Lucian Haas:** Dans quelle région était-ce ? Enfin, où est-ce que tu allais toujours voler là-bas ?

[00:06:57] **Beate Schlaps:** C'était principalement dans l'Allgäu ou alors aussi le Vorarlberg, la région d'Andelsbuch, Betzau ou ailleurs dans l'Allgäu. La vallée de Tannheim aussi, Breitenberg, Reute, Lechtal. Enfin, ce qu'on peut, je dirais, atteindre en genre deux ou trois heures, pour une sortie le week-end.

[00:07:18] **Lucian Haas:** C'était il y a 30 ans. Est-ce que ta carrière de pilote a été continue ? Est-ce qu'on peut dire, hé, tu sais vraiment piloter ? Est-ce qu'on peut te féliciter pour 30 ans de parapente ?

[00:07:29] **Beate Schlaps:** Non, absolument pas. J'ai volé vraiment intensément pendant dix ans et puis, à un moment donné, la passion s'est simplement envolée. Il y avait d'autres intérêts et j'ai tout vendu, puis j'ai fait une pause de 15 ans. Mais ça ne m'a jamais complètement lâchée. Quand j'étais dans les montagnes ou quelque part, et que je voyais

quelqu'un faire du parapente ou que j'étais au décollage, j'aimais bien regarder et parfois ajuster rapidement l'aile ou rouvrir le bord d'attaque. Des histoires comme ça. Et puis, il y a deux ans et demi, ça ne me sortait plus de la tête. C'était toujours là, ça tournait en boucle. Alors je me suis dit : bon, je vais vraiment voir si je ne veux pas recommencer, et j'ai fait un cours de remise à niveau dans mon école de vol de confiance, juste pour tester. J'ai fait un vol en tandem et c'est là que j'ai vraiment décidé : je veux recommencer à voler.

[00:08:18] **Lucian Haas:** La passion était revenue. Avant de parler de ton pilotage actuel, j'aimerais revenir sur ce moment où tu dis que la passion était partie. Parce que je pense que beaucoup de parapentistes aussi passionnés disent toujours que cette passion pour le vol ne disparaît jamais vraiment. Une fois que tu as été en l'air, tu l'as toujours. Pourquoi l'as-tu perdue ?

[00:08:38] **Beate Schlaps:** Je ne sais pas si... Enfin, à l'époque, j'habitais aussi en Australie et j'ai déménagé de Sydney à Perth. Et à Perth, à ce moment-là, il n'y avait pas vraiment de superbes sites de vol, il faut bien le dire. C'est un peu différent aujourd'hui. Et d'un autre côté.

[00:08:56] C'était un processus progressif. Ce n'était pas du jour au lendemain que j'ai réalisé que c'était fini, mais plutôt un truc qui s'est fait petit à petit, où j'ai simplement remarqué que mes intérêts avaient un peu changé. Et ça ne me procurait plus ce plaisir ou cette passion pour le vol, ce n'était plus là, ce n'était plus ce qui m'apportait l'épanouissement que ça m'apportait avant.

[00:09:22] **Lucian Haas:** Tu dis que tu as vécu en Australie à l'époque, mais est-ce que tu as aussi beaucoup volé en Australie même avant d'arrêter ?

[00:09:29] **Beate Schlaps:** Absolument, oui. J'ai vécu trois ans à Sydney et j'y ai vraiment beaucoup volé. Que ce soit sur la côte, où il y a de superbes zones de vol, ou à l'intérieur des terres. Manille est aussi assez connue, même chez les pilotes de vol de distance. Et on y allait souvent depuis Sydney le week-end, et on y volait aussi là-bas. Ou alors dans les Blue Mountains, il y a aussi de superbes zones de vol. J'y étais vraiment très active et j'y ai encore beaucoup volé.

[00:09:56] **Lucian Haas:** Je veux encore essayer de me mettre à ta place avec cette histoire de passion qui s'éteint. Qu'est-ce que ça fait, quand on perd sa passion ? Est-ce que ça t'a fait de la peine aussi ?

[00:10:07] **Beate Schlaps:** Absolument, absolument. Parce que le pilotage m'a aussi apporté énormément. Ce n'est pas seulement cette sensation de vol, quand tu es vraiment en l'air, mais c'est aussi tout le côté, disons, social autour. Tu es avec des gens qui partagent les mêmes idées. Tu peux échanger sur des sujets techniques. Tu passes un super moment. Et pour moi, c'était vraiment un processus progressif sur un an, jusqu'à ce que je réalise un jour que ça ne m'enthousiasmait tout simplement plus. Peu importe la raison. Et ça m'a fait vraiment de la peine, j'avais vraiment l'impression qu'il me manquait quelque chose. Et j'ai longtemps cherché quelque chose de comparable, après avoir arrêté, j'ai cherché quelque chose de comparable. Mais je n'ai rien trouvé de vraiment satisfaisant qui puisse vraiment combler cette place. Ce que j'aime. Et qui apporte la même chose que le pilotage.

[00:10:53] Et pourtant, pour moi, c'était clair : "Hé, non, je ne veux plus voler", mais pour l'instant, ce n'est pas vraiment le bon moment.

[00:11:00] **Lucian Haas:** Est-ce que tu as vraiment pris la décision à ce moment-là de dire : « Je fais un break, je vends aussi mon équipement », ou est-ce que ça traînait encore quelque part, inutilisé ?

[00:11:10] **Beate Schlaps:** Non, là, j'ai vraiment fait une coupure. J'ai vraiment vendu tout l'équipement, tout. Je n'ai rien gardé. Ce que j'ai encore gardé, ce sont ces T-shirts de l'époque. C'était le seul vestige que j'ai conservé. Mais sinon, tout le reste, le vario, le casque, le parapente, le sellette, le parachute de secours, tout a été vendu. Et je l'ai vendu à l'époque en Australie, j'ai vraiment fait une coupure nette.

[00:11:39] **Lucian Haas:** Tu viens de dire que tu n'as rien trouvé après ça qui te procure ce que le vol te procure. Qu'est-ce que le vol te donne, au juste ? Enfin...

[00:11:46] **Beate Schlaps:** De nos jours, je dois dire que je trouve simplement ce sentiment de liberté dans les airs. Pour moi, ce sentiment de liberté en général, je dois le ressentir, c'est une histoire totalement importante. Et avec le vol, tu

peux répondre super, super bien à ce besoin. Et je n'ai trouvé aucune alternative ailleurs qui me donne ce sentiment de liberté en retour. Le côté social, ça existe dans beaucoup d'autres choses que tu peux pratiquer. Mais ce sentiment de liberté et aussi ce, disons, cet autre regard sur le monde. J'adore ça avec le vol, par exemple, être totalement émerveillé par le monde, être libre comme un oiseau et pouvoir voler là où je veux vraiment. Et je n'ai trouvé ça chez rien d'autre, cette liberté, ce substitut du sentiment de liberté.

[00:12:33] **Lucian Haas:** Est-ce que tu vis toujours le vol comme une liberté, ou est-ce que c'est aussi parfois, c'est souvent le cas, les pilotes sont aussi d'une certaine manière prisonniers de leur passion pour l'aviation. Il faut toujours surveiller, et puis on va au décollage et on reste assis là pendant une éternité pour que les conditions soient bonnes ou quelque chose comme ça, ou on constate que non, la météo n'est pas terrible aujourd'hui. Et cette partie, en fait, ce n'est pas de la liberté, mais une forme de captivité. Est-ce que tu ressens ça parfois aussi ?

[00:12:57] **Beate Schlaps:** Oui, absolument, absolument. Mais j'essaie de voir tout ça de manière positive et je me réjouis simplement quand j'ai le temps de sortir ; je trouve ça aussi super d'être en pleine nature et de profiter de la vue depuis le décollage, en discutant peut-être avec d'autres passionnés. Si un vol finit par se faire, super, c'est un peu la cerise sur le gâteau. Et je pense qu'il faut aussi savoir dire : d'accord, aujourd'hui les conditions de vol ne sont pas top, alors on fait autre chose aujourd'hui. Mais j'en profite quand même quand je suis vraiment dehors dans la nature, et si on peut voler, c'est génial. Et souvent, il y a d'autres personnes qui partagent la même passion sur la montagne et alors, même si on ne fait que discuter, juste parler technique avec des passionnés, c'est déjà super parce que c'est un vrai changement par rapport au quotidien.

[00:13:46] Et ça procure une belle sensation, ou je trouve ça une expérience agréable, même quand on passe juste une demi-journée ou une journée quelque part à la montagne et qu'on ne peut pas voler, peu importe la raison. Ça ne me dérange pas, je profite simplement de la situation telle qu'elle est, je l'accepte comme elle est.

[00:14:02] **Lucian Haas:** Après cette longue pause que tu as eue, quand et comment est-ce que cette envie de voler a recommencé à ressurgir plus fort en toi ?

[00:14:13] **Beate Schlaps:** Ça m'a aussi surprise. Je l'ai eu soudainement, c'était presque comme un processus progressif, ça me revenait sans cesse à l'esprit alors que ce n'était absolument plus un sujet pour moi avant, genre pendant des années. Et d'une certaine manière, je n'arrivais plus à m'en sortir, ça tournait en boucle dans ma tête et quand il y en avait à la télé, j'aimais bien regarder, ou dans un reportage au journal, ou quelque chose comme ça. Et à un moment donné, je me suis dit : « Essaie juste de recommencer, surtout avec un cours de remise à niveau, ça dure trois ou quatre jours ici », et je l'ai vraiment fait, juste pour voir, c'est quoi la sensation ? Est-ce que je peux encore le faire ? C'est quoi le feeling ? Est-ce que ça me plaît ? Est-ce que je veux recommencer ?

[00:14:59] Et m'a fait super plaisir, et la performance de l'aile a bien sûr beaucoup changé par rapport à avant. Et je me suis décidée, je veux vraiment recommencer le parapente. Je me suis fait exprès le choix de vouloir une vie extraordinaire, et là, juste pour le moment, faire du parapente en fait partie.

[00:15:22] **Lucian Haas:** Est-ce que ces premiers vols que tu as refaits, c'était encore la même sensation que lors de tes tout premiers vols, comme ce premier décollage, où on a encore exactement ces décharges d'endorphines et tout le reste ? Est-ce que c'était déjà un retour à la maison différent ?

[00:15:37] **Beate Schlaps:** Non, c'était vraiment comme les toutes premières fois, je crois, quand tu quittes le sol un peu plus longtemps, un peu plus haut pour la première fois, et c'était vraiment quelque chose d'extraordinaire. J'ai aussi remarqué que j'étais revenue à la même école de pilotage où j'avais passé mon brevet A, et que la performance des ailes est complètement différente de tr??c, que tu as volé beaucoup plus loin maintenant. On est passés au-dessus de l'atterrissage qu'on utilisait avant, on est passés au-dessus et on a en fait fait le double de la distance avant de se poser enfin. Et c'était vraiment un "wow", parce qu'il y a eu énormément de temps pour profiter de la vue, pour profiter du vol, et c'était vraiment une sensation incroyable. C'était vraiment comme si tu recommençais à zéro quelque part.

[00:16:25] **Lucian Haas:** Est-ce que c'était toujours le même moniteur à l'école de vol ?

[00:16:28] **Beate Schlaps:** Il y en avait effectivement un, il y avait encore un instructeur de vol dans l'école de pilotage là-bas que je connaissais encore de l'époque. Et

[00:16:35] **Lucian Haas:** Il te connaissait aussi ? Il a dit : Beate, tu n'étais pas déjà chez nous il y a 20 ans ou quelque chose comme ça ?

[00:16:40] **Beate Schlaps:** Oui, oui, ils me connaissaient aussi et ils connaissaient aussi mon amie avec qui je travaillais à l'époque, celle qui a arrêté les soins il y a longtemps. Et oui, c'était très drôle quand je suis réapparue, parce que c'était un peu comme avant, on peut dire. Ils se souvenaient de moi, je me souvenais d'eux, c'était vraiment super.

[00:17:01] **Lucian Haas:** Ta copine, tu dis qu'elle a arrêté, elle ne veut pas recommencer maintenant que tu reprends les vols ? Elle ne te dit pas : « Hé, ça va me contaminer aussi » ?

[00:17:08] **Beate Schlaps:** Non, non, on en a discuté, mais pour elle, ce n'est plus du tout un sujet maintenant, elle ne veut pas recommencer.

[00:17:16] **Lucian Haas:** C'était en quelle année, au fait, quand tu as recommencé ?

[00:17:19] **Beate Schlaps:** C'était en 2019. Ça

[00:17:22] **Lucian Haas:** Ça veut dire qu'en 2003 tu as arrêté, et en 2019 tu as recommencé. Donc 16 ans de pause, vraiment. Combien restait-il de, comment dire, de mémoire musculaire ? Combien de souvenirs tes muscles avaient-ils encore, au point que tu te disais que ça avait déjà marché dès le premier déploiement, ou est-ce que c'était difficile de te remettre dedans ?

[00:17:43] **Beate Schlaps:** Non, enfin, je me suis aussi demandé si ça marcherait encore ou pas, mais étonnamment, c'était... enfin, j'ai pu continuer exactement là où j'avais arrêté. Surtout ce processus de décollage, par exemple. C'était encore là, même si aujourd'hui c'est un peu différent de tr??c, avant on se jetait beaucoup plus dans les ailes, mais ce processus de décollage ou même cette préparation ici, tout ça était vraiment encore dans le corps, ou même juste pendant le vol lui-même, ce centrage. Le centrage thermique, j'ai pu vraiment reprendre assez vite ou assez directement là où j'avais arrêté à l'époque. Et je trouvais ça une super chose de ne pas avoir dû repartir de zéro quelque part.

[00:18:29] **Lucian Haas:** Eh bien, tu es nettement plus âgé aujourd'hui qu'à l'époque. Est-ce que ta façon de voler ou ton approche du vol ont changé, au point que tu dirais qu'on vole différemment avec la maturité par rapport à la jeunesse ?

[00:18:42] **Beate Schlaps:** Oui, alors je sais, quand j'ai commencé à voler, je me disais : « Hé, je ne vais pas rester bloquée sur la montagne parce que mon aile ne s'ouvre pas, j'ai un appareil de secours et je porte un casque. Qu'est-ce qui peut bien arriver ? » Enfin, j'avais 18, 19 ans à l'époque, on est relativement jeune, naïf, et maintenant je ne fonctionne plus du tout de la même manière parce qu'avec le temps, on a acquis de l'expérience. On voit des choses chez les autres et on est, je veux le dire, plus respectueux dans sa façon de faire. L'histoire est différente et ce n'est plus comme avant, je le prends plus sereinement maintenant et j'en profite plus, du vol. Avant, c'était plutôt : « Hé, je veux voler en thermique ou je veux faire ceci ou cela. » Ou au moins voler une heure, ce genre de trucs. Et maintenant, j'en profite plus, je profite simplement du moment présent.

[00:19:29] **Lucian Haas:** As-tu toi-même vécu des revers importants au cours de ta période de pratique du vol ?

[00:19:34] **Beate Schlaps:** Pas vraiment pendant la première période de "Flieger". J'ai eu un revers, par exemple, quand j'ai recommencé ici l'année dernière. Mais pendant la première période de "Flieger", il n'y a pas eu de vrais revers.

[00:19:46] **Lucian Haas:** C'était quoi le revers, quand tu dis que tu en as eu un l'année dernière ?

[00:19:51] **Beate Schlaps:** Par exemple, j'ai vécu une expérience où je volais sur un site sans télécabine et j'ai atterri en bas plusieurs fois ; c'est toujours un peu laborieux de vérifier comment remonter jusqu'au décollage. Et puis, à un moment donné, je me suis décidée : je vais essayer d'atterrir directement en haut au décollage, sur la zone d'atterrissage officielle, et j'ai observé les autres. J'ai regardé la prairie, une très grande prairie, j'ai regardé comment les autres arrivaient, comment ils faisaient ? Et au printemps dernier, j'ai pris la décision : bon, maintenant, je vais aussi tenter l'atterrissage en haut.

[00:20:26] Ce que... enfin, j'ai fait une erreur, je n'avais absolument pas pris en compte que c'était une journée thermiquement assez active et que cette grande zone d'atterrissage en haut se trouve juste au bord de la pente, et qu'il y avait en permanence des décollages qui arrivaient. Donc, quand j'ai entamé mon approche d'atterrissage, j'avais bien de l'altitude, je me suis dit que ça suffirait largement, super, tout est parfait. Et là, j'ai eu un décollage après l'autre qui remontait le long de la pente et je n'arrivais plus à descendre. À un moment, ça m'a frappé comme la foudre : je ne sais plus quoi faire. Je n'ai plus aucune option et je dois réagir en quelques secondes, sinon je vais finir dans les arbres parce que la zone d'atterrissage se termine. Je ne pouvais pas tourner vers la vallée parce que j'étais déjà trop bas, sinon je me serais accrochée aux arbres bien trop longtemps, et aller tout droit n'était plus possible non plus, sinon je m'écrasais dans les arbres.

[00:21:14] J'étais déjà trop haut, je le savais, et je ne pouvais pas non plus aller de l'autre côté, sinon je serais entrée dans le rotor. Et cette prise de conscience, qui m'a vraiment beaucoup touchée émotionnellement et qui m'a frappée comme un éclair, genre, je ne sais plus quoi faire et je dois décider en quelques secondes... cette histoire m'a poursuivie pendant un long moment. J'ai dû me battre avec ça pendant un certain temps.

[00:21:40] **Lucian Haas:** Mais est-ce que c'était vraiment une sorte de sidération, au point que tu en étais même en l'air ? Genre, tu ne savais plus où tu allais et tu fonçais tout droit dans les arbres ou qu'est-ce qui s'est passé ?

[00:21:49] **Beate Schlaps:** Non, enfin, à ce moment-là, j'ai fait des légères boucles en S pour perdre de l'altitude et tout s'est bien passé, tout était correct, j'ai atterri en toute sécurité. Mais ça m'est resté en travers, ça m'est quand même resté en tête. Heureusement, je ne suis pas tombée dans une sorte de torpeur ou de blocage à ce moment-là et j'ai bien atterri, tout allait bien.

[00:22:13] **Lucian Haas:** Mais lors des vols suivants, c'était toujours dans un coin de ma tête ou quoi ?

[00:22:17] **Beate Schlaps:** Oui, oui, alors pour les autres vols, dès que j'étais en l'air, j'avais toujours en tête : et si il se passe encore quelque chose, où je ne sais plus quoi faire. Et j'ai eu ça, je n'arrivais pas à m'en débarrasser, et dès que j'étais en l'air, il y avait toujours cette pensée : et si il se passe encore quelque chose où je ne sais tout simplement plus quoi faire. Et je me sentais, je voulais, enfin j'ai réalisé que je ne voulais plus voler. Et je me sentais aussi attirée par les atterrissages de manière magique et je devais vraiment me forcer à aller voler, et pas directement vers l'atterrissage, mais vraiment juste faire un tour pendant une demi-heure ou une heure ou quelque chose comme ça, comme mes potes, juste voler un peu, voler un peu en thermique. Mais c'était vraiment, vraiment une épreuve pour moi et je me suis alors posé la question : est-ce que je veux continuer à voler ou pas, et est-ce que ça en vaut le risque, toute cette histoire.

[00:23:11] **Lucian Haas:** À quel point étais-tu proche d'abandonner, là, encore une fois ?

[00:23:14] **Beate Schlaps:** J'étais vraiment proche, c'était vraiment à la limite, vraiment une décision : est-ce que je continue ou est-ce que j'arrête ? Et je me suis dit, je me suis dit à moi-même, je veux une vie extraordinaire et je veux simplement continuer le parapente et je dois faire quelque chose là, c'était mon objectif, c'était clairement défini, je veux continuer le parapente parce que ça m'apporte énormément. Je le veux maintenant, à cause de cette histoire, je ne veux pas abandonner.

[00:23:36] **Lucian Haas:** Comment ton entourage a-t-il réagi ? Tu en as parlé avec eux ? Est-ce qu'ils ont été compréhensifs ou est-ce que, je connais ça aussi, beaucoup de pratiquants de parapente ont des expériences négatives par moments, mais on n'ose pas vraiment en parler parce que tout le monde raconte toujours des vols géniaux, alors que soi, on s'est juste senti comme une merde. Je ne vais pas en faire tout un plat devant tout le monde maintenant et on en parle après. Alors, comment as-tu géré ça ou comment l'as-tu géré avec les autres ?

[00:24:04] **Beate Schlaps:** Je dois dire que j'ai eu besoin d'un certain temps avant de m'en rendre compte moi-même. Chaque personne est un sujet que je dois traiter. Et ensuite, j'ai commencé à en parler vraiment à mes meilleurs potes de vol, et j'ai vraiment de la chance d'avoir des potes de vol sensationnels qui m'ont beaucoup soutenue. Et j'en ai aussi parlé à mon moniteur quand j'ai fait un voyage d'école de vol, et quand on discute avec d'autres personnes, il est ressorti que beaucoup vivent des choses vraiment similaires ou qu'ils ont aussi parfois peur en l'air ou qu'ils sont dans des situations similaires quelque part. Mais on n'en parle pas. Je trouve ça un peu dommage. Et après avoir abordé le sujet à différentes occasions et avoir parlé avec différentes personnes, elles ont aussi dit qu'elles se sentaient parfois de la même

manière ou qu'il y avait aussi des moments, des situations, où elles ne se sentaient pas tout à fait bien.

[00:25:01] **Lucian Haas:** Comment as-tu géré la suite ou comment ça s'est passé avec cette histoire ? Est-ce que ces discussions avec les autres ont été assez libératrices pour que tu te dises que ça s'est débloqué et que tu as pu continuer à voler ?

[00:25:14] **Beate Schlaps:** Les discussions, elles étaient libératrices, oui, elles m'ont aidée d'une certaine manière. J'ai aussi reçu de super conseils, par exemple pour voler davantage pendant les heures creuses, mais j'ai aussi commencé à chercher une solution. Et j'ai regardé tout ce qui était possible, dès que j'entendais parler de blocages liés à l'anxiété ou quelque chose comme ça dans les médias ou ailleurs, pour savoir comment résoudre ça, je me suis renseignée. Et vraiment, ce qui a tout changé pour moi, c'est ton podcast avec Manuel Nübel, le Nübeltäter. Je dois dire que c'était une super histoire, je l'ai écouté pendant ce processus. Et je suis vraiment reconnaissante à toi et à Manuel d'avoir cité le nom de ce médecin hypnothérapeute, le Dr Marco Ramadani, qui a non seulement aidé Manuel, mais aussi beaucoup d'autres pilotes qui avaient eu des expériences négatives quelque part.

[00:26:02] Et quand j'ai entendu ça, je suis allée voir par moi-même, j'ai fait des recherches, j'ai regardé le site de Marco et je me suis dit : je vais essayer ça maintenant. Qu'est-ce que j'ai à perdre ? En fait, je n'ai qu'à gagner. Et je suis vraiment allée au bout, j'ai contacté Marco et je me suis fait hypnotiser par lui en principe, et depuis, je me sens totalement libérée et le sujet est réglé pour moi. Super classe. Ça

[00:26:31] **Lucian Haas:** Ça veut dire, c'était une seule séance d'hypnothérapie qui t'a libéré ou il y en a eu plusieurs ?

[00:26:38] **Beate Schlaps:** En principe, c'était une seule séance. Tu as d'abord un entretien préliminaire avec Marco, où on fait connaissance, où il explique le processus et où j'ai grosso modo décrit mon sujet, ce qui s'est passé et ce qui me préoccupe depuis. Ensuite, Marco construit l'hypnose, qui a lieu une semaine plus tard, dure une demi-heure et c'était vraiment une seule séance d'hypnose. On est complètement conscient et après ça, le sujet était réglé. Donc, depuis que je voyage, je n'ai plus du tout la pensée que j'avais avant, mais à la place, la pensée arrive : « Hé, j'ai une confiance totale en mes capacités ». Et je voyage beaucoup plus libérée depuis, enfin, pas naïve ou idéaliste, j'ai toujours le respect des éléments, mais je voyage beaucoup plus libérée et je peux aussi en profiter à nouveau.

[00:27:26] **Lucian Haas:** Quand tu dis que tu étais tout à fait conscient, qu'est-ce qui s'est passé pendant cette demi-heure d'hypnose ? Qu'est-ce que Marco t'a raconté, est-ce qu'on discute avec lui ou est-ce qu'on écoute juste de la musique agréable ? Comment ça se passe ?

[00:27:42] **Beate Schlaps:** En principe, on peut imaginer ça un peu comme un voyage imaginaire pendant la méditation. En gros, Marco fait une hypnose d'environ une demi-heure, et pendant ce temps, il est le seul à parler.

[00:27:55] On est complètement conscient, on peut s'asseoir ou s'allonger, avoir les yeux fermés. Et on écoute en fait juste la voix de Marco et, par la manière dont il raconte cette histoire ou ce voyage imaginaire, comme je l'appelle, par le ton qu'il utilise, par les mots qu'il choisit, même les phrases qu'il laisse parfois en suspens et que le cerveau complète ensuite de lui-même. Par ce biais, il amène le cerveau dans, j'appelle ça maintenant, un certain état de fonctionnement. Alors, si tu fais du sport par exemple ou si tu te détends, ton cerveau est dans un état de fonctionnement différent, et Marco utilise ces différents états de fonctionnement grâce aux mots qu'il emploie, à ce ton et aussi à sa vitesse, par exemple, à sa façon de parler. Et là, il te plonge incroyablement vite, ou plutôt ton cerveau dans un certain état de fonctionnement où il peut, en quelque sorte, agir dessus et influencer positivement le tout pour que ce blocage se dissolve.

[00:28:56] Et il dit aussi que si tu as des images, c'est super pendant toute l'histoire, mais si tu n'en as pas, c'est tout aussi bien. En gros, il ne faut pas s'acharner sur quoi que ce soit, juste écouter la voix de Marco et il s'occupe du reste. Je suis vraiment emballée parce que c'est une séance, ça ne dure vraiment qu'une demi-heure quelque part, pas de séances de suivi, on est complètement conscient et le résultat est incroyable. C'est incroyablement bien. Je suis hyper emballée. Ça

[00:29:26] **Lucian Haas:** Est-ce que dans cette demi-heure, quand il te fait faire un voyage onirique ou quelque chose comme ça, la situation que tu lui as probablement décrite, celle qui a causé le problème, fait-elle partie de cette histoire ou n'a-t-elle aucun rapport ? Est-ce qu'il te mène juste complètement ailleurs et que ça a quand même cet effet ?

[00:29:43] **Beate Schlaps:** Non, ce sujet ne remonte pas du tout, il te mène complètement ailleurs, justement à l'opposé en principe ici, et il renforce en fait les attributs positifs. Pour moi, par exemple, il s'agissait d'oiseaux qui volent et qui sont très expérimentés, qui volent haut, en sécurité et totalement portés. Je trouvais qu'on pouvait très bien transposer ça au parapente, mais ça n'avait rien à voir avec cette expérience négative en tant que telle, on ne replonge pas dans cette expérience négative, c'est vraiment d'une manière très positive qu'il s'agissait du vol des oiseaux.

[00:30:21] **Lucian Haas:** Est-ce que tu reçois quelque chose à la fin ou dans le cadre de cette séance ? Une sorte de mantra ou de phrase d'entraînement mental, pour te dire que si tu es dans une situation de stress, il suffit d'y penser pour revenir à cet état ? Est-ce que tu reçois aussi des outils supplémentaires, comment dire, pour t'aider ?

[00:30:43] **Beate Schlaps:** Pas pendant l'hypnose elle-même. Enfin, parfois, quand je sens que je suis un peu tendue parce qu'il y a peut-être des turbulences dans les airs ou quoi que ce soit, j'utilise un mantra pour moi-même. Un mantra : je vais y arriver, je vais y arriver, je vais y arriver. Et c'est le genre de mantra où je fais attention, d'un point de vue psychologique, quand je voyage en avion, à me sentir bien, à me sentir en sécurité, et je surveille aussi très attentivement mes pensées, ce qui me traverse l'esprit à ce moment-là. Je ne me dis pas : « Oh, j'espère que je n'ai pas de problème au décollage », mais plutôt : « Hé, non, je vais y arriver, je vais bien décoller maintenant ». Mais pendant l'hypnose elle-même, on ne reçoit pas de mantra, alors que Marco a souvent dit que les oiseaux sont en sécurité et protégés à tout moment. C'est un peu ce que j'ai retenu pour moi.

[00:31:31] Je me le dis souvent aussi quand je vole. Hé, je suis en sécurité et protégée à tout moment, ou je me dis : hé, j'ai une confiance totale en mes capacités, je vais y arriver et je vais réussir.

[00:31:43] **Lucian Haas:** Alors, tu as dit que tu volais à nouveau en toute liberté. Est-ce que cette sensation de vol que tu as aujourd'hui, à cause de cette libération, est peut-être encore différente, plus grande, que celle que tu avais même avant cet incident ?

[00:31:57] **Beate Schlaps:** Absolument, absolument. Oui, je suis maintenant beaucoup plus libre, beaucoup plus détendue dans les airs. Et je veux dire, par exemple, un effet secondaire positif de l'hypnose, c'est tout simplement que j'étais ou j'ai été relativement longtemps pas tout à fait satisfaite de mon sellette. Je me disais : « Hé, il doit bien y avoir quelque chose de plus confortable quelque part », mais je n'avais encore rien trouvé jusqu'à présent. Et depuis l'hypnose, je trouve mon sellette super, super confortable et je me sens totalement bien avec mon sellette. Et le sujet d'une nouvelle sellette est complètement écarté.

[00:32:26] **Lucian Haas:** Ça veut dire que, au bout du compte, c'est juste dans la tête. On se persuade que le malaise qu'on ressent, peu importe d'où il vient, on le projette et on se dit : « Ouais, le sellette est nul, ça appuie à tel endroit ou autre chose. »

[00:32:40] **Beate Schlaps:** Exactement, exactement. Je ne trouvais pas ça très confortable dans le dos et je me disais qu'il devait bien y avoir autre chose ailleurs. Et maintenant, grâce à l'hypnose, je me dis : super, je suis trop contente de mon sellette et je ne veux rien d'autre ailleurs. Et Marco me l'a dit aussi pendant la conférence. En fait, tu as un entretien préalable, et beaucoup rapportent qu'après, ils se sentent d'une certaine manière plus stables dans le sellette, plus à l'aise, mieux dans le sellette, comme s'ils étaient mieux attachés, alors que ce n'est évidemment pas le cas. Mais c'est apparemment un effet secondaire positif pour beaucoup de gens.

[00:33:11] **Lucian Haas:** C'est étonnant, on pourrait presque en déduire en disant : « Oh les gens, si vous ne vous sentez pas à l'aise avec votre sellette, avant d'investir 1000 euros dans une nouvelle, investissez peut-être plutôt... combien coûte une séance d'hypnose ? »

[00:33:25] **Beate Schlaps:** Alors, tu as un entretien préalable, c'est environ 90 euros, et la séance d'hypnose est à environ 150 euros. Donc, ça reste vraiment raisonnable. Enfin,

[00:33:33] **Lucian Haas:** vu est nettement moins cher, du moins pour un nouveau sellette. Et si on peut ensuite s'en libérer pour décoller et continuer à voler, c'est bien sûr super.

[00:33:43] Je te cherche un peu la petite bête là, parce que dans une discussion préalable ou dans un e-mail avant qu'on ne se voie, quand on a un peu échangé, tu as aussi dit que tu volais presque trop bien avec tes potes pilotes, genre, tu leur

tourne autour et parfois ça ne leur plaît pas du tout. Est-ce que c'est vraiment vrai ? Enfin, est-ce que tu as vraiment vécu ce genre de situations ?

[00:34:04] **Beate Schlaps:** Alors, j'ai eu l'impression que les hommes sont un peu plus compétitifs que les femmes, par exemple. Évidemment, pour les hommes ici, c'est aussi une question d'honneur. Quand ils se croisent, il s'agit d'abord de voler plus haut, plus vite, plus loin, et de savoir qui a la plus grande aile. Mais quand des femmes ou des gens comme ça se croisent, c'est plutôt une question de compliments et de "hé, tu as aussi volé par là". Mais je pense qu'au bout du compte, ça n'a pas vraiment d'importance, parce que ce qu'on veut, c'est simplement faire de super vols, atterrir en toute sécurité et s'amuser avec toute cette histoire. Et je trouverais ça cool si on laissait tout ça de côté pour simplement plus nous soutenir, parce qu'il y a tellement de super pilotes expérimentés là-dehors, des cracks expérimentés,

[00:34:54] ...nous pourrions nous entraider, nous pourrions nous donner un coup de main, je trouverais ça génial, parce qu'on ferait vraiment de meilleurs vols, des vols plus sûrs, et on s'amuserait tous encore plus dans toute cette histoire. Et c'est un peu ce que je souhaiterais.

[00:35:09] **Lucian Haas:** C'est le côté positif. Je veux quand même vous taquiner un peu, parce que je trouve ce genre d'histoires toujours intéressantes. Si tu es devenue beaucoup meilleure en vol, y a-t-il eu vraiment des situations où tu t'es dit : « Ah, je ne suis plus le petit ange. » La Beate anxieuse que les autres voyaient aussi comme : « Ah, il faut qu'on la surveille, les hommes adorent ça, on doit prendre les femmes sous notre aile, au moins pour voler à cet endroit », mais d'un coup, tu étais celle qui allait à nouveau courageusement au décollage, qui tournait vite et qui était peut-être plus haute que les autres et tout le reste. Enfin, est-ce que tu as aussi remarqué qu'en un instant, les hommes devaient faire concurrence à ta personne et ne pouvaient plus te prendre sous leur aile ?

[00:35:46] **Beate Schlaps:** Oui, oui, on le remarque un peu surtout chez les plus jeunes ou quelque chose comme ça. J'ai l'impression que, tendance... les plus âgés sont un peu plus sereins dans ce sens-là, mais les plus jeunes sont déjà un peu plus compétitifs et c'est parfois un peu difficile pour eux quand les femmes sont, disons, un peu plus haut. Bien sûr, je suis aussi plus légère que les grands gars par exemple ici toute seule, quand on regarde ça et qu'on s'en rend compte, ça ne plaît peut-être pas toujours autant aux gars quand on a volé au-dessus d'eux ou quelque chose comme ça. Il arrive parfois qu'il y ait des commentaires.

[00:36:25] **Lucian Haas:** Des genre de commentaires, par exemple ?

[00:36:29] **Beate Schlaps:** Là, tu étais encore plus haut ou là, tu m'as encore fait signe de la main d'en haut, des histoires comme ça, ou alors, c'est super que tu arrives aussi à l'atterrissage ici, ou alors tu vas encore faire tourner les gars en bourrique, ce genre de trucs, ça arrive parfois.

[00:36:44] **Lucian Haas:** Les femmes ne se diraient pas ça entre elles, tu ne penses pas ? Non, non. Elles diraient juste : « Waouh, c'était super haut » ou quelque chose comme ça, vraiment plutôt le côté positif. Exactement, exactement. Et l'homme se sent rabaissé parce qu'il a atterri en premier et que tu arrives un peu plus tard.

[00:36:58] **Beate Schlaps:** Exactement, exactement. J'ai eu une histoire, par exemple l'année dernière, où j'ai un peu frôlé le bord du site de vol et j'ai vu qu'il y avait un autre pilote aussi en route. On a volé de manière assez décalée, mais on se voyait tout le temps et on a fini par voler un peu ensemble à un moment donné. J'ai atterri la première et le deuxième pilote a atterri juste après, et là, il a sorti un : « Oh, c'est aussi une jeune fille ! » Enfin, c'était du "women power" en action. Et on s'est juste félicitées mutuellement, genre : « Hey, super, bien joué ici », et c'était une super histoire, un moment où on s'est mutuellement encouragées et motivées.

[00:37:38] **Lucian Haas:** Dans la région, tu voles beaucoup sur le Swabian Alb, est-ce qu'il y a aussi beaucoup de femmes ou est-ce qu'il y a une très, très forte majorité d'hommes, disons, le classique 90 % d'hommes et 10 % de femmes qu'on voit si souvent dans les stations de parapente ?

[00:37:53] **Beate Schlaps:** Oui, oui, il y a déjà pas mal de femmes, je ne sais pas exactement quelle est la répartition, je dirais peut-être genre 70-30 environ, mais il y a clairement une prédominance masculine, ça se remarque déjà.

[00:38:06] **Lucian Haas:** Et ça influence aussi l'ambiance aux zones de décollage ?

[00:38:10] **Beate Schlaps:** Alors, je dois dire que j'adore voler dans une zone de vol précise, et c'est vraiment très détendu, très convivial, tout le monde s'entraide et peu importe qui vole plus longtemps ou plus haut. C'est toujours une ambiance très calme, très agréable. Il y a une deuxième zone de vol qui est malheureusement assez fréquentée et là, je trouve que l'ambiance est un peu plus tendue, simplement parce qu'il y a pas mal de pilotes et qu'on doit vraiment faire la queue et attendre son tour, en quelque sorte.

[00:38:42] **Lucian Haas:** Est-ce que tu avais aussi beaucoup plus de stress à l'époque sur ces décollages qui étaient si pleins, et est-ce que tu te sens maintenant beaucoup plus sûr de toi, enfin après ta thérapie par hypnose... C'était une seule séance, mais est-ce que tu dis qu'après, maintenant tu te sens aussi libre que tu te sens en l'air, que tu te sens vraiment plus libre au décollage et que tu te dis : maintenant, ici, personne ne peut rien me faire ?

[00:39:05] **Beate Schlaps:** Oui, absolument. Avant, c'était comme ça : quand tu sais qu'il y a encore dix personnes dans la file qui attendent que tu libères la place, on se sentait — ou je me sentais — un peu sous pression, comme si on devait absolument réussir. Depuis la séance d'hypnose, je suis plus détendue et beaucoup plus libre. Je ne me mets plus cette pression moi-même et je me dis que tant que ça prendra, tant que ça prendra.

[00:39:30] **Lucian Haas:** Est-ce que ça se remarque seulement quand tu prends l'avion, ou est-ce que tu as remarqué ce changement d'état d'esprit ? Cette liberté que tu ressens maintenant en volant, est-ce que ça s'est aussi transposé dans d'autres domaines de ta vie, peut-être ?

[00:39:44] **Beate Schlaps:** Je dirais que c'est surtout pendant le vol, en fait.

[00:39:48] **Lucian Haas:** Ok. Mais peut-être que tu rentres maintenant plus heureux du vol et que tu peux mieux supporter d'autres choses... de la vie quotidienne, les petits tracas du quotidien, le Corona et tout le reste, en te disant : ah, mais pendant le vol, j'étais libre, j'allais bien.

[00:40:02] **Beate Schlaps:** C'est tout à fait possible. Enfin, il est probable que cela ait une influence inconsciente sur certains sujets du quotidien, au travail ou autre. C'est tout à fait envisageable.

[00:40:12] **Lucian Haas:** Est-ce qu'il y avait d'autres personnes dans ton club avec qui vous aviez déjà parlé de ces peurs ou quelque chose comme ça, où d'autres auraient dit : « Hé, donne-moi aussi le nom de ce médecin hypnothérapeute » ou « je vais regarder ailleurs, où... » Bref, l'hypnose m'intéresse, que quelqu'un d'autre ait suivi ton exemple.

[00:40:31] **Beate Schlaps:** Alors, quelques personnes m'ont demandé le nom. Je leur ai transmis. Je ne sais pas si elles ont suivi cet exemple, on n'en a plus reparlé dans le journal, mais comme l'hypnose est souvent perçue de manière un peu négative par les médias, je pense que beaucoup ont maintenant un autre point de vue là-dessus quand elles entendent mon expérience. Oui, c'est vrai. Et ça m'a vraiment surprise, genre "wow, c'est dingue", l'hypnose est intéressante, parce que chez moi, ça s'est passé complètement différemment de ce qu'on connaît classiquement dans les médias sur l'hypnose, et le point de vue a changé et les gens ont quand même dit : "Oh oui, intéressant, je vais me renseigner, donne-moi les coordonnées."

[00:41:16] **Lucian Haas:** Dans quelle mesure cette hypnothérapie, ou plutôt ta libération mentale, a-t-elle influencé ta vision du vol ? Enfin...

[00:41:27] **Beate Schlaps:** Je suis maintenant, en tout cas, différente, plus détendue. J'ai toujours, disons, du respect pour les éléments de la nature, mais je me sens maintenant plus capable de me lancer, de voler quelque part ou de décoller d'une montagne. Et ça n'a pas seulement changé ma vision du vol, mais aussi, disons, le fait que je me dise : « Hé, on peut s'en sortir avec presque tout dans la vie. Il y a toujours une solution quelque part. » Pour ce sujet précis, je n'aurais pas pensé trouver de solution, parce qu'il y en a aussi qui disent : « Hé, si tu as peur de voler, tu ne devrais pas le faire. » Mais je ne le vois pas comme ça. Pour moi, l'objectif était clair : « Hé, je veux recommencer à voler, donc je dois trouver quelque chose. » J'ai besoin d'une stratégie qui me mène à mon but, et tant que cette stratégie ne m'y mène pas, je dois simplement l'ajuster.

[00:42:18] Et c'est une chose que j'ai aussi un peu intégrée dans mon quotidien, le fait de me dire que si on veut vraiment, ça passe. On finit toujours par trouver une solution quelque part.

[00:42:28] **Lucian Haas:** Et est-ce que tu as aussi atterri parfaitement sur ton décollage de drame ?

[00:42:34] **Beate Schlaps:** Non, pour être honnête, pas encore, mais j'ai bien l'intention de le refaire.

[00:42:41] **Lucian Haas:** Ça va probablement se passer très simplement, tu vas te dire : qu'est-ce que je me suis fait à l'époque ? Quel n'importe quoi.

[00:42:48] **Beate Schlaps:** Exactement, exactement, oui, enfin c'est clair. Moi aussi, là où c'était, là où ça s'est passé, j'ai pensé que le mieux serait de remonter tout de suite sur le cheval. Et de repartir voler immédiatement.

[00:43:01] Et c'était correct, mais j'ai réalisé que cette blocage était bien là. Je n'étais plus allée dans une zone de vol depuis, je n'ai plus atterri parfaitement. Mais c'est clairement sur ma liste, je veux recommencer à le faire.

[00:43:14] **Lucian Haas:** Maintenant que tu voles à nouveau si librement, ou encore plus librement, quels sont tes prochains grands objectifs et peut-être les espaces que tu souhaites encore explorer ?

[00:43:22] **Beate Schlaps:** Alors, le vol de distance. J'aimerais faire du vol de distance ici. J'aimerais, disons, m'y lancer ou m'y investir un peu plus ici. C'est un objectif pour moi, tout simplement. Pour l'instant, j'ai encore un peu de respect à l'idée de m'éloigner de cette zone de vol habituelle. Et je trouverais ça cool, d'une manière ou d'une autre, s'il y avait quelqu'un dehors qui dirait : « Hé, je connais bien le coin maintenant. Je t'emmène avec moi ou quelque chose comme ça. Je sais où se trouvent les points de repère ici. » Et c'est un objectif pour moi. Le vol en compétition, je laisse ça à ceux qui le souhaitent. Mais j'aimerais vraiment faire du vol de distance.

[00:43:54] **Lucian Haas:** Ça veut dire qu'avec cette liberté que tu as maintenant à l'intérieur de toi, ça va probablement même marcher. Et après, les gars de ton club ou sur les sites de décollage vont devoir se préparer un peu, pour se demander : est-ce qu'on arrive encore à suivre le rythme ?

[00:44:10] **Beate Schlaps:** Oui, ce serait marrant.

[00:44:14] **Lucian Haas:** Bien, Bärte. Merci pour ton récit. Je pense que certains pourront en tirer quelque chose, parce que ce sujet du blocage par la peur — ou ce n'est pas forcément un blocage complet, mais vraiment ces thèmes comme, on a parfois aussi ses petits problèmes au décollage, genre je vais être observé par tous les autres ou autre chose, je n'ose pas. Et quand je décolle seul, je décolle bien, mais quand il y en a cinq qui regardent, je suis toujours nerveux ou quelque chose comme ça. Et si on pouvait vraiment, grâce à un peu de liberté mentale, s'en libérer, c'est quelque chose que tout pilote ne peut que souhaiter, parce qu'on profite probablement bien mieux du vol ensuite. Absolument. Merci pour ce récit. Peut-être que certains pourront s'en inspirer aussi.

[00:44:58] **Beate Schlaps:** Merci beaucoup pour l'invitation.

[00:44:59] **Lucian Haas:** Avec grand plaisir.

[00:45:35] Merci beaucoup.

[00:45:50] Merci beaucoup.

[00:46:02] Les règles de soutien sont très simples. Vous pouvez donner autant que vous voulez. Et de manière durable. Selon vos préférences, sous forme de contribution unique ou récurrente. Cela contribue à ce que Podz-Glitz et Lu-Glitz puissent rester indépendants et sans publicité à l'avenir. Si vous hésitez sur le montant qui serait approprié, j'ai une suggestion tout à fait non contraignante. Que diriez-vous d'un euro par épisode de podcast et de deux euros par mois de lecture sur Lu-Glitz ? Même en additionnant le tout, c'est toujours moins cher que les frais d'abonnement d'un magazine classique. Bien sûr, vous pouvez d'abord écouter quelques épisodes et lire Lu-Glitz sur plusieurs mois avant de faire une contribution globale plus tard. Les paiements sont très simples, par PayPal ou par virement bancaire.

[00:46:49] Vous trouverez toutes les données nécessaires sur mon blog Lu-Glitz, précisément sur la page Fördern. À la prochaine. Ciao.