



KÖRPER GEIST SEELE

KGS BERLIN

Gesundheit, Lebenshilfe und Inspiration – www.kgsberlin.de

Vertrauen

Wolf Schneider: Geborgen im Universum
Susanne Stinshoff: Vertrauen und Einsamkeit
Dr. Wilfried Reuter: Vertrauen und Selbstvertrauen
Jochen Meyer: Wie wir Stärke gewinnen
D. Leinemann, P. MacLean: Abschied und Neubeginn

2
2014

KGS
seit
1994

Mystische Kräfte aus dem Harz



Hämatit-Stärke



Baryt-Abschirmung

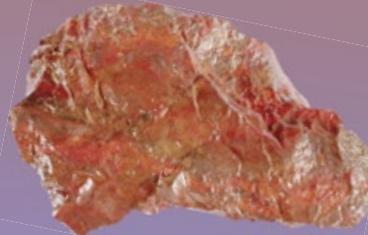


Apostelstein-Verbundenheit



Im Harz befinden sich starke geomantische Kraft-Orte.

Mineralien aus dem Harz verfügen über Ur-Energie.



Blutjaspis-Regulierung

Barbarossa-Stein-Abgrenzung



Federpyrit-Kreativität



versteinertes Holz-Basis



DER KRYSTALL-LADEN

Klaus Lenz GmbH

Wegerichstr. 7
 Wilmersdorfer Str. 79
 Knaackstr. 35
 Bahnhofstr. 24
 Clayallee 343
 Großdorfstr.12
 Brandenburger Str. 64
 Neumarkt 7 a.d. Frauenkirche
 Alaunstr. 15
 Nikolaistr. 23

12357 Rudow Tel.: 661 02 47
 10629 Charlottenburg
 10405 Prenzlauer Berg
 12305 Lichtenrade
 14169 Zehlendorf
 13507 Tegel
 14467 Potsdam
 01067 Dresden
 01099 Dresden
 04109 Leipzig

Mo - Sa 10 - 18 Uhr
 Mo - Sa 11 - 19 Uhr
 Mo - Sa 11 - 19 Uhr
 Mo - Fr 9 - 18 Sa 14 Uhr
 Mo - Fr 9 - 18 Sa 14 Uhr
 Mo - Fr 9.30 - 18 Sa 15 Uhr
 Mo - Sa 10 - 18 Uhr
 Mo - Sa 10.30 - 19 Uhr
 Mo - Sa 10 - 19 Uhr
 Mo - Sa 10 - 19 Uhr



04 kurz&bunt

09 highlights

Thema Vertrauen

- 14 **Geborgen im Universum** von Wolf Schneider
- 16 **Abschied und Neubeginn** Daniela Leinemann und Perry McLean über Phasen des Übergangs
- 18 **Verletzlich sein** Jochen Meyer über das Zulassen von Vertrauen
- 20 **Vertrauen und Dankbarkeit** von Haidrun Schäfer
- 21 **Vertrauen und Einsamkeit** von Susanne Stinshoff
- 22 **Vertrauen und Selbstvertrauen** von Dr. Wilfried Reuter

- 24 **Bewusstheit - die Erfüllung Ihres Lebens** Dr. Jürg Theiler über empathische Intelligenz
- 27 **Olibanum - der Weihrauch** Mit Heilpflanzen durch das Jahr - von Cornelia Titzmann
- 28 **Familienaufstellung - eine einfache Sache?** fragt Peter Orban
- 30 **Ambra grisea - „Walfischdreck“** Teil elf von Andreas Krügers Serie über Homöopathie und Biografiearbeit
- 32 **Die Gnade der Illusion** Katja Neumann über die Verdopplung der Welt
- 35 **Infobeiträge, Erfahrungsbericht**
- 58 **Lesen & Hören**

Coverfoto: © Galyna Andrushko - Fotolia.com

Regelmäßige Rubriken

- Astro-Service 34
- Kalender 38
- Infotage zu Ausbildungen 45
- Wegweiser 46
- Termine 54
- Kleinanzeigen 55
- Wer macht was 56
- 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

Neu! Wohin du auch gehst, geh' mit deinem ganzen **Herzen**



„Klartext“ ist spirituelle Psychologie vom Feinsten. Weise, humorvoll, leicht verständlich, alltagstauglich und herrlich provokativ.

ISBN 978-3-942-88005-3

www.HORIZONWORLD.DE

programm

2. März '14
Tag der offenen Tür
 freier Eintritt

10:00 Harmony Power stellt sich vor: mit den Ausbildungen Heilpraktiker, Psychotherapie & Pflanzenheilkunde

11:30 „Lass dich nicht ausbrennen“ Burnout und seine Therapie

13:00 Die Dorn-Methode - „Die Wirbelsäule als erstes Standbein“

14:30 Fragerunde „Vom Heilpraktiker werden zum Heilpraktiker sein“

Ganztägig: Imbiss, Irisschau, Dornmethode

Eberswalder Str. 30
 10437 Berlin
 Tel. 030. 440 48 480
www.harmony-power.de

Harmony power
 Die Schulen für Naturheilverfahren





FILM: 12 YEARS A SLAVE

New York 1850: Der freie Afro-Amerikaner Solomon lebt ein einfaches, doch glückliches Leben. Sein Geld verdient er sich als Geigenspieler. Zwei Fremde engagieren den Musiker für einen abendlichen Auftritt und laden ihn danach auf einen Drink ein. Als Solomon am nächsten Morgen aufwacht, stellt er fest, dass er sich angekettet auf einem Sklavenschiff in Richtung Louisiana befindet - jeder Widerstand ist zwecklos. Er wird verkauft und muss fortan unter menschenunwürdigen Bedingungen für mehrere äußerst brutale Herren arbeiten - vor allem der grausame Plantagenbesitzer Mister Epps macht ihm sein Leben zur Hölle. Im Laufe der schier endlosen Gefangenschaft wird Solomon immer klarer, dass wenn er seine Familie jemals wiedersehen möchte, er zu außergewöhnlichen Mitteln greifen muss. Als er im zwölften Jahr seines Martyriums schließlich auf den Sklaverei-Gegner Bass trifft, nimmt sein Leben eine dramatische Wendung. Der Film ist Steve McQueens dritter Kinofilm (nach „Hunger“ und „Shame“) und zum dritten Mal ist Michael Fassbender in einer der Hauptrollen zu sehen. Absolut sehenswert.

12 Years a slave, Regie: Steve McQueen mit Chiwetel Ejiofor, Michael Fassbender, Brad Pitt u.a., USA 2013, Filmdrama, seit Mitte Januar in den Kinos

LIEDER DER HEILIGEN HILDEGARD



Das meditative Konzert mit Lesung stellt die Spiritualität der zwei wohl bekanntesten mittelalterlichen deutschen Mystiker, Hildegard von Bingen und Meister Eckhart, in den Vordergrund. Die Lieder der Heiligen Hildegard

berühren auch heute noch und die Texte von Meister Eckhart regen zum Nachdenken an, manchmal auch zum Schmunzeln, wenn wir uns in ihnen spiegeln. Auch die

Flötenmusik der alter Meister lädt ein, sich zu besinnen und von Text und Musik berühren zu lassen, „sich zu öffnen, zu horchen - auf das Äußere wie auf das Innere zu schauen und dadurch Frieden zu spüren und Kraft zu tanken“. Die Sängerin Marisa, der Schauspieler Nicolas Alexander Böll und die Flötistin Annelie Kronbügel sehen sich dabei als Mittler dieser Werke aus alter Zeit, die von ihrer immanenten, durchdringenden Präsenz nichts verloren haben. Sie bieten dieses Abendprogramm viermal in diesem Jahr in der Kirche zum Heilsbrunnen bei freiem Eintritt auf Spendenbasis an.

O aeterna Deus, Konzert mit Lesung mit Marisa, Nicolas Alexander Böll und Annelie Kronbügel, Sa 22. Febr. 2014 um 18 Uhr, Kirche zum Heilsbrunnen in Schöneberg, Heilsbronner Straße 20, 10779 Berlin (U-Bahnhof Bayerischer Platz), Eintritt frei auf Spendenbasis, weitere Informationen auf www.marisa-music.com



FILM: INSIDE LLEWYN DAVIS

New York 1960: Ein paar Jahre, bevor die Folk-Bewegung in Gestalt von Bob Dylan ihren neuen Messias findet, bemüht sich der Liedermacher Llewyn Davis, in der Szene New Yorks Fuß zu fassen. Der Tod seines Band-Kollegen bildet dabei den Auftakt für eine lange Odyssee, die den Sänger von einem Auftritt zum nächsten führt, denn eine eigene Wohnung kann er sich längst nicht mehr leisten. Dabei trifft er immer wieder auf seine ehemalige Freundin Jean. Sie ist nach einer unbedachten Schwangerschaft denkbar schlecht auf ihn zu sprechen, obwohl unklar ist, ob das Kind nicht doch von ihrem Ehemann Jim stammt, der ebenfalls Musiker ist und Davis gelegentlich bei sich schlafen lässt oder ihn bei Auftritten begleitet. Um den berühmten Manager Bud Grossman zu treffen, spielt sich Davis durch Kneipen und Clubs. Auf dem Weg nach Chicago macht er die Bekanntschaft von zwei Jazz-Musikern, die ihm mit verletzender Geringschätzung begegnen. Ein schöner, gut besetzter und musikalischer Film, der die Zeit des beginnenden Aufbruchs Ende der sechziger Jahre widerspiegelt und sich dabei mit Fragen von Erfolg und Misserfolg kritisch auseinandersetzt.

Inside Llewyn Davis, Regie: Ethan Coen, Joel Coen mit Oscar Isaac, Carrey Mulligan, Justin Timberlake u.a., Musikfilm, USA 2013, seit Januar in den Berliner Kinos



FILM: HANNAS REISE

Die ehrgeizige Betriebswirtschafts-Studentin Hanna möchte für eine Unternehmensberatung arbeiten. Doch sie merkt bald, dass ihr Lebenslauf noch eine ganz entscheidende Lücke aufweist. So fehlt ihr ein nachgewiesenes ehrenamtliches Engagement, um die immer geforderte „soziale Kompetenz“ nachzuweisen. Hannas Mutter, die eine Friedens-Aktion für Israel leitet, weigert sich jedoch, ihrer Tochter ein gefälschtes Zeugnis über einen Freiwilligendienst auszustellen und so muss sie etwas widerwillig einen Job in einem Behindertendorf in Tel Aviv antreten. Dann vor Ort meckert sie nur, eckt bei ihren Mitarbeitern an und bedenkt die Verhältnisse mit nichts als Abwertung. Auch ihr Kollege Itaj bekommt das zu spüren. Doch Itaj flirtet trotzdem heftig mit Hanna und schon bald kann sie sich seinen Avancen nicht mehr entziehen. Aber nicht nur in Liebesdingen macht Hanna neue Erfahrungen. Ein sehenswerter Film, nicht immer lustig, doch unterhaltsam, wie das Leben so spielt.

Hannas Reise, Regie: Julia von Heinz mit Karoline Schuch, Susanne von Borsody und Doron Amit, Deutsch./Israel 2013, Filmkomödie, seit Ende Januar in den Kinos



DOKU: DANCING IN JAFFA

Erstmals seit seiner Kindheit kehrt der New Yorker Tanzlehrer Pierre in seine Heimatstadt Jaffa zurück, um sich hier den Traum einer Tanzschule für israelisch-palästinensische und israelisch-jüdische Kinder zu erfüllen. Mittels Gesellschaftstanz sollen die Kinder, die jahrzehntlang nebeneinander, aber nie mit-

einander lebten, lernen, was Respekt, Gemeinschaft, Spaß und Vertrauen bedeuten. Pierre Dulaine versucht mittels Tanz die politische und kulturelle Kluft in der israelischen Stadt Jaffa, Tel-Aviv, zu überbrücken. Unterstützung bekommt er dabei von seiner ehemaligen Tanzpartnerin in Yvonne. Neben diesen beiden Tanz-Koryphäen stehen drei Kinder sowie die Lehrerin Rachel im Mittelpunkt des Dokumentarfilms. Alle drei kommen aus sehr verschiedenen Familien und sollen mithilfe des Tanz-Projektes lernen zusammen zu leben. Das Thema erinnert an das Berliner Schüler Projekt „Rhythm is it“, mit Sir Simon Rattle und den Berliner Philharmonikern.

Dancing in Jaffa, Regie: Hilla Medalia mit Pierre Dulaine, Yvonne Marceau und Alaa Bubali u.a., Dokumentation, Israel/USA 2013, seit 9.01.2014 in den Kinos



Frühjahrsputz für Körper und Seele...

...und hier können Sie ihn herrlich genießen – z.B. bei einem Spaziergang durch duftendes Grün. Für Entspannung sorgt unser Team im TAO Gesundheitszentrum. Im Saunahaus können Sie in einer der drei Saunen schwitzen oder Sie wagen schon einen erfrischenden Sprung in den Naturbadeteich. In eine Decke gemummelt, den Sonnenuntergang genießen – endlich Urlaub.

Preise p.P. z.B. für 3 ÜN. inkl. HP 100% Bio: € 234 im DZ Typ Wasser, 5 ÜN. inkl. HP 100% Bio: € 282 im DZ Typ Wasser, in der Zeit vom 02.02. bis 04.04.14 zw. So. und Fr.



Hotel Gutshaus Stellschagen, Lindenstr. 1, 23948 Stellschagen
T 038825-44-0, F 038825-44-333
info@gutshaus-stellschagen.de, www.gutshaus-stellschagen.de

BIO HOTELS
mit Sicherheit genießen



FILM: I USED TO BE DARKER

Wegen ihres Freundes zieht es Taryn von Nordirland in die Vereinigten Staaten, wo ihr Liebesglück jedoch nur kurze Zeit anhält. Nachdem die Beziehung in die Brüche geht, will Taryn nicht gleich in ihre Heimat zurück. Sie entschließt sich, übergangsweise bei Verwandten zu wohnen. Allerdings haben ihre Tante Kim und ihr Onkel Bill gerade selbst viel um die Ohren und alle Hände voll zu tun. Sie können sich beide kaum um ihre Nichte kümmern. Ihre Ehe steht vor dem Aus. Die beiden haben sich allerdings darauf geeinigt, dieses Ende würdevoll und ohne Streitigkeiten über die Bühne zu bringen, damit vor allem ihre fast erwachsene Tochter Abby, die gerade für die Semesterferien nach Hause zurückkehrt, nicht übermäßig belastet wird. Ein psychologisch ausgefuchstes Beziehungsdrama, unterhaltsam und realitätsnah.

I used to be darker, Regie: Matthew Porterfield mit Deragh Campbell, Kim Taylor, Ned Oldham, Hannah Gross u.a., USA 2012, Filmdrama, seit Januar 2014 in den Kinos



RISE, RELEASE, DANCE!

Jedes Jahr am Valentinstag treffen sich Frauen und Männer auf der ganzen Welt und tanzen für Veränderung, für Gerechtigkeit und gegen Missbrauch von Frauen und Mädchen. Denn noch immer erfährt jede dritte Frau in ihrem Leben Gewalt und/oder Missbrauch. Dies sind eine Milliarde (one billion) Frauen. So werden auch dieses Jahr Frauen auf der ganzen Welt am 14. Februar für soziale Gerechtigkeit tanzen und damit ein Stück

Transformation verkörpern. Überall auf der ganzen Welt werden sie sichtbar sein. In Berlin an verschiedenen Orten, unter anderem vor dem Brandenburger Tor.

Warum wird für Veränderung getanzt? Die Antwort, die die Initiatorin Eve Ensler gibt, ist simpel: „Tanz ist ein direkter Ausdruck des Körpers. Es wurde schon genug darüber gesprochen, was sich in dieser Welt ändern muss. Wir alle wissen es. Was wir wirklich nötig haben ist, dass wir dieses Wissen auch verkörpern.“

Als Ergänzung dazu gibt es eine Veranstaltung, die einen geschützten Raum für Frauen bietet, um durch Tanz und Meditation noch differenzierter in die eigene Geschichte, den eigenen Körper, einzutauchen und Schmerz in Kraft zu wandeln.

Tanz und Meditation für Frauen, 14.02.2014, 19.30-22.00 Uhr, Gotischer Saal (Kreuzberg), Schmiedhof 17 im Viktoria Quartier, 12 Euro (überschüssige Einnahmen werden gespendet), Infos und Anmeldung über andreaeweigt@gmail.com, weitere Infos auf www.onebillionrising2014.de

HERZENSWEISHEITEN

Mystische Traditionen und moderne wissenschaftliche Erkenntnisse kommen zu gleichen Ergebnissen. Das Herz ist das Zentralorgan, welches eine wesentliche Rolle in der Salutogenese, der Entstehung und Erhaltung von Gesundheit spielt und darüber hinaus in seiner tiefsten Dimension einen Zugang zum Schöpferischen, zum Übersinnlichen bereithält. Markus Peters und Dr. Azmayesh blicken auf das Thema, beantworten Fragen und stellen erste Übungen vor.



Dr. Seyed M. Asmayesh (Sufimeister und iranischer Religionswissenschaftler) und Markus Peters (Facharzt für Allgemeinmedizin), **Herzensweisheiten - Perspektiven und Praxis** aus Sufismus, Anthroposophie und moderner Herzforschung, Podiumsdiskussion, 8. Febr. 2014 um 19:30 Uhr, Gotischer Saal, Schmiedehof 17, Berlin-Kreuzberg, Eintritt: 15 € /ermäßig 10 €, Informationen auf www.gesundmacher-herz.de, www.perledersufis.de und www.mehraby-verlag.de

24. SPIRITUELLE SINGNACHT

Die Berliner „Nacht der Spirituellen Lieder“ geht ins siebte Jahr. Im Februar findet die inzwischen 24. dieser gemeinsamen Singnächte statt, die erstmals im Frühjahr 2008 in Berlin stattfand. Und noch immer ist sie ein Ereignis. Mehr als 600 Menschen kommen in der gastfreundlichen und beheizten Martin-Luther-Kirche in Berlin-Neukölln zusammen, um unter Anleitung namhafter MusikerInnen miteinander spirituelle Lieder verschiedener Traditionen zu singen: Mantras, Sufi Songs, Gospels, afrikanische, deutsch- und englischsprachige und andere mehr. Diesmal ist aus Hamburg



die bekannte Komponistin und Sängerin Martina vom Hövel mit ihrer neuen CD und ihren „Herzensliedern“ zu Gast, einen musikalischen Beitrag aus Berlin liefern Zuzana und Max Hessler. Den musikalischen Rahmen mit spirituellen Liedern aus aller Welt bieten wieder Ali Schmidt (Gitarre) und Michael Hustedt (Traversflöte) mit ihrem „MantraChor Berlin“.

Der Eintritt ist frei, jeder ist willkommen mitzusingen. Der Spendenerlös des Abends geht diesmal an den „Erste Hilfe“-Fonds der gastgebenden Martin-Luther-Gemeinde für Menschen, die in akute Not geraten sind und dringend Unterstützung brauchen. Es empfiehlt sich, rechtzeitig vor Ort zu sein.

24. Berliner Spirituelle Liedernacht, Fr 14. Febr. 2014, 19:30 bis 23 Uhr, Martin-Luther-Kirche Berlin-Neukölln, Fuldastraße 50 (U7 Rathaus Neukölln). Weitere Info und Angebote zur Mithilfe: www.eli-berlin.de

ERNÄHRUNGS-STUDIE

Sind Menschen, die sich vegetarisch ernähren, wirklich gesünder? Macht eine vegane Ernährung gar am glücklichsten? Diesen und anderen Fragen will eine Ernährungsstudie der Vebu in Zusammenarbeit mit der Charité auf den Grund gehen. An der Umfrage teilzunehmen sind Sie herzlich eingeladen.

Weitere Infos auf www.vebu.de

SLOWTIME IN BERLIN

„Zusammen mit radioeins vom rbb haben wir haben es uns zum Ziel gesetzt, die Entspannung in den urbanen Alltag zurück zu bringen.“ Den ganzen Januar über wurden an verschiedenen Orten der Stadt täglich entschleunigte Pausen organisiert. TrainerInnen und Coaches aus verschiedenen Berliner Studios zeigten Entspannungstechniken wie z.B. Tai Chi, Yoga, Meditation, Breathwalk, Progressive Muskelentspannung und Qi Gong; die Berlinerinnen und Berliner waren aufgerufen, vorbeizukommen und kostenlos mitzumachen.

Radioeins sendete den ganzen Januar über Interviews und Berichte zu den Themen Stressvermeidung, Entschleunigung und Entspannung. Begleitet wurden die Aktionen von einer großen Plakat-Kampagne: An vielen Stellen der Stadt fordert das liegende slowtime-O dazu auf, im Alltag immer wieder mal anzuhalten.



„slowtime-berlin“ schafft nicht nur Bewusstsein, sondern liefert auch täglich neue Anregungen dafür, wie es gelingen kann, in einem fordernden Alltag immer wieder Möglichkeiten zur Entspannung zu finden. Nach dem ersten Aktionsmonat im Januar wird slowtime-berlin mit immer neuen Aktionen in der Stadt präsent bleiben und sich als Marke für urbane Entschleunigung positionieren.

Weitere Infos dazu auf der täglich aktualisierten Website www.slowtime-berlin.de.



Unsere Veranstaltungen im Februar 2014

Auswahl - mit Anmeldung

- 4. + 18. 2., 19:30 - 21 Uhr **Meditationsabend**: Innere Reisen zu den Quellen des Lichts (9 €), mit *Brigitte Hees*
- 11. + 25. 2., 15 - 19 Uhr **Einzel Sitzungen**: Endlich schmerzfrei! Befreiung der Wirbelsäule, Befreiung für Geist und Seele (60 €/60 Min.) mit *Uwe Sallmann*
- 11. 2., 19 - 20 Uhr **Austauschgruppe Hochsensibilität** (10 €) mit *Magdalena Hetzer u. A. Schneider-Bodien*
- 12. 2., 19 - 21.30 Uhr **Erlebnisabend**: Beziehungen, die man tanzen kann (15 €) mit *Johannes Feuerbach*
- 14. 2., 20 - 22 Uhr **Krimi-Buchpremiere**: „Die Einsamkeit des Chamäleons“ (6 €) mit *Patricia Holland Moritz*
- 15. 2., ab 15 Uhr** **Dritter Berliner Bücherhimmel Geburtstag mit Projektvorstellung „Hochsensibilität“ und Vortrag zur gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg mit Andrea Hoberg**
- 20. 2., 19 - 21 Uhr **Vortrag**: Numerologie - wie kann ich mir damit helfen? (8 €) mit *Magdalena Hetzer*
- 21. 2., 10 - 19 Uhr **Aurafoto** (35 € - 20 Min.) - **Aurabehandlung** (85 € - 60 Min.) mit *Ralf Marien-Engelbarts*

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



AUSZEIT IN EINEM MODERNEN KLOSTER

Anderthalb Stunden von Hamburg entfernt ist ein ungewöhnliches Projekt entstanden: „Gut Saunstorf - Ort der Stille“. Es sieht sich selbst als „modernes überkonfessionelles Kloster, das Menschen einlädt, sich dort für einige Tage oder länger zurückzuziehen. Das Haus ist für Einzelgäste jeglicher spiritueller Richtung offen, egal ob gläubig oder konfessionslos. Von dem Angebot fühlen sich sowohl spirituell Suchende oder einfach nur gestresste Menschen angezogen. Eingebettet in die sanfte Hügellandschaft südlich der Hansestadt Wismar, unterstützt die umgebende Natur den Rückzug aus Lärm und Hektik, die heute den Alltag vieler Menschen bestimmen.

„Von der Ruhe in die innere Stille“, so lässt sich das Angebot von Gut Saunstorf zusammenfassen. Denn Lärm ist nicht nur ein äußeres Phänomen, das sich in Dezibel messen lässt. Der rast- und ruhelose Geist des modernen Menschen, der ständig etwas sucht, vor etwas flüchtet, sich in Geschichten und Bilder verliert, produziert auch viel inneren Lärm. Der Weisheitslehrer OM C. Parkin, der das moderne Kloster initiiert hat, sagt dazu: „Gut Saunstorf lehrt die Menschen die innere Haltung der Meditation, die den Geist stillt und in Frieden bringt. Und es lehrt zugleich das geistige Wissen, das die Menschen befähigt, die Gedankenwelten, in denen sie leben, zurückzulassen. Das ist mit unserem Leitspruch gemeint: „Stille ist das höchste Gut des Menschen.“

Gut Saunstorf - Ort der Stille, Gutshaus, 23996 Saunstorf, Tel.: 038424 – 227942, weitere Infos auf www.gut-saunstorf.de

PSYCHISCHE BELASTUNGEN

Jeder dritte Erwachsene in Deutschland ist im Verlauf der letzten zwölf Monate an mindestens einer psychischen Störung erkrankt. Die meisten der 15 Millionen Betroffenen leiden an Angstzuständen, Depressionen oder somatoformen Störungen. Maximal zehn Prozent von ihnen erhielten jedoch eine wissenschaftlich anerkannte Therapie. Die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitssicherheit schätzt den durch psychische

Erkrankungen resultierenden Verlust an Arbeitsproduktivität auf acht Milliarden Euro jährlich. „Effiziente Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten sowie eine flächendeckende Versorgungslandschaft sind unverzichtbar, sowohl im Hinblick auf die Prävention als auch auf die Behandlung psychosomatischer und psychischer Erkrankungen“, betont auch DGPM-Präsident Professor Dr. med. Johannes Kruse, Ärztlicher Direktor der Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie in Gießen. „Angesichts der vielen Betroffenen besteht die dringende Notwendigkeit zur Verbesserung der Versorgungsstrukturen für diese Patientengruppe.“

Weitere Infos erhalten Sie über die Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische Medizin und Ärztliche Psychotherapie (DGPM) - www.dgpm.de

PFLANZLICHE ERNÄHRUNG

Sich gesund zu ernähren, gehört zu den beliebtesten Vorsätzen, die sich die Deutschen zu Beginn des neuen Jahres vornehmen. Eine rein pflanzliche Ernährung hat viele gesundheitliche Vorteile: Menschen, die sich vegetarisch oder vegan ernähren, leiden seltener an Übergewicht, weisen ein geringeres Risiko für Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf und leben im Schnitt länger. Falls Sie sich vorgenommen haben, sich ausschließlich oder überwiegend pflanzlich zu ernähren, beachten Sie bitte Folgendes:



Machen Sie sich zunächst bewusst, warum Sie Ihre Ernährung umstellen möchten. Setzen Sie sich konkrete und realistische Ziele. Machen Sie sich frühzeitig bewusst, welche Stolperfallen und Hindernisse auf Sie zukommen könnten.

Haben Sie Spaß am Entdecken und Ausprobieren neuer Gerichte und Lebensmittel, kochen Sie gemeinsam mit Freunden und Familie und gratulieren Sie sich jeden Tag, dass Sie sich selbst, den Tieren und der Umwelt etwas Gutes tun! Wir wünschen Ihnen viel Erfolg beim Realisieren Ihres Vorhabens!

Weitere Infos auf www.vebu.de

Foto: © mister.QM/Photocase.com



LOSLASSEN – VON HERZEN GERNE!

Loslassen von Pfunden, Gerümpel, lästigen Angelegenheiten, Menschen, Meinungen - Liebgewonnenem oder Lästigem - obwohl sie sich davon befreien wollen, halten sie fest. Oft ist ihnen nicht klar, wieso sie eine feste Bindung daran haben, das Loslassen als ein Verlust erscheint und der erhoffte Gewinn sich nicht anhaltend einstellt. Durch die berührende Herzarbeit der Bindungsenergetik erfahren sie, was zu ihnen gehört und was nicht. Wohin ihre Energie fließen möchte und wie ein erfülltes Leben für sie aussieht, was sie dazugewinnen, wenn sie ihrem Herzen folgen. Das Alte lassen sie gehen, es löst sich von ihnen wie ein Kleid, das nicht mehr passt.

Neu ab 3.2.2014 Herzsprechstunde:

HP Sieglinde Hoppmann

Kontakt: 0178 – 188 78 40

Fredericiastraße 7, 14050 Berlin

sieglinde.hoppmann@arcor.de, www.bindungsenergetik.net

BERLINER SCHULE DER ENGLISCHEN MEDIALITÄT BIETET AN:

Workshop und Sitzungen mit Robin Winbow
/ Tieftrancemedium

Robin Winbow ist ein angesehenes englisches Tieftrancemedium und auch ein helllichtiges Medium. Er hat viele Jahre am College of Psychic Studies in London und als Lehrer und Medium in Dänemark, in der Schweiz, Israel, Schweden und in Deutschland gearbeitet.

Nutzen Sie die Erfahrung und das Wissen von Robin Winbow für Ihre eigene mediale und spirituelle Entwicklung. Wir planen, beginnend im Februar 2014 mehrere Tranceworkshops anzubieten und somit unsere Bemühungen um fundierte Tranceausbildung fortzusetzen. Robin wird am 17. Februar für Sitzungen zur Verfügung stehen.

Workshop am 15. und 16. Februar 2014

Teilnahme am Tranceworkshop und Einzelsitzungen sind noch möglich.

Auskunft unter: 0172.1660437 oder seelenheilung@email.de



EIN WEG DER EINWEIHUNG

Meditations- und Einweihungsabende 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.

Nähere Informationen: universelle-einweihungslehre.de; astrologie-hermetik.de

Meditations- und Einweihungsabende:

8.2. Göttliche Barmherzigkeit mit dem Genius ASTUREL; 8.3. Karma Yoga mit dem Genius ECHAMI; 12.4. Ein Gesetz des Erfolgs mit dem Genius OPILON; Zeit jew.: 19:30-21:30 Uhr
9.3. Partnerschaft und Liebe mit den Genien RIGOLON und ISTAROTH; Zeit: 10:00 - 16:00 Uhr

Ort: Art of Living Yoga Oase, Potsdamerstr. 98, 2. Hinterhof, 10785 Berlin;

Beitrag: freiwillige Spenden

Info: universelle-einweihungslehre.de

Hinweis: Horoskopaufstellung mit Kurt Walchensteiner

Termine: 15.-16. Februar, 5.- 6. April, 7.- 8. Juni

Ort: Berlin, Lankwitz

Beitrag: aktive Aufsteller 180 EUR, passive Aufsteller 120 €

Info/Anmeldung: astrologie-hermetik.de

LEBENS-KUNST

Workshop-Reihe zur Entfaltung von
Kreativität & Bewusstsein



Ein Leben im Gleichgewicht - zwischen Herz und Verstand, zwischen empathischer Verbundenheit und klarer Abgrenzung, Nachgiebigkeit und Entschlossenheit, zwischen Fluss und Struktur, Schweigen

und Reden, Ruhen und Handeln, zwischen Himmel und Erde. Kein Entweder-Oder, sondern ein Sowohl-als Auch im Gleichgewicht der Kräfte. Diese kreative Schulungs- und Übungs-Reihe richtet sich speziell an Frauen im mittleren Lebensalter, die einen bewussten und achtsamen Umgang mit ihrer Lebenskraft anstreben für eine innerlich und äußerlich erfüllte reife Lebenszeit. Wir werden uns sowohl kreativ-schöpferisch, wie z.B. mit Intuitivem Malen, Zeichnen oder Plastizieren, als auch reflektierend in der Gruppe mit dem Thema auseinander-setzen. Es sind keine künstlerischen Kenntnisse nötig, es geht um das Nutzen der eigenen kreativen Kraft für Entwicklung und Wachstum.

Termine: jew. Sa. 15 - 19 Uhr

15.02./ 15.03./ 12.04./ 10.05./14.06.

Einzel, als 3er- oder Gesamtbuchung möglich

Ort: Berlin Spandau und Falkensee

Kosten: ganzer Kurs 200 Euro, 3 Termine 135 Euro, einzeln 50 Euro inkl. Material

Infos: zu diesem Kurs und weiteren Veranstaltungen / Anmeldung: Petra Foidl, Kunsttherapeutin und Malerin
Tel.: 03322/509266, www.atelier-praxis.de

MATRIX- UND QUANTENHEILUNGSWORKSHOP

Eine Auszeit auf Teneriffa mit der Zwei-Punkt-Methode

Dieser Workshop ist für alle, die mit der Zwei-Punkt-Methode schon vertraut sind sowie für Interessierte, die die Grundlagen der Zwei-Punkt-Methode erlernen möchten. Für Anwender, die die 2-Punkt-Methode bereits erlernt haben, gibt es hier die Möglichkeit sich auszutauschen, Anwendungen zu geben und selbst Heilung und Transformation zu erfahren. Jeder Teilnehmer, der noch nicht mit der 2-Punkt-Methode vertraut ist, kann die Grundlagen dieser effizienten Methode am ersten Workshop-Tag erlernen und an den weiteren „Themen-Tagen“ üben und vertiefen. Wir werden die Themen Gesundheit, Beziehung/Familie, Beruf/Berufung, finanzielle Freiheit intensiv bearbeiten.

Lasst uns gemeinsam alle Blockaden transformieren und das Jahr 2014 mit ganz viel Leichtigkeit und neuer Energie erleben.

Wann: 21.02.-27.02.2014 (individuell verlängerbar)

Wo: Teneriffa - Jardin Mariposa (www.jardin-mariposa.com)

Kursgebühr: Anwender 216,- EUR, Teilnehmer 279,- EUR

Kursleitung: Diana Apelt-Hoffmann

Infos und Anmeldung: Praxis für Entspannung & Selbstheilung, (www.praentsel.com), Tel. 0152 561 88 561, Mail: info@praentsel.com, www.praentsel.com/teneriffa-2014



FRAUENHEILKUNDE MIT HOMÖOPATHIE UND HEILPFLANZEN

Ein Kurs vom 6.3. bis 10.4.

Große Frauenmittel in der Homöopathie werden in Text, Ton und Bildern lebendig. Jahrhundertlang bewährte Frauenheilpflanzen lernen die Teilnehmerinnen ebenso kennen wie gut anwendbare Therapiekonzepte zur Unterstützung weiblicher „Achillesfersen“ rund um Zyklus, Pap-Werte oder Blase. Ein Abend widmet sich seelischen Krisen. Auch hormonelle Umbruchphasen von der Pubertät bis zu den Wechseljahren und natürlich die Sexualität sind Kursthema.

Termin: 6.3. - 10.4.14 - 6 Abende v. 18.30 - 20 Uhr

Kosten: 100,- € inkl. Skript

Ort: Naturheilzentrum Lebensweise, Hohenzollerndamm 53, 14199 Berlin

Anmeldung bei HP Nicola Cordes: Tel. 030.6409 2595 oder info@zentrum-lebensweise.de



TAG DER OFFENEN TÜR

Europäische Schule für Orgontherapie/ Berlin.



Das Institut SEOR stellt sich vor: Einweihungsfeier in den neuen Räumen mit Sektempfang, Livemusik, und Vortrag. Die Angebote des Instituts erstrecken sich über Körpertherapeutisch angeleitete Selbsterfahrungsgruppen, Einzeltherapie, Supervision, Paartherapie,

Schwangerschaftsbetreuung, Fortbildungen bis hin zur Sexualberatung.

Dr. Francesco Dragotto leitet seit Jahrzehnten das italienische Institut und besucht regelmäßig Berlin, um hier zu unterrichten. Er ist Psychologe und Körperpsychotherapeut und hat die Richtung des „Energetischen Funktionalismus“ begründet. Diese Methode bezieht die perinatale Thematik in den therapeutischen Prozess mit ein und räumt dem väterlichen Prinzip eine herausragende Stellung im Prozess der Individuation ein.

Programm:

7.3., 18 Uhr: Livemusik, Sektempfang,
20 Uhr: Vortrag zum Thema: Wege aus der Einsamkeit
Ich-Du-Wir - Kontakt und Pseudokontakt

Dr. Francesco Dragotto, Susanne Stinshoff
(englisch mit deutscher Übersetzung)

9.3., 10-18 Uhr: Workshop zum Thema „Einsamkeit und Vertauen“ (englisch mit deutscher Übersetzung)

Leitung des Berliner Instituts:

Susanne Stinshoff, Dieter Stinshoff

Adresse: Barutherstr. 8, 10961 Berlin, Remise im Gartenhaus, Klingel: SEOR. Tel. 030.84419824

TRAUMYOGA

Geshe Tenzin Wangyal Rinpoche

Vortrag und Seminar am 28.-30. März 2014

Die Praxis des Traumyoga vertieft unser Gewahrsein während all unserer Erfahrungen - den nächtlichen Träumen, den traumgleichen Erfahrungen des Tages und den Bardo-Erfahrungen nach dem Tod. Sie ist ein kraftvolles Werkzeug des Erwachens und ihr letztendliches Ziel ist das Erkennen der eigenen Natur des Geistes.

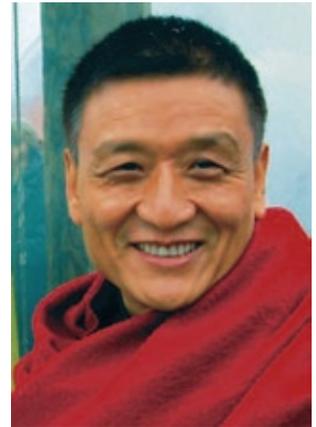
Tenzin Wangyal Rinpoche wird die Beziehungen zwischen Traum- und Wachzustand und Traum und Tod erläutern. Er wird uns zu den „vier Vorbereitungen“ für den Schlaf und zur Handhabung und den Methoden des luziden Träumens Anleitung geben. Es werden außerdem die Praxis des klaren Lichts des Schlafyoga vorgestellt sowie unterstützende Praktiken, die mit den Göttinnen (khandros) von Traum und Schlaf verbunden sind.

Termine: Freitag, 28. März 2014, 19 - 21 Uhr,
Samstag, 29. März, 10-18 Uhr, Sonntag, 30. März, 9-16 Uhr
Ort: ufafabrik, Viktoriastraße 10-18,

12105 Berlin, U6 Ullsteinstraße

Kosten: Vortrag 12 € / ermäßigt 8 €, Seminar: 140 € / ermäßigt 100 €; Frühbucher bis 15.2.13: 120 € / 90 €

Information und Anmeldung: www.berlin.ligmincha.de



NADJA STEPANOVA 11-16 MÄRZ

Vortrag, Seminar & Sitzungen

Die sibirische Schamanin Nadja Stepanova ist im März zu Gast in Berlin! Sie ist bereits vor 40 Jahren als Schamanin initiiert worden, hat heute eine Professur an der staatlichen Universität in Ulan Ude inne und ist ein gewähltes Unesco-Mitglied.

Nadja lehrt auf besondere Weise Energien zu erspüren. In der gesamten Natur ist ein Energiefluss wahrzunehmen. Wenn dieser gestört ist, kann der Mensch und ebenso die Natur aus der Balance geraten. Die Gründe dafür sind oft vielfältig.

Nadja bedient sich der Elementarbeit, aber auch die heilende Kraft der Laute und Rituale sind ein wesentlicher Bestandteil ihrer Arbeit.



Termine mit Anmeldung:

Di, 11.03. Vortrag sibirischer Schamanismus /19:30, 10€
Ort: Jurte, Strandbad Weissensee,

Uferpromenade am Weißen See, 13088 Berlin

15.-16.03.WE-Seminar - Nahe Berlin -180€

Einzel Sitzungen möglich.

Info: Petra Hinze - Tel. 030.4280 6948 / 0173.9562 041,
e-mail: hinzepetra@web.de, www.petra-hinze.de

MEDIZINRAD IM ABENDLAND - MYTHOS DER PLANETEN UND PFLANZEN

mit Cornelia Nobis & Natascha von Ganski



Dieses Seminar nimmt Sie mit auf eine Wanderung durch die Tierkreiszeichen des Horoskops und das Wesen der Pflanzen. Bewusst sind die Termine so gewählt, dass wir die Jahreszeiten und einzelnen Monate hautnah erfahren können. Denn jeder Monat und jedes Tierkreiszeichen hat seinen eigenen individuellen Charakter, deren Kraft und Energie wir für unser Leben aktiv nutzen können. Diese Kraft spüren und in der Natur erkennen, ist eine

wunderbare Möglichkeit, wieder in den Rhythmus des Lebens zu kommen. Den Rhythmus, den wir in unserer schnelllebigen Zeit so schmerzlich vermissen. Die Besinnung auf die unterschiedlichen Qualitäten der einzelnen Monate und deren Sinn, kann uns darüber hinaus für „Handlungen zur richtigen Zeit“ sensibilisieren. Astrologisch ist der Lauf der Sonne durch unser Horoskop wie eine Art Scheinwerfer zu betrachten. Jeder Lebensbereich eines Einzelnen wird im Jahr beleuchtet und gelangt in den Fokus der eigenen Aufmerksamkeit. Wenden wir dieses Wissen nutzbringend an, befinden wir uns im Fluss des Lebens. Schauen wir hinauf in den Kosmos, zu den

astronomischen Sternbildern, die den Tierkreiszeichen zugeordnet sind, so lernen wir wieder mehr über Mythos und Sinn ihrer Geschichten kennen. Da sich alle Ideen irgend wann einmal manifestieren und weil „oben wie unten“ ist, sind Heilpflanzen eine wertvolle Unterstützung. Wie diese Qualitäten in den Heilpflanzen wirken und diese Kräfte im Alltag angewendet werden können, ist Teil des Seminars.

1. Zyklus

02. April: Widder / Pflanzen mit Durchsetzungsvermögen

07. Mai: Stier / Pflanzen für die Ausdauer

04. Juni: Zwilling / Pflanzen für den Geist

2. Zyklus

25. Juni: Krebs / Pflanzen für die Seele

20. August: Löwe / Pflanzen für ein Selbstbewusstsein

10. September: Jungfrau / Pflanzen bei Verlust von Selbstkontrolle

3. Zyklus

08. Oktober: Waage / Pflanzen helfen Entscheidungen zu treffen

05. November: Skorpion / Pflanzen gegen den Schmerz

03. Dezember: Schütze / Pflanzen mit Überzeugungskraft

4. Zyklus

14. Januar 2015: Steinbock / Pflanzen für das Wichtige

11. Februar 2015: Wassermann / Pflanzen zur Förderung der Kreativität

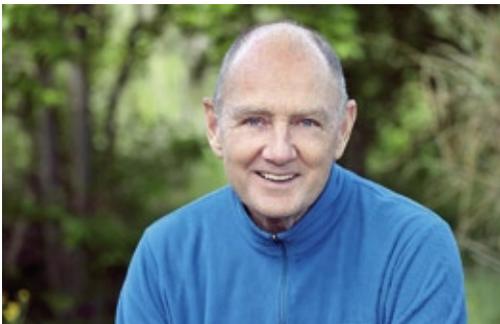
11. März 2015: Fische / Pflanzen für die Sensitivität

Termine: jeweils mittwochs 18-21.30 Uhr

Kosten: 90 Euro pro Zyklus (nur komplett buchbar)

Info & Anmeldung: alcimia Schule für Heilpflanzenkunde & Traditionelle Abendländische Medizin, Tel: 030/84417001; www.alcimia.de

MICHAEL ROADS IN DEUTSCHLAND!



Erkenntnisreich und inspirierend vermittelt Michael Roads, der international bekannte spirituelle Lehrer, Autor und Metaphysiker aus Australien, seine erleuchtete

Sicht auf Schlüsselthemen des Lebens. Stets ermutigend zeigt er uns, wie wir ein Leben führen können, das erhebt, verfeinert und erfüllt - jeden Tag. Er kreiert einen Raum, in dem der Teilnehmer aus seiner Illusion einer physischen, endlichen Realität erwachen kann... einen Raum, in dem die Liebe zu sich selbst, zum Leben, zur Schöpfung, die in jedem Menschen schlummert, entfacht wird. // NEU: DVD mit ausführlichem Interview // www.michaelroads.de

Abendvorträge:

09. Mai 2014, 19.30 Uhr, Essen, Eintritt 19 EUR

13. Mai 2014, 19.30 Uhr, Berlin, Eintritt: 15 EUR

5 Tage Intensivseminar: 17. - 21. Mai 2014, Berlin

Kosten: 640 EUR / Person, 1.200 EUR / Paar

(alle Veranstaltungen auf deutsch übersetzt)

Alle Infos unter www.michaelroads.de/events

REIKI-AUSBILDUNGEN - WWW.BAMBUSPRAXIS.DE

1. Grad, bis Lehrergang inkl. der Arbeit mit dem Inneren Kind



Bernd Monecke unterrichtet als Reikilehrer seit über 12 Jahren Reiki. Er arbeitet als Heilpraktiker mit den Schwerpunkten Akupunktur, TCM, Shiat-su und Reiki.

Reiki eignet sich hervorragend zur Unterstützung der Selbstheilungskräfte und ist als Entspannungsmethode bei sich selbst und zur Behandlung Anderer einzusetzen. Es stärkt die Herzenskraft

und gleicht emotionale Ungleichgewichte aus.

Die Arbeit mit dem Inneren Kind hilft alte Traumata und negative Glaubenssätze loszulassen und unterstützt dabei, sich neu auszurichten.

Inhalt der Ausbildung in den 1. Reiki-Grad:

- Einstimmung Reiki I. Grad
 - Chakrenausgleich
 - Selbstbehandlung
 - Behandlung Anderer
 - Arbeit mit dem Inneren Kind + CD
 - Praktische Übungen zu den 5 Lebensweisheiten und dem Ausgleich von Emotionen + CD
 - Individuelles Reading und Einzelcoaching
 - Reikianwendungsbroschüre, Urkunde
 - zwei Reikiübungsabende mit Supervision
- Kurs-Zeiten für Kleingruppen und Infogespräche werden jeweils individuell vereinbart

Kosten: 1. Grad 180 €, 2. Grad 240 €, 3. Grad 280 €

Offene Reiki-Übungsabende: jeden 4. Mittwoch im Monat, 19 h

Veranstaltungsort: Die Praxis im Bambusgarten, Diederhoferstraße 4, 10405 Berlin

Info und Anmeldung bei Bernd Monecke 030-47374668, www.bambuspraxis.de, e-mail: b@bambuspraxis.de

HEILERIN NINA DUL VOM 16.02. BIS 23.02.2014 IN BERLIN

Neu: Heilen mit Magentainformierten Biophotonen



Polens berühmteste und erfolgreichste Heilerin Nina Dul ist auch in Deutschland durch Rundfunk und Fernsehen bekannt. Zahlreiche Menschen haben sie danach schon aufgesucht und sind begeistert über ihre Arbeit und Fähigkeiten. Seit ihrer Kindheit kann die berühmte Biotherapeutin die Aura der Menschen sehen. Viele persönliche Schicksalsschläge führten dazu, dass

sie dieses Talent ausbaute und ihre Berufung darin fand. Das Herzstück ihrer Arbeit ist die bioenergetische Heilmeditation, bei der es der Heilerin seit Jahren auf einzigartige Weise gelingt, alle Anwesenden zu einer so hohen energetischen Schwingung zu bringen, das dadurch selbst tiefste Blockaden auf den Ebenen Körper, Geist und Seele bearbeitet und gleichzeitig gelöst werden können. Durch die Gruppendynamik entsteht zusätzlich ein hoher und sehr feiner Energiefluss.

Was geschieht während einer bioenergetischen Heilmeditation? Nina Dul überträgt ihre Energie, in Form von Magentainformierten Biophotonen und leitet diese

Energie durch ihr eigenes Herzzentrum zum göttlichen Kern eines jeden Anwesenden. Und das ist das Besondere daran: die Selbstheilung kann dadurch im Herzen von jedem Menschen, in allen Schichten und Zellen beginnen. Durch Nina Duls Kontakt zu den Licht- und Geistwesen der Teilnehmer, kann JEDER die für ihn genau abgestimmte Energie zur Transformation und Selbstheilung erhalten. Nina Dul wird beim Erlebnisabend über ihre Erfahrungen berichten, ihre Fähigkeiten demonstrieren, als Höhepunkt wird sie eine Heilenergieübertragung für alle Anwesenden durchführen.

Buchempfehlung: „Auratherapie“ und „Heilenergie Magenta“ von Nina Dul.

Erlebnisabend: So. 16.02.14, 18.00 Uhr | 17 €

Bioenergetische Heilsitzungen: tägl. Mo. - Fr. 17.-21.02.14 jeweils 19.00 Uhr | je 62 €

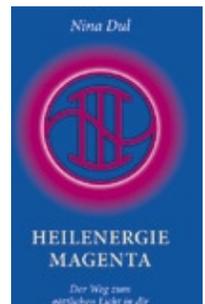
Aura- u. Energieseminar: 22.02.14, 10.30 - ca.19.00 Uhr, 143 €

Magentaseminar mit Einweihung: 23.02.14, 10.30 - ca. 20.00 Uhr | 152 €

Aurafotos werden an allen Tagen gemacht.

Veranstaltungsort: Wamos Zentrum, Hasenheide 9, 10967 Berlin-Neukölln

Infos und Anmeldungen: www.ninadul.de oder Tel. 0172-2363029 oder 0172-7322889





Geborgen im Universum

Über das Glück des Ichs, das seiner Umgebung, dem vermeintlich Anderen, nicht mehr misstraut – von Wolf Schneider

Vor Jahren nahm ich im Intersein-Zentrum im Bayerischen Wald an einem „Tag der Achtsamkeit“ teil. Wir waren am frühen Vormittag eingetroffen und warteten in einem großen Festzelt auf Thich Nhat Hanh und seine Begleiterin Chan Khong, für die in dem Zelt eine Bühne hergerichtet war, auf der in riesengroßen Buchstaben stand „Ich bin angekommen“.

Angekommen sein, zuhause sein, bei sich und nicht außer sich, das ist das Ziel von uns Suchenden. Nicht mehr draußen suchen – dort und dann würden wir finden, was wir suchen – sondern jetzt, hier, vor meiner Nase, in diesem Atemzug und Augenblick. Wir brauchen nicht mehr zu suchen, wir sind schon angekommen. Wir müssen nirgendwo mehr hin, denn der Weg und das Ziel sind eins.

Ein Gefühl der Geborgenheit

Die Möglichkeit, uns dieser Gegenwärtigkeit bewusst zu werden, haben wir der Fähigkeit zu verdanken, Aufmerksamkeit lenken zu können. Wir können sie auf vergangene, zukünftige oder gegenwärtige Ereignisse richten. Ob es gelingt, damit die Gegenwart nicht nur zu streifen, sondern darin zu verweilen, ist mehr als nur das Ergebnis einer mentalen Lenkung, es hat mit einem Gefühl zu tun: dem Gefühl der Geborgenheit. Je mehr wir uns im Universum geborgen fühlen, anstatt als unfreiwillig ins Leben hinein Geworfene, die dort nun mehr oder weniger irrend, verzweifelt oder selbstsicher ihren Weg suchen, umso besser gelingt dieses Verweilen. Und es hat mit Vertrauen zu tun, dem Vertrauen hier richtig zu sein, willkommen im Leben, in der *condition humaine*, diesem Leben zwischen Tier

und Gott, in dem wir erst Werdende sind, noch keine fertigen Wesen.

Was mich umgibt

Wie jedes Kind sich im Mutterleib geborgen fühlt, noch ganz ohne spirituelle Suche und philosophische Fragen, so können wir uns in unserer Umgebung geborgen fühlen, in dem, was uns umgibt. In dem, was das Ich umgibt! Was auch immer das gerade ist, was ich als mich selbst oder mein eigen empfinde. Ist es nur das, was diese Haut begrenzt? Oder auch mein Besitz und meine „Angehörigen“? Jedenfalls hat es eine Umgebung, in der es geborgen ist, die es bedingt, vielleicht sogar behütet, ohne die das Ich und das Eigene nicht sein könnten: Dieses hier ist in dem anderen, was es umgibt, geborgen.

Theismus und Atheismus

Manche Menschen stellen sich diese Umgebung oder das, was hinter dem ist, was sie umgibt, lieber als Person vor. Um den Uterus herum, der uns einst umgab, gibt es eine Person: unsere Mutter. So kann man sich hinter der Umgebung, in der auch das kleine Ich des Erwachsenen geborgen ist, eine große Mutter vorstellen, oder – in Zeiten des Patriarchats – einen großen Vater. Wenn das die Geborgenheit erhöht, gut so, dann sind wir Theisten. Andernfalls Atheisten. So groß ist der Unterschied zwischen den beiden also nicht – kein Grund, die eine Gruppe als gottlos zu verdammen. Wenn ich genau nachdenke, bin ich Atheist. Als fühlendes Wesen möchte ich das Große, Ganze, das mich hält und in sich birgt, aber gerne mit Du ansprechen. Also bin ich doch auch ein Theist.

Spiris und Ökos

Auch die Umweltschutzbewegung weist uns auf unsere Geborgenheit hin in dem, was uns umgibt, und ermahnt uns, diese Umwelt zu achten oder sie wenigstens nicht als Müllablageplatz zu verachten.

Insofern kann man auch die Umweltschützer in einem modernen, wissenschaftlich aufgeklärten Sinn als religiös bezeichnen: Sie erinnern an unsere Abhängigkeit von dem Biotop, in dem wir leben, und ermahnen, ihn zu schützen, denn in ihm sind wir geborgen wie in einem Mutterleib. Wenn wir ihn vergiften, zerstört uns das selbst, weil das Gift dann wie in einer Nabelschnur zu uns zurückfließt. Ob wir dann noch „Mutter Natur“ zu dieser Umgebung sagen oder die Erde Gaia nennen, ist nur eine Sache des Gefühls, der Anrede. So gesehen trennt die Spiris und die Ökos gar nicht so viel. Beide kann man als sowohl spirituelle wie politische Bewegungen auf der Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse bezeichnen.

Nachnähren

Was aber, wenn es mir nicht gelingt, meine Aufmerksamkeit darin zu verankern, dass ich unvermeidlich im ewigen Jetzt lebe, auch dann, wenn ich mich erinnere oder meine Zukunft plane? Was, wenn ich trotz meines Wissens über die Umwelt und meine Gesundheit weiterhin Coca Cola trinke, täglich Fleisch esse und Plastikverpackungen aus dem Autofenster werfe? Vielleicht weil mir meine Eltern als Kind nicht das Gefühl gaben, willkommen zu sein in der Welt, so dass ich jetzt auf tausenderlei Weise um meinen Selbstwert kämpfe, mit Statussymbolen und trotzigem Akten der Selbstvergewisserung, die mir zu sagen scheinen: Ja, ich darf! So bin ich eben! Ich lasse mich nicht unterkriegen!

Da hilft dann manchmal auch kein Achtsamkeitstraining, sondern nur eine Rückführung zu den Verletzungen und seelischen Wunden von damals. Die Humanistische Psychologie bietet eine Vielfalt an Methoden damit umzugehen und das Gefühl mangelnder Geborgenheit von damals heute nachzunähren.

Ego oder Eigenheit?

Hierbei ist auch wichtig, dass das Ich, die Persönlichkeit, sich erlaubt eigen zu sein, individuell, einzigartig – oder dass sie sich erlaubt, die Entwicklung einer solchen Eigenheit überhaupt erstmal zu erstreben. Hierfür braucht es eine Unterscheidung zwischen dem vor allem in den spirituellen Kreisen verpönten Ego – der Illusion einer festen, unverrückbaren, ureigenen Persönlichkeit, die für sich steht und kämpft und bestreitet, ihre Umgebung zu brauchen – und der gestaltbaren, flexiblen Eigenheit eines gewordenen Charakters, der um seine Interdependenz mit der Umgebung weiß und diese würdigt.

Fremd in der Welt

Egoismus und Eigenheit sind zwei sehr verschiedene Haltungen der Ichs zur Welt. Man kann sie auch anhand der Begriffe Geborgenheit und Vertrauen voneinander unterscheiden: Das eine Ich vertraut seiner Umgebung und fühlt sich in ihr geborgen, das andere misstraut ihr und fühlt sich darin fremd, vielleicht sogar befeindet.

Wobei ein bisschen Alien-Gefühl, Einsamkeit, Befremdung in der Welt natürlich und menschlich ist; es sollte nicht durch Tröstungsstrategien überdeckt werden. Die Existenzialisten des 20. Jahrhunderts (z.B. Camus mit seinem Hauptwerk „Der Fremde“) sind tief in dieses Gefühl eingetaucht, in der Welt irgendwie fremd zu sein, *alien* – und konnten doch trotzdem ganz unegoistisch empathisch und solidarisch sein, wie Camus das etwa durch seine Mitarbeit in der französischen Résistance gegen die Nazis gezeigt hat.

Intimität

Trotzdem ist eine Beheimatung in der Welt für dieses Gefühl der Befremdung und Einsamkeit das Ziel der Sehnsucht. Allein ist man dann immer noch, aber nun in der Gewissheit, in der Welt zuhause zu sein, geborgen und beheimatet. Das kann eine kulturelle Heimat sein, eine geografische, eine Zugehörigkeit zu einem Freundeskreis und insbesondere die Beheimatung durch die Intimität mit einem oder mehreren Menschen, vor dem oder denen man sein Innerstes nach außen kehren darf und nicht mehr verbergen muss.

Von guten Mächten wunderbar getragen

„Von guten Mächten wunderbar geborgen, erwarten wir getrost, was kommen mag“, schrieb Dietrich Bonhoeffer im Dezember 1944 aus einem Gestapo-Gefängnis. Ein paar Wochen später wurde er hingerichtet. Was für ein tiefes Vertrauen, was für ein Gefühl der Geborgenheit! Bonhoeffer muss sich zutiefst in sich selbst beheimatet gefühlt haben, in seiner gewordenen und gewählten Identität, und diese als willkommen im Universum erlebt haben – in seinem Empfinden „gottgewollt“ – sogar noch als todgeweihter Gefangener der Gestapo, als der er am 9. April 1944, kurz vor der Befreiung durch die Alliierten, den Weg zum Galgen antrat.



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.



Abschied und Neubeginn

Von Daniela Leinemann und Percy MacLean

Wenn wir uns gemeinsam mit anderen Menschen ein paar Tage Zeit nehmen für das Lebensthema „Abschied und Neubeginn“, stellen wir fest: Hier geht es um die Essenz des Lebens, um gemeinsames Weinen, Lachen, Trauern. Mit dem Unbegreiflichen nicht zu hadern, sondern es anzunehmen und loszulassen – dies ist das, was im geschützten Raum passiert, das offene Herz und das Gefühl: Was hier entsteht, ist wesentlich.

„Ich durfte begreifen und ganz tief fühlen, dass man von geliebten Menschen nicht wirklich Abschied nimmt. Sie haben ihren Platz für immer in unserem Herzen. Tatsächlich verabschieden kann man sich nur von Verhaltensmustern, die Trennendes ermöglichen. Mit dieser Gewissheit werde ich in größerer innerer Freiheit mein Leben hoffentlich leichter leben.“ (Zitat aus einer Gruppe)

Wir alle nehmen ständig Abschied: vom Bauch der Mutter, von ihrer Brust, von der Kindheit, der Jugend, der Gesundheit, von unseren geliebten Menschen, auch von ungeliebten Momenten, Phasen und Menschen – und schließlich von unserem gesamten Leben hier auf dieser Erde. Der Abschied ist ein ständiger Begleiter unseres Lebensweges – ebenso wie das, was sich daran anschließt: der Neubeginn. Dazwischen liegt eine Zeit des Übergangs. Diese Drei (Abschied, Übergang und Neubeginn) gehören untrennbar zusammen: Wenn eine Frau ein Kind gebärt, gibt es eine Phase des Übergangs zwischen den Eröffnungswehen und den Presswehen, wo für einen kurzen Moment Ruhe einkehrt, bevor das Baby in die Welt hinausgedrückt wird. Wenn wir einen sterbenden Menschen begleiten, erleben wir kurz vor dem letzten Atemzug einen unbeschreiblichen Moment

des Friedens. Sogar vor einem plötzlichen Unfalltod gibt es in Sekundenbruchteilen ein Innehalten in Form eines Lebensrückblicks im Zeitraffer. Die Zeit spielt in solchen Momenten des Übergangs keine wesentliche Rolle.

Phasen des Übergangs

Alles braucht seine eigene Zeit, um Erlebtes zu verarbeiten. Denn das geistige, das emotionale und das spirituelle Tempo sind durchaus unterschiedlich. Spirituell gibt es ein tiefes Wissen von Abschied und Neubeginn. Wir spüren den schweren Verlust in uns und haben gleichzeitig das Bewusstsein davon, dass wir an dieser schmerzlichen Erfahrung wachsen können. Auf der intellektuellen Ebene versuchen wir, Geschehenes zu erklären, es mit unseren Gefühlen in Übereinstimmung zu bringen, und schwanken gerade am Anfang eines Verlustes zwischen dem Unbegreiflichen und der Frage, ob dies wirklich „real“ ist. Während die Seele und der Geist möglicherweise längst begriffen haben, dass beispielsweise der geliebte Mensch nicht mehr in der uns vertrauten Gestalt auf der Erde ist, braucht die emotionale Ebene eine ganz andere Zeit, als wäre ein Teil von uns am Grab stehen geblieben. Im Ergebnis fühlen wir uns völlig verwirrt und erleben ein einziges Chaos in uns. Ziel ist es nun zu akzeptieren, dass wir individuelle Zeit benötigen, um unser Gleichgewicht wiederzufinden. Diese Übergangsphase klingt erst aus, wenn wir auf allen Ebenen des Seins mit dem Verlust versöhnt sind.

Die fünf üblichen Stufen in Trauer- und Trennungsprozessen haben Elisabeth Kübler-Ross („Leben, bis wir Abschied nehmen“, Gütersloh 1991) und Verena Kast („Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses“, Stuttgart 2001) beschrieben:

In der ersten Phase weigern wir uns zu glauben, dass ein uns nahe stehender Mensch tot ist, dass wir selber an einer unheilbaren Krankheit sterben werden, dass sich unser Partner von uns trennen will, dass etwas endgültig zu Ende ist; wir stehen unter Schock und versuchen, uns vor den Gefühlen des Verlustes zu retten, indem wir uns einreden, dass alles nur ein böser Traum ist (Phase des Nicht-Wahrhaben-Wollens). In der zweiten Phase realisieren wir, dass der Verlust sich nicht mehr leugnen lässt. Gefühle von Angst, Wut, Zorn, Sehnsucht und Verzweiflung brechen in uns auf und führen uns in eine noch tiefere Krise (Phase der aufbrechenden chaotischen Emotionen). Hierauf folgt eine dritte Phase, in der wir das, was wir verloren haben, suchen, indem wir z.B. ständig an den verlorenen Menschen denken und uns die Erlebnisse in der Beziehung durch Träume, Imagination und Erinnerungen wachhalten. Am Ende dieser Phase steht die Akzeptanz, dass der Abschied nicht rückgängig gemacht werden kann (Phase des Suchen, Findens und Sich-Trennens). Dies führt wiederum in der vierten Phase zu einer Rückbesinnung darauf, wie wir vorher waren, was die Beziehung, das Verlorene in uns verändert und genährt hat; wir organisieren unser individuelles Selbst zurück (Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs).

Am Ende dieses Weges folgt dann die Aussöhnung mit dem Geschehenen (Phase der Hingabe und Versöhnung). Diese fünf Phasen verlaufen nicht gradlinig, sondern wir fallen gelegentlich auch wieder zurück. So fangen wir beispielsweise an, uns neu zu orientieren, besinnen uns unserer Werte, sehen wieder einen Sinn im Leben - und plötzlich wollen wir den Verlust doch wieder nicht wahrhaben, und vielleicht wählen wir zur Überprüfung die alte Telefonnummer oder kehren zurück zu einem Ort, an dem so viel Gemeinsames stattgefunden hat. Dann bricht Alles wieder auf: Wut, Trauer und Schmerz - obwohl doch klar ist: Das Verlorene kommt nicht zurück. Trauer braucht ihre Zeit auf allen Ebenen und ganz individuell.

Am Ende stehen Wachstum und Neubeginn

Das Neue sieht vielleicht anders aus, als dies am Anfang möglich schien: Eine Beziehung wird endgültig losgelassen oder aber auf eine neue Ebene gewandelt, und die Narbe verheilt und lässt Versöhnung zu.

In unserer Arbeit mit Gruppen wenden wir unterstützende Rituale an, die sich im Heilungsprozess als äußerst wertvoll erwiesen haben. Darin finden sich die Phasen des Abschieds, des Übergangs und des Neubeginns wieder, unabhängig davon, ob wir etwas verbrennen, etwas pflanzen, eine Gedenktafel aufstellen oder einen Brief schreiben. Bevor für das Verabschiedete Neues entstehen kann, öffnet sich im Ritual der Raum der Ruhe. Der Wert des Gruppenprozesses liegt im gegenseitigen Spiegeln und Unterstützen. Jeder von uns hat

die Lebensaufgabe, durch den Schmerz der Veränderung zu wachsen und zu reifen, und wenn wir uns über die jeweiligen Verluste durch Tod oder Trennung und Abschiede von der Gesundheit oder von Lebensphasen wie der Berufstätigkeit miteinander austauschen, können wir das Geschenk des Neuen annehmen und - wie es eine Seminar-Teilnehmerin ausgedrückt hat - kraftvoll in die nächste Lebensphase aufbrechen: „Es ist, als wenn in der Therapie, die ich in den letzten drei Jahren gemacht habe, die Steine für ein Tor zugeschnitten worden sind und das Tor gebaut wurde, aber an dem Wochenende haben wir die Schlusssteine eingesetzt. Ich kann jetzt durch das Tor hindurchgehen.“

Die Autoren **Daniela Leinemann** und **Percy MacLean** leiten seit vielen Jahren Seminare u.a. zu diesem Thema in den gemeinnützigen Gesundheits- und Ausbildungszentren Weg der Mitte Berlin und Kloster Gerode. Weitere Infos auf www.wegdermitte.de

**DER KREATIVE WEG
FÜR GEIST UND SEELE**

Der neue meditative Zeichentrend aus den USA:
eine einzigartige Methode zum kreativen Entspannen



je 20 Seiten
broschiert | € 4,99 (D)

**Zentangle® – eine Wortschöpfung
aus Zen (Meditation) und Tangle (Zeichnung)**

Mehr als Stift und Papier sind nicht nötig, und schon entstehen auch unter den Händen von Ungeübten wunderschöne Muster und kleine Kunstwerke. Zentangle® entspannt, steigert Konzentration und Kreativität, fördert die Intuition und macht jede Menge Spaß!

Alle vier Einsteiger-Hefte beschreiben detailliert die Technik und liefern zahlreiche Vorlagen und Anregungen für eigene Kreationen.

TRINITY
HEILUNG - SPIRITUALITÄT - KREATIVITÄT

Verletzlich sein

Wie wir an Stärke gewinnen, wenn wir uns wirklich einlassen - von Jochen Meyer



„Ich bin noch nicht soweit – bevor ich mich wieder verlieben kann, muss ich erst die Verletzungen aus meiner letzten Beziehung heilen!“

Wenn eine Beziehung auseinander geht und der Trennungsprozess schmerzhaft ist, braucht es Zeit, bis wir die emotionalen Verletzungen seelisch verarbeitet haben und uns mit dem ehemaligen Partner innerlich aussöhnen können. Es wäre aber ein Missverständnis, wenn wir glauben, dass wir uns erst von allen Verletzungen befreien oder gar unverletzbar machen müssten, bevor wir uns wieder glücklich verlieben können. Dann würde die Überzeugung, nicht mehr verletzbar sein zu dürfen, zu einem Schutzmechanismus unseres verunsicherten Selbst, das nicht mehr zu vertrauen wagt und uns vor neuerlichen Verletzungen bewahren möchte. Das aber wäre ein unrealistisches Vorhaben und würde unser persönliches Wachstum verhindern.

Wer sich nicht verletzen lässt, liebt nicht

Dass wir verletzlich sind und seelisch genauso wie körperlich verletzt werden können, wollen wir meist nicht wahrhaben.

Verletzlich sein, das fühlt sich schlecht an, das betrachten wir als unerwünscht und setzen es gleich mit schwach sein, wehrlos sein und anderem mehr. Das empfinden wir als peinlich, qualvoll und unerträglich. Wir versuchen alles zu tun, um es zu vermeiden. Verletzbar zu sein und sich zur eigenen Verletzlichkeit zu bekennen ist jedoch in Wirklichkeit ungeheuer stark. In einer Beziehung den starken Mann oder die coole Frau rauszuhängen, ist nicht schwer. Wenn wir uns unberührbar geben und uns hinter einer Schutzmauer aus Verdrängung und Gleichgültigkeit verschanzen, dann sind wir jedoch nicht stark, sondern ängstlich auf unseren Selbstschutz bedacht. Zeigen wir uns dagegen unserem Partner mit unseren Verletzungen, sind wir

mutig. Es ist mutig, offen und berührbar zu sein und etwas von seinen Wunden preiszugeben.

Verletzlich sein ist in Wahrheit also eine Kraftquelle und Ausdruck von innerer Stärke. Gestehen wir uns zu, verletzlich zu sein, so leben wir in Einklang mit der Realität, denn es gibt keine verletzungsfreien Beziehungen, solange wir noch keine Buddhas sind. Wer nicht riskiert, verletzt zu werden, liebt nicht. Und wer nicht riskiert, seinen Partner gelegentlich zu verletzen, liebt auch nicht. Um so mehr wir dies anerkennen, desto stärker werden wir aber darauf achten, unsere Partner möglichst wenig zu verletzen.

Wahre Liebe verwirklichen wir in dem Bewusstsein, dass wir verletzbar sind. Wir müssen uns so achtsam wie möglich begegnen, wenn wir gesunde Beziehungen realisieren wollen.

Dass wir verletzlich sind, zeichnet uns aus. Jeder von uns trägt eine individuelle Portion Dünnhäutigkeit und Empfindlichkeit als Summe seiner Geschichte und seiner Verletzungserfahrungen in sich.

Wir alle sind darin einzigartig und verdienen es, damit gesehen und geliebt zu werden. Werden wir fähig, unserem Partner mit seinen Verletzungen und seiner Verletzlichkeit angemessen zu begegnen, werden wir wirklich fähig zu lieben.

Vertrauen zulassen, Misstrauen loslassen

Wenn wir uns unsere Verletzlichkeit eingestehen und uns unseren Partnern damit langsam öffnen wollen, müssen wir Vertrauen wagen. Wir können uns entscheiden, einander mehr zu vertrauen und unser Misstrauen loszulassen. Wir können als gereifte Erwachsene genügend Vertrauen in uns selber finden, so dass wir es nicht mehr außerhalb von uns suchen müssen. Wir können erkennen, dass wir innerlich stark genug sind, unsere

emotionalen Verletzungen und die damit verbundenen schmerzhaften Gefühle auszuhalten. Wir können uns bewusst machen, dass es nichts als Gefühle sind, vor denen wir Angst haben; Gefühle, die sich bedrohlich anfühlen können, die aber kommen und gehen wie alle Gefühle. Wir können beobachten, in welchen Momenten wir innerlich zumachen und uns dann entschließen, dass wir genauer hinschauen, unsere unerwünschten Emotionen zulassen und unserem Partner davon erzählen. Statt ihm wie bisher Vorwürfe zu machen, schauen wir nun bei uns selber und nehmen uns erst einmal mit unserem inneren Erleben und unserem Schmerz an.

Hör auf zu kämpfen!

Was passiert, wenn wir aufhören, weiter den Starken zu geben, der alles im Griff hat oder immer weiß, wo es lang geht? Was verändert sich, wenn wir endlich aufhören, uns zu beklagen, zu empören und als Opfer darzustellen? Wie heilsam ist es, wenn wir uns gestatten zu spüren: „Ja, ich bin gerade zutiefst getroffen, fühle mich klein, schwach, hilflos, vollkommen verunsichert!“ Wir werden vollständiger, stärker und menschlicher, wenn wir uns auch mit diesen Seiten zeigen. Was wird möglich, wenn wir im Streit mit unserem Partner einmal nicht sofort zurückschlagen, um schmerzhaft Gefühle abzuwehren? Wenn wir stattdessen sagen: „Ich fühle mich von dem, was du gerade gesagt hast, total getroffen. Ich weiß nicht, wie ich jetzt darauf reagieren soll!“; wehren wir unsere Betroffenheit ab, vermeiden wir nicht nur die unangenehmen Gefühle, wir verlassen uns auch selbst.

Wir verlassen unsere Würde, wenn wir beginnen, verbal auf unseren Partner als vermeintlichen Verursacher unserer Leiden einzuschlagen. Wir verlassen unsere Integrität, wenn wir unseren Partner angreifen und ihn verletzen. Wir verlassen unsere Fähigkeit, vertrauenswürdig zu sein, also jemand, bei dem sich unser Partner sicher fühlen kann. All das gewinnen wir zurück, wenn wir unser Verletztsein in einem solchen Moment zugeben und sagen: „Ich fühle mich jetzt gerade so verletzt, dass ich erst mal Abstand brauche. Sonst laufe ich Gefahr, Dinge zu tun, die noch mehr zwischen uns kaputtmachen.“ Hören wir auf zu kämpfen, wird sich die Lage entspannen und wir können neu aufeinander zugehen. Wir geben der Liebe wieder eine Chance.

Wenn wir uns nach einem verbalen Angriff verletzt fühlen und eine zeitlang betroffen sind, ist das ein natürlicher Vorgang – unsere Seele braucht Zeit, um das Erlebte zu verarbeiten. Wenn wir aber daran festhalten, es uns immer wieder vergegenwärtigen und unser Verletztsein immer wieder hochkochen lassen, begeben wir uns in die Opferrolle. Jetzt verletzen wir uns selbst, indem wir die Energie des vermeintlichen Angriffs in uns hineinnehmen und gegen uns richten, anstatt sie

beim Gegenüber zu lassen und zu sagen: „Das gehört zu dir. Ich lasse es bei dir!“

Statt „Schau dir an, wie er mich verletzt hat, mich armes Wesen“ sagen wir dann: „Jawohl, ich bin verletzt und leicht zu treffen. Ja, es kann wieder passieren. Aber ich kann damit umgehen. Ich stehe wieder auf und mache weiter. Und zumindest ich werde dich nicht bekämpfen, weil ich mich von dir verletzt fühle.“

Nehmen wir unsere Verletzlichkeit an, können wir das Verletztsein loslassen.

Natürlich bedeutet dies nicht, dass wir uns von nun an alles gefallen lassen und uns schutzlos preisgeben. Werden wir unfair behandelt, distanzieren wir uns und grenzen uns ab. Sind wir damit überfordert, so schützen wir uns erst einmal selbst – erst danach können wir vielleicht auch noch etwas für unser Gegenüber tun. Letztlich geht es bei all dem darum, Verantwortung zu übernehmen.

Wir sind dafür zuständig, uns einen möglichst vertrauenswürdigen Partner zu wählen, der mit unseren verletzten Seiten konstruktiv umgeht. Und wir tragen die Verantwortung dafür, selbst ein solcher Partner zu werden. Nur wenn wir hieran arbeiten und dafür sorgen, dass wir unseren Partner möglichst wenig verletzen, können wir von ihm verlangen, dass er uns gut behandelt. Es ist widersprüchlich und unfair, wenn wir verlangen, dass er uns etwas geben soll, wozu wir selber nicht bereit oder fähig sind. Um so integer wir werden, desto seltener werden wir andere verletzen und von ihnen verletzt werden. Denn wenn wir integer sind, lassen wir uns auch nicht unfair behandeln. Wir geben solchen Menschen einfach nicht mehr soviel Macht über uns, weil wir mit dem guten Kern in uns verbunden sind. Wir identifizieren uns dann mit unserer Integrität und nicht mehr mit unseren Verletzungen. Und wir erleben, dass wir als verletzlich Liebende einen neuen Raum betreten, wenn wir aufhören zu kämpfen. Einen Raum, in dem wir uns öffnen und wirklich begegnen und in dem wir sagen können: „Ja, ich bin verletzlich – und gerade deswegen bin ich stark!“

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



Jochen Meyer, Die sechs Schritte zur erfüllenden Partnerschaft (2): Deine Ziele und Absichten, Vortrag, 14.2.2014; Offene Coaching-Gruppe für Singles am 26.2.2014; Wie die Liebe gelingt – was Paare über Beziehungen wissen müssen, Vortrag am 20.2. 2014, jew. Im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7D, 10965 Berlin-Kreuzberg, weitere Informationen unter 030 – 7790 6127 und auf www.jochen-meyer-coaching.de

Vertrauen und Dankbarkeit

In manchen Situationen geht das Vertrauen verloren – und ist auch nicht so leicht wiederzufinden. Haidrun Schäfer berichtet, wie ihr die Beschäftigung mit dem Thema Dankbarkeit im dunklen Tal namens Liebeskummer helfen konnte.



„D’ailleurs ce sont toujours les autres qui meurent...“ Und es sind nicht nur immer die anderen, die sterben, sondern es sind auch immer die anderen, die mit 50 von ihren Männern verlassen werden, weil die meinen, sie verpassen sonst das Leben.

Ich stand vor dem Spiegel und wischte mir die von Tränen verschmierte Wimperntusche aus dem Gesicht. Neulich erst hatte mir eine Freundin erzählt, dass in ihrem Bekanntenkreis keine Ehe noch besteht und dass ausnahmslos die Männer ihre Frauen wegen einer jüngeren verlassen haben. Neulich dachte ich noch, wie gut es mir mit meiner Beziehung geht. Neulich waren es noch die anderen... So wie der Nachbar, der seine Frau und das gemeinsame Kind verlassen hat – weil er sich in eine andere verliebt hatte. Es klingt so alltäglich, so normal. So ist das Leben, Trennungen passieren und es geht trotzdem weiter. Ich starre in mein Spiegelbild und weiß leider überhaupt nicht weiter: Mein Mann ist nach 23 gemeinsamen Jahren ausgezogen, weil er seine Freiheit haben will und ich spüre einfach nur schmerzhaft Abwesenheit.

Liebeskummer – einer der hoffnungslosesten Zustände, die wir erleben können. Der Sinn ist nicht ersichtlich, das Licht am Ende des Tunnels nur ein Flackern, aufrechterhalten – wenn wir Glück haben – durch den guten Zuspruch der Freundinnen. Von Vertrauen ins Leben im Moment keine Spur.

Nachdem ich wochenlang nicht lesen konnte, weil die Buchstaben vor den tränenden Augen verschwammen, zwang mich eine Zahn-OP definitiv aufs Sofa und ein Buch fiel mir in die Hände, das mein Interesse weckte. Es ging es um Dankbarkeit, eingebettet in einem 28-Tage-Programm. Vor Jahren hatte ich mich mit Naikan beschäftigt und vieles danach in meinem Leben zum Positiven verändert. Wahrscheinlich tat mir dieser Auffrischungskurs jetzt ganz gut. In dieser Situation dem Leben zu vertrauen und die Hoffnung nicht aufzugeben, fällt mir nicht nur schwer, sondern ist undenkbar. Aber parallel zu dem Schmerz kleine Ausflüge auf den Pfad der Dankbarkeit zu machen, das ist möglich.

Die Basis in dem Buchprogramm besteht aus einer regelmäßigen morgendlichen Übung, bei der man 10 Punkte aufschreibt, wofür man dankbar ist: sei es die funktionierende Heizung, die schnurrende Katze, das gestrige Gespräch mit der Freundin, die gesunden Beine, der monatliche Scheck, die Sonne, der Regen... Danach beschäftigt man sich pro Tag mit einem speziellen Thema: Beziehung, Geld, Gesundheit, Arbeit etc. Mich interessierte natürlich die Übung zum Thema Beziehung. Ich schrieb 10 Punkte auf, wofür ich ihm dankbar bin – immerhin haben wir 22 glückliche Jahre miteinander verbracht, da kommt schon einiges zusammen. Ich schreibe ohne Groll, sondern spüre den schönen Momenten nach, die wir zusammen hatten. Ich liebe ihn, daran hat sich nichts geändert und ich würde es so gerne wie Byron Katie halten: Ich liebe dich und wünsche dir, dass du deinen Weg gehst – auch wenn ich nicht mehr deine Weggefährtin bin.

Zu vertrauen, dass alles seinen Sinn hat, fällt mir nach wie vor schwer, aber die disziplinierte Beschäftigung mit dem Thema Dankbarkeit hilft, nicht völlig in einem Tränenmeer zu versinken – wobei... „manchmal schwimmt man in ungeweihten Tränen und geht darin unter, wenn man sie in sich behält.“ Deshalb als zweiten Buchtipp ein Buch, das so schön und tröstend ist, wie das nur ein Buch sein kann: Das Lavendelzimmer. Es hat mich viele verzweifelte Abende getragen und geträstet – und dafür bin ich der Autorin dankbar.

Die Autorin Haidrun Schäfer lebt und arbeitet als freie Journalistin und Autorin in Berlin. Sie studierte deutsche und französische Literaturwissenschaften und beschäftigt sich seit der Geburt ihres Sohnes intensiv mit Themen ganzheitlicher Gesundheit. Sie war über 10 Jahre lang Redakteurin der Zeitschrift, Körper Geist Seele (KGS Berlin). Zuletzt erschien ihr Buch mit Andreas Krüger, „Heiler und Heiler werden, Gespräche über Heilkunst“, Berlin 2013

Buchtipps

Rhonda Byrne: *The magic*, MensSana, München, 2012, 303 Seiten, 14,99 Euro

Nina George: *Das Lavendelzimmer*, Knauer, München, 2013, 382 Seiten, 14,95 Euro

Vertrauen und Einsamkeit

Wenn wir uns mit der Frage unserer Einsamkeit konfrontiert sehen, beschleicht uns eine Art Unwohlsein, eine ängstliche Beklommenheit oder ein Gefühl der Leere - auch in unserem täglichen Leben.
Von Susanne Stinshoff



Es macht Sinn, den grundlegenden Unterschied zwischen alleine sein und sich alleine fühlen zu verstehen. Allein zu sein, eins zu sein, getrennt zu sein liegt tief in der Natur, in der Essenz unseres menschlichen Daseins begründet.

Menschen sind aber auch soziale Wesen, die Kontakt brauchen. Kontakt über verbalen und emotionalen Austausch, über unsere Sinne, um sich auszutauschen, um Teil von Etwas zu sein in Partnerschaft, Familie, Gesellschaft und Natur.

Wenn wir alle diese Möglichkeiten des Kontaktes realisieren können, wächst das Vertrauen in uns selbst und in die anderen und die Fähigkeit, unsere Persönlichkeit wachsen zu lassen, wird genährt. Die Freiheit wählen zu können zwischen Alleinsein und Kontakt entwickelt sich. Dieses Vertrauen, das wir entwickeln können, hilft uns, offen, präsent zu sein, andere um etwas fragen zu können, was wir uns wünschen, in Partnerschaft, Freundschaft oder Gruppe – um zu kommunizieren und die Leere zu füllen, die wir Einsamkeit nennen.

Sich einsam zu fühlen beinhaltet das Vermissen von Kontakt. Wenn dieses Gefühl lange anhält, produziert es mehr und mehr Frustration und Schmerz und zwingt Männer und Frauen dazu, ihre natürliche Vitalität zu reduzieren - und führt über lange Sicht in die Isolation.

Die tiefen Wurzeln für diese Tendenz zum Rückzug finden sich oftmals schon in unserer Kindheit, am Anfang unseres Lebens und manchmal schon vor unserer Geburt. Hier entwickeln wir ein Schutz- und Abwehrsystem gegenüber bestimmten äußeren Bedingungen oder bestimmten Gefühlen und Wahrnehmungen in uns, die wir als gefährlich oder als zu intensiv empfinden. Dieses Abwehrsystem, dieser Panzer, der uns hilft, unsere Angst und unseren Schmerz zu überleben, wird aber nach und nach Herr über uns selbst und reduziert unsere Möglichkeiten, uns lebendig zu fühlen und in uns selbst zu vertrauen. Die Angst vor Kontakt isoliert uns und lässt uns emotional verarmen.

Es ist möglich, diesen Panzer, diese Barrieren in uns (in Körper und Psyche) zu lockern und die hier eingeschlossenen Energien, die wir normalerweise gebrauchen, um uns unter Kontrolle zu halten, zu befreien, um sie in kreative und funktionelle Richtungen zu lenken. So können wir zurückkommen zum Wünschen, Bewegen und Handeln und unsere Angst vor tieferem Kontakt überwinden.

Dr. Francesco Dragotto, Kontakt und Pseudokontakt in der Beziehung mit mir selbst, mit dir und mit den anderen, Vortrag in englisch mit deutscher Übersetzung, Fr 7.03.2014, 20.00 Uhr, Ort: SE0r Berlin, Barutherstr. 8; 10969 Berlin, Kontakt: s.stinshoff@web.de

Möchten Sie Ihre Lebensaufgaben erfahren?



Wir erstellen Ihre persönliche Kabbala-Lebensanalyse.

Erkennen Sie Ihre Lebensziele und Ihre Lernaufgaben, die sich Ihre Seele für Ihr Leben ausgesucht hat. Aus dem Kabbala-Lebensbaum und dem Kabbala-Energiebild, deren Berechnung aus der Zahlenmystik der Kabbala überliefert ist, lässt sich Ihre persönliche Lebensanweisung erstellen. Sie erkennen damit die wahren Ursachen Ihrer Krankheiten.

Besuchen Sie uns im Internet: www.kabbala.de

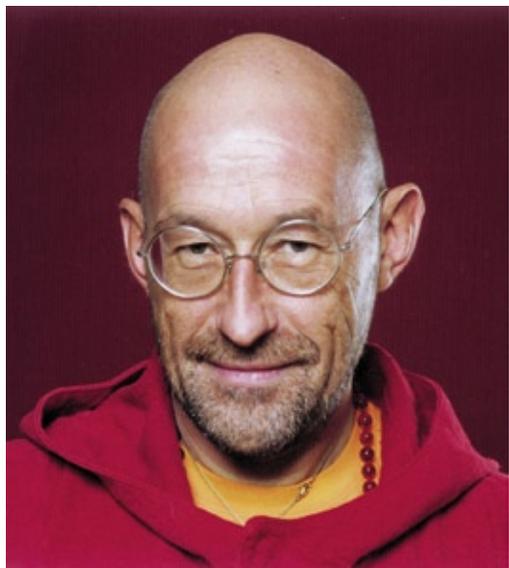
nur
39,-€

Kabbala Lebensanalysen Hermann Schwyer & Inge Meyer

Schmiedeberg 7 • D-86415 Mering • ☎ 08233 / 79 58 962

Vertrauen & Selbstvertrauen

Damit sich Geborgenheit entfalten kann und wir uns geborgen fühlen können, brauchen wir Vertrauen. Von Dr. Wilfried Reuter



Vertrauen verleiht dem Erleben von Geborgenheit Tiefe und Kraft. Geborgenheit und Vertrauen gehen immer Hand in Hand. Ohne Vertrauen und Selbstvertrauen - beide sind wie die zwei Seiten einer Münze - werden wir es im Leben nicht einfach haben.

Viele Menschen erklären mir im Gespräch, sie hätten wenig Vertrauen in andere oder sie verfügten nur über ein schwaches Selbstwertgefühl. Meist berichten sie dann von früheren, verletzenden Erlebnissen, in denen ihr Vertrauen zerstört worden sei, mit der Folge, dass sie nun niemandem mehr Vertrauen entgegenbringen könnten. Auf diese Weise - gebe ich in solchen Fällen zu bedenken - bestimmt die Vergangenheit immer noch die Gegenwart, setzt sich die Vergangenheit in der Gegenwart fort. Eigene gute Absichten werden durch Selbstzweifel torpediert und Herausforderungen können nicht angenommen werden.

Als wir auf die Welt kamen, trugen wir ein halb bewusstes Grundvertrauen in uns. Zu unserer menschlichen Entwicklung gehört allerdings, dass dieses halb bewusste Grundvertrauen früher oder später erschüttert wird. Unsere Eltern, spätere Freundinnen, Freunde oder Partner - niemand konnte immer so für uns da sein, wie wir es vielleicht manchmal gebraucht hätten. Umso früher unser Vertrauen beschädigt wurde, umso nachhaltiger werden die Folgen für uns sein. Angst, Unsicherheit, Misstrauen, Anspannung, Einsamkeit, Unfähigkeit zur Hingabe werden dann immer wieder unser Erleben prägen. Anders ausgedrückt: Wir sehnen uns nach Geborgenheit, doch innere Gefühlszustände blockieren uns den Zugang immer wieder.

Bedeutet dies, dass wir vergangenen traumatischen Erlebnissen einfach ausgeliefert sind? Dass wir nie wieder anderen Menschen, dem Leben oder auch uns selbst Vertrauen entgegenbringen können? Nein, dem ist meiner Erfahrung nach nicht so. Denn auch wenn unser Vertrauen gebrochen worden ist, so liegt die Wurzel

des Vertrauens dennoch weiterhin unzerstörbar in uns. Gleichwohl können wir uns Vertrauen natürlich nicht verordnen, befehlen oder einreden. Doch wir können in einem ersten Schritt erkennen oder es uns eingestehen, wenn wir kein Vertrauen oder Selbstvertrauen haben. Es ist hilfreich, sich gerade in den Situationen, in denen es uns an Vertrauen mangelt, daran zu erinnern, dass wir durchaus ein Basisvertrauen haben - zum Beispiel in unseren Herzschlag, in unsere Verdauung, die Tätigkeit unseres Atemzentrums, in die Rhythmen der Natur.

Bevor wir uns daran machen, beschädigtes Selbstvertrauen und Vertrauen wieder zu entwickeln und zu stärken, sollten wir uns an den Buddha erinnern, für den Vertrauen stets mit Weisheit gepaart war. Dabei geht es nicht darum, ein blindes Vertrauen zu kultivieren, wir würden sonst gewiss schon bald neue Enttäuschungen und Verletzungen erleben.

Der buddhistische Lehrer Lama Govinda beschrieb Vertrauen als eine »Haltung des inneren Geöffnetseins, ohne Aufgabe der eigenen Vernunft«. Um also Vertrauen als Voraussetzung für Geborgenheit anwachsen zu lassen, müssen wir zunächst unsere inneren Zustände und Haltungen erkennen, untersuchen und uns eingestehen. Wir brauchen schon ein gewisses Maß an Mut und Entschlusskraft, um uns den eigenen Verletzungen und dem daraus entstandenen Misstrauen, der Unsicherheit und Angst zu stellen. Das ist nicht immer einfach. Die Angst sehnt sich auf der einen Seite nach Geborgenheit und blockiert doch gleichzeitig den Zugang, solange sie mit Misstrauen und skeptischem Zweifel einhergeht. Angst und Misstrauen gedeihen gut, wenn es uns an Vertrauen mangelt und wir uns getrennt fühlen - von anderen, von der Welt - und dadurch entsteht weitere Trennung.

Nicht selten tragen Menschen mit geringem Selbstvertrauen einen unbarmherzigen Richter und Antreiber in sich. Sie stellen überzogene Ansprüche an sich selbst und bei Nichterfüllung ihrer Perfektionskonzepte erle-

ben sie sich als Versager und nähren somit ständig die eigenen Selbstzweifel. Solange der Geist vorwiegend im Beurteilungsmodus agiert, wird auf jede kleinste Äußerung des Gegenübers geachtet, wie zum Beispiel auf bestimmte mimische oder körperliche Signale, um sie im Sinne von Abwertung und Desinteresse zu deuten. Diese inneren Prozesse und Zustände zu erkennen und in ihren Folgen zu durchschauen sind erste Schritte, um dem Vertrauen eine neue Chance zu geben und nicht länger in der Ungeborgenheit des Zweifels und Selbstzweifels gefangen zu bleiben.

So geht es dann im nächsten Schritt darum, die Bereitschaft und den Mut aufzubringen, einen - und zunächst wirklich nur einen - Schritt vertrauensvoll zu tun. Dabei sollten wir aber stets auch auf unsere Vernunft und Weisheit hören. In jedem Menschen gibt es Anteile, die vertrauenswürdig sind und andere, die es nicht sind. Bei uns selbst ist es ebenso. Nur ein Erleuchteter ist vollkommen vertrauenswürdig. Grundsätzlich sollten wir vorsichtig sein, wenn wir beim anderen eine große Ich-Bezogenheit wahrnehmen. Ich-Bezogenheit ist nicht sehr vertrauenswürdig, denn ein ich-bezogener Mensch tut sich schwer damit, einen anderen und dessen Wünsche und Bedürfnisse überhaupt wahrzunehmen. Wir können es wagen, jemandem unser Vertrauen zu schenken, wenn wir Herzenswärme und altruistische Beweggründe bei ihm oder bei ihr erleben.

Um unser Vertrauen weiter zu stärken, sind positive Erlebnisse und Erfahrungen sehr wichtig.

Selbstvertrauen kann am besten auf dem Boden von Selbsteinführung, von Vertrautwerden mit den eigenen Gefühlen und Bedürfnissen, mit der eigenen Sehnsucht wachsen und gedeihen. Indem uns unsere Gefühle und Bedürfnisse bewusst werden, verlieren unsere Gedanken und Beurteilungen ihre Macht, und sie werden uns nicht länger vereinnahmen können. Lernen wir die uns innewohnende Herzlichkeit besser kennen und kultivieren wir sie, werden wir mehr und mehr dazu fähig, die Bedürfnisse anderer zu sehen und zu respektieren.

Indem wir uns eher auf eine altruistische als auf eine egoistische Lebensweise ausrichten, werden wir auch für andere vertrauenswürdig. Das Vertrauen, das andere uns entgegenbringen, stärkt wiederum unser Selbstvertrauen. Mit wachsender Bewusstheit lernen wir dann, unsere Emotionen genauer zu erkennen, ihnen Raum zu geben, ohne immer sofort zu reagieren. Solange wir uns vorwiegend impulsiv und ich-bezogen verhalten, werden wir andere verletzen, sind also in diesen Momenten nicht vertrauenswürdig. Umgekehrt verhilft uns Bewusstheit zu einer wachsenden Selbstsicherheit. Auch wenn schwierige Emotionen im Spiel sind, sind wir dann imstande, uns auf eine nicht-schädigende Weise zu verhalten und wir verstricken uns nicht immer

wieder im Außen. Wachsende Bewusstheit hilft dir ebenfalls, dich deiner Angst und Unsicherheit zu stellen, dich auch von diesen Gefühlen nicht vereinnahmen zu lassen, sondern geschickt mit ihnen umzugehen.

Im Freundeskreis oder in einer spirituellen Gemeinschaft haben wir eine gewisse Chance, andere Menschen zu treffen, die sich als vertrauenswürdig erweisen. Je offener, ehrlicher, authentischer diese Menschen sind, je lauterer ihre Absichten, umso eher ist es gerechtfertigt, ihnen ein Anfangsvertrauen zu schenken. Umgekehrt: Umso mehr Ich-Bezogenheit, Beharren auf persönlichen Vorstellungen und negative Beurteilungen im Spiel sind, desto weniger ist es angezeigt, diesen Menschen vertrauensvoll zu begegnen. Wir sollten unser Vertrauen also stets mit gesundem Menschenverstand und mit Weisheit paaren. Falsch wäre es zu erwarten, dass unser Gegenüber vollkommen vertrauenswürdig ist. Wir sollten ihm aber eine Chance geben, indem wir es nicht mit seinen Fehlern und Unvollkommenheiten identifizieren, sondern indem wir uns stattdessen auf das Potenzial ausrichten, das wir in ihm vermuten. Auf diese Weise werden wir immer weniger Getrenntheit, Isoliertheit und Einsamkeit erleben: Es öffnet sich uns das Fenster zur Geborgenheit.

Aus: Wilfried Reuter, Buddhas Geschenk der Geborgenheit, mit freundlicher Erlaubnis des Verlags

Der Autor **Dr. Wilfried Reuter** wurde 1952 in Nordhessen geboren und wuchs auf einem Bauernhof auf. Er arbeitet heute als niedergelassener Frauenarzt in Berlin-Kreuzberg und verfügt über langjährige Erfahrung in der Geburtshilfe und Sterbebegleitung. Seit 1997 leitet Wilfried Reuter Meditierende an. Er ist spiritueller Leiter des Lotos-Vihara-Meditationszentrums in Berlin-Mitte, wo er lebt und das Dharma in Vorträgen, Kursen und Gruppen lehrt.

Buchtipp:

Wilfried Reuter, Buddhas Geschenk der Geborgenheit - Wie wir tiefes Vertrauen erfahren, Hardcover, 160 Seiten, vierfarbig, € 14,99, Kailash Verlag

Shou Zhong
Schule für Chinesische Medizin e.V.
Ausbildungszentrum für Chinesische Medizin

字

中

Akupunktur – Ausbildung 3-jährig
Beginn Februar 2014

Arzneimitteltherapie-Ausbildung
Beginn Oktober 2014

Info-Abend
12.02.2014, 18.00 Uhr

- Tuina • Lehrpraxis
- Weiterbildungen

Weitere Infos unter: www.abz-ost.de



Kooperationspartner
der A.C.T.C.M.

Shou Zhong - Tel. 030/29044603
Belziger Str. 69/71 - 10823 Berlin



Bewusstheit

Die empathische Intelligenz

Wir werden nicht von einem nach außen projizierten Gott erlöst oder bestraft, der irgendwo auf einem Richtstuhl thront. Wir befreien oder bestrafen uns selbst. Zum Leben führen und heilen kann uns nur unsere empathische Intelligenz - von Dr. Jürg Theiler

Mit der Bescheidenheit der Liebe und ihrer Fähigkeit, sich unter alle anderen zu stellen, wird leicht ein Missverständnis verbunden. Es wird gemeint, die Liebe sei anspruchslos. Sie benötigt keine Ressourcen. Das Gegenteil ist der Fall. Sie erfordert ausgesprochen viele Ressourcen. Sie benötigt mindestens so viele Ressourcen, wie sie die drei Intelligenzsysteme im Aktionsmodus zusammen zur Verfügung stellen. Sie braucht diese große Menge, um diese gegen deren Wirkungen aufzuwiegen. Wenn die Wünsche der instinktiven, affektiven und instrumentellen Intelligenz überwiegen, kann die Liebe nicht überleben.

Die Liebe

Sie sollen die höchste Liebe nicht verlassen. (Offb 2.4). Sie sollen die Ausrichtung Ihrer Wünsche am Systemziel, am Gesamtziel, ausrichten und dieses über alle anderen Wünsche stellen.

Armut und das Leiden

Sie sollen sich vor der Armut und dem Leiden nicht fürchten, sondern Ihrer Seele treu sein bis in den Tod. (Offb 2.9-10).

Ihre Seele liebt die Armut und nimmt das Leiden an. Sie liebt die Armut, weil sie bescheiden ist, weil sie demütig ist, weil sie bereit ist, zu empfangen und zu dienen. Sie liebt das Leiden, um es aufzulösen, um die Menschen davon zu erlösen. Ihre Seele sucht die Armut und das Leiden, um sich mit ihnen zu verbinden. Ihre

Seele verbindet sich mit der Entbehrung und Bedürftigkeit, um Sie vom Leiden darunter zu befreien, vom Mehr-haben-Wollen, vom Mehr-konsumieren-Wollen, vom Besitzen-Wollen, von der Getriebenheit, von der Gier und Unersättlichkeit.

Ihre Seele verbindet sich mit dem Leiden, um Sie zu trösten, zu beruhigen, um Sie zur Geduld und Sanftheit, zur Güte und Bescheidenheit, zu Genügsamkeit, Einfachheit, zur Anteilnahme und zum Mitleid, zum Helfen und Dienen, zur Befreiung vom Leiden zu führen.

Die richtige Lehre

Sie sollen keine falschen Lehren zulassen. (Offb 2.14). Falsche Lehren gibt es fast so viele wie Menschen. Die Intelligenzsysteme im Aktionsmodus versuchen in jeder Situation, eine Begründung für die Durchsetzung ihrer Wünsche zu konstruieren.

Die instinktive Intelligenz stellt keine Fragen.

Die affektive Intelligenz verdreht und vernebelt die Informationen schlau und listig, verschlagen und verlogen so, wie es zu ihrem Vorteil ist.

Die instrumentelle Intelligenz konstruiert durch das Weglassen aller störenden Informationen für jede Entscheidung eine passende Begründung. Die falschen Lehren sind die Teil- und Scheinlösungen, welche die instinktiven, affektiven und instrumentellen Intelligenzsysteme unablässig verbreiten, wenn sie nicht von der empathischen Intelligenz zum ganzen System verbunden und geführt werden.

Die richtigen Wünsche

Sie sollen keinen falschen Wünschen nachgehen. (Offb 2.20).

Falsch und destruktiv sind Wünsche, wenn diese andere Wünsche missachten, drängen, unterdrücken, projizieren, zerstückeln, verletzen und zerstören.

Die Umverteilung der Ressourcen

Sie sollen aufwachen und stärken, was sonst im Begriff ist zu sterben. Sie meinen leben, aber Sie sind tatsächlich tot. Sie sollen erkennen, dass Ihre Werke noch ganz sind. (Offb 3.1 -2).

Sie sollen Ihre Ressourcen vom Aktionsmodus auf den Rezeptionsmodus umverteilen. Ihr Werk, *ergon*, ist Ihr Leben. Es ist noch nicht erfüllt, es ist noch nicht voll. Wer sein Leben erfüllt, „dessen Name werde ich aus dem Buch des Lebens nicht auslöschen“ bestätigt, dass jeder Mensch dazu bestimmt ist, sein Leben zu erfüllen. Sie sind im Buch, im System des Lebens, enthalten, aber es obliegt Ihren Entscheidungen, ob Sie darin bleiben.

Das Vertrauen

Sie sollen der Wahrheit vertrauen und darin ausharren. (Offb 3.9-10).

Sie sollen Ihrer Seele, Ihrer empathischen Intelligenz, Ihrer Intuition, Ihrer Ein-Sicht, vertrauen. Das ist nicht selbstverständlich, weil die Intelligenzsysteme im Aktionsmodus, verstärkt durch Ihr Umfeld, alles daran setzen, um Sie davon abzuhalten. Dazu gehören alle vermeintlich guten Ratschläge, alle Angst, alle Täuschungen, alle Lügen, alle Verunsicherungen, alle Zweifel, alle Drohungen, alle Benachteiligungen, alle Bestrafungen, denen Sie ausgesetzt sind. Bei dem immensen Druck, den die instinktiven, affektiven und instrumentellen Intelligenzsysteme auf Sie ausüben, ist es nicht einfach, in der Wahrheit zu verharren.

Die Entscheidung

Sie sollen sich für die Seite der Erfüllung entscheiden. Sie sollen „nicht lau, sondern heiß oder kalt sein“. Sie sollen nicht der Überheblichkeit verfallen, wenn Sie Erfolg haben und Reichtum gewinnen. Sie sollen sich als „elend, bemitleidenswert, arm, Kind und bloß“ erkennen. Sie sollen echten Reichtum durch Reinheit erlangen: „... im Feuer geläutertes Gold und weiße Kleider“ (Offb 3.15,17—18).

Sie können sich nur für die eine oder die andere Seite entscheiden, obwohl die affektive und instrumentelle Intelligenz permanent das Gegenteil versucht und behauptet. Die Überheblichkeit, der Versuch, nach oben zu gelangen und der Triumph, der Stolz, die Eitelkeit und die falsche Sicherheit, die Sie mit dem Erfolg gewinnen, sind das Gegenteil von dem, was Ihre Seele fordert. Sie fordert, dass Sie wie Sokrates die Beschei-

Aufs 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 Aurallesen
- Fachliche Kompetenz für eine verantwortungsvolle Arbeit mit Menschen

54 Weiterbildungstage:

13 Wochenenden, z.T. verlängert,

2 Intensivwochen (als Bildungsurlaub anerkannt)

Einstieg noch möglich:

Informationsabend

Dienstag, 25. März 2014 - 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



Die zwölf Eigenschaften der empathischen Intelligenz

1. Die empathische Intelligenz, die wir auch Seele nennen, ist die Mitte Ihrer Psyche, Ihres Lebens. Sie ist Ihre Führerin. Sie «weiß alles». Sie besitzt die ganze Information. Sie versucht, die Information Ihrem Bewusstsein zuzuführen, um sie zu realisieren.
2. Sie ist die Mitte des Kreuzes. Sie verbindet die kompetitiven und widersprüchlichen Wünsche und Funktionen Ihrer Psyche.
3. Sie verbindet das Destruktive mit dem Konstruktiven, die Zerstörung mit der Erfüllung. Sie sucht immer die Verbindung, nie die Trennung.
4. Sie ist rezeptiv. Sie erfährt die Information, die Sie sind. Sie nimmt die Information an.
5. Sie ist gütig. Sie sieht das Konstruktive und verzeiht das Destruktive.
6. Sie ist sanft, milde und zärtlich. Sie verschmilzt als erkennendes Subjekt mit dem Objekt der Erkenntnis/der Liebe.
7. Sie ist bescheiden und genügsam. Sie begnügt sich mit dem, was sie empfängt und verzehrt sich nicht nach dem, was sie nicht hat. Sie liebt das Leben, das sie ist und nicht das Leben, das sie nicht ist. Sie ist selbstlos. Das gehört zu ihrem Selbst.
8. Sie ist demütig, dienend. Sie stellt sich nicht über andere, sondern unter sie. Sie setzt sich herab, um die anderen in ihrem Wert bestehen zu lassen. Sie geht bis zum tiefsten Punkt der Machtlosigkeit und Erniedrigung, der Angst und Verunsicherung, ohne sich aufzugeben.
9. Sie ist geduldig. Sie erduldet das Destruktive, bis sich das Konstruktive erfüllt.
10. Sie ist treu, fest und unerschütterlich wie ein Baum. Sie ist sich selbst, der Liebe und der Wahrheit treu. Sie verkauft sich nicht. Das macht sie ewig.
11. Sie liebt das Geliebte. Aber sie ist auch liebevoll gegenüber dem Ungeliebten, gegenüber der Angst, der Ungewissheit, der Unsicherheit, dem Zweifel, der Gewalt, dem Zwang, der Niederlage, dem Verlust, dem Schmerz. Sie ist leicht und freundlich, selbst dem Leiden gegenüber. Sie ist frei und unabhängig vom Objekt.
12. Sie glaubt nicht, hofft nicht, beklagt sich nicht, rechtfertigt sich nicht. Sie vertraut auf sich selbst. Sie vertraut auf das (System-) Richtige. Sie unterscheidet klar zwischen dem Destruktiven und dem Konstruktiven. Sie löst das eine im andern auf. Sie liebt die Gerechtigkeit, das Richtige, das Schöne, die Wahrheit, das Kreative, das Leiden und den Tod. Sie liebt die Liebe.

denheit gewinnen, um zu erkennen, „wie elend, bemitleidenswert, arm, blind und bloß“ Sie sind, wie wenig Sie wissen, wie sehr der Schatten und die Projektion, die Selbst-Lüge und die Illusion Ihr Leben bestimmen. Echten Reichtum, die Erfüllung Ihres Lebens, können Sie nur durch Reinheit erlangen. Wie in der Erzählung von Demeter wird der Reichtum durch das Feuer, das Erkennen der Wahrheit und das Ertragen des Leidens gewonnen. Es gibt nur richtig oder falsch (Offb 3.16): „Weil du lau bist und weder heiß noch kalt, werde ich dich ausspeien aus meinem Munde.“

Das Denken

Mit jeder Botschaft wird den Empfängerinnen und Empfängern gesagt: „Wer Ohren habe, der höre, was das Geistige, das Gedachte, pneuma, allen Menschen sagt.“ „Wer Augen habe, der sehe.“ Und wer die Zerstörung überwinde, werde vom Baum des Lebens essen. Er werde keinen Schaden erleiden, sondern genährt werden.

Die Erzählung der Geschichte von Jesus ist eine einzige Aufforderung, zu denken, zu wissen, zu erkennen. Es ist der eindringliche Hinweis darauf, dass Sie dazu befähigt sind. Dafür sind Sie mit Geist, mit der Fähigkeit zu denken und zu erkennen, zu sehen und zu hören ausgestattet. Eindringlich wird gesagt, dass Ihre Aufgabe darin besteht, die Zerstörung zu überwinden.

Ausdrücklich wird darauf hingewiesen, dass Sie die Wahrheit nur durch die empathische Intelligenz, nur in der Rezeption erkennen können. Im Mittelpunkt aller Texte steht die Aufforderung, in Übereinstimmung mit den vier Intelligenzsystemen zu denken, zu erkennen, zu wissen, zu sein. Es ist erforderlich, die Einstellung Ihrer Wünsche im Innern Ihrer Psyche im Systemzusammenhang analytisch, von außen zu betrachten. Und es ist notwendig, hermeneutisch, von innen zu empfangen, zu erfahren, zu erkennen, was systemrichtig ist.

Das Erkennen

Im Anschluss hört und sieht der Empfänger der Botschaft „im Geist“, was sich erfüllen muss.

Aus: Jürg Theiler, *Bewusstheit – Die Erfüllung Ihres Lebens*, mit freundlicher Erlaubnis des Verlages

Der Autor **Jürg Theiler** promovierte 1977 an der Universität Freiburg, Schweiz, in Neue Politische Ökonomie und arbeitete als Manager und Strategischer Planer in Marketing und Kommunikation für namhafte internationale Unternehmen und Agenturen. Jürg Theiler lebt und arbeitet in Zürich als analytisch-hermeneutischer Psychologe, Forscher und Lehrer. Weitere Infos auf www.theiler-bewusstheit.ch oder www.integrale-friedensfoerderung.ch und www.spuren.ch

Buchtipp: Jürg Theiler, *Bewusstheit – die Erfüllung Ihres Lebens*, 788 S., Hardcover m. Schutzumschlag, Edition Spuren

Olibanum – der Weihrauch



Im Februar machen wir nun einen Ausflug in den nahen Osten, wahlweise auch nach Indien oder Afrika. Denn überall dort wächst der Weihrauchbaum. Mehrere *Boswellia*-Arten (benannt nach dem Botaniker Boswell) verteilen sich über die Erde. Es sind harzreiche Bäume von ungefähr 6 m Höhe mit papierartiger Borke. Bei uns verbinden ihn viele mit dem Räuchern in der katholischen Kirche.

Schon seit Anbeginn der Aufzeichnungen finden wir die Nutzung des Harzes der Bäume zu Sakral- und Opferzwecken. Es wurde damit gesalbt, geräuchert, inhaliert und es wurde auch eingenommen.

An vielen Orten galt er als heilig und wurde auch als Zahlungsmittel gebraucht. Nicht viele Pflanzen teilen die Menschen so sehr in Liebhaber und Ablehner. Oft liegt es am Geruch: Man schätzt ihn über alles oder findet ihn abstoßend. Das Harz ist sehr bitter und enthält ätherisches Öl, Gummi und Boswellinsäure.

Therapeutisch erlebt er gerade wieder eine Renaissance bei rheumatischen Erkrankungen. Als Einreibemittel oder als homöopathische Anwendung wirkt er schmerzlindernd, entzündungshemmend und durchblutungsfördernd. Er zieht zusammen und erwärmt. Besonders bei Ohrenschmerzen wurde er früher empfohlen. Im Mittelalter galt er als Heilmittel bei Geschlechtskrankheiten.

Jetzt mitten im dunklen Winter haben wir die Hochzeit der depressiven Verstimmungen. Früher galt der Weihrauch als hervorragendes Mittel zum Vertreiben „böser

Geister“. Warum nicht einen modernen Versuch wagen! Statt Epilepsie, Tobsucht und Geisteskrankheit schreiben wir heute vielleicht Burn-out, Müdigkeitssyndrom oder Antriebsschwäche.

Ganz „körperlich“ hilft das Harz in therapeutischer Verdünnung eingenommen, gegen veraltete Katarrhe, Heiserkeit und gegen Abwehrschwäche bei Erkältungskrankheiten. Entsprechende Produkte für die innerliche Einnahme finden wir in Apotheken. Eine ähnliche Wirkung bei äußerlicher Anwendung haben Myrrhe und andere Balsame. Sie werden in Alkohol gelöst und zu Salben verarbeitet.

Anwendungsgstipp

- ◆ Zum Selbermachen: 100g Indischen Weihrauch (Harz) aus der Apotheke oder Kühnes Kräuterhaus in ca. 500ml hochprozentigen Alkohol (mindestens 60%) auflösen, im Schraubglas 3 Wochen stehen lassen, abseihen und auf ca. 40% Alkohol mit Leitungswasser oder destilliertem Wasser verdünnen. Damit schmerzende Gelenke, Rücken etc. einreiben – nicht direkt auf offene Wunden oder gereizte Haut.

Die Autorin **Cornelia Titzmann** ist Heilpraktikerin u. Lehrerin für Phytotherapie an der SHS-Berlin. Naturheilpraxis Cornelia Titzmann, Horst-Kohl-Str. 2, 12157 Berlin, Tel.: 030/794 04520, facebook contact: Naturheilpraxis Cornelia Titzmann



Konzept einer Psychotherapie der Zukunft

Kostenloser Informationsabend am **Dienstag, 11. Febr. 2014, 19 Uhr** (Anmeldung erbeten)

Nächster Basiskurs (3 WE) Beginn am 22./23. März 2014

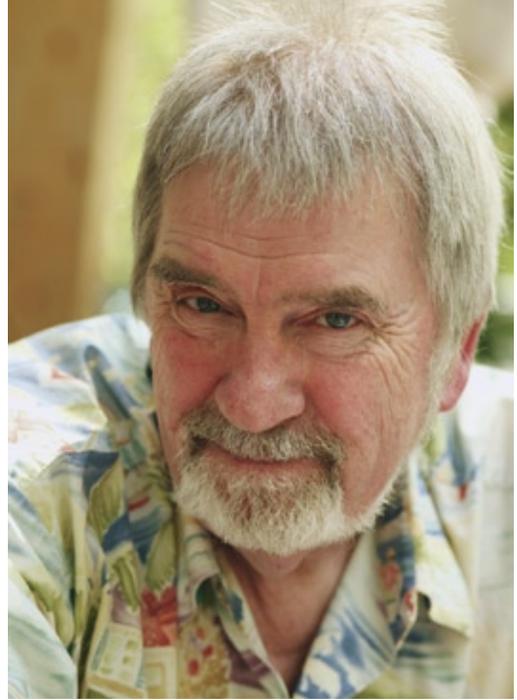
Institut Christoph Mahr
Katharinenstr. 9
10711 Berlin
Telefon: 030-813 38 96

www.ipt-berlin.de

Familienaufstellung

Eine einfache Sache?

Von Dr. Peter Orban



Manchmal will es scheinen, als sei das Familienstellen eine Angelegenheit, die der Therapeut relativ leicht aus dem Ärmel schüttelt. Es sieht so selbstverständlich aus, so, als veranlasse der Therapeut die Stellvertreter zu bestimmten Tanzschritten – und schon gehe es dem Klienten, seinen Kindern und Ehefrauen deutlich besser.

Besonders Therapeuten sind dafür anfällig, wenn sie zwei Wochenenden, nachdem sie bei Bert Hellinger (oder einem seiner Schüler) zugebracht haben, in sich die Sätze zu entdecken: “So einfach ist das? Das kann ich auch!” Und schon ergänzen sie auf ihrem Messingschild vor der Tür die Worte “Psychologischer Familienaufsteller”.

Natürlich ist es nicht nett, so über Kollegen herzuziehen. Sie mögen in ihrer sonstigen Praxis ausgezeichnete Therapeuten sein, doch als Familienaufsteller sollten sie sich nicht verkleiden. Es gehört nämlich mehr dazu. Vor allem gehört dazu, dass sie mindestens vier- oder fünfmal selbst die Gestalten ihrer eigenen Seele aufgestellt und angeschaut haben. Bei einem Kollegen, der die Dynamiken der Seele ansatzweise verstanden hat.

Vor einigen Monaten saß ein renommierter Therapeut in meiner Beratung und machte mir als erstes deutlich, er stelle ja auch auf. Ich wusste von ihm, er ist ein guter Therapeut, der schon mehr als 45 Jahre Berufspraxis auf dem Buckel hatte. Er ist etwas älter als 70. Sein Leben, so sagte er, sei im Moment vollständig aus den Fugen, besonders in den Partnerschaften (er verwendete den Plural) funktioniere es hinten und vorne nicht und gerade die neue Frau, die er seit 2 Jahren sehr liebe, scheint bereits ihre Koffer zu packen. Er war verzweifelt!

Auf meine Frage, wie es denn seinen vorherigen Frauen ging, er habe das ja sicher schon aufgestellt. (Wenn man die Wahrheit über seine Partnerschaften

wirklich wissen will, gibt es nur einen Weg: Man gehe in eine Familienaufstellung und stelle 5 oder 6 seiner wichtigsten Partner einmal als Stellvertreter sich gegenüber – vielleicht ein erstes Mal im Leben. Man selbst wird auch von einem Stellvertreter dargestellt. Und man schaue sich an, wie diese Menschen, mit denen ich einmal intim und sehr vertraut war, mich heute wahrnehmen. Ob sie mich achten oder heute eher verachten?)

Die Antwort des älteren Kollegen: Ich habe das nicht aufgestellt. Ich habe überhaupt noch nie etwas Eigenes aufgestellt. Weißt du (Therapeuten duzen sich), ich bin seit mehr als 40 Jahren in diesem Geschäft. Das kann ich mir getrost schenken.

Ich sagte ihm, dass ihn ich gern zu seinen Frauen (im Inneren) begleiten würde. Und dass ich mir einbilde, etwas über die Versöhnung mit früheren Lebenspartnern zu verstehen. Als aber im anschließenden Gespräch deutlich wurde, dass ihm auf Antrieb 15 Partnerinnen einfielen, die noch keinen guten Platz in seiner Seele hatten, und er zu jeder dieser Frauen in seinem Inneren gehen müsse, um dort eine Wiedergutmachung herzustellen – wenn das denn möglich wäre – sagte er: Ja, er denke darüber nach und wir verabschiedeten uns freundlich.

Worauf will ich hinaus?

Das Ausüben von Familienaufstellungen erfordert vom Therapeuten eine ziemlich genaue Kenntnis der Dynamiken, die im Inneren der Seele Bewegungen erzeugen. Bewegungen, die den Menschen in die Krankheit hinab führen, und ebenso Bewegungen, die ihn in die Heilung wieder hinauf begleiten. Es ist dies keine Wissenschaft, es ist eine Kunst. Es ist eine hohe Kunst, die man niemals vollständig beherrschen

wird, die den Therapeuten in einen immerwährenden Lernprozess hinein verwickelt.

Eine Kunst, die man lernen kann? Wie sollte das gehen? Nun, diese Kunst hat damit zu tun, dass man in seiner eigenen Ausbildung ein Gefühl dafür bekommt, was es bedeutet, den richtigen "Punkt" zu treffen. Wenn man selbst eine Aufstellung leitet, geht es zuallererst darum, den einen "Punkt" (für diese Aufstellung) zu suchen. Es findet nämlich in jeder Aufstellung eine Suchbewegung statt, eine Art Fahndung. Dieses Bild hat Ähnlichkeit mit einem, das vor zweieinhalb tausend Jahren Archimedes uns gegeben hat: "Gib mir einen Punkt, wo ich hintreten kann (und einen langen Hebel) und ich hebe dir die Erde aus den Angeln."

Ein Beispiel mag das erläutern: Ein Mann, 50 Jahre alt, stört es schon lange sehr, dass er nirgends ein Zuhause findet. In den letzten 5 Jahren ist er acht Mal umgezogen. Er wünscht sich, endlich einmal anzukommen. Er ist unterwegs, auf der Suche. Erschwerend ist diese Suche dadurch, dass er selbst Familienaufsteller ist und sein Leben schon etliche Male aufgestellt hat. Der Mann hatte einen Bruder, der mit 6 Jahren beim Spielen tödlich verunglückt ist (da war der Klient erst 2 Jahre alt), doch auch diesen Bruder hatte er schon zweimal aufgestellt und war mit ihm "im Frieden". Nach einer längeren Suche, der Therapeut wollte schon aufgeben, stellt sich folgender "Punkt" in den Vordergrund: Die Familie des Klienten war aus der DDR (noch während des Mauerbaus, der Klient war 5) mit sehr wenig Habseligkeiten bei Nacht und Nebel in den Westen geflüchtet und hatte sich dort erfolgreich ein neues, wohlbehütetes Leben aufgebaut. Der Klient konnte studieren, wurde Psychologe und ein erfolgreicher Aufsteller.

Alle waren zufrieden. Nur einer – in der Seele des Klienten – nicht: Der ältere Bruder der auf dem Fried-

hof in Halle zurück gelassen werden musste! Er war der "Punkt"!

Wie mag es sich (im Inneren des Klienten) für seinen toten 6jährige Bruder anfühlen, mutterseeleallein in heimatlicher und doch fremder Erde zu liegen? Niemand besucht das Grab, niemand spricht mit ihm usw.

Die Quintessenz einer jeden Aufstellung, so auch in dieser, liegt immer darin, dass der Therapeut jedes Mal aufs Neue auf die Suche gehen muss! Und den Hebel an einem Ort ansetzen muss, der in keinem Lehrbuch steht.

Heutige Therapeuten machen es sich mitunter ziemlich leicht: Sie suchen nicht nach einem "Punkt".

Sie kreieren einen Punkt. Nehmen wir beliebige Therapeuten: Sie greifen in ihr therapeutisches Füllhorn und stellen – ziemlich unabhängig vom Anliegen des Klienten – der eine die beiden Großmütter (bei einem weiblich Klienten) oder die beiden Großväter (bei einem männlichen Klienten) auf. Der Zweite nimmt gewohnheitsmäßig den einen oder anderen Engel (Schütze-Azendenten nehmen auch gern Erzengel) als "Punkt". Ein Dritter holt eine oder zwei erdgebundene Seelen aus seinem Köcher, die um den Klienten herumschwirren mögen (oder in ihm) und stellt diese auf. Wenn das noch nicht zu Zufriedenheit führt, stellt der wahre Aufstellungs-Meister noch ein schamanisches Krafttier dazu.

Das ist – mit Verlaub – keine Familienaufstellung, das ist esoterisches Kasperletheater – jedenfalls keine ernsthafte therapeutische Arbeit.

Dr. Peter Orban führt seit 35 seine therapeutische Praxis „Symbolon“ in Frankfurt/Main. Er ist Autor zahlreicher Sach- und Fachbücher und leitet Ausbildungen in Aufstellungsarbeit – auch in Berlin. Mehr darüber auch auf: www.symbolon.de

DAULAT

Buchhandlung

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

3.02. 11-18 h „**Aurafotografie**“ mit Ralf Marien-Engelbarts. (2 Fotos mit Kurzberatung 35 €)

11.02. u. 25.3. 15-18 h „**Frischer Wind in den eigenen vier Wänden**“

Feng Shui Kurzberatung mit Christiane Plöger (30 Min. 30 €)

13.02. u.13.3. 16-18 h „**Mediale Lebensberatung**“ mit Ute Franzmann. (15 Min. 10 €/30 Min. 20 €)

16. 2. 11-16h „**Kurs zur Belebung der Fünf »Tibeter«**“ mit Elke Balzke. Teilnahme 60 €

21. 2. 15-18 h „**Spirituelle Lebensberatung**“ mit Eva Ullrich. (30 Min. 30 €)

Wir bitten um Voranmeldung. 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



Ambra grisea – „Walfischdreck“

Vertrauen in das Auf und Ab gewinnen

Andreas Krüger mit dem dreizehnten Teil seiner Beitragsreihe über wichtige homöopathische Arzneimittel.

H. Schäfer: In dieser Ausgabe geht es um Vertrauen. Gibt es ein Mittel, das zu dem Thema passt und mit dem Sie Erfahrungen gemacht haben?

A. Krüger: Es gibt tatsächlich ein Mittel, das perfekt passt: *Ambra grisea*. Es gibt die Übersetzung „Walfischdreck“, denn es handelt sich um die Ausscheidungen des Pottwals. Diese Ausscheidungen schwimmen auf dem Meer herum und werden von Menschen eingesammelt, um daraus ein sehr bekanntes Parfüm herzustellen: *Ambra*. Dieser Geruch soll sehr sinnlich und als Duft ein großes Aphrodisiakum sein. Interessant ist – um das Bild zu verstehen – dass es die Teile von Sepien sind, die die Pottwale nicht verdauen können und wieder ausscheiden. Wenn man sich ein bisschen mit dem Bild von *Sepia* beschäftigt, dann kann man auch verstehen, dass der *Ambra*-Mensch einer sepischen Energie gegenüber ausgesetzt ist – also einer sehr dominierenden, manchmal auch eher zickigen Mutterenergie – die er weder assimilieren noch überwinden kann.

Homöopathie bedeutet als erstes: Verordnen nach den Gesetzen der Ähnlichkeit. Aber dann gibt es auch so viele Homöopathien, wie es homöopathisch arbeitende Therapeuten gibt. Ich gehe homöopathisch so vor, dass ich die Systeme meiner Patienten kinesiologisch befragen lasse: Wie willst du behandelt werden? Ich habe verschiedene homöopathische Herangehensweisen gelernt und so befrage ich meine Patienten immer, nach welcher Art sie behandelt werden wollen. Bestimmt 10 % meiner Patienten testen, dass ich sie nach bewährten Indikationen behandeln soll. Bewährte Indika-

tionen sind Vorordnungen, wo viele Ärzte und Heiler herausgefunden haben, dass bei einer bestimmten Indikation ein Mittel in einer ganz bestimmten Potenz hilft. Klassische Homöopathen sagen, dass das ja gar nicht geht – trotzdem testen 10 % meiner Patienten, dass ich sie genauso behandeln soll und dann richte ich mich auch danach.

Und gibt es eine bewährte Indikation bei Ambra?

Es gibt sie und ich habe sie bestimmt in den letzten Jahren 100 Mal eingesetzt und selbst mit Erfolg immer wieder genommen.

Die Indikation ist „*Ambra D3* bei Schlaflosigkeit durch geschäftliche Sorgen“. Das ist eine Indikation, die viele Menschen in der heutigen Zeit haben – besonders seit 2000/2001, als viele einen Großteil ihres Vermögens an der Börse verloren haben. Trotz aller möglichen Hilfsmittel liegen viele Menschen nachts wach und denken über Insolvenz oder Hartz IV nach. Manchmal helfen sogar chemische Schlafmittel nichts und dann gibt es die Möglichkeit, stündlich *Ambra D3* zu nehmen – ich empfehle immer, eine Tablette im Mund zergehen zu lassen. Mit einem homöopathischen Mittel bekommt jemand keinen unterdrückenden Stoff, sondern er nimmt etwas, das einen an etwas erinnert. Man wird an einen Zustand erinnert, den man gar nicht selbst erlebt haben muss, der vielleicht als App abgelegt ist, da oben in der kollektiven Akasha-App-Store, und den lädt jeder sich dann auf seine eigene Festplatte. Mit *Ambra* werden wir an die Qualität eines Walfisches erinnert, der in einem immer wieder gleichbleibenden

Rhythmus auftaucht und untertaucht, auftaucht und untertaucht und der – bis auf die Menschen mit ihren Harpunen – keine Feinde in seinem langen Leben hatte. Er ist durch die großen Meere geschwommen – immer gleichbleibend auf und ab, auf und ab. Symbolisch war er immer in seinen Gefühlen zu Hause und hat aus diesen Gefühlen, im Wasser zu Hause zu sein, ein unwahrscheinliches Gefühl von Verbundenheit und Sicherheit mitgebracht. Und an diesen Zustand erinnert uns Ambra grisea. Wenn Menschen Sorgen haben, kann die Homöopathie nicht die Hintergründe der Sorgen lösen und Ambra kann auch eine Person nicht so verändern, dass sie keine Sorgen mehr hat – aber Ambra kann helfen, die Ruhe und Sicherheit des Wals zu finden.

Sind Sie nicht eher jemand, der gerne Hochpotenzen verschreibt?

Ja, sicher! Und ich habe es auch ausprobiert, Ambra in einer 10.000 zu geben, aber dann habe ich gemerkt, dass das nicht wie gewünscht wirkt, während im Gegensatz dazu eine D3 wirkt. Daraufhin habe ich noch einmal eine tiefe Dankbarkeit den Altmeistern und im Grunde den Walfischen der Homöopathie gegenüber empfunden. Es gibt ein gutes Buch von Norbert Endersen: „Bewährte Indikationen in der Homöopathie“, das ich allen Lesern empfehlen möchte. Von Norbert Endersen ist auch „Bedrohte Kindheit“ erschienen, wo bewährte Indikationen für Kinder aufgeführt werden. Es sind schon Giganten, die uns dieses Wissen vermittelt haben – eben Walmenschen.

Gibt es noch andere Indikationen bei Ambra?

Ambra ist ein wichtiges Mittel bei starker Antriebslosigkeit und starker Erschöpfung, besonders durch geschäftliche Sorgen. Da kommt man ja leicht in eine Abwärtsspirale und dann ist auch Ambra D3 dreimal täglich angebracht. Kombinieren kann man das mit der Alfalfa Urtinktur. Ich gebe sie als Sprühflasche alle zwei Stunden sechs Sprühstöße.

Außerdem ist Haarausfall eine bewährte Indikation: Haarausfall durch Sorgen. Es gibt Berichte aus dem Krieg, dass Menschen nach einer Bombennacht spontan Haarausfall hatten oder über Nacht grau geworden sind.

Ambra ist auch ein wichtiges Mittel für Menschen, die Angst in Menschenmengen empfinden. Und für Menschen, die Angst vor Berührung haben. Neulich bin ich einer Schülerin im Flur begegnet, die von sich aus sagte: „Bitte nicht berühren.“ Daraufhin sagte ich ihr: „Schönen Gruß an deinen homöopathischen Therapeuten: Angst vor Berührung – Ambra.“ Eine Woche später treffe ich sie wieder und sie kommt mit offenen Armen auf mich zu. Sie war also wieder berührbar.

Noch eine Indikation ist die Angst vor Stuhlgang. Manche Kinder werden ganz ängstlich, wenn sie

merken, dass sie Stuhlgang kriegen. Es ist doch phänomenal, dass die Ausscheidung eines Wals die Angst heilen kann, Ausscheidungen zu haben – also etwas loszulassen. Ich kenne das auch von mir. In den Zeiten, in denen ich Angst hatte, etwas loszulassen, hatte ich ganz oft Verstopfung. Und die alten Heiler haben ihren ängstlichen und depressiven Patienten Einläufe gemacht. Der Angstmensch hat auch meistens eine schwache Leber. Die Leber ist das Cäsar-Organ: Ich komme, ich will und ich siege. Wenn das schwach ist, fehlt mir der Wille, fehlt mir der Mut und ich bin ängstlich.

Asthma bronchiale gehört auch in das Arzneimittelbild von Ambra, das Thema hat oft mit Enge und Angst zu tun, mit Giemen und Pfeifen, mit Erstickungsangst und Todesangst.

Ambra ist darüber hinaus noch eines der wichtigsten Mittel bei Burnout und wenn Menschen Gedächtnisschwäche kriegen in Kombination mit Sorgen.

Und: Es ist ein wichtigstes Mittel für Grübler. So ist es einfach hilfreich, sich von Youtube Walgesänge runter zu laden und dann: Stöpsel ins Ohr, ins Bett, Ambra lutschen, in eine Waltrance zu gehen, die Walgesänge hören und dann in das Gefühl kommen: Ich bin unzerstörbar! Dax hoch, Dax runter, egal – ich tauche auf, ich tauche ein. Der Wal erinnert in uns, dass der ganze Kleinkram wie Dax nicht bedrohlich ist.

Heilung heißt: erinnert werden. Ich bin ein Mensch, der sein Leben lang Angst hatte, verlassen zu werden. Irgendwann saß ich bei dem großen Advaita-Lehrer Karl Letz und der hat nur einen Satz gesagt: „In unserer Essenz sind wir nicht „verlassbar“.“ Dieser Satz hat mich sehr berührt und er hat mich daran erinnert, dass es in mir tatsächlich eine Qualität gibt, die nicht „verlassbar“ ist. Und ich glaube, seit diesem Satz habe ich 90 % weniger Angst, verlassen zu werden.

Und zum Abschluss noch den Satz: „Wenn du mich verlässt, komme ich mit!

Dank an Sie!

Andreas Krüger ist Heilpraktiker, Schulleiter und Dozent an der Samuel-Hahnemann-Schule in Berlin für Prozessorientierte Homöopathie, Leibarbeit, Ikonographie & schamanischer Heilkunst. Zuletzt erschien sein Buch „Heiler und heiler werden, Gespräche über Heilkunst“, Berlin 2013



Samuel-Hahnemann-Schule: Tag der offenen Tür, 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. Samuel-Hahnemann-Schule, Mommsenstr. 45, 10629 Berlin, Tel.: 323 30 50, buero@heilpraktiker-berlin.org, www.Samuel-Hahnemann-Schule.de

Die Gnade der Illusion

Wir sind so eingewoben und verstrickt in unseren Alltag, in unsere Gewohnheiten, in das, was wir glauben, was normal ist, dass wir manchmal den Überblick verlieren, worum es wirklich geht und wer wir sind – hinter alldem. Die Welt verdoppeln, sagt Katja Neumann, hilft.



Der alltägliche Wahnsinn

Gestern lief ich mit meinem Hund an einem Supermarkt vorbei, vor dem sich zwei junge Männer unterhielten, dass man hier einen gaaaanzten Einkaufswagen voll bekäme für 80 Euro und gegenüber in einem biologischen Laden für das gleiche Geld nicht mal den halben. Damit haben sie Recht, ganz unter den Tisch gefallen ist allerdings, wie viel „Schrott“ sie in ihrem Einkaufswagen hatten, ich kann es nicht anders nennen. Da war nichts dabei, was ein menschlicher Körper zum Überleben braucht. Nichts, was ich geschenkt, geschweige denn für 80 Euro erworben haben wollte. So unterschiedlich ist Wahrnehmung. Immerhin, sie haben sich wirklich gefreut. Mich hat es ein wenig nachdenklich gestimmt in Anbetracht der vielen Wodkaflaschen, die dabei waren. Auch die Definitionen von Spaß haben und Abendgestaltung trennen manchmal Welten.

Und so ist es, wo man hinschaut. Wir leben in derselben Stadt, im selben Kiez, manchmal dichter aufeinander als uns lieb ist und doch liegen oft Universen dazwischen.

Wer sind wir, woran halten wir uns fest, woran glauben wir und wofür stehen wir jeden Morgen auf? Da wird jeder, wenn er denn eine hat, seine eigene Antwort geben. Und doch werden wir auch alle von etwas gesteuert, das man Massenbewusstsein oder Volksgewohnheit nennen kann. Wir nutzen Strom, Internet, W-Lan, Handys usw. und glauben, wir würden ohne das nicht überleben. Wir geben sehr viel Geld aus für Dinge, von denen wir meinen, dass wir sie brauchen. Oder noch besser – dass sie uns gut tun und gesund sind. Vieles davon gab es vor sehr kurzer Zeit noch gar nicht.

Wenn wir etwas wissen wollen, dann haben wir jede Menge Möglichkeiten, uns zu informieren. Wir gehen davon aus, dass das, was wir dann finden, stimmt. Wir übernehmen es.

Das Spiel

Wir folgen Spielregeln, die irgendwann einmal Menschen erfunden haben und behandeln sie aber, als wären es Naturgesetze – unverrückbar und unveränderbar. Alles, was irgendwo geschrieben steht, wurde von einem Mensch erdacht, produziert, reproduziert und noch mal bearbeitet, immer mehr eingefärbt von eigenen Interpretationen. Selbst die Buchstaben, die er dazu nutzt, hat er sich irgendwann mal ausgedacht. Auch die Bibel ist heute nicht mehr genau die, die sie ursprünglich einmal war.

Wir sind voll mit Dingen, Meinungen und Programmen, die wir einfach übernommen haben. Wer überprüft denn heute noch, ob das, was wir bei Google, Wikipedia und Co als Fakten lesen, wirklich so der Wahrheit entspricht?

Kleine Beispiele:

- * Wir glaubten, wenn wir Zahnpasta mit Fluor kaufen, ist das gut für unsere Zähne. Es ist ein Nervengift und Abfallprodukt aus der Industrie.
- * Wir trinken Milch, weil es in der westlichen Welt alle tun. Es ist aber die Nahrung für kleine Kälber, um schnell groß zu werden.
- * Dass es einen direkten Zusammenhang zwischen unseren exorbitanten Krebs-, Asthma- und Diabetes-Statistiken und unserer Ernährung gibt, sollen wir gar nicht wissen. Die Pharmaindustrie dankt.
- * Wir glauben, dass sogenannte Nutztiere weniger wert sind als unsere Haustiere, vielleicht glauben wir sogar, sie sind dümmer. Wenn wir darüber anfangen, nachzudenken, wissen wir, dass das nicht stimmt.
- * Wir glauben, wenn wir etwas aus unserem Körper schneiden, was da ungefragt gewachsen ist, sind wir wieder gesund. Und wundern uns, wenn es wieder wächst, oft an gleicher Stelle.

Es ist eine fast unendliche Liste. Von Menschen gemachte Wirklichkeiten. Sich das bewusst zu machen, bedeutet, viele Fragen zu stellen. Das ist ungemütlich für alle Beteiligten, aber es geht nur so, wenn sich was verändern soll. Es ist ungewohnt (aber gesund) zu fragen: Will ich das wirklich? Tut mir das gut? Oder ist vielleicht das Gegenteil der Fall?

Wir können in diesem riesen Angebot an Wahrheiten immer das finden, was wir gerne lesen, hören und glauben möchten, denn wir sind ja doch bequem. Das ist das Spiel, das wir jeden Tag spielen, im Kleinen wie im Großen. Wir programmieren Absichten und Begehrlichkeiten. Verdrängen und verdrehen – Puh, Gott sei Dank, passt wieder. Glück gehabt.

Zurück zu den Wurzeln

Was hält uns denn dann hier? Warum geben wir nicht auf, resignieren vor diesem Berg an unüberschaubaren Regeln, Verblendungen und Versprechungen? Vielleicht weil wir jeden Tag ein bisschen schlauer werden, weil das Schlauer werden neugierig macht und Lust auf mehr?

Wir alle sind Suchende, jeder ist nach seinen Möglichkeiten auf der Suche nach seiner Wahrheit, nach sich selbst, nach seinem Platz. Das, was uns antreibt, ist genauso unsichtbar wie Strom oder wie W-Lan und doch zweifeln wir jeden Tag und können doch nicht aufhören damit. Was ist das also?

Viele Schamanen sagen: Die Nicht-alltägliche Wirklichkeit ist die wahre Welt und die alltägliche Wirklichkeit ist nur Einbildung. Für diese Sichtweise kann ich mich begeistern.

Wir haben Wurzeln. Wir erinnern uns vielleicht nicht so genau, aber etwas in uns kennt den Weg und genau auf den wollen wir wieder. Zurück zu uns selbst. Unsere Traditionen und Rituale sind Großteils verloren gegangen, aber die Seele weiß tief drinnen um den Sinn, um das, was übrig bleibt, wenn man drunter guckt unter die ganzen Schichten aus Glaubenssätzen, Gewohnheiten und Bequemlichkeiten. Und kennt den Weg.

Viele Menschen sind mir inzwischen begegnet, die ähnlich empfunden haben wie ich damals. Die das Gefühl hatten und haben, sie finden ihren Platz nicht, sie leiden unter dem, was das Leben ihnen abverlangt, sie zerbrechen fast daran, weil es zu laut, zu grobstofflich, so anstrengend und unfair ist - so als wäre es irgendwie ein dummes Versehen gewesen, dass sie hier gelandet sind und eigentlich gehören sie gar nicht hierher. Es war natürlich kein Versehen.

Angekommen und nach Hause finden können wir nur, wenn wir die Augen zumachen und nach innen gucken. Genau aus diesem Grund bin ich vor vielen Jahren dem Schamanismus verfallen:

Dort unterteilt man die Welt oder unsere Realität. Es gibt neben dem Alltag, der alltäglichen Wirklichkeit, ganz schlicht beschrieben, noch die NICHT-alltägliche Wirklichkeit.

Es ist letztendlich egal, wie wir es nennen oder auf welche kulturellen Begrifflichkeiten wir uns stützen – was es einfach sagt: da gibt es noch mehr zwischen Himmel und Erde, das man nicht sehen kann, es ist genauso wichtig und genauso „wirklich“. Es macht die bis dahin begrenzte Welt auf einmal doppelt so groß.

Die Feststellung, dass es zu dem Bild, dem Positiv, auch noch ein Negativ gibt und dass das irgendwie genauso und doch ganz anders aussieht und dass es das eine ohne das andere gar nicht geben würde, ist wie das Gefühl, wenn man bei einer Kamera auf einmal feststellt, dass das Ding auch einen Weitwinkel hat und was man auf einmal alles aufs Bild bekommt.

Genau beschrieben ist die nichtalltägliche Wirklichkeit immer gleich daneben, eng verwoben mit der alltäglichen Welt, es braucht nur einen Schritt zur Seite und schon ist man drin. Es ist nur eine Veränderung der Wahrnehmung und ein Bremsen des Tempos. Sie kennen sicher diese graphischen Bilder, in denen Sie nur etwas erkennen, wenn Sie sich ruhig hinsetzen und den Blick weit stellen? Dann bekommen simple Strichzeichnungen auf einmal Tiefe und werden zu plastischen Würfeln, Spiralen beginnen sich zu drehen etc. Wir treten aus unserer alltäglichen Begrenzung raus.

So ist das mit der nichtalltäglichen Wirklichkeit. Und zwar jeden Tag, jeden Moment. Das eröffnet neue Perspektiven, Standpunkte und Möglichkeiten und fordert auf zum Wählen, zum Entscheiden, zum Verantwortung übernehmen und auch zum Spaß haben. Sie dürfen wählen zwischen dem vollen Einkaufswagen mit den vielen Wodkaflaschen und dem teuren Bioladen gegenüber.

Der Schamanismus ist da nur einer von vielen alten Pfaden, die wir wieder entdecken, um zu uns zurück zu finden. Hauptsache das, was andere vorschreiben oder meinen zu wissen, ist nur noch halb so gültig. Oder überhaupt nicht Ihre Wahrheit! Dass es diese Möglichkeit gibt, das ist Freiheit. Wir dürfen aus dem Opfer-Dasein raus. Wir dürfen aber auch drin bleiben.

Viele Schamanen sagen: Die Nicht-alltägliche Wirklichkeit ist die wahre Welt und die alltägliche Wirklichkeit ist nur Einbildung. Für diese Sichtweise kann ich mich begeistern.

Die Autorin **Katja Neumann** ist Heilpraktikerin und Shamanic Counselor in eigener Praxis, Gethsemanestr. 3, 10437 Berlin

Katja Neumann, Debesetzung/Extraktion (für Fortgeschrittene), 22.2.2014, 12-16 Uhr, 60 €; Schmanisch Reisen lernen (für Neu-Reisende) 1.3.2014, 12-16 Uhr, 60 €, Gethsemanestr.3, 10437 Berlin, weitere Infos und Anm. auf www.katja-neumann.de

Himmlische Konstellationen Februar 2014

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



Allgemeine Trends

Die Erfolge, die Sie in den kommenden Wochen erzielen können, hängen maßgeblich davon ab, wie glaubhaft und überzeugend Sie für Ihre Ziele und Wertvorstellungen eintreten. Mit der richtigen Botschaft im Gepäck können Sie jetzt durchaus größere Durchbrüche erzielen. Prüfen Sie daher genau, inwieweit in Ihrem Leben die Richtung stimmt und lassen Sie sich nicht dazu verleiten, die falschen Götzen anzubeten. So verlockend es Ihnen auch erscheinen mag, widerstehen Sie der Versuchung, Ihr Glück über Gebühr herauszufordern (Jupiter Quadrat Uranus am 26. Feb.). Vermeintlich günstige Gelegenheiten können Sie derzeit teuer zu stehen kommen und Ihren Höhenflügen sind womöglich engere Grenzen gesetzt als es zunächst den Anschein hat. Auch wenn sich die explosive Stimmung der vergangenen Wochen vorübergehend etwas entspannt, sollten Sie dennoch jederzeit auf unverhoffte Paukenschläge gefasst sein. Versuchen Sie nur dann Veränderungen zu erzwingen, wenn Sie wirklich in Not sind und üben Sie sich ansonsten in der Kunst der Diplomatie, denn damit haben Sie deutlich bessere Erfolgsaussichten.

Halten Sie jetzt verstärkt Ausschau nach kompetenten Fachleuten oder auch spirituellen Menschen, denen Sie sich vorbehaltlos anvertrauen können. Möglicherweise möchte auch jemand von Ihrem Rat profitieren (Jupiter Trigon Chiron am 5. Feb.) Trauen Sie sich!

Was zu tun ist

In Ihnen steckt möglicherweise mehr als Sie sich zutrauen – finden Sie heraus, was es sein könnte und machen Sie reichlich von Ihren schöpferischen Möglichkeiten Gebrauch (Sonne Konjunktion Neptun am 23. Feb.). Selbst wenn derzeit nicht alles auf Anhieb so klappt, wie Sie es sich vorstellen, ist mit jedem Anfang, den Sie jetzt wagen, schon eine Menge gewonnen. Üben Sie sich in Lebenskunst, so ernsthaft wie möglich und suchen Sie für die Verwirklichung Ihrer Ziele die Zusammenarbeit mit Menschen, die auf Ihrer Wellenlänge liegen.

Kommunikation

Sie haben gegenwärtig gute Aussichten, selbst für langwierige Probleme pfiffige Lösungen zu finden und den einen oder anderen Knoten in Ihrem Kopf wieder freizukriegen. Lassen Sie sich jedoch

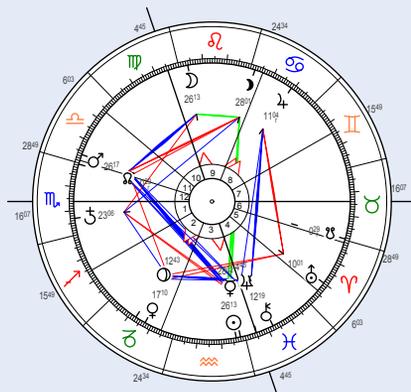
nicht davon entmutigen, wenn es dabei zu Missverständnissen und Verzögerungen kommt (Merkur rückläufig vom 7. bis 28. Feb.). Es werden Ihnen in diesen Wochen sowohl alte als auch neue Themen serviert. Üben Sie sich daher in der Kunst, sowohl zurückzuschauen als auch nach vorne zu blicken, ohne dabei die Gegenwart aus den Augen zu verlieren. Klingt kompliziert, macht sich jedoch bezahlt.

Lust und Liebe

Das Motto „Alte Liebe rostet nicht“ hat im partnerschaftlichen Bereich nach wie vor seinen Reiz. Im Vordergrund steht dabei jedoch weniger das Wiedersehen mit alten „Schätzen“, sondern vielmehr der Wunsch, an früheres Begehren wieder anzuknüpfen. Für Partner in Beziehungen, denen die Sexualität abhanden gekommen ist, bietet sich in den kommenden Wochen verstärkt Gelegenheit, dem Eros wieder auf die Sprünge zu helfen. Es wäre auch kein Wunder, wenn dabei Dritte eine wichtige Rolle spielen würden. Überlegen Sie sich daher gut, in welchem Gewand Sie den wiedererwarteten Eros empfangen möchten.

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.



Vollmond in Löwe (15.02.): Versuchen Sie erst über den Dingen zu stehen, wenn Sie spüren, was Sie ihnen bedeuten. (Im Februar findet kein Neumond statt.)

Menschliche Werte leben

S.H. der Dalai Lama in Hamburg
23. bis 26. August 2014

„Im Zeitalter der Globalisierung ist es an der Zeit für uns zu erkennen, dass die Leben von uns allen zutiefst miteinander verknüpft sind und dass unser Verhalten auch eine globale Dimension hat. Wenn wir das tun, werden wir feststellen, dass das, was im Interesse der menschlichen Gemeinschaft ist, auch unserem Interesse am besten dient.“

S.H. der Dalai Lama wird vom 23. bis 26. August 2014 auf Einladung des Tibetischen Zentrums e.V. in Hamburg öffentliche Vorträge geben.

Den Auftakt bildet die Veranstaltung „Menschliche Werte leben“ am Samstag, 23. 8. 2014. Der Friedensnobelpreisträger spricht über ein Wertesystem, das über die Religionen hinweg gültig ist und alle Menschen eint. Er erklärt, welche Rolle menschliche Werte bei der Lösung der großen Probleme unserer Zeit spielen können und wie sie ganz praktisch entwickelt werden.

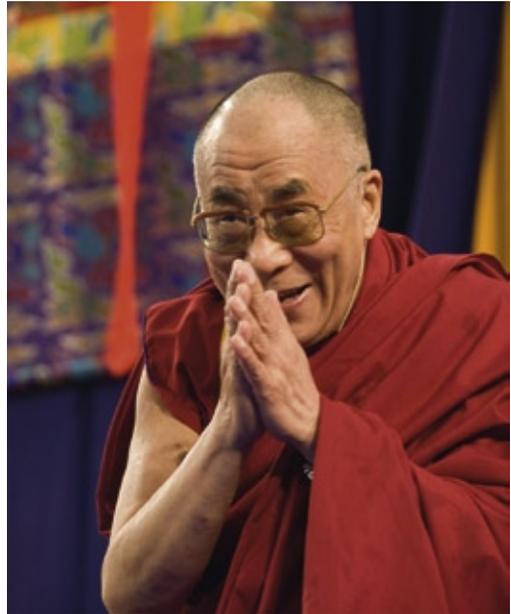
Am 24. und 25. August 2014 hält der Dalai Lama Vorträge zur buddhistischen Lebensführung, Meditation und Philosophie. Dabei stützt er sich auf den poetischen, inspirierenden Text des indischen Meisters Shantideva (7./8. Jh.) „Der Weg des Lebens zur Erleuchtung“. Der Klassiker beschreibt den spirituellen Lebensweg eines Menschen, der seine eigenen Potenziale voll entfaltet und seine Kraft in den Dienst der anderen stellt

Am 26. August leitet der Dalai Lama eine buddhistische Zeremonie: die Einweihung in Avalokite-vara, den Buddha des Mitgefühls. Diese gibt einen Impuls, Mitgefühl in sich selbst zu entwickeln und zu stärken. Auch wer nicht Buddhist ist, kann dabei sein.

Impulse für die eigene Entwicklung

„Es ist immer wieder ein Erlebnis, den Dalai Lama zu sehen“, sagt Christof Spitz, der seit Beginn der 90er Jahre Dolmetscher des Dalai Lama für den deutschsprachigen Raum ist. „Selbst Menschen, die ihn schon mehrmals erlebt haben, kommen gern wieder. Sie finden bei jedem Besuch neue Anregungen und Impulse für ihr Leben und ihre persönliche Entwicklung.“

Der Dalai Lama kommt ein Jahr vor seinem 80. Geburtstag nach Hamburg. Unermüdlich nimmt er Einladungen aus der



© Jens Nagels

ganzen Welt an und setzt sich vor allem dafür ein, menschliche Werte zu fördern. Denn alles Glück, so die Überzeugung des 79-Jährigen, entspringt dem inneren Reichtum.

Wer in seinem Herzen Güte, Mitgefühl und Weisheit entwickelt, hat alles, was er für ein glückliches Leben braucht. Seine Beziehungen werden sich verbessern, und das Leben wird insgesamt harmonischer verlaufen. Dabei ist der Dalai Lama der Überzeugung, dass diese Werte nicht aus der Religion kommen müssen, sondern das allgemeine Erbe der Menschen sind.

Die Veranstaltungen finden in Halle H des Congress Center Hamburg statt, das mitten in der Stadt im Park Pflanzen um Blumen liegt. Die Halle bietet Platz für 7000 Menschen.

Kartenkauf: Veranstalter ist die Tibetisches Zentrum Event gGmbH, die im Auftrag des Tibetischen Zentrums e.V. arbeitet. Am einfachsten ist der Kauf über die Internetseite: www.dalailama-hamburg.de. Tickets kann man auch über das Ticketunternehmen Paylogic beziehen: Telefon 01805 554968 (0,14 Euro pro Minute aus dem Festnetz, Mobiltarife weichen ab).



Das Tor zum Licht

Hayati Badur arbeitet mit der Gabe seiner Hellfühligkeit.

Haidrun Schäfer war bei ihm, um ihn zu befragen und es auszuprobieren.

Die seit langer Zeit andauernden Sorgen rauben mir sämtliche Energie. Von wegen „alles fließt“ – bei mir fließen höchstens Tränen. Also folge ich dem Rat einer Freundin und gehe zu Hayati Badur. Er hat im Laufe seines Lebens viele verschiedene Ausbildungen in den unterschiedlichsten Heilsystemen gemacht und bietet u.a. auch Energiearbeit an. Bevor ich von meinem Sorgenpaket erzähle, frage ich ihn nach seiner Arbeit.

Hellsichtigkeit als Gabe

Er erzählt, dass er schon als Kind hellseherisch war und Visionen hatte, die tatsächlich eintrafen. Dann kam eine Zeit, in der er diese Gabe mehr oder weniger ignorierte, bis er vor 20 Jahren einen Verkehrsunfall hatte, bei dem er beinahe gestorben wäre. Danach änderte er sein Leben, befasste sich mit osteuropäischen Philosophien und interessierte sich für Kartenlegen. Wenn er es für andere tat, tauchten immer wieder Visionen auf, die er anhand der Bilder Dank seiner Hellsichtigkeit hatte. Zwei Jahre später rüttelte ihn ein weiterer Schicksalsschlag komplett wach und er ging auf die Suche nach dem Sinn des Lebens. Er erfuhr, dass das Herz das Tor zum Universum und auch das Tor zu den Menschen ist. Er lernte Reiki, die unterschiedlichsten Massagetechniken, TCM, Quantenheilung, Ayurveda, aber nichts war wirklich zu 100 % seins. Heute arbeitet er mit seiner Energie und mit der Kraft des Herzens. Er empfindet sich als den Schlüssel zu den Türen der Herzen – er schließt sie auf, damit die Menschen eintreten können. Damit hat er seinen Sinn im Leben gefunden: Menschen die Impulse zu geben, die sie brauchen, um wieder in ihre Kraft zu kommen – sei es durch Energiearbeit, Massagen, mediales Kartenlegen oder ayurvedische Ernährungsberatung. Seine Vision ist, in fünf Jahren einen „Aquariel Wellness Tempel“ zu eröffnen – eine Oase für Körper, Geist und Seele.

Meine persönliche Behandlung

Die Behandlung findet auf dem Rücken liegend auf einer Massageliege statt. Eine Decke über die Füße tut immer gut. Ich schließe die Augen und er legt mir verschiedene Steine auf meine Chakren und gibt mir zwei Rosenquarze in die Hände.

Am Anfang soll ich mir vorstellen, dass ich mich ganz tief mit Mutter Erde verwurzele und meinem regelmäßigen Atem lauschen. Seine Hände berühren nicht meinen Körper, aber ich spüre, wo er sie gerade hinhält. Am Kopf ist das Kribbeln am intensivsten. Nach einer Weile höre ich die Aufforderung, die sorgenvolle Schwere loszulassen. In Gedanken schmeiße ich die Angst aus meinem Bauch, die stechenden Schmerzen aus meinem Herzen und die Panik aus meinem Nacken. Dann höre ich, dass ich von weißem Licht umhüllt bin und atme es in meinen ganzen Körper. Und auf einmal fühle ich mich ganz leicht, so als schwebte ich fünf Zentimeter über der Liege. Und nicht nur der Körper ist leichter, es stellt sich sogar eine Leichtigkeit in meinen Gedanken ein. Diese lähmende Schwere, die mich sonst ständig bei jedem Atemzug begleitet, ist weg.

Nach der Sitzung sagt er mir, dass drei meiner Chakren so blockiert waren, dass die Energie einfach nicht mehr fließen konnte. Auch in den Gelenken können sich Staus bilden. Interessanterweise haben wir 12 „große“ Gelenke wie Hüfte, Knie oder Schulter – 12 als Schlüsselzahl, denn in vielen Weisheitssystemen taucht die Zahl 12 auf. Dank seiner Hellfühligkeit spürt er, wo die Blockaden sind und kann über den Energiestrom seiner Hände meine Heilkräfte aktivieren. Außerdem hatte meine Aura einen weißen Rand, was auf Transformation deutet und er hatte den Impuls, dass für mich im März/April eine entscheidende Wende eintreten wird, die die Sorgen aufhebt. Bis dahin heißt es durchhalten. Mit so einem Ziel vor Augen scheint es mir auf jeden Fall machbarer als in den dunklen Sumpf Zukunftsangst zu schauen. Auf jeden Fall verlasse ich diesen Ort in einem anderen Gemütszustand als dem, in dem ich gekommen bin. Die Sorgen sind nach wie vor da, aber sie ersticken mich nicht mehr. Die Schwere erstickt mich nicht mehr. Ich fühle mich friedlich – denn wie wir alle wissen: Es ist, wie es ist. Aber ob es morgen noch so ist...

Kontakt

Hayati Badur, Tel.: 030-7120 0880, 0162-4827 693,
info@aquariel-wellness-tempel.de

Leichtgewichtig und mit Power in den Frühling

Hochwertige Lebensmittel sind energiereich und lassen Pfunde purzeln

Gesundheit, Vitalität und geistige Fitness stehen in direktem Zusammenhang mit einer hochwertigen Ernährung. Wer darauf achtet, dass seine Lebens-Mittel auch die nötige Energie transportieren, stärkt seinen Körper von der Zelle an. Doch welche Nahrung ist energiereich?

Unreif geerntetes oder mit Strahlen und Hitze behandeltes Obst und Gemüse verfügt über sehr wenig Energie, denn lebenswichtige Mikronährstoffe wie Enzyme und Aminosäuren werden auf diese Weise zerstört. Diese jedoch brauchen die Mitochondrien, die winzige zellinternen Kraftwerke, um Energie für die komplexen Stoffwechselprozesse zu erzeugen.

Ernährungsexperten haben es längst erkannt: Übergewicht entsteht durch energiearme Nahrungsmittel, denn der Körper verlangt nach „mehr“ davon, weil er darin nicht findet, was er braucht. Das kann schnell zu übermäßigem Essen und Einlagerungen von Fetten und Giftstoffen führen.

Besonders am Ende des Winters lohnt es also, statt sich durch eine der unzähligen und oft erfolglosen Diäten zu quälen, die herkömmlichen Lebensmittel mithilfe einer gezielten energiereichen Nahrungsergänzung aufzuwerten. Denn steigt das Energie-Niveau in den Zellen, stellt sich das Sättigungsgefühl viel schneller ein. Und: Ist die Zelle gesund, ist der ganze Mensch gesund – die Entgiftung funktioniert und damit verschwinden Fettpolster und andere Unpässlichkeiten ganz von selbst.

Abnehmen und entgiften gelingt mühelos mit Aminosäuren und Enzymen, den wichtigen Katalysatoren für alle Regulationsprozesse, die im Körper stattfinden. Optimale Power für die Zellen können sie liefern, wenn sie aus einer möglichst vielseitigen Kombination aus fermentiertem Obst und Gemüse stammen, wie das bei dem asiatischen hochenergetischen Aminosäure-Konzentrat Man-Koso der Fall ist. Es besteht ausschließlich aus naturidenten Reinsubstanzen, die durch die Art der Zubereitung lebendig bleiben und damit für den Darm vollkommen verwertbar sind. In einem mehrstufigem Fermentationsprozess werden über 40 Obst- und Gemüsesorten immer wieder aufs Neue verdichtet, so dass am Ende ein wohlschmeckendes musartiges Konzentrat der wertvollen Mikronährstoffe entsteht. Täglich zwei bis drei Gramm hiervon genügen, um den gesamten Energie- und Aminosäure-Bedarf des Körpers auf optimale Weise anzuhoben.



Der französische Radiästhesist Alfred Bovis bestimmte mit einem radiästhetischen Instrument erstmalig den Energiewert von vielen Nahrungsmitteln. Seiner Empfehlung nach sollte der Mindestwert hier bei 7.000 BOVIS-Einheiten liegen. Die Nahrungs-Essenz Man-Koso weist ein Vielfaches davon auf, das lässt sich leicht mit dem Bio-Tensor testen.

Die Heilpraktikerin Anke M. Westphal ist begeistert:

Hier ist es gelungen, Natur pur um ein Vielfaches zu potenzieren. Ich bekomme in hoher Konzentration hochkarätige natürliche Bestandteile, die bereits so aufgeschlüsselt sind, dass sie von den Zellen selbst unter großem Stress gut aufgenommen werden können. Ein solches Lebend-Mittel ist einzigartig zur Aktivierung der Selbstheilungs- und Abwehrkraft. Als Aufbau-Präparat kommt es besonders meinen auf unterschiedliche Weise geschwächten Klienten zugute. Ich kann damit jede Therapie in Gang setzen bzw. wunderbar unterstützen. Auch bei Übergewichtigkeit zahlen sich die synergistischen Wirkungen der Aminosäuren und Enzyme aus – meine trägen Patienten kommen in Schwung, die Pfunde purzeln und Fitness und Gesundheit kehren zurück.“

Mehr Infos zum Vitalstoffkonzentrat Man-Koso unter:

*M-K Europa GmbH & Co. KG
Siedlungsweg 2
36148 Kalbach*

*Tel.: 09742-9300272
Fax: 09742-9300277*

*info@mk-europa.de
www.mk-europa.de*

Vorträge im Centro Delfino – Praxisgemeinschaft Lietzensee



Das Centro Delfino am Lietzensee ist eine Praxisgemeinschaft aus Psychotherapeuten und Heilpraktikern. Die beiden schönen Seminarräume mit Blick auf den Funkturm mit 70 und 35m² stehen auch externen Seminaranbietern zur Verfügung. Das gesamte Behandlungs- und Seminarangebot wie die Vermietungskonditionen des Zentrums finden Sie auf unten stehender Internetseite.

03.02.2014: Integrative Körperpsychotherapie in praktischem Erleben – Stefan Ide (Psych. Psychotherapeut u. HP)

10.02.2014: Entgiftung des Körpers – Manuela Lemke (HP)

17.02.2014: Cellsymbiosistherapie - Nahrungsunverträglichkeiten zuverlässig testen – Dorothea Wald (HP)

24.02.2014: Homöopathie für Kinder- Möglichkeiten und Grenzen – Maya Dufner (HP)

Vorträge jeden Montag von 19-20.30 Uhr, Teilnehmerbeitrag: 6,-/erm. 3,- Euro - keine Anmeldung erforderlich.

Ort: Centro Delfino, Dernburgstr. 59, 14057 Berlin

Info: 030-4446400, www.praxisgemeinschaft-lietzensee.de

Frauenkreis

Schamanische Gruppe - Start: 4. Februar 2014

Einmal monatlich werden wir uns im Kreis von Frauen treffen und auf eine gemeinsame schamanische Entdeckungsreise gehen. Dieses Erkunden möchte Dich dabei unterstützen, Deine Sinne und Dein Wissen auf eine andere Art und Weise zu erweitern und zu erleben. Wechselnde Themenabende - Räucherungen, schamanische Trommelreisen, Atem-, Energie und Bewegungsübungen und Rituale im Medizinrad. Keine schaman. Vorkenntnisse erforderlich.

Termine: Jeden 1. Di -20 Uhr, 20€,

weitere Termine: Jahreskreis - 4 WE im Jahr, Start 5./6. April; MensWorkshop im Mai

Ort: Yoga 60, Winsstr. 60, Berlin

Info: Petra Tel. 030.4280 6948 oder 0173.9562041, www.petra-hinze.de



Systemisches Aufstellen | Energie- & Körperarbeit | Heilfasten

Ausbildungskurse, Einzelsitzungen & offene Aufstellungsabende



Im Einklang mit unserem Leben zu sein, bedeutet seelische und körperliche Gesundheit. Belastende Situationen und damit verbundene Gefühle können diesen Einklang stören. Ich unterstütze Sie dabei, deren Ursprung aufzudecken, damit Heilung beginnen kann. Dazu setze ich unterschiedliche lösungsorientierte Methoden individuell und intuitiv ein.

Offene Aufstellungsabende: Jeden Donnerstag von 20-22 Uhr (10 / 20 EUR)

Tagesseminare Familienaufstellung: 01.02. / 01.03. / 21.06. (jeweils 140 EUR)

Heilfasten auf Hiddensee: 22.-29. März

Ausbildungen: 07.+08. Feb: Fußreflexzonentherapie

ab 21./22. Feb: Systemische Familienaufstellung (4 WE)

07.+08. März 2014: Bachblütentherapie

Praxis fürs WESENTliche, Käthe Finke, Rehabilitationspädagogin & Heilpraktikerin,

Düppelstr. 17, 14163 Berlin-Zehlendorf, Tel. 030-7931590

www.kaethe-finke.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



Heilpraktikererlaubnis für Psychotherapie

Infoabende: Mittwoch, 5. Februar und Dienstag, 25. Februar 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: Mi., 5. Februar und Di., 25. Februar jeweils um 19 Uhr

Ort/Info/Anmeldung: Institut Christoph Mahr - Katharinenstraße 9, 10711 Berlin-Wilmersdorf,

Tel. 030.813 38 96,

www.christoph-mahr.de

Spirituelles Centrum Berlin

Jenseitskontakte und Medialer Workshop mit Doris Draeger

Doris Draeger wird an verschiedenen Abenden den Kontakt zur „Geistigen Welt“ herstellen und die Botschaften der Verstorbenen an die entsprechenden Personen im Publikum übermitteln. Es kann für viele Menschen ein Trost sein, von Ihren verstorbenen Angehörigen, Freunden oder Bekannten eine Botschaft aus der Geistigen Welt zu erhalten. Ebenso kann es sich positiv auf die Trauerverarbeitung und die evtl. eigene Angst vor dem Tode auswirken. // Termine: Freitag, 14.+ 28.02.14, Beginn jeweils 19:00 Uhr, 20 Euro, Anmeldung nicht erforderlich. // Desweiteren bietet Doris D. auch Einzelsitzungen an.

**Workshop mit Doris Draeger: Doris wird Sie auf eine interessante Reise in die Medialität und Spiritualität mitnehmen. Sie werden die Gelegenheit bekommen Ihr eigenes Mediales Potenzial zu entdecken und bereits vorhandenes mehr auszudehnen. // Samstag, 01.03.14, Beginn 10:30 Uhr, 90 Euro, Anmeldung erforderlich.*



Spirituelles Centrum Berlin, Leydenallee 91, 12165 Berlin, Tel. 76677094, www.spirit-visions.com

HYPNOSE Practitioner März 2014

Hypnose Erlernen, Anwenden, Erfahren - Beginn 1./2. März 2014



Beim hypnotischen Zustand, auch Trance genannt, handelt es sich um eine völlig natürliche Erfahrung, die von innen ausgelöst und nicht wie man früher meinte von außen induziert wird. Dies liefert auch einen Hinweis darauf, dass sie von praktisch jedem geistig gesunden Menschen erlernt, angewendet und erfahren werden kann. Jenseits aller Methodik, ist die Hypnose, so wie sie heute verstanden wird, ein zutiefst positiver - humanistischer - Ansatz, bei dem Menschen auf ihre Ziele und Interessen hin ausgerichtet werden. Die Hypnose-Grundausbildung (Hypnose-Practitioner) hat den Fokus auf die Vermittlung und Einübung vielfältiger Einleitungs- und Vertiefungstechniken. Es geht darum die Mechanismen zu erkennen und zu erfahren, die uns und andere Menschen in Trance führen. Jenseits aller mystischen Vorstellungen, lernen sie mit Flexibilität andere Menschen zu hypnotisieren.

Für diese Grundausbildung gibt es Zugangsvoraussetzungen wie z.B. IPT-Basis, NLP-Practitioner, Entspannungstrainer oder eine vergleichbare Vorbildung. Bei nicht vorhandenen Zugangsvoraussetzungen benötigen Sie das Einführungswochenende, das vor Beginn der Ausbildung am 8./9. Februar 2014 durchgeführt wird (Teilnahmegebühr 250 EUR).

Termine: 01./02. März, 29./30. März, 24./25. Mai 2014, jew. 10-18 Uhr

Preis: 810 EUR

Ort/Info/Anmeld.: Institut Christoph Mahr, Katharinenstr. 9, 10711 Berlin

Tel. 030. 89.72.20.79, www.nlp-hypnose-berlin.de

Heiltechnik „Das Körper-Spiegel-System“ von Martin Brofman

Erlebnisabend & Heilseminar mit Viola Schöpe



Die Heiltechnik „Das Körper-Spiegel-System“ ist eine sanfte, tiefgehende und effektive Heilmethode die jeder erlernen kann. Sie erforscht die Beziehung zwischen deinem Körper, deinem Bewusstsein und deinem Leben und gibt die Möglichkeit, innere Einstellungen zu erkennen, die den Heilungsprozess ermutigen, um Harmonie wieder zu erlangen. Das Körper-Spiegel-System wurde von Ph.D. Martin Brofman entwickelt, der sich selbst von Krebs im Endstadium heilte. Viola Schöpe ist eine erfahrene Heilerin, die sich selbst von Allergien und Skoliose heilte.

14.02. „Wie sehe ich Aura“, 20 -21.30 Uhr, Eintritt: 8 €,
 16.05. „Alles beginnt im Bewusstsein“, 20 -21.30 Uhr, Eintritt: 8 €,
 Heilseminar in Berlin mit Viola Schöpe: 15.-16.02. & 17.-18.05.,
 im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Berlin Kreuzberg.
 Intensiv-Wochenende – Heilseminar bei Berlin: 20.-22.06. & 26.-28.09.,
 im Seminarhaus Ramanha, bei Berlin <http://www.rahmana.de>.
 Info & Anmeldung: violaschoepe@web.de, Tel.: 0351-8025055, 0178-5623723, www.healer.ch/de

Schreibend die eigene Geschichte erforschen

Angeleitete autobiographische Gruppe mit Barbara Koch-Mäckler und Heike Langbein ab 18. Februar 2014

Autobiographisches Schreiben bietet die Gelegenheit, uns zu vergewissern, wo wir im Leben gerade stehen und was uns auf unserem Lebensweg geprägt hat. Wir können Erinnerungen vertiefen, den roten Faden in der eigenen Geschichte entdecken und uns für die Zukunft inspirieren lassen. Erinnerungsarbeit kann eine praktische Lebenskunst sein, bei der unsere Biographie Gestalt annimmt, uns berührt und uns staunen lässt.

Die Gruppe wird zehn Mal zweistündig stattfinden und sich mit neun wichtigen Lebensthemen beschäftigen (beispielsweise: „Wendepunkte in meinem Leben“; „Meine Familie“; „Mein Körper und meine Gesundheit“). Zu jedem Thema werden Anregungen erarbeitet und die Teilnehmenden erhalten einstimmende Fragen dazu. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Info und Anmeldung: Tel. 030 - 8551151, www.ipbt.de
 Ort: Praxis Hornstr. 2, 10963 Berlin (Kreuzberg)
 Zeit: vierzehntägig, dienstags, 18 - 20 Uhr



©siloto - fotolia.com

Ausbildung Heilpraktiker für Psychotherapie



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?

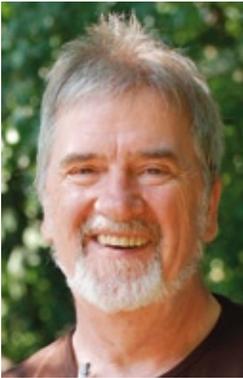
Die Ausbildung „HP-Psychotherapie“ könnte dann für Sie der richtige Weg sein.

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.archemedia.de

Die Kraft die aus der Tiefe wirkt

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



Zusätzlich zu dem Offenkundigen, dass jeder Familienaufstellung innewohnt, stellen wir seit drei Jahren 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.

Nächste Familienaufstellung: 21. -23. Februar;

Ausbildungen: 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

Info/Anmeldung: Brigitte Körfer, Fachverband Deutscher Heilpraktiker, LV Berlin-Brandenburg e.V.,

Tel. 030-3233050, Mail: brigitte.koerfer@heilpraktiker-berlin.org

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.

Termin: Ausbildungsbeginn 21./22./23. Februar 2014

Info/Anmeldung: Institut Christoph Mahr, Katharinenstr. 9, 10711 Berlin-Wilmersdorf,

Tel. 030. 89 72 20 79, www.ipt-berlin.de



Erschaffe deine Realität und Lebe Deinen Traum!

Wochenendseminar zur aktiven Realitätsgestaltung am 22.-23. Februar 2014

Mit unserem Bewusstsein erschaffen wir die Welt in der wir leben. Doch warum ist diese „Realität“ nicht immer jene, die wir uns wünschen? Mit diesem Thema und vielem mehr werden wir uns an diesem Wochenende beschäftigen und kraftvolle Impulse setzen! Themen u.a. : Energetische Reinigung - Loslassen von Schwerem, Chi-Aufladung, Die Ebenen der Manifestation, Visionsarbeit und -suche, Aktives Träumen; Auflösung und Umgestalten von alten blockierenden Glaubenssätzen; schamanische Aufstellungs- und Heilarbeit; Kontakt und Freundschaft zum Unterbewusstsein - „Der innere Garten der Heilung“, Integration von Krafttierenergien für Erfolg und Balance im Alltag (Einschwingen in Globuli & Wasser).

Kosten: EUR 220,- / Frühbucher EUR 180,-

Wo: Praxis Spiegelherz, Körtestr. 4, X-berg

mehr Informationen dazu: Daniel Atreyu, www.schamanische-heilbegleitung.de, info@schamanische-heilbegleitung.de, 0151/53757939,

Newsletter für die neuesten Veranstaltungen einfach anfragen :-)

weitere Veranstaltungen: regelmäßige Meditations- und Heilabende, Ausbildung Schamanisches Heilen, Heilkraft der Bäume Seminar -

Vorträge (21. März / Der Garten Gottes - Die Seele und Magie der Pflanzen & 2. April / Die Revolution des Herzens - der Schamanische Weg der Kraft);

Vortrag authentisches Reiki: „Werde, wer Du wirklich bist“, Do., 27.2.2014

Seminare I und II: 28.2.- 2.3.2014 mit Barbara Simonsohn, 7.Grad.



Du bist mehr, als du denkst, nämlich innerer Frieden, bedingungslose Liebe, bedingungslose Freude am Sein und heitere Gelassenheit. Mit dem authentischen Reiki als altes Einweihungswissen kommst Du direkt in Kontakt mit der spirituellen Flamme in Dir, Deiner wahren Natur. „Mensch, erkenne Dich selbst, und Du findest Gott“, so heißt es im Apollon-Tempel zu Delphi. Erleuchtung ist auch Erleichterung, ist Ballast aus der Vergangenheit loslassen. Schon im Mutterleib werden Charakterprogramme geprägt. Der erleuchtete Mensch hat zum nicht erleuchteten so wenig Ähnlichkeit wie ein Schmetterling zur Raupe! Stille ist die Sprache Gottes, alles andere eine schlechte Übersetzung. Authentisches Reiki ist nicht nur eine Heilungs- und Selbstheilungsmethode, sondern auch eine Methode für Tiefenentspannung. Bist Du in der Stille gegründet, in Deiner Mitte, kann nichts mehr auf der Welt Dich erschüttern. Wer bist Du ohne Dein Drama? Suchst Du die Liebe Deines Lebens, schau in den nächsten Spiegel!

Der I. Grad bringt Dich für alle Zeit in Kontakt mit universeller Licht-Energie, der höchsten und kraftvollsten Frequenz im Universum. Du lernst, Dich selbst, andere, Tiere und Pflanzen erfolgreich zu behandeln. Im II. Grad verdoppelt sich Deine Kapazität und Heilkraft. Du lernst kosmische Symbole und die Fernbehandlung. Carl Gustav Jung: „Kosmische Symbole

sind die Grundlagen des Menschseins.“ Er heilte damit Zigtausende von Kranken. Mit dem authentischen Reiki wächst das Bewusstsein: alles IST gut. Das Leben entfaltet sich in seiner Schönheit und Grazie, wenn wir ihm keinen Widerstand mehr entgegensetzen, und durch das große JA entwickeln sich auch die äußeren Umstände sich harmonisch.

Vortrag eintrittsfrei mit Probebehandlungen: Do., 27.2., 19 Uhr, OneWorldFamily, Agricolastr. 24 (U-Bahn Hansaplatz); I. Grad 28.2.-2.3.; II. Grad (Quereinsteiger willkommen) 1.-2.3.;

Info/Anmeldung: Katrin Heßler Tel. 0170-8369422, info@heilpraxis-hessler.de oder Barbara Simonsohn, Tel. 040-895338, www.Barbara-Simonsohn.de

Buchtipp: B. Simonsohn, „Reiki“, Heyne TB, 8,95 und dieselbe, „Reiki - die 7 Grade“, Hans-Nietsch-Verlag.

Auftanken unter griechischer Sonne mit Qigong, Yoga, Wandern ...

Ruhig werden, den Wellen lauschen, Sonne tanken, Freude spüren ... Bei „Iliohoos - der Schule des einfachen Lebens“ auf Pilon erwartet Sie nicht nur Urlaub vom Alltag, sondern vielmehr die Rückbesinnung aufs Wesentliche und die einfachen Dinge. Lina und Jorgos, die ihre Workshops seit bald 20 Jahren auf der grünen Halbinsel abhalten, gewähren Einblicke ins griechische Leben und führen zu den schönsten Plätzen und Badebuchten. In den Übungsstunden finden Sie zu neuer Vitalität. Tauchen Sie ein in die unberührte Natur, genießen Sie Sonne und Meer sowie die Begegnung in der Gruppe!



Infos: Petra Greiner-Senft, Tel. 089.26019446, iliohoos@web.de, www.iliohoos.gr

Gemeinschaftsbildung nach Scott Peck / Wir-Prozess

28. Februar - 2. März 2014 in Kreuzberg

Wie kommt man mit Sprache in eine wirkliche Offenheit und Verletzlichkeit füreinander? Wirkliche Gruppenkommunikation (group of all leaders), persönliche Abrüstung, die 4 Phasen Pseudo/Chaos/Leere/authentische Gemeinschaft und die Kommunikationsempfehlungen sind die Grundelemente der Gemeinschaftsbildung die an dem Wochenende durch spontan entstehende Kommunikation und Stille erlebt werden.

Kosten: 100,- bis 200,- EUR (Selbsteinschätzung)

Begleitung Götz Brase, Johanna Groß,

Infos www.gemeinschaftsbildung.com, gemeinschaftsbildung-t-online.de oder 08624/8795962



Lebendige Räume Stimmungen und Energien in Räumen entdecken, erhalten und gestalten!



In jedem Raum fließt Lebensenergie, das „Chi“. Streit und Ängste können im Raum Blockaden setzen, die den „Chi-Fluss“ vermindern oder sogar stoppen. Werden diese Blockaden zu viel, fühlt sich ein Raum trotz Lüften stickig an. In den Seminaren erfahren sie einen einfühlsamen Zugang zum Lebensumfeld, um die Stimmung eines Raums zu erkennen und zu verändern. Sie lernen alltagstaugliche Methoden Räume zu klären und zu energetisieren. Zum Abschluss sind Sie in der Lage Arbeitsplatz und Wohnräume zu harmonisieren.

Einführungsabend: 28.02.14, 19:30-20:30, Beitrag 10€

Termine: 01.03.14 „Verbrauchtes Chi klären“; 15.03.14 „Den Chi-Fluss stabilisieren“;

12.04.14 „Heilräume“, samstags 14:00-18:00 Uhr, Beitrag 50€ / Seminartag

Ort: Aquariana, Praxis und Seminarzentrum, Am Tempelhofer Berg 7d, 10965 Berlin,

Info/Anmeldung: 030- 28833925, info@praxis-koerperbalance.de,

www.aquariana.de/praxisseiten/paulus.html

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 Sonntage 2014/15; Beginn: 1. März 2014; Preis: 120 € pro Tag

Tel: 030.64094526

www.erosundpsyche.net



Schule für Craniosacral-Therapie

5-teilige Grundausbildung in Craniosacral-Therapie



Die Ausbildung ermöglicht Physiotherapeuten, Heilpraktikern, Traumatherapeuten und praktizierenden Körpertherapeuten neue Wege in der ganzheitlichen therapeutischen Arbeit. Jedes körperliche Problem spiegelt sich im craniosacralen System wieder, und jedes Ungleichgewicht zieht Gehirn und Rückenmark - die zentralen Organe des Menschen - in Mitleidenschaft. Durch sanfte, non-invasive Berührungen werden die Selbstheilungskräfte gestärkt und es wird dem Klienten ermöglicht, eine nachhaltige Balance zu finden. Schwerpunkt im ersten Modul der Grundausbildung ist, die Bewegungen des craniosacralen Systems präzise am Körper wahr zu nehmen. Sie erlernen u.a. grundlegende Behandlungsprinzipien und Techniken zur Lösung von Restriktionen und Imbalancen am Bindegewebe und an den Knochenstrukturen des craniosacralen Systems. Ziel ist, am Ende des ersten Moduls eine ganzheitliche craniosacrale

Behandlung geben zu können. Das erste Modul kann einzeln gebucht werden. Für die Teilnehmer der Grundausbildung bieten wir monatliche Übungstermine an. Bitte fordern Sie unsere ausführliche Informationsbroschüre an. Wir nehmen Bildungsgutscheine entgegen.

Infoabend: 05.03.2014

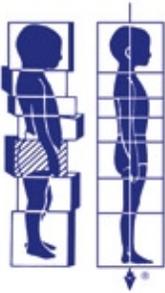
Beginn der Grundausbildung: Modul 1: 05. - 09.03. oder 18. - 22.06.14

Modul 2: 12. - 16.11.14 | Modul 3: 03. - 08.03.15 | Modul 4: 27. - 30.08.15 | Modul 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



Winteraktion: 50% Rabatt auf Ihre erste Rolfing-Sitzung

1. Januar - 28. Februar 2014

Rolfing ist eine ganzheitliche manuelle Behandlungsmethode, die eine nachhaltige Verbesserung der Haltung und der Bewegung im menschlichen Körper bewirkt. Durch sanfte bis intensive Mobilisierung werden zähe Bindegewebsschichten gelöst. Der Körper wird neu ausgerichtet und ausbalanciert. Bereits nach einer Sitzung nehmen Sie erste Veränderungen wahr. Im Januar und Februar erhalten neue Klientinnen und Klienten eine erste Rolfing-Sitzung zum halben Preis. Ohne Verpflichtung zur Fortsetzung. Erleben Sie, wie Rolfing wirkt! 50% Rabatt: 40 statt 80 Euro (60 Minuten).

Termin vereinbaren: Heilpraktiker / Advanced Rolfer Wolfgang Baumgartner. Tel. 030-89371247, Handy 01520-1927791, w.baumgartner@web.de, Cherusker Str. 6b, 10829 Berlin Schöneberg. www.rolfing-baumgartner.de

Spirituelles Wochenende vom 14.-16. März 2014 in Berlin

Die Welt um uns ist so bunt und lebendig, wie wir sie malen!

In einer wundervollen Seminar-Oase möchte ich Dir an diesen Tagen die Möglichkeit geben, Dir eine lebendige bunte Welt zu erschaffen. Finde Dich selbst! Tauche mit mir in eine Engel-Heilmeditation ein, die von den Engeln geführt wird. Möchtest Du mehr über die Welt der Engel erfahren? In einem Tagesseminar hast Du die Möglichkeit, mit Engeln Kontakt aufzunehmen, sie wahrzunehmen und zu spüren. Entdecke die Kraft Deines Seelenlichts mit Hilfe der Seelenlichtenergie® - einer Energie der Neuen Zeit, die Dich zu Deiner Herzenergie führt. Entspannung und Einkehr wird Dich Deine neue Welt entdecken lassen.



Veranstaltungen im Überblick:

Freitag, 14.03.2014: Engel-Heilmeditation (18:00-21:00 Uhr) – 15€

Samstag, 15.03.2014: Ein Tag mit Engeln (10:00-18:00 Uhr) – 80€

Sonntag, 16.03.2014: Seelenlichtenergie® Grad 1 (10:00-18:00 Uhr) – 210€

Eine Anmeldung ist bis zum 01.03.2014 möglich.

Ort: Seminar-Oase-Lankwitz, Leonorenstr. 40, 12247 Berlin

Infos/Anmeldung: berlin@institut-claudia-beer.de, www.institut-claudia-beer.de

Ausbildung Hawaiianische Heilmassagen & HUNA mit Angela Simon

Basis-Seminare vom 19.-22. Juni in Hamburg & 13.-16. November 2014 in Berlin



ALOHA - Erlerne 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.

Vorab kannst Du zum Kennenlernen Deine Heilmassage vereinbaren. Zu beiden Basis-Seminaren ist der Einstieg möglich, danach entscheidest Du Dich für die Gesamtausbildung.

BASIS II+ I: 19.-22.Juni + 13.-16.Nov. 2014 Berlin

AUFBAU I+ II.: 26.-29.März + 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

Besuchen Sie eine der vielen Infoveranstaltungen zu verschiedenen Ausbildungen in 2014

11.02.2014, 19 Uhr

Ausbildung Integrative Psychotherapie - Konzept einer Psychotherapie der Zukunft im Institut Christoph Mahr, Beginn: 22. / 23. März 2014
mehr Infos und Kontaktdaten in dieser Ausgabe auf Seite 27 und 47

12.02.2014, 19:30 Uhr

Akupunktur-Ausbildung (3-jährig), Beginn: Februar 2014
Arzneimitteltherapie-Ausbildung, Beginn: Oktober 2014
im Shou Zhong, Schule für Chinesische Medizin e. V.
mehr Infos und Kontaktdaten in dieser Ausgabe auf Seite 23

05.02.2014 und 25.02.01.2014, jeweils 19 Uhr

Vorbereitungskurse auf die amtsärztliche Prüfung zur Heilpraktikererlaubnis für Psychotherapie im Institut Christoph Mahr
nächster Beginn: März 2014
mehr Infos und Kontaktdaten in dieser Ausgabe auf Seite 39

12.2.2014 zur Massageausbildung, **18.2.2014** zur HP-Ausbildung, **18 Uhr**

bei Arche Medica, Akademie für Heilpraktiker
mehr Infos und Kontaktdaten in dieser Ausgabe auf Seite 50

13.02.2014 und 13.03.2014, jeweils 18 - 20 Uhr

Neue Weiterbildung „Aufstellungen in Gruppen und im Einzelsetting“
im Akkadeus, Praxis für Systemaufstellungen, Dr. Renate Wirth, Beginn: März 2014
mehr Infos und Kontaktdaten in dieser Ausgabe auf Seite 61

16.02. 2014, jeweils 18 - 21:30 Uhr

Vorbereitungskurse auf die amtsärztliche Prüfung zur Heilpraktikererlaubnis für Psychotherapie in der Berliner Schule für Heilkunde
mehr Infos und Kontaktdaten in dieser Ausgabe auf Seite 50

21.-23.02.2014 (nächstes Aufstellungsseminar)

Ausbildung Familienaufstellung "Die Kraft, die aus der Tiefe wirkt"
bei Peter Orban in Berlin, nächster Beginn: Mai 2014
mehr Infos und Kontaktdaten in dieser Ausgabe auf Seite 28 und 41

05.03.2014

5-teilige Grundausbildung in Craniosacral-Therapie
bei Weg der Mitte gem. e.V.
Beginn Modul 1: 5. - 9. März 2014. und weitere...
mehr Infos und Kontaktdaten in dieser Ausgabe auf Seite 43

25.03.2014, 20 Uhr

Ausbildung/Weiterbildung "Familienaufstellung - Integrative Systemische Therapie"
im IFOSYS-Institut, Bettina und Alfred R. Austermann
Beginn: November 2013, Einstieg noch möglich
mehr Infos und Kontaktdaten in dieser Ausgabe auf Seite 25

Alle Angaben ohne Gewähr - Die Kontaktdaten, Telefonnummern und Internetseiten finden Sie in den jeweiligen Anzeigen auf den oben angegebenen Seiten.

Diese Seite ist ein kostenloser Service der Körper Geist Seele Verlagsgesellschaft mbH





Wegweiser - wer macht was?

KGS Berlin ein Magazin der
Körper Geist Seele
Verlagsgesellschaft mbH
Hohenzollerndamm 56
14199 Berlin

Tel. 030.612016-00
mail@kgsberlin.de
www.kgsberlin.de

In der Rubrik Wegweiser finden Sie kompetente Angebote aus allen Bereichen ganzheitlicher Heil- und Lebenspraxis!

Alle Wegweisereinträge finden Sie auch auf der Webseite www.kgsberlin.de, wo die Wegweiser-Inserenten den Lesern noch mehr Informationen über ihre Arbeit zur Verfügung stellen.

Möchten auch Sie sich im Wegweiser präsentieren? Das KGS-Team berät Sie gern.



The Art of Living Happiness Program

Die Kunst glücklich zu sein nach Sri Sri Ravi Shankar
Aufatmen | Inspirieren | Meditieren
Art of Living Yoga Oase
Potsdamer Str. 98a, 10785 Berlin
Tel. 030. 25798088
berlin@artofliving.de
www.artofliving.org/de-de/berlin

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

Kostenfreier Schnupperkurs „Wellen des Glücks“:

1. Dienstag, 18:00 und
3. Sonntag, 15:30, jeden Monat
(um Anmeldung wird gebeten)



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.



Systemisches Augenaufstellen Miggi Zech

Seminare & Einzelarbeiten

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

Tel. 0172-3124076
migg@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



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 220 €/2 Std.

Familienstellenseminare: (nur mit Anmeldung)
14. - 16.02. | 14. - 16.03. | 16. - 18.05.2014
220 €, Kostenfrei f. Stellvertr. (nur mit Anmeldung)

Neue Weiterbildung ab März 2014

„Aufstellungen in Gruppen und im Einzelsetting“
kostenlose Infoabende zur Weiterbildung:

13.02. und 13.03.2014, jeweils 18 - 20 Uhr

Infos und Anmeldung unter www.aufstellungstage.de



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: Dienstag, 11. Februar, 19 Uhr



Prospekt- und Broschüren- Herstellung

Fotografie und Beratung
Thomas Simon-Weidner

Schauen Sie mal rein: www.thsw.de
Rufen Sie mich an: 030.78717113
oder schreiben Sie mir: mail@thsw.de

Sie möchten sich oder
Ihre Ideen ins Bild bringen!

- Fotografie im Studio
oder an einem Ort Ihrer Wahl
- Umfassende Beratung
für Ihren Werbeauftrag
- Prospekte und Broschüren
Layout und Herstellung



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.



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



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



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 HV;
Systemische Aufstellungen
- Einzelsitzungen - Coaching:
Mediale Beratung; Systemische Aufstellungen;
Tierkommunikation

05.02. Reiki-Einweihung 2. Grad
12.02. Lectures & more - Bewusstwerdungsabend
19.02. Offene Gruppe Familien- und andere Aufstellungen
27.02. kostenloser Info Abend

Energie-/Heilarbeit



Feng Shui & Energiearbeit

Ura Julia Wegehaupt
Spirituelle Lehrerin, Medium,
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...
 - Transformations-Intensivseminar: welches alle
Elemente auf dem Weg zur Meisterschaft enthält
 - Beratung und Energiearbeit auch am Telefon
- Kennenlernangebot: Energiearbeit auf Spendenbasis
am 27.2. um 19.00 Uhr im Feldenkrais Studio,
Zionskirchstr. 4, Berlin 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



Hayati Badur

Heilarbeit und Massagen
Ernährungsberater - Coaching

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

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 heilen, um neue Kraft zu tan-
ken. Durch meine Helffähigkeit und Hellsichtigkeit gebe
ich den Menschen intensive Impulse zur Selbstheilung.

- Heilarbeit & Energiearbeit
- Fernheilung
- Mediales Kartenlegen
- Spirituelle Lebensberatung
- Spirituelle Gebäudereinigung
- Massagen aus aller Welt
- Meditationsabende

Energie-/Heilarbeit



Praxis am See

Hedwig Bönsch
Beruf: Glücklich Leben / Medium /
Geistiges Heilen

Großes Fenn 18
14715 Stechow-Ferchesar

Tel. 033874 - 90687
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.
Channels.

- Einzel-Heilreadings auf Spendenbasis/Wertschätzung
in der Dovestr. 3b, 10587 Berlin, Mi 5. u. 12. Februar
- Ich gönne mir einen Tag nur für mich!
Entspannen, Heil-Reading, Sauna
Fr. 21. Feb. 2014 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
- Gewichtrevolution 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 Christian Peters, Dipl.-Betriebswirt

zertifizierter Trainer für GFK seit 2004
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
- 10. + 24. 02. offen für alle
- 17.02. von Mann zu Mann
- Anmeldung und Vorkenntnisse sind nicht nötig.
- Intensivkurs in Berlin über 12 Tage an 6 Wochenenden vom 22. Februar bis 6. Juli 2014
- Grundlage für die eigene Anwendung und Baustein für die TrainerInnen Ausbildung
- Aufbaukurs für diejenigen, die mind. 10 Kurstage besucht haben vom 12. bis 15. Juli 2014
- Ferienkurs in Salecina/Schweiz 9. - 15. August 2014



ARCHE MEDICA Akademie für Heilpraktiker

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

Sandjerystr. 22
12159 Berlin, Friedenau
Tel.: 030.851 68 38
schule@archemedia.de
www.archemedia.de

Ausbildung nach dem Bausteinprinzip:

1. HP-Prüfungsvorbereitung,
 2. Ausbildung HP-Psychotherapie,
 3. Klassische Homöopathie (SHZ-zertifiziert),
 4. Akupunktur (TCM) und Ohrakupunktur,
 5. Irisdiagnostik, 6. Fussreflexzonenentherapie,
 7. Bachblütenentherapie, 8. Traumatherapie,
 9. Coaching/Lebensberatung
- Kostenlose Infoabende im Februar 18 - 20 Uhr:
11.2. TCM/Akupunktur // 12.2. Massageausbildung
18.2. HP-Ausbildung // 19.2. Wechseljahrberaterin
25.2. Homöopathie // 20.2. Start Kurs HP-Psycho-
therapie // 22.-23.2. Chin. Kräuterrezepte



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
16. Februar 2014

Weitere Infos finden Sie auf unserer Webseite.



ErdMannSchule

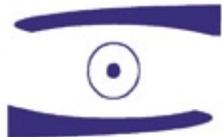
Lerne alte und neue Heilweisen
Schulleitung Anja Simone Kolle

Erdmannstr. 5
10827 Berlin- Schöneberg

Telefon: 030 / 622 0 1000
Info@ErdMannSchule.de
www.ErdMannSchule.de

- Ausbildung zum:
Heilpraktiker und Heilpraktiker für Psychotherapie
- Weiterbildung in:
Medizinischer Massage, Cranio- Sacrale Therapie,
Fußreflexzonen Therapie, Dorn- Breuss Therapie,
Schröpfen, Reiki, Familienstellen, Hypnose,
Traumatherapie, Inneres Kind Therapie,
Klangschalen Therapie, Helle Sinne,
Schüssler Salze und Anlitzdiagnostik,
Homöopathie

Die Schule für Naturheilverfahren



Harmony power

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 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



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

Kostenlose Infoabende:
Mittwoch, 5. Februar; Dienstag, 25. Februar



Initiation - Individuation Der Weg zu Dir Selbst

Peter Oechsle
Diplom-Psychologe
Heilpraktiker für Psychotherapie

peter.oechsle@gmx.de
www.peter-oechsle.de

Initiatische Therapie nach Graf Dürckheim
und Maria Hippis

- Geführtes Zeichnen
- Personale Leibarbeit
- Wegbegleitendes Gespräch

Systemische Aufstellung, Spirituelle Begleitung
Meditation
Einzelarbeit und Gruppenseminare

In Berlin-Schöneberg und
Berlin-Prenzlauer-Berg



Praxis für Psychotherapie (HPG) Energetische Prozessarbeit & Traumaaarbeit SE®

Marion Pierschkalla

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® (Traumaaarbeit P.Levine)
- Nonduales Kabbalistisches Heilen®
- Heart-Path Realignment®

• Kennenlernangebot:

Di. 11.2.2014, Heilsitzungen 40 min.,
kostenl. (RK € 10.-), Anmeldung erforderlich!

• Einzelsitzungen und Seminare: Sitzungen finden
vor Ort oder über Skype/Tel. statt (dtsh/engl.)



Lieselotte Diem

Körperpsychotherapeutin
seit 25 Jahren
Charakteranalytische Vegetotherapeutin
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Meißnerstr. 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.

Gruppe I: mittwochs, Gruppe II: montags,
jeweils 18 - 21 Uhr

Einzelarbeit, Paar-Sexualtherapie, Vorträge...



S.E.Or Berlin

Europäische Schule für Orgontherapie
Körperpsychotherapiezentrum
Einzel- und Gruppentherapie
Fortbildung - Supervision

Barutherstr. 8
10961 Berlin
Tel. 030-84419824
info@seor-berlin.de
www.seor-berlin.de

- Einzel- und Gruppentherapie
- Fortbildung in tiefenpsychologisch orientierter
Körperpsychotherapie
- Paartherapie
- Sexualberatung

• Perinatale Psychologie:

- Wasserarbeit, Schwangerschaftsbegleitung
- Themenorientierte Vorträge, Filmseminare
- Beratungen: Erste Hilfe für...

...Eltern mit Babys in Krisensituationen
...Eltern mit Jugendlichen in Krisensituationen

Promotion



Haidrun Schäfer

Dernburgstr. 17
14057 Berlin

Tel. 030.321 90 19
e-mail: h.schaefer@berlin.de

Sprachbilder:

Sie haben der Welt etwas mitzuteilen
und ich finde die Formulierung.

Meine Fähigkeit besteht darin, komplexe Zusammenhänge verständlich darzustellen.

Langjährige Erfahrungen mit spirituellen Themen bilden eine solide Grundlage.

Sie liefern die Ideen – ich kleide sie in Worte.

Medium



Veronique Schmidtke

Spirituelle Lebensberatung

Privatsitzungen & Termine
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.

Zahnarztpraxis



Dipl.-Med. Angelika Schuschke

Ganzheitliche Zahnmedizin

Siegfriedstr. 204
10365 Berlin - Lichtenberg
Tel. 030.99 27 6700

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

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

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!

1.2. Samstag ☸

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

2.2. Sonntag ☸

15:00h Auf dem Weg zum wahren Glück. Die Sehnsucht nach Glück ist der stärkste Wunsch im Menschen. Neben Glücksmomenten und Phasen vorübergehenden Glücks, entsteht oft auch der Wunsch nach einem dauerhaften konstant bleibenden Glückszustand. Gibt es sowas überhaupt? (Gepäch). Int. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, 12055, Richardstr.66

3.2. Montag ☸

18:30-19:30h Meditieren lernen, 12 €, Schamanischer Heilraum, Kaiserdamm 21, T. 6120 1405, 0170/2159159, www.schamanischeHeilarbeit.de

4.2. Dienstag ☸

19:30h Introducción a la Enseñanza Universal en español. Segunda charla: Evolución: Materialización – Desmaterialización. Rosacruz Áurea – Intern. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Richardstraße 66, 12055 Berlin

5.2. Mittwoch ☸

19:00h Was heißt es „zu leben“? Heißt es ausschließlich arbeiten, Karriere machen, Familie gründen, Spass haben? Oder könnte noch etwas anderes in uns zur Verwirklichung drängen? Vortrag/Gespräch. Int. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Ort: Urania „Wilhelm Foerster“ e.V., Gutenbergstr. 71/72, 14467 Potsdam

19:30h Der Mensch - ein Mikrokosmos. Das menschliche Wesen besteht aus Lebensenergien verschiedener Abstufungen. Die Persönlichkeit ist Ausdrucksmittel des darin verborgenen Gottes. Vortrag mit Gespräch. Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, 12055, Richardstr. 66

6.2. Donnerstag ☸

19:30h Offener Erfahrungabend mit Frank Fiess oder Michaela Kuhn und Team; Haus Lebenskunst, Mehringdamm 32; 25298700

7.2. Freitag ☸

19:00h Vortrag: Chi Nei Tsang - Heilkunst, die durch den Bauch geht. Dozent: Hasso Wittbold-Müller, Beitrag: 10,- €, Tel: 030 - 813 10 40, www.wegdermitte.de

8.2. Samstag ☸

10:00-17:00h Gesundheit und innere Balance durch die 5 Elemente: Finden Sie Vertrauen, Entspannung, Stille und Lebenskraft im Wasser Element. Infos unter www.shiatsu-raum-berlin.de/seminare-in-berlin

10.2. Montag ☸

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

11.2. Dienstag ☸

19:15-21:45h Im Herzlicht des Tao, Heil- und Meditationsabend - Tel. 030/3699 1964 - Beitrag 12 Euro, www.heilerschule-berlin.de

19:30h Introducción a la Enseñanza Universal en español. Tercera charla: La Ley del Karma Rosacruz Áurea – Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Richardstraße 66, 12055 Berlin

12.2. Mittwoch ☸

19:00h Vortrag: Craniosacrale Behandlung von Kindern, Dozentin: Dr. Joelle Aimée Toulouse, Beitrag: € 10,-. Tel: 030 - 8131040, www.wegdermitte.de

19:00h Was heißt es „zu sterben“? Jeder Mensch muss einmal sterben. Doch was stirbt und wer oder was hat Angst zu sterben? Könnte nicht das „Sterben“ von Etwas, die „Geburt“ von etwas Neuem ermöglichen und das nicht nur einmal, sondern jeden Tag? Vortrag/Gespräch. Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Ort: Urania „Wilhelm Foerster“ e.V., Gutenbergstr. 71/72, 14467 Potsdam

19:30h Der Aquarius-Mensch auf dem Weg zur Geist-Seele. Strebt die Persönlichkeit nach dem eigenen Vorteil oder nach wahrer Spiritualität? Vortrag/Gespräch. Int. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, 12055, Richardstr. 66

13.2. Donnerstag ☸

18:00-19:30h Gesunder Rücken - Bewegliche Gelenke, 5-teiliger BenefitYoga-Kurs mit Sonja Klöwer, jeweils Do. 18 - 19.30 Uhr, Tel: 030 - 8131040, www.wegdermitte.de

19:00-21:00h Themenabend Räucherstoffe, Schamanischer Heilraum, Kaiserdamm 21, T. 6120 1405, 0170/2159159, www.schamanischeHeilarbeit.de

14.2. Freitag ☸

17:00-21:30h Aufstellungswerkstatt Schöneberg, Aufstellungen mit Susanne Weis u. Richard Groß, Crelestr. 22, Anmeldung 03012090901

15.2. Samstag ☸

17:00-19:30h Präsentation der Munay-Ki (Kraft der Liebe)-Übertragungsriten, in der Tradition der Inka-Schamanen. Leiter: Miruna und Radu Nagy (www.medicinasamanica.ro; www.spiritoftheinca.com) Am Samstag, 15.02.2014 in der Urban-Kapelle, 10967 Berlin, um 17h Eintritt: 10 / 8 Euro Kontakt: mirunapopovic@hotmail.com 01577-1912761

19:00h Chanting mit der Gruppe Swaramandala - Spirituelle Lieder alter Traditionen. Tel: 030-8131040, wegdermitte.de

17.2. Montag ☸

19:30h Das Geheimnis der Seele. Dieser Abend bietet die Möglichkeit, tief in das eigene Wesen einzutauchen und die Ahnung von etwas Unerschöpflichem zu erleben. Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, 12055, Richardstr. 66

RÖNTGENBLICK-METHODE
www.röntgenblick.com

18.2. Dienstag ☸

19:30h Introducción a la Enseñanza Universal en español. Cuarta charla: El proceso hacia el Hombre Alma Espiritu. Rosacruz Áurea – Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Richardstraße 66, 12055 Berlin

19.2. Mittwoch ☸

19:00h Was heißt es „wiedergeboren“ zu werden? Wird der Mensch als Persönlichkeit erneut auf der Erde inkarnieren? Oder ist er nicht doch wie alles Irdische vergänglich? Könnte es sein, dass der Mensch mehr ist als sein Körper und dieses „Mehr“ erweckt und damit wiedergeboren werden muss? Vortrag/Gespräch. Intern. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Ort: Urania „Wilhelm Foerster“ e.V., Gutenbergstr. 71/72, 14467 Potsdam

19:30h Filme im Gespräch. „Solar Revolution“ (2) von D. Broers (50 min. + Gespräch). Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, 12055, Richardstr. 66

20.2. Donnerstag ☸

19:30h Das Phänomen des Lichts – ein Abendworkshop „Heilsamer Spiritualität“, Beitrag 25, erm. 18 Euro, Tel. 030/3699 1964 www.heilerschule-berlin.de

22.2. Samstag ☸

10:00-19:00h Die Liebe in mir: Workshop mit Kristin Große in Wilmersdorf. Yoga, Meditation, Tönen & Tanz-entdecke deine Herzenergie und Lebensfreude. Kristin 0175/9031711 www.grosse-entspannung.de

11:00h-17:00h und 23.02.2014 Tage der offenen Tür der Samuel-Hahnemann-Schule: Heilpraktiker werden - Wunder voll Erlebensreiche Vorträge & Demonstrationen zur westlichen Naturheilkunde-Tag der Kentauren, Eintritt frei, offen für alle Interessierte. Programm: www.Samuel-Hahnemann-Schule.de, Mommensstr. 45/10629 Berlin

23.2. Sonntag ☸

19:00h Gitarrenkonzert mit Pablo Miró (Gitarre und Stimme). „Die Musik unserer Seele“, Eintritt: € 10,-, Karten unter Tel: 030 - 8131040, www.wegdermitte.de

24.2. Montag ☸

19:30h Du musst das Leben nicht verstehen,... Rainer Maria Rilke. Diese Lebensformel durchzieht das gesamte Werk des größten deutschsprachigen Lyrikers des 20. Jahrhunderts. Leseabend mit Gespräch. Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, 12055, Richardstr. 66

25.2. Dienstag ☸

19:30h Introducción a la Enseñanza Universal en español. Quinta charla: De la Fe a la Iluminación Rosacruz Áurea – Int. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Richardstr. 66, 12055 Bln

26.2. Mittwoch ☸

19:00h Was ist „Der Sinn des Lebens“? Etwas in uns drängt zur Verwirklichung. Etwas anderes löst sich auf, es stirbt. Etwas ursprüngliches kann sich entfalten und wird wieder-geboren. Der Sinn des Lebens wird klar erkennbar für alle, die im tiefsten Innern ihres Wesens danach suchen. Vortrag/Gespräch. Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Ort: Urania „Wilhelm Foerster“ e.V., Gutenbergstr. 71/72, 14467 Potsdam

19:30h AMORC - Die Rosenkreuzer, Die Städtegruppe Berlin lädt ein zum Thema „Rosenkreuzerische Meditation“. Vortrag mit Gespräch, Kurfürstenstraße 45, 12105 Berlin – Tempelhof, berlin@amorc.de, www.amorc.de

19:30h Die göttliche Alchemie. Durch reine geistige Kräfte kann die Verwandlung der irdischen in die unsterbliche Seele gelingen. Vortrag mit Gespräch. Intern. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, 12055, Richardstr. 66

28.2. Freitag ☞

17:00-21:30h Aufstellungswerkstatt Schöneberg, Aufstellungen mit Susanne Weis u. Richard Groß, Crellestr. 22, Anmeldung 03012090901

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

1.3. Samstag ☞☞

09:30h-17:00h 10. Naturheilkundetage in Kleinmachnow, Rathaus, Adolf-Grimme-Ring 10, Infostände & Kurzvorträge von Heilpraktikerinnen TherapeutenInnen, Selbsthilfegruppen, Beratungsstellen. Ein reger Austausch über alternative Therapieformen sowie Kontaktaufnahmen zu Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen sind ausdrücklich erwünscht. Eintritt frei, Organisationsteam „Naturheilkundetage Kleinmachnow“ in Kooperation mit AWO BV Potsdam e.V./KIS, T. 033203-8771251, www.kleinmachnow.de

REGELMÄSSIGE TERMINE dienstags

7:00-8:00h und freitags: Yoga für Aufgeweckte - ohne Vorkenntnisse - jederzeitiger Einstieg. Nutzen Sie in 2014 die Zeit vor der Arbeit, starten Sie mit Vinyoga körperlich fit und mental ausgeglichen in den Tag! Ufa-fabrik, Tempelhof, Viktoriast. 13; Tanzsaal 2/Neubeneingang; U6 Ullsteinstr., Ausgang Ordensmeisterstr./"Jobcenter"; Bus 170, www.lebenskunst-und-yoga.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

donnerstags

20:00-22:00h Systemische Aufstellungsarbeit, Offene Gruppe, Kosten für Aufsteller 20,- €, Kosten für Stellvertreter 10,- €. Telefonische Anmeldung erbeten. Praxis fürs WESENTLICHE, Käthe Finke, Düppelstr. 17, 14163 Berlin, T. 030-7931590, www.kaethe-finke.de

freitags

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

KLEINANZEIGEN

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

Ausbildung: ROMPC-Berater/ -Therapeut zur Bewält. v. Streß + Trauma! Insges. 6 WE-Module ab 14.3. Info: 030-94380986 o. www.u-loercher.de

Ausbildung: ROMPC-Traumapädagogik zur Streß- u. Traumabewält. bei Kids + Jug.! Start: 28.3., insgs. 6 WE-Module. Info: 0173-62700 oder 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. www.starkinstitute.com, T. 05855-978233

Familienaufstellung/Integrative Systemische Therapie - 2-jähr. Ausbildung: fundiert, professionell, Raum für persönliches Wachstum in achtungsvoller Atmosphäre begann November 2013, Einstieg noch möglich, in Berlin mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, Infobroschüre anfordern IFOSYS-Institut, Tel. 69 81 80 71, www.ifosys.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, 030-6980810, www.aquariana.de

Naturheilpraxis für 1 bis 3 Tage/Wo. zu vermieten. Ruhige Ausstrahlung, zentral gelegen in Schöneberg. Info: 47374671

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, ca. 28m² für einen Tag die Wo. zu vermieten, 100 Euro inkl./Monat, info@natur-praxisberlin.de

Vermiete gemütlichen 20-m2-Raum in Naturheilpraxis in Steglitz, Tel. 46 72 64 34

Vermiete in Berlin Mitte schöne helle Praxisräume je 25qm und Fortbildungsraum 36qm. Es gibt auch einen 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 stundenweise zu vermieten. 80m², hell, mit angenehm klaren Ambiente. 030-43734746

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

Hypnosetherapeut sucht Praxisraum in Berlin-Mitte. Gerne auch in Gemeinschaftspraxis bzw. geteilt. Tel. 0151.1220.0005

Reisen

Coaching & Urlaubsseminar, Nord-Ball, 28.06. bis 12.07.14 - Zurück zu meiner Mitte, www.coachreisen.de, 0176-92429428



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

Seminare

Für Frauen: Innere Kritikerin, Hochsensibilität, Lebensfreude, KBT, The Work of Byron Katie, Vergebung: Herzensöffnung und Heilung, Tibet. Heilyoga www.altenbuecken.de, T. 04251-7899

Im Kreis der Frauen – Beginn des neuen Frauentrainings mit Michaela Kuhn: 28.-30.03.; www.institut-lebenskunst.de: 25298700

Im Kreis der Männer – Beginn des neuen Männertrainings mit Frank Fiess: 14.-16.02.; www.institut-lebenskunst.de: 25298700

Oster-Special – Sexualität und Spiritualität: 29.03.-01.04.; Institut für Lebenskunst: 25298700

Seminarhäuser

Meeet: Inspirierende, flexible & schöne Räume für Coaching, Beratung, Workshops & Coworking in W'dorf, www.meeet.de

Workshops

Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten Di 8.4.2014, 20 Uhr, Seminar 9.-11.5.2014 mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 69 81 80 71, www.ifosys.de

Stressmanagement 29.+30.3.14, 10 Uhr. Achtsamkeit für den Umgang mit sich selbst. Erschöpfung vermeiden - Selbstwert stärken. System. Coach I. Frankowiak, T. 030/2313 6840, www.berufungsberatung-berlin.de

Astrologie

Astrologische Beratung und Schulung. Michael Backhaus. Tel. 030 - 21 99 61 31. Neuer Ausbildungskurs ab März 2014

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

Bachblütentherapie

Bachblüten kennen- und anwenden lernen. Wochenend-Seminar am 8./9. März. Elisabeth Adloff, Hp, T. 030.2821974

Beratung

Beratung + Coaching f. Hochsensible u. Hochbegabte m. Cordula Roemer. Kontakt: 0173-6270020, www.sensibel-beraten.de

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

Astrologie Zentrum-Berlin
Vorträge von 19.30-21.30h

THEMENABENDE:
Do, 13.2., Werner Held „Vaterthemen im Horoskop“ Unsere Beziehung zum Vater und ihre Belastungen.

Do, 27.2., Markus Jehle „Ich habe es satt“ Übergewicht im Horoskop.

SONNTAGS-SEMINAR:
So, 23.2., 11-16h, Markus Jehle, Die Deutung von Lilith/Priapus-Themen im Horoskop

VORTRAGS-CDS:
Jahresthemen 2014
Der Lilith-Jupiter-Zyklus
Priapus-Themen im Horoskop
www.mariusverlag.de
Tel. 03322-1286915

ASTROLOG. BERATUNG:
Tel. 030-785 84 59

ASTROLOGIE-WEITERBILDUNG:
Weiterbildung zum Astro-Coach / Berater
Wochenendausbildung für Einsteiger ab April 2014

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

Hochbegabt? Hochsensibel? Und nun? Beratung u. Coaching m. Cordula Roemer! Info: 0173-6270020 o. www.sensibel-beraten.de



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

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

Psychologische Beratung und Coa- ching bei Konflikten, Krisen, Stress/ Burnout, Selbstwertproblemen. Uta Herudek 61650887

Bewusstseinsarbeit

Licht Sinfoniker Berlin, schulen dein Bewusstsein und bringen dir Licht- bausteine der geistigen Welt http:// lichtsinfoniker.jimdo.com/

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

Buddhismus

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

Coaching

Unternehmens-/Organisationsbera- tung, Coaching, Dipl.-Kfm. und Psy- chotherapeut, T. 0152-31078275, spirit-and-money@web.de

Energetische Psychologie

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

Energie-/Heilarbeit

Geistiges Heilen in Form von En- ergie- und Cranio-Sakral-Behand- lungen kann wunschgemäß zu Entspannung/Energie-Balance eingesetzt werden, oder vermittelt KGS-Achtsamkeits-Training zu Hei- lung und Transformation verhelfen. Info & Termine bei Ina Zimmermann 0171/5259880

Lebe deine Kraft! Ganzheitliche Lebensberatung, Aura- und Chakrenarbeit, Reiki, Ferncoa- ching, EFT, Ayurvedamassagen. Caroline Schögl, Tel. 0176/ 74789238, www.ganzheitliche- heilarbeit.net/

(Familien-)Aufstellungen

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

Familienaufstellung u. Trauma- therapie - Vieles was hilft - Offe- ner Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten: Di 8.4.2014, 20 Uhr, Seminar: 9.- 11.5.2014 mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 69 81 80 71, www. ifosys.de

Familienaufstellungen, Se- minare, Einzelarbeit, Wei- terbildung Dr. Renate Wirth, Tel. 030 - 30 10 46 57, www. aufstellungstage.de

RUSSISCHE METHODEN
www.modernegesundheit.com

Systemische Aufstellungen mit Pferden als Stellvertreter und Work- shops nach Linda Kohanov www. pferdepraesenz.de

Heilpraxis

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

Individuelle meditative Hei- lszungen im Herzraum, See- lenheilung, Schattenlösung, neue Möglichkeiten, Dr. Christina Müller, 01716998491, anmeldung@creationxp.de, www.creationxp.de

Hochsensibilität

Beratung, Therapie, Infoabende, Achtsamkeitspraxis im Raum für Leichtigkeit, Gudrun Schultheiß, Hackerstr. 10, 12163 Berlin, Tel. 030/78892461, www. wasnunwastun.de



Wellness Wirbler®
Der Wasserverwirbler

Lassen Sie sich Ihr Leitungswasser schmecken!

Made in Germany
www.wellnesswirbler.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

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

Kinesiologie

Ausbildungen - für Selbsthilfe und professionelle Anwendung. 29. März: Der Aufbau einer kinesiolo- gischen Balance. Elisabeth Adloff, Hp, T. 030.2821974

Klangschalenmassage

Tiefenentspannung durch Klangschalenmassage ca.50 min Kennenlernangebot 35 EUR, Tel 0152 53826653; joern-schulz@gmx.de

Aktuelle Anzeigenpreise und Angebote finden Sie auf www.kgsberlin.de

Terminankündigungen und Kleinanzeigen können Sie dort auch einfach online schalten

Anzeigenschluss:
Kleinanzeigen 10.
Großanzeigen 13. des jeweiligen Vormonats

Massage

Sinnliche spirituelle Massage mit Tantraelementen von Massage-therapeutin. 1,5 Std. 80 €. Tel.: 0176/66603214 Madhu

Meditation

Klangmeditation u. Klangmassage. Info u. Anmeldung: Tabea Scheffler, 030 55958481, www.ich-bin-das-ich-bin.de

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.quantensights.de, T. 030-22495277

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, Fußreflexionenmassage, 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 64432

Selbsterfahrung

„Walking-in-your-shoes“: Sich selbst und andere verstehen. Die Alternative zur Familienaufstellung. Kurse und Ausbildung. Tel. 0511.2110513, www.WYs.de

Service

Wir pilgern für Sie und unsere Projekte! Info: http://wirpilgernfuersie.wordpress.com/ oder sisysphogesellschaft@gmx.de

Singen

Das offene Herz in der Stimme - Licht deiner Seele, Ferien-Retreat in Italien, Marken, 31. Mai bis 7. Juni 2014, www.fluegel-der-stimme.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

Tanze mit mir in die Lebensfreude! Kurse und Workshops mit Freiem Tanzen, Meditation & Entspannung in Pan-kow und Hohen Neuendorf. Tel. 03301-508059, www.lebenstanz.net

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

Tierkommunikation

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

Seelengeflüster - intuitive Kommunikation mit Tieren und Pflanzen. Beginn 18.3. Näheres unter www.aruna-siewert.de oder T. 3195 12 95, www.aruna-siewert.de/seelengefluester.html

Tk. seit 2002 in Praxis & Mobil; Tk-Kurse; Infoabend: 4.2.! Iljana Planke 0331-7046600, www.Mit-Tieren-kommunizieren.de

Traumatherapie

Praxis für Traumatherapie und Krisenbewältigung, PrenzlBg/Charlottenbg, Tel. 030-367 28 537, www.traumaheilung-berlin.de

Yoga

Yoga für Aufgeweckte - ohne Vorkenntnisse - jederzeitiger Einstieg. Jeden Di. und Fr. v. 7:00-8:00 Uhr, Nutzen Sie in 2014 die Zeit vor der Arbeit, starten Sie mit Viniyoga körperlich fit und mental ausgeglichen in den Tag! Ufa-fabrik, Tempelhof, Viktoriastr. 13; Tanzsaal 2/Neubeneingang; U6 Ullsteinstr., Ausgang Ordensmeisterstr./"Jobcenter"; Bus 170, www.lebenskunst-und-yoga.de

GONGSCHLAG! KRÜGER! WAS FÜR EIN GENIALES



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

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.



www.simon-leutner.de

Lichtgitter- Energiearbeit mit **Damien Wynne**



Gruppenklärung **Mi, 12. Feb.**

18.30 - 22.30 Uhr
Preis: 33,- €

Ausbildung **13. - 16. Feb.**

Preis: 440,- €

Mo, 17. Feb.

20 - 22 Uhr
Spezial-Abend unterm
Sternenhimmel des

Planetarium

Preis: 33,- €, Munster-
damm 90, 12169 Berlin

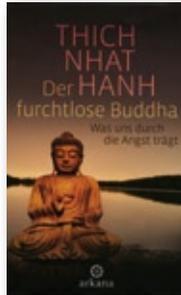
damien-wynne.de



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

Der furchtlose Buddha

Wir alle kennen das Gefühl der Angst. Die Vergangenheit belastet uns, die Zukunft fürchten wir, ebenso Krankheit, Alter und Tod oder den Verlust von Menschen, die uns wichtig sind. Der Zenmeister und buddhistische Mönch Thich Nhat Hanh beschreibt,



wie wir unsere Ängste loslassen und damit zugleich im Hier und Jetzt ankommen können. Es ist die Achtsamkeit, die uns durch die Angst trägt. Zahlreiche Achtsamkeits- und Atemübungen, eine Anleitung zur Tiefenentspannung und zur Metta-Meditation ermöglichen es, sich selbst auf den Weg zu begeben.

Thich Nhat Hanh: Der furchtlose Buddha – Was uns durch die Angst trägt, Arkana, München, 2013, 215 Seiten, 18,99 Euro

Buddhistische Lebensschule

Der Psychotherapeut und praktizierende Buddhist Matthias Ennenbach überträgt mit seiner Methode des „B-Prinzips“ die buddhistische Lehre



auf die westliche Lebenswirklichkeit. Schrittweise entsteht ein neues Verständnis des Buddhismus, das mit praktischen Übungen umgesetzt

werden kann. „Die meisten Menschen, die diese Übung machen, werden feststellen, wie stark unsere Gedanken unseren Körper zu verändern vermögen. Wenn sich unser Bewusstsein oder unser Geist bewegt, folgt der Körper. Das, was wir denken, hat also körperliche Konsequenzen.“

Matthias Ennenbach: Buddhistische Lebenskunst, Lotos, München, 2013, 304 Seiten, 17,99 Euro

Magische Heilkunst

Claire hat in jahrelanger Recherche das geheime Wissen der weisen Frauen, Heiler und Kräuterkundigen



gesammelt. Sie zeigt, wie man die überlieferten Genesungsformeln und Segenssprüche, bewährte Heilpflanzen und magische Steine für sich selbst, aber auch zum Wohle anderer einsetzen kann. Eine Spurensuche nach den verborgenen Wurzeln europäischer Heilkunde – mit zahlreichen Rezepturen für Heilanwendungen, die die Selbstheilungskräfte anregen.

Claire: Magische Heilkunst, Ansata, München, 2013, 271 Seiten, 17,99 Euro

Nachrufe auf das eigene Leben

Wir wissen, wie große Philosophen, Dichter und Denker starben. Sie haben der Nachwelt oft detailliert hinterlassen, was sie empfanden, was sie bewegte in ihren letzten Stunden. Aber was denkt die Verkäuferin im Supermarkt, was der Kfz-Mechaniker, was die Gemeinde-Mitarbeiterin von nebenan? Wie betrachten ganz normale Menschen ihr Leben im Rückblick, wenn sie wissen, dass ihnen nicht mehr viel Zeit bleibt? Die ehrenamtliche Sterbe-

begleiterin Christiane zu Salm hat sie gefragt und die daraus entstandenen persönlichen Nachrufe in diesem Buch

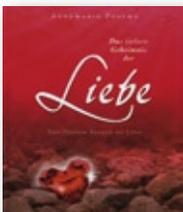


gesammelt. Dabei herausgekommen ist ein Zeugnis von ergreifender Echtheit: kein Buch über das Sterben, sondern über das Leben.

Christiane zu Salm: Dieser Mensch war ich, Goldmann, München, 2013, 253 Seiten, 17,99 Euro

Die Schatten annehmen

Liebe fällt nicht einfach so vom Himmel und auch nach dem ersten Kuss leben Sie nicht glücklich bis an Ihr Lebensende mit einem Märchenprin-



zen. Liebe bedeutet laut Annemarie Postma innere Hausarbeit. Der Weg zum wahren Partner beginnt mit der eigenen spirituellen Entwicklung und die geht über den Weg der Selbsterkenntnis und über den Bewusstwerdungsprozess der eigenen Schattenseiten. Das erfordert den Mut, sich für das Unbekannte zu öffnen und zu akzeptieren, dass es etwas zu lernen gibt. Es geht darum zu erkennen, welches „Trauma“ das eigene Leben beherrscht und verhindert, sich erfüllt und glücklich zu fühlen.

Annemarie Postma: Das tiefere Geheimnis der Liebe, Neue Erde, Saarbrücken, 2013, 142 Seiten

Heile die Wunden

Die Psychologin und internationale Bestsellerautorin Lise Bourbeau macht deutlich, dass alle Probleme auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene auf fünf Seelenwunden zurückgehen: Ablehnung,



Verlassenwerden, Demütigung, Vertrauensbruch und Ungerechtigkeit. Mithilfe der präzisen Beschreibung dieser Wunden und der Masken, die wir entwickelt haben, um die Wunden vor uns und der Welt zu verbergen, können wir unsere Masken akzeptieren und Schuldgefühle, Scham und Angst in Engliebe verwandeln.

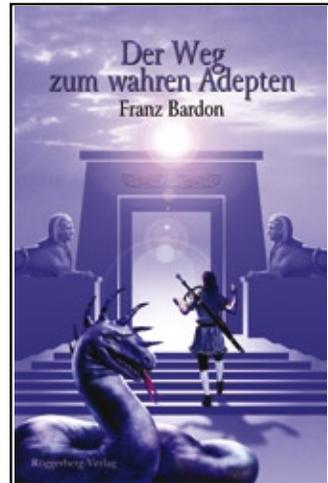
Lise Bourbeau, Heile die Wunden Deiner Seele, Mit der Weisheit des Körpers tiefe emotionale Verletzungen heilen, Taschenbuch, 176 Seiten, 12,95 Euro, ISBN 978-3-86410-060-4, Windpferd Verlagsgesellschaft, Auflage 2013, weitere Infos zur Arbeit der Autorin auf www.ecoutetoncorps.com

Glück & Leiden

In diesem Vortrag spricht OM C. Parkin über Leiden und wahres Glück und versucht, „einen Einblick zu geben in das Verständnis menschlichen Leidens, welches die Weisheitslehre



vermittelt, was möglicherweise dem Leidensverständnis der Masse gegenübersteht und diesem Verständnis sogar widerspricht. Aus der Sicht der



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

Rüggerberg-Verlag

T./Fax: 0202-592811

www.verlag-dr.de

Weisheitslehre ist jedes Streben nach Glück eigentlich eine Illusion. Glück ist aus diesem Verständnis vielmehr das, was übrig bleibt, wenn jeder Verschleierung des menschlichen Geistes beiseite genommen wurde, so dass ein natürlicher Zustand erreicht ist, der in Wahrheit in jedem Menschen bereits verwirklicht ist, nur eben verschleiert."

OM C. Parkin: Glück & Leiden, Buch mit CD, advaita media, Saunstorf, 2013, 84 Seiten

Advaita Vedanta

Advaita Vedanta ist der höchste Erkenntnisweg des Hinduismus, der Philosophie der Nicht-Dualität. Mit dem Segen seines Meisters Raphael lehrt Elios seit Ende der 1990er Jahre



den überlieferten Advaita Vedanta, wie er von Adi Shankaracharya im 8./9. Jahrhundert systematisiert wurde. Dabei steht vor allem der einzelne Mensch in seiner modernen Lebenspraxis im Vordergrund der Betrachtung. Das Werk macht deutlich, dass niemand seinen vertrauten Lebensbereich verlassen muss, um spirituell zu wachsen, sondern dass gerade der Alltag wunderbare Gelegenheiten dafür bietet.

Elios: Universale Freiheit – Advaita Vedanta in der Lebenspraxis des 21. Jahrhunderts, J. Kamphausen, Bielefeld, 2012, 180 Seiten, 19,95 Euro

Sonnenyoga

Das direkte Schauen in die Sonne, auch „Sonnenyoga“ genannt, war in alten Kulturen als eine der bedeutendsten Formen der Meditation

hoch angesehen. Im Taoismus wird der Sonnenyoga als ein wesentlicher Katalysator für das Erreichen des Goldenen Drachenkörpers betrachtet, einer fundamentalen Transformation der Zellen, die den physischen Körper zu einem nahezu vollkommenen Gefäß für das unbegrenzte Tao machen soll. In der ägyptischen Mystik war diese Form des Yoga in der Schule des

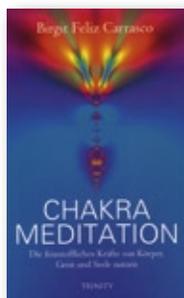


Anubis bekannt, die ebenfalls eine tiefe zelluläre Transformation Hand in Hand mit dem Erwachen des reinen Bewusstseins als Höhepunkt menschlicher Entwicklung anstrebte.

Christian Dittrich-Opitz: Das Tao der Sonnenkraft, Hans-Nietsch-Verlag, Emmendingen, 2013, 133 Seiten, 14,90 Euro

Chakra Meditation

Chakra-Arbeit und Meditation – zwei bewährte Techniken, kombiniert in einer griffigen Methode, die sowohl



Einsteigern wie Fortgeschrittenen neue und interessante Möglichkeiten bietet. Anschaulich und verständlich geschrieben, sofort und ohne Vorwissen umzusetzen.

Birgit Feliz Carrasco: Chakra Meditation, Trinity, München, 2013, 186 Seiten

Meditieren gegen Stress

Dr. Heinrich Klaus macht in diesem Buch Lust aufs Meditieren und stellt Techniken vor, die ohne Vorkenntnisse einfach und schnell umsetzbar



sind. Ob zu Hause, unterwegs oder im Büro – meditieren geht überall. Und wer es einmal in seinen Lebensrhythmus integriert hat, der ist entspannter, zufriedener und kreativer. Meditation macht den Kopf frei für neue Ideen und dafür reichen oft auch schon wenige Minuten.

Dr. med. Heinrich Klaus: Meditieren für Vielbeschäftigte, mit Audio-CD, südwest, München, 2013, 96 Seiten, 16,99 Euro

Übungsheft Achtsamkeit

Achtsamkeit ist eine Art, mit sich selbst und der Welt in Beziehung zu treten, die man trainieren kann und die Übung erfordert. Die kleinen Übungshefte



vom Trinity-Verlag führen in verschiedene Themengebiete ein und sind mit vielen Tests und Übungen versehen.

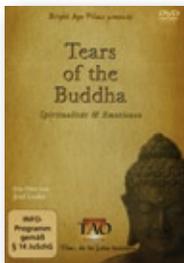
Ilios Kotsou: Das kleine Übungsheft Achtsamkeit, Trinity, München, 2013, 63 Seiten

DVD

Tears of the Buddha

Sind Emotionen ein Hindernis für das spirituelle Wachstum? Gibt es Emotionen, die spiritueller sind als andere?

Wie kann man auf der spirituellen Suche mit Emotionen umgehen? Der Dokumentarfilm "Tears of the Buddha" wirft einen klaren Blick auf die Bedeutung menschlicher Emotionen



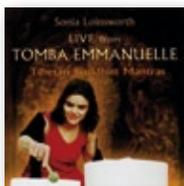
für ein spirituelles Leben. Interviews mit modernen spirituellen Lehrern zeigen, wie dieses wichtige Thema, das so lange übersehen wurde, in den verschiedenen Lehren behandelt wird. Als langjähriger Meditierender machte der Regisseur Joel Lesko diesen Film, um herauszufinden, wie sich verschiedene spirituelle Lehren auf das tägliche Leben auswirken.

Tears of the Buddha, Spiritualität und Gefühle, DVD, J. Kamphausen Verlag

CD

Tibetische Mantras

Sonia Loinsworth nutzt seit langem die überwältigende Akustik des Mausoleums Tomba Emmanuelle in Oslo für ihre Konzerte. Bei den Aufnahmen für dieses Album begleitet sie ihren Gesang tibetischer Mantras kunstvoll mit schwebenden Klängen dreier kontinuierlich schwingender Quarzkristallklangschaalen. Unterstützt von dem einzigartigen Klangambiente des Mausoleums erfährt der Hörer einen Zustand von tiefer Kontemplation und Stille.



Loinsworth, Sonia, live from Tomba Emmanuelle - Tibetan Buddhist Mantras, CD, Sonica Music 2012

Loinsworth, Sonia, live from Tomba Emmanuelle - Tibetan Buddhist Mantras, CD, Sonica Music 2012





Dr. Renate Wirth
Systemische Therapeutin

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

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, Paarthermen, Gesundheit, Beruf, Erfolg, Geld u.a. als Familienaufstellung, Symptom-aufstellung, Organisations- und Struktur-aufstellung.

Beginn: 21. 03. 2014
8 Wochenenden im Block 2.975 €, kostentl. 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
Proaxis 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



foodwatch

die essensretter

Gesundes und sauberes Essen? - Fehlzanzeige. Falsche Werbeversprechen täuschen auch verantwortungsbewusste Eltern. foodwatch deckt auf, was Kindern und Eltern von der Industrie vorgegaukelt wird.



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

Informieren Sie sich auf www.foodwatch.de
Unterstützen auch Sie foodwatch als Fördermitglied.

Astrologie

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

Astrologin Maria Ritter, Termine (10-20h) n. Absprache unter, T: 030.8226449, M: 0177.3322656, 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, 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

Buchhandlung

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

Berliner Bücherhimmel, Motzstraße 57, 10777 Berlin, 030-21912695, 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

Praxis Lebenskunst: Coaching, Bodywork, Massage, Düppelstr. 17, 14163 B-Zehlendorf, 030-20896738 www.praxislebenskunst.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

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

Kines. Ausbildung, berufsbegleitend in Modulen, mit C.Wolfes, Tel: 030-78705040 www.kinesiologie.net

Natur-/Gesundheitsprodukte

Vitalkontor Produkte zur Steigerung der Lebensfreude, Samariterstr. 38, 10247 Berlin, Tel. 544 88 592, info@vitalkontor.net

Wasserkontor.de: Analysen Filter Wirbler Karaffen Flaschen Urseifen Salze EM; Bötzowstr.29, 44737670

Therapie

Hypnose & Hypnotherapie, Psychotherapie & Coaching, Stimm-u-Atemtherapie, Gesangsunterricht Info: http://friederike-brueck.culturebase.org/0163/4816484

Yoga

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

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

Yoga im Fluss der Bewegung, im Fluss des Lebens Yogaferien/Workshop www.flowyoga-beateucuson.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
März-Ausgabe:
Redaktionsschluss: 10.02.2014
Kleinanzeigen: 10.02.2014
Anzeigenschluss: 13.02.2014

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.

© 2014, Körper Geist Seele Verlag
Es gelten unsere Geschäftsbedingungen und Anzeigenpreise laut Preisliste von 01/2014.



DHARMA BUCHLADEN

Akazienstraße 17 • Berlin-Schöneberg



wir laden herzlich ein, zu unseren Veranstaltungen im Buchladen:

Mittwoch
12. Februar 2014
um 20h

Vortrag Dr. Henrik Jäger:
Die philosophischen Quellen
des Taijiquan und des Qigong
Meditationen zu den Grundgedanken des Laozi

Mittwoch
19. Februar 2014
um 20h

Vortrag und Buchvorstellung:
Prof. Dr. Barbara von Meibom:
Deutschlands Chance - Mit dem
Schatten versöhnen.
Unsere Mütter, unsere Väter und unsere Verantwortung
- ein Thema, das Deutschland nach wie vor bewegt.

Veranstaltungsort und Vorverkauf: Dharma Buchladen, Mo - Fr 10 - 18h, Sa 10 - 16h
Eintritt: 7€, begrenzte Platzzahl. Tel 030-784 50 80. www.dharma-buchladen.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)

ESOTERIK

Tage 2014

BERLIN's Bewusstseinsmesse für Spiritualität & sanfte Medizin
mit Verkauf & Vorträgen zu

- ganzheitlichen Therapien
- Spiritualität
- Wohlbefinden
- Wellness
- Schönheit
- Ernährung
- Seminaren & Fortbildungen



mit über **70** Vorträgen

u.a.....



... mit der
bekanntesten
Klopftherapeutin
REGINA FRANKE



... und dem
bekanntesten Autor
& Seminarleiter
KEITH SHERWOOD

7. - 9. Feb.

AVZ-Logenhaus

Emser Str. 12-13; U3 / U7 "Fehrbelliner Platz"

10719 BERLIN-Wilmersdorf

www.esoterikmesse.de



Fr.:14-19h, Sa.:11-19h, So.:11-18 Uhr; Eintritt: 10 € / erm.: 8 € / Kinder bis 14 J. frei
ESO-TEAM GmbH, Verdistr. 7, 81247 München, Tel: 089-8144022, info@eso-team.de