



KÖRPER GEIST SEELE
KGS
BERLIN

Gesundheit, Lebenshilfe und Inspiration – www.kgsberlin.de



Innere Schätze

4
2014

KGS
seit
1994

Michael Roads
Gesundheit beginnt
im Innern und strahlt
nach Außen.

Julia Wegehaupt
Entfaltung unserer
kreativen Potenziale
ist überlebenswichtig.

Stefan Datt
Das Erkennen des
inneren Selbst ist
das Ziel des Yoga.

Jochen Meyer
Wir sind nur Übende.
Wollen Sie perfekt
sein oder glücklich?

Energie-Monolithe

Silizium - Yang-Energie



Individuelle
Einzelstücke



Angebot freibleibend, Einzelstücke.

Energie- und
Konzentrations-
speicher



Inspiration
Kreativität

nur im April

Rosaquarz, Aventurin=
Yin-Ausgleich



DER KRYSTALL-LADEN

Klaus Lenz GmbH

Wilmsdorfer Straße 79 * 10629 Berlin-Charlottenburg

Mo - Sa 11-19 Uhr * Tel.: 313 87 93

04 kurz&bunt

09 highlights

Thema Innere Schätze

14 **Innere Schätze** von Wolf Schneider

16 **Gesundheit beginnt im Innern**
von Michael Roads

18 **Archetypen-Aufstellungen**
Keine einfache Sache - findet Peter Orban

20 **Lebensaufgabe: glücklich sein**
von Ura Julia Wegehaupt

22 **Die Kunst des Yoga** von Stefan Datt

24 **Yoga - Ein Geschenk für Geist und Körper**
von Anna Trökes

27 **Huna & Ho'oponopono** von Angela Simon

28 **Advaita, Kunst und das Theater**
von Leon d'Avigdor

30 **Wir sind nur Übende** Jochen Meyer fragt:
Wollen Sie perfekt sein oder glücklich?

32 **Körper-Spiegel-System** Viola Schöpe
über eine Heiltechnik von Martin Brofman

33 **Die Zitrone - Citrus medica** Mit Heilpflanzen
durch das Jahr - von Cornelia Titzmann

34 **Phosphor** Teil fünfzehn von Andreas Krügers
Serie über Homöopathie und Biografiearbeit

36 **Höhle und Kosmos** Katja Neumann über
das neue Schamanismus-Buch von
Michael Harner

58 **Lesen & Hören**

Infobeiträge auf den Seiten 13, 38-39, 63

Coverfoto: © Nikita Buida - Fotolia.com

Regelmäßige Rubriken

Astro-Service 40

Kalender 42

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



5 Freikarten zu gewinnen

für den Gesundheitskongress

„Spirit of Health 2014“

mit namhaften Referenten aus
Forschung und Praxis der alternativen
Medizin zum Schwerpunktthema MMS.

Wann? Am 26./27. April

Wo? Im Kuppelsaal HCC Hannover

Kongress-Infos auf Seite 7

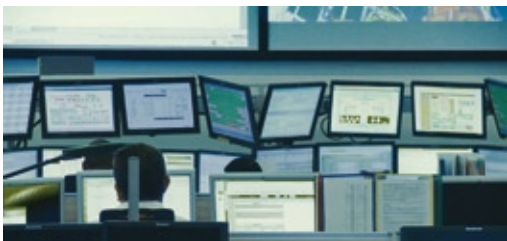
Verlosung auf www.kgsberlin.de



FILM: MITTSOMMERNACHTSTANGO

Leidenschaft, Gefühl und Sehnsucht – der Tango verbindet Generationen von heißblütigen Tänzern und Musikern. Nicht nur in Argentinien und Uruguay, sondern auch in Finnland. Dem Land der Saunen, Seen und schweigsamen Menschen. Und der Heimat des Tangos, behauptet zumindest der berühmte finnische Regisseur Aki Kaurismäki. In dieser Doku begleitet Regisseurin Viviane Blumenschein die drei argentinischen Tango-Musiker Chino Laborde, Diego Kvitko und Pablo Greco auf ihrem Road Trip durch Finnland, auf der Suche nach den wahren Ursprüngen des Tangos. Während sie fahrbaren Ein-Mann-Saunen, endlosen Wäldern und vollen Tango-Tanzböden begegnen, entdecken die Musiker in lauen Mittsommernächten den Charme der finnischen Tango-Interpretation. Auf ihrer Reise treffen sie die finnischen Größen des Tangos, von Reijo Taipale, Sanna Pietiäinen bis M. A. Numminen und lassen ihre Skepsis beim gemeinsamen Musizieren mehr und mehr verfliegen. Der Film ist eine humorvolle Hommage an den Tango, mit liebevollem Blick auf die Sprache der Musik, deren Melancholie unabhängig von Kultur und Herkunft verbindet.

Mittsommernachtstango, ein Film von Viviane Blumenschein, Doku, Finnland, 2012, seit 15.03.2014 in den Berliner Kinos



DOKU: SPEED

Wir sparen ständig Zeit. Trotzdem haben wir am Ende immer weniger davon. Warum eigentlich? Im Takt der elektronischen Kommunikationsmittel hetzen wir von einem Termin zum anderen. Doch für die wirklich wichtigen Dinge wie Freunde, Familie scheint die Zeit nicht mehr zu reichen. Wer oder was treibt diese Be-

schleunigung eigentlich an? Ist sie ein gesellschaftliches Phänomen oder liegt alles nur am mangelhaften Zeitmanagement des Einzelnen? In seinem Kinodokumentarfilm begibt sich der Filmemacher und Autor Florian Opitz auf die Suche nach der verlorenen Zeit. Wo ist nur die Zeit geblieben, die wir mühsam mit all den neuen Technologien und Effizienzmodellen eingespart haben? Opitz begegnet Menschen, die die Beschleunigung vorantreiben und solche, die sich trauen, Alternativen zur allgegenwärtigen Rastlosigkeit zu leben. Er befragt Zeitmanagement-Experten, Therapeuten und Wissenschaftler nach Ursachen und Auswirkungen der chronischen Zeitnot. Er trifft Unternehmensberater und Akteure, die im internationalen Finanzmarkt aktiv sind, die an der Zeitschraube drehen. Und er lernt Menschen kennen, die aus ihrem ganz privaten Hamsterrad ausgestiegen sind und solche, die nach gesellschaftlichen Alternativen suchen. Auf seiner Suche entdeckt er: Ein anderes Tempo ist möglich, wir müssen es nur wollen.

Speed – Auf der Suche nach der verlorenen Zeit, Regie: Florian Opitz, lighthouse Home Entertainment, DVD, USA 2012, seit Mitte März im Handel



FILM: DIE POETIN

New York, Anfang der 50er Jahre: Elizabeth Bishop steckt in einer kreativen Krise. Auf Ratschlag ihres Freundes und Mentors Robert Lowell begibt sich die Poetin auf eine Reise nach Brasilien. Von ihrer Studienkollegin Mary Morse wird sie eingeladen, in der wunderschönen Villa von Marys Lebensgefährtin, der Architektin Lota de Macedo Soares, außerhalb von Rio zu wohnen. Zunächst kann Lota ihrem Gast nicht viel abgewinnen, doch bald fühlen sich die Frauen zueinander hingezogen. Als sie sich ihre gegenseitige Liebe eingestehen, kommt es zum Streit mit Mary. Lota überredet Elizabeth zu bleiben, obwohl die Spannungen zwischen den drei Frauen immer unerträglicher werden. Nachdem Lota die Gestaltung des weltberühmten Flamengo-Parks in Rio übernimmt und Elizabeth inspiriert durch ihr neues Leben wieder schreibt und mehrfach prämiert wird, droht ein Militärputsch das Leben der Frauen endgültig zu verändern.

Die Poetin, Regie: Bruno Barreto mit Miranda Otto, Treat Williams, Trace Middendorff, Glória Pires u.a., Liebesdrama, Brasilien 2012, 120 min., ab 15.4. in den Berliner Kinos



FILM: DER IMKER

Der Dokumentarfilmer Mano Khalil zeichnet die Lebensgeschichte des kurdischen Imkers Ibrahim Gezer nach. Honig war in seiner Kindheit eine Seltenheit, dennoch war er von dessen Herstellung und den Bienen schon immer fasziniert und bat seinen Großvater, ihm Bienen zu kaufen. In der Folge lernte er alles über sie und die Honigherstellung. Diesen Weg verfolgte er konsequent weiter. Mit seinem Bienenvolk hatte er später eine gute Grundlage, um seiner Familie ein gutes Auskommen zu sichern. Doch dann veränderte der türkisch-kurdische Krieg alles. Ibrahim wurde von seiner Familie getrennt und weiß bis heute nicht so recht, wo vor allem seine Kinder leben. Seine Imkerei wurde von türkischen Soldaten zerstört und am Ende musste Gezer gar flüchten. Er fand in der Schweiz eine neue Heimat und versuchte, auch dort seiner Leidenschaft für Bienen und die Honiggewinnung nachzugehen.

Der Imker, Die unglaubliche Geschichte von Ibrahim Gezer, Regie: Mano Khalil, Filmdoku CH 2012, 112 min., seit Anfang Februar in den Kinos

BÜCHERHIMMEL LESEFESTIVAL



Zum diesjährigen Berliner Bücherhimmel Lesefestival kommen am 4. und 5. April 2014 die bekannte Autorin und psychologische und spirituelle Beraterin Susanne Hühn und der Schamane und Trommelbauer Mike Köhler an den Viktoria-Luise-Platz in Berlin-Schöneberg.

Das Lesefestival beginnt am Freitagabend um 19.30 Uhr mit einer Lesung von Susanne Hühn.

Sie liest für Frauen und Männer

aus ihrem sehr humorvollen und zugleich tiefgründigen Roman „Fremdvögeln geht gar nicht“. Ein Training für die Lachmuskeln. Aus dem Programm: „Am Samstag wollen wir uns mit dem Thema Glück befassen. Es gibt interessante Kurzvorträge von Susanne Hühn mit anschließenden Gesprächen zu den Themen: Der kleine Glückskurs (15 Uhr), Der neue Kurs im Loslassen (16 Uhr), Raus aus der Perfektionismusfalle (17 Uhr) sowie

Ein Kurs in Selbstliebe (18 Uhr). Am Samstagabend um 20 Uhr können Sie mit Susanne Hühn und Mike Köhler auf eine Schamanische Reise zum Glück gehen. Sie werden eine geführte und mit Trommeln begleitete Meditation zu Ihren Kraftquellen erleben.“

Bücherhimmel Lesefestival, Eintritt pro Vortrag 6 €, Festivalticket: 30 €, Berliner Bücherhimmel, Motzstraße 57 (Nähe Viktoria-Luise-Platz), 10777 Berlin, Tel.: 030 – 21912695, das ausführliche Programm auf www.berliner-buecherhimmel.de

DOKU: BIENEN

Weltweit verschwinden Honigbienen auf mysteriöse Weise, sie lösen sich förmlich in Luft auf in ihren Bienenstöcken. Dieses Phänomen, bekannt als „Colony Collapse Disorder“, hat die Imker in eine tiefe Krise gestürzt. Und damit die Branche, die verantwortlich ist für die Produktion von Äpfeln, Brokkoli, Wassermelonen, Zwiebeln, Kirschen und hunderten anderen Frucht-



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.

Preis p.P. Zimmertyp Wasser für 3 ÜN/ HP: € 284 im DZ € 344 im EZ für 5 ÜN/ HP: € 429 im DZ € 529 im EZ in der Zeit vom 04.-28.05. und 09.-27.06.14 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 Stacheln genießen



und Gemüsesorten. Die Dokumentation folgt den kommerziell ausgerichteten Imkern David Hackenberg und Dave Mendes, die sich bemühen, ihre Bienen gesund zu halten und gleichzeitig ihre Bestäubungs-Verträge zu erfüllen. Der Film begleitet die beiden Freunde auf Reisen bis über den Pazifik bei der Suche nach einer Lösung, um ihre Bienen langfristig zu schützen. Diese spannende Dokumentation war auf zahlreichen Festivals im Wettbewerb zu sehen.

Bienen - Himmelsvolk in Gefahr, (Vanishing of the Bees), Regie: George Langworthy und Maryam Henein, Doku USA, 2010, 55 min., ab 03. April 2014 neu auf DVD



HILDEGARD VON BINGEN – FESTIVAL

Hildegard von Bingen kann sicherlich als Universalgenie ihrer Epoche bezeichnet werden – als Äbtissin, Mystikerin, Naturforscherin, Ärztin, Philosophin, Architektin, Künstlerin und Musikerin hinterließ sie ein reiches Erbe. Das Festival bietet, eingebettet in die eindrucksvolle Atmosphäre des Klosters Chorin, einen lebendigen modernen Zugang zu dem naturheilkundlichen Anliegen und dem künstlerischen Ausdruck dieser visionären Frau des Mittelalters.

Veranstaltungsthemen sind ihr Leben, ihre umfassende Pflanzenheilkunde, ihre therapeutisch sehr erfolgreiche Ernährungslehre sowie ihre Ansätze für eine achtsame und freudvolle Lebensführung. Ein Kapellenkonzert am Samstag Abend mit ihren Kompositionen rundet das umfangreiche Programm ab.

2. Hildegard von Bingen-Festival, 9. bis 11. Mai 2014 im herrlichen Ensemble des Klosters Chorin in Chorin, Kontakt: Naturheilzentrum Lebensweise, Nicola Cordes, Telefon: 030 / 64 09 25 95, info@zentrum-lebensweise.de, www.zentrum-lebensweise.de

ESOTERIK-KABARETT: HUMOR ALS LÖSUNGSMITTEL

»Das ist mir heilig, darüber lacht man nicht!« Sowas gibt's bei Wolf (Sugata) Schneider nicht, diesem Urgestein der deutschen Spiri-Szenen, Ex-buddh.-Mönch, Osho-San-nyasin und Zeitschriftenmacher (seit 29 Jahren!). Jetzt schlägt er zurück und nimmt alle die auf die Schippe, die mehr als 30 Jahre lang versucht haben, ihm das Ego auszutreiben und seine Kundalini ins siebte Chakra hochzupushen.



Wolf Schneider, Vortrag, Impro-Theater + Gurusketch, 2. April 2014, 20 h im Galli-Theater Berlin-Mitte. Eintritt 9/12€. Wolf Schneider, »Alles ist eins«, Esoterik-Kabarett, 21. Mai im Galli-Theater Berlin-Mitte. Eintritt 12/18€, Kartenvorbestellg.: berlin@galli.de oder 030-275 969 71

VORTRAG: BIOGRAPHIE-ARBEIT

Wie der spanische Dichter Antonio Machado (1875-1939) so treffend sagt – ein Weg entsteht, in dem man ihn geht. So sind auch unsere Lebenswege alle ganz individuell, jeder Mensch muss seinen Weg ganz neu finden. Die Biographie-Arbeit nimmt diesen individuellen Lebensweg in allen seinen Facetten in den Blick und versucht, Überblick und Orientierung zu geben. Dabei wird mit verschiedenen Aspekten gearbeitet, beispielsweise werden die einzelnen „Jahresiehte“ als Lebensabschnitte besonders betrachtet und auch der so genannte „Mondknoten“ spielt eine Rolle. Der Vortrag wird eine Einführung in die Elemente der Biographie-Arbeit geben und ihre Möglichkeiten für eine selbstbestimmte Lebensgestaltung und lebendige Zivilgesellschaft ausleuchten.

Hernán Silva-Santisteban Larco ist Deutsch-Peruaner. Er studierte Philosophie, Theologie und Pädagogik in Perú, Argentinien und Chile. Er war jahrelang Hochschullehrer für Philosophie in Lima und Lehrer in indigenen Bauerngemeinschaften in den Zentral-Anden und dem Amazonasgebiet in Peru nach der Methode von Paulo Freire.

Hernán Silva-Santisteban Larco, Erfahrungen mit der Biographie-Arbeit, Vortrag, Freitag, 11. April, 20.00 Uhr, Karl Ballmer Saal im SinneWerk, Liegnitzer Straße 15, 2. HH, 10999 Berlin, weitere Infos auf www.biografieberatung-hernan-silva.de





WELTMUSIK-KONZERT: SISTANAGILA

Aufgrund der aktuellen politischen Spannungen haben sich in Berlin lebende israelische und iranische Musiker zusammengetan, um durch die Universalsprache Musik den Dialog zu suchen. Durch den künstlerischen Austauschprozess soll ein offener und sensibler Umgang mit dem Konflikt ermöglicht werden. Um die religiösen Elemente genauso wie die eher moderne, nationale Identität der Kulturen zum Ausdruck zu bringen, bedienen sich die Musiker/Innen sowohl bei folkloristischen und religiösen Melodien aus Klezmer, sephardischer und traditioneller persischer Musik als auch bei modernen und klassischen Kompositionen. Im abschließenden Teil verschmelzen die jeweils unterschiedlichen Melodien und Motive in den eigens für dieses Programm komponierten Stücken zu einer synthetischen Einheit.

Sistanagila, Yuval Halpern – Gesang, Hemad Darabi – Gitarre, Johanna Hessenberg – Saxophon, Jawad Salkhordeh – persische Perkussion und Ido Spak – Klavier, Konzert, Fr 25.04.2014, Einlass: 21:00 h, Eintritt: 10 €, Werkstatt der Kulturen, Wissmannstraße 32, 12049 Berlin, Tel. 030 – 60 97 70-25, www.werkstatt-der-kulturen.de

GESUNDHEITS-KONGRESS: SPIRIT OF HEALTH 2014

Zum ersten Mal in Deutschland präsentiert der Spirit of Health Kongress 2014 namhafte Referenten aus Forschung und Praxis der alternativen Medizin zum Schwerpunktthema MMS. Was ist MMS? „Chlordioxid ist ein starker Viren- und Bakterienkiller, der seit Jahrzehnten weltweit beispielsweise zur gründlichen und sicheren Desinfektion von Obst, Gemüse, Fleisch und Trinkwasser verwendet wird. Der US-Ingenieur Jim Humble, entdeckte eher zufällig, dass es, als wässrige Lösung oral eingenommen, innerhalb weniger Stunden Malariakranke zu 100% heilen konnte und nannte es MMS (Master Mineral Solution)“, so die Beschreibung in der Kongressankündigung. Namhafte Referenten wie der MMS Promoter Jim Humble, der CDS Entwickler



Dr. Andreas Kalcker oder die Erfinder der „Schwarzen Salbe“, Kerri Rivera und Adrian Jones werden hier ihre Arbeit vorstellen. Organisiert wird das Ganze vom Autor und Verlagsleiter Leo Koehof, der dort u.a. über seine Afrika Hilfsprojekte berichten wird.

Ein umfassendes Rahmenprogramm, Workshops, persönliche Consultings und Kinderbetreuung sind ebenso Teil der Veranstaltung wie die Simultanübersetzung aller Vorträge in mehrere Sprachen.

Kongress Spirit of Health 2014, u.a. mit Jim Humble, Andreas Kalcker, Kerri Rivera, 26./27.4. 2014 im Kuppelsaal des HCC in Hannover, mehr Infos auf www.spiritofhealth2014.org



Unsere Veranstaltungen im April 2014

Auswahl - mit Anmeldung

1., 15. + 29. 4.
19.30 - 21 Uhr

Meditation - Entschleunigung - Achtsamkeit: Raus aus dem Hamsterrad - JETZT! (9 €) mit Brigitte Hees und Angela Schneider-Bodien

4. + 5. 4. 2014

Lese- und Lebensglück beim Dritten Berliner Bücherhimmel Lesefestival mit Susanne Hühn und Mike Köhler - Lesung, Vorträge und eine schamanische Reise

9. 4., 19 - 21.30 Uhr

Erlebnisabend: Beziehungen, die man tanzen kann (15 €) mit Johannes Feuerbach

10. 4., 19 - 21 Uhr

Vortrag: Hochsensibilität bei Kindern (10 €) mit Angela Schneider-Bodien

14. 4., 10 - 19 Uhr

Aurafoto (35 € - 20 Min.) - **Aurabehandlung** (85 € - 60 Min.) mit Ralf Marien-Engelbarts

27. 4., 11 - 17 Uhr

Workshop: Ein Sonntag mit den Farben und Düften von Aura Soma (100 €) mit Brigitte Hees

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



KLANG-HEILREISE ZUM 1. MAI

Wie schon in den letzten drei Jahren werden die bekannte Klangkünstlerin und Heilerin Susanne Schinnerl und der Pianist Mitsch Kohn den Maifeiertag nutzen, um mit ihrer Klang-Kunst einen Ort des Friedens und der Heilung in Berlin zu schaffen und so mit einem friedvollen Fokus auf das Gesamtgeschehen in der Stadt mit einzuwirken.

Mit Tibetischen Klangschaalen, Sonnen-Gongs und heilenden Piano-Klängen wird der Teilnehmer zuerst zu tiefem Frieden und Harmonie in sich selbst geführt, um dann dazu beizutragen, diese Energie über die ganze Stadt auszudehnen, mit besonderem Fokus zu den Mai-Demonstrationen.

Friedenskonzert für Berlin zum 1. Mai, Klang-Heilreise mit Susanne Schinnerl & Mitsch Kohn, Donnerstag, 01.05.2014, Einlass: 19:00, Beginn 19:30, 20 Euro Eintritt, im Tian Gong Institut Berlin, Bundesallee 13-14, 10719 Berlin, Anmeldung und Information: www.heilsameklaenge.info und auf www.mitschkohn.de

ZAHNGESUNDHEIT

Eine Studie der Medizinischen Hochschule Hannover untersuchte den Zusammenhang zwischen vegetarischen Ernährungsweisen und der Zahngesundheit. Die Probanden waren 200 Personen, von denen die Hälfte seit mindestens zwei Jahren vegetarisch lebt. Untersucht wurden verschiedene Parameter der Zahn- und Zahnfleischgesundheit. Etablierte Paradontosefaktoren, wie Alter, Geschlecht und Rauchgewohnheiten, waren in beiden Studiengruppen gleich verteilt. Ergebnis: Vegetarisch lebende Menschen wiesen signifikant seltener

Paradontoseerscheinungen (Zahnfleischschäden und Entzündungszeichen) auf. Auch die Mund- und Zahnhygiene war in der vegetarischen Gruppe besser.

Weitere Infos auf www.vebu.de

RADIO SONNENGRAU

Das ist eine regelmäßig stattfindende Radiosendung rund um die Themen Depression, psychische Gesundheit & Mensch. Die Sendung bietet einen Mix aus Talk, Information und Musik. Tanja Salkowski und Marcus Jäck werden in jeder Sendung Interviewpartner im Studio begrüßen. Auf der Gästeliste stehen u.a. Therapeuten, Klinikleiter, Depressionsbetroffene, Angehörige,



Arbeitgeber, Krankenkassenvertreter, Künstler u.v.m., die allesamt angenehme und unangenehme Fragen beantworten werden. Es wird umfangreich informiert u.a. über die Krankheit Depression, Burnout, Therapien, Gesundheitssystem, psychische Probleme am Arbeitsplatz, Mobbing, seelische Gesundheit und Prävention. Die Zuhörer bekommen ebenso die Gelegenheit aktiv mitzumachen. Über eine Studio-Hotline und Mail können Fragen gestellt werden. Für fachliche Beratung sorgen im Hintergrund der psychotherapeutische Coach Dirk Schippel und Rechtsanwältin Hildegard Przybyla, die jede Sendung begleiten.

Radio sonnengrau, jeden 1. Samstag im Monat, Studio des Offenen Kanals Lübeck, oder über den Web-Livestream, 5. April 2014 von 19-21 Uhr, Sendefrequenz: 98,8 Mhz über Antenne, 106,5 Mhz im Kabelnetz Lübeck, Bad Segeberg und Kreis Herzogtum Lauenburg oder bundesweit per Livestream: www.radiosonnengrau.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

Kabbala Lebensanalysen Hermann Schwyer & Inge Meyer

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

nur
39,-€

MANTAK CHIA IN BERLIN: ENTWICKELE DEIN TAN TIEN

Eine gute Gelegenheit von einem
Tao Groß-Meister zu lernen

Öffentlicher Abendvortrag - Mini-Workshop:

„Entwickele Dein Tan Tien“

25.04.2014, 19:00 - 22:00 Uhr in der ufa Fabrik

Dieser Vortrag ist für alle Interessierte geeignet, die ein wenig taoistische Luft schnuppern wollen... Begleiten Sie Groß-Meister Mantak Chia auf seinem Ausflug in die faszinierende, geheimnisvolle Welt des Taoismus.

Workshop 26.-27. April 2014:

„Erwecke Dein Heilendes Licht“

Taoistisches Grundwissen leicht gemacht, der Kleine Energie-Kreislauf, das Innere Lächeln, die 6 Heilenden Laute werden in diesem Basis Seminar von Groß-Meister Mantak Chia vorgestellt, ausgiebig geübt und durch die Energieübertragungen des Groß-Meisters unterstützt. Wie fühlt sich Chi an? Was mache ich mit dem Chi? Ist das etwa alles nur Einbildung? Welchen Nutzen hat dieses Wissen für mich im Alltag? Groß-Meister Mantak Chia erlaubt Ihnen einen faszinierenden Einblick in den energetischen Teil der chinesischen Naturheilkunde.

Workshop 28.-29. April 2014:

„Eisenhemd Chi Kung“

Energie-Aufnahme und ihre ‚Verkörperung‘ ist das Hauptziel des Eisenhemd-Trainings. Eisenhemd Chi Kung ist der ‚Martial-Art-Aspekt‘ im System des Universal Tao. Das Eisenhemd Training entwickelt innere Kraft und einen gut trainierten Körper durch einfache, aber sehr wirkungsvolle Techniken, die Chi (Qi) produzieren das dann im Körper gespeichert werden kann. Das Ziel ist es den Körper auf höhere, spirituelle Energien vorzubereiten.



1-Tages-Workshop - 30. April 2014: „Erwecke

Deine Heilende Sexuelle Vitalität“ - Heilende Liebe

Die Heilende Liebe dient der Kultivierung der Sexualenergie (Ching Chi), welche in unseren „Liebesorganen“ bewegt wird. Unsere Geschlechtsorgane können grosse Mengen von Sexualenergie erzeugen, eine äusserst feurige Energie, kraftvoll, lebendig, aber nicht von Dauer. Um sie zu speichern, muss sie zu den anderen Organen geleitet werden und darf nicht ausschliesslich in den Sexualorganen bleiben oder „vergeudet“, d.h. ohne sie zu zirkulieren entladen werden. Gefördert wird auch ein tieferes Verständnis unserer Sexualität ebenso wie unsere Fähigkeit, Liebe, Respekt, Intimität und Unabhängigkeit in unserer Liebesbeziehung zu erfahren.

1-Tages-Workshop - 01. Mai 2014:

„Erwecke Dein Tan Tien“

Ziel dieser Praxis ist es u.a., den Bauchraum von Blockaden zu befreien, den natürlichen Atem wieder herzustellen sowie den Unterbauch als Quelle von Kraft und Lebendigkeit zu entdecken und zu entwickeln. Sobald das Tan Tien energetisch geöffnet ist, versorgt es - wie die Hauptader eines Wasserversorgungssystems automatisch die 12 Hauptmeridiane und die 8 aussergewöhnlichen Meridiane des Chi. Unterrichtet werden besondere Qi-Gong Formen, die Tiernamen tragen und jeweils eigene Bereiche des Tan Tiens öffnen und zur Entwicklung „Persönlicher Kraft“ = „Personal Power“ wesentlich beitragen.

Workshops: jeweils von 9.30-17 Uhr im WAMOS-Zentrum:

Kosten: Kursgebühr je Workshop-Tag 140,- EUR,

bei Mehrfachbuchung 125,- EUR, ermäßigt 95,- EUR,

gesamte Woche 750,- EUR, ermäßigt 570,- EUR

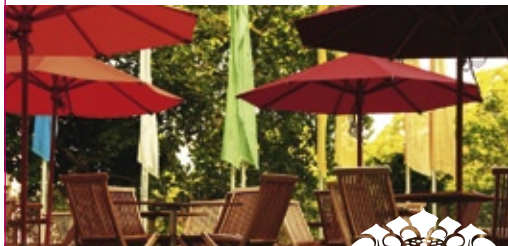
Begrenzte Teilnehmerzahl, bitte zeitig anmelden bei:

Wolfgang Heuhsen, Tel. 030-7723200, Fax: 030-77391208,

E-Mail: info@tao-berlin.de, Infos Web: www.tao-berlin.de

Gut vegetarisch essen und entspannen

LOTUS LOUNGE
CAFÉ | RESTAURANT | SHOP



Mo – Sa 12:00 bis 19:00

Küche bis 17:30

Soorstr. 85, 14050 Berlin

im buddhistischen Zentrum Dharma Mati

Tel: 030.23 25 50 65

www.lotus-lounge.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



VORTRÄGE MIT JETSÜN KHANDO RINPOCHE

Die Vereinigung von Mahamudra- und Dzogchen-Meditationsmethoden

Ihre Eminenz Mindrolling Jetsün Khando Rinpoche zählt zu den herausragenden Meditationslehrerinnen unserer Zeit. Sie ist bekannt für ihre durchdringende Weisheit und ihren Humor. Die buddhistischen Lehren vermittelt sie auf prägnante und lebhaft Art, angereichert mit persönlichen Anekdoten und Beispielen, die für den Alltag der modernen, manchmal schnellebigen Welt von besonderer Relevanz sind. Die aufeinander aufbauenden Vorträge sind für Menschen mit oder ohne buddhistische Vorkenntnisse gleichermaßen geeignet. Die Vorträge können zusammen oder auch einzeln besucht werden.

Vorträge: 7. und 8. Mai 2014,

ein Vortrag 15 €/beide Vorträge 25 €

Ort: Dharma Mati - Rigpa-Zentrum,

Soorstr. 85, 14050 Berlin, S-Bhf Westend

Info, Anmeldung: Holger Sieler, Tel.: 232 55 011 (Mo-Do 10-13 h)

<https://rigpaevents.de>, www.rigpa-zentrum-berlin.de

REIKI-AUSBILDUNGEN - WWW.BAMBUSPRAXIS.DE

1. Grad, bis Lehrgrad 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, Shiatsu 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 280 €, 3. Grad 330 €

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

Veranstaltungsort: Die Praxis im Bambusgarten,

Diedenhoferstraße 4, 10405 Berlin

Info und Anmeldung bei Bernd Monecke 030-47374668,

www.bambuspraxis.de, e-mail: b@bambuspraxis.de

RICHARD SYLVESTER - GESPRÄCHE ÜBER NICHT-DUALITÄT



Fr. bis So. 25.-27. April 2014

Richard Sylvester vermittelt seine radikale Botschaft in einfachen Worten und mit einem Schuss typisch britischen Humors. Die Suche nach Erleuchtung bzw. Befreiung sorgt dafür, dass wir nicht finden, denn sie trägt uns weg von dem, was hier und jetzt ist. Wenn die Person, die wir zu sein glauben, wegfällt, kann erkannt werden,

dass die Gegenwart bereits das Gesuchte, das erhoffte Paradies ist. Wenn gesehen wird, dass es kein Selbst, sondern nur ungeteiltes Sein gibt, löst sich die uns innewohnende Empfindung von Verwundbarkeit und Angst auf. Die Suche nach etwas anderem hat ein Ende und es bleibt das Wunder des Lebens in dem Augenblick.

Termine: Fr. bis So. 25.-27. April 2014

Freitag 20:00-21:30, 15 € | Sonnabend 14:00-18:00, 45 €

Sonntag 14:00-18:00, 45 € | Gesamtes Wochenende, 95 €

Das Seminar ist in englischer Sprache ohne Übersetzung.

Die Zahlung erfolgt vor Ort.

Ort: reha e.V., Weydemeyerstr. 2/2a, 10178 Berlin, U-Bhf. Schillingstraße

Info: D + G Rossi, 030 3015555, rossi_smiles@gmx.de, eine gute Einführung findet sich unter www.richardsylvester.com

AUSBILDUNG ZUM/ZUR EVOLUTIONSPÄDAGOGIN

Kindern und Jugendlichen mit Lern-, Schul- und Verhaltensproblemen schnell und erfolgreich zu helfen, dafür haben wir in der Evolutionspädagogik das geniale Rezept.

Unter Berücksichtigung der neuesten Erkenntnisse aus der Gehirnforschung ist es uns möglich, Lernblockaden zu erkennen und mit den erforderlichen Bewegungsübungen aus Kinesiologie und Evolutionspädagogik schnell und nachhaltig zu lösen. Dadurch werden individuelle Stärken und Talente entdeckt und zur Entfaltung gebracht.



Kostenlose Infoabende:

Dienstag, 6. Mai und Dienstag, 10. Juni 2014, 20 Uhr

Ort: „meeet – Räume für Begegnungen“,

Konstanzer Str. 15a, Berlin

Kontakt und Anmeldung: Gerhard Alber,

Tel. 0170-5733124, info@lernberatung-pp.de

Information und Ausbildung: www.lernberatung-pp.de

UNITEDBLISS FESTIVAL „UNITY“

Follow your bliss and the Yoniverse will open doors for you where there were only walls“ Behind any event, lecture, workshop, or education - created, supported and organized by Unitedbliss, you will find the philosophy „to unite unique people“. Share views, opinions, colours, touch, love, information, experience, science, sisterhood, joy, support, healing, space, brotherhood, magic, spirituality and sexuality... to create a world based on Love. Each of us are unique. The festival and the very special space and energy it aims to provide, will give everyone the opportunity to choose from a big variety of presenters, topics and experiences all around tantra, consciousness, sexuality, spirituality and awareness. As called for, the characteristics of the program has been made with room for more depth & length as guidelines, with up to 4 hours long workshops, dedicated parties, solemn rituals, and different performances, to give each of you the chance to sneak and dive into some juicy life changing experiences. Since this years topic is „Unity“, all workshops are guided and presented by different couples. This does not mean that you have to be a pair to attend the festival though! Everyone is welcome, be them single, lovers, married, or whatever.



This is a perfect opportunity for you to choose, to follow, to get inspired, to integrate, to breath in, to realise, to feel, to heal, to be seen, and to meet your longings, desires and fears, towards your personal transformation, to find and live your passion, follow your path, into your full potential. Love, Light and Faith xxx Silja Rehfeldt Dakini Midwife Warrior of Bliss Program Manager of the Rasayana Tantra Academy allied with the Connection University

Date: 6th - 9th June 2014, Time: 08:00 - 23:30,

Price: 290€ / day pass 90€

Where: essentis bio-seminarhotel an der Spree, Weiskopfstr.16-17, 12459 Berlin

Sign up: info@unitedbliss.com, www.unitedbliss.com
unitedbliss.com/en/unitedbliss-festival-unity/

PETER MAKENA - JOY OF SINGING

Workshop und Konzert



Peter ist ein Barde, ein Songwriter, der mit seiner Gitarre kommt, in seinen Konzerten seine unverkennbare warme Stimme erhebt und alle mit seinen herzförmigen Liedern mitnimmt. Seit nunmehr als 30 Jahren geben er und seine Frau Aneeta Konzerte und Seminare für Stimme und Heartdance in der ganzen Welt. Seine Lieder

berühren das Herz mit ihrer Einfachheit und durch den Zauber der Melodien. Der Gesang in den Liedern, Mantrien und Chants führt uns zurück in das Zentrum unseres eigenen Seins. Peters Lieder, wie „Magnificence“ und „Fly High“ sind mittlerweile schon Klassiker und eine Art New Age Hymnen geworden. Auch Musiker wie Deva Premal und Miten spielen seine Songs immer wieder gerne in ihren Konzerten. Besonderes Highlight: Om Prakash begleitet Peter wieder auf der Violine!

Konzert mit Peter Makena & Om Prakash: 16.05.2014, 19:30 Uhr, Gotischer Saal
Eintritt: VVK 20 €, AK: 23 €
Workshop mit Peter und Aneeta: 18.05.2014, 10:30 - ca. 17:30 Uhr, Gotischer Saal, Kosten: 65 €
Infos: ines-jacoby@gmx.de, www.makenasinging.com

GANGAJI & ELI: BEGEGNUNG IM HERZEN

„Sei still und erkenne dich selbst als die Wahrheit, nach der du gesucht hast. Sei still und lebe, wofür du erschaffen wurdest. Sei still und empfang die deinem Herzen innewohnende Wahrheit.“



Gangaji und Eli laden uns ein, still zu sein, jegliche gedankliche Suche im Außen aufzugeben und die „unveränderliche Gegenwärtigkeit wahrer Identität“ zu entdecken. Uns allen bietet sich eine lebensverändernde Gelegenheit: wir können die Geschichte darüber, wer wir glauben zu sein, durchschauen und entdecken, wer wir in Wahrheit sind. Indem Gangaji und Eli dich zur Selbsterforschung anleiten, führen sie dich in die unmittelbare Entdeckung deiner wahren Natur und unterstützen dich darin, frei und authentisch zu leben.

Offenes Treffen in Berlin: 13. Juni 2014, 20 bis ca. 22 Uhr
Kosten: 15 €, keine Anmeldung nötig
Wochenend-Retreat in Berlin: 14. - 15. Juni 2014, Sprache: Englisch mit deutscher Übersetzung
Kosten: 180 €
Veranstaltungsort: www.auditorium-friedrichstrasse.de
Anmeldung & Information: www.leela.org
 Hannelore Rueedi: info@leelafoundation.de,
 Tel: 0041.22.757 00 03, Kontakt vor Ort: Petra Strube, petramaria.s@gmx.de, Tel: 0178 8670022



PERFORMING THE TRUE SELF

Workshop Rituelles Theater und Darshan mit Leon d'Avigdor

In diesem Workshop sind Darshan und Rituelles Theater zu einer einzigartigen Erfahrung verbunden. Du lernst, dass es ohne Alternative ist, deine Rolle im Leben ganz auf dich zu nehmen und zugleich die Identifikation mit ihr loszulassen. Indem du das Drama der Ängste und Konflikte mit ganzer Intensität zum Ausdruck kommen lässt, kann es sich zunehmend erschöpfen. Deine schöpferische Kraft kann in die große Stille erwachen. Darshan heißt zu sehen und gesehen zu werden und ist die unmittelbare Berührung der einen Wahrheit. Rituelles Theater ist als Gruppenimprovisation eine überpersönliche, ekstatische Spielform und erfordert keinerlei schauspielerische Erfahrung.

Leon d'Avigdor ist Bewusstseinslehrer, Energiemystiker und Theatertherapeut. Schauspielstudium sowie Studium Philosophie und Psychologie. Umfangreiche Tätigkeit als Schauspieler und Schauspielcoach und psychologischer Counselor. Nach Jahren einer existentiellen Krise Erwachen in die grenzenlose Einheit des Seins.

Performing The True Self - Workshop Rituelles Theater und Darshan, 25.-27.4.14, Yogaraum Schöneberg in der Alten Feuerwache, Martin-Luther-Str. 46
 Fr um 19:30 kostenloser offener Einführungsabend
 Sa und So jeweils 12-18,
 120 € pro Tag, Beitrag gesamtes WE: 200 €
Das Advaita der Theaterkunst - Vortrag und Erlebnisabend
 Do, 24.4.14, 19-21:30, Adhara-Buchhandlung, Pestalozzistr. 35, Eintritt 15 €
 Am Mo und Di nach dem Wochenende steht Leon für Einzelsitzungen zur Verfügung.
Infos&Anmeldung: Julia Dybe, info@soulevents.info, Tel.: 030-23273952, www.meetingleon.com

Raum für Leichtigkeit und Hochsensibilität

mit Gudrun Schultheiß

Hochsensible Menschen haben eine sehr differenzierte und feine Wahrnehmung. Stimmungen und Umwelteinflüsse erleben sie um vieles stärker und verarbeiten diese intensiver. Diese Wahrnehmungsfülle ist eine Gabe und auch eine Herausforderung, die im Alltag, im Berufsleben belastend sein kann. Das Wissen um die Hochsensibilität und das Erkennen der Schätze, die darin verborgen sind, können die Lebensqualität um vieles erhöhen. Im Raum für Leichtigkeit und Hochsensibilität erproben und praktizieren wir einen „Spurwechsel“. Wir widmen uns der Körperwahrnehmung, kommen ins „Selbstspüren“, erkennen die verschiedenen Kommunikationsmuster und erfahren Möglichkeiten uns abzugrenzen. Auf folgende Angebote können Sie sich freuen:

- **„Offener Salon für Hochsensible“:**
jeden ersten Sa. im Monat, 17.00-18.30 Uhr, 5 Euro
- **Hochsensibilität und Kommunikation:**
Mo. 07.04.14, 18.30-20.00 Uhr, 15 Euro
- **Hochsensibilität in Partnerschaft und Liebe:**
Sa. 12.04.14, 18.00-19.30 Uhr, 15 Euro
- **Hochsensibilität bei Kindern:**
Fr. 25.04.14, 18.30-20.00 Uhr, 15 Euro
- **Hochsensibilität-der Blick auf das Nervensystem:**
Die Wirkung der feinen Wahrnehmung auf das körperlich-seelische System: Fr. 09.05.14, 18.30-20.00 Uhr, 15 Euro
- **Tagesseminar:** Hochsensible und die Kraft der Selbstregulation - Wohlbefinden im Körper - Achtsamkeit und Abgrenzung:
So. 04.05.14, 10-16.30 Uhr, 70 Euro
- **Tagesseminar:** Vom Umgang mit Scham und Schuldgefühlen:
So. 27.04.14 sowie am 25.05.14, 10.00-16.30 Uhr, 80 Euro pro Seminar
- **Humor und Lebensfreude Gruppe für Hochsensible:** jeden ersten Dienstag im Monat,
18.30-20.00 Uhr, 20 Euro
- **Hochsensibilität im Beruf:**
Mo. 12.05.14, 18.30-20.00 Uhr, 15 Euro



Ort:

Raum für Leichtigkeit
und Hochsensibilität
Hackerstr. 10, 12163 Berlin

Anmeldung:

Gudrun Schultheiß
030-788 92 461
0174-68 20 552
www.wasnunwastun.de
info@wasnunwastun.de

GESPRÄCHE ÜBER HEILKUNST



HEILER UND
HEILER WERDEN
Klappenbroschur,
144 Seiten, A5
EUR 14,80
edition herzschatz 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



Was ein Schatz ist und was stört, ist in beiden Fällen eine Sache der Bewertung

Innere Schätze

Von Wolf Schneider

Wenn man das, was die Naturwissenschaften über die Welt wissen, zur »Weltanschauung« macht – und das tun die meisten der heute in der Welt politisch Tätigen – dann werden unsere inneren Schätze nicht wirklich gewürdigt. Und mit „inneren Schätzen“ meine ich hier natürlich nicht Leber, Herz und Nieren und auch nicht das Gehirn mit seinen 100 Milliarden Neuronen und noch viel mehr Synapsen, sondern das, was wir vorfinden, wenn wir die Augen schließen und „nach innen gehen“. Also unsere Träume, Sehnsüchte und Befürchtungen, unsere Gefühle und Gedanken und auch all die körperlichen Empfindungen, auf die wir dabei treffen, die dann wieder Assoziationen wecken, innere Bilder und ganze Ketten aufeinander folgender Gedanken.

Sind das wirklich Schätze? Oder stört das alles uns leistungsorientierte Menschen nur, die wir doch in der Außenwelt etwas erreichen wollen? Sogar die Meditierer scheint es zu stören, dass sie Gedanken haben und Gefühle und dass der Rücken schmerzt, während sie doch eigentlich nur das Rein- und Rausfließen ihres Atems beobachten wollen. Schätze??? Wir wollen doch lieber klar fokussiert sein auf unsere Lebensziele. Und wenn wir uns schon mal hinsetzen zum Meditieren, dann sollte unser Geist doch, verdammt noch mal, sich endlich entspannen und innerlich leer werden.

Traum und Wirklichkeit

Dabei sind unsere Innenwelten gewissermaßen „die halbe Welt“. Aber nicht so, wie man die Welt in Ost und West, Süd und Nord oder Frauen und Männer einteilt, sondern noch viel enger miteinander verbunden. Auch wenn wir als Realisten die Außenwelt mit unseren Sin-

nen wahrnehmen, ohne große Wahnvorstellungen und allzu viel an Befürchtung oder Hoffnung, nehmen wir von ihr nur ein Bild, Geräusch, einen Geschmack oder Geruch wahr. Der Duft, der von einem Essen zu uns herüber weht ist nicht das Essen, und ebenso ist das, was ich von einem Stück Brot auf meinem Teller sehe, nicht das Brot, sondern es ist nur ein visueller Eindruck – die Photonen, die da vom Brot zu meinem Auge rüberfliegen oder elektromagnetische Wellen, die meine Netzhaut berühren – für Bienen sehen dieselben Dinge ganz anders aus und Fledermäuse hören denselben Vorgang ganz anders.

Und wenn schon diese Bilder von der Welt, die wir gegenwärtig sehen, nur Bilder sind und nicht die Welt, wie viel mehr gilt das von unseren in der Erinnerung gespeicherten Bildern oder denen, die wir als Hoffnung oder Befürchtung in uns tragen und glauben in Zukunft in der Realität sehen zu können? Den Unterschied zwischen beidem zu kennen erspart uns die Einlieferung in die Klappe, und doch ist beides in gewisser Hinsicht irreal: die tatsächlich erlebte Wirklichkeit und der Traum. Oder auch: Beides ist real! Denn wir erleben es ja.

Die Einzigartigkeit des Inneren

Aufgrund der phänomenalen Erfolge der Naturwissenschaften hat unsere Kultur – die westliche, die nun weitgehend Weltkultur geworden ist – die Schätze der Außenwelt gegenüber denen der Innenwelten überbewertet. Die Erfolge der Naturwissenschaften im Verständnis der Außenwelt lassen sich jedoch nicht auf die Innenwelten übertragen, denn sie basieren auf Vergleichen und der Wiederholbarkeit von Experimenten,

während das innere Erleben sich nicht wirklich vergleichen lässt. Oder kannst du meinen Traum wiederholen, so dass du mir glaubst, dass ich ihn hatte?

Keine zwei Träume sind einander gleich und auch keine zwei Empfindungen, Erinnerungen, Sehnsüchte. Jede Hoffnung und jede Melancholie ist eigen und unvergleichlich und das Einander-Verstehen gelingt nicht, indem man zwei Träumen nebeneinander legt und misst, welcher von beiden der Breitere ist, sondern indem man sie erzählt, aufzeichnet oder ein Lied dazu komponiert. Dann ahnt der andere vielleicht: Ah, solche Träume habe ich auch! Und ist beglückt. Aber eine Ahnung ist kein Beweis. Meine Empathie beweist nicht, dass ich so fühle wie du. Aber sie lässt mich (mit)fühlen, verstehen und handeln, und dieses Handeln geschieht in der wirklichsten aller Welten, der Außenwelt.

Fakt gilt mehr als Fiktion

So wie die Wissenschaften sich mit der Beschaffenheit und Erklärung des Äußeren beschäftigen, so beschäftigen sich die Künste mit dem Ausdruck und der Vermittlung des Inneren. Deshalb haben wir neben den Sachbüchern die Belletristik und neben den Dokumentarfilmen die Spielfilme und das Theater. In den Worten der heutigen Weltsprache: Neben fact gibt es auch fiction. Unsere Literaturen und Filmkünste bewerten den Bereich der Fakten nicht höher als den der Fiktion, dazu braucht man sich nur mal das TV-Programm und die Verkaufszahlen der Bücher anzusehen. Aber unsere diversen Alltagsphilosophien, unser common sense und entsprechend die uns beherrschenden Institutionen in Politik und Wirtschaft, bewerten das Faktische gegenüber dem Fiktiven viel höher. Und das hat Folgen. Eine davon ist unsere unablässig wachsende Konsumwirtschaft mit ihrer unverminderten Naturzerstörung.

Eine Welt, in der das Fiktive gegenüber dem Faktischen so hoch bewertet wird wie Künstler es tun, wäre milder, freundlicher, und sie bräuchte dabei die Unterscheidung zwischen beidem nicht zu verwässern. Auch wenn das Innere mit dem Äußern unablässig interagiert, so dass man oft nicht weiß, wo das eine anfängt und das andere beginnt, ist es sehr, sehr nützlich, Fakten von Fiktion unterscheiden zu können. Zwischen Lüge oder Illusion und Wahrheit ist der Unterschied riesengroß! Und doch sind auch die Wahrheiten Erfindungen.

Der verwilderte Garten des Inneren

Das Innere ist wichtig, es ist die Quelle der Motivation unserer das Äußere gestaltenden Handlungen, und das Äußere wirkt wieder ein auf das, was wir fühlen, denken, hoffen und befürchten. Aber ist das Innere wirklich eine Schatzkammer? Liegt dort nicht neben all den Schätzen auch viel Müll herum? Ist es nicht eher so wie ein verwilderter Garten, voller Kraut, aber auch Unkraut? Was wir

in der Außenwelt als richtig und was als falsch (oder so wie beim Müll: am falschen Platz) bezeichnen, so ähnlich ist es wohl auch in den Innenwelten: Jener Gedanke oder dieses Gefühl, das ich das jetzt gerade habe, ist ja nicht grundsätzlich schlecht, aber muss ich es gerade jetzt haben? Aufräumen zu können ist ein Anspruch, den wir an unsere Innenwelten kaum weniger stellen als an die Außenwelten. Und was ein Schatz ist und was stört, ist in beiden Fällen eine Sache der Bewertung.

Schätze inmitten von Müll

Ich denke, dass wir uns in den Außen- wie den Innenwelten auf die Schätze fokussieren sollten, nicht auf den Müll. Es wird ja erst aus der Sicht der Schätze etwas als Müll definiert. Und da beides miteinander zusammenhängt, wie alles in der Welt, geht man als Verehrer und Betreuer von Schätzen anders mit dem Müll um. Dann wird der Meditierender sich nicht mehr so sehr von störenden Gedanken befreien wollen, woraufhin sie ja meist noch mehr stören. Und der Gärtner wird zwar die Blumen und das Gemüse pflegen, dabei aber nicht mehr einen unkrautfreien Garten beanspruchen. Und der Therapeut wird neben den Störungen und Blockaden auch das Fließen, die Freude und das Glück sehen und die Ärztin oder Heilerin neben dem, was krank ist, auch in schweren Fällen die gesunden Teile des Körpers und der Psyche im Blick behalten.

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.



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

字

中

Akupunktur – Ausbildung 3-jährig
Beginn Februar 2014
- Einstieg noch möglich! -

Arzneimitteltherapie-Ausbildung
Beginn Oktober 2014

• Tuina • Lehrpraxis • Weiterbildungen

Weitere Infos unter: www.abz-ost.de


Kooperationspartner
der AGTCM

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



Gesundheit beginnt im Innern

Was heißt vollkommene Gesundheit und Ernährung? Auf längere Sicht geht es dabei nicht nur um einen gesunden Körper. Eine Seele, die von Selbstliebe genährt wird, ist eine kraftvolle Energie, die von Innen nach Außen strahlt. Von Michael Roads

Wer ehrlich ist, wird feststellen, dass die meisten Antworten auf diese Frage nach außen verlagert wurden. Indem man den Dingen vertraut, die man isst, der Körperbetätigung, der man nachgeht, Yoga, alle Nahrungsergänzungsmittel wie Vitamine und Gesundheitsgetränke und so fort. Alles Dinge, die Bestandteil der persönlichen Gesundheitsroutine sind.

Worüber ich hier schreiben möchte, handelt von einem völlig neuen Verhältnis zu sich selbst. So merkwürdig es auch klingen mag, wenn du dich selbst nicht wirklich magst, ist es unmöglich, dich des vollen Gewinns deiner Gesundheit zu erfreuen. Keine Erkältung zu kriegen, wenn alle Leute um dich herum nießen, ist nicht wirklich ein Kriterium für gute Gesundheit. Es spricht lediglich für ein starkes Immunsystem und manchmal gibt eine Erkältung oder Grippe auch Gelegenheit zu einer wirkungsvollen Entgiftung.

Die meisten Menschen, denen die Frage gestellt wird: „Magst du dich selbst?“, werden dies bejahen. Das machen sie nicht, weil es wahr ist, sondern weil es etwas merkwürdig klingt, wenn man antwortet, dass man sich selbst nicht mag. Es wird erwartet, dass man sich mag - also gehen die Menschen davon aus, dass sie das tun. Wie dem auch sei: Ungefähr sechzigtausend Gedanken am Tag, von denen die meisten negativ sich selbst gegenüber sind, sind ein starker Hinweis darauf, dass die meisten Menschen sich selbst nicht mögen. Die meisten dieser Gedanken sind Angriffsgedanken. Wer sich selbst wahrhaft mag, der greift sich mental nicht an.

Wenn dich deine Gedanken angreifen, greifen sie deine Gesundheit an.

Du kannst jegliche Gesundheitspraktik betreiben, die je erfunden wurde, wenn du dich nicht selbst magst, werden alle Gesundheitssysteme der Welt nur eine ober-

flächliche Wirkung haben. Das zeigt sich meist in guter Gesundheit bis ins mittlere Alter, dann gibt es zunehmend Probleme mit Beschwerden und Krankheiten.

Als spiritueller Lehrer werde ich oft von Menschen gefragt: „Wie kann ich lernen, mich selbst wirklich wahrhaft zu lieben?“ Mit einem Lächeln antworte ich meist: „Indem ich freundlich mit mir spreche.“ Wenn du erst einmal akzeptierst, dass du dich im Grunde nicht magst, bist du in einer viel größeren Machtposition als jene, die denken oder behaupten, sich selbst zu lieben. Du stellst dich einer tiefen und fundamentalen Sache.

Um sich selbst zu mögen, muss man mit sich selbst auf dieselbe Weise sprechen, wie man zu dem Menschen spricht, den man am meisten liebt. Sicher spricht man dann mit Geduld und Liebe zu dieser Person und mit Rücksicht auf ihre Gefühle. Wer zu dem oder den Menschen, die er am meisten liebt, auf irgendeine geringere Weise spricht, hat noch viel über Liebe zu lernen! Gedanken gehen Gefühlen voraus. Wenn man mit einem unterbewussten, inneren Dialog von fortwährender negativer Kritik lebt, erschafft man einen Fluss tiefer unterschwelliger Gedanken. Diese Gedanken werden eine negative Wirkung auf die Gefühle haben. Aufgrund dieser unerkannten, emotionalen Wirkung, wird unsere unwissentliche Abneigung gegen uns selbst genährt und geschürt. Sehr wenige Menschen haben einen inneren Dialog, der erhebend und liebevoll ist. Nur die, die sich selbst immer mögen.

Der Ursprung dieser Gewohnheit liegt in unserer Kindheit. Unsere Eltern haben uns davon überzeugt, dass sie uns lieben, während sie gleichzeitig viel ihrer Zeit damit verbracht haben, uns zu kritisieren. Sie erklärten uns, die Kritik diene unserem eigenen Wohl. Als wir dann erwachsen wurden, haben wir dieselbe, tief konditionierte Haltung angenommen.

Liebe spricht mit Worten der Wertschätzung und Dankbarkeit

Das ist es, wo man ansetzen muss, sich selbst zu mögen: Man gibt den inneren Dialog der Kritik auf und beginnt einen Dialog der Wertschätzung. Man beginnt mit all dem, was man sich selbst, an der Familie, an der Arbeit und am eigenen Leben mag. Und während des Tages teilt man seine Wertschätzung mit allen, welche einem mit Güte, Respekt und Anstand begegnen. Und wenn man gut darin wird, dann beginnt man, all jenen Wertschätzung anzubieten, mit denen zurechtzukommen schwierig ist, welche sich leicht über einen aufregen. Denn dies sind die Lehrer, die dabei helfen, unser Wachstum hin zu einem höheren Selbstwert zu festigen, hin zu wahrhafter Selbstliebe. Sich selbst zu mögen kann niemals seine Grundlage im Gefühl anderer für einen Selbst haben: Es basiert ausschließlich auf deinen Gefühlen zu dir selbst!

Sorgen und kraftvolle Gesundheit schließen einander aus

An dieser Stelle beginnt wahrhaft kraftvolle Gesundheit. Es hat alles mit dem inneren Selbst zu tun. Entweder du nährst und öffnest dich den Zugängen zur Gesundheit oder du leugnest und verschließt sie. Und der Weg bergab ist der am weitesten verbreitete... mit all seinen vielen Ausreden. Der Weg bergab hat nichts mit deinem Status oder deinem Einkommen zu tun. Du kannst ein Millionär sein, während du dich mental und emotional doch auf Angst und Depression zubewegst. Seid euch gewahr, dass sich selbst zu mögen nichts damit zu tun hat, wie wir Erfolg und Scheitern bewerten. Wenn man sich selbst mag, ist man sich selbst der eigene beste Freund. Es geht darum, sich zu würdigen und zu respektieren. Es geht um persönliche Integrität und Selbstwertschätzung. Es geht um Selbstrespekt und darum, das Freudvolle und das Gute im Leben zu sehen. Sich selbst zu mögen, beinhaltet auch das Wissen, dass man nicht besser oder schlechter ist als andere Menschen, und anzuerkennen, dass man eine geistige und emotionale Gesundheit anstrebt, die nur sehr wenige wahrhaft erlangen.



Der Autor Michael J. Roads ist ein international bekannter spiritueller Lehrer, Autor und Metaphysiker aus Australien. Seine erleuchtete Sicht auf Schlüsselthemen des Lebens ist stets ermutigend. Er kriert einen Raum, in dem man aus seiner Illusion einer physischen, endlichen Realität erwachen kann. Neu: DVD mit ausführlichem Interview, weitere Infos zur Arbeit des Autors auf www.michaelroads.de

Michael J. Roads, Abendvortrag (auf deutsch übersetzt), 13. Mai 2014, 19.30 Uhr, Gallitheater Oranienburger Straße 3210117 Berlin, Eintritt: 15,00; weitere Infos unter www.michaelroads.de/events

Es gibt ein Leben nach dem Tod

© Deena Feinberg



»Als mein Bruder starb, war ich voller Trauer – bis er begann, aus dem Jenseits zu mir zu sprechen.« Eine der detailliertesten Nachtod-Kommunikationen, die je dokumentiert wurden. Annie Kagans Bericht verändert nachhaltig unseren Blick auf das Leben, den Tod und unseren Platz im Universum.



Annie Kagan

Das zweite Leben des Billy Fingers

Wie mein Bruder mir aus dem Jenseits bewies, dass es nach dem Tod weitergeht

224 Seiten • € 18,99 [D] • ISBN 978-3-7787-7489-2

Ansata

www.ansata.de



Archetypen-Aufstellungen

Keine einfache Sache! - Von Peter Orban

Nachdem ich in der Februar Ausgabe der KGSBerlin genügend gewettert habe über Familien-Therapeuten, die in Aufstellungen darauf bedacht sind, die Chromleisten ihres Egos zu polieren, will ich heute eine Chromleiste meines eigenen Egos vorstellen - in der Hoffnung, der Leser findet sie glänzend!

Fangen wir mit dem Titel an: Was ist ein Archetypus? Fast alle reden gern davon, kaum einer hat jemals richtig nachgeschaut. Um hier ein wenig den Nebel zu lüften, möchte ich etwas weiter ausholen. Normalerweise sind wir bei der Familienaufstellung mit den Familien- und Sippen-Mitgliedern vollauf ausgelastet, die Baustellen unseres Lebens zu betrachten und – wenn möglich – zu befrieden. Dabei kann man diejenigen, die zu den Lebens-Systemen der Aufstellung gehören, folgendermaßen beschreiben:

Ich habe mir angewöhnt, diese Beschreibung zu beginnen mit dem Bild eines vielstöckigen Hauses. Bitte, es ist ein Vorstellung, sonst nichts, doch es kann im Inneren dazu dienen, die Seele mit ihren Bewohnern einleuchtend zu illustrieren und die Arbeit, die der Therapeut vollbringen muss, in der richtigen Hierarchie zu zeigen.

Der Eingang zu diesem Haus - das ist der Unterschied zu allen anderen Häusern in der Welt - liegt oben. D.h. die Treppen zu den einzelnen Etagen führen immer tiefer (in das Innere) hinab. Steigt man also die Treppen hinunter, so gelangt man relativ rasch auf eine Etage (nennen wir sie die erste!) und findet hier Zimmer oder

Kammern, in denen Gestalten aufbewahrt liegen, die in unserem Leben einen wichtigen Stellenwert haben.

Die erste Etage

Auf der ersten Etage befinden sich die Kammern, in denen unsere Freunde sich aufhalten. Einen großen Raum haben meist die Freunde der Kindheit und mitunter hat der eine oder andere Freund in unserer Seele noch keinen friedvollen Platz. Vielleicht haben wir ihm einmal sehr wehgetan, ihn (mit einem anderen Freund betrogen) oder haben sogar sein Sterben anschauen müssen. (Als er vor meinen Augen überfahren wurde.) Derartiges kann in der Seele zu großen Traumata führen, die in mir weiter arbeiten. Ebenfalls auf dieser Etage leben aufbewahrt (für meine gesamte Lebenszeit) manche TIERE, die – meist durch ihren Tod – für immer eine wunde Stelle hinterlassen. Z.B. Pferde bei jungen Mädchen, ein besonders heikles Kapitel.

Die zweite Etage

Auf der zweiten Etage finden wir, jeweils in eigene Räumen, jene Menschen untergebracht, mit denen wir, da sie unsere Partner waren, sehr viel intimer verkehrten, als das mit Freunden je geschehen ist. Wir hatten Sex mit ihnen, und diese Art der Verbindung hinterlässt in der Regel tiefer greifende Spuren und stellt Bindungen ganz besonderer Natur her. Bindungen, die bleibend sind, wenn auch die reale Beziehung vorbei ist. Hier leben, wenn ich ein heterosexuellen Mann bin, meine

Freundinnen, Ehefrauen, Geliebte, manchmal auch die eine oder andere Prostituierte und die Kinder, die mit deinen Partnern gezeugt wurden. Sogar dann noch, wenn sie bereits im Mutterleib oder bei der Geburt starben oder willentlich in einer Abtreibung getötet wurden. (Bin ich schwul, leben hier natürlich auch die männlichen Partner.) Bin ich eine heterosexuelle Frau, so leben auf meiner zweiten Etage die Männer, mit denen ich verkehrte (Freunde, Ehemänner, Geliebte usw.).

Der Eintritt auf diese Etage wird nur gestattet, wenn der sexuelle Akt vollführt worden ist. (Er gilt auch dann, wenn dieser Preis als Vergewaltigung entrichtet wurde.) Wie schon gesagt: Auch die Kinder, die mit diesen Partnern (auch den Vergewaltigern!) gezeugt wurden, haben ihren Platz auf diesen zweiten Etage.

Die dritte Etage

Auf der dritten Etage finden wir alle Menschen, die meine Geschwister genannt werden dürfen, das heißt in deren Adern das Blut mindestens eines meiner Elternteile fließt. Dabei gilt, dass in der Seele keine Halbgeschwister existieren, in der Welt natürlich sehr wohl. Auch Geschwister, die bereits im Mutterleib verstarben, abgetrieben wurden oder die tot zur Welt kamen, zählen auf dieser Etage dazu. Und sie können, wenn sie nicht gesehen oder verleugnet werden, schwer zu heilende Baustellen aufreißen.

Die vierte Etage

Auf der vierten Etage schließlich finden wir den ganzen Pulk unsere Herkunft, seien es die ELTERN, die Geschwister der Eltern (also meine Onkeln und Tanten), frühere Partner der Eltern, die Großeltern, deren Geschwister und ebenfalls frühere Partner. Mitunter muss die Kette der Generationen noch sehr viel weiter in die Tiefe hinab verfolgt werden, wenn es Anlass dazu gibt. Manchmal werden auch noch Täter (wenn einem Familienmitglied Schweres zugefügt wurde) oder Opfer (wenn ein Familienmitglied selbst zum Täter wurde) aufgestellt, weil es ohne sie keine Lösung gibt.

Soweit die bisherigen Suchbewegungen und die Fahndungsergebnisse, die in den letzten 20 Jahren in der Regel sehr erfolgreich waren. Und zu vielen Lösungsschritten in der Seele führen konnten.

Die Archetypen

Es gibt eine fünfte Etage in der Seele, und zwar ziemlich in der Tiefe der Seele, bevölkert von einer Art Wesenheiten. Um dies zu verstehen, müssen wir zu den Geschehnissen greifen, denen C. G. Jung ca. vierzig Jahre lang auf der Spur war. Ich möchte mit einem Zitat beginnen: „Wenn zum Beispiel ein alter, hochverdienter Gelehrter noch mit siebzig Jahren seine Familie stehen

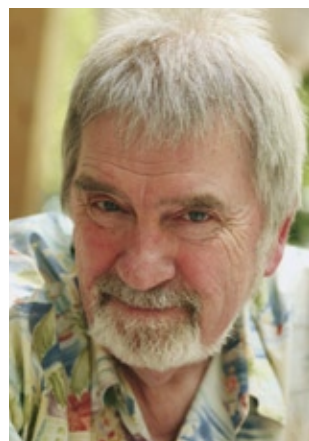
lässt und eine zwanzigjährige, rothaarige Schauspielerin heiratet, dann – wissen wir – haben sich die Götter wieder ein Opfer geholt. (...) Diese tiefere Schicht ist das sogenannte kollektive Unbewusste....” Und weiter: „Es ist, mit anderen Worten, in allen Menschen sich selbst identisch und bildet damit eine in jedermann vorhandene, allgemeine seelische Grundlage überpersönlicher Natur. (...) Die Inhalte des persönlichen Unbewussten sind in der Hauptsache die sogenannten gefühlsbetonten Komplexe, welche die persönliche Intimität des seelischen Lebens ausmachen. Die Inhalte des kollektiven Unbewussten dagegen sind die sogenannten Archetypen.” (Carl Gustav Jung, GW Bd. 9/I, 1976: „Über die Archetypen des kollektiven Unbewussten”)

Anders gesagt: Auf der Tiefe der 5. Etage befinden sich - figurativ gesprochen: in ihren Räumen - Wesenheiten des Menschseins, die (vergleichbar der Astrologie) Themen in sich tragen und dem Menschen diese Themen auch zuführen. Zum Beispiel das Thema der „Zerstörung“, der „Kore“, der „Rover“, die Anima“, der „Animus“, der „alte Weise“, der „Trickster“ und so weiter. Diesen Gestalten ist man ebenfalls nur mit Versöhnung beizukommen, doch ist dieser Weg ungleich schwerer zu bewältigen, weil er – erst einmal – eine uralte Feindschaft heraufbeschwört. Diese Gestalten werden vom Aufsteller immer auf einen Stuhl gestellt. Sind sie doch unendlich viel größer als jedes lebende oder tote Familienmitglied. (Rilke: „Der Tod ist groß – wir sind die Seinen...”) natürlich ist auch der Tod ein Archetypus.)

Es sind buchstäblich „die Götter“, die hier aus der Seele des Menschen heraufbeschworen werden können.

Und es sind wahrscheinlich auch dieselben Götter, die dann später in den Himmel (oder auf den Olymp oder nach Walhall) hinaufprojiziert wurden: Die Götter aus der eigenen Brust! Diese Gestalten werden in einer Aufstellungsgruppe nur sehr selten aufgestellt und meist nachdem der Klient sein persönliches Unbewusstes (Vater, Mutter, Ehefrauen etc) bereits eingehend betrachtet hat.

Der Autor **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. Er lebt in Frankfurt/Main. Mehr über die Arbeit des Autors auf: www.symbolon.de





Lebensaufgabe: glücklich sein

Die Entfaltung unserer kreativen Potenziale ist überlebenswichtig - und sie ist unsere Lebensaufgabe. Von Ura Julia Wegehaupt

In unserer Welt mag es vielleicht nicht mehr so offensichtlich sein, aber Kreativität hat schon etliche Leben gerettet. Zum Beispiel erfuhren viele unserer Eltern, Großeltern oder Urgroßeltern in Kriegszeiten und in der Gefangenschaft, was für ein Schatz Pinsel, Malkasten und Papier sein können oder wie Musik die Hoffnung auf Frieden am Leben erhält. Geschichten, Gesang, Theaterspiel, aber auch Erfindungen und Improvisationen im Alltag - überlebenswichtig. Und heute ist es nicht anders.

So halbwegs leben?

Die Herausforderungen hier und in der heutigen Zeit sind andere. Eigentlich ist die Sehnsucht, die zugleich auch die Aufgabe ist, klar. Aber gelebt wird oftmals: „Man kommt so halbwegs durch - auch ohne großartige Entfaltung. Man richtet sich so ein. Man ist so halbwegs glücklich. Und überhaupt - naja.“

Es ist ja auch so eine Sache mit der Entfaltung. Sie kann mächtig Angst machen: Da ist das ungeduldig wartende kreative Potential, die unerforschten Möglichkeiten. Möglichkeiten in Schöpfung zu gehen, Unbekanntem zu begegnen. Intuitiv wird erkannt, dass es eigentlich keine andere Aufgabe gibt, als dieses Potential mehr und mehr zu leben, sich auszudehnen, zu wachsen und in Berührung zu kommen mit der unbekannten Unendlichkeit, dem Einssein. „Dem Einssein? Aber wo bin ich denn dann?!“ schreit sofort

das Ego, das schon ahnt, dass es da nicht mithalten kann und schon sind die Ängste da und die Sicherheits-Beschränkungen fahren hoch:

„Nein nein, ich bin dafür nicht geeignet. Kreativ? Ich kann doch nicht singen, formulieren, gar malen! Ich auf eine Bühne? Hilfe!“

Alles Quatsch! Probiere es aus! Rein in die Angst! Und du wirst merken, du stirbst nicht dran und vielleicht macht der Schritt dir sogar Freude. Das zu erfahren bewegt sehr viel. Es ermutigt, nimmt Ängste weg und macht Lust aufs Weiterwachsen.

Der Selbstversuch

Ich wurde - anfangs wild, frei und ungestüm - bald ein schüchternes Kind. Erziehung. Man meinte es gut mit mir. Aus einer sehr ernsthaften Künstlerfamilie stammend, beobachtete ich früh: Kunst ist harte Arbeit, ist schwer, und wenn man etwas vorzeigt, muss es mindestens genial sein, sonst kann man es gleich lassen. Vom Spielerisch-Freien erfuhr ich nichts. Aber ich muss geahnt haben, dass so etwas möglich ist, denn ich wollte Schauspielerin werden - nicht Maler wie meine Vorfahren. Ich wollte Spielen. Eingeschüchtert von zu hohem Anspruch und beschwert von Versagensangst geht das natürlich nicht. Eine machtvolle Blockade, durch die sich aber impulshaft immer wieder das ursprüngliche Talent durchkämpfte und sein Recht auf Entfaltung

einforderte. Und ich hatte Glück, ich traf kluge Schauspiellehrer, die das erkannten und mich unterstützten. Wir arbeiteten im Innen und Außen - spirituell und an der Schauspieltechnik. Schritt für Schritt schaufelten wir mein Talent wieder frei. Und ich ging immer wieder rein in die Angst - rauf auf die Bühne - so unperfekt, wie ich war. Ich starb nicht, obwohl ich es hunderte Male befürchtete. Nur die Angst starb. Und ich? Ich entfaltete mich. Und ich freute mich über jeden Schritt.

Als es „geschafft“ war, begann ich den Zuschauern etwas Tieferes geben zu können. Mein Sein. Mein ansteckendes Sein. Einen Raum füllen mit Präsenz, mit Freude, das Publikum mitnehmen in eine Geschichte. Führen.

Inzwischen ist es so, dass mich nur noch bestimmte Rollen, bestimmte Botschaften interessieren. Als spirituelle Lehrerin führe ich an ausgewählte Orte. Dramen können andere besser als ich. Liebe, Frieden, Ganzheit und der Weg dorthin sind meine Spezialisierung.

Wie Entfaltung erreichen?

Im Schnelldurchlauf: Zuerst alte Meinungen über sich selbst loslassen. Ich-kann-nicht-Gedanken weg. Denn sie sind falsch. Dann den 1. Impuls wahrnehmen, ihm vertrauen und ihm folgen, denn er ist richtig und er ist die Pforte. Er zeigt, wo noch mehr Impulse zu finden sind. Dann schauen: Wo ist die Sehnsucht und anschließend tatkräftig ja-sagen zur Sehnsucht und zur Freude: „Ich wollte immer singen. Ja, nun singe ich!“ oder: „Ich wollte immer malen. Hier ist mein Pinsel. Ich beginne.“ Und immer der Freude folgen und sie sich gönnen.

Allerdings hat der denkende Verstand sicherlich allerhand Einwände gegen unsere kreative Entfaltung anzumelden. Das macht es nicht leichter. Aber bitte nicht aufgeben. Sich lieber spirituelle Unterstützung holen. Energiearbeit umgeht den denkenden Verstand und ist deshalb sehr wirkungsvoll. Und auch ein positiv energetisiertes Umfeld wirkt unterstützend.

Und irgendwann wird es ganz natürlich. Die Entfaltung unserer Kreativität integriert sich nach und nach in unseren Alltag. Sie wird selbstverständlich und zieht in alle Lebensbereiche ein. Plötzlich haben wir die Zeit, die Mittel und machen uns immer öfter die Freude, unser Potenzial zu leben. Gern erinnere ich an unsere erste spirituelle Aufgabe: Das Glücklichein. Kreativität ist eine gute Möglichkeit, unseren Auftrag zu erfüllen. Kreativ sein und den Rhythmus des Universums spiegeln. Im Vertrauen. Im Wissen um Stimmigkeit. Unsere Kreativität ist eine kraftvolle Heilerin und eine wunderbare Lehrerin auf dem Weg zu innerem Frieden. Was gibt es Schöneres?

Die Autorin **Ura Julia Wegehaupt**, Jahrgang 1971, ist Spirituelle Lehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Künstlerin. Sie bietet vielfältige Transformationsarbeit an. Weitere Infos zur Praxis für Feng Shui & Entfaltung auf www.uralicht.de

Denk dir deine Welt*



Andrea Gardner
**Ändere deine Worte und du
änderst deine Welt**
978-3-89901-702-1
€16,95



Ein beherztes Plädoyer, sich bewusst zu werden, wie unsere Gedanken uns selbst gegenüber sich in unserem inneren Dialog niederschlagen. Es liegt in unserer Macht, Lebensbejahung, Dankbarkeit und Zufriedenheit in unserer Seele zu kultivieren. Welche umwälzenden Folgen das haben kann, zeigt die Lebensgeschichte der Autorin selbst.



Ab dem 17. März im Buchhandel erhältlich oder über den Verlag: 0521-560520

weltinnenraum.de

J.Kamphausen | Mediengruppe

Die Kunst des Yoga

Von Stefan Datt



„Wichtiger scheint es zu scheitern, als perfekt sein zu wollen“

Es ist einfach herzerfrischend, wenn die Yogastunde bunt gemischt ist; dick, dünn, alt und jung. Und es ist für mich der wichtigste Moment der Yogastunde, wenn sich der Teilnehmer das erste Mal selbst zulächelt. Jeder Körper hat nun mal seine Grenzen und die findet man beim Yoga genau im ‚Hier und Jetzt‘.

In der Yogapraxis geht es nicht darum, in einer fernen Zukunft gut zu werden. Es kommt vielmehr darauf an, Zufriedenheit und Glück in der Gegenwart zuzulassen. Wir versuchen die Yogaübungen wirklich so gut es geht auszuführen und doch stoßen wir jedes Mal wieder an unsere körperlichen, ganz eigenen Grenzen. Der Reiz dabei ist, im Gegensatz zu unserer gewohnten Lebenseinstellung, mal nicht perfekt sein zu müssen – perfekt sein zu wollen oder zu sollen.

Sich vom Yoga das innere Lächeln der Unvollkommenheit auf die Lippen zaubern zu lassen, das ist für mich die Kunst im Yoga. Denn in der Akzeptanz dieses Scheiterns eröffnet sich beim Yoga nach und nach der Blick, aus einem stillen Aspekt unseres Wesens heraus, aus dem Teil unseres Selbst, der das Scheitern beobachtet, der uns zulächelt und der zu lange keine Beachtung fand.

Ist Yoga Kunst?

Ich habe sehr reiche und gleichzeitig sehr unglückliche Menschen kennengelernt. Es geht im Leben nicht darum, was man sich alles kaufen kann, es geht darum, sich eine größere universellere Perspektive auf das Leben anzugewöhnen. Das ist der Weg der Yogis und der Künstler gleichermaßen. Viele Künstler streben nicht primär nach monetärem Reichtum, sondern nach eben dieser neuen Perspektive. Sie suchen eine andere Blickweise auf das Leben, um sich seiner wahren Größe zu nähern, und sich damit scheitern zu sehen. Künstler wissen, dass sie im nächsten Versuch, bei ihrem nächsten Kunstwerk, wieder scheitern werden. Langsam begin-

nen auch sie, dieses innere Lächeln der ‘Unvollkommenheit’ zu spüren und ... sie lassen los.

Tief einatmen und tief wieder aus. Genau hier liegt der Moment, in dem die Yogastunde ihre magische Kraft entfaltet. Die eigenen Grenzen zu erkennen und zu respektieren, sich in einer komplizierten Körper- oder Lebenssituation zu entspannen, das ist die Kunst des Yogas. Das ist das Ziel der Yogastellung. Das ist das Ziel des Künstlers. Und vielleicht ist das auch das Ziel des Lebens.

Lernt man im Schulterstand, in der Brücke oder im Baum die Kunst des Lebens?

In gewisser Weise ja, denn man erfährt an eigenen Körper, niemals vollkommen sein zu können und es auch nicht sein zu müssen. Yoga ist die Kunst, der feinen Linie aus Spannung und Entspannung zu folgen. Diese Erkenntnis hilft, das Leben zu meistern, so wie es diese Teilnehmerin beschreibt: „Nach jeder Yogastunde ging ich gut gelaunt nach Hause, erfrischt, aber nicht ausgepowert. Ich fühlte mich wie ein Mensch gewordenes Pfefferminzbonbon! Und ich wurde ruhiger, war netter zu meinem Mann, zu meinem Baby und verlor nicht wie sonst die Geduld, wenn jemand vor mir an der Supermarktkasse nach Kleingeld kramte. Diese Stimmung wollte ich mir erhalten, deshalb bin ich immer noch dabei.“

Ist Kunst Yoga?

Der Künstler erlebt die Diskrepanz zwischen Wunsch und Wirklichkeit. Er reibt sich an den Widerständen seines kleinen begrenzten Geistes und sucht doch nach Antworten, nach Erkenntnis, nach Wahrheit und ... er scheitert. Persönlich wird er niemals mit seinem Werk zufrieden sein. Schließlich sucht er sein persönliches Ego zu verlassen, sich ganz der Kunst hinzugeben, sich selbst zu vergessen und ein Kanal für die universelle

schöpferische Kraft zu sein. Hier entstehen sie, die großartigen Kunstwerke immerwährender Wahrheit.

„In allen spirituellen Traditionen ist Kunst in jeder Form des kreativen menschlichen Ausdrucks eng mit der geistigen Entfaltung des Menschen verbunden. Die Gestaltung von Kunstwerken unterschiedlicher Ausdrucksformen wie Malerei, Bildhauerei, Musik usw. braucht natürlich dann den Menschen als offenen, unvoreingenommenen Empfänger. Alle Bilder können nur über die Aufmerksamkeit des Betrachters wirken, und diese Wirkung wiederum findet ihren Ausdruck in den Gefühlen, indem nämlich der Mensch davon innerseelisch berührt wird.“ (Mystica Lexikon 2014). Selbst Wikipedia definiert Kunst wie folgt: „Das Wort Kunst bezeichnet im weitesten Sinne jede entwickelte Tätigkeit, die auf Wissen, Übung, Wahrnehmung, Vorstellung und Intuition gegründet ist.“

Siva und Shakti sind eins

Der Künstler wird still, er wird Siva selbst, die reine statische Kraft des Bewusstseins. Aus diesem Bewusstsein heraus entsteht Shakti, die Kraft der Bewegung. Der Künstler vertieft sich in seinem Schaffen und wird eins mit seinem Kunstwerk. Shakti erschafft das Kunstwerk, erschafft die Asana, die Form, erschafft die Welt. Sarasvati, die Kreativität, dehnt sich aus und bleibt doch immer mit Siva, dem stillen Aspekt, verbunden.

Shakti kann nun alle erdenklichen Formen annehmen: wunderschöne Farben, faszinierende Klänge, grandiose Figuren oder jedwedes Gefühl. Versenkt sich nun der Betrachter in solch ein Kunstwerk, kann auch er sich selbst als Bewegung, als Form oder Shakti erkennen und die Rück-Verbindung (Re-ligion) mit Siva, dem reinen Bewusstsein, erleben. So ist seit Anbeginn der Menschheit jede Kultur darauf bedacht, ihre tiefen

religiösen Erlebnisse in sakraler Kunst anzudeuten. In einem Gespräch mit dem Musiker Al Gromer Khan erklärte mir der Künstler und praktizierende Yogi, dass „ein kreatives Schaffen für ihn nur dann stattfindet, wenn sich all seine geistigen und körperlichen Bewegungen in einer Art ‘Nullpunkt-Energie’ vereinen und der schöpferische Prozess quasi eigenmächtig beginnt.“ Keine Shakti ohne Siva. Keine Energie ohne Bewusstsein. Kein Leben ohne den stillen Aspekt im Inneren.

Das Erkennen des inneren Selbst ist das Ziel des Yoga

So entsteht in einer rezeptiven Haltung höchste Aufmerksamkeit bei maximaler Entspannung. Jeder Künstler kennt dieses Gefühl, wach, frei und im ‘Einssein’ zu entspannen. Das Ziel von Yoga entspricht dem Ziel jeder Kunst: Einssein mit der Quelle der Kraft – die genaue Beobachtung der Vielfältigkeit des Lebens, der Formen und Gedanken.

Der Autor **Stefan Datt** beendete vor zwanzig Jahren sein Studium der Physiotherapie. Kurz darauf zog es ihn in einen Ashram, in dem er sechs Jahre für Yoga und Meditation gelebt hat. Nach dieser Zeit des Rückzuges im ‘Kloster’ gründete er seine Physiotherapie-Praxen, die Yogaschule „Lernen in Bewegung“ und das „Yoga-Café“ in Berlin. Seine Lebensgefährtin Miriam und er organisieren nun schon zum 10. Mal das Berliner Yogafestival. Seit der Geburt der gemeinsamen Tochter Marie im September 2013 verlagerte Stefan Datt seinen Physiotherapie- und Yoga-Schwerpunkt vollständig nach Charlottenburg.

10. Berliner Yogafestival, 3.-6. Juli, Kladow, Berlin, Info und Kontakt unter Tel.: 030-38 106 108 oder über info@atlaskorrektur-berlin.de – weitere Infos zur Arbeit des Autors auf www.yoga-berlin.de, www.yogafestival.de, www.atlaskorrektur-berlin.de und www.physio-charlottenburg.de

DAULAT

Buchhandlung

Mineralien • Räucherwerk

Pendel • Esoterik • Traumfänger • Klangschalen

Schmuck • Entspannungsmusik • Tarotkarten • Klangspiele

9.04. 11-18 h **„Aurafotografie“** mit Ralf Marien-Engelbarts (2 Fotos mit Kurzberatung ca. 20 Min./35 €)

10.04. u. 15.05. 16-18 h **„Mediale Lebensberatung“** mit Ute Franzmann (15 Min. 10 € / 30 Min. 20 €)

11.04. 11-18h u. 12.04. 11-16 h **„Das Steinorakel“** mit Werner Haser (30 Min. 30 €)

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



Die Persönlichkeit gleichmäßig und harmonisch entwickeln...

Yoga

Ein Geschenk für Geist und Körper

von Anna Trökes

Die alten Yoga-Sutren beschreiben uns Yoga als einen gangbaren Weg, der uns allmählich ermächtigen soll, die Struktur, die Denk- und Handlungs-Muster unseres „Mentals“ (mental: geistiger Bereich, Geist) zu erkennen und alles das, wodurch wir uns Leid erschaffen, nach und nach hinter uns zu lassen. Dieser Weg besteht aus einer *ganzheitlichen* Übungspraxis, der *Sadhana* (wörtl. Übung, Methode), die vor allem am Geist ansetzt, aber auch intensiv den Atem und den Körper als Ort der Erfahrung mit einbezieht.

Der Weg wird als Ashtanga-Yoga bezeichnet, was meist als „achtgliedriger Yoga-Weg“ (von *ashta* = acht und *anga* = Glied) übersetzt wird. Das Bild der acht Glieder lässt an eine Kette denken, in der alle acht Glieder ineinander greifen und jedes Glied ein integraler und unverzichtbarer Bestandteil des Ganzen ist. Das bedeutet, dass jedes Glied gleich wichtig ist, woraus folgert, dass sie nur in einer Übungspraxis, die alle Glieder umfasst, ihre volle Wirksamkeit entfalten können.

Die acht Übungsthemen „stellen eine Umschulung des Verhaltens dar, das sich an sechs verschiedene Ebenen unserer Persönlichkeit richtet“ (Sriram, a.a.O., S.91). Der Weg führt uns dabei schrittweise von außen nach innen, wobei sich jeder „Schrittstein“ als Übungsfeld entfaltet. Die Themen sind:

1. Yama – unser Umgang mit unserer Umwelt
2. Niyama – unser Umgang mit uns selbst
3. Asana – unser Umgang mit unserem Körper

4. Pranayama – unser Umgang mit unserem Atem
5. Pratyahara – unser Umgang mit unseren Sinnen
6. Dharana – unser Umgang mit unserer Konzentrationsfähigkeit
7. Dhyana – unser Umgang mit der Verinnerlichung und Versenkung, also der Meditation
8. Samadhi – unser Umgang damit, zu tiefstem Verständnis und zu vollkommener Loslösung zu gelangen

Die Entwicklung unserer Persönlichkeit auf diesem Yoga-Weg geschieht nicht linear, sondern vielmehr spiralförmig, und zwar dergestalt, dass wir im Laufe des Lebens in immer neuen Runden dieselben Themen durchlaufen – nur auf einer anderen Ebene, nämlich der, die von der bisher integrierten Übungspraxis und Einsicht durchdrungen ist. In dieser Weise beeinflussen sich die Übungsfelder ständig untereinander, wodurch es möglich wird, dass sich unsere Persönlichkeit auf dem Yoga-Weg gleichmäßig und harmonisch zu entwickeln vermag.

Kriya Yoga

Am Beginn des zweiten Kapitels des Yoga-Sutras gibt Patañjali entscheidende Hinweise darauf, durch welche Qualitäten sich unsere Übungspraxis auszeichnen sollte. „Unsere Yogapraxis muss drei Qualitäten vereinigen: Klärung, Selbstreflexion und Akzeptanz unserer Grenzen“ (II.1) heißt es in der Übersetzung von T. K. V. Desikachar (T. K. V. Desikachar: *Über Freiheit und Me-*

dition. Das Yogasutra des Patanjali, Petersberg 1997, S.57). *Kriya* kommt von der Wortwurzel *kri* = handeln und bedeutet „praktisches Tun“ (Desikachar), „reinigende Handlung“ (Sriram) bzw. „heilige Handlung“ und „Tat“ (Deshpande). Es geht also darum, dass wir unsere Yoga-Praxis so gestalten, dass sie besonnen, bewusst, an unsere Themen angepasst und hingebungsvoll ist. Die drei Qualitäten heißen auf Sanskrit *Tapas*, *Svadhyaya* und *Ishvara pranidhana* und sollen im Weiteren einer genaueren Betrachtung unterzogen werden.

Tapas

Wie wir gesehen haben, wurde der Begriff *Tapas* bereits seit vedischer Zeit als zentral zur Beschreibung davon angesehen, wie wir üben sollten. Unter den vielen möglichen Bedeutungen des Wortfeldes *Tapas* schälen sich im Kontext des Kriya-Yoga besonders folgende Übersetzungen heraus: „heiß sein, intensiv sein, scheinen, erhitzen“, „Brennen, Leidenschaft, Verzicht“, aber auch „mit uneingeschränktem Einsatz“ (Sriram, a.a.O., S. 95), „Enthaltsamkeit, Ernst und Entschlossenheit“ (Sriram, a.a.O., S. 95) oder „Klarheit fördernd“ (Desikachar, a.a.O., S.57).

Wer sich auf den Yoga-Weg begibt, soll also „darauf brennen“, „Feuer und Flamme sein“ für seine Praxis und die daraus resultierenden Erkenntnisse. Diese innere Einstellung, die sich auf Begeisterung gründet, lässt den Menschen „voller Leidenschaft mit Bereitschaft zum Verzicht (auf anderes)“ üben. Er wird seine Praxis „ernst und entschlossen“ angehen und „uneingeschränkter Einsatz“ zeigen. Durch diese mentale Ausrichtung wird Klarheit entstehen über das, was im Leben wirklich wichtig ist und in welche Prozesse man seine Energien fließen lässt. *Tapas* beschreibt also einen Menschen, der sich „mit Haut und Haaren“ und mit ganzem Herzen vollständig dem Prozess verschrieben hat, den der Yoga in ihm auslösen wird, und der bereit und willens ist, sich in diesem Prozess klären und wandeln zu lassen.

Svadhyaya

Der Begriff *Svadhyaya* knüpft unmittelbar an diese Ausrichtung an.

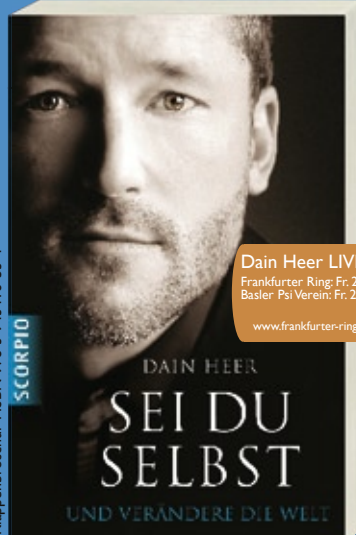
Sva heißt „selbst“ und *adhyaya* „lernen, studieren“, aber auch „das, was vor einem steht“. Im Kontext des Kriya-Yoga hat *Svadhyaya* die Bedeutung von „über sein eigenes Selbst lernen“, „Selbststudium, sich (sich) selbst nähern“ oder einfach „Selbstreflexion“. Das ist ein Unterfangen, das einer außerordentlich großen Achtsamkeit bedarf, da jeder Mensch dazu neigt, sich unter dem Eindruck seiner bisherigen Erfahrungen und Prägungen und aller damit verbundenen Selbstannahmen zu betrachten. Folglich besteht, so Deshpande, „die einzige Möglichkeit, über uns selbst zu lernen, darin, das Spiel der *vrittis* zu beobachten, wie sie als

Reaktionen auf alles, was den Geist berührt, entstehen. Wenn man sie beobachtet, lernt man, was sie antreibt, wohin sie führen, usw.“ (Deshpande/Bäumer, a.a.O., S. 86). Durch unablässige Beobachtung und Achtsamkeit lernen wir zu verstehen, wie unser Geist strukturiert ist und nach welchen Gesetzen er sich angewöhnt hat, vollkommen automatisch und autonom zu funktionieren. Wir begreifen, in welchen Reiz-Reaktions-Mustern wir uns gefangen halten und können erfahren und fühlen lernen, wie es ist, wenn uns plötzlich „etwas reitet“, also irgend ein innerer Antrieb, ein Gefühl oder ein Gedanke uns leitet, während unser Körper diesen unbewussten Befehlen Folge leisten muss. Mittels dieser Erkenntnis können wir uns wieder selbst ermächtigen, die Impulse zu zügeln und zu beherrschen. *Svadhyaya* meint also in der konkreten Umsetzung, dass wir unser eigenes Gewordensein möglichst neutral und unvor-

DIE SENSATIONELLE, WELTWEIT ERFOLGREICHE BEWUSSTSEINSTECHNIK

Dain Heer LIVE!
Frankfurter Ring: Fr. 20. + Sa. 21.06.
Basler Psi Verein: Fr. 27. + Sa. 28.06.
weitere Infos:
www.frankfurter-ring.de | www.bpv.ch

384 Seiten | € 18,99 (D)
Klappenbroschur | ISBN 978-3-943416-53-4



Ein Leben in Glück und Fülle – für alle, die danach streben, liefert dieses Handbuch das perfekte Werkzeug. Der Bewusstseinstrainer Dain Heer zeigt diverse Übungen, die uns dazu ermächtigen, bewusster zu leben, wertfrei wahrzunehmen und belastende Erfahrungen zu transformieren.

SCORPIO

NEUES DENKEN
PERSÖNLICHKEITS-
ENTWICKLUNG
GESELLSCHAFT

www.scorprio-verlag.de

eingenommen betrachten und dann aufhören, uns damit zu identifizieren. Dadurch verlieren die Vrittis ihre Kraft, immer wieder Unruhe und Spannung im Geist zu erzeugen, so dass das citta langsam klar und stabil werden kann.

Ishvara pranidhana

Im Yoga-Sutra erschafft Patañjali mit dem Konzept des Ishvara ein eigenständiges „Gottesbild“. Der Begriff Ishvara meint in der indischen Kultur zum einen „das Göttliche, das Mächtige“ (Sriram, a.a.O., S. 53ff), also das höchste und damit abstrakteste Prinzip, andererseits aber auch die Idee eines persönlichen Gottes, mit dem jeder in Beziehung treten kann. Letztlich geht es dabei um die Erfahrung des Göttlichen im eigenen Inneren. Auf welcher tiefen Erkenntnis dieses Konzept beruht, erläutert Deshpande folgendermaßen:

„Der Weg der Gotterkenntnis lässt alle Begriffe von Gott beiseite, die im Osten und Westen vorherrschen. Die begriffliche Methode ist im Grunde der Vorstellung verhaftet und nicht existentiell oder real. Gegenstand des Yoga sind aber nicht widerstreitende Begriffe, Ideen, Ideologien und systematische Gedankenstrukturen oder Theorien, ob theologisch oder profan, sondern der Mensch, der alle diese traumhaften Gebilde erzeugt.

Daher kann Gott existentiell nicht irgendetwas über und außerhalb des Menschen sein oder der ‚Andere‘ dem Menschen gegenüber. ‚Er‘ muss etwas sein im Inneren des menschlichen Wesens selbst, dessen sich der Mensch aufgrund der dicken Schichten von Konditioniertheit, die er seit unvorstellbaren Zeiten angesammelt hat, nicht bewusst ist. Diese Sutren (Sutren zu Ishvara in YS, I, 23-28) beabsichtigen vor allem, den Menschen zu befähigen, sich wesentlich und intensiv jenes besonderen ‚Etwas‘ bewusst zu werden, das in ihm pulsiert und das er unbestimmt ‚Gott‘ nennt.“ Das Yoga-Sutra stellt uns Ishvara vor als „die Quelle allen Wissens“, als ‚Erster unter allen Gurus‘ (I.26), als der ‚Meister der Meister‘ und damit auch als das dem Menschen eingeborene unhinterfragbare Wissen um die höchste Wirklichkeit. Gotteserkenntnis heißt damit auch im Yoga-Sutra, Gott in sich zu finden.

Da Gott ohne Eigenschaften, allumfassend und ewig ist, lässt er sich nicht vermittelt der alltäglichen Vrittis erfahren, sondern nur in dem Nirodha-Zustand, der frei von allen Prägungen, Konzepten und Vorstellungen ist. Das wird sogar von der Wurzelbedeutung des Wortes *pranidhana* angedeutet. Es ist ein zusammengesetztes Wort aus dem Präfix *pra* und *nidhana*. *Nidhana* bezeichnet einen Ort, wo etwas niedergelegt wird, und *pra* heißt ‚intensiv‘. *Ishvarara pranidhana* heißt daher: der Raum – die Leere – voll von der Intensität des Seins, in dem Gott west.“ (Deshpande/Bäumer, a.a.O., S.87

Bezogen auf unsere Übungspraxis bedeutet die Ausrichtung auf Ishvara pranidhana, dass wir unsere Perspektive daran ausrichten, immer wieder vollkommen in diesen Raum göttlichen Seins in uns einzutauchen und uns an unser innerstes Wissen anzuschließen. Gleichzeitig legt uns das Konzept des Ishvara, dessen Bewusstsein immer rein und klar ist, nahe, uns an diesem Leitbild zu orientieren. Da wir Menschen aber dazu neigen, normalerweise aus unserem konditionierten und begrenzten Bewusstsein heraus die Welt zu erfahren und entsprechend zu handeln, heißt es auch, die eigenen Grenzen anzuerkennen und sich der Führung dieses „obersten Lehrers“ anzuvertrauen. Desikachar legt uns in diesem Zusammenhang nahe, die Folgen der Handlungen unseres begrenzten Geistes „mit Offenheit anzunehmen“, während Sriram uns rät, „dem Unvorhersehbaren gegenüber offen zu sein“ und unseren „Eigenwillen (nicht) überzubewerten.“ Aus diesem Grunde wird Ishvara pranidhana auch häufig als der Hinweis gedeutet, sich mit all seinem Tun „dem Höchsten hinzugeben“ und zu versuchen, sich ganz auf seine Reinheit und Klarheit einzuschwingen.

Ein Mensch, der versucht, die Motive seines Handelns (*Kriya-Yoga*) immer wieder zu hinterfragen (*svadhyaya*), um dieses Handeln dann voller Enthusiasmus (*tapas*) immer wieder dem Göttlichen hinzugeben (*Ishvara pranidhana*), der wird Gleichmut erfahren.

Auszug aus „Die kleine Yoga-Philosophie“ mit freundlicher Erlaubnis des Verlages O.W.Barth Verlag, 2013

Die Autorin **Anna Trökes** ist seit fast vierzig Jahren Yoga-Lehrerin. Sie zählt zu den erfahrensten und bekanntesten Yogalehrern Deutschlands. Sie unterrichtet bereits seit 1974 Yoga und ist Autorin von mehr als 20 Yoga-Publikationen. Seit 1983 leitet sie Yogalehrer-Ausbildungsgänge für den BDY und lehrt als Ausbildungs-Dozentin beim BDY, der SYG, dem BÖY, der VHS, dem Kneipp-Bund und privaten Ausbildungsschulen für die Fächer Hatha-Yoga, Pranayama, Meditation, Yoga-Philosophie, medizinische Grundlagen, Unterrichtsgestaltung und Sprecherziehung für Yogalehrer. Sie lebt in Berlin.

Buchtipps: Anna Trökes, Die kleine Yoga-Philosophie: Grundlagen und Übungspraxis verstehen, gebundene Ausgabe, 368 Seiten, EUR 22,99, Verlag O.W. Barth



Huna & Ho'oponopono

Die Autorin Angela Simon kombiniert die hawaiianische Kala-Reinigung mit der Ho'oponopono-Vergebungsarbeit.



Das innere Licht wieder zum Strahlen bringen und sich für neue Wege und andere Lebensmuster zu öffnen geschieht mit Hilfe der Kala-Reinigung, einer hawaiianischen Feuer-Zeremonie. Kala bedeutet dabei, die Klärung des Weges und innere Reinigung. Kala bietet die Chance, bewusste wie unbewusste Zweifel und innere Widerstände auszuräumen. Durch positive Affirmationen holen wir bewusst das Neue in unser Bewusstsein, löschen den alten Glaubenssatz und programmieren uns selbst um.

Ho'oponopono - die Kraft der Vergebung

Krankheiten, Blockaden, festgefahrene Muster, sich verhärteter Streit wird in der hawaiianischen Huna-Philosophie als Verspannung angesehen, die in dem betroffenen Bereich den freien Fluss von Lebensenergie behindert. Ursachen für solche Verspannungen können beispielsweise Angst oder Wut sein. Diese Emotionen sind oft in der Haltung begründet, dass Unrecht getan wurde oder ein Unrecht bevorstehen könnte. Es können sowohl gegen sich selbst gerichtete negative Gedanken sein als auch Schuldzuweisungen an andere. Dies gilt insbesondere bei Streit in der Familie, Problemen in einer Beziehung oder einer Freundschaft, bei Schwierigkeiten mit Kollegen oder dem Chef. Zur Lösung solcher Verspannungen gibt es diese einfache, geistig-emotionale Methode, die sehr viel Offenheit, Ehrlichkeit und guten Willen erfordert. Man bittet um Vergebung. Dies wird Ho'oponopono genannt und bedeutet „Ganz-werden“, die göttliche Ordnung in sich herstellen – wieder vollständig sein, Heilung.

Stellen Sie sich vor, Sie halten in jeder Hand einen großen Stein. Wenn ich Ihnen jetzt 500 Euro schenken möchte, müssen Sie die Steine erst einmal weglegen. Genauso ist es mit unseren Vorurteilen, unseren Bewertungen und den Geschenken des Universums. Das Geheimnis zu empfangen und sich hinzugeben liegt im Loslassen.

Ho'oponopono als Familienkonferenz

Ho'oponopono ist eine Art therapeutische Sieben-Meilen-Stiefel, ein Expresslift für Ihre persönliche und spirituelle Entwicklung. Jede Situation, jede Begegnung und jedes Ereignis, dem ich begegne, hat eine Bedeutung. Durch den Vier-Schritte-Prozess im

Ho'oponopono lassen sich die inneren und verborgenen Botschaften der Ereignisse entschlüsseln: Der Täter bittet um Vergebung beim Opfer. Das Opfer bittet um Vergebung beim Täter. Dann vergibt das Opfer sich selbst und der Täter ebenso. Außen vollzieht sich die Auflösung der Verspannung. Im Innen werden die auf die unrechte Tat bezogenen Informationen gelöscht. Das Geheimnis liegt im Vertrauen, dass wir loslassen dürfen, ohne verletzt zu werden.

Das hawaiianische Vergebungsritual Ho'oponopono gilt als die effektivste Problem- & Konfliktlösung - die beste Methode, die je in einer Kultur entwickelt wurde. Wie effektiv diese Methode ist, zeigen weltweit zahlreiche Beispiele. Insbesondere wurde die Heilung von 28 psychisch kranken Strafgefangenen in den 80er Jahren durch den Therapeuten Dr. Ihaleakala Hew Len bekannt.

Ho'oponopono in Verbindung mit der LomiLomi Hawaiiimassage

Wenn man feststeckt und eine Verletzung oder Krankheit nicht heilen kann oder ein Streit nicht gelöst wird, dann ist das empfundene Unrecht oft ein Grund für die Blockierung. Selbst wenn man gar keine Ahnung hat, wann das Unrecht überhaupt geschehen ist. Wenn kein erkennbarer Grund für das Problem zu sehen ist, dann könnte die Ursache in der Vergangenheit, sogar in früheren Generationen liegen. Es sitzt dann oft in den Schultern und den Lendenwirbeln fest.

Autorin **Angela Simon** ist Heilpraktikerin und Lehrerin für Kreativen Tanz. Ihre Lomi Lomi Nui-Ausbildung schloss sie 2004 bei Susan Pa'inui Floyd auf Kauai ab. Nach dem „TeacherTraining in Hawaiian Bodywork“ nach Kahu Abraham wurde ihr klar, dass es ihre Aufgabe ist, Ausbildungen in hawaiianischen Heilmassagen anzubieten. Sie absolvierte ihre Huna-Ausbildung bei Dr. Diethard Stelzl. In ihrer Arbeit integriert sie Huna von Jeanne Ruland, Dr. Diethard Stelzl, Dr. Hew Len und Joe Vitale.

Angela Simon, MAKIA & MANA LOA, Weiterbildung für Lomi-Practitioner, Fr. 11.4. bis So 13.04.14 in Berlin, Anmeldung & Kontakt: Hawaii OASE Angela Simon, oase@angelasimon.de, Tel: 0451- 612 45 90, weitere Infos zur Arbeit der Autorin auf www.angelasimon.de

Buchtipp: Ulrich Emil Duprée, Ho'oponopono - Das hawaiianische Vergebungsritual, 96 Seiten, Paperback, Schirner Verlag



Advaita, Kunst und das Theater

Rituelles Theater als Weg in die große Stille - von Leon d'Avigdor

Das Theater ist für die meisten Menschen ein Ort, an dem professionelle Schauspieler die Inszenierung eines Stücks durch einen Regisseur auf einer Bühne vor Publikum aufführen. Sie bringen es nicht mit ihrem alltäglichen persönlichen Leben in Verbindung. Schauspielerei gilt als mehr oder minder gelungene Täuschung, denn schließlich ist die Bühnenhandlung ja nicht das „wahre Leben“. Ob Schauspieler nun weinen, schreien, lachen, einander bekämpfen oder lieben, es handelt sich in jedem Falle um eine absichtsvoll herbeigeführte Illusion, so die vorherrschende Auffassung. Gute Schauspieler sind demzufolge professionelle Illusionisten, die etwas vortäuschen, das in Wirklichkeit nicht existiert.

Diese Auffassung entspricht nicht dem, was Theaterkünstler, die ihre Kunst in einem gewissen Grad entwickelt haben, erfahren. Denn ein Schauspieler – ganz gleich, welcher Schule er angehört oder welche Technik er erlernt hat – kann stets und immer nichts anderes verkörpern als sein eigenes, ganz einzigartiges Potential im Dialog mit Bedingungen und Erfahrungen, die durch das Stück vorgegeben werden. Zugleich vermittelt eine Theateraufführung, die über Effekte hinausgeht, stets den Zugang zu einer universellen Perspektive. So sind im Theater das Individuelle und das Universelle gleichermaßen verkörpert. Dass es über das Wesen der Schauspielkunst Missverständnisse beim so genannten Publikum gibt, liegt unter anderem auch daran, dass der Blick auf das Ergebnis nicht ohne weiteres den Prozess enthüllt, der dieses hervorbringt. (Dies mag einer der Gründe dafür sein, dass es bislang nur eine kleine Anzahl von Menschen geben dürfte, die der Theater- und Schauspielkunst eine spirituelle oder bewusstseinsweiternde Dimension zusprechen.)

Dessen ungeachtet belegt schon ein flüchtiger Blick auf die Geschichte des Theaters, dass dieses über sehr

lange Zeit von spirituellen und religiösen Aspekten bestimmt war. Als Ursprung des Theaters werden meist die Rituale der Schamanen angesehen, die ihre Kommunikation mit der so genannten nicht-alltäglichen Wirklichkeit durch darstellerische Mittel wie Tanz und Maskenspiel manifestierten. Die Aufführungen des indischen Theaters dienten der Vermittlung von Sutren und fanden vorwiegend in Tempeln und im Rahmen religiöser Feste statt. Seine Blütezeit wird durch das Sanskrit-Theater markiert, das als spirituelle Lernerfahrung für die Zuschauer angelegt war. Auch in der Sufi-Tradition haben Gesang, Tanz, Rezitation von Gedichten und das Erzählen von Geschichten eine große Bedeutung. Das abendländische Theater entwickelte sich im antiken Griechenland aus den religiösen Zeremonien des Dionysos-Kultes.

Die Arbeitsweisen der Theater- und Schauspielkunst, eingebettet in den Satsang mit einem erwachten Menschen, haben ein großes Potenzial als vorbereitende Praxis, die dem Erwachen stets vorausgeht.

In Europa trat die Funktion des Theaters als kollektive spirituelle Transformationspraxis letztlich erst durch das so genannte bürgerliche Theater des 19. Jahrhunderts in den Hintergrund. Dies änderte sich seit der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts durch einflussreiche Regisseure und Theaterforscher wie Jerzy Grotowski und Peter Brook, die sich beide auf das Theater der Grausamkeit von Antonin Artaud bezogen. Brook wurde zudem stark von den Lehren des armenischen Mystikers Georgi I. Gurdjefeff beeinflusst, der den Schauspieler häufig „als Metapher für den voll entwickelten Menschen“ verwendete, wie Brook es in seinem Beitrag für einen kleinen Essayband über Gurdjefeff auf den Punkt bringt. Gurdjefeff „spricht davon, es gelte, im

Leben eine Rolle zu spielen ..., sie vollständig auf sich zu nehmen, ohne dabei die innere Freiheit zu verlieren. Dies ist genau das, was von einem guten Schauspieler erwartet wird“. Die „Rolle durchdringt jede seiner Zellen, doch sie hält ihn keineswegs gefangen; innerlich ist er frei und hellwach“, wie es Brook ausdrückt. Hier wird deutlich, dass Theater auf „die Bewegungen des Lebens in einer besonders konzentrierten ... Form“ hinweist. Denn der Schauspieler, der seine Kunst nicht als Illusionismus, bloßes Handwerk oder totales Verschmelzen mit („sich verlieren“ in) der Rolle missverstehen kann, kann auf der Bühne ganz unmittelbar erfahren: Es ist stilles Gewahrsein, in der Zeuge und Ausdruck, Bewegung und Interaktion der Körper, die Worte und das Schweigen zwischen ihnen kommen und gehen. Leben ist totaler Ausdruck in totaler Stille.

An dieser Stelle erscheint es sinnvoll, den Weg meiner Person, zu der auch der Schauspielberuf gehörte, ins Spiel zu bringen. Als junger Schauspieler gab es diese als magisch empfundenen Momente auf der Theaterbühne, in denen der Körper sich von einer nicht identifizierbaren Kraft bewegt fühlte und Wachheit und Versenkung ohne Widerspruch waren. Dann gab es nur das Jetzt und die Erfahrung eines offenen, unbegrenzten Raumes. Die Bewegungen und Aktionen, vollkommen frei und zugleich schon immer so gewollt, beruhten auf einer Art Hin- und Herpendeln zwischen Hingabe und Willen, Geschehenlassen und Tun. In ihrem Zentrum konnte in diesen besonderen Momenten die große Stille erfahren werden, die nicht mit Schweigen zu verwechseln ist. Ganz so, als wäre der eigentliche Zweck der Bewegung überhaupt nur, diese Stille zu erfahren. Zu erfahren also, worin sich eigentlich diese Bewegungen abspielen.

Immerhin trugen diese Erfahrungen dazu bei, schon früh keinen Unterschied zwischen Kunst im Allgemeinen und Theater- und Schauspielkunst im Besonderen und dem zu machen, was missverständlich Spiritualität genannt wird. Missverständlich deshalb, weil der Begriff Spiritualität impliziert, dass es irgendetwas gibt, das nicht spirituell ist. Einigen wir uns zum Zweck der Kommunikation also darauf, dass der Weg mit einer Verschiebung der Aufmerksamkeit vom „Materiellen“ zum „Spirituellen“ verbunden sein kann, während beides ebenso wie die Person und ihr Weg nur Perspektiven in stillem, perspektivenlosen Gewahrsein sind. Dies vorausgeschickt, wurde die Begegnung mit Advaita Vedanta (Advaita=Nicht-Zwei, Vedanta=Wissen), vor allem in der Verkörperung durch Nisargadatta Maharaj, zur vielleicht wichtigsten Erfahrung auf meinem Weg.

Im Advaita werden Elemente des Theaters wie Bühne, Rolle, Schauspiel und Drama gelegentlich als Metaphern in Zusammenhang mit dem göttlichen Spiel und der Illusion eines begrenzten Ich in der Du-

alität verwendet. Das Leben wird dabei zum Beispiel mit einer Bühne verglichen, auf der die Akteure und Aktionen kommen und gehen, während die Bühne unverändert bleibt und keinen Anteil an dem nimmt, was auf ihr stattfindet. Es ist naheliegend, dass die Bühnenkünste ermöglichen, dieses Verhältnis von Stille und Ausdruck, Zeitlosem und Zeitlichem direkt erfahrbar zu machen. Kunst im Allgemeinen und vor allem die Künste, die prinzipiell nur den Körper als ihr Instrument benötigen (Schauspiel, Tanz, Performance etc.), können aber auch in einer ganz anderen Hinsicht mit Advaita in Verbindung gebracht werden. Maharaj sagte in seinem Satsang einmal einen Satz, der mich tief und nachhaltig bewegt, ja geradezu erschüttert hat: „Du kannst nicht werden, was du bist, sondern nur loslassen, was du nicht bist. Du kannst aber auch nicht loslassen, was du nicht kennst.“

Natürlich ist es vor allem das Prozessgeschehen der Theaterkunst, das für ihr großes Potential als „advaitische Praxis“ von Bedeutung ist. Es geht also um den Ausdrucksprozess und nicht um die Aufführung eines Ergebnisses, obgleich auch dies möglich ist und zusätzliche Kraft entfalten kann. Hierbei kommen vor allem Arbeitsweisen des Körpertheaters, insbesondere das Rituelle Theater zur Anwendung. Das Rituelle Theater ist als Gruppenimprovisation eine überpersönliche Spielform mit ekstatischer Qualität, die sich aus den spontanen, unmittelbaren Impulsen der Teilnehmer im „Hier und Jetzt“ entwickelt. So öffnet sich der Raum für die Erfahrung ungezählter schöpferischer Lebendigkeit, die an ihrem Höhepunkt in die große Stille fällt, die schon immer in ihr eingefaltet war.



Der Autor **Leon d'Avigdor** ist Bewusstseinslehrer, Energiemystiker und Theatertherapeut. Er entstammt einer langen Linie von Mystikern, die bis ins Mittelalter zurückreicht. Besuch einer Schauspielschule und Studium der Philosophie und Psychologie. Umfangreiche Tätigkeit als Schauspieler und Schauspielcoach. Nach Jahren einer existentiellen Krise Erwachen in die grenzenlose Einheit des Seins. Er gibt Darschan und Einzelsitzungen und hält Vorträge und Seminare in deutscher und englischer Sprache. In seine Seminare werden Arbeitsweisen der Theater- und Performancekunst als advaitische Praxis integriert.



Wie wäre es, wenn wir den Spieß einmal umdrehen und uns von jetzt an erlauben, uns okay zu fühlen?

Wir sind nur Übende!

Wollen Sie perfekt sein oder glücklich? - Von Jochen Meyer

Bin ich noch attraktiv? Wird sich noch einmal jemand in mich verlieben? Genüge ich meinem Partner? Müsstest ich interessanter, klüger, unternehmenslustiger sein? Mit Fragen wie diesen können wir uns das Leben so richtig schwer machen. Umgeben von Erwartungen, wie wir zu sein haben und wie unsere Beziehung zu laufen hat. Zu glauben, wir müssten perfekte Liebhaber sein, perfekte Partner und perfekte Eltern für unsere Kinder, bringt nichts als Kummer. Sind wir spirituell unterwegs, haben wir oft noch höhere Ansprüche an uns: Wir müssen jetzt achtsam Liebe machen, jederzeit so bewusst wie möglich kommunizieren, uns emotional öffnen, in Ich-Botschaften sprechen, unsere Aggressionen konstruktiv transzendieren und dabei möglichst gelassen und entspannt bleiben.

Perfekt sein wollen

Oft versuchen wir, verschiedensten und zum Teil widersprüchlichen Erwartungen gerecht zu werden: Denen unserer verinnerlichten Eltern, unserer kollektiv wahnhaften Gesellschaft und eigenen, die uns wie zum Beispiel unser spirituelles Über-Ich einreden, dass wir nach zweieinhalb Jahren Meditationspraxis schon viel weiter sein müssten und keine Beziehungskonflikte mehr haben dürften. Wir versuchen, in unseren Beziehungen Bildern und Mythen zu entsprechen, wie sie die

Unterhaltungsindustrie, die Werbung und auch manche spirituellen Ratgeber vorgeben: Bildern vom perfekten Liebespaar, von der perfekten Beziehung, vom perfekten Sex. Wir leben nach den Normen anderer und überprüfen ständig, was wir falsch machen und noch optimieren könnten.

Wir denken in schwarz-weiß-Kategorien und sind pausenlos in einem Geisteszustand, der immer neue Probleme sieht und findet.

Unser Streben nach Perfektion resultiert aus einem tiefen Misstrauen uns selbst gegenüber: Der Angst, nicht zu genügen oder nicht richtig zu sein. Dahinter steht ein fragiles, instabiles Selbst. Indem wir uns ständig verändern wollen, kommen wir nie bei uns an und können uns nicht selbstsicher fühlen. Tief in uns nagt dieses bohrende Gefühl, nicht okay zu sein und bedroht fortwährend unsere innere Existenz.

Das Okay-Gefühl zulassen

Wie wäre es, wenn wir den Spieß einmal umdrehen und uns von jetzt an erlauben, uns okay zu fühlen – und zwar genau mit diesen unangenehmen Gefühlen von Unsicherheit, Angst und Zweifel? Wie wäre es, wenn wir nicht mehr länger hinter einem vermeintlich besseren Bild von uns selbst herrennen und uns stattdessen mit

unserer Unsicherheit, unseren Ängsten und Zweifeln annehmen? Wie wäre es, wenn wir aufhören, uns permanent verändern zu wollen und stattdessen einmal innehalten und einfach nur beobachten, was wir gerade fühlen, denken und glauben?

Echtes inneres Wachstum ist Ausdruck eines echten Bedürfnis nach Entwicklung hin zu mehr Freiheit und keine unbewusste Reaktion auf einen inneren Druck, hinter dem unverarbeitete Ängste stecken. Und so beginnt wirkliche Veränderung damit, dass wir den unerwünschten Ist-Zustand anerkennen und annehmen. Erst dann können wir lernen, uns damit okay zu finden, dass wir uns manchmal unsicher fühlen, Fehler machen oder von Ängsten besessen sind. Dabei kann uns die spirituelle Einsicht bestärken, wonach wir alle im tiefsten Innern bereits vollkommen sind, auch wenn wir im alltäglichen Leben jede Menge Mist bauen.

Echtes inneres Wachstum unterscheidet sich von der fixen Idee, sich ständig verändern zu müssen.

Oft ist es hilfreich für das Zulassen des Okay-Gefühls, wenn wir unterscheiden lernen zwischen dem, der wir zu sein glauben – zum Beispiel im Kern schlecht, also nicht-okay und veränderungsbedürftig – und dem, der wir wirklich sind – im Kern zum Guten veranlagt, also okay und entwicklungsfähig. Indem wir erleben, dass wir von verschiedenen Standpunkten auf uns schauen und die Perspektive selber wählen können, erkennen wir leichter, dass wir letztlich immer alles sind: Erfüllte und Unerfüllte, Liebende und Streitende, Erfolgreiche und Scheiternde. Und das ist okay so – wir sind okay so. Nun können wir den Schritt vom entweder–oder zum sowohl–als auch machen: „Entweder wir lieben uns oder wir bekämpfen uns“ hört sich anders an und schafft eine andere Paar-Identität als „wir lieben uns und manchmal bekämpfen wir uns – auch das kommt vor!“ Dieser „Und-Raum“ des sowohl–als auch ermöglicht eine viel flexiblere Sichtweise. Wir sehen uns nun zunehmend als Mitschöpfer unserer Realität und immer weniger als Opfer unserer Umstände. Es fühlt sich definitiv anders an, wenn wir uns als Übende auf unserem Weg durchs Leben sehen und nicht mehr so sehr als wandelnden Problemfall, dem ständig etwas misslingt.

Einander sein lassen schafft Raum zum Atmen

Wenn es im Coaching um die Stärkung des Okay-Gefühls geht, arbeite ich gern mit der Aufstellung innerer Archetypen. Die Klienten nehmen dabei wahlweise die Haltung einer gütigen Mutter, eines wohlwollenden Vaters, eines weisen Alten, manchmal auch die eines Buddha oder eines anderen unterstützenden Wesens ein und betrachten sich dann aus dieser Perspektive selbst. Das führt häufig zu sehr berührenden, vollkommen neuen Einsichten, weil wir alle diese Archetypen in uns tragen

und über das innere Wissen dieser Figuren verfügen; unabhängig von den Erfahrungen, die wir mit unseren realen Eltern gemacht haben. Auf einmal hören wir die Stimmen, die unser Bestes wollen, glasklar und ohne jeden Filter; und manchmal spüren wir auch, dass wir im tiefsten Innern diese Stimmen sind.

Lassen wir zu, dass wir okay sind - liebenswert, existenzberechtigt und wertvoll.

Das erweitert unseren Umgang mit uns selbst und wirkt positiv auf unsere Beziehungen. Hören wir auf, immer alles richtig machen zu wollen, dann darf auch unsere Beziehung oder unser Partner unvollkommen sein. Wir rümpfen die Nase nicht länger, wenn er mal wieder spät von der Arbeit kommt. Vielleicht können wir sogar lachen, wenn er eine Beule ins nagelneue Auto fährt, nachdem er das alte jahrzehntelang heil durch den Verkehr gesteuert hat. Wir bemerken, wann wir zwischendurch wieder eng werden und unser innerer Perfektionist auf den Plan tritt. Auch er darf weiter in uns existieren; letztlich verfolgt er ja gute Absichten. Nur erlauben wir ihm nicht mehr, uns zu vergiften – lieber gestatten wir uns und unseren Partnern, unvollkommen zu sein, weil es uns nun einmal nur so gibt. Lieber sind wir unfertig und glücklich als perfekt und gestresst.

Sobald wir uns nicht mehr so antreiben und an unseren Partnern nicht mehr das bemängeln, was wir an uns selbst ablehnen, verändert sich die Atmosphäre in unseren Beziehungen. Lassen wir einander sein, dann erschaffen wir eine Atmosphäre, in der wir Luft zum Atmen haben und uns gern aus freien Stücken weiterentwickeln. Wir befreien uns, wenn wir uns erlauben, Schwächen zu haben und Fehler zu machen. Um so mehr wir uns als Liebende okay fühlen und uns als Übende sehen, desto wohler werden sich auch unsere Partnerinnen und Partner fühlen. Einem Übenden fühlen wir uns eher nah und verbunden; mit ihm machen wir uns gern gemeinsam auf den Weg.

Der Autor **Dr. phil. Jochen Meyer** ist CoreDynamik-Trainer und Therapeut und arbeitet als Single-Coach und Paarberater in Berlin. Weitere Infos zu seiner Arbeit auf www.jochen-meyer-coaching.de

Dr. Jochen Meyer, „Wie die Liebe gelingt – was Paare über Beziehungen wissen müssen“, Vortrag am 10.04.; Vortragsreihe: „Die sechs Schritte zur erfüllenden Partnerschaft“ und „Begegnungen, die glücklich machen“ am 11.04. und „Beziehungskompetenz“ am 9.5.; offene Coaching-Gruppe für Singles am 30.04., Kontakt und weitere Infos unter 030 – 7790 6127 und auf www.jochen-meyer-coaching.de



Körper- Spiegel- System

Eine Heiltechnik von Martin Brofman
vorgestellt von Viola Schöpe



Das „Körper-Spiegel-System“ wurde in Amerika von Martin Brofman entwickelt. Mit 34 Jahren erfuhr er, dass er an einem Tumor im Endstadium litt. Von den Ärzten als unheilbar aufgegeben, entdeckte er seine inneren Heilkräfte. Mit Gedankenkraft und Bewusstseinsarbeit heilte er sich selbst. Durch seine eigenen Erfahrungen und Erfolge motiviert, entwickelte er das Sehkraftseminar und das „Körper-Spiegel-System“.

Alles beginnt im Bewusstsein

Diese These ist der Ausgangspunkt des „Körper-Spiegel-Systems“ von Martin Brofman. Das Symptom ist immer auch eine Botschaft aus dem tieferen Teil unseres Bewusstseins. Wir wissen, dass Viren Krankheiten verursachen. Viren sind überall. Aber warum sind einige Menschen betroffen und andere nicht? Warum schlägt bei einigen Patienten im Krankenhaus eine Behandlung besser an als bei anderen? Gibt es da ein bestimmtes Schema, eine Ordnung, nach der die Dinge im Körper passieren?

Die Antwort lautet: ja. Der Schlüssel liegt im Bewusstsein jedes Einzelnen. Unser Bewusstsein, die Erfahrung unseres lebendigen Seins, ist Energie. Wir können es „Lebensenergie“ nennen. Diese Energie füllt unseren gesamten Körper aus. Diese Energie, die unser Bewusstsein ist und die unseren Bewusstseinszustand reflektiert, ist mit jeder Zelle unseres Körpers verbunden.

Mit Hilfe der „Kirlian-Fotografie“ kann man diese Energie messen und darstellen. Das erkennbare Energiefeld nennen wir Aura. Wenn du ein Kirlianfoto deiner Hand machen lässt, zeigt es ein bestimmtes Energiemuster. Wenn du ein weiteres Foto anfertigst und dir dabei vorstellst, jemandem Liebe und Energie zu senden, zeigt sich ein anderes Energiefeld auf dem Kirlianfoto. Wir sehen, dass eine Veränderung in unserem Bewusstsein eine Veränderung im Energiefeld erschafft.

Der Körper als Karte

Um die Karte des Bewusstseins zu verstehen, die der Körper darstellt, bedient sich das Körper-Spiegel-System der Chakren. Jedes Chakra ist wie eine solide Energiekugel, die den physischen Körper in derselben Weise durchdringt wie ein Magnetfeld einen physischen Körper. Die Chakren sind nicht physisch. Sie sind Aspekte und Ausdruck des Bewusstseins - in derselben Art und Weise, wie die Aura Aspekte des Bewusstseins widerspiegelt. Martin Brofman erweiterte das Wissen um die Chakren durch seine 35-jährigen Erfahrungen als Heiler, indem er Techniken entwickelte, die es jedem ermöglichen, die Ursachen von Symptomen zu erkennen, den jeweiligen Chakren zuzuordnen und neue, heilsame Bewusstseinsstrukturen zu integrieren.

Heilung geschieht

Die Teile unseres Körpers, die nicht so gut funktionieren, weisen also immer auf die Lebensbereiche hin, die nicht richtig funktionieren. Das daraus entstandene Symptom dient nur dem Zweck, uns auf die Ursache seiner Existenz hinzuweisen. Wenn diese Ursache nicht länger im Bewusstsein existiert, hat auch das Symptom keinen Grund mehr zu existieren. Heilen wir unser Energiefeld, dann wirkt dies in beide Richtungen, sowohl in Richtung des Bewusstseins als auch auf die physische Ebene. Das Ergebnis ist eine Rückkehr zu der Erfahrung der Ganzheit.

Die Autorin **Viola Schöpe** ist Malerin und Bildhauerin. Sie beschäftigt sich seit 30 Jahren mit Selbsterfahrung und Energiearbeit, mit Psychologie, Bioenergetik, Yoga, Meditation und Shiatsu. Sie ist seit 1994 akkreditierte Seminarleiterin des „Körper-Spiegel-Systems“ und lehrt diese Heiltechnik weltweit in Wochenendseminaren.

Viola Schöpe, „Alles beginnt im Bewusstsein“, das Körper-Spiegel-System“ von Martin Brofman, Erlebnisabend & Heilseminar, 16. Mai, 20 -21.30 Uhr, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Berlin Kreuzberg, Eintritt: 8 €, Info & Anmeldung: violaschoepe@web.de, Tel.: 0351-8025055, 0178-5623723, www.healer.ch/de

Die Zitrone – *Citrus medica*

Ihr Thema: Gib mir weniger –
und ich mache mehr!

Bei dieser wundervollen Heilpflanze hat man durch Kultivierung eine Besonderheit entdeckt. Die Zitrone entwickelt mehr Blüten und damit später auch mehr Früchte, wenn man die Zweige biegt. Deshalb die alte Methode, Pergolas aus Zitronenbäumchen zu flechten. Ich hatte gerade die Gelegenheit, den herrlichen „Garten der Minerva“ in Salerno (Italien) zu besuchen, wo sie besonders schön zu betrachten sind.

Wahrscheinlich entwickeln sich durch das langsamere Fließen des Lebenssaftes in den gebogenen Zweigen unter „Überlebensstress“ mehr Blüten, um den Weiterbestand der Art zu sichern. Lässt man die Zweige aufrecht wachsen, gibt es mehr Blätter. Der Saft fließt schnell und sie „schießt ins Kraut“. Gibt man ihr nach der ersten Fruchtreife kein Wasser, bis sie fast vertrocknet ist, entsteht das gleiche Phänomen: wieder mehr Blüten. Dann wird sie gewässert und man erhält eine überreiche zweite Ernte. So wird es in Sizilien, der emotionalen Heimat der Zitrone, seit langem gehalten.

Die ersten Anbaunachweise finden wir schon um das Jahr 1000 in Indien und im arabischen Raum. Heute sind die Hauptlieferanten Mexiko und in Europa vor allem Spanien. Die Zitrone ist seit dem 13. Jahrhundert eine richtige Mittelmeerpflanze geworden. Der kleine Baum trägt gelbe Früchte, er enthält Citronensäure, ätherisches Öl, Pektin, Bitterstoffe, Vitamin C und Farbglycoside. Er gehört zu den Citusgewächsen wie auch Orangen, Pampelmusen und Mandarinen. Wir finden viele volkstümliche Anwendungen in der Küche und in der Medizin:

Zitrone macht das Wasser besser. Einige Spritzer ins Trinkwasser desinfiziert und wertet das Wasser geschmacklich und inhaltsstofflich auf. Die geriebene Schale aromatisiert Gebäck, Cremes und andere Speisen.



Der gepresste Saft hilft frisch getrunken oder im Tee, mit Wasser, als Prophylaxe und bei Erkältungen. Sie ist ein altes Mittel gegen Skorbut (Vitamin-C-Mangel). Heute wird die Zitrone auch bei Zahnfleisch- und Mundschleimhautproblemen benutzt. Der regelmäßige Verzehr hat einen günstigen Effekt auf die Zellstruktur, wirkt regenerierend und damit krebsvorbeugend.

Die Zitrone gilt als gutes Mittel für eine allgemeine Steigerung der Abwehrkräfte des Körpers. Außerdem erinnern wir uns gerne an den alten Spruch: „Sauer macht lustig“ - in diesem Sinne für alle Sanguiniker ein Lob auf die Zitrone.

Anwendungstipp

- ◆ Eine unbehandelte Zitrone vierteln, mit grobem Meersalz bestreuen und in einem Glas fest verschlossen 3 Tage aufbewahren. Dann mit kochendem Wasser übergießen und 2 Wochen ziehen lassen. Die Schale wird ganz weich und man reicht die Stückchen und den Saft in der marokkanischen Küche zu Fleisch und Gemüse. Die Speisen werden so besser vertragen und es schmeckt köstlich.



Die Autorin **Cornelia Titzmann** ist Heilpraktikerin und unterrichtet an der SHS in Berlin, Horst-Kohl-Str.2, 12157 Berlin, Tel.030/ 794 04 520, contact facebook: Naturheilpraxis Cornelia Titzmann



Phosphor

Himmelhoch jauchzend – zu Tode betrübt

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

H. Schäfer: Worüber wollen wir heute reden?

A. Krüger: Über eine der vielen Facetten von Phosphor: himmelhoch jauchzend – zu Tode betrübt. Phosphor hat viel mit Künstlersein, mit Ekstase und mit Applaus zu tun. Als junger Mann war ich lange Zeit in Griechenland, um dort homöopathische Ärzte auszubilden. In dieser Zeit lernte ich auch Bert Hellinger kennen und erzählte den Griechen begeistert von seiner Arbeit. Irgendwann wollten sie diese Arbeit auch mal praktisch kennenlernen und waren so begeistert, dass ich in Thessaloniki – und damit zum ersten Mal in Griechenland – ein Aufstellungs-Seminar machte. Die Griechen sind ein sehr begeisterungsfähiges Volk, sie können dich mit Liebe überschütten und dir die Hände küssen – was ein Berliner Schüler noch nie bei mir gemacht hat. Ich als Narzisst – Phosphor ist das wichtigste Mittel aus der Rubrik Narzissmus – wurde natürlich gefüttert. Nun bin ich als hysterischer Mensch auch sehr süchtig, habe 60 Karelias-Zigaretten geraucht, habe in Kneipen herrliche Musik gehört und bin jeden Abend betrunken ins Bett gefallen. Am nächsten Morgen gab es einen doppelten Espresso, einen halben Liter frischen Orangensaft und wieder 15 Aufstellungen. Es war also eine einzige Ekstase! Phosphor ist ein Mittel, wenn Menschen nach besonders ekstatischen Erlebnissen krank werden. Ich glaube, ich war noch nie so glücklich und war noch nie so in meiner Kraft wie an diesem Wochenende. Nachdem mich alle am Flughafen mit viel Aufwand verabschiedet hatten, musste ich durch diese Sperre gehen und auf einmal war es ganz leise. Ich setze mich auf meinen Koffer, zündete mir eine letzte Zigarette an und sumnte ein Lied vor mich hin, das für mich das Phosphorlied an sich ist: „Stay just a little bit longer“ von Jackson Brown. In dem

Lied schreibt er, dass ein völlig ekstatisches Konzert gerade vorbei ist und er ganz alleine in dem Saal sitzt. Das passte einfach genial in meine Situation: Das Konzert ist vorbei, es war wunderbar, aber jetzt ist alles leer. Eben noch himmelhoch jauchzend, jetzt zu Tode betrübt.

Phosphor ist auch eines der wichtigsten medialen Mittel, und in dieser Situation habe ich einen Satz gesagt, der typisch für Phosphor ist, denn es ist ja auch ein tuberkulinisches Mittel. Den Satz habe ich danach nie wieder gesagt und ich werde ihn auch nie wieder sagen. Ich sagte: „Es war so schön und so ekstatisch, unwiederholbar, da kann eigentlich nichts mehr kommen. Eigentlich könnte ich jetzt auch sterben, denn alles, was jetzt danach kommt, ist kalter Kaffee.“

Oh là là...

Ja, es war Quatsch, aber das habe ich in dem Moment gedacht. Aus diesem Satz ist eine schwere Lungenentzündung geworden, die mich sechs Wochen lang beutelte und auf die kein homöopathisches Mittel ansprach. Ich nahm zusätzlich Pflanzen, bekam außerdem Akupunktur, bin zu meinem Psychotherapeuten gerannt und musste trotzdem am Tag fünf Unterhemden wechseln, weil ich so schwitzte. Natürlich habe ich weitergearbeitet und – ich gebe es zu – sogar auf Aspirin zurückgegriffen. Der einzige angenehme Nebeneffekt der Krankheit war, dass ich 15 Kilo abnahm – was sich durchaus gut anfühlte. Denn auch das liebt Phosphor: dieses leicht Nekrophile mit Assoziationen zum Zauberberg. Aber es wurde immer schlimmer und eines Tages schickte mich meine Frau zu einem Arzt. Erst wehrte ich mich mit Händen und Füßen, bin dann aber doch hingegangen und er sagte mir: „Sie hatten mal eine Lunge und anhand der Blutwerte sehe ich, dass Sie eine

schwere Leberentzündung hatten, weil die Pneumokokken der Lungenentzündung auf Ihre Leber gegangen sind und die Leber sich jetzt auch in Auflösung befindet.“ Dann ging ich zum Radiologen, der eine schwere beidseitige Lungenentzündung feststellte und mir Antibiotika nahe legte, wenn ich nicht bald sterben möchte. Dagegen habe ich mich trotz allem gewehrt und mich noch einmal mit meinem Homöopathen verabredet, aber ich war schon echt auf der Kippe. Ich konnte kaum noch laufen, konnte kaum noch atmen, ich konnte fast gar nichts mehr.

Wie lange ist das her?

Das ist jetzt ungefähr 16 Jahre her. Es war die erste schwere Krankheit, die ich nach meiner Migräne hatte. Als ich wieder einmal wegen Schlaflosigkeit nachts um vier „Roseanne“ guckte, ging plötzlich der Fernseher aus und es wurde auf eine ganz merkwürdige Art und Weise leicht windig im Zimmer. Und dann sah ich ihn! Es war das erste Mal in meinem Leben, dass ich einen Engel sah. Er stand in meinem Wohnzimmer, riesig groß, obsidianartig – also ganz glänzendes Schwarz – und er war einfach gigantisch. Wunderschön und edel. Er guckte mich ganz freundlich an und hielt mir die Hand hin. In dem Moment wusste ich, dass alles gut war und wenn ich diese Hand nehmen würde, aus meinem Körper raustreten könnte und er würde mich irgendwo hin mitnehmen, wo ich nie mehr Sorgen haben werde. Dann würde ich in die reinen Länder gehen. Das war mir total klar. Und das hatte in dem Moment auch ein Faszinosum, dass endlich Ruhe ist. Denn nach Thessaloniki konnte ja nichts mehr kommen.

Und dann hörte ich meine Tochter husten und dachte: „Ne, so schön und so heilig es jetzt ist, mit dem mitzugehen – meine Frau würde das alles schaffen, aber meine Tochter ist erst 13, 14 Jahre alt und deswegen kannst du das nicht machen.“ Als der Engel mitkriegte, dass ich nicht mitkomme, zog er den Arm wieder zurück. Auf meine Frage, warum er es zulässt, dass ich so schwer krank geworden war – ich kümmerte mich doch um die Menschen, ich erzählte den Menschen von der Existenz der Engel, ich arbeitete für die Freiheit des Menschen und jagte sogar Dämonen – eigentlich müsste er doch mit mir zufrieden sein – warum dann diese Lungenentzündung? antwortete er: „Die Lungenentzündung ist ein Liebesdienst, denn wir haben mit dir hier noch viel vor. Wenn du aber so weiterlebst, wie du jetzt lebst, dann schaffst du es nicht. Das war eine kleine Warnung, die wir dir geschickt haben und wenn du das annimmst, dann verschwindet die Krankheit ohne Schäden.“ Darauf ging er raus, der Fernseher ging wieder an und der Wind hörte auf.

Am nächsten Morgen ging ich sofort zu meinem homöopathischen Arzt und erzählte ihm meine Symptome: nachts Husten, nicht schlafen können und Träume von schwarzen Engeln. Wir waren uns beide bei der Mittelwahl von Phosphor einig, zwei Stunden später hörte ich

auf zu husten und zwei weitere Stunden später war mein Fieber weg. Als mein Arzt nach zwei Wochen meine Lungen röntgte, waren sie völlig in Ordnung und auch meine Leberwerte bewegten sich in einem normalen Bereich. Ich habe damals sofort aufgehört zu rauchen, es tatsächlich vier Wochen lang geschafft – allerdings dann wieder angefangen.

Haben Sie noch einmal einen Engel gesehen?

In anderer Form, ja, allerdings erst Jahre später. Es war in der Zeit des Börsencrashes, als ich im Urlaub in Griechenland meinen Burnout erlebte. Zurück in Berlin ging ich zu meiner Therapeutin Anna Bittmann und war voller Vorwurf gegen die Himmlischen: „Wie könnt ihr? Ich Sorge mich doch um die Menschen! Warum tut ihr mir das an?“ Und dann machte meine Therapeutin eine Gestalttechnik, die sich „der heiße Sitz“ nennt, bei der mir derjenige gegenüber sitzt, den ich anklage und ich bin ich. Dann habe ich den Engel, der da saß, angeklagt und anschließend musste ich wechseln und auf den anderen Platz gehen. Sofort als ich auf dem Platz saß, war ich der Engel. Ich gucke mich ganz ruhig an und sagte: „Was regst du dich denn so auf? Wir haben dir doch damals gesagt, dass wir eine Menge mit dir vorhaben. Die Lungenentzündung war nicht so schlimm und ging wieder weg, aber du hast nicht gehört. Jetzt ermahnen wir dich noch einmal richtig. Es wird wieder alles gut werden, wenn du auf uns hörst, aber es wird diesmal wesentlich länger dauern.“ Er hatte Recht, denn es dauerte nicht zwei Wochen, sondern 1 1/2 Jahre – zum Glück, ohne dass etwas übrig blieb. Aber ich weiß, das dritte Mal könnte etwas übrigbleiben. Damals habe ich noch vor Ort meine Zigaretten weggeschmissen und nie wieder angefangen zu rauchen – also ein bisschen habe ich gelernt.

Wie lange ist das her?

Das war 2002. Seitdem keine Zigaretten mehr und deutliche Stressreduzierung. Auch habe ich viel mit Entleerung gearbeitet, so dass heute in meinem Leben Dinge möglich sind, die früher nicht möglich waren, die mir gut tun, die mich entstressen und mein System immer wieder entspannen. So habe ich schon massiv etwas in meinem Leben ändern können.

Danke für diese lange Phosphor-Geschichte.

Der Autor Andreas Krüger ist Heilpraktiker, Schulleiter und Dozent an der Samuel-Hahnemann-Schule in Berlin für Prozessorientierte Homöopathie, Leibarbeit, Ikonographie & schamanischer Heilkunst – zuletzt: Heiler und heiler werden, Gespräche über Heilkunst, Berlin 2013. Weitere Informationen zur Arbeit des Autors: Samuel-Hahnemann-Schule, Mommsenstr. 45, 10629 Berlin, Tel.: 323 30 50, buero@heilpraktiker-berlin.org, www.Samuel-Hahnemann-Schule.de





„Glaub nicht mir, frag deine Spirits.“ - Michael Harner

Höhle und Kosmos

„Höhle und Kosmos“ ist der Titel des neuen Buches von Michael Harner. Darin beschreibt er „schamanische Begegnungen mit der verborgenen Wirklichkeit - eine Landkarte jener unsichtbaren Welten, in denen Schamanen aller Kulturen seit Urzeiten unterwegs sind“. Die Berliner Autorin Katja Neumann, die seit gut 10 Jahren mit der „Foundation for Shamanic Studies“ eng verbunden ist und den Autor auch persönlich erleben durfte, stellt das Buch vor.

Michael Harner wird dieses Jahr 85 Jahre alt, ist promovierter Anthropologe und bekannt durch sein Buch „Der Weg des Schamanen“ (erstmal erschienen 1980, Heyne). Er gilt als DER Mensch, der den ganz praktischen Schamanismus wieder unter die Menschen gebracht hat, und zwar nicht nur unter uns unwissende Westler, die vielleicht schon mal Castaneda gelesen haben. Auch die Kinder und Enkel jener vor 30-50 Jahren praktizierenden Schamanen, die Harner lange begleitet und von denen er gelernt hatte, besuchen heute seine Seminare. Er hat die „Foundation for Shamanic Studies“ (FSS) in Kalifornien gegründet und seit Jahrzehnten gibt es auch eine europäische Dependenz – offen für jeden, der Schamanismus erleben und erlernen möchte.

Das „Problem“ bei Michael Harner: Er ist ein wandelnder Wissens- und Erfahrungsschatz, aber tatsächlich existierte vieles nicht schriftlich – oder zumindest nicht von ihm selbst niedergeschrieben. Bisher. Genau betrachtet ist auch sein „Weg des Schamanen“ eher ein dünnes Büchlein, obwohl ich wirklich niemanden

kenne, der in so vielen verschiedenen schamanischen Kulturen und über 50 Jahre intensivste Feldforschung betrieben hat. Seine Berichte kommen wirklich noch aus erster Hand.

Wertvoll auch deswegen, weil vieles heute gar nicht mehr existiert.

Dabei versteht er es seit jeher, Urwissen mit Moderne zu verbinden. Ein Schamane z.B. aus dem Amazonas kennt unser Leben im Großstadtdschungel nicht und wir „degenerierten“ Westler sind ihm fremd. Unsere Psyche und auch unsere Krankheiten funktionieren ganz anders. Michael Harner schlägt die Brücke. Er macht den Schamanismus erfahrbar, greifbar, anwendbar und nimmt Berührungsangst, entmystifiziert ihn auch auf eine respektvolle Weise, bringt ihn auf Augenhöhe.

In diesem Buch nun teilt er endlich seine Erfahrungen und sein gesammeltes Wissen und die scheinbar unendlichen Berichte und Beschreibungen seiner Studenten mit dem Rest der Welt.

Eines seiner Hauptinteressen lag dabei auf der Kartographie der nichtalltäglichen Wirklichkeit (NAW).

Alle Studenten aus der ganzen Welt in seinen Dreijahresprogrammen haben als Hausaufgabe aufbekommen, eine Landkarte ihrer NAW anzufertigen. Von grandiosen Kunstwerken auf Tierhäuten, Bleistiftskizzen und schriftlichen Beschreibungen in Diplomarbeitsumfang ist alles dabei.

Michael Harner, eben doch auch leidenschaftlicher Wissenschaftler, hat all die Jahre diese Karten und Schriften gesammelt und ausgewertet, ohne sie jedoch zu bewerten oder zu psychologisieren.

Was dabei auffällt, und das ist Michael Harner ganz wichtig hervorzuheben, ist das Phänomen der erstaunlich vielen Übereinstimmungen. Orte an denen z.B. Verstorbene oft zu finden sind oder Seelenanteile, Wege und Möglichkeiten, in die verschiedenen Welten zu kommen... zu viele um noch Zufall zu sein.

Genauso ist es mit den Berichten schamanischer Reisen, also Erlebnissen in der NAW, von denen er ebenfalls Tausende archiviert hat. In seinem Buch kann man viele persönliche Berichte von Seminarteilnehmern lesen und im Anschluss erklärt er - wieder ganz wertfrei - Zusammenhänge und Überschneidungen, wie sie auch die Urschamanen aus ihren Visionen berichten.

Also auch da immer wieder das Phänomen, dass Menschen, die vielleicht gerade ihre erste schamanische Reise gemacht haben, von Dingen berichten, die sie eigentlich gar nicht wissen könnten – es sei denn, es existieren tatsächlich doch andere Welten, in denen man Antworten von helfenden Wesenheiten bekommt.

Es ist Michael Harner ein Bedürfnis, über diese vielen kleinen Mini-Wunder, wie er es nennt, dem Leser zu beweisen, dass es die nichtalltägliche Wirklichkeit tatsächlich gibt und es sich durchaus lohnt, sich in diese Welten zu begeben und die Weisheit der Spirits zu nutzen. Denn es ist ein Kosmos, in dem sich Wahrheit mitteilt und wir auf ein Wissen zugreifen können, das sich nicht wissenschaftlich erklären lässt.

So darf der Leser teilhaben an Ritualen, wie sie die Schamanen seit Jahrtausenden praktizieren und er wird mitgenommen auf eine Zeitreise in Dschungel, auf Berge und Steppen und ist dann wieder ganz im Hier und Jetzt und wir stellen fest: So anders sind wir gar nicht, wir tun uns nur anfangs schwerer. Vor allem mit dem Vertrauen.

Im Buch wird aus einer Legende der Puyallup-Indianer zitiert:

*Schließe die Augen
dann findest du den Weg*

Es hat bisher noch niemand so viel Zeit, Studien (und Liebe!) in die Erforschung der Existenz der nichtalltäglichen Wirklichkeit und ihrer Beschreibung gesteckt wie Michael Harner. Eben mit dieser seiner Gabe, immer einen Bogen zwischen Ur-Schamanen und Erfahrun-

gen westlicher Menschen zu schlagen, aufzuzeigen, dass das, was man beim schamanischen Reisen erfahren kann, wirklich kleine Wunder für jeden erfahrbar sind, egal ob weiß oder rot oder braun. Ihm fehlt dabei völlig jede Überheblichkeit und Arroganz vieler Kollegen, die damals zeitlich mit oder auch vor ihm angingen, den Schamanismus zu ergründen, die aus ihrer vielleicht christlichen und wissenschaftlichen Sicht, sich nicht einlassen konnten, sondern oft (ab)wertende Beobachter voller Dogmen waren. Michael Harner ist einem immer nah, weder Über-Wissenschaftler noch Über-Schamane.

So ist dieses Buch sowohl eine Aufforderung weiterzumachen als auch ein Schatz für alle Praktizierenden, genauso aber auch eine Ermutigung, sich jetzt auf die erste Reise zu begeben und endlich seine nichtalltägliche Wirklichkeit kennen zu lernen. Michael Harner hat mal gesagt, Schamanismus ist was für Skeptiker. Und er sagte: „Glaub nicht mir, frag deine Spirits.“



Die Autorin **Katja Neumann** ist Heilpraktikerin und Shamanic Counselor mit eigener Praxis in Berlin, Prenzlauer Berg.

Katja Neumann, Schamanisch Reisen lernen, Workshop, 5.4., 12-16 Uhr, Gethsemanestr. 3, 10437 Berlin, weitere Infos auf www.katja-neumann.de



Buchtipp: Michael Harner, Höhle und Kosmos, gebunden mit Schutzumschlag, Ansata-Verlag

Wie Atem zum hochintelligenten Heiler wird

Dr. Christina Kessler lehrt „Verbundenes Atmen“

im Kontext von Energetischem Heilen und Bewusstseinsweiterung

Verändert der Mensch auch nur eine Kleinigkeit an seinem Atemrhythmus, kann das enorme Auswirkungen auf Organismus und Geist haben. In der Regel macht der Mensch zwischen dem Ein- und Ausatmen eine kleine Pause. Lässt er diese bewusst für 20 Minuten oder länger weg, wird der Organismus von Sauerstoff und damit von Lebensenergie (in asiatischen Kulturen auch chi oder prana genannt) intensiv geflutet.

„Dieser Energiestrom ist weiser als jeder Therapeut“, so Kessler. „Er weiß immer genau, wo er gerade am dringendsten benötigt wird. Jede Atemsession ist anders.“

Das wussten auch schon zahlreiche Lehrer aus dem fernen Osten. Stan Groff und Leonard Orr machten diese Technik schließlich im Westen bekannt. Im Gegensatz zu bisherigen Schulen führt Christina Kessler die Teilnehmer in ihren Atemsessions durch einen ganz spezifischen Bewusstseins-Prozess (Universal Process): Zunächst kommt es zur Einsicht in blockierende Denk-, Verhaltens- und Handlungsmuster; dann zur energetischen Befreiung von diesen Lebenswiderständen und schließlich zur Rückverbindung mit dem innersten Wesenskern. Die frei gewordene Kraft, als intensiver Energiestrom wahrgenommen, wird sofort in konstruktive Bahnen gelenkt.

Was Teilnehmer häufig erleben, sind starke seelische, körperliche und geistige Befreiungs- und Ekstasezustände. Toxine und Schlacken lösen sich, Unterdrücktes drängt ins Bewusstsein, innere und äußere Verjüngung tritt auf, neue Eingebungen werden aus der Rückverbindung mit in den Alltag genommen. Die Teilnehmer gehen ihre Aufgaben leichter an und entwickeln zunehmende Lebensmeisterschaft.

Teilnehmer an der 2-jährigen amoBreathwork-Ausbildung, die ab Juni 2014 erstmals in Norddeutschland angeboten wird, lernen nicht nur wie sie in Einzelarbeit und in Gruppen Atem-Sitzungen anleiten, sondern auch wie sie mit ihrer frei fließenden Lebensenergie Heilprozesse unterstützen können. Nicht zuletzt ist die Ausbildung eine Einführung in den wissenschaftlich anerkannten Bewusstseinsansatz der Amosophie mit dem Leitsatz „amo ergo sum – Ich liebe, also bin ich“.



Über Christina Kessler:

Die Ethnologin und Bewusstseinslehrerin Dr. phil. Christina Kessler vermittelt ihren Ansatz weltweit in Vorträgen, Seminaren und Ausbildungen.

Sie ist Referentin auf internationalen Kongressen und kooperiert mit zahlreichen Projekten, die sich um das neue Paradigma ranken. 2008 wurde ihre Arbeit mit dem Internationalen Otto-Mainzer-Preis, New York ausgezeichnet.

Das lange vergriffene Buch jetzt wieder erhältlich!

Christina Kessler, 33 Herzensqualitäten –

Die Intelligenz der Liebe, 24,90 Euro.

HQ- Affirmationskarten-Set, 19,80 Euro

(bei gemeinsamer Bestellung portofrei)

Beginn d. Ausbildung: 26. Juni 2014 im MaRah Seminarhaus in Rahden. Info unter www.marah.de
Voraussetzung für die Ausbildung ist ein Essenzkurs:

08.- 11. Mai 2014: Gut Saunstorf (bei Wismar) oder

17.- 20. Mai 2014: Glarisegg, Bodensee (CH)

Info, Anmeldung und Buchbestellung: www.christinakessler.com, info@christinakessler.com

Zelle versorgt Mensch gesund

Was enzymaktive Zellkost leisten kann

„Der Alterungsprozess von Körper und Geist muss nicht unaufhaltsam voranschreiten. Er kann gestoppt, ja umgekehrt werden“, so die russisch-schamanische Heilerin Lumira in ihrem Buch ‚Erneure deine Zellen‘. Was in Asien längst kein Geheimnis mehr ist, fasst nun auch im europäischen Raum Wurzeln: Geistige Übungen und enzymaktive Zellkost können tatsächlich dazu beitragen, dass ein Mensch genau so jung ist bzw. wird, wie er sich fühlt. Denn schon die alten Weisen wussten: Jung und gesund Sein fängt auf der Zellebene an.

Körperliche Gesundheit und seelische Ausgeglichenheit hängen stark vom Zustand unserer Zellen ab. Optimismus, körperliches Glück und Freude empfindet ein Mensch nur dann, wenn die winzigen Kraftwerke, die Mitochondrien uneingeschränkt leistungsfähig sind. Sie liefern Wärme und Energie für alle komplexen biochemischen Prozesse im Organismus. Läuft unsere Lebensenergie mit ihrer Hilfe rund, ist auch die Seele gesund. Krankheit, Erschöpfung und Schwäche vergehen, wenn der innere Motor munter brummt.

Der Schlüssel zu ewiger Kraft und Jugend hängt mit der Erneuerung des Chi, der Lebensenergie zusammen: Besonders im Frühjahr, wenn alles Leben wieder beginnt, wirkt der Ernährungswissenschaft zufolge eine enzymaktive Zellaufbau-Kost Wunder, denn eine solche ist optimaler Treibstoff für die Mitochondrien und bringt die winzigen Kraftwerke richtig in Schwung.

Forscher fanden durch das Studium der Essensgewohnheiten der ältesten Bevölkerung der Erde, der Menschen auf Okinawa heraus, dass langes Leben mit enzymaktiver, milchsauer vergorener Nahrung zusammenhängt

und suchte einen Weg, diese in möglichst hoher Konzentration zu gewinnen. Mithilfe fein ausgeklügelter Bio-Technologie und in reiner Handarbeit entstand der hochkarätige Vitalstofflieferant Man-Koso: Eine optimale fermentierte Zellaufbau-Nahrung, die wertvolle Aminosäuren, Polyphenole und Mineralstoffe in für die Körperzellen bestmöglicher verwertbarer Aufschlüsselung enthält. Als Kleinstmoleküle gelingt es ihnen, durch die Zellmembran direkt hinein in die Mitochondrien zu schlüpfen und ihnen den Treibstoff zu liefern, den sie zur Gewinnung der Lebensenergie, des wertvollen ATP brauchen.

Die Heilpraktikerin Jessie Jandt (Neuenstadt-Bürg) ist seit Jahren begeistert von der tiefgreifenden Wirkung des enzymaktiven Aufbaumittels Man-Koso: „In Japan wusste man seit jeher, wie man besonders alt wird! Hier erhalte ich die geballte Kraft einer gezielten Bio-Rohkost, die in hochenergetische Vitalstoffe verdichtet wurde. Weil ihre natürliche Reaktionsfreudigkeit erhalten bleiben konnte, sind jene in der Lage, bestehende Versorgungslücken in den unterschiedlichen Körperzellen zu erkennen und sofort zu schließen. Von der Zellebene aufwärts können so Blockaden gelöst werden. Enzymaktive Zellkost ist der Treibstoff, der die Selbstheilung erfolgreich in Gang setzen kann, besonders bei chronischen Krankheiten und akuter Schwäche. Mit gezielter Zellnahrung kann unser Körper weit mehr, als man denkt. Ich habe erlebt, dass sich sogar Zahnschmelz wieder aufbaut, sobald defizitäre Zelldepots gefüllt sind.“

Hin und wieder eine vitalisierende Kur wirkt wie ein Jungbrunnen für die Zellen bei Mensch und Tier.



Mehr Infos zur Zellaufbaukost 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



Himmlische Konstellationen April 2014

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

Allgemeine Trends

Rückzugsgefechte und unverhoffte Paukenschläge prägen das Geschehen der kommenden Wochen. Insbesondere in den Tagen um Ostern herrscht ein enormer Wandlungsdruck, der schnell dazu führen kann, dass Machtkonflikte eskalieren (Großes Kreuz von Mars, Jupiter, Uranus und Pluto). Dies wird sich sicherlich im aktuellen Weltgeschehen niederschlagen, kann Sie jedoch auch ganz persönlich betreffen. Gehen Sie daher keine leichtfertigen Risiken ein und planen Sie die Gestaltung Ihrer Osterferien mit besonderer Sorgfalt und Umsicht. Die therapeutische Intensität dieser Tage hat gewiss auch ihre guten Seiten, dennoch lässt sich die explosive Dynamik nicht immer nach eigenem Ermessen steuern. Setzen Sie sich daher nur solchen Situationen aus, denen Sie sich seelisch und emotional gewachsen fühlen.

Die kommenden Wochen bescheren Ihnen und Ihren Mitmenschen sowohl innere als auch äußere Zerreißproben, zu deren Bewältigung vor allem Weitsicht und Gelassenheit gefordert sind. Denken, planen und handeln Sie jetzt in größeren Dimensionen und versuchen Sie aktuelle Konflikte in einem umfassenderen Kontext zu sehen. Was gegenwärtig geschieht, war schon lange zu erwarten und spätestens jetzt müs-

sen Sie mit neuen Mitteln und Wegen darauf reagieren. Mit gebrauchten Patentrezepten kommen Sie gegenwärtig nicht weiter. Gehen Sie ruhig gewisse Risiken ein, selbst wenn viel auf dem Spiel steht. Wer jetzt etwas wagt, der kann viel gewinnen, wer nichts wagt, der hat schon verloren. Warten Sie nicht auf Anstöße von außen, sondern werden Sie von sich aus aktiv. Sie haben jetzt die Chance, einen ganz großen Knoten zu lösen, von dem Sie sich womöglich seit Jahren eingeschnürt fühlen. Lassen Sie erst locker, wenn Sie sich wirklich befreit haben.

Was zu tun ist

Machen Sie sich bewusst, wo Sie auch selbst die Initiative ergreifen sollten, um entstandene Konflikte zu entschärfen (Sonne Opposition Mars am 8. April). Da allenthalben verdrängte Aggressionen hochschießen und ungezügelt freigesetzt werden, können Sie nicht damit rechnen, überall mit Samthandschuhen angefasst zu werden, auch wenn so mancher böse Wolf jetzt Berge von Kreide frisst. Reichen Sie ruhig auch selbst die Hand zur Versöhnung, allerdings möglichst ungeballt. Der Kampf um Kompromisse ist in diesem Frühjahr ein Gefecht, das Aussicht auf Erfolg verspricht. Tragen Sie keine Konflikte aus, bei denen alle Beteiligten am Ende

als Verlierer dastehen. Machen Sie sich stattdessen für Lösungen stark, bei denen jeder etwas zu gewinnen hat. Nur eines sollten Sie auf keinen Fall tun: Darauf warten, dass Ihr Gegenüber den Anfang macht. Soviel Mut muss sein.

Kommunikation

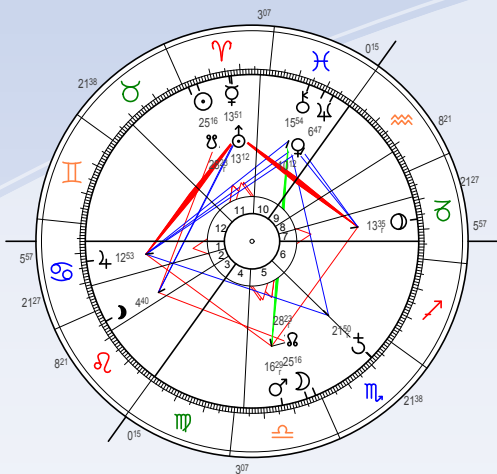
Hüten Sie in den bereits erwähnten brenzligen Tagen vor Ostern Ihre Zunge und halten Sie sich mit spitzen Bemerkungen zurück (Merkur Quadrat stationärer Pluto am 15. April). Versuchen Sie nicht einfach Ihre Standpunkte durchzuboxen, sondern zeigen Sie sich dialogbereit (Merkur Opposition Mars am 16. April). So können Sie in diesen Tagen am besten von der ebenfalls vorhandenen enormen geistigen und mentalen Intensität profitieren und für bestimmte Themen und Konflikte unverhoffte Lösungen finden.

Lust und Liebe

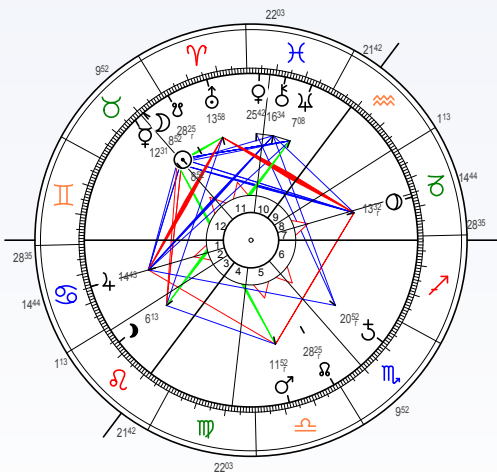
Es ist nach wie vor altes Begehren, das in der Liebe für eine erfrischende Dynamik sorgt. Sie können weiterhin auf Überraschungen hoffen, die durch das Auftauchen von Ex-Geliebten oder das Wiederaufflackern des Eros in bestehenden Beziehungen verursacht werden. Werden Sie in der Liebe jedoch nur dann rückfällig, wenn es aus freien Stücken geschieht.

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 Waage (15.04.): Geteilte Meinungen verursachen jetzt doppelten Ärger. Reden Sie dennoch niemandem nach dem Mund, sonst geht der Stress erst richtig los.



Neumond in Stier (29.04.): Halten Sie nicht länger an Dingen oder Menschen fest, die bereits Vergangenheit sind.

FRÜHJAHRSKONZERT

Wie im Himmel



~ MIT LEX VAN SOMEREN & BAND ~

LEX voice vision mystery
VAN SOMEREN

09.05. Berlin,
Passionskirche, 19 Uhr
Marheinekeplatz 1, 10961 Berlin

VVK: Mandala Buchhandlung, Husemannstr. 27, 10435 Berlin //
Adhara Büchertempel, Pestalozzistr. 35, 10627 Berlin //
Daulat Buchhandlung, Wrangelstr. 11-12, 12165 Berlin //
Zenit-Buchhandlung, Pariser Str. 7, 10719 Berlin

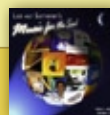
SONSTIGES KONZERT

04.04. Berlin, Gotischer Saal, 20 Uhr
„Intuitive Klangzeit“ mit Mitsch Kohn

Gratis Demo-CD

Bestellen Sie jetzt kostenfrei
Ihr persönliches Exemplar unter

www.someren.de · wieimhimmel@someren.de



Konzertbesucher berichten:

„Drei Stunden spürte ich die positive Energie und liebevolle Ausstrahlung und durfte in den Seelenraum eintauchen, der mit der Musik für uns geschaffen wurde. Diese Kunst berührt so tief und ist so heilsam!“

Seelennahrung pur!



TICKETHOTLINE: +49(0)7223/806650
www.someren.de

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.org

Frühlingsaktion: 50% Rabatt auf Ihre erste Roling-Sitzung

1. April - 31. Mai 2014

Rolting 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 April und Mai erhalten neue Klientinnen und Klienten eine erste Roling-Sitzung zum halben Preis. Ohne Verpflichtung zur Fortsetzung. Erleben Sie, wie Roling 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.roling-baumgartner.de



Heilpraktikererlaubnis für Psychotherapie

Infoveranstaltung: Donnerstag, den 3. April um 11 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. Einstieg in die laufenden Kurse ist noch möglich. Diese gibt es wahlweise als Tages- und Abendkurse.

Infotermin: Donnerstag, 3. April um 11 Uhr

Ort/Info/Anmeldung: Institut Christoph Mahr - Katharinenstraße 9, 10711 Berlin-Wilmersdorf, Tel. 030.813 38 96, www.christoph-mahr.de

Eros & Psyche - UnBewusste Partnerwahl - Intensivworkshop für Singles

Ostern 2014 mit Dipl. Psych. Regina Tamkus

Wie wähle ich wen ich liebe und wie kann ich mein unbewusstes Wahlmuster so ändern, dass ich die Liebesbeziehung dauerhaft anziehe, nach der ich mich tief in meinem Herzen sehne? Das sind die großen und berührenden Themen dieses Workshops. Ich habe den Eros&Psyche-Singelprozess vor 16 Jahren mit tiefer Freude und Dankbarkeit aus meiner eigenen positiven Erfahrung heraus entwickelt. Das Einlassen auf diesen seelischen Prozess ist für viele Männer und Frauen unterstützend gewesen einen Partner zu finden oder sich finden zu lassen.

Termin: 18.-21.4.14

Kosten: 530€/Frühbucher 495€ bis 1.3.14

Ort: Berlin-Friedrichshagen

Info/Anmeldung: 030/ 64094526, regina.tamkus@erosundpsyche.net, www.erosundpsyche.net





Auf Kurs – mit deinem inneren Kompass

FrauenRaum: Workshops und Praxisabende

Lerne dein Bio-Feedback-System kennen. Nimm deinen inneren Kompass wahr, um Entscheidungen besser treffen zu können und deine Wünsche kennen zu lernen. Fühl dich wohl auf deinem Lebenskurs. Ich biete dir Zeit und Raum zum Nachspüren, Ausprobieren und Entdecken. Wir reisen gemeinsam mit Spaß und Neugier zu unterschiedlichen Themen. Dabei rege ich auf jeder Reise deinen Körper und deine Kreativität durch Bewegungsbildungen, künstlerische und assoziative Gestaltungsmittel oder symbolische Elemente an. Entdecke dabei Verborgenes, Ungewöhnliches und Neues. Ich lade dich ein, die kraftvolle Sprache deines inneren Kompasses dazu wahrzunehmen. Hör auf dein Bio-Feedback-System. Sensibilisiere dich für die aufzulösenden Stressfaktoren in deinem Leben. Gehe entspannt, kraftvoll und mit Freude deinen Weg. Willkommen auf unserem gemeinsamen Kurs. Reise mit - so oft du möchtest.

Themen und Termine:

15.04., 19-21 Uhr - Praxisabend: federleicht - „fehlerleicht“: Lerne Übungen für einen stressfreien Umgang mit deinen Entscheidungen kennen (15 €).

26.04., 11-15 Uhr - Workshop: „Ich mach mir die Welt, wie sie mir gefällt“ – meine Wunschtafel: Lass deine selbstgestaltete Collage sprechen: Bewusste und verborgene Wünsche (45 €).

06.05., 19-21 Uhr - Praxisabend: Entdecke die führende Kraft des Labyrinths: Lerne durch Übungen das Prinzip dieses ausgleichenden Symbols kennen (15 €).

17.05., 11-16 Uhr - Workshop: Lass dich vom Weg (ver)föhren!: Erfahre das Labyrinth mit deinem ganzen Körper: in der Natur und kreativ. Nutze seine uralte Kraft für deine Lebensfragen. Dieser Workshop findet zum Teil draußen in den Gärten der Welt in Marzahn statt (55 €).

Ort: Praxis Mara Stone, Belforter Str. 29, 10405 Berlin

Anmeldung: Lernberatung / Praktische Pädagogik – Caudia Hartmann, 0173 / 6136832, post@lernberatung-hartmann.de, www.lernberatung-hartmann.de

Ausbildung zum Kinderyogalehrer/in (PFY) ab 22. April 2014

Das Pädagogische Forum für Yoga (PFY) bietet seit 16 Jahren eine Ausbildung zum Kinderyogalehrer an. Diese Ausbildung ist als Bildungsurlaub anerkannt. Yoga-Grundkenntnisse und eigenes Yoga-Üben sind erforderlich. Die Qualifizierung zum/zur Kinderyogalehrerin (PFY) erhalten Sie bei erfolgreicher Teilnahme der Grundstufe und vier Aufbaustufen.

22. - 26. April (Bildungsprämie/Bildungsurlaub) - Grundstufe oder

23. - 27. Juni (Bildungsprämie/Bildungsurlaub) - Grundstufe oder

14. - 26. Juli (Bildungsprämie/Bildungsurlaub) - gesamte Ausbildung,

andere Termine erfragen

Ausbildung zum Senioren-yogalehrer: 14. - 18.4.2014

Geringverdiener können eine Bildungsprämie beantragen (bis 500 € Zuschuss)

Pädagogisches Forum für Yoga (PFY) Berlin, Nicolai Romanowski, 12051 Berlin, Tel.: 030-6834357, www.kinderyoga-online.de



Familienaufstellungen mit schamanischen Elementen

mit Andrea Drohla am 26./27. April 2014



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

Andrea Drohla wird unter www.hellinger.de als Aufstellerin empfohlen.

Aufstellungen: 26./27. April 2014, 155 EUR

Ort: Berlin - Prenzlauer Berg, yogalila, Rykestr. 37

Anmeldung: 0179-7942275, www.drohla.de, andrea@drohla.de

Eros & Psyche - (Un)Bewusste Partnerwahl - Verbindung wieder herstellen

2+1teileriger Intensivworkshop für Menschen in Partnerschaft mit Dipl. Psych. Regina Tamkus



Dieses Angebot dient der Förderung ihrer Kompetenz als Paar sicher verbunden zu sein in ihrer Liebe! Es ermöglicht Ihnen ein gemeinsames inspirierendes Lernen sich an empfindlichen Punkten näher zu kommen. Das Erkennen unbewusster Absichten der Liebe, die zwischen Ihnen trennend wirken, ist dabei wesentlich. Eine Bereitschaft und ein Interesse, sich den eigenen seelischen Bewegungen in Ihrer Partnerschaft freundlich zuzuwenden, ist vorausgesetzt. Teil 1 und 2 gehören zusammen. Teil 3 ist ein Zusatzangebot.

Termin: 1.-4. Mai 2014 | 4.-7. Juni 2014

Kosten: 720 €

Ort: Berlin-Friedrichshagen

Info/Anmeldung: 030/ 64094526, regina.tamkus@erosundpsyche.net, www.erosundpsyche.net

Kurs: Was Meditation wirklich ist

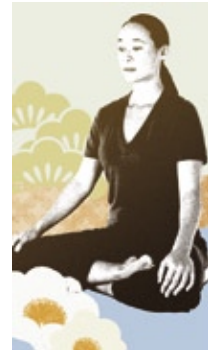
Lerne deinen eigenen Geist kennen

Wir alle wünschen uns, glücklich zu sein. Doch inmitten der Herausforderungen und Geschäftigkeit des Lebens wissen wir oft nicht, wo dieses Glück zu finden ist. Durch die Weisheit der Meditation jedoch können wir Frieden und Zufriedenheit in uns finden. Wir entdecken eine tiefe Stille, die immer mit uns ist, egal, wie aufgewühlt unsere Gedanken und Emotionen auch sein mögen. Lassen wir unseren Geist still in seinem eigenen natürlichen Frieden zur Ruhe kommen, wird etwas wirklich Außergewöhnliches geschehen. Dieser einzigartige Kurs wurde von Sogyal Rinpoche (Das tibetische Buch vom Leben und vom Sterben) auf der Grundlage seiner langjährigen Lehrerschaft im Westen entwickelt und vereint über 2.000 Jahre buddhistischer Weisheit und Erfahrung auf authentische und für unser modernes Leben zutiefst relevante und verständliche Weise. Der Kurs bietet eine umfassende Einführung in die Meditation mit dem Ziel, eine echte Erfahrung der Meditation zu machen. Die Teilnehmenden lernen, die positiven Auswirkungen der Meditation in alle Aspekte des Alltags einfließen zu lassen und erfahren, wie sich dadurch natürliches Selbstvertrauen und Mitgefühl entfalten können.

Wochenendkurs | 26./27.4.2014 | 10:00 - 17:00

Ort Dharma Mati - Rigpa-Zentrum, Soorstr. 85, 14050 Berlin (S-Westend)

Preis 50 € Info, Anmeldung 030.232 55 010 (Mo-Do, 10-13), event@rigpa.de; www.rigpa-zentrum-berlin.de



Die Metamorphische Methode - Grundlagenkurs



„Metamorphose ist die Bewegung von dem, wer wir sind hin zu dem, was wir sein können und im Potential bereits sind.“ Gaston Saint-Pierre - Der Grundlagenkurs vermittelt die Geschichte und Hintergründe der Metamorphischen Methode und wie diese einfache und tiefreichende Methode praktisch anwendbar ist. Was es für die Anwendung mitzubringen gilt, ist eine innere Haltung, das Leben in seiner Erscheinung und seinem Ausdruck so anzuerkennen, wie es uns gerade begegnet - dies wird die „Haltung des Belassens“ genannt. Die Metamorphische Methode stellt also einen Raum bereit, in dem sich eine Bewegung vollzieht, durch die sich alte Muster lösen können und die Lebenskraft ihren Weg findet. Die Methode ist sehr leicht zu erlernen. Sie ist ideal für die Anwendung in der Familie, im sozialen, pädagogischen und medizinischen Bereich, bei der Geburtsvorbereitung sowie in der Arbeit im Hospiz.

Termine: 3.-4.5.2014 oder 6.-7.9.2014, Zeit: Sa. 14 - 20 Uhr, So. 10 - 16 Uhr; Dozent: Martin Seeger

Ort: Weg der Mitte, Ahornstr. 18, 14163 Berlin-Zehlendorf, www.wegdermitte.de, 030-813 10 40

Integrative Coaching Ausbildung in Berlin 2014

Einzigartig in Deutschland: Die Zusammenführung der wirksamsten Methoden aus NLP, Aufstellungsarbeit, Neuroenergetik/Kinesiologie & systemischer Kommunikation – vermittelt in kreativer und experimentierfreudiger Leichtigkeit von Bernd Isert & Partnertrainern. Erfahrung, schöpferischer Reichtum und liebevolle Neugier sind die Elixiere, die diese Ausbildungen unnachahmlich machen. Geeignet für werdende Coaches & Selbstentwickler. 5 Module mit 20 Ausbildungstagen, inkl. Supervision. Anerkannt von den Verbänden DVNLP, ECA & ICI.

Ausbildungsstart am 8. Mai 2014. Profitieren Sie von 25 Jahre Lehrerschaft des METAforum.

Beratung und Buchung: www.metaforum.com, info@metaforum.com, fon: 030 94414900



Therapie in Trance

Ausbildung in Hypnotherapie mit Peter Abadh Kühn



Hypnotherapie ist eine psychotherapeutische Behandlungsmethode in einem Trancezustand. Die Arbeit des Hypnotherapeuten besteht darin, dem Klienten dazu zu verhelfen, bewusste und insbesondere unbewusste Prozesse in Gang zu setzen, die Heilungsprozesse sowohl auf körperlicher, wie auf psychischer und seelischer Ebene in Gang zu setzen. In einer Trance wagen wir uns in die Weiten des eigenen Selbst. Dort finden wir innere Qualitäten, die es uns ermöglichen, aus festgefahrenen Denkstrukturen, Glaubenssystemen oder Verhaltensweisen auszubrechen, um so ein erweitertes Bewusstsein zu entfalten. Der innere Reichtum eines Menschen und das eigene Potential wird erfahrbar und nutzbar. Mittels hypnotherapeutischer Techniken wird der Klient in einen Trancezustand versetzt, der es ermöglicht, über die Begrenzungen des Alltagsbewusstseins hinauszugehen. Wir können einem Menschen nicht etwas einpflanzen über das er nicht verfügt. Aber wir können das in ihm wachrufen, was vorhanden ist - und das ist unermesslich viel - sehr viel mehr als die meisten Menschen sich vorstellen können. Themen der Ausbildung: Tranceeinleitung, therapeutische Arbeit in Trance; direkte und indirekte Suggestionen; Traumata-Arbeit; time-line-Verfahren; der therapeutische Dialog in Trance; Arbeit mit Archetypen; Behandlung körperlicher Erkrankungen

*Termine: Teil I: Fr. 2.05. bis So. 4.05.2014 ** Teil II: Fr. 31.05. - So. 2.06.2014; einzeln buchbar, Kosten: je 250 EUR,*

Ort: Naturheilpraxis Peter Abadh Kühn, Berlin-Tegel

Info: 030-412 9779, email: HpKuehn@aol.com, www.Hypnotherapie-in-Berlin.de

Ausbildung zum/r Bachblütenberater/in

mit Heilpraktiker Peter Abadh Kühn

Kaum ein anderes Therapieverfahren hat in den letzten Jahren so sehr an Popularität gewonnen wie die Bachblütentherapie. Das Interesse an dieser Behandlungsmethode wächst zunehmend und auch der Bedarf an qualifizierten BachblütenberaterInnen. Aus meiner 15-jährigen Erfahrung in der Ausbildung von Bachblütenberatern habe ich ein Ausbildungskonzept entwickelt, das es in relativ kurzer Zeit ermöglicht, eine kompetente Ausbildung zu erhalten. Dazu gehört eine umfangreiche Wissensweitergabe sowie - und das ist mir besonders wichtig - auch eine Erfahrungsvermittlung. Jede(r) Teilnehmer(in) wird außerdem während der Ausbildung eigene Erfahrungen machen und Erkenntnisse sammeln, die ein Stück Unterstützung auf dem eigenen Weg sein können. Alle Teilnehmer erhalten nach vollendeter Ausbildung ein Zertifikat, mit dem sie die Möglichkeit haben, sich in eine Behandlerliste der Freunde der Blütenessenzen eintragen zu lassen. Seminarleiter ist Peter Abadh Kühn, Heilpraktiker, Gestalttherapeut, Hypnotherapeut, Initiator der Berliner Heilekreise, Co-Leiter der Berliner Schule für Heilkunde.



Teil 1 vom 16. bis 18. Mai 2014 / Teil 2 vom 01. bis 03. August 2014 / Kursgebühr: 185,- EUR je Seminar, auch einzeln buchbar.

Ort: Naturheilpraxis Peter Abadh Kühn, Berlin-Tegel

Info/Anmeldung: Peter Abadh Kühn, Tel. 030.412 9779, www.Hypnotherapie-in-Berlin.de

Schule für Craniosacral-Therapie

Grundausbildung in Craniosacral-Therapie für Physio- und Körpertherapeuten, Heilpraktiker und Ärzte



Im Juni 2014 beginnt eine neue Grundausbildung in Craniosacral-Therapie. Diese Therapieform wird zunehmend nachgefragt und stellt eine sinnvolle Ergänzung zum Angebotsspektrum jeder Praxis dar. Die solide Einführung und das vertiefende Verständnis des craniosacralen Systems, die Schulung von Achtsamkeit und Sensitivität verändert auf eindrucksvolle Weise die Arbeit mit Patienten. In der Ausbildung werden die anatomischen und physiologischen Grundlagen vermittelt, sowie präzise Techniken, mit denen wir Verbindung mit dem craniosacralen System aufnehmen und behandeln können. Jedes körperliche Problem spiegelt sich im craniosacralen System wieder, und jedes Ungleichgewicht zieht Gehirn und Rückenmark - die zentralen Organe des Menschen - in Mitleidenschaft. Die Craniosacrale

Therapie bietet einen effektiven Behandlungsansatz und kann das Spektrum wirksamer Behandlungsmethoden in der täglichen Praxis erweitern. Sie lernen, die Ungleichgewichte zu erkennen und den Heilungsprozess zu unterstützen. Zwischen den einzelnen Modulen ist ausreichend Zeit, das Gelernte zu vertiefen. Monatliche Übungstermine in unseren Räumen können zum Austausch mit anderen Studenten genutzt werden. Unterrichtsmaterial wie Bücher und anatomische Modelle werden zur Verfügung gestellt. Neben der Grundausbildung bieten wir zahlreiche Fachfortbildungen mit unserem internationalen Dozententeam.

Die Ausbildung ist eine anerkannte Bildungsveranstaltung gemäß § 11 des Berliner Bildungsurlaubsgesetz (BiUrlG).

Seminar zum Kennenlernen - Cranio Care: 23. - 25.5.2014, Fr. 17-20 Uhr, Sa. 10-18 Uhr, So. 10-17 Uhr

Beginn der Grundausbildung: Modul 1: 18. - 22.06.14 (einzeln buchbar), Modul 2: 12. - 16.11.14, Modul 3: 03. - 08.03.15, Modul 4: 27. - 30.08.15,

Modul 5: 05. - 08.11.15 (Module 2-5 nur zusammen buchbar); Dozenten: Hans und Ute Rendler

WEG DER MITTE gem. e.V. · Ahornstr. 18 · 14163 Berlin-Zehlendorf, Tel: 030 - 813 10 40 · www.wegdermitte.de



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



DPTW Deutsches Institut für Psychophysikalische und Transkulturelle Wissenschaften

Forschungs- und Bildungsgesellschaft mbH

Husemannstr. 31
10435 Berlin

Tel. 030 - 486 25 250
info@dptw.de
www.dptw.de

Basisausbildungen:

- Telepath(in)
- Empath(in)
- Hellseher(in)
- Parapsycholog/e(in)

Therapeutische Ausbildungen:

- Mediale/r Therapeut(in)
- Lichttherapeut(in)
- Engeltherapeut(in)
- Clearingtherapeut(in)
- Abduktionstherapeut(in)
- Transpersonale/r Hypnotherapeut(in)

Ausbildung



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

Ausbildung



Schule für Gesundheit-Sport-Wellness

Ayurveda Ausbildungen mit Nikhil Joshi

Rue Joseph le Brix 4
13405 Berlin

Tel: + 49 30 4170 9924
gesundheit.sport.wellness@gmail.de
www.schule-für-gesundheit-sport-wellness.de

Kompetente Ayurveda - Ausbildungen:

- Lernen als Erlebnis
- Einstieg jederzeit möglich!
- Einzelne Module buchbar / Insgesamt 10 Module
- Unterricht in deutscher Sprache
- Ausbildungen mit dem europaweit bekannten
Spezialist Nikhil Joshi

nächster kostenloser Info-Abend: 12.04.2014
Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite
www.schule-für-gesundheit-sport-wellness.de

Beratung/Medien



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 Werbeauftritt
- Prospekte und Broschüren
Layout, Herstellung, Druck, Verteilung

Coaching



Artemis Barthenius

Hohenstaufenstr. 7
10781 Berlin

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

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

Colon-Hydro-Therapie



Elke Wiget

Heilpraktikerin

Naturheilpraxis am Roseneck
Hohenzollerndamm 94
14199 Berlin

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

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



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!



Beate Bunzel-Dürlich (HP)

Medium, Autorin, Reiki-Meisterin,
Spiritueller 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
03.04. kostenloser Info Abend
05.04.-06.04. Ausbildung: Systemische Aufstellungen
11.04.-13.04. Seminar „Umgang mit Hochsensibilität
& Medialität im Alltag“
16.04. Offene Gruppe: Familien- u. andere Aufstellungen



Feng Shui & Energiearbeit

Ura Julia Wegehaupt
Spiritueller 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
Der 24€-Abend (mit Anmeldung)
Einzelarbeit für 24€ statt 90€ am 24.4. um 19 Uhr
im Feldenkrais Studio Mitte, Zionskirchstr. 4



Manon Gädke

Spiritueller Heilerin und Kartenlegerin
Beratung sowie Energiearbeit
auch am Telefon
Tel. 030-53791374
info@chakren-coaching.de
www.chakren-coaching.de

- Chakren-Energie-Therapie
Für mehr Energie und Lebensfreude
Aktivierung von Selbstheilungskräften
- Transformation
Auflösen von seelischen Blockaden,
Depressionen und Ängsten,
Energetische Schmerzbehandlung
- Energetische Stoffwechselkur
Entgiftung und Entschlackung,
bewusstes und erfolgreiches abnehmen
Kur 21 Tage 6-8 kg
- Kartenlegen und Channelings



Praxis am See

Hedwig Bönsch
Beruf: Glückliches Leben / Medium /
Geistiges Heilen
Großes Fenn 18
14715 Stechow-Ferchesar
Tel. 033874 - 90867
mobil: 0175-203 6020
www.landhof-einfach-leben.de

- hellsichtige, mediale, ganzheitliche Lebensberatung
persönlich oder am Telefon. Wird auf CD aufgenommen.
Handauflegen, alte, traditionelle wirkungsvolle Heilmethode.
Channeln.
- Einzel-Heilreadings
in der Dovestr. 3b, 10587 Berlin, Di., 8.4.2014
 - Ich gönne mir einen Tag nur für mich!
Entspannen, Heil-Reading, Sauna
Sa., 12.4.2014, Weitere Infos bitte erfragen.
- Persönliche Terminabsprachen und Beratung:
Di., 9.00 - 10.00 Uhr und Do., 19.00 - 20.00 Uhr



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



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



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
NEU! 28. - 30.03.2014
- ThetaHealing® Advanced DNA Aufbaukurs
NEU! 27. - 29.06.2014
- Infoabend - jeden 2. Montag des Monats 18h (Anmeldung)



ARCHE MEDICA Akademie für Heilpraktiker

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

Handjerystr. 22
12159 Berlin, Friedenau
Tel.: 030.851 68 38
schule@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. Fussreflexzonentherapie,
7. Bachblütentherapie, 8. Traumatherapie,
9. Coaching/Lebensberatung

02.04.14 - Start Kurs Irisdiagnose
05.05.14 - Start Aufbaukurs Traumatherapie
13.05.14 - Kostenloser Info-Abend Bachblütentherapie
14.05.14 - Start Kurs Traumatherapie



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
11. April, 27. April, 18. Mai 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 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

Kostenloser Infoabend:
Donnerstag, den 3. April um 11 Uhr



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 Hippus

- Geführtes Zeichnen
- Personale Leibarbeit
- Wegbegleitendes Gespräch

Systemische Aufstellung, Spirituelle Begleitung
Meditation
Einzelarbeit und Gruppenseminare

In Berlin-Schöneberg und
Berlin-Prenzlauer-Berg

Heilpraxis



Spirituelle Traumaarbeit – Klarheit-Veränderung-Entwicklung

Praxis Alebo
Gartenstr. 19
14169 Berlin
S-Bahnhof Zehlendorf
030-81862895 Praxis
0174-5213594 Susanne Melzer
www.naturheilpraxis-susanne-melzer.de
susanne.melzer@web.de

Traumaarbeit nach Peter Levine; Familienaufstellungen; Fußreflexzonentherapie

Akademie Lichtblitz: Innere Kindseminare, Aufstellungswochenenden, Prä- und perinatale Traumaarbeit, Heilerausbildung, Opfer-Täterausgleich

Leitbild: Achtsamkeit – Liebe – Präsenz

11.4. Vortrag: Spirituelle Krebstherapie und Heilarbeit
12.4. Workshop: Gefühle ins fließen bringen
25.4. Vortrag: Einflüsse v. frühkindlichem Stress auf unser Immunsystem u. dadurch bedingte Erkrankungen
26.4. Workshop: Aufstellungstag

Kinesiologie



Kinesiologieschule.de Mandiro Ordyniak (HP)

Regionaler Ansprechpartner der DGAK
Kinesiologie-
Ausbildungen & Fortbildungen

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

- Gesprächsführung für Kinesiologen: 5. - 6. April
- Infoabend Kinesiologie + Ausbildung:
Di, 8. April: 18 - 21 h
- NEU - Kinesiolog. Aufstellungsabend
am Mi, 14. Mai: 19 - 21 h
- Geld & Selbstwert: 17. - 18. Mai
- Brain Gym 1 - 2: Do, 29. Mai - 1. Juni
Auch Einstieg in die Kinesiologie / Ausbildung

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

Körper(psycho)therapie



Lieselotte Diem

Körperpsychotherapeutin
seit 25 Jahren
Charakteranalytische Vegetotherapie
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

Einzelsitzung, Paar-Sexualtherapie, Vorträge...

Körper(psycho)therapie



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

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
14. + 28. April - offen für alle
Anmeldung und Vorkenntnisse sind nicht nötig.
- Aufbaukurs für diejenigen, die mind. 10 Kurstage besucht haben vom 12. bis 15. Juli 2014
- Ferienkurs in Salecina/Schweiz: 9. - 15. August
- Intensivkurs in Berlin über 14 Tage an 7 Wochenenden vom August 2014 bis Januar 2015
Grundlage für die eigene Anwendung und Baustein für die TrainerInnenausbildung

Medium



Veronique Schmidtke

Spirituelle Lebensberatung

Privatsitzungen & Termin
nach Vereinbarung

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

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

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

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 Zusammen-
hänge verständlich darzustellen.

Langjährige Erfahrungen mit spirituellen Themen
bilden eine solide Grundlage.

Sie liefern die Ideen – ich kleide sie in Worte.

Rituale



Tania Maria Niermeier

Medium & Hellscherin
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

Weiskopfstraße 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
- Fernsehfremde 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



SUFİ 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



SUFİ 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!

1.4. Dienstag ☾

20:00-22:00h **Dr. Brenda Davies: Spiritualität + Gesundheit, off. Ab., € 10. Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, 6980 810, aquariana.de**

3.4. Donnerstag ☾

19:30h Offener Erfahrungsabend mit Frank Fiess oder Michael Kuhn und Team; Haus Lebenskunst, Mehringdamm 32; T. 252 98 700



**Gespräche über Heilkunst
Heiler und
Heiler werden auf** 

4.4. Freitag ☾

18:00h **Ho'opono Pono: spirit. Lehren/Hawaii. CD-ReleaseParty+special guest aus Hawaii am Fr.+ anschl. WE-Seminar. www.macoweda.de, Mucklackstr. 15, T: 30875530**

20:00-22:30h NachtKlänge-Konzert im Liegen, Schnafl Ufftschik - Weltmusik mit Klassik und Jazz. Heilig-Kreuz-Kirche, www.akanthus.de

5.4. Samstag ☾

10:00h Immer schön sachlich bleiben - Erfolgreiche Gesprächsführung im beruflichen Kontext und privaten Umfeld. Anerkannte Bildungsveranstaltung. Sa./So. 10-17 Uhr. Tel: 813 10 40, wegdermitte.de

15:00-18:00h in der Übungs-scheune - Tag der offenen Tore ab 19 Uhr Meditation mit Einsichten, Einführung: Vortrag und leichte Bewegungen zum Sitzen Evelyn & Uwe Tel. 030 2025 6955 Werderstr. 9 in 14163 Berlin - Zehlendorf

6.4. Sonntag ☾

11:00h Beckenboden - Wunder in drei Lagen. BenefitYoga®-Seminar mit speziellen Übungen für den Beckenboden und anatomische Einblicke. Tel: 813 10 40, wegdermitte.de

7.4. Montag ☾

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

8.4. Dienstag ☾

19:30-21:00h Warum wir uns aktuell intensiv mit Wasser beschäftigen müssen! Vortrag mit dem Trinkwasserexperten Matthias C. Mend von VortexPower, Vorstellung und Verkostung des SpringWirlers. Eintritt frei, Anmeldung erbeten. Wasserkontor, Böttzowstr. 29, 10407 Berlin, Tel. 030 44737670. www.wasserkontor.de

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

9.4. Mittwoch ☾

19:30h Gesprächsabend. Austausch über alles, was einem nach innerer Heiligung suchenden Herzen entspringt. Lectorium Rosicrucianum, 12055, Richardstr. 66

RÖNTGENBLICK-METHODE
www.röntgenblick.com

10.4. Donnerstag ☾

Buddhistischer Einführungsvortrag mit Lama Dechen Losang Chöma, Thema im April: Buddha und die Liebe/Moderne weise Beziehungsratschläge: „Das Problem beginnt mit ICH“, Buddhistische Klosterschule Ganden Tashi Choeling e.V., Gneisenaustr. 111, 1. OG, 10961 Berlin, Info: 033838/30985

16.4. Mittwoch ☾

19:30h Veranstaltungs-Zyklus: ... über die Seele (2 Abende). Wir lassen in Stille kurze Texte aus der spirituellen Weltliteratur über das Wesen der Seele auf uns wirken. Am 23.4. tauschen wir die dabei erhaltenen Einsichten aus. Lectorium Rosicrucianum, 12055, Richardstr. 66

20.4. Sonntag ☾

20:00-22:30h Oster-NachtKlänge - Konzert im Liegen, Lebendige Renaissancemusik mit „con anima“. Heilig-Kreuz-Kirche, www.akanthus.de

23.4. Mittwoch ☾

19:30h ... über die Seele 2. Austausch über die, vielleicht sehr persönlichen, Einsichten in das Wesen unserer Seele. Erfahren wir, wie die, sich immer gleich bleibende, Mysterien-Weisheit dazu steht und erkennen wir so vorhandene Entwicklungsmöglichkeiten. Lectorium Rosicrucianum, 12055, Richardstr. 66

24.4. Donnerstag ☾

14:00-15:00h **Penis, Porno, Prostitution bis So. 15h, Berlin: Männerworkshop mit M. Ganesha & C. Gottwald, www.christopher-gottwald.de**

15:00h **Donnerstag 15:00 bis Sonntag 16:00 Kraftvollverspielter Frauenworkshop „Liebe, Frust & LebensLust“ mit Karin Frohn & Annette Jahn, t: 6128 0204, www.kunstzusein.de**

18:00h Ferienkurs: Gesunder Rücken, bewegliche Gelenke. BenefitYoga®-Kurs an drei Abenden, Do.-Sa. jeweils 10-18 Uhr. Tel: 813 10 40, wegdermitte.de

19:00-21:30h Das Advaita der Theaterkunst. Vortrag und Erlebnisabend mit Leon d'Avigdor. 15€. Adhara-Buchhandlung, Pestalozzistr. 35, 030-23273952, www.meetingleon.com

25.4. Freitag ☾

19:30h Performing the True Self. Workshop Rituelles Theater und Darshan mit Leon d'Avigdor. Fr frei | Sa&So je 12-18, 120€ | ganzes WE 200€. Yogaraum Schöneberg, Martin-Luther- 46. Anm.: 23273952, www.meetingleon.com

29.4. Dienstag ☾

10:30h BenefitYoga® - Veränderung als Chance. Wie können Berufsausstieg und einschneidende Veränderungen im Leben gelingen? 10 Termine Di. jeweils 10.30-12.30 Uhr. Tel: 813 10 40, wegdermitte.de

30.4. Mittwoch ☾

19:30h **AMORC - Die Rosenkreuzer, Die Städtegruppe Berlin lädt ein zum Thema „Die Meisterung des Lebens durch Tugenden“. Vortrag mit Gespräch, Kurfürstenstraße 45, 12105 Berlin - Tempelhof, berlin@amorc.de, www.amorc.de**

1.5. Donnerstag ☾

19:30-21:30h Friedenskonzert für Berlin, Susanne Schinnerl & Mitsch Kohn, Tian Gong Institut, AK 20/15€ erm. VVK 17/13€ www.heilsameklaenge.info, www.mitschkohn.de

4.5. Sonntag ☾

14:00-18:00h Klang-Heilungs-Nachmittag, Susanne Schinnerl, Tian Gong Institut, Bundesallee 13. 70€/60€ erm. www.heilsameklaenge.info

6.5. Dienstag ☾

10:30-18:30h Seminar- Kraft der Wandlung. Verbindung zur Inneren Kraft u. Weisheit um Körper, Geist an die Quelle des Seins anzuschließen. Den konkreten Seminarort bitte erfragen, Anmeldung Tel. 015228950356, www.thomas-mueller-ra.de

REGELMÄSSIGE TERMINE

dienstags

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

7:30-9:30h Kundalini Yoga für Frühaufsteher, Naturheilpraxis Gleditschstr.31C, 10781 Schöneberg, T.2169006, kontakt@isabel-blume.de

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

Viele weitere Termine
finden Sie auf
www.kgsberlin.de
unter
"was läuft am" und
"was läuft heute"

Ihre
Terminankündigungen
und Kleinanzeigen
können Sie online unter
"Inserieren" schalten.

nächster
Anzeigenschluss:
Kleinanzeigen 10.4.
Großanzeigen 12.4.

Ausbildung

Seelfrau. Trauer-, Sterbe- und Seelenbegleitung, 2-jährige Weiterbildung für Frauen in Hamburg, nach den Richtlinien des BVT, nächster Start im Nov. '14, Information und Anmeldung bei Andrea Martha Becker, 040-81985237 oder www.seelfrau.de

Shiatsu-Grundkurs 10.+11. Mai €125; Kostenfreier Infoworkshop Fr 9. Mai 18-21h, Tel: 6151686, www.shiatsu-zentrum.de

Natur-/Gesundheitsprodukte

aloe vera magen darm für gelenke biolifting aloehonigmassage 030-60981719, www.be-forever/shop-larslanger

Räume/Häuser biete

2 Schöne Praxisräume in Neukölln günstig unter zu vermieten (halb o. ganztags) f. Psychotherapie u.a. Kontakt: 56821966, praxisinyan.simdif.com

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

Remise Kreuzberg. Gruppenraum ca. 70 qm in idyllischer Remise Nähe U-Mehringdamm an Wochenenden zu vermieten. Tel. 84419824, 0176.70180284

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

Vermiete gemütlichen 20 m2 Praxisraum mit Holzdielen in Naturheilpraxis in Steglitz Tel. 46726434

Vermiete in Berlin Mitte schöne helle Praxisräume je 25qm und Fortbildungsraum 36qm. Es gibt auch einen Garten. 0176/62501451

Vermiete in Mitte/Prenzlauer Berg Praxisräume und zusätzlich einen Seminarraum. Garten vorhanden. zentral gelegen 0176/62501451

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

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

Reisen

Du hast die Wahl, Mann! – Ein Männerwochenende auf Mallorca, mit Frank Fiess und Andreas Waschke: 16.-18.05.; www.institut-lebenskunst.de; T: 25298700

Seminare

Für Frauen, tlw. Bildungsurlaub: Gesunde Grenzen, Entsäuern, Timeout statt Burnout, Coaching mit Pferden, Tantra, Tanz. www.altenbuecken.de 04251-7899

Oster-Celebration – Ein Retreat der Liebe für Frauen und Männer: 18.-21.04.; www.institut-lebenskunst.de; T: 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., 6.5., 20 Uhr, Seminare 9.-11.5., 4.-6.7. Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 69 81 80 71, www.ifosys.de



Preis & Selbstwert 26.+27.4.14, 10 Uhr. Speziell für Frauen im Berufsleben für mehr Wertschätzung und Anerkennung. System. Coach I. Frankowiak, T. 030/2313 6840, www.berufungsberatung-berlin.de

Wochenendseminar 3.-4.5.14 in Zingst/Ostsee: Herausfinden, was ich wirklich will! Kontakt@luminas-coaching.de 01723002641, www.luminas-coaching.de



DHARMA BUCHLADEN

Akazienstraße 17 • Berlin-Schöneberg

wir laden herzlich ein, zu unseren Veranstaltungen im Buchladen:

Mittwoch
9. April 2014
um 20h

Mittwoch
30. April 2014
um 20h

Silke Volkmann: Lebendig sprechen – punktgenau landen
Interaktiver Vortrag und Buchvorstellung:
Der kleine Stimmkompass.
21 Impulse für Stimme, Sprechen, Körpersprache

Dr. Wilfried Reuter:
Kann denn Liebe Sünde sein ?
Sind Liebe, Sexualität und spirituelle Praxis miteinander vereinbar? Können sie sich fördern - oder blockieren sie sich?

Veranstaltungsort und Vorverkauf: Dharma Buchladen, Mo - Fr 10 -19h, Sa 10 - 16h
Eintritt: 7€, begrenzte Platzzahl. Tel 030-784 50 80. www.dharma-buchladen.de

Astrologie

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

Beratung

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

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

Bewusstseinsarbeit

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

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

Astrologie Zentrum-Berlin

Veranstaltungen von 19.30-21.30h

THEMENABENDE:

Do, 3.4., Markus Jehle
„Ich glaub, ich spinne“ Sonne/ Uranus-Themen im Horoskop.

Do, 24.4., Markus Jehle
„Nichts wie weg von hier“ Astrokartografie und Relokationshoroskope.

SONNTAGS-SEMINAR:
So, 27.4., 11-16h,
Markus Jehle, Kreative Potenziale im Horoskop

VORTRAGS-CDS:
Jahresthemen 2014
Merkur/Saturn-Konstellationen Übergewicht im Horoskop
www.mariusverlag.de
Tel. 03322-1286915

ASTROLOG. BERATUNG:
Tel. 030-785 84 59

ASTROLOGIE-WEITERBILDUNG:
Wochenendausbildung für Einsteiger ab April 2014
Fortbildung in Astro drama / Horoskopaufstellung

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

Energie-/Heilarbeit

Entspannung für Mensch & Tier * Reiki - Behandlung/ * Heilen über die Wirbelsäule/ * Fußreflexzonen - Behandlung/ * Behandlung mit Edelsteinen (mental)/ * Individuell gestaltete Traumfänger/ * Tierkommunikation * Viktoria Schmidt / 030-28869178, www.me-ti-kom.de

Ernährungsberatung

Abnehmen mit der mayLevelDiät: heilsam-achtsam-nachhaltig. Plus ambulante Fastentermine: www.maypraxis.de, Tel. 28869498

(Familien-)Aufstellungen

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

Familienaufstellung u. Traumtherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten: Di 8.4., 6.5., 20 Uhr, Seminare: 9.-11.5., 4.-6.7. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 69 81 80 71, www.ifosys.de

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

Feng Shui

Vital-Symbol® Energie- Schablonen, Blume des Lebens u.a. Heilsymbole. 1. Preis, www.shop.raumbalance.de

Fotografie

Prospekt und Broschürenherstellung inklusive Fotografie. T. 78717113, www.thsw.de

Geomantie

Erdstrahlung/Elektromog - Profi-Rutengänger/Baubiol. sucht gesunde Schlaf-/Lebensplätze i. Whg./Haus. Infos 0160-91925357

Heilpraxis

Hildegard von Bingen, Aderlass, Ernährungsbildung, Fastengruppen, Kräuterkurse, Ausbildungskurs, HP Daniela Dumann, Tel 36430358 www.hildegardvonbingenberlin.de

holo.Works - Praxis Braun: Psycholog. Beratung, Shiat-su-Massage & Holotropes Atmen. T. 030-20.29.12.75 prasyk.jimdo.com

Individuelle meditative Heilsitzungen im Herzraum, Seelenheilung, Schattenlösung, neue Möglichkeiten, Dr. Christina Müller, 01716998491, anmeldung@creationxp.de, www.creationxp.de



Berlin
CHIRON

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

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

Hochsensibilität

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

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

Kinesiologie

Aus- und Weiterbildungen. 24./25. Mai: Die Bereitschaft, gesund zu werden. Elisabeth Adloff, Hp, T. 030.2821974

Klangschalenmassage

Tiefenentspannung+Regeneration für Körper, Geist und Seele + Aktivierung der Selbstheilungskräfte durch Klangschalenmassage in Berlin-Mitte, 015253826653 joern-schulz@gmx.de, ab 35 EUR ca 50min zum kennenlernen

Körper(psycho)therapie

Das Pferd als dein Spiegel. Biete pferdegestützte Therapie und Reitunterricht für Anfänger und Fortgeschrittene. Reiten aus der Körpermitte. Bewegungsgefühl auf dem Pferd schulen, alte Muster verändern, feine Hilfengebung lernen. Ich bin Reitlehrerin, centered riding instr. I, Reittherapeutin. Tel.01757781789

Massage

Ganzkörpermassagen nach polyneuropathischer Art - beruhigend - ausgleichend. Für jeden Klienten individuell gestaltet. Tel.41765653, www.heilpraxis-nicola-kothlow.de

Meditation

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

Paartherapie

Psychotherapie und Beratung für homo- und heterosexuelle Einzelpersonen und Paare, www.therapie-schnackenberg.de

Partnervermittlung

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

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

Kleinanzeigen können Sie bequem online schalten.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an unsere Kleinanzeigenabteilung
T. 030.6120 1603 oder kleinanzeigen@kgsberlin.de

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

RUSSISCHE METHODEN

www.modernegesundheits.com

Reiki-Schule, Ausbildung in alle Grade, Fachausbildung für med./therap. Berufe, spirituelle Reiki-Ausbildung, Übungstreffen, 0179.5305710, www.carmen-bartsch.de

Reisen

Pyramiden in Bosnien: spirituelle Reisen im April, Juni, Aug + Sept. 2014. Maria Dunkel, 05103-92 73 92 www.pyramiden-in-bosnien.de

Rückführungen

Rückführungen, mediale Beratung, Aufstellungen, Reiki und Meditation mit Ute Franzmann, ute.franzmann@web.de T. 32664432

Schamanismus

Klienten f. Schamanische Einzel-Fortbildg. v. erfahrener Geistheilerin gesucht, Sitzg. 50€, 64831760, kontakt@irene-dietrich.de

Selbsterfahrung

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

Selbsteilungsmethoden

Kopfschmerzen? Migräne? Nie wieder! Erleben und staunen Sie über die neue, „Wunder-volle“ HTC-Heilungsmethode. www.HTC-Methode.de

www.spirituelles-lesoterisches-Lexikon.de

Raucherentwöhnung! Mit der neuen „HTC-Methode“ schafft es jeder! Ein außer-gewöhnlicher Weg für außergewöhnliche Menschen! www.HTC-Methode.de

Shiatsu

Shiatsu-nimm Dich wahr! Naturheilpraxis Gleditschstr.31C, 10781 B-Schönebg, T.2169096, www.isabel-blume.de

Tai Chi

Tai Chi, Yoga und Meditation vor den Toren Berlins! „Boltenmühle“ am Tornowsee- Die neuen Termine Herbst 2014/Winter 2015 sind da.... Weitere Infos finden sie auf unserer Homepage- wir freuen uns auf Ihren Besuch! www.boltenmuehle.de

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

Tanz/Tanztherapie

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

Tierkommunikation

Erfahrene Tierkommunikatorin weiß Rat bei tierr.Problemen, Tierreiki Jenseitskontakte, Artemis T:219 96 146 o.T:0178-634 48 32

Transformation

Kundalini-Erfahrung im Alltag. Private Studien- und Übungsgruppe nimmt Teilnehmer an. Kontakt: info@solarius.de Oder 0170-2979423

Traumatherapie

Nada-Ohrakupunktur bei Traumata, Stress, Burn-Out, Depression, Süchten u.a. Tel.: 030/47374671 www.heilpraxis-hille.de



Wellness Wirbler®
Der Wasserverwirbler
Lassen Sie sich Ihr Leitungswasser schmecken!
Made in Germany
www.wellnesswirbler.de

Yoga

Kundalini Yoga Mi 7.30-9.00 Do 19-20.30 Naturheilpraxis Gleditschstr.31C, 10781 B-Schönebg, T.2169 006, www.isabel-blume.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 (110m²) mit einem Schwingboden aus Eichenholz im zweiten Stock.



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



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 (Telefonische Bürozeiten: Mo-Fr von 15-17 Uhr)

WIE vor WAS

Diese drei einfachen Worte sagen, was im Leben wirklich wichtig ist. Das WAS ist die materielle Welt – die Welt der Dinge und Fakten. Es ist eine messbare, greifbare und schwergewichtige Welt. Eine, die uns Festigkeit und Sicherheit gibt und uns gleichzeitig hinter dicken Mauern gefangen hält. Das WIE ist die fließende Welt. Eine, die Wege sucht und Lösungen findet. Mit einem geschickten ‚gewusst wie‘ kann man die oft widrigen Gegeben-



heiten und Umstände in unserer Welt befreien und transformieren. Das WIE kommt vor dem WAS, weil die Art und Weise, mit der man Dinge tut, von entscheidender Bedeutung ist. WAS macht Angst und WIE entwickelt man Furchtlosigkeit? WAS ist harte Arbeit und WIE entkomme ich dem Hamsterrad? WAS ist Tod und WIE verliert man die Angst vorm Sterben? Mit einer zuversichtlichen Haltung und der intuitiven Intelligenz des WIE sind alle Dinge des tagtäglichen Lebens wandelbar. Der Autor Karl-Ludwig Leiter zeigt mit einer Drei-Schritte-Übung ganz konkret, wie wir mit der Zauberformel WIE vor WAS unser Leben in Harmonie und Ordnung bringen und mit der Übung des NICHT-TUNS, der klassischen Meditation, zu inneren Frieden und Harmonie gelangen. In klaren Worten greift er grundlegende Lebensthemen wie Glauben, Geld und Glück, Sinn und Sinnlichkeit, Alter, Krankheit und Tod auf und erklärt mit unverbrauchten Bildern und authentische Beispielen aus seinem spannenden Leben humorvoll und lebensnah die Tiefe und Weisheit des

Buddhismus. Karl-Ludwig Leiter war Anfang der 70er Jahren Hippie, Verleger und Künstler. Mit Verbreitung des Zen Buddhismus in der westlichen Welt gehörte er zu den Pionieren der neuen spirituellen Szene in Deutschland. Ende der 70er Jahre wurde er Schüler von Chögyam Trungpa, Rinpoche und von ihm in den USA als einer der wenigen Europäer noch persönlich als Meditationslehrer autorisiert.

Wie vor was, Die Zauberformel für Zufriedenheit und Zuversicht, gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 320 Seiten, ISBN: 978-3-442-34135-1, Arkana Verlag, 17,99 Euro, ab 15.04.2014 im Handel

Yoga des Herzens

Viele Frauen sind heutzutage auf unerreichbare Schlankeitsideale fixiert, entwickeln ein negatives Selbstbild, haben oft sogar Essstörungen. Ein wesentlicher Baustein zu einem natürlichen und vor allen Dingen wohlwollenden und positiven Verhältnis zu seinem Körper kann Yoga sein. Die Yogamatte ist für Christina Sell ein Platz,



auf dem es keine Wertungen, sondern nur Wahrnehmungen gibt – wie fühlt sich mein Körper in dieser konkreten Übungshaltung genau an? Wie weit kann ich gehen? Wo ist meine Grenze? Diese intensive Sicht von Innen macht nach und nach unabhängiger von den Anforderungen und Zwängen des Außen. So geht es hier auch nicht um schwierige Körperhaltungen, sondern um den Schwerpunkt auf die gedankliche Ausrichtung und auf die Herzöffnung beim Yoga – im körperlichen wie auch im übertragenen Sinne. Sich zu konzentrieren, innere Ruhe zu finden,

dabei seinen Körper zu spüren, ihn wertfrei zu beobachten, seinen Geist, seine Gefühle mit Aufmerksamkeit zu betrachten. Anschaulich und lebensnah zeigt die Autorin auf, dass Yoga-praxis ein Prozess ist, ohne Zwang zur Perfektion oder Höchstleistung, ohne Konkurrenz und sogar ohne das Muss, täglich zu üben. Die Autorin Christina Sell hat einen Master in „Integrative Education“ und ist Yoga-Lehrerin mit einem eigenen Institut in Austin, USA. Sie lehrt eine Synthese verschiedener Stile und legt besonderen Wert darauf, die äußeren Körperstellungen mit der inneren Weisheit des Herzens zu verbinden.

Christina Sell, Yoga des Herzens, 144 S., 2013, 8,99 Euro, ISBN: 978-3-426-87661-9 Knaur TB

Yin Yoga

Yin und Yang bilden eine untrennbare Einheit und können nur in gegenseitiger Abhängigkeit bestehen. Während sich in den letzten Jahren in Europa vor allem Yang-Yogastile, also Yoga-übungen, die sich auf die Stärkung der Muskeln konzentrieren, verbreitet haben, erreicht nun ein neuer Trend aus den USA die Studios: Das Yin Yoga. Yin Yoga ist eine ruhige, sanfte Yoga-Praxis, eine Art Akupunktur-Sitzung ohne Nadeln. Es ist nicht in



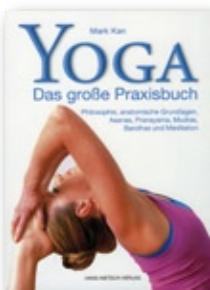
Konkurrenz zu den herkömmlichen Yoga Stilen zu verstehen, sondern als Ergänzung dazu. Durch die längere Verweildauer in den einzelnen Asanas haben die Übungen eine besonders entspannende Wirkung auf die tieferen Bindegewebsschichten. Bei Bewegungsarmut kann das Bindegewebe verfilzen, schrumpfen

oder verkleben und sich so negativ auf unser Wohlbefinden auswirken. Der Hauptteil des Buches besteht aus zahlreichen bebilderten Yin Yoga Übungen (u.a. Schmetterling, Muschel, Herzöffner), die meist im Liegen oder Sitzen ausgeführt werden, und deren körperlichen und energetischen Wirkungen. Den Abschluss bildet eine Zusammenstellung von fünf Kurzprogrammen für die Harmonisierung des Chi in den fünf Elementen Wasser, Holz, Feuer, Erde und Metall. Die Autorin Christine Ranzinger stellt in diesem Buch die wichtigsten Yin-Yoga-Haltungen vor und vermittelt die Zusammenhänge zwischen Yoga und TCM. Außerdem hat sie Yin-Yoga-Kurzprogramme zu den Fünf Elementen entwickelt, mit deren Hilfe man in 20 Minuten sein Chi harmonisieren kann.

Christine Ranzinger, Yin Yoga - Sanfte Übungen für innere Kraft und Harmonie, Paperback, Klappenbroschur, 192 Seiten, ISBN: 978-3-424-15245-6, Irisiana, 16,99 Euro

Yoga für Fortgeschrittene

Dieses große Praxisbuch ist ideal für Fortgeschrittene jeden Alters sowie für Yoga-Lehrer. Es beschreibt Yoga als natürliches Heilungssystem für Körper und Geist, das weit über

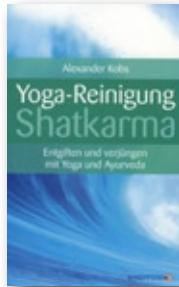


Bodystyling und Fitnesstrends hinausgeht. Außerdem gibt das reich bebilderte Nachschlagewerk leicht nachvollziehbare Anleitungen zu mehr als 50 Asanas, zu Pranayama-Übungen, Mudras, Bandhas und Meditationen.

Mark Kann: Yoga – das große Praxisbuch, Hans-Nietisch-Verlag, Emmendingen, 2013, 252 S.

Yoga-Reinigung

In vielen spirituellen Traditionen finden wir Hinweise über die Bedeutung von körperlicher und geistiger Reinigung als wichtige Voraussetzung auf dem spirituellen Weg. Um Verschla-

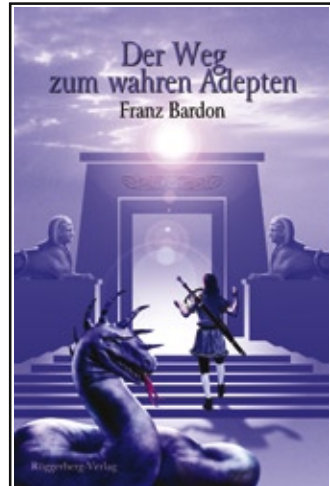


ckungen zu beseitigen, wurde dazu im Yoga ein System von Reinigungstechniken entwickelt, das sogenannte Shatkarma („sechs Handlungen“). Es umfasst sechs Reinigungsgruppen mit 26 einzelnen Übungen und Variationen: den Kopfbereich, die Lungen, das Nervensystem mit den Augen, die Stärkung des Energiesystems, den Verdauungstrakt und den Dickdarm. Ziel ist, den physischen und feinstofflichen Körper mittels Wasser und (innerem) Feuer so zu reinigen, dass die Lebensenergie wieder frei entlang der Energiebahnen, den Nadis, fließen und aufsteigen kann.

Alexander Kobs: Yoga-Reinigung – Shatkarma, Windpferd, Obersdorf, 2012, 135 S., 12,95 Euro

Symptome und Beschwerden

Sie sind die Sprache unserer verletzten Seele und unseres angeschlagenen Körpers, sie sind als Freunde und Helfer zu betrachten. Wir sollten in liebevoller Unterstützung jedem Symptom einen inneren Heiler, einen „Liebespartner“ zur Seite stellen, so die Aurore Roswitha Stark. Gerät der Mensch beispielsweise beruflich immer mehr unter Stress, äußert sich das etwa in Bluthochdruck und Schweißausbrüchen. Diesen Symptomen gelte es nun Aufmerksamkeit zu schenken, „indem wir den eigenen inneren Heiler mit der Kraft unserer Gedanken und Emotionen zu aktivieren beginnen“. In einem



Franz Bardon Der Weg zum wahren Adepten

Das Geheimnis der 1. Tarotkarte. Ein Lehrgang der Magie in 10 Stufen. Theorie und Praxis einer Einweihung.

26. Auflage!

393 Seiten, geb., € 32,00

Die Praxis der magischen Evokation

Das Geheimnis der 2. Tarotkarte. Kontakt mit Engeln der geistigen Hierarchie. Beschreibung aller magischen Hilfsmittel.

560 Seiten, geb., € 40,00

Der Schlüssel zur wahren Kabbalah

Das Geheimnis der 3. Tarotkarte. Weltweit das einzige Buch über kabbalistische Praxis.

309 Seiten, geb., € 28,50

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

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

ersten Schritt gilt es, die Symptome an sich zu akzeptieren anstatt mit „Kanonen auf freundliche Spatzen zu schießen“. Das geschieht mit der Erschaffung eines heilenden Raums im Solarplexus, im Sonnengeflecht,



Sinnbild für die Polarität des Lebens und Lichtzentrum zugleich. Die dem Buch beigelegte und eigens zu diesem Zweck informierte Heilerkarte wird dort aufgelegt und ist ein wertvolles „Werkzeug“, um die inneren Seelencodes zu aktivieren. Wie das Heilerpaar – auch mit der Kraft der Visualisierung – genau zu erschaffen ist, vermitteln Schritt für Schritt ausführliche und leicht verständliche Übungsanleitungen sowie dazu passende Affirmationen.

Roswitha Stark: Der Heiler in Dir. Die inneren Seelencodes in Sekundenschnelle selbst aktivieren. 2013, Broschur, 126 Seiten, 14,95 Euro, ISBN 978-3-86374-110-5

Fragen zum Karmakonto

Im Zuge ihrer Arbeit als Medien, Heiler und spirituelle Lehrer sind in den letzten Jahren immer wieder



Fragen zum Thema Karma an die Autoren herangetragen worden. Der Engel Metatron bat sie, die Menschen aufzufordern, ihre Fragen schriftlich

zu stellen und so gingen unendlich viele Fragen bei ihnen ein. 111 hat er ausgewählt und damit die häufigsten Fragen beantwortet.

Birgit Maria & Peter Niedner: Metatron: Ausgleich des Karmakontos – 111 Fragen und Antworten, Smaragd, Woldert, 2014, 154 Seiten

Die sieben Energiekörper der Seele

Der in Berlin lebende Autor Shai Tubali hat über jahrelange Yoga-Praxis einen tiefen Zugang zu den Chakren gefunden, die in diesem Buch erstmals als feinstoffliche Anatomie unserer Seele beschrieben werden. Jedes der sieben Hauptchakren wird ausführlich in allen psychologischen Facetten behandelt. So können wir



nicht nur erkennen, wo ein Chakra nicht richtig arbeitet, sondern lernen auch, wie wir es wieder ins Gleichgewicht und zur vollen Entfaltung bringen. Hier finden sich auch empfehlenswerte Übungen, um die Chakren auszugleichen und zu heilen, und Frageböfen, mit deren Hilfe Sie ihren Chakren-Persönlichkeitstyp bestimmen und bestehende Ungleichgewichte erkennen können.

Shai Tubali: Chakren – die sieben Energiekörper der Seele, Ryvellus bei Neue Erde, Saarbrücken, 2013, 266 Seiten

Fülle und persönliche Erfüllung

Im Universum strebt alles nach Gleichgewicht und Harmonie – und so sind auch materielle Fülle und persönliche Erfüllung kein Zufall. Wie wir mit einer klaren Geisteshaltung diese universelle Kraft für uns nutzen können, enthüllt dieser spirituelle Kurs. Dankbarkeit, Vergebung, Wert-

schätzung und Hingabe bilden das Fundament, um gewinnbringend mit den universellen Gesetzmäßigkeiten zu kooperieren. Die Autorin Marianne Williamson macht es sich seit vielen Jahren zur Aufgabe, den „Kurs in



Wundern“ zu verbreiten und in die Praxis umzusetzen. Sie hält Vorträge in der ganzen Welt. Ihr Buch »Rückkehr zur Liebe« wurde weltweit zum Bestseller. Nach den Terroranschlägen vom 11. September 2001 gründete sie die Peace Alliance, ein Netzwerk von spirituell orientierten Aktivisten, die für eine Kultur des Friedens eintreten.

MARIANNE WILLIAMSON, Das Gesetz des göttlichen Ausgleichs – ein spiritueller Kurs für ein reicheres Leben, aus dem Amerikanischen von Diane von Weltzien, gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 224 Seiten, ISBN: 978-3-7787-7490-8, Arkana, 14,99 Euro

Mentale Heilung von Krankheiten

Alles im Leben ist veränderlich, nichts ist fix. Unsere Gedanken sind Schwingung. In hoher Frequenz sind



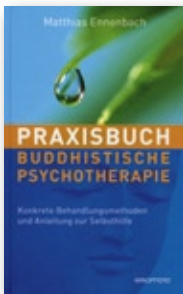
sie positiv und in niedriger negativ. Durch Bewusstwerdung unserer negativen Denkmuster können zum Beispiel Erbkrankheiten durch die Veränderung der Gedanken aktiv

bekämpft werden. Krankheitsbilder, die durch falsche Wahrnehmungen entstehen, werden ebenso beschrieben wie Krankheiten durch negative Emotionen, zum Beispiel Wut. Die Autorin klärt uns auf, wie wir durch unser Denken, Sprechen und Handeln unsere Krankheiten festhalten und wie wir sie vermeiden oder aktiv abwehren können.

Dr. med. Andrea Hofer: Rezeptfrei! Gesundheit aus dem Universum, Smaragd, Woldert, 2014, 250 Seiten, 17,80 Euro

Buddhistische Psychotherapie

Hier werden sowohl Techniken aus den unterschiedlichen modernen Therapieformen als auch bekannte und darüber hinaus weitgehend unbekannte buddhistische Übungen vorgestellt. Dazu vermittelt das Buch konkrete Erkenntnisse und Methoden



zum Überwinden von vermeidbarem und zur schnelleren Bewältigung von unvermeidbarem Leiden. Dieses Buch ist sowohl für Menschen gedacht, die psychotherapeutisch oder beratend tätig sind, aber auch für alle anderen, die sich für Psychotherapie, Buddhismus oder ganz allgemein für das menschliche Funktionieren und Weiterentwickeln interessieren. Der Autor Dr. Matthias Ennenbach arbeitet seit rund 20 Jahren in klinischen Kontexten und eigener Praxis sowie als Seminarleiter und Ausbilder für Buddhistische Psychotherapie. Er gibt vielfältige und sehr konkrete Erfahrungen wieder, die er in langen Jahren der buddhistischen Psychotherapie-Praxis gesammelt hat. Seine Bücher bieten erstmals

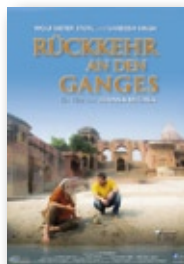
die Möglichkeit, den therapeutischen Prozess innerhalb der Buddhistischen Psychotherapie Schritt für Schritt nachzuvollziehen und als Anleitung zur Selbsthilfe und zur professionellen Begleitung und Behandlung Hilfesuchender einzusetzen.

Dr. Matthias Ennenbach, Einführung in die Buddhistische Psychotherapie - eine Integration buddhistischer und psychotherapeutischer Methoden, Hardcover 140 S., incl. Audio-CD 50 Min., ISBN: 978-3-86410-021-5, Windpferd Verlag; außerdem vom selben Autor: Buddhistische Psychotherapie, Ein Leitfaden für heilsame Veränderungen, 472 S., ISBN: 978-3-89385-639-8 und: Praxisbuch Buddhistische Psychotherapie, Konkrete Behandlungsmethoden und Anleitung zur Selbsthilfe, Hardcover, 584 S., ISBN: 978-3-86410-020-8, beide ebenfalls im Windpferd Verlag

DVD

Rückkehr an den Ganges

Indische Heil- und Zauberpflanzen – vom Bodhi-Baum Buddhas bis zur Mango und der Lotusblume Lakshmis – sind umwoben von feiner Symbolik, Mystik und Ritualen. Die Reise des Ethnobotanikers Wolf-Dieter Storl entführt uns nach Indien, in einen mythologischen und bunten Kosmos, in die Welt der Pflanzendevs, froher Farben und Feste. Er wird begleitet von dem jungen Inder Sandesh Singh, dem Sohn alter Freunde aus Varanasi. Nach vielen Jahren in Deutschland



kehrt er erstmals nach Indien zurück, um die Braut kennenzulernen, die seine Eltern für ihn auserwählt haben. Sandesh liebt seine Eltern und möchte sie nicht enttäuschen. Er liebt jedoch auch seine Freundin, Christina aus Delhi. Sandesh hofft, die indische Tradition und das Moderne in

Einklang zu bringen. Wolf-Dieter Storl und Sandeshs Weg nach Jaipur führt entlang des Ganges, dessen Wasser heilend sind und zur Sammlung des Geistes einladen. Wolf-Dieter trifft auf die Umweltaktivistin Dr. Vandana Shiva und Sandesh lernt die Familie seiner Braut kennen. Zum Lichterfest Diwali, dem indischen Weihnachten, werden sich die Reisegefährten in Varanasi wieder sehen. Hat Sandesh sich inzwischen entschieden?

Rückkehr an den Ganges, Wolf-Dieter Storl, Regie: Joanna Michna, Österreich 2013, DVD mit Bonusmaterial und 48-seitigem Pflanzenbooklet! 21,90 EUR, Storl Media

CD

Spirituelle Lieder

Die verzaubernde Stimme von Janin Devi und die sanften Harfenklänge von Klaus Heitz bereichern mit Melodien und Mantras an weibliche Gottheiten Ohren, Herz und Seele. Gefühlvoll und meditativ preisen



sie Durga, Tara, Devaki und Shakti, bereiten der allumfassenden Ma eine poetische Hymne und tanzen mit Kali einen leidenschaftlichen Tango. Klassische Elemente mit Violinen und Cello treffen Duduk, Ududrum, Bass und E-Gitarre und führen auf eine Reise zur Quelle weiblicher Hingabe. „Möge dieses Projekt ein Lichtbote sein für uns, für jeden Mann und jede Frau, jeden Suchenden und jede Suchende und all jene, die sich noch so verloren glauben, um den Weg zur Liebe - zu Ma - zu sich selbst zu finden.“ Die Musik wirkt hier sehr lebendig und präsent. Die Texte der Lieder sind auch im Booklet nachzulesen. Eine sehr gelungene Produktion.

Janin Devi, Jai Ma, feat. Klaus Heitz (Harfe), silenzio music 2012

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 - 48 49 57 80, 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

Edelsteine

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

Feldenkrais

Feldenkrais Gruppen + Einzel, 10999 Berlin, Paul-Linke-Ufer 30, 030 - 81890388, www.movement-muenker.de

Feng Shui

Feng Shui und 5 Elemente Beratung raum-und-entwicklung. de Berliner Allee, 13088 Berlin 0176-81119233

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

Hochsensibilität

Beratung, Therapie, Infoabende, Achtsamkeitspraxis im Raum für Leichtigkeit, Gudrun Schultheiß, Hackenstr. 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 (1 - 2 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 88592, info@vitalkontor.net

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

Spiritualität

Sp. Lebensberater Engel Seminare Channeln Chakrenarbeit Klangmassage, www.praxis-oase-fuer-licht-und-harmonie.de

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@snaufu.de, www.yoga-insel.de

Shakti-Yogalof, Urbanstr.67, 10967 Berlin, Tel. 030-69268 05, www.yogalehrer-berlin.de

Yoga im Fluss der Bewegung, im Fluss des Lebens Yogaferien/Workshop www.flowyoga-beatecuseon.de

Zentren/Begegnung

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

Ströme e.V., KörperPsychotherapie, Hermannstr. 48, 2.Hof DG, 12049 Berlin, T. 030 - 622 42 24, 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
Mai-Ausgabe:
Redaktionsschluss: 10.04.2014
Kleinanzeigen: 10.04.2014
Anzeigenschluss: 12.04.2014

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.

Ihr Lieben Lichter der Erde,

wir sind Lord Ashtar und die Räte des Lichtes.
Wir grüßen euch aus unseren Ebenen
des Lichtes und sind mit euch im
Wandel eures Planeten.

Wir sind die Vereinigung
des Lichtes der Höheren
Dimensionen. Wir wirken
mit euch, der Vereinigung
des Lichts der Erde. - *The
World-Light-Association*.
Es ist ein Projekt des Lichtes
für den Planeten Erde
und die Menschheit. Die Vereinigung
des Lichts der Erde
und die Vereinigung des Lichtes
der höheren Dimensionen wirken
gemeinsam, um den großen Göttlichen
Plan für die Erde.

Denn die Veränderungen finden nicht nur auf der Erde statt,
sondern auch in den vielen Universen und Galaxien weit ausserhalb
der Erde. Die neue Schöpfung der Göttlichen Quelle
manifestiert sich. In diesem Göttlichen Plan ist es besonders
wichtig, dass jetzt jeder Lichtarbeiter auf der Erde seinen Platz
einnimmt. Wir Lord Ashtar rufen dich, jetzt dabei zu sein.
In diesem Kongress geht es in erster Linie darum, dich aus
den alten Strukturen zu befreien, und gemeinsam mit uns
den höheren Reichen des Lichtes, sie in Ihr eigenes Licht-SEIN
zu erwecken und ihnen neue Perspektiven zu vermitteln.
Die Gemeinsamen Schritte in die höheren Energien der
fünften Dimension ebnen den Weg für das Licht und die
bereitstehenden Gaben der neuen Erde. Wir sprechen es
noch einmal: Du bist gerufen, in dem Großen Göttlichen
Plan mitzuwirken. Es ist dein eigener göttlicher Plan in dir,
der dich jetzt wach ruft, um deinen Platz auf der neuen Erde
einzunehmen. Und ihr seid Galaktische Bürger des Lichtes.
Ein Leben und Wirken in höheren Dimension bedarf
einer Neuausrichtung in allen Bereichen des Lebens.
Dies beinhaltet die Neuerschaffung aller Systeme auf
der Erde. Ein Leben in der fünften Dimension bedarf
des Bewusst-Seins der Liebe, des Lichtes und des Eins-
SEINS. Die Systeme der Heilung und Ernährung, der Ge-
sellschaft und Familie, die Kinder und die Systeme der
Wissensvermittlung, das Geld- und Warenaustausch-
System, die Technologien des Friedens und viele weitere
Dinge bedürfen des Wandels in die höhere Dimension.



Der Wandel beginnt in dir selbst. Du selbst
bist einst als Wesen des Lichtes in dei-
nen physischen Körper gekommen,
um in der neuen Schöpfung der
Erde mit zu wirken.

Ihr Lieben, beginnt ge-
meinsam zu wirken in der
Einheit. Überall bilden sich
Gruppen von gerufenen
Lichtarbeitern und diese
Gruppen wirken gemein-
sam mit vielen weiteren
Gruppen - die Vereinigung
des Lichts der Erde - *The World-
Light-Association*.

Wir bereiten die neue Erde vor, damit
die Menschen in der fünften Dimension als
aufgestiegene Gesellschaft des Lichtes leben können.

Gemeinsam freuen wir uns mit euch im 2. Jahre der neu-
en Erde zu SEIN. Vereint das Licht der Erde und bringt es
zu den Menschen. Wir wirken für den Planeten Erde und
die Menschen in allen Ländern der Erde. Wir bieten den
Menschen die Neu-Ausrichtung zu einer Gesellschaft
des Friedens. Wir initiieren die neuen Systeme des Licht-
es der neuen Erde für die Menschen. Wir setzten neue
Licht-Technologien des Friedens ein. Wir gehen den Weg
voraus, damit ihr folgen könnt. Wir wirken mit den hohen
Räten des Lichtes gemeinsam.

Termine:

1. bis 4. Mai 2014 - 2. internationaler World-Light-
Association-Kongress in Berlin / Germany
Gotischer Saal, Schmiedehof 17, 10965 Berlin

23. bis 25. Mai 2014 - Sharm el Sheik - Ägypten Welt-
weiter Friedenskongress -

13. bis 15. Juni 2014 - Solothurn / Schweiz

20. und 21. September 2014 - 4. Erzengel Michael -
Lichtarbeiter-Kongress 2014 in Nürnberg - Aufstieg in
die fünfte Dimension

Du findest uns unter:

www.worldlightassociation.com
info@worldlightassociation.com



ROBERT BETZ EMPFIEHLT:

NEU:
Fünf Monate,
die dein Leben
verändern

Dein Transformationsprozess

Der Intensiv-Kurs für ein glückliches und erfolgreiches Leben

Dein Transformationsprozess ist für alle gedacht, die nach der Teilnahme an einer **Transformationswoche** mit Robert Betz, die in den letzten Jahren weit mehr als 10.000 Menschen besucht haben, ihrem Leben eine entscheidende neue Richtung gegeben haben und weitergehen wollen. Die neue Seminarreihe **Dein Transformationsprozess** zeigt an 23 Seminartagen den Weg hin zu einem glücklichen, erfolgreichen und authentischen Menschen, der als bewusster Schöpfer seines Lebens der Stimme seines Herzens folgt. **Dein Transformationsprozess** ist zugleich Voraussetzung für die Teilnahme an der **Ausbildung zum Transformations-Therapeuten nach Robert Betz®**.

»In diesen fünf Monaten klärst du deine inneren und äußeren ‚Baustellen‘, entdeckst dein Schöpferpotenzial und gehst in deine Größe.« ROBERT BETZ



AUF EINEN BLICK

- August – Dezember 2014
- 23 Seminartage
- 1 Woche auf Lesbos / Griechenland
- 4 x 4 Tage (Do. - So.) in Deutschland oder Österreich
- maximal 25 Teilnehmer
- 7 Seminarorte in Deutschl. / Österr.
- jedes Seminar wird von einem der besten Seminarleiter aus dem Team von Robert Betz durchgeführt

Jetzt informieren und anmelden
unter robert-betz.com oder

Tel. 089 – 890 830-0

robert-betz.com

Robert BETZ
TRANSFORMATION

Dem Leben eine neue Richtung geben ...