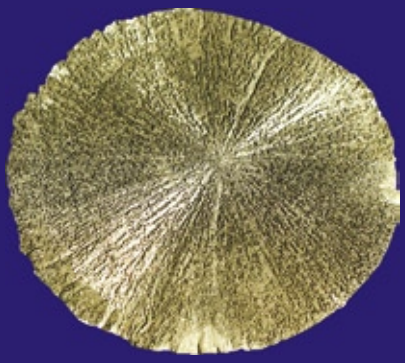
KÖRPER GEIST SEELE

KGS BERLIN

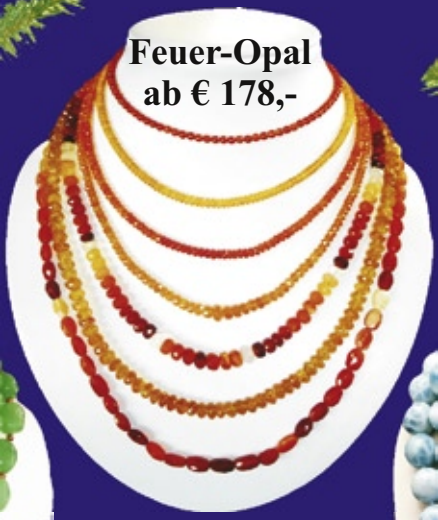
Gesundheit, Lebenshilfe und Inspiration – www.kgsberlin.de

12
2013
KGS seit 1994

Wolf Schneider: Die kleine und die große Liebe
Bruno Martin: Liebe ist mehr als alles andere
Ruediger Schache: Spiegelpartner
Bruce Lipton: Sich der Liebe öffnen
Dr. Gerald Hüther: Freiheit und Verbundenheit



Feliz Navidad



Angebot freibleibend und unverbindlich!

DER KRYSTALL-LADEN

Klaus Lenz GmbH

Wegerichstr. 7	12357 Rudow Tel.: 661 02 47		Mo - Sa 10 - 18 Uhr
Wilmersdorfer Str. 79	10629 Charlottenburg		Mo - Sa 11 - 19 Uhr
Knaackstr. 35	10405 Prenzlauer Berg		Mo - Sa 11 - 19 Uhr
Bahnhofstr. 24	12305 Lichtenrade	Mo - Fr	9 - 18 Sa 9 - 14 Uhr
Clayallee 343	14169 Zehlendorf	Mo - Fr	9 - 18 Sa 9 - 14 Uhr
Grußdorfstr. 12	13507 Tegel	Mo - Fr	9.30 - 18 Sa - 15 Uhr
Brandenburger Str. 64	14467 Potsdam		Mo - Sa 10 - 18 Uhr
Neumarkt 7 a.d. Frauenkirche	01067 Dresden		Mo - Sa 10.30 - 19 Uhr
Alaunstr. 15	01099 Dresden		Mo - Sa 10 - 19 Uhr
Nikolaistr. 23	04109 Leipzig		Mo - Sa 10 - 19 Uhr

04 kurz&bunt

09 highlights

Thema Liebe & Spiritualität

12 Die kleine und die große Liebe
von Wolf Schneider

14 Liebe erfordert Mut von Annemarie Postma

16 Liebe ist mehr als alles andere
von Bruno Martin

18 Das Geheimnis meines Spiegelpartners
Ruediger Schache über Partnerschaft

20 Paare, die leuchten vom Doppel-Ich zum Wir - von Jochen Meyer

22 Sich der Liebe öffnen Bruce H. Lipton über gute und schlechte Schwingungen

24 Global Heart Thomas Young über die alchemistische Kraft des Herzens

26 Freiheit und Verbundenheit Gerald Hüther und Maik Hosang über Freiheit und Liebe

29 Das Glück in den einfachen Dingen
von Peter Allmend

30 Rauhnächte Die heilige Zeit des Übergangs

35 Die Mistel Mit Heilpflanzen durch das Jahr - von Cornelia Titzmann

36 Lac dama - die Hirschmilch Teil zehn von Andreas Krügers Serie über Homöopathie und Biografiearbeit

56 Lesen & Hören

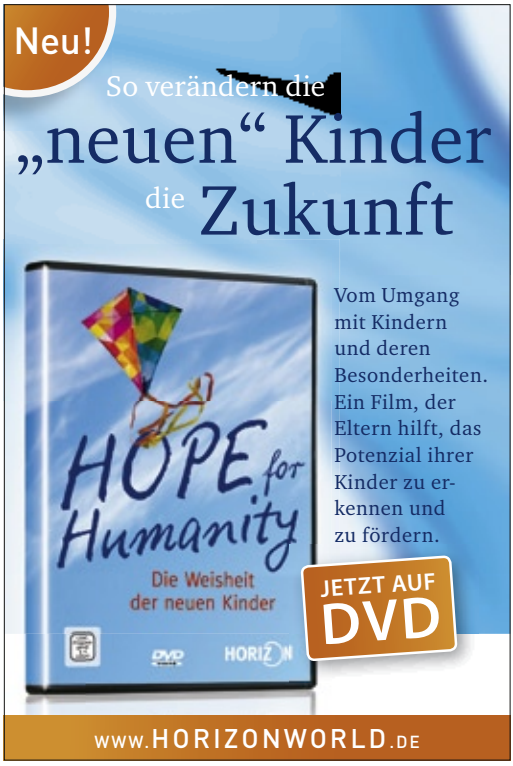
Coverfoto: © S.Kobold - Fotolia.com

Regelmäßige Rubriken

Astro-Service 38
Kalender 40
Wegweiser 45
Termine 52
Kleinanzeigen 53
Wer macht was 54
Impressum 62
Adressen 62

Körper Geist Seele Verlag

Hohenzollerndamm 56, 14199 Berlin
Tel.: 030.6120-1600 - **Fax:** 030.6120-1601
mail@kgsberlin.de, www.kgsberlin.de
Redaktion: 030.6120-1602
Großanzeigen: 030.6120-1600
Kleinanzeigen: 030.6120-1603
Anzeigen schalten Sie bequem auf www.kgsberlin.de



FILM: DIE NONNE

Frankreich 1765: Das junge Mädchen Suzanne Simonin ist jung, hübsch und klug. Als es von ihrer Familie dazu gedrängt wird, das klösterliche Gelübde abzulegen, entdeckt sie ein lang gehütetes Geheimnis ihrer Mutter, das fortan ihr Leben bestimmen wird: Suzanne kam unehelich zur Welt und soll für die Schuld der Mutter sühnen. Widerwillig beugt sich das Mädchen seinem Schicksal. Doch auch hinter Klostermauern bleibt Suzannes Hunger nach Freiheit und Selbstbestimmung ungestillt. Es beginnt ein andauernder, leidenschaftlicher Kampf gegen die vorherrschenden Konventionen und religiösen Fanatismus. Suzanne erfährt Heuchelei, Grausamkeit, Gewalt und Verführung. Um ihren Willen zu brechen, unterwirft Mutter Oberin Christine sie furchtbaren Erniedrigungen. Suzanne erreicht, dass sie in ein anderes Kloster verlegt wird, wo sie sich jedoch der obsessiven Zuneigung der Mutter Oberin von St. Eutrope ausgesetzt sieht.

Die Nonne (La Religieuse), Regie: Guillaume Nicloux mit Pauline Étienne, Martina Gedeck, Louise Bourgoin und Isabelle Huppert, Drama, Frankreich, Belgien, Deutschl. 2012, ab 1.11.13 in den Berliner Kinos

DOKU: BOTTLED LIFE

Wie verwandelt man Wasser in Geld? Es gibt eine Firma, die das Rezept genau kennt: Nestlé. Dieser Konzern dominiert den globalen Handel mit abgepacktem Trinkwasser. Der Schweizer Journalist Res Gehriger macht sich auf, einen Blick hinter die Kulissen des Milliardengeschäfts zu werfen. Nestlé blockt ab. Es sei der falsche Film zur falschen Zeit, heißt es in der Konzernzentrale. Doch der Journalist lässt sich nicht abwimmeln. Er bricht auf zu einer Entdeckungsreise, recherchiert in den USA, in Nigeria und in Pakistan. Die Expedition in die Welt des Flaschenwassers verdichtet sich zu einem Bild über die Denkweisen und Strategien des mächtigsten Lebensmittelkonzerns der Welt.

Bottled Life - Die Wahrheit über Nestlés Geschäfte mit dem Wasser, Regie: Urs Schnell, CH 2012, seit Anfang November in den Berliner Kinos, weitere Infos auf www.bottledlifefilm.com

DOKU: ALPHABET

Unser Wirtschafts- und Gesellschaftssystem wird durch krisenhafte Entwicklungen zunehmend in Frage gestellt und eine Antwort ist nicht in Sicht. Die politischen und wirtschaftlich Mächtigen wurden zum Großteil an den besten Schulen und Universitäten ausgebildet. Ihre Ratlosigkeit ist deutlich zu spüren und an die Stelle einer langfristigen Perspektive ist kurzatmiger Aktionismus getreten.
Mit erschreckender Deutlichkeit wird nun sichtbar, dass uns die Grenzen unseres Denkens von Kindheit an zu eng gesteckt wurden. „Leistung“ als Fetisch der Wettbewerbsgesellschaft ist weltweit zum unerbittlichen Maß aller Dinge geworden.

Die einseitige Ausrichtung auf technokratische Lernziele und auf die fehlerfreie Wiedergabe isolierter Wissensinhalte lässt genau jene spielerische Kreativität verkümmern, die uns helfen könnte, ohne Angst vor dem Scheitern nach neuen Lösungen zu suchen.
Erwin Wagenhofer begreift das Thema „Bildung“ sehr viel umfassender und radikaler, als dies üblicherweise geschieht. Fast alle Bildungsdiskussionen sind darauf verkürzt, in einem von Konkurrenzdenken geprägten Umfeld jene Schulform zu propagieren, in der die Schüler die beste Performance erbringen. Nach Filmen über Welternährung und Geld ist dieser Film der abschließende Teil einer Trilogie, der die Themen der beiden vorherigen Filme nochmals aufgreift und wie in einem Brennglas bündelt.

Alphabet, 98% aller Kinder kommen hochbegabt zur Welt. Nach der Schule sind es nur noch 2%, Regie: Erwin Wagenhofer, Dokumentation, seit 01.11.2013 in den Kinos

FILM: TOUCHY FEELY

Die lockere Abby ist im Beruf als Masseurin sehr erfolgreich. Sie hat mit ihrem Freund Jesse zudem ein erfülltes Privatleben. Doch eines Tages kann sie die Haut ihrer Kunden plötzlich nicht mehr berühren. Sie fürchtet sich mit einem Mal davor, die Körper zu massieren, obwohl sie das bereits jahrelang regelmäßig getan hat. Die rätselhaften Angstgefühle haben nicht nur Einfluss auf ihre Arbeit, sondern beeinträchtigen auch ihr Sexualleben und gefährden ihre Beziehung, zumal nun auch Abbys Nichte Jenny Gefühle für Jesse entwickelt. Während die Masseurin vor den Trümmern ihrer Existenz steht, ist ihr bisher wenig erfolgreicher Bruder Paul neuerdings obenauf: schlagartig kommen immer mehr Patienten in seine Zahnarztpraxis gerannt. Es kursieren Gerüchte, dass seine Berührungen heilende Kräfte besitzen.

Touchy Feely, Regie: Lynn Shelton mit Rosemarie DeWitt, Scoot McNairy, Ellen Page, Josh Pais u.a., Drama, USA 2012, ab 1.12.2013 in den Kinos

MIRABAI CEIBA: SACRED LOVE KONZERT

Am 5. Dezember 2013 kommen Mirabai Ceiba im Rahmen ihrer „Sacred Love Tour“ wieder in ihre alte Heimatstadt Berlin. Das deutsch-mexikanische Duo hat sich seit dem Erscheinen ihres Debütalbums „Flores“ im Jahr 2004 einen guten Namen in der spirituellen Musikszene geschaffen. Ihre Musik umfasst Mantras aus der Tradition des Kundalini Yoga, indianische Gesänge und spirituelle Lieder in Englisch und Spanisch. Der Name Mirabai Ceiba drückt sowohl den indischen wie auch den lateinamerikanischen Einfluss aus. Der Ceiba ist der heilige Baum Lateinamerikas, wo diese Bäume niemals gefällt werden. „Wir wünschen uns, dass unsere Musik wie dieser Baum ist, tief verwurzelt mit Mutter Erde und Ästen, die sich hoch hinaus zu Vater Himmel erstrecken“, sagen Markus Sieber und Angelika Baumbach. Die Künstler trafen sich 2001 auf einem Festival und haben heute zwei gemeinsame Töchter. Sie leben abwechselnd in den USA und in Mexiko und geben Konzerte und Workshops weltweit.

Mirabai Ceiba, Markus Sieber und Angelika Baumbach, Konzert, Do 5. Dez. 2013, Martin-Luther-Kirche, Fuldastraße 50, 12045 Berlin-Neukölln, U-Bhf: Hermannplatz/Sonnenalle, Beginn: 19 Uhr 30, Einlass: 18 Uhr 30: Tickets: VVK : 22 €, AK: 27 € bei www.soulevents.info, www.satnam.de, bei Dharma, Mondlicht, Mandala, Zenit, Bücherhimmel, Infos: Julia Amira Dybe, 030-23273952 und info@soulevents.info

GESUNDHEIT IST ESSBAR!

Das wissenschaftliche vegane Ernährungsprogramm – empfohlen von Prof. Dr. Colin Campbell, Autor der *China-Study*

Der Nr. 1 New York Times Bestseller

224 Seiten I Klappenbroschur
€ 17,99 (D) I ISBN 978-3-943416-25-1

352 Seiten I Broschur
€ 19,99 (D) I ISBN 978-3-943416-42-8

Alles, was wir tun müssen, um dauerhaft schlank, fit und gesund zu bleiben bzw. zu werden, ist eine Umstellung unseres Speiseplans auf eine rein pflanzliche Vollwerternährung: Wie das praktisch funktioniert, zeigen Grundlagenwerk und Praxisbuch mit vielen Tipps zu Einkauf, Lagerung und Verarbeitung gesunder Lebensmittel, detaillierten Ernährungsplänen und Rezepten, die das Wasser im Munde zusammenlaufen lassen.

SCORPIO
NEUES DENKEN
TRANSFORMATION
VISION
www.scorpio-verlag.de

FILM: DER BLAUE TIGER

Johanna lebt mit ihrer Mutter inmitten einer Großstadt auf einem Grundstück, das einen Botanischen Garten beherbergt. Die vielen Pflanzen und exotischen Tiere fachen Johannas Fantasie an, so dass sie sich zu fragen beginnt, ob Dinge, die man sich ausdenkt, tatsächlich Realität werden können. Ihr bester Freund ist Mathias, der zusammen mit seinem Vater ebenfalls auf dem Grundstück lebt. Eines Tages schaut der Bürgermeister und eiskalte Geschäftsmann Nörgel im Botanischen Garten vorbei und teilt den Bewohnern des Grundstücks mit, dass er dieses für die Errichtung eines Entertainment Centers räumen lassen will. Das wäre das Ende für den schönen Garten! Nun liegt es an Johanna und Mathias, das Paradies inmitten der Großstadt zu retten. Zu Hilfe kommen ihnen dabei der blaue Tiger und weitere Tiere, die Nörgel natürlich unbedingt aus dem Weg schaffen will.

Der blaue Tiger, Regie: Petr Oukropec mit Linda Votrubová, Jakub Wunsch, Barbora Hrzanova. Tschechien 2012, ab 1.11.2013 in den Berliner Kinos

DOKU: BLACKFISH

Seit fast 30 Jahren gehört Schwertwal Tilikum, der 1985 im Nordatlantik gefangen wurde, zum Unterhaltungsprogramm verschiedener Freizeitparks. Seit 1991 beherbergt der Meeres-Themenpark SeaWorld den Orca. Seit seiner Gefangennahme ist der „Killer-Wal" für den Tod einiger Trainer verantwortlich. Als Ursache werden die Umstände, unter denen die Wale der Freizeitparks leben müssen, gesehen. Mit Interviews und schockierenden Aufnahmen wird versucht, die unbändige Kraft dieser Tiere einzufangen und zu verdeutlichen, dass der Mensch keine Macht über diese Meeressäuger hat und diese auch nicht erzwingen sollte.

Blackfish, Regie: Gabriela Cowperthwaite mit Kim Ashdown, Ken Balcomb, Samantha Berg u.a., 83 min., USA 2013, seit 20.11.13 in den Berliner Kinos

LEX VAN SOMEREN: KLANGKUNST

Jeder, der mal ein Konzert mit Lex van Someren erlebt hat, weiß, dass dieser Klangkünstler es versteht, die Dimension der Seele in seiner Musik und Bühnenkunst zu verkörpern. Sein Gesang wirkt wie eine poetische Sprache des Herzens, welche die tieferen Seiten der Menschen berührt. Unter dem Motto „Adventskonzert" entführt der in Baden-Baden lebende niederländische Klang- und Performancekünstler zusammen mit seiner Band seine Gäste auf eine musikalische Reise für Herz und Seele in außergewöhnliche Klangwelten. Die wohltuende und heilsame Atmosphäre wirken lange nach dem Konzert noch nach.

Lex van Someren & Band, Adventskonzert, 06. Dez. 2013, 19:00 Uhr, Emmauskirche, Lausitzer Platz 8a, 10997 Berlin, Infos und Kartenvorverkauf unter www.someren.de oder Tel. 07223-806650

KONZERT: LES SERAPHINES

Aus dem Wunsch heraus, in unbegrenzter Weise mit ihrer eigenen Musik zu experimentieren als auch ‚energetische' Improvisation zu erforschen, rief Bettina Hartl das Ensemble „Les Seraphines" ins Leben: Fünf Musiker mit den Instrumenten Bandoneon, Klavier, Cello, Violine, Klarinette, Bassklarinette, Truhenorgel, keltische Harfen, indische Tanpura und Gesangsstimmen. „Les Seraphines" verbindet aufgeschriebene Musik mit freien Improvisationen und singt in Persisch, Sanskrit, Keltisch, Latein, Italienisch, Spanisch, Englisch und einer Phantasiesprache. In der Fusionierung westlicher und östlicher Musikeinflüsse experimentieren die Musiker mit deren unterschiedlichen Wirkungsweisen. Die Freiheit der sich damals neu entwickelnden Epochen greifen sie wieder auf und lassen sich von der belebenden Virtuosität und dem Improvisationspotential beider Strömungen inspirieren.

Les Seraphines, Konzert, Zwischen Okzident und Orient, Sa, 14.12., 20 Uhr, Philharmonie Berlin, Karten unter www.artekonzert.de, www.lesseraphines.de

DOKU: CHASING ICE

Der „National Geographic"-Photograph James Balog war zunächst ein großer Skeptiker im Bezug auf die Dramatik des Weltklimawandels. Doch das hat sich durch seine Expedition in die Arktis mit einem jungen, abenteuerlustigen Team und die damit verbundene Langzeitstudie EIS (Extreme Ice Survey) grundlegend geändert. Im Frühjahr 2005 unternahm Balog mit seinem Team den gefährlichen Trip in die Eislandschaft, um dort Beweise für den stattfindenden Klimawandel zu finden. Mithilfe von speziellen Zeitrafferkameras hielten sie die Veränderungen von Gletschern, die unter anderem ein Folgeprodukt des Treibhauseffektes sind, im Laufe der Zeit fest. Die Entdeckungen, die sie dabei machten, öffneten dem ehemaligen Zyniker Balog die Augen – der Klimawandel lässt sich für ihn nicht mehr schönreden. Allerdings dauerte es noch Jahre, bis die Resultate im Labor vorlagen und Balogs Arbeit Früchte trug, mit denen er seine neu aufgestellten Thesen untermauern konnte.

Chasing Ice, Regie: Jeff Orlowski mit James Balog, Svavar Jonatansson, Louie Psihoyos u.a., Dokumentation USA 2012, seit Mitte Nov. in den Kinos

SHEIKH AHMAD DEDE: TANZ DER DERWISCHE

Der Derwisch-Tanz ist ein Ausdruck des universellen Weges der Liebe Mewlana Rumis. Der Sufi-Meister Sheikh Ahmad Dede wird im Dezember zu Gast in Berlin sein. Er hält einen Vortrag über die spirituelle Praxis des Derwisch-Drehens und leitet Interessierte an mitzumachen.

Sheikh Ahmad Dede, (NL), Das Derwish Drehen, Vortrag, 5. Dez. 2013, 18-22 Uhr, Ort: Sufi-Zentrum Rabbaniyya, Wissmannstr. 20, 12049 Berlin, Info & Anmeldung: 0157 30149375 / abdurrazaqq@yahoo.de

DVD: MUSIC WITHIN

Richard wuchs in schwierigen Familienverhältnissen auf. Er besitzt großen Ehrgeiz und brillante rhetorische Fähigkeiten und bewirbt sich nicht zuletzt deshalb um ein Stipendium an einer Elite-Universität. Dort leitet sein Idol Dr. Padrow den Debattierclub. Richard will eintreten, wird jedoch mit der Begründung abgelehnt, er habe noch nicht genug Lebenserfahrung gesammelt. Am Boden zerstört meldet er sich freiwillig für Vietnam. Durch eine Explosion wird er taub und muss zurück nach Oregon. In der Heimat trifft er seinen an Kinderlähmung leidenden Freund wieder, der sich den üblichen Diskriminierungen seiner

BERLINER BÜCHERHIMMEL
WELLNESS FÜR DIE SEELE

Unsere Veranstaltungen im Dezember 2013

Auswahl - mit Anmeldung

3. 12., 13 - 19 Uhr	**Einzelsitzungen**: Endlich schmerzfrei! Befreiung der Wirbelsäule, Befreiung für Geist und Seele (60 €/60 Min.) mit *Uwe Sallmann*
10.+ 20. 12., 19 - 21 Uhr	**Meditationsabend im Advent**: Innere Reisen zu den Quellen des Lichts (9 €), mit *Brigitte Hees und Angela Schneider-Bodien*
13. 12., 10 - 19 Uhr	**Aurafoto** (35 € - 20 Min.) - **Aurabehandlung** (81 € - 60 Min.), mit *Ralf Marien-Engelbarts*
14. 12., ab 15 Uhr	**Adventsfest mit einem Vortrag (16 Uhr) von Brigitte Hees zu „Die Farbenwelt von Aura Soma"; 20. Jahre Aura Soma Deutschland - Aura Soma Weihnachtsangebote für Sie!**
18. 12., 19 - 21 Uhr	**Hineingeschnuppert:** Kreieren Sie Ihre eigenen Weihnachts-Überraschungspostkarten gemeinsam mit der Berliner Künstlerin und Kreativitätsexpertin Corinna Wittke! Freier Eintritt.

Vom 14. 12. bis 24. 12.: Attraktive Weihnachtsangebote auf alle Bilder ihrer Ausstellung im Berliner Bücherhimmel!

Berliner Bücherhimmel - Brigitte Hees und Angela Schneider-Bodien - Motzstr. 57, 10777 Berlin
030 - 219 12 695 - info@berliner-buecherhimmel.de - www.berliner-buecherhimmel.de

Mitmenschen stellen muss. Richard findet durch die Ignoranz der anderen endlich seine wahre Berufung: Er setzt sich für die Rechte behinderter Menschen ein.

Music within, Regie: Steven Sawalich mit Ron Livingston, Melissa George, Michael Sheen, Drama, 90 min., DVD, Senator Home Entertainment 2013

ADVENTSSINGEN: SPIRITUELLE LIEDER ZUR WEIHNACHTSZEIT

Mit Weihnachtsliedern ist das so eine Sache: Manche könnne sie nicht mehr hören, nachdem sie in allen Kaufhäusern aus den Lautsprechern klingeln, manche finden sie nur kitschig, andere vermissen angesichts der Kommerzialsierung das Ursprüngliche daran. Gut, dass es in Berlin das „Alternative Adventssingen" gibt: Ali Schmidt (Gitarre) und Michaele Hustedt (Traversflöte), die Organisatoren der Berliner „Nacht der Spirituellen Lieder" und Leiter des „MantraChor Berlin" laden auch dieses Jahr am dritten Adventssonntag-Nachmittag in die beheizte Martin-Luther-Kirche nach Berlin-Neukölln ein. Dort singen alle gemeinsam besonders schöne und gehaltvolle Weihnachtslieder aus verschiedenen Kulturen der Welt, ebenso passende Mantras, Sufi-Songs und Gospels: Eine wunderbare Möglichkeit, sich selbst und einander auf einfachste Weise weihnachtliche Singfreude zu schenken, das Herz zu wärmen und die dunklen Tage zu erhellen.

Adventssingen, spirituelle Lieder zur Weihnachtszeit, So 15. Dezember 2013, 15 bis 17 Uhr, in der Martin-Luther-Kirche Berlin-Neukölln. Eintritt 10 (ermäßigt 5) Euro. Der Nettoerlös des Nachmittags geht an bedürftige kinderreiche Familien in Neukölln. Info unter www.eli-berlin.de

SILVESTERTAGUNG IM ZEGG

„Unser Bewusstsein wandelt sich. Mutige Ideen tauchen auf. Anders zu leben ist möglich - neue soziale Formen zu schaffen, mit dem Herzen zu denken und der Liebe zu dienen. Wer und was steckt wirklich in uns, welches Bild von uns entwickeln wir im kommenden Jahr 2014, welchen Herausforderungen möchten wir uns stellen, welche Akzente im Weltganzen setzen?"
Das ZEGG („Zentrum für experimentelle Gesellschafts-Gestaltung") in Bad Belzig nahe Berlin lädt ein, zur Jahreswende in gemeinschaftlichem Rahmen solche Fragen zu stellen und Antworten zu finden. „Die verdichtende Kraft des Winters und die Neugeburt des Lichtes unterstützen uns. Wir nutzen Rituale wie die Schwitzhütte. Wir tauschen uns aus, schaffen Vertrauen, vertiefen unser Wissen, erfahren Gemeinschaft, feiern Feste, treffen Freundinnen und Freunde."

Die ZEGG-Silvestertagung unter dem Motto „Wer bist Du, 2014?" dauert vom 27.12.2013 bis zum 01.01.2014, konzipiert und geleitet wird sie von Eva Weigand und Hermann Haring. Infos und Buchung unter www.zegg.de, empfang@zegg.de, Telefon 033841 595100

KONZERT UND LESUNG: „O AETERNE DEUS - O EWIGER GOTT"

Das meditative Konzert mit Lesung stellt die Spiritualität der zwei wohl bekanntesten mittelalterlichen deutschen Mystiker, Hildegard von Bingen und Meister Eckhart, in den Vordergrund. Der von Marisa, dem Schauspieler Nicolas Alexander Böll und der Flötistin Annelie Kronbügel gestaltete Abend lädt ein, sich zu besinnen und von Text und Musik berühren zu lassen: Zu Horchen - auf das Äußere wie auf das Innere - und dadurch Kraft zu tanken.

Konzert und Lesung: „O aeterne Deus - O ewiger Gott" mit Marisa (Alexandra Marisa Wilcke, Gesang), Nicolas Alexander Böll und Annelie Kronbügel (Flöte), Sa 21.12.2013 um 19 Uhr, Kirche zum Heilsbronnen in Schöneberg, Heilbronner Str. 20, 10779 Berlin (U-Bahnhof Bayerischer Platz). Der Eintritt ist frei, auf Spendenbasis, weitere Informationen zum Abend unter www.marisa-music.com

WELTENKLANG

Am 2.Weihnachtstag verwandeln die Meister des Weltenklangs den Französischen Dom in eine festlich leuchtende Konzertkulisse. Mit ihrer außergewöhnlichen Mischung von Instrumenten wie Sitar, Tabla, Saxophon, Piano, Percussion und Gesang weben sie einen traumhaften Klangteppich - gehen Sie mit den Musikern auf die Reise, reiten Sie auf einem Kamel durch die Wüste, tanzen Sie in den Straßen einer alten Stadt, hören Sie Geschichten von fernen Ländern und fantastischen Orten - im prachtvoll beleuchteten Französischen Dom am Berliner Gendarmenmarkt.

Tina Tandler, Weltenklang, 26.12., 16.30 und 20 Uhr im Französischen Dom am Gendarmenmarkt, Infos und Tickets auf www.TinaTandler.de. Foto: Pavel Konrad

REFERENCE POINT THERAPY ... IS ... RAPID PERSONAL TRANSFORMATION

RPT Seminare eröffnen den Zugriff auf echte innere Freiheit. Wenn wir etwas in unserem Leben ändern wollen, haben wir auch die Fähigkeit, es zu tun. Doch oft sind Denken, Fühlen und Handeln blockiert. RPT setzt genau da an. Jedes Problem lässt sich auf traumatische Erfahrungen und Instinktmuster aus der Kindheit, dem pränatalen Stadium, der Familiengeschichte und der Ahnenlinie zurückführen. Mit RPT gelingt es auf sanfte Weise, die unbewussten Prägungen und Konditionierungen aufzulösen - frei von der Vergangenheit, frei für die Gegenwart und Zukunft zu sein.

Seminare: RPT L1: 6.-8. Dezember, RPT L2: 24.-26. Januar
Information und Ausbildung: www.rpt-berlin.com
Kontakt und Anmeldung: Oya Erdogan, Oya@rpt-berlin.com, Tel.: 030-31 99 85 43

SEHN-SUCHT – SIE ÖFFNET NEUE HORIZONTE

Angebot im Dezember: Kostenloser Check zur eigenen psychischen Gesundheit

„Am liebsten würden sie etwas ganz anderes tun“, aber in der Realität machen sie zwanghaft immer wieder das gleiche. Auf der Suche nach der verlorenen Kindheit haben sie sich in einer Sucht verloren. Die Herzarbeit bringt nicht nur in Erfahrung, wie ihr Sehnen geprägt wurde. Durch diese Arbeit wird für sie erfahrbar, welche Potenziale in ihrer Person selbst ruhen. Was möchten sie jetzt als erwachsene Person aus ihrem Herzen heraus tun; welche Stärken haben sie in sich? So zeigt die Herzarbeit ihre Handlungsfähigkeiten auf und das ureigene Sehnen eröffnet ihren Handlungshorizont. Ihre Sehnsüchte werden richtungsweisend!

Information und Anmeldung: Heilpraktikerin Sieglinde Hoppmann, 0178 – 188 78 40, Fredericiastraße 7, 14050 Berlin, sieglinde.hoppmann@arcor.de, www.bindungsenergetik.net

AUSBILDUNG ZUM/ZUR LERNBERATERIN P.P.

Praktischer Pädagoge/ Evolutionspädagoge

Selbständig sein mit dem einmaligen Konzept der Evolutionspädagogik®

Kindern und Jugendlichen mit Lern-, Schul- und Verhaltensproblemen schnell und erfolgreich zu helfen, dafür haben wir in der Praktischen Pädagogik das richtige Konzept. Anhand der Kombination moderner Kommunikationstechniken, Modellen der Pädagogik, Philosophie und Evolutionslehre unter Berücksichtigung der neuesten neurologischen Forschungsergebnisse, ist es den LernberaterInnen möglich, Lernblockaden punktgenau zu erkennen und mit den erforderlichen Bewegungsübungen aus Kinesiologie und Evolutionspädagogik schnell und nachhaltig zu lösen. Dadurch werden individuelle Stärken und Talente entdeckt und zur Entfaltung gebracht.
Die Ausbildung wird in Teilzeitform an 7 x 4 Tagen durchgeführt. Zusätzlich erhalten die TeilnehmerInnen zur individuellen Unterstützung Einzel- und Gruppensupervision (während und nach der Ausbildung)
Die Berufsbezeichnung ist markenrechtlich geschützt. Ein Aufbauseminar zum Coach ist möglich.

Beginn der Ausbildung: 06. bis 09. März 2014
kostenlose Infoabende: Dienstag, 03. Dez. 2013 und Mittwoch, 12. Februar 2014, 19 Uhr
(Anmeldung bitte per Telefon oder Email)
Info & Anmeldung: Praxis für Praktische Pädagogik, Gerhard Alber, Großgörschenstr. 18, 10829 Berlin, Telefon 0170.5733124, info@lernberatung-pp.de, www.lernberatung-pp.de

Shou Zhong
Schule für Chinesische Medizin e.V.
Ausbildungszentrum für Chinesische Medizin
Akupunktur – Ausbildung 3-jährig
Beginn Februar 2014
Arzneimitteltherapie-Ausbildung
Beginn Oktober 2014
Info-Abend
11.12.2013, 19.30 Uhr
• Tuina • Lehrpraxis
• Weiterbildungen
Weitere Infos unter: www.abz-ost.de
Kooperationsschule der AGTCM
Shou Zhong - Tel. 030/29044603
Belziger Str. 69/71 - 10823 Berlin

EIN WEG DER EINWEIHUNG

Meditationsabende mit Kurt Walchensteiner

Der eigentliche Sinn im Leben eines Menschen erfüllt sich im bewussten Gehen eines geistigen Weges. Dann beginnt seine Entwicklung in das Licht der Vollkommenheit. In den feinstofflichen Ebenen leben die Genien – Engel, welche den Menschen im Willen der Göttlichen Vorsehung helfen. Sie ordnen die Gesetze des Lebens und der Entwicklung in das Licht. Jede Initiation in ein Gesetz der universellen Ordnung ist ein weiteres Ankommen im eigenen Geist. Am 14.12.2013 beginnen wir mit dem 1. Meditationsabend zu folgendem Thema: „Die Ordnung des Friedens" mit dem Genius ERIMITES; 11.1. „Jnana Yoga – Yoga der Erkenntnis" mit dem Genius KOGID; 8.2. „Göttliche Barmherzigkeit" mit dem Genius ASTUREL; 8.3. „Karma Yoga" mit dem Genius ECHAMI; Nähere Informationen: universelle-einweihungslehre.de

Ort: Art of Living Yoga Oase,
Potsdamer Str. 98, 2. Hof, 10785 Berlin;
Zeit: Jeden 2. Samstag im Monat um 19:30 bis 21:30 Uhr, 14.12.2013, 11.1.2014; 8.2.; 8.3.;
Für die Teilnahme am Meditationsabend bitten wir um freiwillige Spenden.
Anmeldung unter: kontakt@universelle-einweihungslehre.de
universelle-einweihungslehre.de

YOGA IM FLUSS DER BEWEGUNG - YOGA IM FLUSS DES LEBENS

Beate Cuson, bekannt auch durch ihr ehemaliges Yogastudio Moveo in Berlin (nun Yoga Sky)und ihr beliebtes Buches und DVD: FLOW YOGA Meditation in Bewegung/Theseus Verlag, unterrichtet nun vorwiegend ihr wohltuendes Yoga an wunderschönen Orten, wie z.B. in Goa, im Tessin, Korfu und Schwarzwald.
Ebenso unterrichtet sie u.a. Fortbildungen im Flow Yoga und Workshops mit speziellen Schwerpunkten, wie z. B. „Yoga Dance", „Flow Yoga und Focusing", „Yoga und Alexandertechnik" und „Flow Yoga für jedes Alter". Flow Yoga - das bedeutet für sie, die Freude an der inneren und äusseren Bewegung, von geschmeidig, kraftvoll bis sanft und heilend.
Das spielerische Erforschen und Wahrnehmen, den eigenen Atem und Bewegungs-Rhythmus findend, sowie das Kultivieren eines gelebten Yoga mit Offenheit und heiterer Gelassenheit sind weitere wichtige Elemente auf diesem Yogaweg.

Yoga Dance: 03. - 05. Januar 2014
Ort: Tanzfabrik Berlin Möckernstraße 68 10965 Berlin
Yogaferien: 01. - 10. März 2014 in Goa/Indien
Infos: www.flowyoga-beatecuson.de

DIE KRAFT DIE AUS DER TIEFE WIRKT

Aufstellungsseminare mit Peter Orban in Berlin - Neue Ausbildungsgruppe in Berlin ab Mai 2014

Familienaufstellungen beziehen ihre Wirkung nicht aus dem, was offenkundig vor aller Augen liegt. Ihre Kraft holt sie sich von den Stellvertretern der Familienmitglieder, die als Helfer in den Raum gestellt werden. Hier stehen z.B. der Vater, die Mutter, der früh verstorbene Bruder und bringen aus den Tiefen der Seele etwas nach oben. Etwas, das einen Heilungsprozess in Gang bringt.
Seit etwa drei Jahren stellen wir zusätzlich ganz besondere Figuren aus dem Ensemble des gesamten Menschseins in den Gruppenraum: Gestalten, die als Archetypen bezeichnet werden (z.B. das Schicksal, den alten Weisen, den Schatten, Kore das Mädchen etc.). Damit wird mitunter gar die Wirkung der Familienmitglieder übertroffen. In einem sehr neuen Setting zeigen wir auf, dass man auch die vergangene Lebenszeit aufstellen kann, indem man mit Identitätsaufstellungen die aktuellen Sinnfragen des „Jetzt" in den Blick nimmt.

Termine: 15.-18. Mai 2014, 04.-07. Sept. 2014, 27.-30. Nov. 2014, weitere Termine unter www.peter-orban-berlin.de
Die Archetypen und das Thema der „Identität" haben hier einen besonderen Schwerpunkt. Anmeldungen ab sofort möglich.
Kosten für jedes Seminarwochenende: 220 € für aufstellende Personen, 150 € für teilnehmende Beobachter, für FDH-Mitglieder abzgl. 10%, für SHS-Schüler abzgl. 15%
Info/Anmeldung: Brigitte Körfer, Fachverband Deutscher Heilpraktiker, LV Berlin-Brandenburg e.V., Tel. 030-3233050, Mail: brigitte.koerfer@heilpraktiker-berlin.org

PRAXIS-WORKSHOP BUDDHA-HAND

(nach Groß-Meister Mantak Chia)

Die Kontaktaufnahme mit unserem Inneren Universum ist der erste Schritt zur taoistischen Energielehre. Die ‚Buddha Hand' als Übungsform stellt eine bestimmte Abfolge von (Hand)Bewegungen (Mudras) dar, mit deren Hilfe man lernen kann, seine Lebenskraft Chi zu spüren, zu verfeinern und dauerhaft zu speichern.
An diesem Wochenende unterrichten wir die vollständige Form dieser Bewegungsmeditation. Die Hauptmeridiane der taoistischen Energielehre nach Mantak Chia werden aktiviert, geöffnet und ausbalanciert.

Wann: 18.-19.01.2014, 09:30-17:00 Uhr
Kursleitung: Harald Röder (UHT Senior Instructor) und Wolfgang Heuhsen, (UHT Senior Instructor),
Kursgebühr: 210 EUR
Ort: WAMOS, Hasenheide 9, 10967 Berlin
Infos: Wolfgang Heuhsen Mail: info@tao-berlin.de, Tel: 030-7723200, Web: www.tao-berlin.de

KATATHYM IMAGINATIVE PSYCHOTHERAPIE

kostenloser Vortrag von HP Andreas Klaus

REKS am Westend

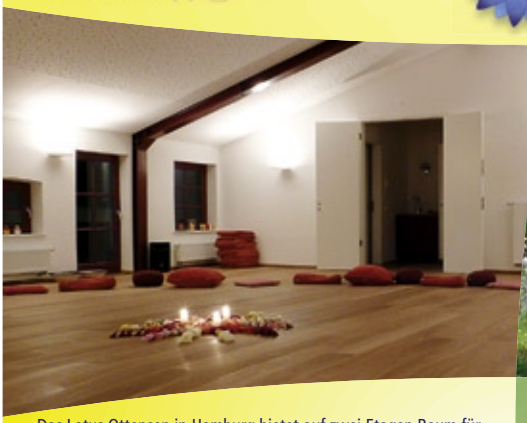
Können Sie sich noch erinnern? Mit großem Staunen erlebten wir als Kinder alle Phänomene der Natur wie von Gott gemacht, lebendig, wunderschön und pulsierend. Dann versank diese Fähigkeit ins Unterbewusste. Als Erwachsene können wir mittels imaginativ-symbolischer Auseinandersetzung diese unbewussten Fähigkeiten wieder nutzbar machen und uns tiefere Erlebens- und Verhaltensmöglichkeiten erschließen. Therapeutisch geführte Arbeiten mit Hilfe von Tagtraumbildern ermöglichen spontane Einsichten, wirken stärkend auf die innere Stabilität und schürfen kreative Handlungsspielräume frei. Diese heilenden Wirkungen innerer Bilder stabilisieren das Selbstvertrauen, die Selbstheilungskräfte und lösen Blockaden. Unsere nächste Grundausbildung startet am 22.03.2014.

REKSamWestend, Schule für Naturmedizin und Psychotherapie
Info/Anmeldung unter 030-29772833 oder über unsere Homepage www.REKSamWestend.de

Lotus Ottensen

Zentrum für Neues Bewusstsein, Tanz & Kreativität

Moorlöwenhaus
Seminarhaus im Wendland



Das Lotus Ottensen in Hamburg bietet auf zwei Etagen Raum für Gruppen- und Einzelarbeit an. Es verfügt über ein grosses Atelier mit eigener Küche im Erdgeschoss und einen schönen Tanzraum (110 qm) mit einem Schwingboden aus Eichenholz im zweiten Stock.

Ausführliche Informationen im Internet:
office@lotus-ottensen.de • **www.lotus-ottensen.de**

Das Moorlöwenhaus im Wendland in Bausen bei Clenze bietet: 20 Betten, einen grossen Seminarraum (90 qm), einen Aufenthaltsraum mit Ofen, eine grosse Küche und einen schönen Garten mit Feuerstelle und Ritualplatz.

Ausführliche Informationen im Internet:
office@moorloewenhaus.de • **www.moorloewenhaus.de**

Wir vermieten unsere Räume für Kurse, Seminare, Rituale und offene Gruppen in den Bereichen Selbstheilung, Meditation, Yoga, Tanz, Musik, Malen und Kreativität. Nähere Informationen: **0171 360 8556** (Bürozeiten: Mo & Mi 15–17 Uhr, Do 10–12 Uhr)

Nichts lockt uns so sehr wie die Liebe...

Die kleine und die große Liebe

Von Wolf Schneider

Nichts lockt uns so sehr wie die Liebe, nichts bewegt und entzückt uns so sehr und versetzt uns in den siebten Himmel. Es stürzt uns jedoch auch nichts so sehr in Verzweiflung wie die Liebe, wenn sie zu fehlen scheint, wenn wir verschmäht oder verraten oder als Kind vernachlässigt werden. Kaum ein Satz ist so verführerisch wie „Ich liebe dich“ und kaum ein Wort so vielfältig schillernd und missverständlich wie „Liebe“. Wohl nur noch die Begriffe Geist, Spirit und Herz können uns so sehr faszinieren und doch zugleich verständnislos hinterlassen wie das Wort „Liebe“.

Spiritualität und Liebe

Wenn es dann auch noch in spirituelle Gefilde geht, kommen wir aus dem Zwielicht des Romantischen ins Nebulöse des Alles-irgendwie-Richtigen; da versteht mensch dann gar nichts mehr. Oder doch? Gibt es denn eine Liebe, die man spirituell nennen könnte? So was wie das, was die alten Griechen Agape nannten und der klassische Buddhismus Metta? Da geht es um eine sehr weite Art der Liebe, die nicht nur einzelne Personen ins Auge fasst, die Eros mit seinem Pfeil sich auserwählt hat als Objekt seiner Zuwendung, sondern um das Große, Ganze. Und diese weite Art der Liebe hält nicht nur einzelne Akte für gut, die in alten Schriften oder von verehrten Autoritäten idealisiert werden. Ein solches weites Verständnis von Liebe ist dann fast identisch mit dem, was wir heute unter dem Begriff Spiritualität verstehen.

Was sollte Spiritualität denn auch sonst sein, wenn nicht das, was sich zeigt, wenn wir lieben und in dem, wie wir lieben? Und was sollte Liebe denn anderes sein als Spiritualität, wenn sie nicht nur Begehrlichkeit, Ekstase und Leidenschaft ist, sondern Empathie, Hingabe, Präsenz und Akzeptanz? Wer in den Raum eintaucht, auf den die spirituellen Wege und Praktiken verweisen, taucht in eine Liebe ein, die tief und weit ist – oder hat seinen Weg verfehlt.

Ab in die Niederungen

Dennoch möchte ich aus diesen himmlischen Sphären erstmal wieder herabsteigen ins Reich des Begehrens und Ablehnens, in die Welt der Leidenschaften und Unpässlichkeiten unter uns zwar zeitlos Liebenden aber doch zeitig Streitenden, Parteiischen, Kleines und kleinlich Erstrebenden. Dorthin, wo die Liebe wurzelt: in die Mutter-Kind-Beziehung und den körperlichen Sex (es gibt ja auch geistigen Sex).

Aus der Biologie wissen wir, dass das Küssen aus der Mund-zu-Mund-Fütterung in der Brutpflege stammt und Jahrmillionen alt ist, ebenso die Akte der Zärtlichkeit, das Kuscheln, Streicheln, Sich-aneinander-Schmiegen und Umarmen. Während Symbolforscher entdecken, dass das Herz, das universelle Symbol der Liebe, nicht etwa eine Abbildung des physischen Herzens ist, sondern das paarungsbereite weibliche Gesäß von hinten zeigt, also von seiner Form her aus einer Zeit stammt, in der unsere Vorfahren sich beim Sex noch nicht einmal ansahen und nicht in erster Linie die verführerisch leuchtenden Augen der Frau oder ihre Brüste den prähominiden Mann lockten, sondern ihr Hinterteil.

Das kleine und das große Glück

Bert Hellinger hat immer wieder vom kleinen und vom großen Glück gesprochen und vertreten, dass man sich zwischen beiden entscheiden müsse. Zwischen dem Weg der großen Künstler und Gottsucher, die die göttliche Liebe

Foto: © monamakela.com - Fotolia.com

suchten, die Erleuchtung, das große Glück – und dem der einfacheren Leute, die einer einfachen Arbeit nachgehen, eine verlässliche Paarbeziehung pflegen und sich damit abfinden, dass das Leben Höhen und Tiefen hat und ihnen das große Glück nicht beschieden ist. Und seine Empfehlung war: Entscheide dich für das kleinere!

Sieht man sich die großen Künstler und deren Privatleben an, oft auch das der großen Heiligen, Erleuchteten und Erleuchtungssucher, fällt es leicht, sich dieser Sicht anzuschließen. Auch die weltweit verehrte Mutter Teresa mag hier als Beispiel gelten. Sie galt viele Jahrzehnte lang als Inkarnation des Mitgefühls und der selbstlosen Liebe und erhielt für ihr Werk 1979 den Friedensnobelpreis. 2007, zehn Jahre nach ihrem Tod, erschienen jedoch ihre zu Lebzeiten geheimen Tagebücher und zeigten sie als Verzweifelte, die nach ihrer Berufung im Jahr 1946 bis zu ihrem Tod 1997 den Kontakt zum Göttlichen nicht mehr fand und sich selbst für eine Heuchlerin hielt.

Denen, die den zweiten Weg gehen, den des kleinen Glücks, traute Hellinger eher zu, ein passabel glückliches Leben zu führen als denen, die auf das Kleine verzichteten, um das Große zu finden. Dem gegenüber stehen jedoch die der spirituellen Liebe Hingegebenen, wie etwa Thomas Merton, Eckart Tolle oder Joanna Macy, die Ekstasen erlebten und erleben, die ein normales Haushälterdasein nur in den seltensten Fällen bietet. Solch großes Glück erlebten auch die Künstler, die das Große suchten ohne Verzicht, wie etwa Picasso und viele andere Schöpfungstrunkene, dem Flow Hingegebene. Diese das Große, weit über sie Hinausgehende Suchenden, kann man nicht alle unglücklich nennen, so wie Mutter Teresa, oder nur als dionysisch Berauschte, Süchtige bezeichnen, obwohl ihr Verhalten die Grenzen des Konventionellen überschreitet und manchmal schlicht asozial ist.

Spiritualität und Leidenschaft

Die große Liebe zeigt sich auch in der Literatur und Kunst der Romantik; heute vielleicht noch häufiger in Spielfilmen. Der 1943/44 im besetzten Frankreich gedrehte Film „Die Kinder des Olymp“ gilt vielen als der größte Liebesfilm aller Zeiten. In der Liebe (und Sehnsucht danach) zeigt er die große Liebe, hier die des Pantomimen Baptiste zu Garance, und kontrastiert sie mit den vielen Fällen kleiner Liebe, auch in Baptistes Leben selbst, der trotz seiner großen Liebe zu Garance die ihn (klein, realistisch) liebende Nathalie heiratet und mit ihr Alltagsglück erfährt. Die große Liebe der Künste ähnelt der spirituellen Liebe und ist dabei doch leidenschaftlich. Allerdings ist auch der spirituelle Liebesbegriff des Sufismus und der islamischen Mystik, wie er sich etwa in der Geschichte von Leila und Majnun zeigt, ein leidenschaftlicher, und auch der Liebesbegriff des Tantra ist ein sowohl weiter, spiritueller (wie Agape und Metta) als auch einer, der die kleine, persönliche, leidenschaftliche Liebe mit einschließt, die Liebe nicht nur der transpersonalen Ekstasen, sondern auch die des Alltags mit seinen Höhen und Tiefen.

Wahrscheinlich kann man auch vom historischen Jesus von Nazareth sagen, dass er ein sowohl klein wie groß Liebender war. Hatte er nicht auch Sex mit Maria Magdalena und teilte mit ihr Alltägliches? Vielleicht hatte er sogar Kinder mit ihr. War er sauer, wenn sie mal nicht wollte, und sie war frustriert, wenn er zu früh kam? Jedenfalls war Jesu Liebe zu Maria Magdalena nicht nur eine sehr persönliche, sondern auch eine erotische und steht damit in Gegensatz zu dem, was die Hirten des Christentums bis ins 20. Jahrhundert Millionen ihrer Schafe als Ideal der Liebe angepriesen haben. Und das tun sie bis heute, auch unter Papst Franziskus noch immer, der den Namen eines anderen, unkonventionell groß Liebenden trägt, der jedoch, anders als sein Vorbild Jesus, nicht imstande war, die große mit der kleinen Liebe zu vereinbaren.

Wolf Schneider, Jg. 1952. Autor, Redakteur, Kursleiter. Studium der Naturwiss. und Philosophie (1971-75) in München. 1975-77 in Asien. Seit 1985 Hrsg. der Zeitschrift connection. Seit 2008 Theaterspiel & Kabarett. Kontakt: schneider@connection.de, www.connection.de.

Tatami Igusakissen

Tatami Meditationsset

Weiche Tatamimatte

Tatamielemente

Tauchen Sie ein in die Jahrhunderte alte japanische Tradition des minimalistischen Wohnens, lassen Sie sich vom Duft des Igusa-Grases inspirieren und lenken Sie so den Fokus auf das Wesentliche.

HANDELSTURM

www.handelsturm.de

„Liebe ist, was Liebe tut“ - Scott Peck

Liebe erfordert Mut

Von Annemarie Postma

Wenn es um die Liebe geht, stellen wir unser Schicksal häufig fast wie von selbst außerhalb von uns und geben damit die Verfügungsgewalt über unsere Zukunft eigentlich aus der Hand. Haben Sie nicht auch schon einmal heimlich davon geträumt – auch wenn Sie es tief in Ihrem Herzen besser wissen –, dass Ihre Seele plötzlich, wie ein Blitz aus heiterem Himmel, erfüllt wird von etwas, was Ihnen das ewige Glück bringt, ohne dass Sie selbst etwas dafür tun müssen? Wahrscheinlich kennen Sie die Neigung gut, Macht und Kraft überall zu sehen – außer in Ihnen selbst. Und Sie glauben hin und wieder ziemlich stur, dass das, was das Leben Ihnen bringt, nichts mit dem zu tun hat, was Sie selbst wollen; dass das Wunder des Lebens und der Liebe einen nun einmal „überkommt“ oder auch nicht, und dass das Leben aus Hoffen und Warten besteht, ob man zu den Glücklichen gehört oder nicht. Merkwürdigerweise sind wir es gewohnt, nach der Liebe zuerst im Außen zu suchen und Liebe als etwas Äußerliches zu sehen, anstatt als etwas, das an und für sich immer etwas Inneres ist.

Liebe ist vor allem die Folge des Mutes, den eigenen Ängsten zu trotzen, und das geistige Ergebnis von Willens- und Tatkraft.

Ein großes Missverständnis von der Liebe ist, dass sie einen einfach so überkommt. Das mag uns vielleicht so vorkommen, es ist aber nicht so. Liebe fällt nicht vom Himmel, so stark Sie sie sich auch wünschen oder wie kräftig Sie sie sich visualisieren mögen. Verliebtheit, die überkommt Sie. Verliebtheit ist der Köder, um Sie dazu zu bringen, das zu tun, was Sie im Vollbesitz Ihres Verstandes nie getan hätten: den Sprung in die Liebe zu tun. Liebe ist vor allem die Folge des Mutes, den eigenen Ängsten zu trotzen, und das geistige Ergebnis von Willens- und Tatkraft. Verliebtheit erfordert keine weitere Anstrengung, während Liebe die Bereitschaft erfordert, sich selbst anzusehen und den Suchscheinwerfer nach innen zu richten anstatt nach außen. Liebe erfordert den Mut, die eigenen Schattenseiten zu sehen, sich für das Unbekannte zu öffnen und zu akzeptieren, dass es etwas zu lernen gibt. Da ist nichts Alltägliches oder Selbstverständliches an der Liebe.

Oft wird Ihnen Ihre Beziehung genau dann unsicher oder kompliziert erscheinen, wenn Sie denken: Das kann nicht die wahre Liebe sein! Meistens ist dies der Punkt, an dem die Schmetterlinge der Verliebtheit sich langsam verflüchtigen und sich die Traumbilder langsam in das wahre Bild des anderen wandeln. Doch es ist genau anders herum: Wenn die Romantik der ersten Phase Ihres Zusammenseins der alltäglichen Wirklichkeit Platz macht, werden jene Eigenschaften bei Ihnen wieder zum Vorschein kommen, von denen Sie gehofft hatten, dass sie durch das Zusammensein mit dem Geliebten verschwinden würden. An diesem Punkt brechen viele die Beziehung ab oder beginnen,

Foto: © Patrizia Tilly - Fotolia.com

an ihr zu zweifeln. Ist er (oder sie) es wirklich? Doch in einer Beziehung zeigen Sie einander die Stellen, an denen gearbeitet werden muss. Ihr Partner ist nicht dazu da, Ihre Schwächen auszugleichen und zu überdecken, sondern dafür, sie bloßzulegen. Das ist der Sinn und Zweck Ihrer Beziehung!

In einer Beziehung zeigen Sie einander die Stellen, an denen gearbeitet werden muss.

Liebe ist, was Liebe tut

Oft ist es die Angst unseres Egos, das alles regeln und beherrschen will, die uns dazu bringt, aus einer Beziehung zu flüchten, wenn wir uns mit unserem Schmerz und unseren Wunden konfrontiert sehen, die Liebe aber eigentlich Kraft und Begeisterung erfordert. Wenn in Ihrer Beziehung alles schön und nett ist, dann ist es nicht schwer zusammenzubleiben; gemeinsam eine gute Zeit haben, kann jeder. Doch es erfordert Mut – sehr viel Mut – und man muss seine Ängste kennen und beherrschen, um wirkliche Liebe zu haben. „Wir führten eigentlich eine gute Ehe“, sagte eine gute Freundin von mir bald nach ihrer Scheidung. „Wirklich?“ fragte ich sie. „Als es ernst wurde und Rob deine Erwartungen nicht mehr erfüllen konnte und du nicht seine und ihr beide durch die Probleme in eurer Beziehung aufgefordert wurdet zu wachsen, als ihr aufgerufen wurdet, euch bedingungslos zu lieben, da saßt ihr beide ganz schnell beim Scheidungsanwalt!“

Sie können wahre Liebe nur an den Taten der Person erkennen, die behauptet zu lieben.

„Liebe ist, was Liebe tut“, schrieb der Psychiater Scott Peck in „Der wunderbare Weg“. „Liebe ist der Wille, die Grenzen des eigenen ›Ich‹ zu überschreiten, um so die eigene spirituelle Entwicklung oder die des anderen voranzubringen.“ Ein vielsagender Satz. Liebe ist in der Tat viel mehr als Worte. Ich hatte einmal einen Geliebten, der mich mit den prächtigsten Liebeserklärungen und den romantischsten E-Mails zuschüttete. Nachdem er mich getroffen hatte, war seine unstete Suche nach Sinnhaftigkeit im Leben endgültig vorbei. Er liebte mich sehr und wollte, dass ich erfuhr, wie es ist, wenn jemand da ist, der sich mir völlig hingibt. Zum ersten Mal seit langer Zeit dachte er wieder zwanzig Jahre in die Zukunft und wollte nichts mehr, als dass ich seine „letzte Frau“ sei. Doch schon nach zwei Monaten hatte er sich von mir entfernt. Nicht, dass es Probleme gab; ganz im Gegenteil, es war phantastisch. „Wir gehören zusammen, nicht wahr?“ sagte er oft.

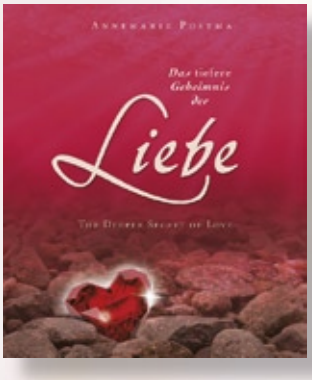
Doch als ich dann sehr krank wurde, hörte ich nichts mehr von ihm, und er kam nicht einmal vorbei, um nach mir zu sehen. Nach zwei Monaten rief er mich wieder an. Er liebe mich, sagte er, und er wolle von jetzt an immer und ewig mit mir zusammen sein. Doch ging er gleich darauf allein ins Ausland, und als er zurückkam, sagte er: „Diese Beziehung ist mir zu intensiv.“

Natürlich warf ich ihm all seine Liebesschwüre und Versprechen entrüstet vor die Füße. „Ich verstehe dich ja,“ sagte er, „aber ich habe es wirklich alles so gemeint!“ Daran zweifelte ich auch nicht, aber Worte sind leicht gesagt und – im dem Moment, in welchem sie gesprochen oder aufgeschrieben werden – auch leicht so gemeint. Woran ich jedoch bald zweifelte, war sein Mut, sich mit sich selbst zu konfrontieren und seiner Liebe zu mir wirklich Gestalt zu geben – bloß Versprechen zu machen, ist eine ganz andere Geschichte.

Wirkliche Liebe ist viel mehr eine Frage von Willen als von Gefühlen.

Wirkliche Liebe ist viel mehr eine Frage von Willen als von Gefühlen. Es ist einfach und auch schön, den anderen mit Worten wissen zu lassen, wie viel Ihnen an ihm liegt, und es ist angenehm, die Heftigkeit und Echtheit Ihrer Liebe an Ihren Gefühlen zu bemessen. Aber mit Ihrem Verhalten zu zeigen, dass Sie die Liebe gefunden haben, das ist oft mühsam und nicht selten ernüchternd. Und umgekehrt können Sie echte Liebe nur an den Taten desjenigen erkennen, der behauptet, Sie zu lieben. Scott Peck sagt dazu: „Ebenso wie Gut und Böse sind echte und unechte Liebe objektive – und nicht bloß subjektive – Dinge.“

Die Autorin **Annemarie Postma**, geboren 1969, studierte Jura und wurde das erste professionelle Fotomodell Europas mit einer Behinderung. 1995 kam sie in den Playboy, woraufhin sie in vielen in- und ausländischen Talkshows ein gern gesehener Gast wurde. Inzwischen hat sie sich zu einer erfolgreichen Publizistin und Schriftstellerin entwickelt; sie widmet sich vor allem den Themen Selbstwert und Selbstachtung. www.deeper-secret.de



Buchtipp

Annemarie Postma: Das tiefere Geheimnis der Liebe, The Deeper Secret of Love, 144 S., Hardcover, 17,95 € (D), ISBN: 978-3-89060-596-8, Neue Erde Verlag

Liebe ist mehr als alles andere

Die spirituelle Sicht auf die Liebe ist mit dem Verstand schwer zu begreifen, es handelt sich dabei eher um eine Art von energetischem Geschehen, meint der Autor Bruno Martin, der sich mit diesen Zusammenhängen schon sehr lange beschäftigt.

Die Kraft der Liebe durchzieht alle Schichten des Seins. In dem Entwurf einer „Stufenleiter" der Energien von John G. Bennett wird diese Kraft „oberhalb" der kreativen und bewussten Energie angesiedelt (siehe dazu mein Buch „Der Wunderland-Effekt"). Es wäre jedoch irreführend zu denken, dass Liebe oder die „vereinigende Energie", wie Bennett sie bezeichnet, völlig unerreichbar oder jenseits der erfahrbaren Welt sei. Im Gegenteil: Gerade weil die kosmische Liebe aus der Welt des Geistes kommt, kann sie über die Grenzlinie oder die „Lücke" zwischen Geist und Materie schreiten und alle Bereiche der Existenz durchdringen. Da kosmische Liebe jedoch aus der geistigen Welt kommt und eine spirituelle Qualität hat, können wir die Liebe immer nur vermittelt erfahren, sie ist nicht materiell oder „greifbar", wir können sie nicht festhalten, weil sie einfach „da ist" oder nicht da ist.

Solange der Schwerpunkt unseres Daseins im materiellen, körperlichen Dasein zentriert ist, äußert sich Liebe über die Berührung der Körper, über den direkten sexuellen Kontakt. Jede/r spürt instinktiv, dass rein körperliche Sexualität und Liebe zwei verschiedene Dinge sind - wenn auch Sex von Liebe durchdrungen sein kann. Vermischt sich die Liebe mit den Emotionen, entsteht Anziehung und Abneigung, „besitzen wollen" und Eifersucht, manchmal sogar Hass, wenn der oder die andere nicht auf die Wünsche des „geliebten" Menschen eingehen kann oder sie vernachlässigt. Erst mit dem Schwerpunkt im Bewusstsein hat die Liebe die Kraft der Vereinigung.

Das Konzept von Anima und Animus, das C.G. Jung eingeführt hat, verdeutlicht, dass jeder Mensch in seinem Wesen weibliche und männliche Anteile in sich trägt. Animus ist das lateinische Wort für „Geist" und Anima das Wort für „Seele" oder auch „Atem". Ich denke, dass man sich diese beiden Anteile wie die zwei Pole elektrischer Energie vorstellen kann, die bei einer Verbindung den Strom liefern. Die Bezeichnung von Anima und Animus als „Archetypen" greift jedoch zu kurz. Tatsächlich sind es zwei kosmische Energien, welche die chinesischen Daoisten als Yin und Yang bezeichnen.

> *„Bewusste Liebe erweckt bewusste Liebe, emotionale Liebe ruft das Gegenteil hervor, körperliche Liebe hängt von Polarität und Typus ab."*
> *G.I. Gurdjieff*

Bei einer Liebesbeziehung entsteht ein Strom zwischen den beiden Polen, der wiederum Rückwirkung auf die Weckung des anderen Pols im jeweiligen Menschen hat. Dasselbe geschieht genauso in homosexuellen bzw. lesbischen Partnerschaften. Das äußere Geschlecht spielt für diese Wesensanteile keine Rolle.

In einem intensiven, erhöhten Bewusstseinszustand und wenn der „Stromkreis" geschlossen ist, ist es möglich, in Kontakt mit der „überpersönlichen" Kraft der Liebe zu kommen und zu erleben, wie sich alle Gefühle, alle Gedanken und sogar die Körper verändern.

Wer diese Vereinigung einmal erlebt hat, kann diese überwältigende Erfahrung verstehen. Selten ist es möglich, diese Durchdringung aller Schichten des Seins durch eine kosmische Kraft, die wir in keiner Weise erfassen können, auszuhalten. Wir können sie auch nicht bewusst erleben, wir erfahren einfach etwas Unerfassbares, Uner-

Foto: © doris oberfrank-list - Fotolia.com

gründliches, das uns vollständig durchdringt und Körper und Seele in eine Art stille Ekstase versetzt. Liebe hat uns dann ganz vereinnahmt, ihre Kraft ist so groß, dass es unmöglich ist, sie einfach „abzuschalten“. Wir könnten in diesem Zustand jeden Menschen lieben – selbst wenn wir ihn nicht kennen, und es spielt dabei sogar keine Rolle ob wir diesen Menschen mögen oder nicht. Diese Kraft geht während einer intensiven sexuellen Vereinigung der Liebenden über die physischen, sexuellen Gefühle weit hinaus. Bei einer solchen Vereinigung werden beide Kräfte – die aktive und rezeptive Kraft - zu einer Ganzheit, in der das vereinigende, versöhnende Element als dritte Kraft in das Leben eintritt. Die Liebenden merken, dass hier etwas Überwältigendes geschieht, doch es lässt sich nicht lange halten und verschwindet in Sekundenbruchteilen wieder. Dennoch bleibt etwas in der Seele bestehen und kann immer wieder lebendig werden.

Es besteht aber auch die Gefahr, dass dieses Erlebnis vom Reaktionsmechanismus der einfachen Emotionen der Persönlichkeit aufgesaugt wird und in Eifersucht oder Besitzgier fließt. Wenn es gelingt, diese zwei Ebenen zu unterscheiden, kann das Gefühl der überpersönlichen Liebe das Leben und die Partnerschaft auf einer ganz tiefen Ebene bereichern und wird schließlich zu einem größeren Teil des gemeinsamen Lebens. Diese Liebe ist dauerhaft, ohne dass das Gefühl entsteht, an einen Partner angekettet zu sein.

Je mehr Menschen in Kontakt mit dieser transzendentalen Kraft kommen, desto mehr durchdringt sie das ganze Leben und schließt andere Lebewesen nicht aus, sondern bezieht sie in die Liebe ein. Wenn einem Menschen bewusst wird, dass diese Kraft einen Platz in seinem Leben eingenommen hat, wird sie nicht mehr als „vergänglich“ erlebt, wir haben die Gewissheit, dass sie immer da ist. Voraussetzung dafür ist ein wacher Bewusstseinszustand, der ausreichend offen dafür ist.

Wenn die Kraft des unvergänglichen „Geistes der Liebe“ dauerhaft im Zentrum des Wesens verankert ist, kann diese Liebe auch dauerhaft strömen oder immer wieder von neuem geweckt werden. Noch häufiger kommt es vor, dass diese Liebe plötzlich da ist, ohne dass wir irgendetwas dafür tun müssen – doch das kann nur geschehen, wenn wir sie in unser Wesen hereinlassen.

Bruno Martin, geb. 1946, gibt seit vierzig Jahren Seminare zu den Grundlagen von G. I. Gurdjieff und John G. Bennett. Er ist Autor vieler Bücher, u.a. „Auf einem Raumschiff mit Gurdjieff“, „Das Lexikon der Spiritualität“, „Intelligente Evolution“ - siehe www.brunomartin.de und www.gurdjieff-work.de. Er hat vier erwachsene Kinder und lebt mit seiner Frau Nana Nauwald, Künstlerin und Autorin, in der Lüneburger Heide - www.visionary-art.de und www.ekstatische-trance.de

Auf's Ganze gehen...

Aus- und Weiterbildung

Familienaufstellung

Integrative Systemische Therapie

November 2013 bis Oktober 2015

Alfred R. Austermann
HP / Dipl.Psych.

Bettina Austermann
Dipl.Soz.päd./ HP (Psych)

Anerkannte Systemaufsteller und Lehrtherapeuten (DGfS)
Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen

Bei uns gibt es eine hochwertige Weiterbildung in achtungsvoller Atmosphäre. Das wunderbare und heilsame Spektrum der Aufstellungsarbeit wie Familien-, Krankheits-, Entscheidungs-, Organisationsaufstellungen und karmische Aufstellungen wird anhand eigener Themen erfahren und vermittelt. Es darf tiefgründig gearbeitet und herzlich gelacht werden.

Weitere Bestandteile der Weiterbildung sind:

- Eine Basisausbildung in körperorientierter Traumatherapie und pränataler Psychologie
- Primärarbeit mit Aqua-Release® Healing - Tiefenentspannung im warmen Wasser
- Heilungsarbeit für das verletzte innere Kind
- Geistiges Heilen und Auralesen
- Fachliche Kompetenz für eine verantwortungsvolle Arbeit mit Menschen

54 Weiterbildungstage:
13 Wochenenden, z.T. verlängert,
2 Intensivwochen (als Bildungsurlaub anerkannt)

Einstieg noch möglich:

Informationsabend
Mo 9.12.2013 - 20 Uhr
im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d

Unsere Informationsbroschüre schicken wir gerne zu!

IFOSYS-Institut
Tel. 030 / 69 81 80-71
Fax 030 / 69 81 80-72
ifosys@msn.com
www.ifosys.de

Ifo.sys

Das Geheimnis meines Spiegelpartners

Der Partner ist wie ein Spiegel. Und im Spiegel offenbart sich die Lösung – von Ruediger Schache

In einer Beziehung geschieht nichts zufällig. Denn der Mensch, den Sie in Ihr Leben gezogen haben, ist Teil Ihres Lebensplans. Was er sagt oder nicht, was er denkt oder spürt, wie er sich verhält – er spiegelt Ihnen die verborgenen Kräfte, die Ihre Partnerschaft und Ihr Leben lenken.

Mithilfe des Spiegelprinzips können Sie diese unbewussten Muster entschlüsseln. Indem Sie erkennen, was Ihrer Beziehung wirklich zugrunde liegt, wird sich alles zum Positiven ändern. Seelische Blockaden lösen sich auf, und es kann endlich geschehen, was zwei Menschen als höchstes gemeinsames Glück erfahren: eine befreite und zutiefst erfüllende Liebe – zum Partner und zu sich selbst.

Die Befreiung aus dem „Liebe ist …"-Irrtum

Es gibt Liebe. Das, was sie in Wahrheit ist. Und es gibt das, wovon jemand glaubt, es wäre Liebe. Fragen Sie fünf Menschen, wie sie Liebe definieren würden, und Sie erhalten wahrscheinlich zehn Möglichkeiten zur Antwort. Ganz offensichtlich kann man das meistgesuchte Gefühl auf Erden mit Worten am wenigsten genau definieren.

Wenn Sie möchten, können Sie kurz innehalten und ein Experiment machen: Wie würden Sie jemandem, der es nicht kennt, beschreiben, was ein Tisch ist? Tun Sie es jetzt. „Ein Tisch ist …"

Und nun: Wie würden Sie jemandem, der es nicht kennt, beschreiben, was Liebe ist? Versuchen Sie es einmal. „Liebe ist …"

Wenn Sie gemeinsam einen Tisch für Ihre Wohnung kaufen gehen, ist es schon nicht einfach, den richtigen zu finden. Und das, obwohl Sie, Ihr Partner und der Verkäufer sich über das Wesen eines Tischs im Grundprinzip einig sind. Wie ungleich schwieriger ist es, sich mit einem Menschen über Liebe und Beziehung einig zu sein und darauf ein Leben aufzubauen! Wie viele Missverständnisse sind da möglich!

Überlegen Sie noch einmal, wie Sie die Liebe beschrieben haben. Haben einige Ihrer Beschreibungen mit „Verhalten" und „Beziehung" zu tun? Viele Menschen kommen bei der Frage nach Liebe ins Nachdenken über das Verhalten anderer ihnen gegenüber oder erinnern sich an ihr eigenes Verhalten. Welches Verhalten erzeugt ein Gefühl von Liebe? Und welches nicht? Je mehr Sie dieses größte Geheimnis aller Beziehungen innerlich durchdringen, umso besser werden Sie Entstehung, Ablauf und Sinn Ihrer eigenen Partnerschaften verstehen.

Liebe „geben und haben" wollen, erschafft oft Probleme

Die meisten Menschen nennen auf die Frage, was sie in einer Partnerschaft suchen, auch das Wort Liebe. Man könnte denken, damit wäre das Thema geklärt. Doch wenn Sie genau nachfragen, werden Sie eine Menge, zum Teil sogar gegensätzliche Vorstellungen zu Liebe kennenlernen. Ein einfaches Wort, das zwei Menschen als Grundlage und Ziel einer guten Partnerschaft ansehen – und jeder versteht darunter etwas anderes. Gleichzeitig versucht jeder, sich immer so verhalten, dass er seine Idee von Liebe bekommt und dass er sein Verständnis von Liebe weitergibt. Damit sind spätere Konflikte bereits eingebaut.

Foto: © drubig-photo - Fotolia.com

Doch wo die größten Konfliktpunkte liegen, findet man auch das größte Heilungspotenzial. Sehen wir uns deshalb ganz genau an, wie die Idee, was Liebe ist, grundsätzlich entsteht. Danach können Sie leichter verstehen, welcher versteckten Vorstellung Sie selbst und Ihr Partner jeweils folgen, wenn vielleicht auch stillschweigend und unwissentlich. Sie verstehen dann auch besser, warum er so ist, wie er ist, und was dies mit Ihnen zu tun hat.

Die Informationsspeicher zum Wesen der Liebe

Es gibt in jedem Menschen genau drei Speicherorte zum Thema: „Was ist Liebe?“ Es sind Wachbewusstsein, Unterbewusstsein und Seele. An jedem dieser drei Orte kann sich eine andere Bewusstheit über Liebe befinden.

Das Wachbewusstsein – Wünsche, Vorstellungen und offene Erwartungen zur Liebe

Was Sie im anfänglichen Experiment mit der Beschreibung eines Tisches im Vergleich zur Beschreibung der Liebe vielleicht mitgemacht haben, fand in Ihrem wachen Verstand statt. Sie haben nachgedacht, was Liebe wohl ist, und haben versucht, es in Ihren Worten möglichst gut auszudrücken. Es mag auf Anhieb vielleicht noch nicht völlig perfekt gewesen sein, aber Sie können wahrscheinlich sagen: „Ich habe gewisse Erfahrungen und Vorstellungen darüber, wie Liebe sein sollte.“ Das sind Ihre Ideen und vielleicht auch Ziele zum Thema. Weil Ihr Wachbewusstsein die Aufgabe hat, Ziele zu erreichen, wird es Verhaltensweisen ausüben, um diesen Zielen näher zu kommen. So entsteht die erste Kraft, der die Menschen in Beziehungen folgen:

Unbewusste Erwartungen zur Liebe

Zu einer Zeit, als Sie noch nicht die Möglichkeit des Nachdenkens und Reflektierens hatten, haben Sie dennoch bereits Beziehung erlebt. Wie wir bei Joshua mitverfolgen konnten, gibt es ab dem Moment der Geburt andere Menschen im Umfeld, und in jedem Kontakt zu ihnen findet Beziehung statt. Alles, was zu der frühen Zeit erlebt wird, wird nicht kritisch durchdacht. Es wird einfach nur wahrgenommen, gespeichert und erhält den Stempel: „So ist Beziehung.“ Und falls es mit nahestehenden Menschen wie der Mutter zu tun hat, landet es ungeprüft in der Schublade mit der Aufschrift: „So ist Liebe.“

Als Erwachsener können Sie sich daran nicht mehr erinnern, und selbst Ihre Eltern haben viele der kleinen und großen Ereignisse schon lange vergessen. Dennoch ist nichts wirklich vergessen. Es wurde nur unsichtbar abgelegt. Auf diese Weise entsteht die zweite Kraft, der alle Menschen in Beziehungen folgen:

Die Seele – Das spirituelle Wissen über das wahre Wesen der Liebe

Was Liebe wirklich ist, weiß der Teil von Ihnen, den man Seele nennt. Denn dieser Teil ist nicht an Vorstellungen gebunden und nicht an Kindheitsprägungen. Ihre Seele ist so nahe an der Quelle, die alles erschafft, dass sie das Wesen der Liebe auf eine reine, unbelastete Weise kennt.

Ihre Seele hat sozusagen eine Hand an der Schöpfung und die andere Hand an Ihnen. Mit diesem vollkommen reinen Wissen um das Wesen von Liebe wird ein Kind geboren. Deshalb sehen so viele Eltern in den Augen ihrer kleinen Kinder „die reine Liebe“. Das ist keine Einbildung. Sie sehen die Wahrheit und erinnern sich an die Wahrheit. Und das berührt sie tief im Herzen. Dabei erleben sie die dritte Kraft, der Menschen in ihren Beziehungen folgen:

(Mit freundlicher Erlaubnis aus: Schache, Spiegelpartner)

Buchtipp

Ruediger Schache, Das Geheimnis meines Spiegelpartners - Die Beziehung als Weg zur inneren Befreiung, 336 Seiten, € 17,99, Ansata Verlag

Eine Liebesbeziehung ist ein gemeinsames Drittes zwischen zwei Partnern.

Paare, die leuchten

Vom Doppel-Ich zum Wir - von Jochen Meyer

Immer wieder kommen Paare zu mir in die Beratung, deren Beziehung oberflächlich gesehen funktioniert und denen doch etwas Wesentliches fehlt. „Wir haben beide ein angespanntes und angefülltes Berufsleben, aber wir unternehmen nicht mehr viel miteinander.“ - „Ich bin abends so erschöpft, dass ich meinem Mann kaum noch zuhören kann – umgekehrt ist es aber genauso: Wir reden nur noch über das Allernötigste.“ Viele Paare verbringen nur noch ein Minimum an Zeit miteinander; praktisch immer gibt es etwas, das wichtiger zu sein scheint: Der Job geht auch am Wochenende weiter, wichtige E-Mails müssen beantwortet und neue Kontakte in den sozialen Netzwerken gepflegt werden. Dann muss der Haushalt erledigt, das Kind versorgt, die beste Freundin getroffen, schnell noch etwas für die Fitness getan und der nächste Familiengeburtstag geplant werden. Irgendetwas ist immer. Kein Wunder, wenn sich die Liebe nur noch schal anfühlt und im Bett auch nicht mehr viel läuft. Schauen wir genauer hin, so zeigt sich schnell, dass hier zwei Einzelwesen miteinander in Beziehung sind, ohne dass ein „Wir“ spürbar ist. „Das stimmt“, höre ich dann oft, „ich kann uns als Paar nicht mehr spüren – wir machen beide unser Ding, aber wann sind wir schon einmal wirklich so etwas wie ein Team, das an einem Strang zieht?“

Auch wenn grundsätzlich anerkannt werden muss, was Paare heutzutage bei der Bewältigung der alltäglichen Anforderungen des Lebens alles leisten, so ist auf der anderen Seite klar, dass hier wesentliche Sehnsüchte und Bedürfnisse einer Liebesbeziehung nicht erfüllt werden: Etwa das Bedürfnis nach Bestätigung und Bestärkung durch den Partner, das nach Zugehörigkeit und Verbundensein oder das Bedürfnis nach echtem partnerschaftlichem Miteinander.

Die Beziehung - ein lebendiges Wesen

Paaren, denen es an diesen Qualitäten fehlt, schlage ich vor, sich ihre Liebe einmal wie ein lebendiges Wesen vorzustellen, das sie gemeinsam nähren und pflegen. Eine Liebesbeziehung ist ein gemeinsames Drittes zwischen zwei Partnern; und dieses „Wir“ hat Bedürfnisse, die erfüllt werden möchten. Einer Beziehung geht es gut, wenn sich beide Partner gleichermaßen für sie interessieren, sich für sie engagieren und in sie investieren. Umgekehrt verkümmert eine Beziehung, wenn sie unaufmerksam behandelt, nicht richtig ernst genommen oder gar vernachlässigt wird. Eine Liebesbeziehung bedarf permanenter Aufmerksamkeit, Pflege und des ständigen Dranbleibens beider Partner, dann gedeiht sie und blüht auf. Paare, die dies verstehen, nehmen sich Zeit füreinander, auch wenn die Umstände noch so widrig sind. Sie setzen ihre Prioritäten anders – sie reden miteinander und tauschen sich regelmäßig über ihre Erlebnisse aus, so dass der eine Partner immer weiß, wo der andere gerade innerlich ist. Sie unternehmen etwas zu zweit und schaffen immer wieder neue, verbindende Erfahrungen. Sie kultivieren bestimmte Vorlieben und entwickeln gemeinsame Interessen und Alltagsrituale, durch die sie ihr Zusammengehörigkeitsgefühl weiter stärken. Sie leben paar-zentriert und nicht partner-zentriert; und auch nicht ich-zentriert, job-zentriert oder kind-zentriert. Ihre Gedanken kreisen

Foto: © Joshua Resnick - Fotolia.com

nicht nur um Fragen wie: „Was kriege ich an Liebe von meiner Partnerin oder von meiner Beziehung?“ oder „Bekommt mein Partner genügend Liebe von mir?“ Ihr Bewusstsein behält das „Wir“ im Blick und fragt immer wieder: „Was braucht unsere Beziehung, damit es ihr gut geht? Was kann ich, was könnten wir für sie tun?“ Sie unterscheiden ein „mir zuliebe“, „dir zuliebe“ und „uns zuliebe“, das für verschiedene Bewusstseinsgrade in der Liebe steht.

Oft denken wir die Liebe zu sehr als etwas, das wir kriegen müssen und das uns von anderen oder vom Leben gegeben werden muss. Etwas Neues entsteht, wenn wir Liebe als etwas begreifen, das immer schon vorhanden ist – als Schwingung des Universums oder als kosmische Energie – die wir zu uns einladen, die zu uns kommt und die uns als liebende Partner erfüllt. Neue Dimensionen erschließen sich, wenn wir uns als Erfüllungsgehilfen im Dienste der Liebe sehen und uns zur Aufgabe machen, uns selbst, unseren Partner und unsere Beziehung zum Leuchten zu bringen.

Die spirituelle Liebe auf den Boden bringen

Miteinander verbunden sein können wir, wenn wir mit uns selbst verbunden sind. Wenn wir uns und unsere Grenzen spüren, unsere Bedürfnisse mitteilen, unsere Emotionen regulieren und lernen, mehr Nähe zuzulassen. Wenn wir lernen, wie wir die Quelle der Liebe in uns finden, uns selber nähren und Verantwortung für unser Ego und unser Verhalten übernehmen. All dies geht nicht ohne Verbindung nach Innen. Eine regelmäßige spirituelle Praxis ist für viele bewusste Liebende der beste Weg der Selbsttransformation, und natürlich kann es besonders erfüllend sein, wenn man zu zweit auf dem spirituellen Pfad ist.

> *Der spirituelle Pfad hilft zu verstehen, dass es in Ihrer Partnerschaft nicht um das geht, was Sie bekommen, sondern um das, was Sie hineingeben.*

Wenn wieder einmal das altbekannte Gefühl hochkommt, zu kurz zu kommen, hilft den bewusst Liebenden die Vorstellung, dass sie im Dienste von etwas sind, das sie gewählt hat und dass sie sich darin üben, ein Paar zu werden, das leuchtet. Und sie entdecken dann, dass Erfüllung in ganz anderem gefunden werden kann, als sie sich bislang vorgestellt haben. Zum Beispiel wenn sie ihm zuliebe auf einen Teil des geplanten Urlaubs verzichtet, damit er eine wichtige Fortbildung wahrnehmen kann. Oder indem er ihr die Zeit gibt, die sie sich für die Pflege eines erkrankten Angehörigen nehmen möchte, auch wenn das den Verzicht auf gemeinsame Wochenenden bedeutet. Hier erleben beide, wie sich das „dir zuliebe“ unmittelbar in ein „uns zuliebe“ erweitert. Sich zu solchen Entscheidungen durchzuringen und die Belastungen des Lebens gemeinsam zu tragen, kann stärkender und verbindender für das „Wir-Gefühl“ sein als ein perfekter Urlaub. Es ist berührend zu sehen, wie Paare leuchten können, wenn sie gestärkt aus einer Entfremdungs-Krise hervorgehen und auf eine neue Weise zueinander finden.

Der Autor Dr. phil. **Jochen Meyer** ist CoreDynamik-Trainer und –Therapeut und arbeitet als Single-Coach und Paarberater in Berlin.

Jochen Meyer, Angebote für Singles: „So macht Partnersuche Spaß!“ Kostenloser Workshop am Tag der offenen Tür im Aquariana, 4.1.2014; Offene Coaching-Gruppe für Singles: neue Termine ab Januar 2014; „Finde deinen Partner! Die sechs Schritte zur erfüllenden Partnerschaft“: Vortragsreihe im Aquariana, Beginn am 17.1.2014. Informationen unter 030 – 7790 6127 und www.jochen-meyer-coaching.de

Sich öffnen für die Möglichkeiten dessen, was man „die große Liebe“ nennt..

Sich der Liebe öffnen

Bruce H. Lipton und seine Partnerin Margret haben sich in dem Buch „Der Honeymoon Effekt“ mit guten und schlechten Schwingungen und der „großen Liebe“ auseinandergesetzt. Ein Auszug.

Gute und schlechte Schwingungen - von Bruce

Ich lebte im Paradies, weit weg von den juristischen und finanziellen Schwierigkeiten, die mein Leben bestimmt hatten, als ich einen Fehler machte, den kein anständiges nicht menschliches Säugetier je machen würde. Zögert eine Gazellen, wenn sie die Gegenwart eines Löwen wahrnimmt? Schlendert sie zu dem Löwen hinüber und fragt: „Bist du mein Freund?“ Natürlich nicht. Sobald die Gazelle einen Löwen wittert, beschleunigt sie auf bis zu 80 km/h, um nicht zum Abendessen verspeist zu werden.

Aber was tat ich, als zwei Häuser weiter ein menschliches Raubtier einzog, bei dem sich mir die Nackenhaare aufstellten? Nahm ich die olivfarbene Tönung seiner Haut als Warnzeichen? Oder das ängstliche Klopfen meines Herzen? Nahm ich das Bild eines Teufels, das unweigerlich bei jeder Begegnung mit ihm in mir auftauchte, als ein Signal, mich von ihm fernzuhalten?

Nein. Stattdessen arbeitete ich daran, mir meine körperliche Abneigung ihm gegenüber auszureden. Schließlich verwandelte ich mich gerade von einem agnostischen Professor in einen spirituellen Wissenschaftler. Ich konzentrierte mich auf positives Denken und das bedeutete, ich wollte die Existenz menschlicher Raubtiere nicht wahrhaben. Ich versuchte mich auch in Vergebung. Mein Nachbar wirkte auf mich nicht nur teuflisch, er erinnerte mich auch an jemanden, der mich in einen Rechtsstreit verwickelt hatte, und ich dachte, ich könnte die Sache positiv wenden, indem ich innerlich daran arbeitete, ihm zu vergeben (was allerdings in diesem Fall bis heute nicht funktioniert hat). Ich rang mit meiner Abneigung, indem ich lockere Unterhaltungen mit ihm pflegte; ich wollte verbal höflich und freundlich sein. Mein Verstand betrachtete die Angst, die mich bei seinem Anblick jedes Mal befiel, als eine Art „New Age“-Buße.

Etwa ein Jahr, nachdem ich diesem Mann zum ersten Mal begegnet war, kamen die Umzugsleute, um meine Sachen einzupacken, weil ich von Barbados nach Grenada zog. Als die medizinische Hochschule, für die ich arbeitete, mich versetzte, meinte ich, meine Gutmütigkeit sei zweifach belohnt worden. Zum einen würde ich diesen Mann nie wieder sehen müssen, und zum anderen schienen mich meine Instinkte doch betrogen zu haben, denn er half fleißig mit, meine gesamten Sachen einzuladen (alles außer einem kleinen Koffer für eine kurze Reise in die Staaten), darunter auch meine geliebte, hochwertige Fotoausrüstung. „Vielleicht ist er doch kein so schlechter Kerl“, sagte mir mein Verstand, während mein Herz immer noch am liebsten die Flucht vor ihm ergreifen wollte.

Die Wahrheit brach über mich herein, als ich in die Karibik zurückkehrte und nach einigem Hin und Her mit dem Umzugsunternehmen feststellen musste, dass meine Sachen nicht mehr ankommen würden. Mein Raubtier-Nachbar war am Tag nach meiner Abreise zu dem Umzugsunternehmen gegangen, hatten den bereits bezahlten Transport storniert, sich mein Geld

Foto: © detailblick - Fotolia.com

ausbezahlen lassen, meine gesamten Sachen gestohlen und war von der Insel verschwunden. Was ich für eine Lektion in Vergebung und positivem Denken gehalten hatte, endete als Lehre, wie ich den Verlust all meines Hab und Guts verarbeiten könnte. Wieder einmal. Es war das vierte und hoffentlich letzte Mal, dass ich alles verloren hatte.

Um den Honeymoon-Effekt in Ihr Leben zu holen, sollten Sie sich diese wundervolle, Ihnen angeborene Gabe, gute und schlechte Schwingungen zu spüren, zunutze machen. ...

Happy End ohne Ende – von Margaret

Es war wie im Film, Liebe auf den ersten Blick, mitten in einem vollen Saal. Oder genauer gesagt, es war Liebe auf den ersten Stoß, mitten in einem vollen Saal. Ein Energiestoß, der mich buchstäblich nach Luft schnappen ließ.

Als ich 1995 bei der Internationalen Konferenz der *Association for Perinatal and Prenatal Health* zurück an meinen Platz in der ersten Reihe ging, sah ich den Gründer der Organisation, Thomas Verny, mit jemandem sprechen, der mir den Rücken zuwendete. Während ich an dem Fremden vorbeiging, schnappte ich unwillkürlich nach Luft und legte reflexartig meine Hand auf mein Herz, weil ich dort so einen starken Energiestoß gespürt hatte.

Ich blieb stehen und sah mich um. Thomas und der Fremde schauten mich neugierig an, weil sie das Geräusch des Nach-Luft-Schnappens ebenso überrascht hatte wie mich. Ich schaffte es gerade so, „Hallo“ zu sagen.

Ich ging zu meinem Platz und fragte mich: „Wow, meine Güte, was war das denn?“ Der Veranstaltungssaal des San Francisco Cathdreal Hill Hotels füllte sich um mich herum mit Hunderten von Zuschauern, aber ich bemerkte es kaum. Ich starrte auf den Fußboden und versuchte, mich von meinem Herzsprung zu erholen. Das war jenseits von Anziehung oder Lust – das war eine ganz neue Ebene von guten Schwingungen – und ich hatte noch nicht mal sein Gesicht gesehen!

Schließlich sah ich auf und stellte fest, dass der Fremde mit andern zusammen als Sprecher auf dem Podium saß; sein Name war Bruce Lipton. Am Ende der Veranstaltung, nachdem Bruce die Menge begeistert hatte, musste ich mich durch eine ganze Schlange von Menschen um ihn herum nach vorne durchdrängeln. Die ganze Zeit redete ich mir Mut zu und sagte mir: „Margaret, jetzt ist nicht der Zeitpunkt für Schüchternheit. Du musst diesen Typen einfach kennenlernen.“ Als ich bei Bruce ankam, gab er gerade einer Frau, die ihm einen Scheck für eines seiner Videos zuschicken wollte, seine Adresse. Weil er als Ort La Honda, Kalifornien, angab platzte ich heraus: „Sie wohnen in La Honda? Ich wohne auch in La Honda!“ Da hatte ich also diese unglaubliche, körperliche, unwillkürliche Reaktion, als ich hinter diesem Menschen vorbeigegangen war und er lebte nur wenige Minuten von mir entfernt in dem winzigen Ort La Honda.

Nicht allzu lange vor dieser Konferenz hatte ich beschlossen, mich (zum ersten Mal) für eine wirklich verbindliche, kommunikative und ausdrucksvolle Beziehung zu öffnen, aber weil ich das noch nie gehabt hatte, hatte ich keine Ahnung, wie ich das anfangen sollte. Also rief ich (nicht zum ersten Mal) das Universum an: „Also gut, Universum, ich will ein Zeichen, das so klar ist, dass ich ihm nachgehen werde!“ Ich war überzeugt, dass ich dieses Zeichen erhalten hatte.

Genau wie Bruce war ich zu jener Zeit damit beschäftigt, mich selbst neu zu erfinden; wir hatten beide die uns bekannte Welt hinter uns gelassen. In meinem Fall war diese eine intensive und lohnenswerte, 16 Jahre währende Karriere bei der Summit Organization, einem führenden Unternehmen der kalifornischen Bewegung zur Förderung des menschlichen Entwicklungspotentials. Ich hatte mich auch nach 13 Jahren aus der Beziehung mit meinem Mentor, dem Gründer von Summit, verabschiedet. Es fiel mir sehr schwer, die Summit-Familie hinter mir zu lassen. Ich hatte dort in meinen Zwanzigern angefangen und jetzt war ich 39. Als das Unternehmen kurz nach meinem Abschied seinen Betrieb einstellte und mein Expartner starb, konnte ich nicht mehr länger umhin, anzuerkennen, dass mein altes, geliebtes Leben vorüber war. …

Ich öffnete mich für die Möglichkeiten dessen, was ich „die große Liebe“ nannte.

Aus: Bruce H. Lipton: Der Honeymoon Effekt, mit freundlicher Erlaubnis des Verlags.

Der Autor **Bruce Lipton** ist international für seine Art bekannt, Wissenschaft und Geist miteinander zu verbinden. Als Zellbiologe lehrte Bruce Lipton an der medizinischen Fakultät der Universität von Wisconsin und arbeitete als Forscher an der medizinischen Fakultät der Stanford Universität. Seine bahnbrechenden Erkenntnisse über die Zellmembran machten ihn zu einem Pionier der neuen Wissenschaft der Epigenetik. Heute reist Bruce Lipton durch die ganze Welt und hält Vorträge und Seminare über die Neue Biologie. www.brucelipton.com

Buchtipp:

Bruce H. Lipton, Der Honeymoon Effekt, Koha Verlag, Burgrain, 2013, 186 Seiten, 14,95 Euro

„Es ist deine Aufgabe, dich ganz für die Liebe zu öffnen."

Global Heart

Der Autor Thomas Young teilt seit Jahren seine Erfahrungen mit der alchemistischen Kraft des Herzens mit unzähligen Menschen. Seine Arbeit zeichnet sich aus durch Liebe, Klarheit und einen herzerfrischenden Humor. Sein Thema: die Kraft der Liebe.

Du selbst und dein Herz sind unendlich viel wichtiger als gemeinhin angenommen. Als ein sich der Liebe weihendes Wesen, das auf diesem Planeten zu inkarnieren wünschte, gewannst du Existenz. Du bekamst einen Körper, der es dir ermöglicht, eine der faszinierendsten Erfahrungen des Universums zu machen: Du bist jetzt ein Mensch mit einem fühlenden Herzen. du kannst den Herzschlag der Welt, die Liebe des Global Heart durch dich hindurchfliessen lassen und mehr noch: sie durch dein Sein verstärken oder abschwächen. Du bist Teil einer grösseren Bewusstseinsentwicklung. Jedes individuelle Herz hat eine viel größere Bedeutung für die Entwicklung dieses Planeten und der Menschheit, als die einzelnen Menschen es sich selbst je zuschreiben würden. Die Anhebung der individuellen Herzschwingung ist daher von elementarer Bedeutung für die Zukunft der Erde.

Um diese Erde herum und durch sie und jeden Einzelnen hindurch existiert etwas, das von unterschiedlichen Forschern als „morphogenetisches Feld", als „Matrix" oder „Lichtgitternetz" umschrieben wird. Das Global Heart umfasst und durchdringt dieses Feld mit den lichtvollen Saatgedanken der Menschheit seit ewigen Zeiten. Seit 2012 wird es für eine immer weiter wachsende Anzahl von Individuen fühlbar und auf eine neue Weise kultivierbar. Gleichzeitig entstehen durch diese Anhebung Irritationen. Dein Herz entscheidet in diesem Moment, ob es das GLOBAL HEART stärkt oder schwächt, ob du ein leuchtender Punkt im Lichtgitternetz der Menschheit bist oder eine energetische Sackgasse, die sanft umflossen wird.

Die Liebe

Es ist deine Aufgabe, dich ganz für die Liebe zu öffnen. Das mag dir bewusst sein oder nicht. Es mag dich amüsieren oder nicht. Du magst weiterlesen oder nicht. Es bleibt deine Aufgabe. Die Liebe dieser Erde durch dich hindurch wachsen zu lassen, ist Weg und Ziel zugleich. Traditionell wünschen sich viele Menschen, dass sie geliebt werden. Von den Eltern, Geschwistern, Freunden, der Welt und Gott. Sie tun alles dafür und laufen hechelnd den multimedialen Lichtern gespiegelten Glanzes und Goldes hinter her, welches sie mit der Essenz verwechseln. Das Öffnen für die Liebe verlangt mehr. Es ist eine Innenschau, ein In-Verbindung-gehen. Dort, wo die Worte aufhören, beginnt die Sprache des Herzens, eine Art E-mail (energetic mail)-Verkehr mit dem Global Heart, durch den du beginnst, dich rückzuerinnern. Woran? An die Kraft deiner Träume, an die Bilder deiner Seele, an das, was du eigentlich bist. Jenseits dessen, was Eltern, Erzieher, Kultur und Sprache in den ersten sechs Lebensjahren durch einen

Foto: © styleuneed - Fotolia.com

„download“ in dich hinein programmiert haben. 95% der Menschheit leben und folgen diesen unbewussten Mustern, ohne sie je zu reflektieren oder zu transformieren. Der Weg hinaus geht zunächst nach innen in das Zentrum deines Wesens – deinem Herzen.

Das Teilen

Global Heart ist die feurige Vision deiner Seele. Dein Sein ist in ihm und es schlägt durch dich wie durch alle Menschen. Du denkst, sein Puls sei individuell. Doch ist es viel mehr. Es tönt durch alle hindurch und ist die Quelle des Lebens wie auch der Liebe. Wenn wir es hören in einem anderen Menschen, sagen wir: Das ist die Liebe! Wenn wir es spüren in einem Team, sagen wir: Das ist der Geist! Wenn wir alle es fühlen zur gleichen Zeit, sagen wir: Das ist Gott! Und doch liegt das Geheimnis des Global Heart jenseits der traditionellen Wahrnehmung. Wir müssen über sie hinaus wachsen, hinaus sehen, hinaus fühlen, hinaus heilen, hinaus lieben, hinaus führen, um es ganz zu erleben. Jeder Einzelne ist Teil seines Schlagens, jeder Einzelne Teil seines Wagens. Der Weg geht über sich selbst hinaus vom Ich zum Du zum Wir zum „Wir Alle“.

Die größte Herausforderung ist zu verstehen: Du bist ein Herz. Du bist nicht ein Verstand, nicht ein Körper, nicht eine Person, du bist ein Herz! Du hast einen Verstand, du hast einen Körper, du hast dich als Person, doch du bist ... ein Herz. Dieses Sein ganz zu fühlen und aus ihm zu handeln, ist das Ringen der Menschheit zu diesem Zeitpunkt.

Herz-Wochenende

Ich hatte ein wunderbares Erlebnis nach dem Herz-Seminar 2012 in Basel und würde es gerne mitteilen. Am Morgen nach dem Seminar setzte ich mich wie gewöhnlich zur Meditation bereit. Plötzlich spürte ich etwas wie ein Sog oder wie eine Weite, die sich über mir öffnete, als hätte sich der Himmel aufgemacht. Wie ein Tor, eine Röhre oder ein Tunnel, wie die Mitte in einem Wirbelsturm öffnete sich ein Zugang. In der Mitte war ein Weg frei gelegt worden und außerhalb der Röhre hatten sich helle Formationen, wie eine Art Wolken, verdichtet. Wie aus einer anderen Dimension überkam mich eine wunderbare, prickelnde, starke, alle Liebe in sich tragende Verdichtung; ich fühlte eine große Ehrfurcht vor dem, was da in mich einströmte. Ich hatte so etwas noch nie in meinem Leben zuvor wahrgenommen. Es strömte eine Zeit lang in mich hinein, hörte auf und fing dann wieder an wunderbar zu strömen. Ich traute mich kaum, mich zu bewegen. Ich saß da und konnte nichts mehr denken. Ich empfand sehr großes Glück in mir und konnte es kaum glauben, was ich gerade erlebt hatte.

Der Autor **Thomas Young** ist in Deutschland geboren und lebt auf Hawaii. Er teilt seit Jahren seine Erfahrungen mit der alchemistischen Kraft des Herzens mit unzähligen Menschen in Europa und den USA. Seine Arbeit zeichnet sich aus durch Liebe, Klarheit und einem herzerfrischenden Humor. Er kommt im Februar 2014 für einen 3 h Intensiv-Workshop nach Hamburg und für ein Herz-Wochenende nach Berlin.

Thomas Young, Father Healing – Das Heilen der Vaterbeziehung, 24.01.14, Maritim Hotel Berlin, 19-22 Uhr, Stauffenbergstraße 26, Eur 60; ders.: Global Heart – Jedes Herz zählt, 25./26.01.14, Maritim Hotel, Eur 290, Infos und Anm.: info@thomasyoung.net, www.thomasyoung.net

DAULAT
Buchhandlung
Mineralien • Räucherwerk
Pendel • Esoterik • Traumfänger • Klangschalen
Schmuck • Entspannungsmusik • Tarotkarten • Klangspiele

11. 12. 11-18h **„Heilenergetische Einzelberatung“** mit Stefanie Menzel. (45 Min./85 €)

Im Dezember haben wir an den Adventsamstagen bis 18 Uhr geöffnet.

Weitere Informationen unter: www.Daulat.de

Wrangelstr. 11-12 • 12165 Berlin • Tel./Fax (030) 79 11 868
3 Minuten Fußweg vom Einkaufszentrum „Das Schloss“ in Steglitz
Öffnungszeiten: Mo-Fr 10.30 - 18.30 Uhr • Do 12 - 20 Uhr • Sa 11 - 16 Uhr

„Um Kinder gut großzuziehen, braucht man ein ganzes Dorf“ - sagt eine alte Weisheit aus Afrika

Freiheit und Verbundenheit

Die beiden Wissenschaftler Gerald Hüther und Maik Hosang haben gemeinsam ein Buch verfasst, das den Zusammenhang von Freiheit und Liebe zu ergründen sucht. Das Buch rollt das Thema einerseits von der gesellschaftlichen Entwicklung her und andererseits von der Entwicklung des Menschen und den Funktionen seines Nervensystems her auf. Ein Auszug.

Eine Krise lässt sich zunächst dadurch bewältigen, dass ein verlorengegangenes Gleichgewicht irgendwie wiederhergestellt wird. Wie bei einer Balkenwaage wird dann versucht, entweder auf die eine Waagschale mehr Gewicht zu legen oder von der anderen etwas herunterzunehmen: Bis das System rejustiert ist. Danach ist es zwar zunächst wieder stabiler, aber es ist beim Alten geblieben, einem Gleichgewicht, das leicht gestört werden kann. Eine wirkliche Entwicklung hat nicht stattgefunden. Die Mitglieder einer solchen Krisenbewältigungsgemeinschaft sind nach der Krisenbewältigung immer noch genauso unterwegs wie vorher: mit den gleichen Vorstellungen und Überzeugungen, mit den gleichen Lösungsstrategien, mit den gleichen Denk- Fühl- und Verhaltensmustern.

Damit sich alte Denk-, Fühl- und Verhaltensmuster verändern, brauchen Menschen keine Krisen, auf die sie in ihrer Not nur nach dem Motto „noch mehr vom Alten“ reagieren. Sie müssten vielmehr in eine Situation geraten, die sich nicht durch die Wiederherstellung eines alten Gleichgewichts lösen lässt. In dieser Situation befindet sich unsere gegenwärtige westliche Gesellschaft.

Sie ist dadurch gekennzeichnet, dass die Menschen immer deutlicher spüren, dass ihr Bedürfnis nach Verbundenheit einerseits und nach Autonomie und Freiheit andererseits nicht dadurch gestillt werden kann, dass entweder mehr getan wird, um ihr Gefühl von Verbundenheit zu stärken oder dass versucht wird, ihre Möglichkeiten zu einer freien, selbstbestimmten Lebensführung zu verbessern. Sie brauchen beides, Verbundenheit und Freiheit. Und wenn sich beide Bedürfnisse nicht gleichzeitig stillen lassen, erleben sie sich als gefangen in einem Dilemma. Das ist nicht lebensbedrohlich, das löst noch nicht einmal eine Angstreaktion aus. Damit kann man sogar einfach so weitermachen wie bisher. Aber es macht eben keine Freude, es ist nicht erfüllend. Je stärker man mit anderen verbunden ist, desto mehr fühlt man sich dadurch in seiner Freiheit eingeschränkt. Und je freier und unabhängiger man sein Leben gestaltet, desto mehr verliert man die Verbundenheit mit den anderen.

Beides ist schmerzhaft, deshalb nennen wir das eine Gefühl ja auch Fernweh und das andere Heimweh. Das ist ein Dilemma. Und lösen lässt es sich eben nicht durch noch mehr Verbundenheit oder noch mehr Freiheit, sondern nur durch den Aufbau einer Beziehung zu anderen Menschen, in der man sich gleichermaßen verbunden wie auch frei fühlt. Aber dazu ist eine Transformation der bisher herrschenden Beziehungskultur nötig.

Transformation ist leicht

Die einzige Beziehungsform, in der beides, also Verbundenheit und Freiheit, gleichzeitig erlebbar wird, ist die Liebe. Und so ist die Liebe die Lösung für dieses uralte Dilemma, das uns Menschen von Anbeginn begleitet.

Um ein Liebender oder eine Liebende werden zu können, bedarf es einer eigenen Transformation. So schwer ist diese Transformation nicht, denn wir alle

Foto: © .shock - Fotolia.com

sind ja bereits mit der Erfahrung auf die Welt gekommen, dass es möglich ist, gleichzeitig aufs Engste mit einem anderen Menschen verbunden und doch jeden Tag ein Stück über sich hinausgewachsen zu sein. Wir müssten also eigentlich nur etwas wiederfinden, was wir im Taumel der ständigen Bewältigung von Problemen und Krisen verloren haben.

Als Liebende könnten wir dann auch endlich die in uns angelegten Potenziale entfalten. Bis wir dort angekommen sind, wird wohl noch einige Zeit vergehen. Aber es zeichnet sich jetzt schon ab, dass immer mehr Menschen, vor allem junge Menschen, nach einem Weg in eine Gesellschaft suchen, in der sie sich gleichzeitig verbunden und frei fühlen können. Natürlich geraten beim Unterwegssein einige in eine Sackgasse, andere verlaufen sich auf Umwegen und Irrwegen. Aber es ist spannend, die gegenwärtigen Entwicklungen unter diesem Gesichtspunkt etwas näher zu betrachten.

Liebesbeziehungen

Ein kürzlich veröffentlichter „Trend-Update“ des Zukunftsinstituts Kelkheim gibt unter dem Titel „Polylove“ einen Überblick über Veränderungen, die gegenwärtig stattfinden. Dort heißt es: „Der gesellschaftliche Wertewandel hat die individuelle Selbstentfaltung an erste Stelle gesetzt. Die sexuelle Liberalisierung ist die dazu passende Grundströmung. Aber weil zu Sex, Liebe und Partnerschaft immer zwei (oder mehrere) gehören, muss das Sittenbild differenzierter ausfallen. Heute sehen wir eine neue Gegen- und Suchbewegung, katalysiert durch das Internet und diesmal getragen von intellektuellen Frauen, die mit der Gleichberechtigung auch das Recht auf erotische Selbstbestimmung einfordern.“

Der Trend-Update zeigt außerdem: Die vertraute Zweierbeziehung zwischen Frau und Mann bleibt nach wie vor das zentrale Modell. Doch es zeigt sich vielfältiger und wird ergänzt. Sowohl asexuelle Partnerschaften als auch polyamore Beziehungen zwischen mehr als zwei Partnern werden zunehmend normal und anerkannt. Statt hemmungslosem Partnerwechsel, wie er manche Gegenmodelle der 60er-Jahre kennzeichnete, geht es dabei jedoch um Dauerhaftigkeit, um Freiwilligkeit und Transparenz. Dabei entstehen neue Beziehungsformen wie freundschaftliche Vertrautheit mit gelegentlicher Intimität; aber auch Varianten des „casual sex“, also von Erotik ohne weitere gegenseitige Verpflichtung.

Auch traditionelle Familienstrukturen lösen sich auf. Viele Frauen und Männer leiden darunter, dass die Individualisierung und Globalisierung von Arbeit und Leben das Entstehen und Gelingen von Familien erschweren. Aber die Wandlung und Erweiterung traditioneller Beziehungsformen hat nicht nur Erschwernisse zur Folge, sie bietet auch neue Möglichkeiten für ein Leben mit Kindern. Diese neuen, erweiterten Familienformen erscheinen wie eine moderne Neubelebung von Großfamilien, die jahrtausendelang üblich waren. Der moderne Name dafür ist „Patch-workfamilie“ oder „Netzwerkfamilie“. Sie entstehen meist dort, wo Frau oder Mann bereits Kinder haben und begreifen, dass ihr persönliches Liebesglück nicht auf deren Kosten gelebt werden kann. Im Zuge der Individualisierung und Befreiung von traditionellen Rollenbildern gehen Frauen wie Männer mehr solche Beziehungen ein, die ihnen tatsächlich ein gegenseitiges seelisches und erotisches Glück ermöglichen. Während Ehen noch bis in die 80er-Jahre des letzten Jahrhunderts meistens lebenslang hielten, entstehen heute immer öfter soge-

Lesetipp

E² - Wie Ihre Gedanken die Welt verändern

Pam Grout lässt uns in ihrem Überraschungs-Bestseller die Gesetzmäßigkeiten spiritueller Prinzipien selbst erfahren. Sie bietet uns die seltene Gelegenheit, eine bewusste Beziehung zur Energie zu entwickeln. E² steht für potenzierte Energie und unsere Fähigkeit, sie zu nutzen. Anhand von neun Experimenten erhalten wir den Beweis, dass Wunder keine Frage des Glaubens sind, sondern von uns selbst erzeugt werden. Probieren Sie es selbst! Neun Experimente stellt die Autorin Pam Grout in E² vor. Das erste Experiment, in dem es darum geht, dem sogenannten „Feld des Potenzials“ (FP) ein Zeichen zu entlocken – als Beweis seiner Existenz, finden Sie unter www.kgsberlin.de

Pam Grout: E² - Wie Ihre Gedanken die Welt verändern. Neun Beweise zum selbst testen. Allegria, 224 S., € 14,99

nannte „Lebensabschnittspartnerschaften“. Und wenn sowohl erotische als auch seelische Freude aneinander verloren gehen, trennt man sich und sucht einen anderen Partner. Dann kann jeder neue Partner neue Seiten in sich selbst erwecken und zum Klingen bringen. Immer mehr Frauen und Männer versuchen bei der Auflösung ihrer Partnerschaft auch dann noch als Mutter und Vater zusammenzuwirken, wenn sie keine Liebespartner mehr sind. Und wenn sie eine neue Liebesbeziehung eingehen, prüfen sie meist sehr genau, ob der neue Partner auch mit ihren Kindern aus der früheren Beziehung gut klarkommt. Auf diese Weise bekommen die Kinder noch einen weiteren „Vater“ beziehungsweise eine weitere „Mutter“. So entstehen neue, moderne Großfamilien, in denen es nicht leichter oder schöner zugehen muss als in der Kleinfamilie, aber auch nicht weniger sicher und geborgen, und wahrscheinlich spannender und abwechslungsreicher.

Viele Eltern sind sich der Begrenztheit bewusst, den ein allzu enger familiärer Erfahrungsraum für ihre Kinder bietet.

„Um Kinder gut großzuziehen, braucht man ein ganzes Dorf“, heißt eine alte Weisheit aus Afrika, die nun auch immer stärker von den für Kindergärten und Schulen verantwortlichen Pädagogen verstanden wird. „Community education“ ist ein vielversprechender Ansatz, der in immer mehr Dörfern und Städten eingeführt wird. Zum Beispiel im Rahmen des innovativen Bildungsmodells „Neue Lernkultur in Kommunen“ in Thüringen (www.nelecom.de):

„Macht die Kindergärten und Schulen auf für all das, was es in den jeweiligen Kommunen für Kinder und Jugendliche zu entdecken und zu gestalten gibt.“ So lautet das Motto dieser Initiative, bei der es darum geht, Kinder und Jugendliche einzuladen, zu ermutigen und zu inspirieren, sich in eigener Verantwortung um etwas zu kümmern, was für die ganze Kommune von Bedeutung ist.

Neue Gemeinschaftsformen

Sie entstehen vor allem zwischen all den vielen jungen Menschen, die inzwischen selbstverständlich „wir“ zu allen anderen Menschen sagen, mit denen sie sich verbunden fühlen, die sich gegenseitig unterstützen und keine Lust mehr darauf haben, Besitztümer zu verteidigen. Sie finden sich in den Foren des Worid Wide Web und in den Kneipen und Cafes um die Ecke. Sie engagieren sich für den Erhalt der Vielfalt kultureller Lebensformen, für den Artenschutz und gegen die Absurditäten unserer gegenwärtigen Verschwendungsgesellschaft. Sie sind auf vielfache Weise miteinander vernetzt und können, wenn sie wollen, in kürzester Zeit jede neue Information über den ganzen Erdball verbreiten. Sie lassen sich nicht vereinnahmen und sie lassen sich auch nicht kaufen. Manchmal bezeichnet man diese Gemeinschaften als die Bewegung der „Kulturell-Kreativen“. Der gemeiname Geist, der sie zusammenhält ist nicht besonders stark, aber dafür schließt er auch niemanden aus, jeder kann sich mit ihnen vernetzen, überall auf unserem Planeten. Sie sind gleichzeitig verbunden und frei. Und sie sind weiter auf der Suche. Ihnen gehört die Zukunft.

Eine Einladung

Ob diese Zukunft gelingen wird, hängt davon ab, ob ausreichend viele Menschen sich ihrer Sehnsüchte und Potenziale bewusst werden und Entwicklungsräume dafür öffnen und gestalten. Und ob es ihnen gelingt, sich mit ihren jeweiligen Talenten und Begabungen, mit ihren unterschiedlichen Fähigkeiten und Erfahrungen in einer Weise so zusammenzuschließen, dass etwas entsteht, was mehr ist als das, was ein einzelner Mensch allein zu leisten imstande wäre. Der Philosoph Max Scheler hat es vor hundert Jahren so gesagt: „Geist“ und damit auch „Begeisterung“ entsteht immer dann, wenn Liebe - also Verbundenheit und Freiheit - sich mit Wissen verbindet.

Deshalb möchten wir Sie, liebe Leserin, lieber Leser, herzlich einladen, Ihr Wissen und Ihre Erfahrungen mit uns und allen anderen zu teilen. Schreiben Sie eigene Erlebnisse und Erfahrungen auf, die ihnen gezeigt haben, dass es gelingen kann, unsere menschlichsten Sehnsüchte zu erfüllen. Schildern Sie Beispiele, die deutlich machen, dass es überall möglich ist, Erfahrungsräume zu schaffen, in denen Menschen erleben, wie bereichernd es ist, wenn sie gemeinsam mit anderen über sich hinauswachsen. Schicken Sie diese Beispiele an www.sinn-stiftung.eu/forum.

Aus: Gerald Hüther/ Maik Hosang: Die Freiheit ist ein Kind der Liebe - Die Liebe ist ein Kind der Freiheit, S. 104 – 118, Kreuz Verlag, Freiburg 2012, mit freundlicher Erlaubnis

Der Autor **Dr. Gerald Hüther** leitet die Abteilung für Neurobiologische Grundlagenforschung an der Psychiatrischen Klinik der Universität Göttingen und die Zentralstelle für Neurobiologische Präventionsforschung der Universitäten Göttingen und Mannheim/Heidelberg.

Der Autor **Dr. Maik Hosang** ist Sozialökologe, Mitgründer des Modellprojekts LebensGut Pommritz, wo er auch lebt. Autor zahlreicher Bücher.

Buchtipp

Gerald Hüther/ Maik Hosang, Die Freiheit ist ein Kind der Liebe - Die Liebe ist ein Kind der Freiheit, € 16,99, Kreuz Verlag

Das Glück in den einfachen Dingen

Von Peter Allmend

Es war einer jener Tage, an dem Postkartenfotos geschossen werden, bei denen der Käufer hinterher vermutet, sie wären sicher retuschiert worden. Es war einer jener Tage, an dem man jedes romantische Klischee ohne zu zögern verwendete: Der stahlblaue Himmel, die gleißende goldene Sonne, die schneebedeckten glitzernden Berge und die von Blumen übersäten Almwiesen. Es war jene kristallklare Bergschönheit, die fast schmerzt beim Betrachten.

Als ich an der Mittelberg-Hütte ankam, saß Elision auf der kleinen Bank in der Wiese. Sie trug wieder das schlichte weiße Gewand wie am ersten Tag.

„Komm, wir wollen ein kleines Stück bergauf gehen. Es gibt dort einen alten Kraftplatz, den ich dir zeigen möchte."

Wir stiegen etwa fünfzehn Minuten den steilen Schotterweg hinauf, bis Elision nach links abbog. Wir gingen noch ein kleines Stück, bis sie auf einen großen Findling wies, der seit ewigen Zeiten dort in der Wiese ruhen musste. Inzwischen hatte sogar ein kleines Fichtenbäumchen seine Wohnstatt auf ihm eingerichtet.

„Ich möchte mit dir über das Glück sprechen. Nicht über jenes Glück, das ich heute empfinde, wenn ich mit dir an diesem wunderschönen Tag hier sitzen und über das Leben sprechen darf. Ich möchte versuchen zu beschreiben, was Glück ist – aus den Augen der Menschen betrachtet. Für viele bedeutet Glück einfach nur, reich und gesund zu sein. Wahres Glück jedoch stellt sich ganz anders dar.

Glück ist, die vielfältigen Gesetze des Lebens zu verstehen.

Glück ist, an einem Fluss zu sitzen und sein ruhiges Dahinströmen zu beobachten. Glück ist, an einem Gebirgsbach auszuruhen und dem Lied der Quellgeister zu lauschen. Glück ist, einen alten Baum zu berühren und dabei seine Kraft aufnehmen zu dürfen. Glück ist, den Duft einer Rose einzuatmen, deren Blütenblätter noch vom Morgentau glitzern. Glück ist, der Stille zuzuhören. Glück ist, nichts zu erwarten.

Glück ist, sich auf ein schönes Ereignis zu freuen, von dem man erwarten darf, dass es eintritt; bei dem man aber nicht unglücklich ist, falls dies nicht der Fall sein sollte. Glück ist, den ersten Schrei eines Neugeborenen zu hören und zu wissen, dass man dieses Wesen für eine Weile auf seinem Weg in die Welt begleiten darf. Glück ist, Menschen an seiner Seite zu haben, von denen man verstanden wird. Glück ist, einem Menschen Trost zu bringen, der eine schwere Wegstrecke zurücklegen muss.

Glück ist, spontan lachen zu können. Glück ist, einem anderen verzeihen zu können. Glück ist, eine Pflanze in die Erde zu setzen. Glück ist, den Wind an einem warmen Tag auf der nackten Haut zu spüren.

Glück ist, ins Meer eintauchen zu können und die Frische des Wassers am ganzen Körper zu empfinden. Glück ist, eine Hand in Liebe halten zu können und den Gegendruck der anderen Hand wahrzunehmen. Glück ist, die Lippen eines geliebten Menschen auf den eigenen zu schmecken. Glück ist, mit einem geliebten Menschen zu verschmelzen und ihn so erst wahrhaft als Du zu erleben. Glück ist, liebevoll zubereitete Nahrung zu sich nehmen zu dürfen.

Glück ist, den aufsteigenden Duft aus einem gefüllten Weinglas zu riechen und dann das Geheimnis der Trauben mit der Zunge zu erkunden. Glück ist, eine Katze zu kraulen und ihr Schnurren zu hören, während die Finger durch das Feld streicheln. Glück ist, bei der Heimkehr von einem Hund mit freudig wedelndem Schwanz begrüßt zu werden. Glück ist, allein durch den Nebel zu wandern. Glück ist, an einem kalten Wintertag vor einem knisternden Kaminfeuer zu sitzen.

Glück ist, wach zu sein. Glück ist, frei zu sein. Glück ist, lieben zu können.

Das größte Glück jedoch ist, überhaupt die Fähigkeit zu haben, glücklich zu sein. Vielen Menschen begegnet das Glück, aber sie sind nicht in der Lage, es zu erkennen. Andere wiederum suchen es an Orten, wo es sich niemals aufhalten wird. Das Glück liegt in den einfachen Dingen!"

Aus: Peter Allmend, „Elision", mit freundlicher Erlaubnis des Verlages.

Buchtipp: Peter Allmend, Elision, Begegnung mit einer Weisen, 160 S., Hardcover, ISBN 978-3-89427-625-6, Aquamarin Verlag, €14,95

Foto: © Natila Schwarz - Fotolia.com

Rauhnächte

Die heilige Zeit des Übergangs - von Valentin Kirschgruber

Der Name „Rauhnächte“ geht vermutlich auf das mittelhochdeutsche „ruch“ zurück, das „wild“, „haarig“ und „pelzig“ heißt. Hier gibt es einen eindeutigen Bezug zu den Rauhnachtumzügen, bei denen wilde, mit Fellen behangene Gestalten durch die Straßen ziehen.

Natürlich könnte der Begriff Rauhnacht einfach nur auf die „rauen“, dunklen Nächte hinweisen. Eine andere Deutung besagt, dass es vor allem das Räuchern der Häuser und Ställe war, das für den Namen verantwortlich ist: So bedeutet das mittelhochdeutsche „rouch“ „rauchen“ oder „räuchern“ und bezieht sich auf die Räucherzeremonien.

Wann sind die Rauhnächte?

Die Tradition, die heute am weitesten verbreitet ist, spricht von zwölf Rauhnächten und datiert diese zwischen Weihnachten und Heilige Drei Könige, was auch der kirchlichen Interpretation der „zwölf heiligen Nächte“ entspricht. Die erste Rauhnacht beginnt um Mitternacht des Heiligen Abends und endet um Mitternacht des 25. Dezember. Da die Raunächte am 5. Januar um Mitternacht enden und der 6. Januar bereits den Eintritt in eine neue Zeit markiert, kommen wir so auf zwölf heilige Nächte.

Feiern und beten

Die Zeit der „Zwölften“ ist vor allem eine Zeit der Gegensätze – Vergangenheit und Zukunft, Licht und Dunkel existieren nicht nur gleichberechtigt nebeneinander, sondern bedingen einander. Ebenso wie die Rauhnächte eine dunkle, furchteinflößende und gefährliche Zeit sein können, sind sie doch zugleich eine lichte Zeit voller Chancen und Entwicklungsmöglichkeiten.

Während der Rauhnächte geht es natürlich nicht nur darum, ein paar Abende lang Kerzen anzuzünden, Orakelkarten zu legen oder Weihrauchmischungen zu verbrennen. Sicher – das äußere Tun gehört zur Gestaltung der Rauhnächte, doch es bringt wenig, altes Brauchtum zu pflegen, ohne dabei zum Wesentlichen vorzudringen. Und das Wesentliche besteht darin, dass wir in dieser Zeit nach innen gehen, uns neu orientieren und dabei wieder zu uns selbst finden können.

Ritual – Abschied im Feuer

Um sich von Belastendem zu befreien, brauchen Sie drei kleine Notizzettel, Streichhölzer und eine große, feuerfeste Schale. Überlegen Sie, was Sie bisher daran gehindert hat, glücklich zu sein oder Ihre Herzensziele zu erreichen. Was würden Sie gerne loslassen und endgültig abschließen?

Listen Sie auf jedem der drei Notizzettel bis zu drei Dinge auf, von denen Sie sich symbolisch verabschieden wollen. Zu diesen Dingen können schädliche Gewohnheiten, belastende Charakterzüge oder schwierige Beziehungen gehören.

Versuchen Sie, diese möglichst auf den Punkt zu bringen. (Statt „Ich esse immer zu viele Süßigkeiten“ sollten Sie beispielsweise lieber nur „Gier“ schreiben.)

Zu den belastenden Dingen können etwa Wut, Neid, mangelnde Zuneigung für Sie selbst, Sorgen um die Zukunft, Intoleranz, Unruhe, Alkoholkonsum, Trägheit und unzählige andere gehören.

Stellen Sie die feuerfeste Schale auf eine feuerfeste Unterlage. Legen Sie die Zettelchen in die Schale. Zünden Sie das Papier an. Schauen Sie entspannt in die Flamme und sprechen Sie innerlich mehrmals folgende Sätze: „Ich entlasse ...(meine Wut, meine Angst...) jetzt aus meinem Leben. Ich lasse das Alte los und öffne mich für das Neue, was kommen mag.“

Sobald das Feuer verloschen ist, schließen Sie die Augen. Nehmen Sie sich etwas Zeit, innerlich wieder zur Ruhe zu kommen.

Orakel – eine Zwiebel befragen

Eine seit Jahrhunderten überlieferte Form der Wetterprophezeiung ist das Zwiebelorakel: Um herauszufinden, wie das Wetter im nächsten Jahr werden wird, soll man in einer Rauhnacht eine große Zwiebel der Länge nach in der Mitte durchschneiden.
Aus jeder Hälfte nimmt man sechs Näpfe bzw. Schälchen, also insgesamt zwölf. Diese legt man in einer Reihe auf ein Brett und bestreut die Näpfchen jeweils mit etwas Salz. Der Reihe nach repräsentiert das erste Zwiebelnäpfchen den Januar, das zweite den Februar usw.

Am nächsten Morgen sieht man nach, in welchen Zwiebelnäpfchen das Salz nass geworden ist. Je nachdem, wie das Salz in den Näpfen beschaffen ist, ist in den entsprechenden Monaten mit nasser, feuchter oder trockener Witterung zu rechnen.

Valentin Kirschgruber: Das Wunder der Rauhnächte, Kailash, München, 2013, 174 Seiten, 12,99 Euro

Foto: © gdefon.com

Hamburger Institut für Systemische Lösungen

www.systemloesungen-hisl.de

über 10 Jahre erfolgreich

Ihr persönlicher Weiterbildungstag

Gutschein

für einen Coaching Kompakt Praxistag
am **18. Januar 2014**

nur € 89,-* statt € 149,-

*bei Anmeldung bis zum 31.12.2013, sofern noch freie Plätze

Der Praxis- Workshop Coaching Kompakt vermittelt Ihnen kompaktes Coachingwissen, welches wir praxisorientiert und handhabbar vermitteln. Sie lernen und üben Coachingtools so, dass Sie diese am nächsten Tag einsetzten können.

Tagesthemen sind unter anderem:

- Systemisches Denken und Handeln
- Kommunikationsprozesse durch Coachingtechniken besser steuern
- Systemische Fragetechniken
- Konfliktlösungstechniken im Coaching
- Arbeit mit Ressourcen
- Selbstcoaching

Weiterbildung Hamburg e.V. · Geprüfte Weiterbildungseinrichtung

Qualitäts · Management · System EXCC ZERT DIN EN ISO 9001

Bundesverband MEDIATION www.bmev.de

VFP

DGfS Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen

Hamburger Institut für systemische Lösungen

www.systemloesungen-hisl.de

Kompetenz in systemischen Weiterbildungen

Beratung • Coaching • Mediation • Beziehungstherapie • Systemaufstellungen

Zukunftsqualifikationen am HISL

Praxisorientierte nebenberufliche Weiterbildung

Systemischer psychologischer Berater

- Neue Wege
- Neue Chancen

Ein systemischer psychologischer Berater kennt die Grundlagen der systemischen Zusammenhänge und weiß, dass die wirklichen Lebenslösungen nur erreicht werden können, wenn man den Klienten in den Wechselwirkungen mit seinen jeweiligen Systemen und Kontexten sieht.

Unsere Zeit ist geprägt von großen Umbrüchen und Unsicherheiten in Familie, Beruf und Gesellschaft. Überall steigen die Anforderungen und erfordern häufig sogar eine Neuorientierung. Vor diesem Hintergrund wächst das Bedürfnis nach psychologischer Beratung, um für sich privat oder beruflich die passende Lösung zu finden. Immer mehr Menschen suchen heute nach einer zielgerichteten und schnellen Hilfe.

Als systemischer psychologischer Berater übernehmen Sie diese Aufgabe. Mit dem erworbenen fundierten Fachwissen unterstützen Sie Menschen professionell und geben denen, die in eine schwierige Lebenssituation gekommen sind, individuelle Hilfe auf Basis ihrer beraterischen Kompetenz. Dieser Kurs ist zudem Basis für weiterführende Professionalisierung, bspw. zum Coach oder Mediator.

Systemischer psychologischer Berater
1 Jahr nebenberuflich an 9 Samstagen + 1 Wochenende + 6 Studienbriefe
Investition: € 1.679,- + 19 % MwSt. € 319,- = € 1.998,-
Ratenzahlung: € 500,- Anzahlung + 11 Raten á € 145,- = € 2.095,-
Nächster Beginn: 01.03.2014

Mit einer freiwilligen theoretischen Prüfung kann der Titel „Geprüfter systemischer psychologischer Berater HISL“ erworben werden.

Mehr Informationen zu diesen Weiterbildungen finden Sie auf unserer Homepage.

Dag Werner u. Johannes Steilmann 040-572 011 63 • J.Steilmann@freenet.de

Hamburger Institut für systemische Lösungen

www.systemloesungen-hisl.de

Kompetenz in systemischen Weiterbildungen

Beratung • Coaching • Mediation • Beziehungstherapie • Systemaufstellungen

Seit über 12 Jahren lebendiges Lernen am HISL

Praxisorientierte nebenberufliche Weiterbildungen

Systemischer psychologischer Coach

- Mehr Kommunikationserfolg
- Mehr Führungserfolg
- Mehr Beziehungserfolg
- Mehr Erfolg im Beruf

Bringen Sie sich auf den neuesten Stand. Verbessern Sie Ihr Problemlösungsverhalten, Ihre Konfliktfähigkeit, Ihr Führungsverhalten und Ihre Kommunikationskompetenz. Unsere Weiterbildung zum Systemischen psychologischen Coach bietet Ihnen hierzu die Chance, dies auch nebenberuflich zu erreichen.

Wir vermitteln Ihnen die theoretischen und vor allem die praktischen systemischen und psychologischen Grundlagen menschlicher Kommunikation und Interaktion, die systemisch-psychologischen Interventionsinstrumente und die erweiterten Instrumente der Menschen- und Gruppenführung. Mit diesen Kompetenzen können Sie professionelle Lösungsprozesse direkt erfolgreich durchführen.

Systemischer psychologischer Coach

2 Jahre nebenberuflich an 18 Samstagen + 2 Wochenenden + 10 Studienbriefe

Investition: € 3.357,98 + 19 % MwSt. € 638,02 = € 3.996,-

Ratenzahlung pro Jahr: € 500,- Anzahlung + 11 Raten á € 145,- = € 2.095,-

Nächster Beginn: 01.03.2014

Systemischer Coach

1 Jahr nebenberuflich an12 Samstagen + 1 Wochenende + 6 Studienbriefe

Dieser Lehrgang setzt entsprechende Vorkenntnisse voraus. Bitte fragen Sie uns hierzu.

Investition: € 2.420,17 + 19 % MwSt. € 459,83 = € 2.880,-

Ratenzahlung: € 500,- Anzahlung + 11 Raten á € 225,- = € 2.975,-

Nächster Beginn: 08.02.2014

Mit einer freiwilligen theoretischen und praktischen Prüfung kann der Titel „Geprüfter systemischer psychologischer Coach HISL" erworben werden.

Dag Werner u. Johannes Steilmann 040-572 011 63 • J.Steilmann@freenet.de

Hamburger Institut für systemische Lösungen

www.systemloesungen-hisl.de

Kompetenz in systemischen Weiterbildungen

Beratung • Coaching • Mediation • Beziehungstherapie • Systemaufstellungen

Seit über 12 Jahren lebendiges Lernen am HISL

Praxisorientierte nebenberufliche Weiterbildungen

Systemaufstellungen

In vier Modulen vermitteln wir die umfassende Praxis und Theorie des Stellens von Familien und anderen Beziehungssystemen (Arbeitsfelder, Teams, Organisationen, innere Strukturen). Die Module bauen aufeinander auf, können aber auch unabhängig voneinander gebucht werden.

Die Module in Systemaufstellungen sind vor allem praxis- und übungsbezogen. Im Sinne des lebendigen und leichten Lernens wird die notwendige Theorie ohne überflüssigen Ballast praktisch erfahren. Erfahrungsorientiertes Üben und Selbsterforschung stehen daher im Vordergrund. Die TeilnehmerInnen werden schon früh ermutigt, sich schrittweise in komplexeren Situationen selbst als Aufstellende zu erproben und sich in ihren Entwicklungsmöglichkeiten zu erfahren.

Im Rahmen dieser Module werden auch die Übertragungsmöglichkeiten auf die Einzelarbeit (Therapie und Beratung), Supervision, Organisationsberatung, Entscheidungsberatung, etc. für das praktische Berufsfeld der Teilnehmer behandelt. Ziel ist, einen Raum zu schaffen, in dem jeder seine professionellen Fähigkeiten weiterentwickeln, sein Wissen vertiefen und seinem Bedürfnis nach persönlichem Wachstum folgen kann.

Modul I: **Systemische Familienaufstellungen**
Nächster Beginn: 24.-26.01.2014

Modul II: **Systemische Familienaufstellungen im Einzelsetting**
Nächster Beginn: 10.-11.05.2014

Modul III: **Systemische Struktur-, Berufs- und Organisationsaufstellungen**

Modul IV: **Weiterentwicklungen und erweiterte Vorgehensweisen von Systemaufstellungen**

Dag Werner u. Johannes Steilmann 040-572 011 63 • J.Steilmann@freenet.de

Die Mistel

Das Weihnachtsmysterium

Nun befinden wir uns in der dunklen Jahreszeit, kalt ist es außerdem. Da gibt es eine Pflanze, die blüht und fruchtet im Winter! Sie schert sich nicht um Lichtverhältnisse der Sonne und es interessiert sie nicht, „was andere machen“. Licht ins Dunkel zu bringen, das ist die Weihnachtsaufgabe.

Die Mistel ist ein Halbschmarotzer, sie gibt und sie nimmt. Verbreitet wird sie vor allem durch Vögel wie die Misteldrossel. Diese fressen ihre weißen klebrigen Früchte und scheiden den angedauten Samen wieder aus, der an der Rinde kleben bleibt und dann keimen kann. Es bildet sich ein Senker, der in den Baumsaft treibt, dort Spurenelemente und Mineralien entnimmt, die die Pflanze zum gedeihen braucht und er gibt Enzyme ab, die dem Wirtsbaum gut tun. Sie kommt auf vielen verschiedenen Bäumen vor. Am häufigsten finden wir sie auf Apfelbäumen, Birken und Pappeln sowie auf Kiefern und Fichten. Die berühmte Eichenmistel ist selten. Die Mistel wächst langsam und immer rund, fast 30 Jahre braucht sie um einen Durchmesser von 50 cm zu erreichen. Die Pflanze wächst gerne auf energetisch aufgeladenen Plätzen, ein sogenannter Strahlensucher. Wir finden sie häufig entlang von Wasseradern. In Deutschland steht sie unter Naturschutz. Sie gehört zur Familie der Viscaceae (Mistelgewächse), früher Loranthaceae, und wegen der weißen Früchte ist ihr botanischer Name Viscum album (alba = weiß).

Es gibt kaum eine besser erforschte Pflanze, was Inhaltsstoffe und Wirksamkeit betrifft und dennoch streitet man sich immer noch über ihre Zulassung als Arzneimittel. Seit Alters her schwer mythologisch belastet, schon bei den Germanen als heilige Pflanze verehrt, kennt heute jeder ihren Gebrauch bei „Asterix und Obelix“ sowie die Sammelbedingungen des Druiden: bei Vollmond, mit einer goldenen Sichel auf dem Rücken eines weißen Stieres…

Aber die moderne Anwendung in der Medizin ist der anthroposophischen Forschung zu verdanken. Durch sie wurde die Mistel als Injektionsmittel bei Krebserkrankungen bekannt. Doch darum soll es hier heute nicht gehen. Schon früher wurde die Mistel auch als Teedroge oder Tinktur verwendet, als Epilepsiemittel gepriesen und heute noch zur Senkung des Blutdrucks, zur Verhinderung von Arteriosklerose und zum Blutstillen genutzt. Bis vor einigen Jahren war sie in vielen Fertigpräparaten enthalten. Eine gute Wirkung auf den älteren Menschen wurde ihr nachgesagt. Vielleicht sollte man das wieder genauer betrachten. Bei nachlassender Herzleistung, Schwindel, porösen Gefäßwänden, bei Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises (Gelenkbeschwerden) – das waren die Indikationen.

Anwendungstipps

- *Eine Tee-Therapie* (ca. 2 Tassen tägl.) ist über einen längeren Zeitraum zu empfehlen (1-3 Monate). Ergänzend bei hohem Blutdruck, Tinitus, unerwünschten Blutungen, zu starker Menstruation, Hämorrhoiden. Ergänzende Pflanzen wären Weißdornfrüchte, Schafgarbenkraut und Hirtentäschelkraut. Die Zubereitung des Tees sollte entweder als Kaltansatz über Nacht erfolgen oder die Pflanze sollte 30 Minuten zugedeckt ziehen. So können die schwer löslichen Inhaltsstoffe besser ausgezogen werden. Der Tee schmeckt nicht bitter, ist gut verträglich und auch mit anderen Pflanzen mischbar. Die Mistel enthält unter anderem Viscotoxin, biogene Amine und Flavone.

Die Autorin **Cornelia Titzmann** ist Heilpraktikerin, Lehrerin für Phytotherapie an der SHS-Berlin. Naturheilpraxis Cornelia Titzmann, Horst-Kohl-Str.2, 12157 Berlin, Tel.: 030/794 04520, mobil 0173 4612267, corneliatitzmann@gmail.com

Lac dama – die Hirschmilch

Andreas Krüger mit dem elften Teil seiner Beitragsreihe über wichtige homöopathische Arzneimittel

H. Schäfer: Worüber wollen wir heute sprechen? Es muss auch nicht immer nur um Ihre eigenen Erfahrungen gehen....

A.Krüger: Dann wollen wir heute über das Unglück von tollen, erfolgreichen, gebildeten und gutaussehenden Frauen in ihren Beziehungen mit Männern, bzw. in ihren „Nicht-Beziehungen" mit Männern sprechen. Es war immer wieder in meiner Praxis ein großes Rätsel – aber auch generell in dieser Gesellschaft – wie Frauen, die wirklich etwas Königliches ausstrahlen, immer wieder mit Männern zusammen sind, sie suchen oder sich von ihnen finden lassen, die bei mir auf den zweiten Blick als muttertraumatisierte Frauenhasser identifiziert werden. Erst habe ich gedacht, dass Frauen halt sehr verständnisvoll sind, aber dann wurde mir klar, dass sie von den Männern im Stich gelassen und von einer für mich nicht nachvollziehbaren Art und Weise schlecht behandelt wurden. Aber wie kann sich ein Mensch mit solchen Ressourcen und sichtbaren Qualitäten so schlecht behandeln lassen?

Seit Jahrzehnten versuche ich, an diesem Phänomen zu arbeiten, indem ich die Traumata bearbeitet und die schlechten Selbstbilder behandelt habe, aber irgendwie ist mir da nicht der Durchbruch gelungen, wie ich es bei anderen Mitteln kenne. Selbst wenn alle andern von dem smarten Wesen eines Mannes begeistert waren, hatten die meisten doch ein Mutterthema und manchmal auch ein Rachethema, das sich hinter der netten und freundlichen „Larve" verbarg. Vor einem Jahr kam ich dann auf die Idee des Milchweges und der Idee des motherboards – ein motherboard ist die zentrale Platine eines Computers. Rita Meyer hat herausgearbeitet, dass es Störungen gibt, die so früh und so zentral und vielleicht schon vor-lebensprogrammiert sind, dass sie sich nicht mit klassischen Mitteln und auch nicht auf dem klassischen Weg der Ähnlichkeitsverordnung behandeln lassen. Diese fehlenden „Grund-Apps" für Würde, Fertigkeit, Wahl-sinn, Ehre – diese Urfunktionen – die sollen nach den Forschungen von Rita Meyer nur mit Milchen nachzuprogrammieren sein. Und da ich ein Mensch bin, der nie etwas verwirft und seine Grenzen zum Wohle meiner Patienten gerne prüft, hatte ich auch zum Thema der verwirrten Wahl, ausgelöst durch den Film „Avatar" und über die Gesellschaften, in denen es die Worte „Krieg, Arbeit und Ehe" nicht gegeben haben soll, Nachforschungsbedarf.

Und das sah wie aus?

Vor einem halben Jahr kam eine klassische Charlottenburger Patientin zu mir: esoterisch und psychologisch interessiert und in homöopathischer Behandlung. Diese Patientin kam zu mir, weil sie mit Mitte 40 noch nie eine glückliche Beziehung geführt hatte und sagte: „Bei Männern greife ich immer ins Klo." Ein schrecklicher Satz, aber irgendwie müssen die Frauen ja darauf kommen. Außerdem hatte sie noch nie in ihrem Leben einen Orgasmus – trotz vieler Bücher und hoher sexueller Kompetenz. Bei der Anamnese sagte sie, dass das doch auch mit den Männern zu tun haben könnte, denn sie fühlte sich bei den Männern nie wirklich sicher. Ich habe mich in den letzten 30 Jahren viel mit Orgasmustherapie und Wilhelm Reich beschäftigt und ich kann nach diesen 30 Jahren sagen, dass der einzige Schlüssel für ein erfülltes Sexualleben und eine erfüllte Partnerschaft in dem Begriff der Sicherheit definiert

Foto: © rudall30 - Fotolia.com

ist. Unsere Spezies hat als Primärbedürfnis Sicherheit. Wir brauchen Sicherheit, um uns hinzugeben – das hat nichts mit Technik zu tun. Wir müssen uns Wirklichkeiten von Sicherheit erschaffen – das ist eine berufliche, aber auch private Erfahrung.

Wie ging die Geschichte von der Frau weiter?

Ich fand die Geschichte der Frau spannend und bat sie, sich bei Heidi Baatz testen zu lassen, ob ich überhaupt der richtige Therapeut für sie sei und was ich für sie tun kann. Nachdem sie bei Frau Baatz den Kurplan getestet hatte, kam heraus, dass ich ihr vor allem ein Milchmittel aussuchen sollte, das ich traumorientiert finden würde. Und ich sollte ihr ein Krafttier suchen. Also bat ich sie, in der Zeit, bevor sie zu mir kommen würde, um einen Traum zu bitten. Und sie kam mit einem Traum, obwohl sie sonst nie träumte: Sie war von einem Rudel von Hirschen umgeben. Eigentlich gibt es keine Hirschrudel, denn es gibt ein Leittier, ein paar junge Bullen und der Rest sind die Hirschkühe, aber sie war von einem Rudel von großen, schönen Hirschen umgeben und alle wollten sich mit ihr paaren. Sie schaute sich einem nach dem anderen an, aber keiner gefiel ihr wirklich. Sie dachte schon im Traum „Wie kann man nur so wählerisch sein? Ich sollte doch zufrieden sein, dass sich so viele tolle Hirsche um mich scharren." Und dann mit einmal – wie im Film – öffnete sich diese Reihe des Rudels und es kam ein riesiger Hirsch mit einem 18-endigen Geweih. Dem wendete sie sich zu und paarte sich. Ich war begeistert und schlug im Repertorium nach und fand Cantharis bei Träumen von Hirschen, was aber nicht passte, denn es war keine Milch. Außerdem war noch Lac lupi vermerkt, was zwar eine Milch ist, aber die Wolfsmilch hatte sie schon von einer homöopathisch arbeitenden Kollegin erfolglos bekommen. Dann habe ich getan, wie Adenauer schon sagte, wie man es mit komplizierten Dingen tun sollte: Man soll sie ganz einfach angucken. So habe ich mir gesagt: Ich gebe ihr Lac dama – die Hirschmilch.

Und hat es geholfen?

Nach vier Wochen kommt diese Frau zu mir: völlig verändert mit einem aufrechten Gang und einer königlichen Ausstrahlung. Auf die Frage, was ich mit ihr gemacht habe, konnte ich nur sagen: Kügelchen. Auf die Frage, was denn passiert sei, sagte sie, dass sich ihre Lebenswirklichkeit völlig verändert hatte: Warmduscher, Hartz IV Empfänger, Vorwärtseinparker, die sich vorher um sie herum gescharrt hatten und wo sie Mutter-Impulse aktivierte, aber doch nur wieder Objekt eines Mutter-Hasses wurde, die haben auf einmal einen Bogen um sie herum gemacht. Dafür sind Männer in ihr Leben getreten, die im wahrsten Sinne des Wortes echte Hirschen waren. Und mit einem dieser Männer, der kein Mutterproblem hatte, fing sie eine befriedigende Beziehung an und sie hatte zum ersten Mal in ihrem Leben einen Orgasmus. Außerdem träumte sie von einer Insel, die im Nebel lag und auf dieser Insel lebten Frauen, die total in ihrer Kraft und Würde waren – ähnlich wie Priesterinnen. Es gab auf dieser Insel Steinkreise und hier wurden Rituale ausgeführt, wo sich Frauen Männer nach deren Ressourcen erwählten, die die Frauen vorher prüften. Erwählten Männern setzten die Frauen dann Kronen aus Hirschgeweihen auf. Meine Patientin hatte nie das Buch Avalon gelesen, aber das musste ich ihr ans Herz legen, denn sie hatte Rückerinnerungsträume an Avalon: Als der Wahl-sinn der Frau noch nicht verwirrt war, als frau sich noch das Recht zugestand zu wählen und nicht nur darauf wartete, dass irgendein Fuzzi sie toll findet, sondern noch wusste, dass es die Pflicht einer Frau ist, nicht wahllos zu sein. Es ist egal, um wie viele Männer es sich handelt – es ist ein Thema von Wahl-sinn – und wenn eine Frau einen gezündeten Wahlsinn hat, wird sie nie einen Frauenhasser wählen. Wenn die Sinneswahrnehmung nicht verwirrt ist, nimmt die Sinneswahrnehmung es wahr.

Wähle ich dann einen oder mehrere?

Weitere vier Wochen bekam ich eine Nachricht aus München, wo sie gelegentlich Seminare machte. Obwohl sie mit dem Mann in Berlin glücklich war, begegnete ihr in München schon wieder so ein Hirsch und den wollte sie für ihre Münchener Zeit auch erwählen und fragte mich, was ich davon halten würde. Ich konnte ihr nur raten, auf ihr „Wahl-verhalten" zu hören. Jetzt lebt diese Frau seit Monaten mit beiden Männern und ihre orgiastische Potenz ist voll gezündet. Und sie ist ein Beispiel, sich zurückzuerinnern an eine Zeit, wo es eine der größten Kräfte der Frauen war zu wählen. Ich habe inzwischen vielen Frauen dieses Mittel gegeben und selten so viele Rückmeldungen erhalten.

Andreas Krüger ist Heilpraktiker, Schulleiter und Dozent an der Samuel-Hahnemann-Schule in Berlin für Prozessorientierte Homöopathie, Leibarbeit, Ikonographie & schamanischer Heilkunst. Er ist Autor zahlreicher Fachbücher und zuletzt: „Heiler und heiler werden, Gespräche über Heilkunst" im Verlag Simon+Leutner.

Veranstaltungs- & Seminarhinweise: Schamanische Innere-Kind-Arbeit - Seminar mit Andreas Krüger & Heidi Baatz, 14./15.12.2013; Heilpraktiker werden – Wunder voll! Neue Kurse starten ab 10. Februar 2014: Tag der offenen Tür der Samuel-Hahnemann-Schule, Vorträge und Demonstrationen: 22./23.02.2014/11.00-17.00 Uhr; Schnupperwoche der Samuel-Hahnemann-Schule, Unterrichtseinblicke: 24.-28.02.2014/8.00-22.00 Uhr. Weitere Informationen: Samuel-Hahnemann-Schule, Mommsenstr. 45, 10629 Berlin, Tel.: 323 30 50, buero@heilpraktiker-berlin.org, www.Samuel-Hahnemann-Schule.de

Himmlische Konstellationen Dezember 2013

Zusammengestellt von Markus Jehle, www.astrologie-zentrum-berlin.de

Allgemeine Trends

In Bereichen, in denen Sie sich schon seit längerem nach Veränderungen sehnen, kann Ihnen bis zum Jahreswechsel ein großer Durchbruch gelingen (Uranus direktläufig ab 17. Dez.). Zudem bestehen nochmals – wie schon diesen Sommer – günstige Aussichten, dass lang gehegte Wünsche in Erfüllung gehen. Dies gilt insbesondere für Prozesse und Projekte, die im Jahr 2000 ihren Anfang genommen haben. Nun zeigt sich in aller Deutlichkeit, wie gut Sie Ihre Möglichkeiten bislang ausgeschöpft haben und wo noch Spielraum nach Oben ist (Jupiter Trigon Saturn am 13. Dez.). Zögern Sie nicht, sich Ihre Erfolge zu sichern und Ihre wohl verdiente Ernte einzufahren. Möglicherweise können Sie auch durch einen klugen Verzicht Ihre Erfolgsaussichten steigern.

Was zu tun ist

Lassen Sie sich in den nächsten Wochen und Monaten nur für Ziele einspannen, die auch die Ihren sind (Mars in Waage ab 7. Dez.). Gemeinsam kommen Sie gegenwärtig zwar deutlich besser voran als alleine, widerstehen Sie jedoch der Versuchung, um des lieben Friedens willen Kompromisse schließen, die zu Lasten Ihrer Ansprüche und Interessen gehen. Seien Sie charmant, ohne sich zu verbiegen und setzen Sie Diplomatie nicht mit Feigheit gleich. Es bestehen derzeit gute Aussichten, große Spannungen zu überbrücken und für lange schwelende Konflikte tragfähige Lösungen zu finden. Scheuen Sie sich nicht, Ihren Teil dazu beizutragen!

Kommunikation

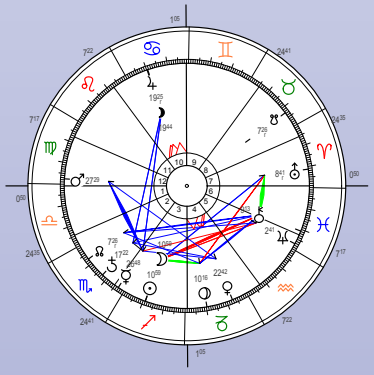
Haben Sie die vergangenen Wochen dazu genutzt, den Dingen auf den Grund zu gehen, klare Vereinbarungen auszuhandeln und Ihren zugesagten Verpflichtungen nachzukommen? Dann können Sie jetzt befreit durchatmen und Ihren Blick nach Vorne lenken. Im Dezember ist wieder deutlich mehr Zuversicht zu verspüren als in den Wochen zuvor (Merkur in Schütze ab 5. Dez.) Lassen Sie sich von Ihren Träumen und Sehnsüchten zu geistigen Höhenflügen verführen und fassen Sie neue Horizonte ins Auge, die Sie begeistern und Ihrem Dasein frischen Schwung verleihen. Auch in spiritueller Hinsicht können Sie nun große Fortschritte erzielen. Das Einzige, was Ihnen das Leben schwer machen könnte sind Menschen, die es nicht ehrlich mit Ihnen meinen. Misstrauen Sie dem schönen Schein und verzichten Sie auch selbst darauf, anderen etwas vorzumachen.

Lust und Liebe

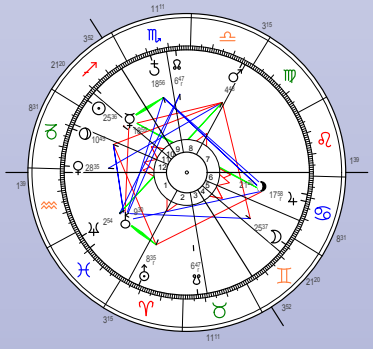
In den kommenden Wochen werden Sie verstärkt daran erinnert, dass alte Liebe nicht rostet (Venus rückläufig ab 21. Dez.). Die Schätze der Vergangenheit stehen wieder hoch im Kurs. Wissen Sie noch, welche Menschen und Themen Ihnen zum Jahreswechsel 2005/06 oder 1997/98 oder 1989/90 besonders am Herzen lagen? Wundern Sie sich nicht, wenn Sie jetzt wieder daran erinnert werden. Es ist jetzt keineswegs ungewöhnlich, wenn Ex-Partner sich plötzlich wieder ins Tagesgeschehen einklinken. Genießen Sie den Zauber des Vergangenen, ohne dabei die Gegenwart aus den Augen zu verlieren. Prüfen Sie genau, welche Erinnerungen und verflossenen Lieben es wert sind, auch in Zukunft eine Rolle in Ihrem Leben zu spielen. Beherzigen Sie ruhig auch die folgende Verszeile von Hermann Hesse: „Wohlan denn Herz, nimm Abschied und gesunde.“

DER SONNE-MOND-ZYKLUS

Bei jedem Neumond beginnt ein neuer Sonne-Mond-Zyklus, der zu Vollmond, wenn Sonne und Mond sich gegenüberstehen, einen Höhepunkt erreicht. Neumondphasen sind Keimsituationen, in denen unbewusste Prozesse ihren Anfang nehmen, die uns bis zum Vollmond zunehmend bewusst werden. In der abnehmenden Mondphase von Vollmond zu Neumond steht dann die Verarbeitung und Integration im Vordergrund.



Neumond in Schütze (03.12.): Um hoch hinauszukommen, müssen Sie unten rechtzeitig durchstarten.



Vollmond in Zwillinge (17.12.): Verwechseln Sie Vielseitigkeit nicht mit Beliebigkeit, sonst werden Sie austauschbar.

Sema

Derwisch-Drehen

Sema, wie das Drehen der Derwische genannt wird, bedeutet in seiner Übersetzung nicht etwa drehen oder wirbeln, sondern hören. Die allererste Erfahrung des Menschen bereits im Mutterleib ist das Hören, das Hören des Herzschlags der Mutter. Das, was der Mensch sein ganzes Leben lang, bei jedem Atemzug und Augenblick ununterbrochen hört, ist das Herz. Doch wir sind uns dessen nicht bewusst; Wir hören es nicht mehr, weil wir abgestumpft sind, weil das Materielle um uns herum alles andere übertönt.

Das Ziel des Sema ist, dieses ursprüngliche Gehör für das Wesentliche unseres Seins, für die Stimme unseres Herzens wieder zu finden.

Das Sufi Zentrum Rabbaniyya lädt Anfänger und Fortgeschrittene, Frauen und Männer jeden Alters dazu ein, auf sein Herz zu hören:

Jeden Sonntag 15.00h:
Sema -Seminar mit meditativer Einstimmung
Jeden Mittwoch 18.30h:
Sema-Seminar mit theoretischer Einführung zur Vertiefung des Rituals und seiner Technik

Ort: Sufi Zentrum Rabbaniyya,
Der wahre Mensch e.V.
Wissmannstr. 20 | D-12049 Berlin
info@sufi-zentrum-berlin.de

Eintritt: Unverbindlich und kostenfrei.
Für Spenden sind wir dankbar.

Rauhnächte, Wintersonnenwende, Räucherkunde…

Dezember & Januar

Seit jeher hat die Weihnachtszeit eine besondere Magie. Wir gehen in die Stille, schauen nach Innen, schmücken unser Heim. Die Liebe zu Familie und Freunden sowie der kommende Jahreswechsel lösen eine geheimnissvolle Stimmung aus, der eine ganz besondere Kraft innewohnt. Gemeinsam möchten wir dieser Kraft nachspüren, ihr mit den alten Ritualen, Zeit widmen. Wir bieten Märchen, Meditationen, schamanische Reisen, Räucherkunde und Rituale an, um diese Tiefe zu erleben.
So, 1.12., 15-17 Uhr: Märchen in der Jurte,3 € | Di, 4.12., 20 Uhr: Rauhnächte Vorbereitung, 20€ inkl. Material | So, 15.12.: Schildeseminar | Di, 17.12., 20 Uhr: Weihnachtsfeier, 0€ | Mi, 18.12., 19:30 Uhr: Heilkreis, 15€ | Sa, 21.12., 16 - ca. 21.30 Uhr: Wintersonnenwende Seminar & Zeremonie, 45€ | 01.02., 11-18 Uhr: Die Kraft der Gebärmutter-Seminar | 19.01., 14-17 Uhr: Räucherkunde, 30€

Bitte anmelden. Petra Hinze, Schamanismus & Frauenwissen, Tel. 030.42806948 oder 0173.956204
Die Veranstaltungs-Orte befinden sich im Prenzl.Berg. Weitere Termine: www.petra-hinze.de

Heilpraktikererlaubnis für Psychotherapie

Infoabende: 4. Dezember und 14. Januar, jeweils um 19 Uhr

Vorbereitung auf die Staatliche Überprüfung - anerkannter Bildungsurlaub
Die Grenzen zwischen Lebensberatung, Coaching und der Psychotherapie sind fließend. Bringt ein Klient eine Störung von Krankheitswert mit - die wir vielleicht überhaupt erst durch das Wissen über die Seelenerkrankungen erkennen können - so wird unversehens aus einer Beratung oder einem Coaching eine Psychotherapie. Hierfür benötigen wir innerhalb Deutschlands definitiv eine offizielle Heilerlaubnis. In rund 120 Kursen habe ich seit 1997 ca. 2300 Teilnehmer auf die amtsärztliche Überprüfung vorbereitet. Über 90% waren dabei im ersten Anlauf erfolgreich. Neue Kurse (anerkannter Bildungsurlaub), die es wahlweise als Tages- und Abendkurse gibt, beginnen wieder im März 2014.

Termine: Mittwoch, 4. Dezember und Dienstag, 14. Januar, jeweils um 19 Uhr
Ort/Info/Anmeldung: Institut Christoph Mahr - Katharinenstraße 9, 10711 Berlin-Wilmersdorf, Tel. 030.813 38 96, www.christoph-mahr.de

Familienaufstellungen mit schamanischen Elementen

mit Andrea Drohla am 14./15. Dezember 2013

Eine Familienaufstellung ist eine großartige Methode, um Herz und Seele zu öffnen und im Beziehungsgeflecht unsere eigene Lebenslinie wieder entdecken zu können. Unsere aktuelle Lebenssituation oder körperliche Symptome geben dabei Hinweise für eine Aufstellung, in der hemmende Dynamiken sichtbar werden können, getragen von einem „wissenden Feld". Die sich entwickelnden seelischen Bewegungen im aufgestellten Feld wirken öffnend und klärend und wirken in einer Ebene jenseits der Worte. Verstrickungen lösen sich und Kontakt beginnt zu entstehen, wo es Störungen gab. Die Einblicke in größere Zusammenhänge, die wir dabei erhalten, sind oft überraschend, tief bewegend und erleichternd. Gelingt es uns, durch den aufmerksamen, achtsamen Blick das Schicksal unserer Ahnen zu würdigen, geht von ihnen oft ein großer Segen aus. Somit sind wir gestärkt und frei für unser eigenes Leben und unsere Kinder ebenso.
Andrea Drohla wird unter www.hellinger.de als Aufstellerin empfohlen.

Aufstellungen: 14./15. Dezember 2013, 155 EUR
Ort: Berlin- Prenzlauer Berg, yogalila, Rykestr. 37
Anmeldung: 0179-7942275, www.drohla.de, andrea@drohla.de

Veröffentlichen Sie Ihre Veranstaltungen in unserem Veranstaltungskalender

Ein Eintrag in dieser Rubrik kostet ab 80 EUR/800 Zeichen inkl. 1 Bild. Außerdem wird jeder Eintrag in unserer Online-Ausgabe inkl. Sortierung in der Stichwort- und Datumssuchmaschine veröffentlicht. Schauen Sie mal rein! unter www.kgsberlin.de in "Veranstaltungen".
Gerne beraten wir Sie über weitere Formen Ihrer Präsenz in unserem Magazin oder auch über Anzeigenmöglichkeiten auf unserer Webseite.

KGS Berlin: T. 030 / 61 20 1600 oder mailen Sie Ihre Anfrage an mail@kgsberlin.de, www.kgsberlin.de

Schamanisches Reisen im Tipi!

Einsteiger-Workshop für schamanisch Interessierte

In großartiger Umgebung, in einem beheizten Tipi direkt am Wasser und doch mitten in der Stadt möchte ich Euch einladen, mit mir auf die Reise zu gehen. Dieser Workshop richtet sich an schamanisch Interessierte/ „Anfänger"! Gezeigt und praktiziert wird das Schamanische Reisen, wie man in leichte Trance kommt über monotones Trommeln, inner Bilder gucken geht (Visionen), Krafttiere findet und was man damit dann anfangen kann. Es gibt schamanische Geschichte und Rituale drumrum und Zeit zum Fragen stellen.

Infotext: 14.12.13 von 11-16 Uhr (60,-) im LichtPARK e.V., Michaelkirchstr. 22/23
Info und Anmeldung: 030/43734919 oder info@katja-neumann.de

Ausbildung als Gesundheits-, Ernährungs- & Lebensberater/in 2014

Beginn: 11./12. Januar 2014

Eine ganzheitliche Synergie aktuellen Wissens und traditionellen Wege. Bewusstsein & Gesundsein heute, Lebensmittelkunde, Ernährung und Wissenschaft, Fasten und Wege der Entschlackung, Ernährung für Schwangere, Kinder, Sportler und Senioren, Unverträglichkeiten, Allergien & Co., die Essenz ganzheitlichere Gesundheitslehren, Heilpflanzen und die Öle, Grüne Smoothies und vegane Power, Energiearbeit, Meditation, Authentische Kommunikation, Selbstwert, Änderung von Überzeugungen, Nordic Walking, 5-Tibeter und viele gesunde Lösungen die Praxis. Abschluss mit Zertifikat: mit dem Titel: „Ganzheitlicher Gesundheits-, Ernährungs- und Lebensberater"

Investition: 1850 €, Ratenzahlung mögl., Prüfung 145 €, 10 WE-Module und Webinare
Infoabende: Do 19.12.2013 und Do 09.01.2014 jeweils um 19 Uhr
Institut für Gesundsein und Bewusstsein; Heilpraktiker Jan & Serife Dunkel, Klosterstr. 33, 13581 Berlin, www.gesundsein-bewusstsein.de, Tel. 030-37305242

Existenzgründungsseminar für hochsensitive, introvertierte und sensible Talente

Frühbucherrabatt bis 20. Dezember 2013!

Was dieses Seminar besonders macht, ist die systemische Begleitung der emotionalen Prozesse neben der Vermittlung der Fakten. In der Vorgründungsphase ist es wichtig, Chancen und Risiken zu prüfen und zielführende Schritte zu entwerfen. Die einzelnen Module bauen systematisch aufeinander auf, so dass mühelos der Business-Plan erstellt werden kann. Gleichzeitig wird die Handlungskompetenz der Existenzgründer/Innen gestärkt, damit ihre Vision zum Leben erwachen kann.

Start: ab 1. März 2014, fünf WE jeweils Sa.+So. (max. 8 TeilnehmerInnen)
Infos & Anmeldung: Iris H. Frankowiak, Tel. 030 / 23 13 68 40, www.berufungsberatung-berlin.de
Weitere Seminare: Preis & Selbstwert, wie ich verdiene, was ich verdiene, und was das mit Selbstliebe zu tun hat; 1.+2. Feb. 2014

Spirituelles Centrum Berlin

Feierliche Weihnachts-Veranstaltung mit Doris Draeger sowie weitere Mitwirkende des Spirituellen Centrums

An diesem Abend wird unter anderem der Kontakt zur „Geistigen Welt" hergestellt und die Botschaften der Verstorbenen an die entsprechenden Personen im Publikum übermittelt. Zum Ausklang des Jahres möchten wir diese Veranstaltung vor allem den Menschen widmen, die in diesem Jahr in die Geistige Welt gegangen sind. Es kann für viele Menschen ein Trost sein, von ihren Angehörigen oder Freunden eine Botschaft, Hilfe oder auch Heilung aus der Geistigen Welt zu empfangen. Ebenso kann es sich positiv auf unsere Trauerverarbeitung auswirken.

Termin: Freitag 20.12.2013, Beginn 19 Uhr, 20 Euro, Anmeldung nicht erforderlich.
Des Weiteren bietet Doris Draeger auch Einzelsitzungen an.
Spirituelles Centrum Berlin, Leydenallee 91, 12165 Berlin, Tel. 030.766 77 094, www.spirit-visions.com

Samana Seminar-Haus und Osho-Platz

Für vielseitige Veranstaltungen und Urlaub

Mitten im Naturschutzgebiet im schönen Osterzgebirge ist unser Seminar-Haus. Seit über 18 Jahre wirken wir als Zentrum für spirituelle Seminare und haben viel Erfahrung mit der Durchführung von Veranstaltungen. Herzstück ist unsere ovale Meditationshalle mit 70-, 110-, oder 180-, qm Räume mit sehr guter Akustik, heller Marmor mit Fußbodenheizung. Wir bieten Rundum-Betreuung, schöne Gästezimmer in einfacher Klarheit, gute vegane/vegetarische Kost und ein großes Geländer mit Wiese und Teich.
Seminarangebote: 25.12.-1.1.14 Winter-Retreat, / 17.-19.1.14 Wege der Weiblichkeit, / 27.-30.3. Who ist in? mit Ganga

Samana Seminar-Haus und Osho-Platz, Niederpöbel 27, 01762 Schmiedeberg, 035052-22456, www.samana-erzgebirge.de

Brücken - die 5Rhythmen® von Gabrielle Roth zum Jahreswechsel

Bewegung, Tanz, Meditation - mit Bettina Leuckert

Still werden. Altes ziehen lassen. Im Hier und Jetzt landen. Den Übergang ins neue Jahr tanzend und in Gemeinschaft feiern! Die Praxis der 5Rhythmen® lädt dich ein, dir selbst ein Stück näher zu kommen - auf bewegte, sinnliche, lustvolle Weise. Gönne dir eine besondere Zeit und genieße die Weite der Natur am Schaalsee, eine Sauna im Haus und leckeres vegetarisches Essen!

Termine: 29. Dezember, 18 Uhr - 2. Januar, 14 Uhr
Ort: www.haus-wilberg.de, Schlagsülsdorf (zwischen Lübeck und Ratzeburg)
Information: 030-37445589, info@bettina-leuckert.com, www.bettina-leuckert.com, www.bettina-leuckert.com/5rhythmen/termine.html

Winterangebot: Rabatt auf Ihre ersten Rosen-Sitzungen

1. Dezember 2013 - 31. Januar 2014

Die Rosen-Methode ist eine ganzheitliche manuelle Behandlungsmethode die von Marion Rosen entwickelt wurde. Die achtsame Berührung ermöglicht uns uns besser zu spüren und mit unseren Verspannungen und Schutzhaltungen in Kontakt zu kommen. Unbewusste Gefühle, verborgene Erinnerungen und Bilder können auftauchen. Wir wandeln von der Person die wir meinen zu sein, zu der Person die wir wirklich sind. Im Dezember-Januar erhalten neue Klient-Innen die 3 erste Sitzungen zum Preis von 2: 120 (für 3) statt 180€.

Termine und Informationen: Physiotherapeutin, Rosen- und Somatic Experiencing Praktizierende Maud Guettler, Praxis: Cheruskertraße 6B, 10829 Berlin. www.rosen-methode-guettler.de, T: 030-81821348 oder maud.guettler@gmail.com

Intensivkurs Frauenwissen

Beginn So., 26. Januar 2014

Dieser Intensivkurs möchte das alte schamanische Heilwissen der Frauen vermitteln. Dieses Wissen hilft die Wahrnehmung und die Intuition, die Selbstheilungskräfte sowie die eigenen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu stärken und zu vertiefen.
Inhalt: schaman. Grundwissen, Aspekte der Weiblichkeit, Mondkunde...
Der Kurs findet entweder am Di-Abend oder am WE statt.

Infoabend Di, 07.01.2014 - 20 Uhr
Gebärmutterseminar Sa, 01.02. - YogaW60, Winstr. 60
Frauenreise Toscana September 2014.
Kontakt: Petra Hinze - Schamanismus & Frauenwissen, Tel. 030.42806948 oder 0173. 9562041, hinzepetra@web.de, www.petra-hinze.de

10. Yogalehrer-Ausbildung mit Stefan Datt: 11. Januar - 4. Mai 2014

Kompletter Ausbildungskurs bei Lernen in Bewegung e.V.

Qualifizierter Kurs an 10 Wochenenden, Sa/So 10-14 Uhr oder 12-16 Uhr, plus ein Yoga-Anatomie-Wochenende außerhalb von Berlin, neuer Kurs ab Januar 2014 (108 UE); Intensiv-Wochenende 4 Tage (37 UE). Ausbildungsort ist der wunderschöne Yogaraum bei Lernen in Bewegung am Karl-August Platz in Charlottenburg; neu mit eigenem Café / Bistro.
Kursinhalte: klassisches Yoga in Theorie und Praxis, die 4 Yogawege, yogaspezifische Anatomie, Yoga-Vedanta-Philosophie, Raja Yoga nach Patanjali, Sanskrit und Mantras, Pranayama, Kriyas, Bandhas, Mudras, Meditationstechniken, Stressbewältigung durch Yoga, Yoga mit Patienten, praktisches Üben des Unterrichtens mit Supervision, Aufbaukurse und monatliche Treffen möglich. Gastsprecherprogramme, schriftliche Abschlussprüfung und Zertifikat.

Kursgebühr: 1080 € inkl. Script, Prüfungsgebühren und Zertifikat (Bildungsprämie möglich)
Frühbucherrabatt 990 € plus Yoga-Wochenende: 208 € inkl. Unterkunft, Verpflegung und Yogaunterricht.
Infomaterial und Anmeldung: Lernen in Bewegung e.V., Stefan Datt (Veranstalter Berliner Yogafestival) Weimarer Str. 29, 10625 Berlin
Tel.: 030 - 38 10 80 93, 0178 - 130 65 53, yoga@yoga-berlin.de, www.yoga-berlin.de, www.yogafestival.de, www.praxis-czech-datt.de

Ausbildung Heilpraktiker für Psychotherapie

Kostenloser Infoabend: Di, 28. Januar 2014, 18-21 Uhr

Sind Sie auf der Suche nach persönlicher Entwicklung? Haben Sie Freude daran, Menschen in schwierigen Lebenssituationen professionell zu beraten? Möchten Sie daran arbeiten, eine Vision für Ihr Leben zu entwickeln und das an andere weitergeben? Die Ausbildung „HP-Psychotherapie“ könnte dann für Sie der richtige Weg sein.
1. Modul: Prüfungsvorbereitung Heilpraktiker, beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie // 2. Modul: Coaching und Persönlichkeitsentwicklung // 3. Modul: Traumatherapie

Kursstart: 20.2.2014, Kursdauer: 23 Monate, Zeiten: dienstags 17.30 bis 21.30 Uhr, plus zwei Wochenenden Sa/So 9 bis 14 Uhr
Kosten: 3.000 € (24 Raten à 125 €) oder Einmalzahlung 2.795 €
Arche Medica, Akademie für Heilpraktiker, Handjerystr. 22, 12159 Berlin-Friedenau, Tel.: 030.851 68 38, www.archemedica.de

Trennungsrituale – Trennung in Würde und Achtung vollziehen

mit appr.Dipl Psych Regina Tamkus

Dies ist ein Angebot für Paare, die sich im Trennungsprozess befinden oder damit beschäftigt sind sich zu trennen und ein hohes Interesse daran haben, sich in Würde, gegenseitiger Achtung, Akzeptanz und Dankbarkeit voneinander zu verabschieden und denen es wichtig ist, im eigenen Interesse und für die Kinder, einen inneren Frieden mit dem Anderen zu haben.
Das Wochenende unterstützt ein verantwortungsvolles Schauen auf sich selbst, den oder die Anderen und auf den gemeinsamen Lebensweg und bietet einen Rahmen, der dem individuellen Trennungsprozess Halt und Orientierung geben kann.

Termin: 14.-16.2.2014, Kosten: 280 €
Ort: Berlin Friedrichshagen
Anmeldung: 030/ 64094526, regina.tamkus@erosundpsyche.net, www.erosundpsyche.net

Schule für Craniosacral-Therapie

5-teilige Grundausbildung in Craniosacral-Therapie

Jedes körperliche Problem spiegelt sich im craniosacralen System wieder, und jedes Ungleichgewicht zieht Gehirn und Rückenmark - die zentralen Organe des Menschen - in Mitleidenschaft. In Craniosacral-Therapie Teil 1 (CST I) werden die anatomischen, physiologischen und energetischen Strukturen des craniosacralen Systems vermittelt. Auf der Grundlage des Klassischen Modells geht es darum, bei Störungen und Restriktionen im Organismus das Gleichgewicht und die normale Bewegung wieder herzustellen. Der Schwerpunkt liegt darauf, normale und anormale Bewegung im Craniosacralen System präzise erfühlen zu können und Restriktionen der Bewegung im Schädel und in der Wirbelsäule zu lösen.

Infoabend: 05.03.2014, 19 Uhr,
Beginn der Grundausbildung: Teil 1: 05. - 09.03. oder 18. - 22.06.14
Teil 2: 12. - 16.11.14 | Teil 3: 03. - 08.03.15 | Teil 4: 27. - 30.08.15 | Teil 5: 05. - 08.11.15, Dozenten: Hans und Ute Rendler
WEG DER MITTE gem. e.V., Ahornstr. 18, 14163 Berlin-Zehlendorf, Tel: 030 - 813 10 40, www.wegdermitte.de

Die Würde des Mannes und das Herz der Frau

mit appr.Dipl. Psych. Regina Tamkus

Warum darf ein Mann einer Frau nicht immer das geben, was sie will? Wann ist es angebracht und stimmig und wann darf er das auf keinen Fall tun, da es seine Würde missachtet? Welche inneren Qualitäten können zur Verfügung gestellt werden um das unterscheiden zu können? Was lässt ihn merken, ob das was sie will auch das ist, was sie braucht? Wie kann er in Würde und Integrität bleiben, selbst im größten emotionalen Sturm und ihr Herz berühren, statt sich ihr anzupassen, zu fliehen oder aggressiv zu reagieren? Es ist ein Angebot zur Selbsterforschung für Männer, das auf die tiefe Würdigung und Achtung vor dem Männlichen schaut und somit auch vor dem Weiblichen.

8 Sonnabende 2014/15; Beginn: 1. März 2014; Preis: 120 € pro Tag
Anmeldung bis 18.01.2014; Tel: 030.64094526; www.erosundpsyche.net

Zertifizierte Ausbildung/Weiterbildung zum EMDR-Therapeuten/Coach

mit Andreas Zimmermann im Institut Christoph Mahr

EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) ist eine Behandlungs-/ Coachingmethode, bei der es durch Stimulierung der Gehirnhälften zu sehr effizienten intrapsychischen Verarbeitungsprozessen kommt. Die Entwicklerin, Francine Shapiro konzipierte diese Methode insbesondere für den Bereich der Psychotraumatologie.
Mittlerweile ist EMDR zu einem wichtigen Bestandteil professioneller Kommunikation geworden. Im Coachingbereich wird es u. a. mit viel Erfolg beim Zustandsmanagement eingesetzt. Darüber hinaus belegen zahlreiche Studien die Wirksamkeit bei der Behandlung von Phobien, Angst- und Suchterkrankungen, traumatischer Trauer, chronischen Schmerzzuständen, Phantomschmerzen etc.
Da der Zugang zu hochwertigen EMDR-Ausbildungen überwiegend nur Ärzten und Diplom-Psychologen gestattet ist, freuen wir uns, diese überaus wirksame Methode auch anderen Personen zugänglich zu machen. Die Ausbildung umfasst 3 Wochenenden, jeweils Freitag bis Sonntag und beginnt am 21. Februar 2014.

Ausbildungsbeginn: 21. Februar 2014
Info/Anmeldung: Institut Christoph Mahr, Katharinenstr. 9, 10711 Berlin-Wilmersdorf,
Tel. 030.89 72 20 79, www.ipt-berlin.de

Ausbildung Hawaiianische Heilmassagen & HUNA mit Angela Simon

Basis-Seminare im Juni in Hamburg & November 2014 in Berlin.

ALOHA - Erlernen Sie Hawaiianische Heilmassage Lomi Lomi Nui & Energiemassage Kahi Loa mit der uralten Weisheitslehre HUNA Empfange täglich eine Massage. Hawaiian Bodywork mit Stretching, Flying-Dance-Meditation und Atemübungen bereiten uns auf die intensiven Heilmassagen vor. Im Augenblick sein schafft eine umfassende Präsenz im Körper und tiefe Verbundenheit mit dem Herzen. „Chanten“ des Gebetes bringt uns in Kontakt mit unserer Seelenkraft. Heilung auf allen Ebenen ist möglich.
Traditionell geben wir die Lomi Lomi Nui in Phasen der Veränderung, z.B. bei neuen Aufgaben, Umzug, Trennung. Erlerne Dich mental zu „Fokussieren“ und den Geist auszurichten. Nach der Ausbildung wird das Zertifikat als „Practitioner für Hawaiianische Massage“ verliehen.
Vereinbare vorab zum Kennenlernen Deine Heilmassage. Zu beiden Basis-Seminaren ist der Einstieg möglich, danach entscheidest Du Dich für die Gesamtausbildung.

Termine: BASIS II+ I: 19.-22.Aug.14 + 13.-16.Nov., AUFBAU I+ II. -26.-29. März 2015 + 11.-14.Juni 2015,
SPECIAL I+ II: 10.-13.Sept.+12.-15.Nov.2015,
Orte: Integralis, Stückenstr.74, Hamburg + Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Berlin
Info und Anmeldung: Hawaii OASE Angela Simon, 0451- 6124590, 0176- 80007703,
www.angelasimon.de

Atemarbeit/Meditation

Die Kunst des Lebens nach Sri Sri Ravi Shankar

Aufatmen I Inspirieren I Meditieren

Alle zwei Wochen in der
Art of Living Yoga Oase Berlin
Potsdamer Str. 98a, 10785 Berlin

Tel. 030 25798088
berlin@artofliving.de
www.artofliving.org/de-de/berlin

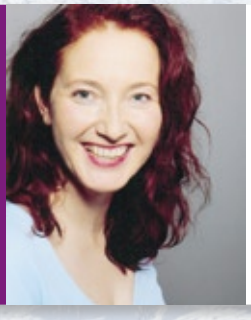
Die Kunst des Lebens Teil 1 - Die Kunst des Atmens:
Vier Säulen des Kurses:

- besondere Atemtechniken (u.a. Sudarshan Kriya)
- yogisches Wissen, Meditation und Yoga

Wirkung:
* Bessere Gesundheit und mehr Lebensfreude
* Verbesserte zwischenmenschliche Beziehungen
* Klarheit, Konzentration, Schönheit und Ausstrahlung

Schnupperkurs: dienstags 18 Uhr und sonntags 17 Uhr
(Um Anmeldung wird gebeten.)

Atem-/Stimmarbeit



BODY & VOICE

atem- u. körperorientierte Stimmarbeit

Camilla Elisabeth Bergmann
Natural Voice Teacher/Sängerin/
Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin
(staatl. gepr.)

Berlin-Pankow
Tel.: 030 - 47 48 05 32
info@body-and-voice.de
www.body-and-voice.de
www.ganzheitliche-stimmtherapie.de

- Gesangsunterricht
- Sprechtraining
- Stimmtherapie
- Atemarbeit

Jeder Mensch hat eine einzigartige Stimme mit einer unverwechselbaren Klangfarbe und einer eigenen Schönheit. Der Zugang zur eigenen Stimme ist jedoch häufig verschüttet.

Ich biete einen geschützten Rahmen zur Entfaltung Ihrer Stimme: fundiert, achtsam, ganzheitlich.

(Augen)-Aufstellung

Systemisches Augenaufstellen Miggi Zech

Seminare & Einzelarbeiten

Termine: www.augenaufstellungen.de
offener Abend: 2. Dienstag im Monat
(außer Ferien), 19h

Tel. 0172-3124076
miggi@augenaufstellungen.de

Die Augen sind das Tor zur Seele

Wir schauen durch AugenAufstellungen mit ihnen auf die Botschaft Ihres Augenthemas und helfen, Augensymptome aufzulösen.

Professionelle Augenaufstellungen auf Wunsch mit augenoptischer Begleitung

Seminare im Gartenhaus, Augen-/System-/Organisationsaufstellungen, Berlin S-Bhf. Zehlendorf, Teltower Damm 32

(Familien-)Aufstellung

Dr. Renate Wirth

Systemische Therapeutin

Akkadeus
Praxis für Systemaufstellungen
Prinzregentenstr. 7, 10717 Berlin

Tel. 030 / 30 10 46 57
mobil: 0172 / 18 32 635
renate.wirth@aufstellungstage.de
www.aufstellungstage.de

- Familienstellenseminare
- Einzelaufstellungen 1,5 Std., 135 €

Familienstellenseminare: (nur mit Anmeldung)
07. - 08.12.2013 | 24. - 26.01.2014
Kosten: 190 €, Kostenfrei für Stellvertreter

Neue Weiterbildung ab März 2014
kostenloser Infoabend: 06.12.2013, 18 – 20 Uhr

Infos und Anmeldung unter www.aufstellungstage.de

Coaching

Artemis Barthenius

Hohenstaufenstr. 7
10781 Berlin

Tel. 030-21996146
Tel. 0178-6344832
andreatietbl@yahoo.de

- Astrologische Beratung:
  Geburtshoroskope, Paarhoroskope, Transite
- Tierkommunikation:
  Tierreiki, Hilfe bei Verhaltensauffälligkeiten, Jenseitskontakte, Tierhoroskop
- Tarot
- Familienaufstellungen:
  Einzel- u. Gruppensitzungen
- Reiki: Hilfe bei Problemen und zur Harmonisierung
- Reikilehrerin bietet Ausbildung an.

Colon-Hydro-Therapie

Elke Wiget

Heilpraktikerin

Naturheilpraxis am Roseneck
Hohenzollerndamm 94
14199 Berlin

Tel. 030.64 32 72 02
e-mail: easysuccess@elkewiget.com

- Colon Hydro-Therapie
  Spülung des Dickdarms mit gereinigtem Wasser
- Glückscoaching:
  Glückliche Menschen machen etwas richtig.
  Was, das wird hier gezeigt.
- Feuerlauf:
  Entdecken Sie Ihr verstecktes Potenzial

Energie-/Heilarbeit

Anikó Pelyhe

Psychologische Lebensberaterin
Reiki Großmeisterin und -lehrerin
nach Usui-System

Praxis Mental Balance
Martin-Luther-Str. 103, 10825 Berlin
HH.li. 1 OG.

Tel. : 030-86 39 03 32
E-Mail: aniko-pelyhe@hotmail.de

- Reiki Energieübertragung (Usui System)
- Reiki speziell für Kinder
- Reiki bei Konzentrationsschwäche (ADS / ADHS)
- Einweihungen bis zum Großmeistergrad
- Familienaufstellung
- Cutting zur Trennung von verstrickten Beziehungen
- Rückführungen
- Chakren-Harmonisierung mit Stimmgabeln
- Entdecken/Lösen seelischer Ursachen v. Krankheiten
- 6x Reiki-Energieübertragung + 1 Beratung nur 300 €
- Meditation, Vorträge... jeden Donnerstag ab 18h!
- Fordern Sie den kostenlosen Newsletter per Mail an!

Energie-/Heilarbeit

AQUARIEL WELLNESS TEMPEL

Wellnesstrainer - Heilarbeit
Ernährungsberater - Motivationscoach

Inh. H. Badur
Gontermannstr. 7 B / 12101 Berlin

Termine nach Vereinbarung unter:
phone: 030 / 712 00 88 0
mobile: 0162 - 48 27 69 3
info@aquariel-wellness-tempel.de

Ihr Weg zu Harmonie von Körper, Geist und Seele. Leiden Sie unter Anspannung oder finden Sie nicht zur Ruhe? Dann ist es höchste Zeit an sich zu denken, die Seele und den Körper zu verwöhnen, um neue Kraft zu tanken. Die Fähigkeit, den Menschen zu schätzen und zu heilen, ist meine Lebensaufgabe.

- Massagen aus aller Welt
- Medizinische Ganzkörpermassagen
- Heilarbeit & Energiearbeit | • Fernheilung
- Hellsichtig & Hellfühlig | • Mediales Kartenlegen
- Burnout-Spezialist
- Meditation | • Spirituelle Lebensberatung

Energie-/Heilarbeit

Beate Bunzel-Dürlich (HP)

Medium, Autorin, Reiki-Meisterin,
Spirituelle Lehrerin, Therapeutin

Akasha Zentrum Berlin
Jonasstr. 4, 10551 Berlin
Tel.: 030-391 92 77
info@bunzel-duerlich.de
http://beate-k-duerlich.de
Bitte Programm anfordern!

- Ausbildungen und Kurse:
  Mediale/r Lebensberater/in; Tierkommunikator/in;
  Reiki-Einweihungen Grad I-IV;
  Systemische Aufstellungen
- Einzelsitzungen - Coaching:
  Mediale Beratung; Systemische Aufstellungen;
  Tierkommunikation

12.12. kostenloser Info Abend
12.-15.12. We-Seminar Channeln -
Vermittlung von Botschaften u. Heilenergie
24.-26.01.2014 WE- Basisseminar:
Medialität & Hellsichtigkeit

Energie-/Heilarbeit

Feng Shui & Energiearbeit

Feng Shui - deutschlandweit
Energiearbeit in Mitte und Steglitz
Ura Julia Wegehaupt
Spirituelle Lehrerin
Feng Shui Beraterin
Heilpraktikerin (Psychotherapie)

URALICHT in Mitte und Steglitz
Tel.: 030. 40 98 43 01
Email: info@uralicht.de
www.uralicht.de

- Energetisches Feng Shui:
  Verblüffend einfach - beeindruckend wirkungsvoll!
- Aufstellungen - Gauri Gatha
  Einzel- und Paararbeit - tiefgreifende Konfliktlösung durch Energiearbeit, schamanische Techniken, Rückführungen...
- Intensivseminar - Der Weg ins Licht ® - Januar 2014
  enthält bereits alle Elemente auf dem Weg zur eigenen Meisterschaft im Leben

Kostenlose Infoabende jeweils um 19.00 Uhr:
3. und 17.12., Heilzentrum, Paulsenstr. 23, Steglitz
11.12., Feldenkraisstudio, Zionskirchstr. 4, Mitte

Energie-/Heilarbeit

Gewahrsein Begegnung Veränderung

Gestaltarbeit und energetisches Heilen
für Frauen

Tanja Leschzensky
Heilpraktikerin (Psychotherapie)
Gestalttherapeutin
Reconnective Healing®-Practitioner

Berlin-Kreuzberg u. Berlin-Friedrichshagen
Tel: 030 - 46 60 58 68
www.gestalt-begegnung.de

Wieder in Kontakt kommen.
Mich als mich selbst erleben
und verbunden.
Und das Sein sich ins Leben hinein
entfalten lassen

… darin können Gestaltarbeit und die Frequenzen des Reconnective Healing® Unterstützung bieten.

Ich biete Ihnen in Psychotherapie, Beratung und bewegter Stille Wissen und Verstehen, Achtung und Präsenz - und begleite Sie gern!

Energie-/Heilarbeit

Praxis am See

Hedwig Bönsch
Beruf: Glücklich Leben / Medium /
Geistiges Heilen

Großes Fenn 18
14715 Stechow-Ferchesar

Tel. 033874-90623
mobil: 0175-203 6020
www.landhof-einfach-leben.de

hellsichtige, mediale, ganzheitliche Lebensberatung persönlich oder am Telefon. Wird auf CD aufgenommen. Handauflegen, alte, traditionelle wirkungsvolle Heilmethode. Channeln.

- Einzel-Heilreadings auf Spendenbasis/Wertschätzung in der Dovestr. 3b, 10587 Berlin, Fr., 6. Dez.2013
- Ich gönn mir einen Tag nur für mich! Entspannen, Heil-Reading, Sauna So., 15. Dez. 2013. Weitere Infos bitte erfragen.

Telefonische Sitzungen Di 9.00-10.00 Uhr oder persönliche Termine nach telefonischer Absprache.

Energie-/Heilarbeit

Praxis für Körper, Geist und Seele

Sabrina-Alexandra Schumann
Reinkarnationstherapeutin / Heilerin (DGH)
Reikigroßmeisterin
Kosmetikerin u. Podologin

Melsunger Str. 5 / 14089 Berlin
Tel.: 030-3024624
Mobil: 0172-3003331
E-mail: sabrinaschumann@web.de
Internet: www.sabrinaschumann.de

- Rückführungen in die Kindheit und frühere Leben
- Energiearbeit, Aura- und Chakrenreinigung
- Lösen von Besetzungen
- Channeln / Heilchanneln
- Ama Deus, Schamanische Energiearbeit und Ausbildung
- Reiki Ausbildung bis Großmeister Grad VIII
- Kosmetik und Med. Fußpflege (auch Hausbesuche)

Einzeltermine und Seminare

Info-Abend: jeden 2. Freitag / Monat 18:00-20:00
tel. Anmeldung erbeten

Energie-/Heilarbeit

Praxis KARYON

Brigitte Kapp
Heilpraktikerin
IFS- u. Hakomi-Therapeutin
EMF Practitioner u. Reflector
7th Sense Life Coach

Tel: 030 – 789 55 102
info@KaryonBerlin.de
www.KaryonBerlin.de
Belziger Str. 3, 10823 Berlin

- Ganzheitliche u. Systemische Psychotherapie
- Paartherapie und Beratung
- Trauma-Heilung u. Energiearbeit
- EMF Balancing Technique u. Reflections
- Omega Healing
- Coaching, Konfliktlösung
- Familien- u. Systemaufstellungen
- Spirituelle Krisenbegleitung
- Astrologische Beratung

Energie-/Heilarbeit

Suzana Garic

Dipl.-Psych
ThetaHealing®Lehrerin

Rheinstr. 65
12159 Berlin-Friedenau

Tel.: 030-26554289
sugari@gmx.de
www.theta-healing-berlin.de

ThetaHealing® - eine energetische Heilmethode, die durch Quantenphysik und Theta-Frequenz der Gehirnwellen körperliche, emotionale und spirituelle Heilung herbeiführen kann.

- Einzelsitzungen o. Fernbehandlungen
- Zertifizierte Ausbildung
- ThetaHealing® Basis DNA Basiskurs
- ThetaHealing® Advanced DNA Aufbaukurs
- Manifestieren und Überfluss
- Gewichtsrevolution Seminar
- Infoabend - jeden 2. Montag d. Monats 18h (Anmeldung)

Für Frauen

Henny Schmidt-Burkhardt

WunderLeben
Frauenberatung & Wegbegleitung

Einzelsitzungen & Telefonberatung
Tel.: 030/854 084 04

www.wunderleben-beratung.de
info@wunderleben-beratung.de

- Heilsame Selbstfürsorge & gesunde Selbstliebe
- Dankbarkeit und Wertschätzung als Ressource
- Cokreativ Beziehung gestalten
- Innere Schöpferkraft aktivieren

Gewaltfreie Kommunikation

Gewaltfreie Kommunikation mit Adelheid Sieglin, Lehrerin Christian Peters, Dipl.-Betriebswirt

Wir sind beide zertifizierte Trainer für GFK.

Veranstaltungsort: Nachbarschaftszentrum
Manfred-von-Richthofen-Str. 31
12101 Berlin-Tempelhof
Nähe Platz-der-Luftbrücke
aktuelle Termine + weitere Informationen:
Tel. 030 - 78954733
www.teamagentur.com

- Übungsabende montags von 18.30 bis 20.30 Uhr
  2. 12. für PädagogInnen
  9. 12. offen für alle
  Anmeldung und Vorkenntnisse sind nicht nötig.
- Intensivkurs in Berlin über 14 Tage an
  7 Wochenenden vom 25. Januar - 6. Juli 2014
  Grundlage für die eigene Anwendung
  und Baustein für die TrainerInnenausbildung
- Ferienkurs in Salecina/Schweiz
  9. - 15. August 2014

Weitere Kurse in Ulm und Rankweil/Österreich

Heilpraktiker-Schule

ARCHE MEDICA Akademie für Heilpraktiker

Private Ergänzungsschule
Inh.: Isabelle Guillou und
Ralf Barenbrügge, Heilpraktiker

Handjerystr. 22
12159 Berlin, Friedenau
Tel.: 030.851 68 38
schule@archemedica.de
www.archemedica.de

Ausbildung nach dem Bausteinprinzip:
1. HP-Prüfungsvorbereitung,
2. Ausbildung HP-Psychotherapie,
3. Klassische Homöopahtie (SHZ-zertifiziert),
4. Akupunktur (TCM) und Ohrakupunktur,
5. Irisdiagnostik, 6. Fussreflexzonenentherapie,
7. Bachblütentherapie, 8. Traumatherapie,
9. Coaching/Lebensberatung

- Infoabend Heilpraktikerausbildung, 03.12., 18–20 Uhr
- Infoabend Ausleitungsverfahren, 10.12., 18–20 Uhr
- Infoabend HP-Psychotherapie, 28.01.14, 18–21 Uhr

Heilpraktiker-Schule

Berliner Schule für Heilkunde seit 1985

Jürgen Meier und Peter Abadh Kühn

Stresemannstr. 21
10963 Berlin

Tel.: 030.694 36 24 + 412 9779
Fax: 030.694 75 64 + 417 09 925
www.heilpraktikerintensivausbildungen.de

Kompetente Vorbereitungskurse
auf die Überprüfung zur

Heilpraktikerin / zum Heilpraktiker
zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

Förderung durch Arbeitsagentur möglich!

Kostenlose Infoabende - 18:00 - 21:30 Uhr
15. Dezember 2013,
17. Januar und 16. Februar 2014

Weitere Infos finden Sie auf unserer Webseite.

Heilpraktiker-Schule

Harmony power Berlin

Schule des Allgem. Deutschen
Heilpraktikerverband e.V.

Eberswalder Str. 30
10437 Berlin

Tel.: 030 / 44 048 480
info@harmony-power.de
www.harmony-power.de

Zertifizierte Aus- & Weiterbildungen zum:

- Heilpraktiker
- HP für Psychotherapie / Psychologischer Berater
- Gesundheits-, Ernährungs- & Lebensberater
  Einstieg noch möglich; Termin telefonisch erfragen
  mit Förderung (BGS) d. Agentur f. Arbeit möglich!
- auch berufsbegleitend im Abendstudium
  Einstieg noch möglich; Termin telefonisch erfragen

Rabatt:
5% auf alle Seminare (Anzeige bitte mitbringen)

Heilpraktiker-Schule

HEILPRAKTIKER INSTITUT
HANNE EDLING

Heilpraktiker Institut Hanne Edling

Belziger Str. 69/71
10823 Berlin-Schöneberg

Telefon: 030.796 91 30
www.HanneEdling.de

Heilpraktiker-Ausbildung
- Praxisbezogene Prüfungs- und Berufsvorbereitung, Repetitorien
- Psychotherapie nach dem HP-Gesetz
- Coaching für Heiler und Berater

Naturheilkunde-Ausbildungen
- Fuß- und Handreflexzonenmassage
- Klassische Massage, Breuß Massage
- Metamorphose, Hildegard Heilkunde
- Aromatherapie, Aromamassage
- Biodynamische Massage, Bachblüten

Heilpraktiker-Schule

Institut Christoph Mahr

Katharinenstraße 9
10711 Berlin-Wilmersdorf

Tel.: 030.813 38 96
christoph.mahr@t-online.de
www.christoph-mahr.de

Psychotherapie nach dem HP-Gesetz

- Prüfungsvorbereitung
- 75 U-Std. mit Prüfungssimulation
- Tages- und Abendkurse
- anerkannter Bildungsurlaub
- aktualisiertes Manual
- Mehr Sicherheit durch eine optimale Vorbereitung

Kostenloser Infoabend:
Mittwoch, 4. Dezember um 19:00 Uhr

Heilpraktiker-Schule

iPt

Integrative Psychotherapie Konzept einer Psychotherapie der Zukunft

Institut Christoph Mahr
Katharinenstr. 9
10711 Berlin

Tel.: 030 - 813 38 96
www.ipt-berlin.de

Schulen- und Methodenübergreifender Therapieansatz, ausgerichtet an Erkenntnissen moderner Psychotherapie- und Hirnforschung mit den Methodenschwerpunkten:
- Schematherapie
- Gesprächstherapie
- Gestalttherapie
- Hypnotherapie
- Transaktionsanalyse
- Systemische Familientherapie
- Neuro-Linguistische Psychotherapie
- Logotherapie / Existenzanalyse

Nächster Infoabend: Mittwoch, 15. Januar, 19 Uhr

Heilpraxis

Marion Pierschkalla Energetische Prozessarbeit & Traumaarbeit SE®

Im Aquariana Praxis- und Seminarzentrum
Am Tempelhofer Berg 7d
10965 Berlin-Kreuzberg

0151.4344 2014
pierschkalla@aon.at
www.pierschkalla.at

- Brennan Healing Science®
- Brennan Integration Work®
- Somatic Experiencing® (Traumaarbeit P.Levine)
- Nonduales Kabbalistisches Heilen®
- Heart-Path Realignment®
- Kennenlernangebot: Do. 5.12.2013, Heilsitzungen 40 min., kostenl. (RK € 10.-), Anmeldung erforderlich!
- Einzelsitzungen und Seminare: Sitzungen finden vor Ort oder über Skype/Tel. statt (dtsch/engl.)

Heilpraxis

Werkstatt Leben&Kunst Psychologische Privatpraxis

Ines Sperling, Dipl.Psychologin

Friedrichshagener Str. 1-4
15566 Schöneiche b. Berlin

Tel.: 030.95599652
kontakt@privatpraxis-sperling.com
www.privatpraxis-sperling.com
www.werkstattlebenundkunst.de

- Clearingtherapie für Erwachsene und Kinder bei Um- und Besessenheit; bei Energien, die nicht zu unserer Persönlichkeit gehören; Lösen magischer Energien, sowie Gebäudeclearing, Naturclearing
- Rückführungstherapie

Kinesiologie

Kinesiologieschule.de
Mandiro Ordyniak (HP)

Regionaler Ansprechpartner der DGAK
Kinesiologie-
Ausbildungen & Fortbildungen

Stubenrauchstr. 22
12161 Berlin-Friedenau
Tel.: 030.791 16 41
eMail: KINSCHU@web.de
www.kinesiologieschule.de

- Metaphern / Vertiefung von Touch for Health: Fr, 6. (16h) - 8. Dez.
- Infoabend Kinesiologie - Ausbildung: Di, 21. Jan. 2014: 18 - 21 h
- Psycho-Kinesiologie PK1 / Tools: 25. - 26. Jan. Einstieg in die Kinesiologie / Ausbildung
- NEU - Kinesiolog. Familienaufstellung Di, 18. Feb. von 18 - 21 h
- Psycho-Kinesiologie PK2 / Gehirnintegration: Fr, 7. / 16h - 9. März

Einzelsitzungen - Balancen - Coaching
Infos zu weiteren Kursen auf Webseite / anfordern.

Körper(psycho)therapie

Lieselotte Diem

Körperpsychotherapeutin
seit 20 Jahren
Charakteranalytische Vegetotherapeutin
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Meßmerstr. 7 a
12277 Berlin
Tel: 030. 24 32 42 37
Handy 0178. 979 60 65
www.vegetotherapie-berlin.de

Was hindert uns, eine liebevolle, sexuell-befriedigende Beziehung zu leben?
Neurosen, Nähe-Ängste, Depressionen, Blockierungen, überzogene Ansprüche...
Vegetotherapie (reichianische Körperpsychotherapie) hilft, Blockaden und kindliche Verstrickungen zu lösen, den Energiefluss herzustellen, Neurosen auszutrocknen durch eine adäquate Bedürfnisbefriedigung.

Einzelarbeit, laufende Gruppe (Einstieg möglich), Paar-Sexualtherapie, Vorträge

Medium

Veronique Schmidtke

Spirituelle Lebensberatung

Privatsitzungen & Termin
nach Vereinbarung

Tel: 030 / 767 431 90
hp-therapie@gmx.de
www.sortarius.com

- Energie-Arbeit
- Aura- und Chakrenreinigung
- Rückführung und Seelenrückholung
- Reiki-Behandlung auch für Kinder
- Reiki für Tier
- Clearing
- Kartenlegung

Lesen Sie mehr auf meiner Homepage über:
Spirituelle Lebensberatung; Rückführung / Seelenrückholung, Kartenlegung, Spirituelle Raumreinigung, Lösung von Zwängen und Blockaden, Energie- und Seelenarbeit, Zeitreisen in die Vergangenheit ...

Rituale

Tania Maria Niermeier

Medium & Hellseherin
Spirituelle Lehrerin

Privatsitzungen &
Termine nach Vereinbarung
Tel.: 030/781 62 77
www.taniamaria-niermeier.de
www.die-hexenschule.de
taniashexenpost@yahoo.de

Mediale Beratung und Zukunftsdeutung:
- Kartenlegen, Tarot und Lenormand
- Handlesen
- Aura und Chakrareinigung
- Rückführungen und Seelenrückholung
- Spirituelle Raumreinigung
- Rituale und Schutzmagie
- Kabbalistisches Aufstellen

Die Hexenschule:
Einweihungsweg in die hohe Schule der Magie und Schöpferkraft.
Ausbildung zum Medium und Spirituellem Berater

Schamanismus

Katja Neumann

Heilpraktikerin
Certified Shamanic Counselor FSS

Gethsemanestr. 3
Berlin - Prenzlauer Berg
Tel. 030.43 73 49 19
www.katja-neumann.de

Schamanische Heilweisen
für kleine und große Menschen, Tiere und Orte.

- Shamanic Counseling nach Michael Harner
- Seelenrückholung,
- Krafttiere,
- Extraktion,
- Debesetzung

- offene schamanische Reisegruppe alle zwei Wochen Montags 18-20 Uhr (15 Euro)
- Trommelgruppe alle zwei Wochen Mittwochs 18 Uhr (Spendenbasis)

Seminarhäuser

essentis
bio-seminarhotel in Berlin

Weiskopffstraße 16-17
12459 Berlin

Telefon: 030-53 00 500
info@essentis-hotel.de
www.essentis-biohotel.de

Umgeben von Bäumen direkt am Spreeufer gelegen, ist das essentis ein außergewöhnlicher Platz in Berlin, um kreativ zu lernen, konzentriert zu tagen, Neues zu gestalten, Veränderungsprozesse anzustoßen und einfach bewusstes Sein zu üben.

- Räume für bis zu 200 Personen
- Fernsehfreie Zimmer mit Natur-Vollholzmöbeln
- Vegetarisches Bio-Restaurant
- Sauna, morgendliche Meditation und Yoga inklusive!

Seminarhäuser

Seminarhaus
Schlagsülsdorf

Hanne Wilberg
Am Dorfteich 8
19217 Schlagsülsdorf

Tel.: 038 875-201 02
www.haus-wilberg.de
info@haus-wilberg.de

Ein Ort der Stille und Kraft

- Ruhige Dorfrandlage inmitten der Natur
- Immer nur eine Gruppe zurzeit
- 32 Betten in 13 Zimmern
- Alle Zimmer mit Bad
- Heller Raum - 140 m2 mit Holzboden
- 1,5 ha Park mit Schwimmteich
- Große Sauna

Sexualität

Paarweise:
Die Kunst bewusst zu lieben

Hella Suderow
Christian Schumacher

Tel. 04165/829484
www.paarweise.info

Sexualität & Meditation
Achtsamkeitsschulung für Paare

Unser Ansatz kann als ein tiefgreifender Veränderungsprozess erlebt werden, in der die Basis für eigenverantwortliche Partnerschaft, jenseits von Romantik hin zu wirklicher Liebe geschaffen wird.

Autorisiert durch Diana Richardson (Slow Sex) begleiten wir Paare auf einem Weg vom Verstand in den eigenen Körper und vom Denken in ein tieferes Fühlen.

Zentren/Begegnung

SUFI ZENTRUM BERLIN

Kostenlose Seminare:
Derwisch-Drehen
Hayy-Kraft-Yoga und
Einblick in den Sufismus

Wissmannstr. 20
12049 Berlin/Neukölln

info@sufi-zentrum-berlin.de
http://sufi-zentrum-berlin.de

Jeden Mittwoch: 18:30 – 20 Uhr
Derwisch-Drehen für Anfänger und Fortgeschrittene

Jeden Sonntag:
14:00 – 14:45 Uhr Hayy-Kraft-Yoga
Atemübungen und spirituelles Yoga
mit Coach Rainer Becker
15:00 – 15:45 Uhr Derwisch-Drehen
für Anfänger und Fortgeschrittene
16:15 – 19:30 Uhr Einführung in den Sufismus
Konversation und Einzelgespräche
mit Sufi-Lehrer Metin Efendi

Zentren/Begegnung

SUFI ZENTRUM BERLIN

Sufi Zentrum Berlin lädt ein zur:
Sufi - Konversation
mit Sheikh Esref Efendi

Wissmannstraße 20
12049 Berlin/Neukölln
info@sufi-zentrum-berlin.de
http://sufi-zentrum-berlin.de

Jeden Freitag ab 20:00 Uhr:

- Sufi-Konversation mit Sheikh Esref Efendi
- Gemeinsame Mahlzeit
- Antworten auf individuelle Anliegen
- Beratung und Hilfe bei Lebenskrisen
- Einführung in die Sufi-Tradition
- Wege zum wahren Menschen

Unverbindlich und kostenlos!

2.12. Montag ☾♏

18:30-19:30h Meditieren lernen, 12 €, Schamanischer Heilraum, Kaiserdamm 21, T. 6120 1405, T. 0170/21 59 159, www.schamanischeHeilarbeit.de

RÖNTGENBLICK-METHODE
www.röntgenblick.com

19:00-20:30h Rolfing®-Infoabend mit Demonstration, Ort: Pestalozzistr. 104, 10625 Berlin (S Savignypl.), Info: Hubert Ritter, HP, Tel: 030-313 98 79, hubertritter@yahoo.com

3.12. Dienstag ☾♐

20:00h Familienaufstellung und Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen ohne Voranmeldung mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und Bettina Austermann im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7 d, Tel. 69 81 80 71, www.ifosys.de

4.12. Mittwoch ☾♐

20:00h Cello Klänge mit Veronika Otto auch am 11.+18.12. Aquariana, am Tempelhofer Berg 7d www.veronika-otto-cello.de

5.12. Donnerstag ☾♉

19:30h Offener Erfahrungsabend mit Frank Fiess und Team; Haus Lebenskunst, Mehringdamm 32; 030-25298700

7.12. Samstag ☾♒

11:00-19:00h Tierkommunikations-Seminar mit weiteren Techniken am Sa & So! Mehr Infos: 0331-704 6600, www.Praxis-Berlin-Friedenau.de

9.12. Montag ☾♓

20:00h Infoabend zur Ausbildung: Familienaufstellung/Integrative Systemische Therapie, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7 d, die Ausbildung begann November 2013, Einstieg noch möglich, fundiert, Raum für persönliches Wachstum mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, Infobroschüre anfordern IFO-SYS-Institut, Tel. 69 81 80 71, www.ifosys.de

11.12. Mittwoch ☾♈

19:30h Filme im Gespräch - Auf den Spuren der Intuition, Teil 3. Auszüge aus einer mehrteiligen Reihe des Bayr. Rundfunks. Int. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, 12055, Richardstr. 66

12.12. Donnerstag ☾♈

19:00-20:00h Info-Abend: Hochsensitivität & Introversion im beruflichen Kontext. Ort: Aquariana, Kosten: 10 € Anmeldung: 030/2313 6840 oder www.berufungsberatung-berlin.de

19:00-21:00h Themenabend Ahnen, 20 €, Schamanischer Heilraum, Kaiserdamm 21, T. 6120 1405, T. 0170/21 59 159, www.schamanischeHeilarbeit.de

13.12. Freitag ☾♉

18:00-20:00h Trommel-Workshop: intuitives Spielen auf der Rahmentrommel, 15 €, 6120 1405, 0170/2159159, www.schamanischeHeilarbeit.de

14.12. Samstag ☾♉

18:00h AMORC - Die Rosenkreuzer, Die Städtegruppe Berlin lädt ein zum Lichtfest. Um schriftliche Anmeldung wird gebeten. Kurfürstenstrasse 45, 12105 Berlin – Tempelhof, berlin-pr@amorc.de, www.rosenkreuzer.de

16.12. Montag ☾♊

19:30h Gesprächsabend. Offener Austausch über alles, was einem nach innerer Heiligung suchenden Herzen entspringt. Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, 12055, Richardstr. 66

21.12. Samstag ☾♌

14:00-18:00h Jahreskreisritual Wintersonnenwende, 30 €, Schamanischer Heilraum, Kaiserdamm 21, 61201405, 0170/2159159, www.schamanischeHeilarbeit.de

www.PostFascialTechnik.de
PFT®
Von der Osteopathie (therapeutische Körperarbeit) über Shin Tai (energetische Körperarbeit) zur Kundalini (Lebensenergie).
www.RalfWelti.de Tel. 0176 38 85 66 48

28.12. Samstag ☾♏

18:00-20:30h BenefitYoga zwischen den Jahren - Innehalten - Rest into feeling. 28. - 30.12. € 60, Tel: 030 - 8131040, wegdermitte.de

2.1. Donnerstag ☾♉

16:00h Das Mysterium der Raunächte - Seminar mit Nayoma de Haen 2.-5.1. im Havelland auf dem Hof der Stille. Beginn: 2.1. 16h. Weitere Infos und Anmeldung. Tel.: 0178 - 434 89 69, www.in-one-spirit.de

5.1. Sonntag ☾♓

11:00-17:30h Persönliche Vision 2014 (Innenweltreise + Aufstellung des neuen Jahres) Bamberger Str. 48a, Heike Sansoni, www.synergetik-berlin.de, 0177/2404257

REGELMÄSSIGE TERMINE

dienstags

19:00h Sei wer du wirklich bist - Lebenswünsche verwirklichen, blockierende Situationen, Gedanken und Gefühle auflösen – kostenloser Vortrag mit Arya C.Dix-Kühn, Rue Joseph le Brix 4,13405 Berlin, 030/4129775, Voranmeldung per Tel oder E-Mail.(Workshops dazu finden an jedem letzten Wochenende des Monats statt). www.toc-now.de

19:00-20:30h Soul Healing Abend mit Divine Healing Hands Blessing. Tai Chi Studio A. Pullen, Anklamer Str.38, 10115 Berlin, www.DrSha.de

mittwochs

19:00h Divine Soul Healing Abend/ Beitrag 50€ Tai Chi Studio A. Pullen Anklamer Str.38, 10115 Berlin, www.DrSha.de

freitags

20:00-23:00h Kuschelparty jeden 1. Fr. im Monat, Stresamannstr. 21, www.dilba-burnautzki.de, Tel.:030.8538133

Zahnarztpraxis

- Naturheilkundliche Beratung und Behandlung
- Amalgamsanierung
- Schwermetallausleitung
- Materialtestung und individuell verträgliche Versorgung
- Ästhetischer, metallfreier Zahnersatz
- Kiefergelenkbehandlung
- Ganzheitliche Kieferorthopädie

Dipl.-Med. Angelika Schuschke
Ganzheitliche Zahnmedizin
Siegfriedstr. 204
10365 Berlin - Lichtenberg
Tel. 030.99 27 6700

Unsere Sprechzeiten und umfassende Infos zu den Behandlungsmethoden finden Sie auf www.ganzheitliche-zahnmedizin-schuschke.de

Ausbildung

Ausbild. ROMPC®-Traumapädagogik m. Ute Lörcher! Integrative Methode f. Pädagogen, Therapeuten etc. Ab 28.3. insgs. 6 WE-Module. Info 0173-6270020, www.sensibel-beraten.de

Der Starttermin des X. Aus- und Fortbildungszyklus in Systemischer Aufstellungsarbeit geleitet von Heinz Stark (Institut für Systemisch Integrative Therapie) ist verlegt auf den 12. Februar 2014.T. 05855-978233, www.starkinstitute.com

Familienaufstellung/Integrative Systemische Therapie - 2- jähr. Ausbildung: fundiert, professionell, Raum für persönliches Wachstum in achtungsvoller Atmosphäre begann November 2013, Einstieg noch möglich, in Berlin, Infoabende Mo 9.12., 20 Uhr im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, Infobroschüre anfordern IFOSYS-Institut, Tel. 69 81 80 71, www.ifosys.de

Yoga Lehrer Ausbildung, Tantric Tradition, in Goa Indien, YogaAlliance® 200Hr+500Hr Registered Yog aTeacher™certifications, Infos: yogaforpeople@yahoo.de

Dies & Das

Buchhaltung mit Spirit! „auch vor Ort" mit OPOS, ANLAG, KOST, Lohnbuchhaltung & einiges mehr. Wir freuen uns auf Ihre unverbindliche Anfrage! Britta Müller Buchhaltung & Organisation, Köpenicker Straße 45, 12524 Berlin, Tel.: +4930 6706 83 22, Fax +4930 6789 96 66, E-Mail bm-fibu@web.de, URL://www.bm-fibu.de

Sylvester: Qi-Gong und Stillsein zw.Pferden im poln.Isergebirge Nähe Görlitz; gr.Saal, BioZiegenHof www.konik-polski.de

Kontakte

www.Gleichklang.de: Die alternative Kennenlern-Plattform im Internet für naturnahe, umweltbewegte, tierfreundliche und sozial denkende Menschen. Sei jetzt dabei!

Räume/Häuser biete

Akkadeus: Schöne gepflegte Räume mit Stuck und Parkett für Seminare und Einzelarbeit zu vermieten. Berlin Wilmersdorf nahe Prager Platz. www.akkadeus.de

Aquariana-Zentrum: Praxis- und Seminarräume, gepflegt, guter Service/Ausstattung, Parkplatz. Am Tempelhofer Berg 7d, Krzb, 030-6980 810, www.aquariana.de

Atmosphärisch warmer Raum mit Holzdielen in ruhiger Lage in Naturheilpraxis in Steglitz zu vermieten. Tel. 46726434

Pberg Raum zu vermieten für nette Kollegen! ab 1 Tag/Woche (110 Euro/Monat) inkl. eigenem Schrank, T 44793271 www.gaca-coaching.de

Schöner 100-qm-Raum mit Parkett am Hermannplatz für Bewegung, Seminare u.ä. tags und am WE zu vermieten. www.chachachicas.de, 030.78706481

Schöner, heller Praxisraum, Prenzlauer Berg, ab 02/14 mittwochs frei. 100 Euro/ Monat info@naturpraxisberlin.de

Seminarraum Vermietung. Wunderschöne Seminarräume (30m2 & 130m2) in Yogaschule (Kastanienallee, P'Berg) zu vermieten. Die Räume können stundenweise, für ganze Tage oder WE gemietet werden. Preise auf Anfrage: vidya@dogblessyou.de

Vermiete schöne helle ruhige Therapierräume und Seminarraum in Berlin Mitte. Mit Küche WC und Garten. 0176/62501451

www.CAREandSHARE.de; schöne, helle Räume in 10777 Schönebg; 48 + 18qm, ab 5 €/h; o. Tage/WE; U4-Bhf-nah; Küche/Dusche/Übernachtung; 03328.309181

Yoga- und Eventraum in Schöneberg zu vermieten. 80m², hell, mit angenehm klaren Ambiente. T. 030-43734744, www.lotussaal.de

zeit-und-raum-Zentrum in Schöneberg, sehr schöner, ruhiger, großer Seminarraum 126qm mit Parkettboden, sehr verkehrsgünstig an der U-Bahn, mit Küche und professioneller Tontechnik, 030-47 98 16 26, www.zeitundraum.org

Räume/Häuser suche

Meditationsgruppe sucht Raum (in Praxis o.ä.) m. ca.10 Sitzgh, 3x pro Wo. abends. T. 030-89504311

Reisen

Bali-Urlaub,Retreat & Seminar „Schlüssel zum Herzen" Eine Reise gefüllt mit Schätzen für Ihre Seele, voller Magie und Lebendigkeit. Ich freue mich auf Sie. www.info-baliretreatreisen.com

Pyramiden in Bosnien: eine spirituelle Reise vom 13.-21.4.2014. Maria Dunkel, 05103–927392 www.Pyramiden-in-Bosnien.de

Seminare

Für Frauen: Weihnachten: Kaiserin. Wilde Rauhnächte, Tanz über Silvester. Bildungsurlaube zu Gewaltfreier Kommunikation, Spurensuche (Aufstellungen), Innere Kritikerin. www.altenbuecken.de, Tel. 04251-7899

Kreativität und Selbstverwirklickung. Ein 4-Tages Seminar in schönem Wellnesshotel an der Ostsee. 27.01.-31.01.2014. info@coachingzentrale-berlin.com, 030/2949784

Silvester-Celebration -- Persönliche Visionen und Ausrichtung auf ein selbstbestimmtes, erfülltes Leben: 29.12.-01.01.; www.institut-lebenskunst.de: 030-25298700

Wohnen

Frau sucht Mitbewohner für grüne Stadtrandlage, Nähe S-Bhf. Rahnsdorf. Kosten 400,00 €, Tel.: 0177-2500009

Workshops

Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten Di 3.12., 14. 1.2014, 20 Uhr, Seminar 10.-12.1.2014 mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 69 81 80 71, www.ifosys.de

Astrologie Zentrum-Berlin
Vorträge von 19.30-21.30h

THEMENABENDE:
Do, 12.12., Werner Held „Die verschiedenen Spielarten der Sexualität" Die begehrlichen Vorlieben der Planetenarchetypen, Zeichen, des Mondperigäums und der erotischen Asteroiden.

VORTRAGS-CDS:
Gutes Karma – Schlechtes Karma // Depression und Burnout im Horoskop // Jahresthemen 2014 // www.mariusverlag.de Tel. 03322-1286915

ASTROLOG. BERATUNG:
Tel. 030-785 84 59

ASTROLOGIE-WEITERBILDUNG:
Weiterbildung zum Astro-Coach / Berater
Wochenendausbildung für Einsteiger

Möckernstr. 68
10965 Berlin
Fon & Fax 785 84 59
astrologie-zentrum-berlin.de

Achtsamkeit

Achtsamkeit und Meditation (Bewegung und kurze Texte) in der HP-Naturheilpraxis, Fehlerstraße 10, 12161 Berlin-Friedenau, mittwochs 17.30-19 Uhr. Um tel. Anmeldung wird gebeten: 030/ 453 77 82

Achtsamkeit und Stressbewältigung Neue Kurse ab Januar 2014 Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR) 8 Termine in Schöneberg: 8.1.14. 18:15-21:00 Lichterfelde-West: 15.1.14. 10:15 - 13:00 Informationen unter: www.achtsamkeit-oerter.de, mail@achtsamkeit-oerter.de

Astrologie

Astrologische Beratung und Schulung. Michael Backhaus. Tel. 030 - 21 99 61 31

Erfahrene Astrologin bietet Beratung zu allen Themen an, Tarot, Artemis T:21996146 o. T:0178-6344832

Beratung

Du suchst ein offenes, waches Ohr und helfende, heilsame Worte? Wir sind da! Claudia&Manfred: Di, Fr, So. von 17-21h, Tel: 09003300888 D: 1,99/min

HP Psychotherapie mit psycholog. Astrologie hilft in Zeiten v. Umbruch u. Neuorientierung! Auch kreatives Schreiben und Artist-Coaching! www.annettevandenberghcoaching.de Tel.: 030-98339482 U-Bhf. Vinetastr.

Psychologische Beratung und Coaching bei Konflikten, Krisen, Stress/Burnout, Selbstwertproblemen. Uta Herudek 030 61650887

Bewusstseinsarbeit

Spirituelle Begleitung, Rückführungen und Chakrenreinigung mit Ayleen, Tel. 94392281, www.ganzheitliche-psychische-strukturen.de

www.spirituelles-esoterisches-Lexikon.de

Buddhismus

Tibetisch-Buddhistische Weisheit. Vortragsreihen, Seminare und Studienkurse von Sherab Dorje (Jan Köhler), www.sherab.de

Coaching

Coaching für Künstler und Kreative. Blockaden erkennen und überwinden. Fortlaufende Gruppe und Einzelberatung., T. 030/2949784 info@coachingzentrale-berlin.com

Energetische Psychologie

EFT, Hypnose, EMDR, Jacqueline Hollander, HP für Psychotherapie. T:787 55 01, Schöneberg, www.Jacqueline-Hollander.de

(Familien-)Aufstellungen

Auf dem Weg nach Hause - Jahresgruppe f. Familienaufstellung. 2014 - Um sich auf den Weg machen zu können, braucht man einen sicheren und kraftvollen Rahmen. Die Zusammenarbeit in einer vertrauten Gemeinschaft baut ein starkes Feld auf und ermöglicht so tiefe Veränderungen. In einer festen Gruppe (max. 12 Tn.) wollen wir unsere Prozesse gemeinsam vertiefen, lösen und heilen. Wir treffen uns 12x (dienstags 19-22) im Prenzlbg. u. können pro Termin 2-3 x aufstellen. Beitrag 300 € p. P.; kostenl. Teiln. als Stellvertreter an unseren anderen Veranst. Termine: www.kaiseraufstellungen.de

Familien- und Systemaufstellungen seit 1995, Ltg. Harald Homberger, Berlin/Kassel u.a. Weiterbildungen, Info: 0561.7660415, www.familienstellen-berlin.de

Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten: Di 3.12., 14. 1.2014, 20 Uhr, Seminar: 10.-12.1.2014 mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 69 81 80 71, www.ifosys.de

Familienaufstellungen, Seminare, Einzelarbeit, Weiterbildung Dr. Renate Wirth, Tel. 030 - 30 10 46 57, www.aufstellungstage.de

Heilpraxis

Hildegard von Bingen, Aderlass, Fasten, Kräuter, Ernährung, Ausbildungskurs, HP Daniela Dumann, Tel. 36430358, www.danieladumann.de

Hochsensibilität

Beratung, Therapie, Infoabende, Achtsamkeitspraxis im Raum für Leichtigkeit, Gudrun Schultheiß, Hackerstr. 10, 12163 Berlin, Tel. 030/788 92 461, www.wasnunwastun.de

Hochsensibilität - eine Herausforderung Achtsame Begleitung für einen ruhigen Geist & ein glückliches Herz. Fein abgestimmte Behandlung mit Sehgal-Homöopathie. Tel.: 47374671 www.Heilpraxis-Hille.de

Ein Gewinn für jeden: www.wed-homoeopathie.de

Jodeln

Jodeln baut Stress ab, stärkt die Lungen und berührt das Herz. Kurse m. Ingrid Hammer, 030.7822485, www.jodeln-in-berlin.de

Kartenlegen

Hellfühl. Kartenlegen, treffsicher, Engelzahlen, Schutzengel, 0900 522 2289, 1,99 €/Min.a.d.dt. Festnetz, Mobil ggf. teurer. oder inge-kartenlegen.de

Konzerte

Zwischen Okzident und Orient, Keltisch, Barock und Sufi, Les Seraphines - Konzert Sa, 14.12., 20 Uhr, Philharmonie Berlin, Karten unter artekonzert.de

Massage

Entspannungsmassage+Reiki, neu in Friedenau, Fallen lassen und Frieden finden, www.alles-entspannung.de, Tel. 03305 628 564

KGS Berlin wünscht allen Lesern wunderschöne Adventstage, ein fröhliches Weihnachtsfest und einen wunderbaren Start ins neue Jahr.

Massage vom Feinsten, ab 29,- € - Auch als Gutschein! Das passende Geschenk. 030-20896738, www.praxislebenskunst.de.

Meditation

Klangmeditation für dich. Info u. Anmeldung: Tabea Scheffler, www.phi-berlinbrandenburg.de, 030-55958481

Berlin CHIRON

Die Schule für Klassische Homöopathie Berlin
Leitung: Mareen Muckenheim
Ausbildung und Fachfortbildungen
www.chiron-berlin.de

Praxis für Klassische Homöopathie, Körperpsychotherapie und Coaching
Mareen Muckenheim
Eisenbahnstr. 22
10997 Berlin
Tel: 030 - 611 71 00
www.muckenheim.de

Musik/Musiktherapie

Singen ist Deinem Herzen erlauben zu klingen! Erfahrene Opern- & Konzertsängerin gibt Unterricht für alle Altersgruppen, allein oder in kleinen Gruppen. laah@gmx.de, 0176-78157593

Partnervermittlung

www.Gleichklang.de: Die andere Partnerbörse im Internet für spirituell Bewegte!

Psychotherapie

systemische Psycho- Paar- u. Familientherapie (SG); Begleitung nach traumatischen Erfahrungen in Schwangerschaft u. Geburtshilfe, Dipl.-Psych. u. Hebamme Bettina Strehlau, Tel. 030.20256527, www.praxis-strehlau-berlin.de

Radionik

Radionik Quantenphysik 1 Quantensprung! Energiecoaching Ulrike v Schrader, www.qua-insights.de, T. 030-224 95 277

Anzeigenschluss für die KGS-Januar-Ausgabe
13.12.2013

Reiki

Für alle Reiki-Praktizierenden und Reiki-Lehrer: das Reiki Magazin! Auch Urkunden, Adresseinträge, Reiki-Shop, Gratis-Downloads: www.reiki-magazin.de

Reiki-Behandlungen & Seminare bei Reiki-Meisterin, Fußreflexonenmassage, Steglitz, Nähe U/S-Bhf., Tel.: 0171 890 60 56

Rückführungen

Rückführungen, mediale Beratung, Aufstellungen, Reiki und Meditation mit Ute Franzmann, ute.franzmann@web.de, T. 326 644 32

Selbsterfahrung

„Walking-in-your-shoes“: Sich selbst und andere verstehen. Die Alternative zur Familienaufstellung. Kurse und Ausbildung. Tel. 0511 211 05 13, www.WIYS.de

Tai Chi

TaiChi/QiGong in Charl-burg + Gindler/Gora-Atemarbeit seit 1981. Achtsamkeit, anatomischer Aufbau,. Kassenzusch. G.M. Franzen: 030.3121239, moveri-berlin.de

Tanz/Tanztherapie

Weiterbildung in Tanztherapie, Grund- u. Aufbaustufe. Infos unter T. 030.3470 8013 oder www.tanztherapie-zentrum-berlin.de

RUSSISCHE METHODEN
www.modernegesundheit.com

Therapie

Einführung in den Moving Cycle - eine Weiterbildung in bewegungsorientierter Psychotherapie, basierend auf somatischer Psychologie u. Neurowissenschaft www.tanztherapiewerkstatt.de

Tierkommunikation

Erfahrene Tierkommunikatorin weiß Rat bei tierr. Problemen, Tierreiki, Jenseitskontakte, Artemis T:21996146 o. T:0178-6344832

Gespräche mit Mensch und Tier Tierkommunikatorin Dörte Schewe 0151-20 50 33 52

GONGSCHLAG! KRÜGER! WAS FÜR EIN GENIALES WERK!

HEILER UND HEILER WERDEN
Klappenbroschur,
144 Seiten, A5
EUR 14,80
edition herzschlag im Verlag Simon+Leutner
ISBN 978-3-922389-99-6

Neu in Ihrer Buchhandlung!

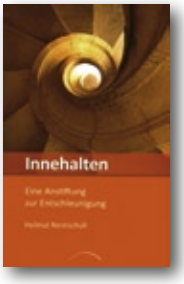
Der bekannte Berliner Homöopath, Heilpraktiker und Schulleiter der Berliner Samuel-Hahnemann-Schule Andreas Krüger spricht in einem Zeitraum von über drei Jahren mit der freien Journalistin Haidrun Schäfer über die Magie des Heilens, die Weisheit des Körpers, eine zugewandte, tröstende Medizin - über existenzielle Grundfragen des Heiler- und Menschseins und wichtige Aspekte einer integrativen Heilpraxis. Das Buch ist ein engagierter Beitrag zur spirituellen Dimension des Heilens - dabei vor allem für eine „demokratischere“ Grundhaltung, die sich dem inneren Wissen des Klienten verpflichtet fühlt. Andreas Krügers Erfahrungen aus zahlreichen Ausbildungen und langjährigen Therapien, seine ganz persönlichen Erlebnisse, fließen dabei immer mit ein, so dass Theorie und Praxis ein lesenswertes Zusammenspiel bilden. Eine inspirierende Einführung in die große Welt der Naturheilkunde.

SL

www.simon-leutner.de

Innehalten

Das ist vor allem ein Mittel, um unser rasantes Leben mehr in Balance zu bringen und uns zu einer offenen Wahrnehmung zu führen. Doch neben der so notwendigen Entschleunigung zeigt sich, dass Innehalten auch ohne Verlangsamung sogar während einer Aktivität geschehen kann - mit entscheidenden Auswirkungen auf uns und die Aktivität. Dieser Aspekt wird vertieft durch einen Ausflug in die Alexander-Technik, in der Innehalten eine zentrale Rolle spielt. Doch Innhalten kann leicht als Unterdrücken missverstanden werden. Eine Methode wie Voice Dialogue kann uns



davor bewahren und uns helfen den Unterschied zu verstehen. Zwischen den Kapiteln des Buches finden sich „Intermezzi“, die die Themen „Innehalten, Wahrnehmung, Gewohnheit, Entwicklung und Achtsamkeit“ aus Sicht der Hirnforschung darstellen.

Helmut Rennschuh: Innehalten, Kreative Kraft und Bewegung, 280 Seiten, Broschur, 19,95 Euro, J. Kamphausen Verlag, ISBN: 978-3-89901-757-1

Denken wie ein Buddha

Unser Gehirn ist das bei Weitem wichtigste Organ unseres Körpers. Was in ihm geschieht, bestimmt unser Denken und Fühlen, unsere Worte und Taten. Gleichsam bestimmen unsere Gedanken aber auch die Struktur unseres Gehirns. Während negative Erfahrungen oft lange im Gedächtnis bleiben und unseren Alltag dominieren, werden positive Ereignisse nur wenig oder gar nicht zur Kenntnis genommen. Was entsteht, ist eine negative Verzerrung, die unser Handeln blockiert und unseren Blick auf die Wirklichkeit trübt. Rick Hanson zeigt in seinem Buch, wie es mit Hilfe

positiver Erfahrungen gelingen kann, das eigene Gehirn physikalisch zum Besseren zu verändern.

Rick Hanson, Denken wie ein Buddha, Gelassenheit und innere Stärke durch Achtsamkeit. Wie wir unser Gehirn positiv verändern, Klappbroschur, 288 S., ISBN: 978-3-424-15203-6, 16,99 Euro, Verlag: Irisiana

Rauhnächte

Der Blick in die Zukunft, umherirrende Geister, Bräuche des Beschwörens, Beschwichtigens und Bannens – die zwölf Rauhnächte zwischen dem 25. Dezember und dem 6. Januar umgab von jeher ein besonderer Zauber. Dieser magische, liebevoll vierfarbig gestaltete und fundierte Begleiter durch jene sagenumwobene Zeit lässt die letzten Tage des Jahres zu etwas ganz Persön-

lichem werden: zu einer heilsamen Zeit der Rückschau, tiefer Selbsterfahrung und Ausrichtung auf das Kommende. Mit alten Orakel-Techniken, Anleitungen fürs Räuchern, für Rituale, das Anfertigen von Schutzamuletten und vielem mehr. Die Autorin Elfie Courtenay wuchs mit alten Bräuchen und Überlieferungen auf und entdeckte früh ihre Liebe zur Natur. Sie bietet unter anderem meditative Wanderungen und Wildkräuterexkursionen an und ist Führerin im Freilichtmuseum Glentleiten in Großweil bei Murnau.

Elfie Courtenay, Rauhnächte, Die geheimnisvolle Zeit zwischen den Jahren - Alte Bräuche und magische Rituale für sich entdecken, Broschur, 160 Seiten, durchgehend vierfarbig, 9,99 Euro ISBN: 978-3-7787-9247-6, Verlag: Heyne

Geister im Herzen

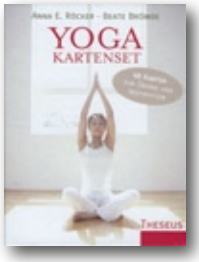
Der schamanische Lehrer Olaf Bernhardt beschreibt im Gespräch mit Jennie Appel seine Erfahrungen mit der schamanischen Arbeit und den Spirits. Er berichtet von den Kräften, die

in der Natur und in uns wirken sowie von Ritualen, die die Erlebnisse und Botschaften der Anderswelt in unseren Alltag zu integrieren helfen.

Olaf Bernhardt mit Jennie Appel: Spirits – Geister im Herzen, 178 S., Hardcover, Arun Verlag

Yoga Kartenset

Dieses Kartenset wurde aufgrund langjähriger Yoga-Erfahrung entwickelt. Die Zitate aus dem Yoga-Sutra von Patanjali sollen die enge



Beziehung der Körperübungen mit dem geistigen Hintergrund des Yoga unterstreichen. Die Karten sind sowohl für Anfänger geeignet, da

sie im Begleitbuch eine detaillierte Beschreibung der Übungen finden, als auch für Fortgeschrittene, die mit den Asanas bereits vertraut sind.

Anna E. Röcker/Beate Brömse: Yoga Kartenset, Theseus, 48 Karten mit Begleitbuch, 17,95 Euro

Liebe in den Lenormand-Karten

Sehr oft werden die Karten zu Rate gezogen, um eine Antwort über den Stand von Beziehungen zu erhalten. Wenn innerhalb einer Beziehung alles nach Wunsch verläuft, werden

wir nicht so schnell die Karten um Rat fragen. Aber sobald es Konflikte gibt oder wir den Überblick verloren haben, hoffen wir, dass die Karten weiterhelfen können. Darum konzentriert sich die Autorin auf schwierige Situationen und führt in die tiefgründige Welt der Kartensymbolik.

Christiane Renner: Liebe im Lenormand, Königsfurt Urania, Krummwisch, 2013, 190 Seiten

Engelbotschaften

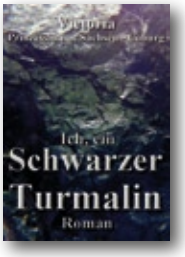
Sieben Engelwesen sind in diesem Set versammelt, deren Energie Amarata Sol sensibel in ihren Bildern eingefangen hat. Jutta Westphalen hat zu jedem dieser Engel unterstützende, heilende, mutmachende

und lichtbringende Botschaften empfangen und in Worte gefasst. Ein kraft- und liebevoll gestaltetes Kartenset mit Meditationsanleitung, das zur Begegnung mit den Engelwesen einlädt.

Jutta Westphalen/Amarata Sol: Engel, Kartenset, Irdana, 2013, 14,50 Euro

Schwarzer Turmalin

Ein kleines Buch über die heilsamen Wirkungen des schwarzen Turmalins, über Anwendungsmöglichkeiten und



Entstehungsgeschichte – verpackt in einem kleinen Roman, erzählt aus der Perspektive eines Steins.

Victoria Prinzessin von Sachsen – Coburg: Ich, ein Schwarzer Turmalin, Wittgenstein Verlag, Paderborn, 2013, 62 Seiten, 4,95 Euro

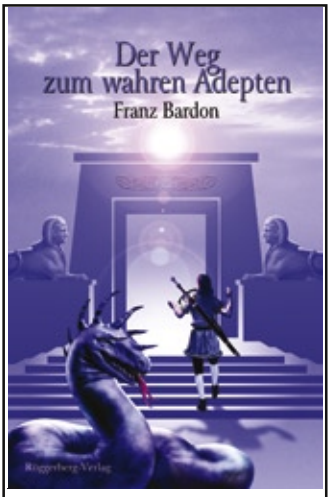
KALENDER

Himmlische Konstellationen 2014

Ein astrologisches Jahrbuch, das sich durch übersichtliches Layout, anschauliche Darstellung der astrologischen Konstellationen und kompakte, professionelle Informationen auszeichnet. Natürlich mit allen relevanten astrologischen Daten: Aspekte, tägliche, wöchentli-

che und monatliche Ephemeriden mit Mittags- und Mitternachtsephemeride, Zeichenwechsel der Planeten, Rückläufigkeit und vielem anderen mehr.

Markus Jehle: Himmlische Konstellationen 2014 – Leben und Handeln im Einklang mit dem Kosmos, Chiron Verlag



Franz Bardon
Der Weg zum wahren Adepten
Das Geheimnis der 1. Tarotkarte. Ein Lehrgang der Magie in 10 Stufen. Theorie und Praxis einer Einweihung.
26. Auflage!
393 Seiten, geb., € 32,00

Die Praxis der magischen Evokation
Das Geheimnis der 2. Tarotkarte. Kontakt mit Engeln der geistigen Hierarchie. Beschreibung aller magischen Hilfsmittel.
560 Seiten, geb., € 40,00

Der Schlüssel zur wahren Kabbalah
Das Geheimnis der 3. Tarotkarte. Weltweit das einzige Buch über kabbalistische Praxis.
309 Seiten, geb., € 28,50

Frabato - Autob. Roman
Über Schambhala, die Hierarchie der Meister, magische 99er-Orden. 215 Seiten, € 19,50

Rüggeberg-Verlag
T./Fax: 0202-592811
www.verlag-dr.de

Sternenlichter 2014

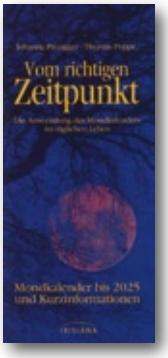
Der 30. Astrokalender von Petra Niehaus hat die Rückläufigkeit der Planeten als Themenschwerpunkt.

Während dieser Phasen wird uns Vergangenes nochmals vor Augen geführt. Ebenso weisen uns rückläufige Planeten einen Weg nach innen. Hierzu gibt es Erfahrungsberichte, Übungen, Bilder und Texte.

Petra Niehaus: Astrokalender – Sternenlichter 2014, Chiron Verlag, 12, 95 Euro

Traditionelles Mondwissen

Mit diesem Kalendarium halten Sie das perfekte Werkzeug für die Kunst des Handelns zum richtigen Zeitpunkt in den Händen für Gartenbau,



Gesundheit und Gesundwerden aus eigener Kraft – all das und mehr noch wird durch das Wissen um die Natur und Mondrhythmen viel leichter. Alles, was man dazu braucht, ist ein wenig Geduld und Selbstvertrauen – und auch diesen Kalender.

Johanna Paungger/Thomas Poppe: Vom richtigen Zeitpunkt – Mondkalender bis 2025, Irisiana, München, 2013

Jetzt!

Der in Deutschland geborene Lehrer und Autor Eckhart Tolle gehört zu den größten Weisheitslehrern unse-

rer Zeit. Sein Longseller „Jetzt! Die Kraft der Gegenwart" hat inzwischen Kultstatus. Dieser Taschenkalender enthält für jede Woche Zitate.

Eckhart Tolle: Jetzt! ist immer meine Lieblingszeit, J. Kamphausen, 9,95 Euro

Die Zeit ist gut!

Mit diesem Taschenkalender begleitet Louise L. Hay mit Affirmationen durch die Wochen und Monate des Jahres 2014. „In dem Augenblick, in dem du

Affirmationen machst, legst du die Opferrolle ab. Du bist nicht länger hilflos. Du erkennst deine eigene Kraft an."

Louise L. Hay: Die Zeit ist gut!, Kalender 2014, Lüchow, 9,95 Euro

SCHMÖKER FÜR DIE WEIHNACHTSZEIT

Mut und Mitgefühl in Afghanistan

Im Jahr 2006 arbeitete die neuseeländische Anwältin Marianne Elliott als Menschenrechtsbeauftragte für die Vereinten Nationen in Afghanistan. Kurze Zeit nach ihrer Ankunft, als sie die alleinige Verantwortung für das UN-Büro in Herat übernahm, wurde einer der Stammesfürsten ermordet. Elliott berichtet über ihre Erfah-

rungen in einem der gefährlichsten Krisengebiete der Welt und darüber, was es heißt, unter großer Belastung sein Herz und seinen Verstand zusammenzuhalten. Es ist die ehrliche und bewegende Geschichte einer Frau, die für Frieden und Gerechtigkeit ihr Leben aufs Spiel setzte.

Marianne Elliott: Mit dem Herzen einer Kriegerin, Aurum, Bielefeld, 2013, 430 Seiten, 19,95 Euro

Une année de neige

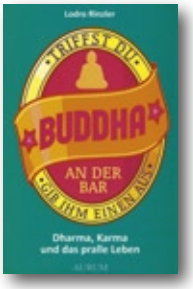
Christrosen bilden unter dem Schnee ihre Blüten und haben eine magische Kraft, um Heilungsprozesse in Gang zu setzen. Sébastien ist zehn Jahre alt und an Leukämie erkrankt. Ihn zieht es zu seinen Großeltern aufs Land, denn er ist davon überzeugt, dass er

in der herrlichen Natur die Kraft finden wird, die heimtückische Krankheit zu besiegen. Auch dieser Roman atmet den Zauber des „einfachen Lebens", wie Christian Signol ihn bereits in „Marie des Brebis" beschwor.

Christian Signol: Wenn die Christrose blüht, Urachhaus, Stuttgart, 2013, 208 Seiten, 18,50 Euro

Buddha an der Bar

In seinem Vorwort schreibt Lodro Rinzler: „Das hier ist nicht das Meditationsbuch deiner Großmutter. Es



ist deins. Wobei ich davon ausgehe, dass du ab und zu gerne mal ein Bier trinkst, Spaß am Sex hast, dass dir klar geworden ist, dass deine Eltern verrückt sind, oder dich deine Arbeit manchmal frustriert. Musst du Buddhist werden, um dieses Buch zu mögen? Nein. Es reicht aus, wenn du bereits ein wenig gelebt hast und bereit bist, dir dein Leben aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten.“

Lodro Rinzler: Triffst du Buddha an der Bar, gib ihm einen aus, Aurum, Bielefeld, 2012, 224 Seiten, 18,95 Euro

Erleuchtung in Poona

Moritz Boerner ist 1945 geboren und arbeitete als Filmemacher, Seminarleiter und Autor. Dieses Tagebuch

zweier Indienreisen in den Jahren 1978 und 1979 in den Ashram von Bhagwan nach Poona ist die Darstellung einer Abenteuerreise ins eigene Bewusstsein. „In diesen Aufzeichnungen über ein vergangenes, unwiederholbares, spirituelles Experiment kann der Leser den Autor auf seiner Odyssee durch die aus heutiger

Neue Weiterbildung „Aufstellungen in Gruppen und im Einzelsetting“ ab März 2014

Dr. Renate Wirth
Systemische Therapeutin

Für wen:
- für Interessenten aus begleitenden, beratenden und therapeutischen Berufen als ergänzende effektive Methode im Beruf sowie
- für den eigenen Erkenntnis- und Heilungsweg.

Werden systemische Verstrickungen gelöst, werden Freude, Erfolg, liebevolle Beziehungen, Vertrauen und Kreativität möglich.

Inhalte:
Systemische Dynamiken, Anamnese, Genogramm, Aufstellungsverlauf, Vor- und Nacharbeit, Herkunfts- und Gegenwartsfamilie, Paarthemen, Gesundheit, Beruf, Erfolg, Geld u.a. als Familienaufstellung, Symptomaufstellung, Organisations- und Strukturaufstellung.

Beginn: 21. 03. 2014
8 Wochenenden im Block 2.975 €, kostenl. Infoabende am 06.12.13, 23. 01., 13. 02., 13. 03. 2014, jeweils 18 - 20 Uhr im Akkadeus

Leitung, Infos, Anmeldung:
Dr. Renate Wirth im Akkadeus
Praxis für Systemaufstellungen,
Prinzregentenstr. 7, 10717 Berlin

Tel. 030 - 30 10 46 57
Mobil 0172 - 18 32 635
renate.wirth@aufstellungstage.de

Bei Interesse sende ich Ihnen gern die Weiterbildungsmappe zu.

Eine Weiterbildung für jeden.

www.aufstellungstage.de

KLANGMASSAGE WORKSHOPS

Klangmassagen sind ein Wohltat für Körper, Geist und Seele und bringen uns sehr schnell in tiefe und erholsame Entspannungszustände. Die 5-stündigen Workshops vermitteln einen kleinen Einblick in diese tolle Massage und Therapieform.

Tauche mit uns in ein Meer aus vibrierenden Schwingungen und entspannenden Klängen!!

Alle Termine und weiteren Informationen unter:
www.purnayogaberlin.de
klang-purna@web.de
030-29360424/0179-1299113
Buchung auch als Geschenkgutschein möglich!!

foodwatch®
die essensretter

Gesundes und sauberes Essen? foodwatch deckt auf, was Ihnen durch falsche Werbeversprechen von der Industrie vorgegaukelt wird.

Thilo Bode, ehemaliger Greenpeace-Geschäftsführer, hat foodwatch gegründet, um die Interessen von Verbrauchern wirkungsvoll zu vertreten.

Unterstützen Sie foodwatch. Werden auch Sie Fördermitglied.

Informieren Sie sich unter:

www.foodwatch.de

Lichtgitter-Energiearbeit mit

Damien Wynne

Fr, 27. Dez.
Gruppenklärung
18.30 - 22.30h, 33,- €

Sa, 28. + So, 29. Dez.
Intensivtage
je 11 - 18h, je 100,- €
beide Tage zus. 180,- €

Di, 31. Dez.
Silvester-Special
12 - 16 Uhr, 33,- €

Do, 2. Jan.
Neujahr-Special
18.30 - 22.30h, 33,- €

Infos & Anmeldung:
Esther.Norman@web.de
0177- 502 7503
damien-wynne.de

Sicht fragwürdigen Therapiegruppen begleiten – alle Teilnehmer sind nackt, die Veranstaltungen finden in einer Art vergrößerter Gummizelle statt, Männer und Frauen gehen auch körperlich aufeinander los und Gruppensex ist nicht ausgeschlossen. Der Autor schont sich nicht, wir erfahren viel über seine Ängste, seine dunklen Seiten und Komplexe, seine Kindheit, aber auch die an manchen Stellen schwer zu ertragende Selbstgerechtigkeit. Moritz Boerners Tagebuch ist das Dokument einer Ära, die unwiederbringlich vergangen ist."

Moritz Boerner: Erleuchtung in Poona, Verlag auf der Warft, Hamburg, 2013, 276 Seiten

16 und ungeküsst

Nein, kein esoterisches Sachbuch, sondern für die Ferienzeit mal wieder eine Empfehlung eines unterhaltsa-

men, witzigen Jugendbuches. Es ist ein Tagebuch der 16-jährigen Lilia, in dem es um Balzverhalten und die Entscheidung für den richtigen Freund geht. Gut geschrieben und sehr lesenswert. H.S.

Mara Andeck: Wen küss ich und wenn ja, wie viele? Boje, Bastei Lübbe, Köln, 2013, 240 S.,

Die Yak-Knochen-Mala

Die junge Nonne Drölma erkrankt auf der Flucht aus Tibet und muss ihre letzte Habseligkeit, eine Yak-Knochen-Mala, gegen Medizin eintauschen. Fern der Heimat sehnt sie sich nach dieser Gebetskette, einem alten Familienerbstück. Um die Mala zurückzubekommen, folgt sie einer Prophezeiung. Tatsächlich trifft sie die neue Besitzerin und lädt Britta in ihr Kloster in Nepal ein. Die Deutsche folgt ihr, will die Mala jedoch unbedingt behalten, weil sie sich von ihr Heilung

ihres Unfalltraumas erhofft. Wird eine buddhistische Zeremonie in dem Kloster die Albträume der Frauen lindern können? Oder gibt es etwas anders, das gegen quälende Ängste hilft?

Charlotte Brinkmann: Die Yak-Knochen-Mala, Samvana Verlag, Duisburg, 2013, 274 Seiten

Nanas Geschichte

Normalerweise meint man, ein schwerkranker, dem Tod geweihter Mensch versteckt sich und zieht sich zurück. Nana jedoch hat sich in dieser Zeit selbst gefunden und dies öffentlich gemacht. Mal zeigt sie sich selbstbewusst, mal verletzlich, mal verspielt, mal nachdenklich, mal tough auf den beeindruckenden Bildern, die in ihrem letzten Lebensjahr entstanden sind. Sie hat nicht nach

Sinn gesucht, sondern ihn für sich gefunden. Ihr letzter Wunsch war es, dass auch andere Menschen, die wie sie vom Leben herausgefordert werden, sich selbstbestimmt mit dem Tod auseinandersetzen.

Barbara Stäcker/Dorothea Seitz: Nana ... der Tod trägt Pink, Irisiana, München, 2013, 175 Seiten, 14,99 Euro

Bekenntnisse eines Pranajunkies

Beim Schreiben dieses Buches hat der Autor von dem erfolgreichen Roman „Es ist so einsam im Sattel, seit das Pferd tot ist“ eigene Erfahrungen zu einer Ge-

schichte verarbeitet, die all das enthält, was Sie schon immer über Yoga wissen wollten, aber Ihren Lehrer nicht fragen konnten. So fragt er einmal seinen alten Lehrer Kim: „Hast du eigentlich mal einen Yogi getroffen, von dem du glaubst, dass er erleuchtet war?“ Nach einigen Sekunden Überlegung antwortete Kim: „Nein. Yoga ist auch nicht anders als die übrige Welt, überall wird etwas vermarktet. Und beim Yoga hast du Kunden, die von vorneherein bereit sind, die Katze im Sack zu kaufen. Und darauf sind sie auch noch stolz, weil sie ja keine materiellen Güter anhäufen, sondern nur heiße Luft.“ H.S.

Selim Özdogan: Kopfstand im Karma-Taxi, Edition Spuren, Winterthur, 2012, 235 Seiten, 19,50 Euro

CD

Kirtans und Mantren

Künstler wie Krishna Das haben es mit dem Genre bereits zu internationaler Bekanntheit gebracht. Pitambara und

Joachim Stein sind zwei Musiker, die gemeinsam Bhajans (spirituelle Lieder) spielen. Hingebungsvoll widmen sie sich den Klängen hinduistischen Ursprungs. Begleitet von Harmonium, Gitarre, Irish Tin Whistle, Low Whistle (Pitambara) und Klavier (Joachim Stein) treten sie eine spirituelle und vor allem musikalische Reise an.

Pitambara feat. Jo Stein – Murali, CD, flowfish.records, www.pitambara.de

DVD

Der Flügelschlag Gottes

Millionen von Menschen glauben an die Existenz von Engeln. Wer sind diese Engel und was haben sie uns zu sagen? Deutschlands bekannteste Engeldolmetscherin Alexa Kriele befragt die Engel in ihren Engelstunden zu einer Vielzahl von Themen, wie Beziehung, Familie, Fragen zum Dasein der Menschen, Religion, Politik und Wirtschaft und bekommt oftmals erstaunliche Antworten. Den Engeln ist kein Thema

fremd, und sie sind bereit, uns an ihrer Perspektive teilhaben zu lassen und für uns wichtige Dinge zu enträtseln, wie: Gibt es Gott? Gibt es den Teufel? Gibt es ein Leben nach dem Tod? Warum gibt es Religionen? Gibt es die eine wahre Religion? Hat jeder Mensch eine Lebensaufgabe? Ist mein Leben festgelegt? Ist Abtreibung eine Sünde? Warum gibt es Kriege, Krankheit, Leid? Wie steht es um unsere Wirtschaft? Gibt es weiter Universen und anderes Leben? Was sind die nächsten Schritte der Menschheit? Das Engel-Interview mit Alexa Kriele ist eine unvoreingenommene, erstaunliche Entdeckungsreise in eine uns unbekannte Dimension und offenbart essentielle Wahrheiten und brisante, neue Erkenntnisse über das Leben.

DER FLÜGELSCHLAG GOTTES, Engel antworten auf die Fragen des Lebens mit Alexa Kriele, DVD, Horizon, 21,90 Euro

Astrologie

Astro Zentrum Berlin, Möckernstr. 68 e, 10965 Berlin, T. 030 - 785 84 59

Astrologin Maria Ritter, Termine (10-20h) n. Absprache unter, T: 030 .822 64 49, M: 0177.33 22 656, www.astrologieritter.de

Ausbildung

Qualifizierte Ausbildungen in den Konzepten Psychotherapie und Persönlichkeitsentwicklung, Institut Christoph Mahr, Katharinenstr. 9, 10711 Bln., Tel. 030-813 38 96, www.ipt-berlin.de

Weg der Mitte gem. e.V., BenefitMassage®- Schule, Schule für Craniosacral-Therapie, Seminare, Ausbildungen, Europäisches College für Yoga und Therapie ECYT, Tel: 030.8131040, www.wegdermitte.de

Ayurveda

Surya Villa, Ayurveda Wellness Zentrum, Rykestr. 3, 10405 Berlin, T. 030-48495781, www.ayurveda-wellnesszentrum.de

Bewusstseinsarbeit

Diamond Logos Akademie: Leben in Essenz. Existenzielle Integration. Karin Muuss 30827827, Kurse+Einzelarb.

Buchhandlung

Adhara Büchertempel, Pestalozzistr. 35, 10627 Berlin, T. 030 - 312 24 62, www.adhara.de

Berliner Bücherhimmel, Motzstraße 57, 10777 Berlin, T. 030-219 12 695, www.berliner-buecherhimmel.de

Daulat Buchhandlung, Wrangelstr. 11-12, 12165 Berlin, T. 030-7911868, www.daulat.de

Dharma Buchladen, Akazienstr. 17, 10823 Berlin, T. 030-784 50 80, www.dharma-buchladen.de

Mandala Buchhandlung, Husemannstr. 27, 10435 Berlin, T. 030 - 441 25 50, www.mandala-berlin.de

ZENIT Buchhandlung, Veranstaltungen & Heilpraxis, Pariser Str. 7, 10719 Berlin, T. 030.883 36 80, www.zenit-buch.de

Coaching

Coaching & Mental Training, EFT, Hypnose - für Beruf & Privat, T. 0172-2925608, www.michael-kaune.de

Edelsteine

Steinreich Galerie - Mineralien und Schmuck, Tel. 030 691 55 91, www.steinreich-galerie.de

Feng Shui

Konzepte für mehr Lebensqualität. Wohn- & Geschäftsberatung. Vorträge/Workshops: freiraum21.com

Heilpraxis

Heilpraxis Lebenskunst, Pestalozzistr. 84, 10627 Berlin-Charlottenburg, Tel. 030 - 208 967 38, www.praxislebenskunst.de

Hochsensibilität

Beratung, Therapie, Infoabende, Achtsamkeitspraxis im Raum für Leichtigkeit, Gudrun Schultheiß, Hackerstr. 10, 12163 Berlin, Tel. 030.78892461, www.wasnunwastun.de

Kartenlegen

www.das-magische-fenster.de, Kartenlegen, Magie & Seminare, mystischer Laden, Pappelallee 12/13, 10437 Berlin, T. 030-44059549

Kinesiologie

Ausbildung (2-3 Jahre mit Zertifikat) + Fortbildung: Touch for Health, Psycho-K., Brain Gym, NICE u.a. m. M. Ordyniak, T. 030-791 1641, www.kinschu.de

Natur-/Gesundheitsprodukte

Vitalkontor Produkte zur Steigerung der Lebensfreude, Samariterstr. 38, 10247 Berlin, Tel. 54488592, info@vitalkontor.net

Wasserkontor.de: Analysen Filter Wirbler Karaffen Flaschen Urseifen Salze EM; Bötzowstr.29, T. 447 37 670

Osteopathie

www.PostFascialTechnik.de (PFT). Von der Osteopathie (therapeutische Körperarbeit) über Shin Tai (energetische Körperarbeit) zur Kundalini (Lebensenergie). Tel. 0176.38 85 66 48, Heilpraktiker, Physiotherapeut, www.RalfWelti.de

Yoga

Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan mit Bibi Nanaki. Tel. 0172-8714417, nanaki@snafu.de, www.yoga-insel.de

Shakti-Yogaloft, Urbanstr.67, 10967 Berlin, Tel.030-6926805, www.yogalehrer-berlin.de

Zentren/Begegnung

Aquariana, Praxis- und Seminarzentrum, Am Tempelhofer Berg 7 d, 10965 Berlin-Kreuzberg, T. 030-6980 810, www.aquariana.de

Stroeme e.V., KörperPsychoTherapie, Hermannstr. 48, 2.HH DG, 12049 Berlin, T. 030-6224224, www.stroeme.de

KGS Berlin

Körper Geist Seele
Verlagsgesellschaft mbH
Hohenzollerndamm 56
14199 Berlin
T. 030/612016-00 Fax: -01
www.kgsberlin.de

ISSN 2196-3797

Auflage:
18.000 Exemplare

Geschäftsführung:
Thomas Simon-Weidner
(V.i.S.d.P.)

Redaktion: T. 6120 1602
redaktion@kgsberlin.de

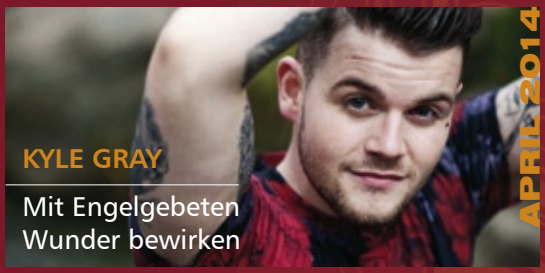
Anzeigen: T. 6120 1600
anzeigen@kgsberlin.de

Kleinanzeigen: T. 6120 1603
kleinanzeigen@kgsberlin.de

Termine
Januar-Ausgabe:
Redaktionsschluss: 10.12.2013
Kleinanzeigen: 10.12.2013
Anzeigenschluss: 13.12.2013

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht die Meinung der Redaktion wieder. Für eingesandte Beiträge, Manuskripte und Fotos übernimmt der Verlag keine Haftung. Die Veröffentlichung von Terminen und Veranstaltungsorten erfolgt ohne Gewähr.

© 2013, Körper Geist Seele Verlag
Es gelten unsere Geschäftsbedingungen und Anzeigenpreise laut Preisliste von 06/2013.



FRÜHJAHR
2014

9. INTERNATIONALER
ENGELKONGRESS
31. MAI / 1. JUNI 2014 · BASEL
DIANA COOPER · KYLE GRAY · JANA HAAS U.V.M.

WRAGE

»DIE WELT WIE SIE UNS GEFÄLLT!«

8./9. MÄRZ 2014 HAMBURG

DAS MINDSTYLE EVENT

URBANE SPIRITUALITÄT: SINN UND BEDEUTUNG IN DER MODERNEN WELT

GABRIELLE BERNSTEIN
KYLE GRAY · ROBERT HOLDEN · JOHN C. PARKIN · NICK ORTNER
MASTIN KIPP u.v.m.

I CAN DO IT! ignite now!

FORDERN SIE **JETZT** UNSER PROGRAMM AN:
Wrage Seminar Service
+49(0)40-41 32 97-15
seminarservice@wrage.de
www.wrage.de/live

Global Heart®

Neue Herz-Events

Global Heart® - Silvester Event

Die neue Silvester-Conference im winterlichen Österreich. Erfrischende Spaziergänge und inspirierende Sessions. Spiritueller Jahreswechsel mit Thomas Young. Neue Meditationen zum Mysterium der Zeit und zur Anhebung des individuellen Herzbewusstseins. Segnung des Lebensweges. Freudvolles Feiern der Existenz und das Einladen kraftvoller Manifestationen. Türen in die Zukunft mit vielen Überraschungen. Eine wunderbare Möglichkeit, Silvester in einer einzig-

Father Healing

„Vater . . dies ist meine Stimme!"

Spirituelles Sein wünscht Authentizität und innere Freiheit. Thomas Young hat eine Seelenrede an den Vater der Kindheit empfangen, die zur Befreiung der eigenen Herzensstimme führt. Wer es lernt, diese Worte während des 3 h Workshops zu sprechen, legt den Grundstein für ein neues Leben. Durch das Heilen der Vaterbeziehung setzen wir die Stimme unseres Herzens frei und gewinnen an individueller Souveränität.

„ . . So schöpft sich Leben ständig neu
und Seelen atmen wieder frei."

Global Heart *„Jedes Herz zählt"*

Eine der ältesten Mysterienweisheiten „ Wie oben, so unten – wie innen. so außen" wird von Herzlehrer Thomas Young in einem faszinierenden Seminar neu präsentiert. Der Mystiker sieht in der Weisheitsformel vier essentielle Wirkweisen des GLOBAL HEART und hält die Anhebung der individuellen Herz-Schwingung für eine der wichtigsten Aufgaben unserer Zeit. Jedes einzelne Herz ist von elementarer Bedeutung für die Zukunft der Erde. In vier Bewegungen - nach oben . . nach unten . . nach innen . . nach außen - wird das GLOBAL HEART gemeinsam erforscht, durchlebt und aktiviert.Ein bewegendes Wochenende, in dem das Herz-Bewusstsein für jeden Einzelnen neu erfahrbar wird.

GLOBAL HEART® - Silvester Event
Türen in die Zukunft - Das Herz der neuen Zeit
HOTEL DES GLÜCKS, St. Oswald 11, Österreich
29.12.13-02.01.14 **St. Oswald**

FATHER HEALING - Heilen Vaterbeziehung
MARITIM HOTEL, Stauffenbergstrasse 26
Fr 24.01 19-22 Uhr, Eur 60 **Berlin**

GLOBAL HEART® - Jedes Herz zählt
MARITIM HOTEL, Stauffenbergstrasse 26
Sa 25.01 10-19, So 26.01.14. 9-18 **Berlin**

7 GENERATIONEN - SPEZIAL
RUDOLF STEINER HAUS, Mittelweg 11/12
Mi 29.01.14 19 - 22 Uhr, Eur 60 **Hamburg**

SIEBEN HERZEN - Transformationswoche
YACHTHOTEL CHIEMSEE, Harrasstr. 49
Sa 22.02.14 20 - Fr 28.02.14. 14 Uhr **Chiemsee**

DREAMTIME IN PARADISE
Die Geburt des Lebenstraums 09.03.-19.03.2014
Kraftplätze, Delphine, Vulkan **Hawaii**

GREAT MYSTERY - Oster-Retreat Sedona
Entdecke das Herz der Wildnis in Dir, 13.-23.04.14
Vortex Healing, Soul Walks, Angel Valley **Arizona**

Neue CD: CHRISTUS QUANTUM I: DAS HERZ VON JESUS SPÜREN

Büro Thomas Young | info@thomasyoung.net
Tel 0 75 63 · 915 355
www.thomasyoung.net