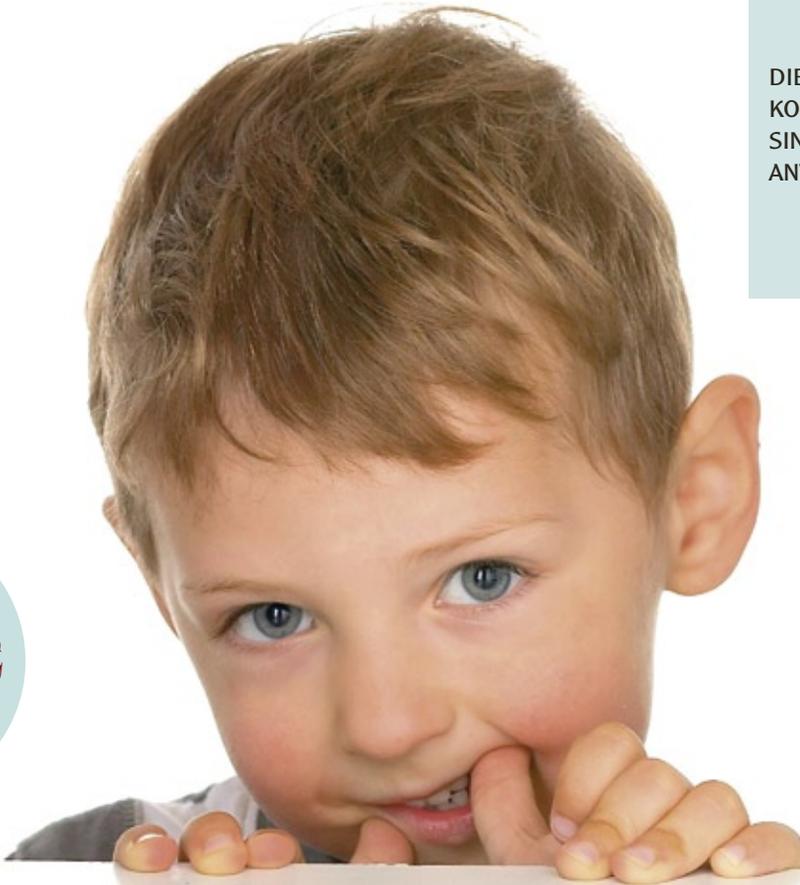


KÖRPER GEIST SEELE | BERLIN

KGS



DIE NACH UNS
KOMMENDEN
SIND UNS HEUTE
ANVERTRAUT...



Kinder brauchen Wurzeln und Flügel

Harmonisches Familienleben, Transformation des Inneren Kindes,
Hyperaktive Kinder, Plädoyer für eine Pädagogik des Herzens,
Vom Baby leiten lassen, Krisenmütter ...



6
2018

KGS
seit
1994



DHARMA BUCHLADEN

Veranstaltungen im Juni:

Dienstag,
05. Juni, 20 Uhr: *Die Bhagavad Gita - Uralte Weisheit für den Menschen der neuen Zeit*
Lesung mit **Guido von Arx**

Mittwoch,
20. Juni, 20 Uhr: *Gute Zeiten, schlechte Zeiten – astrologisch*
Ein Abend mit **Mona Riegger**

Weitere Infos unter: www.dharma-buchladen.de/veranstaltungen
Eintritt: 7 €. Ort: Dharma Buchladen - Akazienstraße 17, 10823 Berlin
U-Bhf. Eisenacher Str. (U 7) ☎ (030) 784 50 80
Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 10 -19 Uhr, Sa.: 10 -16 Uhr

Ohne Wurzeln keine Flügel

Familien- und Systemaufstellungen mit Gabriele Baring

Verhaltensmuster, Fühlen und Denken sind eng mit biographischen Ereignissen verknüpft. Auch der Blick auf die Geschichte unserer Eltern und Vorfahren kann für uns lösend sein – besonders für Kriegskinder und Kriegsengel und alle, deren Lebens- und Familiengeschichte durch die Ereignisse und Folgen der beiden Weltkriege, aber auch durch erfahrenes Leid in der DDR, geprägt und belastet sind. Werden uns Zusammenhänge und tiefere Dynamiken bewusst, können wir die übernommene Schwere hinter uns lassen und Blockaden überwinden. Es ist möglich, gesünder, erfolgreicher und zufriedener zu werden.

Gabriele Baring ist Systemische Familientherapeutin und Sachbuchautorin. Sie arbeitet in Berlin.

Ihr Schwerpunkt ist die therapeutische Bearbeitung übernommener familiärer Traumata und Verhaltensmuster bei psychischen und psychosomatischen Störungen sowie Beziehungsproblemen.



Systemische Selbsterfahrung und Aufstellungen

Nach meinen Seminaren sind Sie eine andere Person als zuvor. Sie sind kräftiger, klarer, weiser, freier und heiler. Sie werden auf die Herausforderungen des Alltags gelassener reagieren und feststellen, dass sich viele Dinge plötzlich ohne Ihr bewusstes Zutun positiv verändern. Alle Themen sind willkommen.

Seminare

„Was ist nur mit mir los?“, „Wer bin ich, und wenn ja, wie viele?“, „Mit dem Schicksal versöhnen“, „Unsere Mütter, unsere Väter“, „Lösungen“, „Krankheiten sind verschlossene Briefumschläge. Wenn wir sie geöffnet haben, sind wir gesünder“



312 Seiten 19,90 EUR
gebunden mit Schutzumschlag
Europa Verlag
Aktualisierte Neuauflage von:
„Die geheimen Ängste der Deutschen“
auch als eBook erhältlich



6 CDs | 24,95 EUR
Spieldauer: 8 Stunden



Genogrammseminar auf Sylt: 3. – 6. Juli 2018, Sylter Sommercamp: Systemische Selbsterfahrung 7. – 14. Juli 2018

Aufstellungsseminare in Berlin 2018: 2./3. Juni, 23./24. Juni

Info/Anmeldung: T. 030 - 63 91 60 91 | www.Gabriele-Baring.eu

INHALT

kurz&bunt 4
Portraits 10 und 43
Highlight 11

THEMA Kinder

- 12 **Kinder mit Wurzeln und Flügeln**
Wolf Sugata Schneider
- 14 **(Un-)heimliche Kinder**
Magdalena Werner
- 16 **Die Transformation des Inneren Kindes**
Bibiana Wachter
- 18 **Vom Baby leiten lassen**
Inga Erchova
- 20 **Harmonisches Familienleben**
Katja Rückspieß
- 23 **Krisenmütter**
Interview mit Silvia Schlüter
- 24 **Hyperaktive Kinder**
Dr. Eric Anders
- 26 **Plädoyer für eine Pädagogik des Herzens**
Peter Maier
- 28 **Bachblüten in der Schwangerschaft**
Interview mit Christina Casagrande
- 29 **Efeu - die dunkle Seite**
Heilpflanzentipp von Cornelia Titzmann
- 30 **Asiatische Kindermassagen**
Heike Brunner
- 32 **Anacardium - Die Elefantenaus**
Andreas Krügers Serie über wichtige
homöopathische Mittel
- 34 **Astroservice**
- 47 **Lesen & Hören**

Regelmäßige Rubriken

Wer macht Was 36
Termine & Events 40
Kleinanzeigen - Termine 44
Kleinanzeigen - Wer macht Was 45
Impressum 50

Online auf www.kgsberlin.de
weitere Termine und Veranstaltungen

Coverbild: © Günter Menzl - Fotolia.com

Körper Geist Seele Verlag

Hohenzollerndamm 56
14199 Berlin
mail@kgsberlin.de
www.kgsberlin.de
Großanzeigen: 030.6120-1600
Redaktion: 030.6120-1602
Kleinanzeigen: 030.6120-1603

Music for Meditation
Konzert für Meditation und Entspannung

Konzert Universität der Künste
Samstag, 30.06.2018, 19:30 Uhr

Sri Ganapathy Sachchidananda
Swamiji und Musiker

Konzertsaal der Universität der Künste Berlin
Hardenbergstraße 33 · 10623 Berlin-Charlottenburg
Tel.: 030-31 85 23 74 oder Reservix: 01806 70 07 33*
*20 Cent pro Anruf vom deutschen Festnetz / 60 Cent pro Anruf vom Mobiltelefon

www.reservix.de www.sgsberlin2018.com

EIN PHANTASTISCHER
BLICK INS JENSEITS

SPEZIELLE
ONLINE
Bestseller

3 DVD
SPECIAL
EDITION

NEU

ILLUSION TOD - JENSEITS DES GREIFBAREN II
JENSEITS DES GREIFBAREN II
SPECIAL EDITION
LEHR-
Programm
gemäß
§ 14
JuSchG

1 DVD
SPECIAL EDITION
mit 14 Bonus
Materialien und
Kommentar

WWW.HORIZONWORLD.DE



NACHT-NANNY TULLY

Marlo (Charlize Theron) hat gerade erst ihr drittes Kind bekommen, als ihr Bruder ihr ein besonderes Geschenk macht: Eine „night nanny“, die sich nachts um die Kinder kümmern soll. Marlo ist zunächst skeptisch gegenüber dem Gedanken, Hilfe von einer fremden Person anzunehmen, doch als sie die junge, schlaue und witzige Nanny namens Tully kennenlernt, entwickelt sich eine einzigartige Freundschaft zwischen den beiden Frauen. Die Komödie „Tully“ ist ein warmherziges, sensibles und humorvolles Porträt über Mutterschaft im Jahr 2018. Die Idee zum Film „Tully“ hatte die Drehbuchautorin Diablo Cody, nachdem ihr drittes Kind zur Welt gekommen war. Mit zwei kleinen Kindern, die sehr viel Zeit und Energie in Anspruch nahmen, gab sich Cody keinerlei Illusionen hin, mit dem enormen Arbeitsaufwand und Schlafmangel, den ein Neugeborenes mit sich bringt, zurechtzukommen. Sie engagierte eine Nacht-Nanny, die gegen 22 Uhr zu ihr nach Hause kam und bis zum nächsten Morgen auf die Babys aufpasste. „In meiner Kindheit und Jugend in Illinois hatte ich nie etwas von Nacht-Nannys gehört. Ich fand dieses Konzept äußerst merkwürdig und doch auch ziemlich genial“, erinnert sich Cody. „Ich war strikt dagegen, eine Nacht-Nanny für mein ältestes Kind zu engagieren. Beim zweiten Kind wehrte ich mich. Beim dritten Kind schluckte ich meinen Stolz hinunter. Die Nacht-Nanny half mir dabei, das Baby zu versorgen, damit ich am nächsten Morgen ausgeruht war, um mich um meine anderen Kinder zu kümmern. Es war eine echte Offenbarung. Denn selbst mit Unterstützung ist man erschöpft. Es war fast schon ein Schock, wie sehr ich die Nacht-Nanny liebgewonnen hatte, weil ich das Gefühl hatte, dass sie meine Rettung war.“

Film: Tully, Regisseur Jason Reitman, mit Charlize Theron, Mackenzie Davis, seit 31.5.2018 in den Kinos.

KINDERTAGSPARTY IM FEZ

Das Fez lädt am 1. Juni 2018 Kinder und Familien zu einer großen dreitägigen Kinderparty anlässlich des Internationalen Kindertages ein. Kinder dürfen an diesem Tag im Fez als kleine Stars über einen roten Teppich laufen. Auf die Besucher wartet ein Bühnenprogramm mit Musik und Tanz und vielen weiteren Attraktionen mit 400 Akteuren, die für Stimmung sorgen. Kinderstars wie Juri Tetzlaff und Christian Bahrmann vom KiKa, Theo Tintenlecks und viele andere singen und tanzen mit den Kindern auf der Bühne. Außerdem können die kleinen Gäste des Kinderfestes viele Abenteuer erleben: Eierkuchenzielwerfen mit Pippi Langstrumpf, der Räuberwald mit Ronja Räubertochter oder die Takatuka-Insel mit der Seeräuberbraut Jenny. Mit Zauberklecks Theo können die Kinder „mobil in die Zukunft“ reisen, sie lösen ein Entdeckerquiz und gewinnen einen Überraschungspreis. Durch Erkundungsspiele lernen die Kinder Neues über Natur und Umwelt auf der Öko-Insel, die Honigernte, Solarenergie, Alpakas und sie können den Wald als Abenteuerspielplatz entdecken. Eine Riesenbewegungsbaustelle, ein Wasserspielplatz, ein Niedrigseilgarten und Kletterelemente sorgen für ausreichend Bewegung. Weitere Highlights sind eine Bobbycar-Rennstrecke, ein Klangspielgarten und ein Spielmobil. Dieses Jahr wird auch die Jugendfeuerwehr mit Vorführwagen und vielen Aktionen dabei sein.



Kindertagsparty: 1.-3. Juni 2018, 10-18 Uhr, Fez, An der Wuhlheide 197, 12459 Berlin, Eintritt: 4 Euro p.P., Familien ab 3 Personen 3,50 Euro p.P., Programm auf www.familienfez.fez-berlin.de, Bildcopyright: © Miredi - Fotolia.com

KINDERFEST IN DER KULTURBRAUEREI

Anlässlich des Internationalen Kindertages wird am 3. Juni auf dem Gelände der KulturBrauerei im Prenzlauer Berg ein vielfältiges kulturelles Programm mit Workshops und Attraktionen für die Kinder geboten, an denen sie aktiv teilnehmen können. Herzlich Willkommen sind Familien mit Kindern aller Altersgruppen, die sich nach Herzenslust austoben oder kreativ betätigen möchten. Außerdem öffnen viele auf dem Gelände befindliche Veranstaltungshäuser wie zum Beispiel das Kesselhaus,



das Museum, das Theater, das TIC, das Kino und die Tanz- und Capoeira Schule ihre Pforten und bieten so einen Einblick in das Programm der KulturBrauerei. Zum dritten Mal findet das Kinderfest gemeinsam mit dem sonntäglichen Street Food Markt statt. Für das leibliche Wohl der Kinder und Erwachsenen ist somit auch gesorgt. Ziel der Veranstaltung ist es, den Kindern und Jugendlichen spannende und neue Möglichkeiten der Freizeitgestaltung in Berlin aufzuzeigen und den Vereinen, Verbänden und sonstigen Institutionen die Möglichkeit zu bieten, sich sozial für die Kinder zu engagieren.

Kinderfest in der Kulturbrauerei am 03.06.2018 von 12-18 Uhr in der Schönhauser Allee 36, 10435 Berlin, Eintritt ist frei! Infos auf www.kulturbrauerei.de/veranstaltungen, Bildcopyright: © pressmaster - Fotolia.com



KONZERT ZWEIER POP-CHÖRE

Lasst die Stimmen erklingen, in der Einzigartigkeit des A-capella werden bekannte Werke so wunderschön vertont, dass man sich der Woge einfach hingeben muss. Der PopChor Déjà-Oui und der Mathe-Chor der HU Berlin trällern mehrstimmige Pop-Klassiker und Stücke von Vokalensembles. Begeisterte Ohren sind garantiert und die pure Freude der Sängerinnen und Sänger überträgt sich auf kleine und große Konzertbesucher gleichermaßen.

Pop-Chor-Konzert am 3.06.2018 um 17 Uhr in der Friedenskirche der evangelisch-methodistischen Gemeinde Oberschöneweide, Helmholtzstraße 23, 12459 Berlin, Kuchenbasar ab 16:30 Uhr, Eintritt frei, Spenden willkommen, Info www.deja-oui.jimdo.com, Bildcopyright: © abstract - Fotolia.com

Für alle, die ihre
Träume Wirklichkeit
werden lassen wollen



Sergio Bambaren
Lebe deine Träume
160 Seiten, € 9,99 [D]
ISBN 978-3-453-70346-9

Lassen Sie sich von Sergio Bambaren auf den Weg des Träumers führen. Voller Poesie und Weisheit zeigt er, wie wir zu Schöpfern eines wahrhaft glücklichen und erfüllten Lebens werden können.

Vom Autor des Weltbestsellers
Der träumende Delphin

HEYNE <
www.heyne-verlag.de

ZWEI IM FALSCHEN FILM

Hans nennt seine Freundin „Heinz“ - das sagt eigentlich schon alles über ihre Beziehung. Sie sind ein ganz normales Paar, dessen Liebe in die Jahre gekommen ist. Genau genommen ins Achte. Hans arbeitet im Copyshop und Heinz, eigentlich Schauspieler, ist zur Synchronstimme einer Zeichentrickampel verkommen. Die Abende verbringen sie in trauter Zweisamkeit Chips essend und Video spielend in Jogginghose auf dem Sofa. Kurz gesagt: Ihrer Beziehung ist das gewisse Etwas abhandengekommen. Das fällt ihnen allerdings erst auf, als sie an ihrem Jahrestag ins Kino gehen, ein Liebesfilm steht auf dem Programm. Nur die romantische Stimmung von der Leinwand will nicht so recht auf die beiden überspringen. Als Hans dem Ex-Freund von Heinz auch noch bereitwillig ihre Nummer gibt, statt eine Eifersuchtsszene zu machen, schrillen bei Heinz alle Alarmglocken: Das kann keine echte Liebe sein! Pragmatisch wie die beiden sind, erstellen sie eine Liste mit all den „Sachen“, die zu einer filmreifen Liebe gehören: Romantik, Sehnsucht, Leidenschaft, Eifersucht und Drama - die großen Gefühle eben. Hochmotiviert beginnen Hans und Heinz, diese Liste abzuarbeiten und stellen fest: Im wahren Leben ist nichts wie im Film!



Kinokomödie: Zwei im falschen Film, Regie: Laura Lackmann, Darsteller: Laura Tonke, Marc Hosemann, David Bredin, Katrin Wichmann, Christine Schorn, Hans Longo, u.a. Kinostart am 31.05.2018, Bildcopyright: © Friede Clausz_Studio.TV.Film GmbH

AUGENBLICKE VERGESSENER GESCHICHTEN

Die 89-jährige Regie-Ikone Agnès Varda und der 33-jährige Streetart-Künstler JR machen sich mit ihrem einzigartigen Fotomobil auf, um Frankreichs Menschen und ihre Geschichten zu entdecken und zu verewigen: in überlebensgroßen Porträts an Fassaden, Zügen und Schiffscontainern. Von der Provence bis zur Normandie widmen sie ihre Kunst den Menschen – sei es dem Briefträger, dem Fabrikarbeiter oder der letzten Bewohnerin eines Straßenzugs im ehemaligen Bergbaugbiet. Landschaften verwandeln sich in Bühnen, Gesichter erzählen von vergessenen Geschichten und



aus Blicken werden Begegnungen von Herzlichkeit und Humor. Nouvelle-Vague-Legende Agnès Varda und Fotograf JR verbindet nicht nur ihre Leidenschaft für Bilder, sondern auch ein feines Gespür für Menschen und die Poesie des Moments. „Augenblicke: Gesichter einer Reise“ ist ein filmischer Glücksfall, der mit einer besonderen Leichtigkeit die berührenden Begegnungen einer Reise festhält – genau wie die unwahrscheinliche und zarte Freundschaft, die zwischen den beiden Künstlern entsteht.

Dokumentarfilm: Augenblicke, Gesichter einer Reise, Regie: Agnès Varda und JR, Filmstart am 31. Mai 2018, einen Tag nach Agnès Vardas 90. Geburtstag. Infos zum Film auf www.weltkino.de, Bildcopyright: © Agnès Varda-JR-Ciné-Tamaris Social Animals 2016

BHAGAVAD-GITA - EINE URALTE WEISHEIT

Die populärste aller indischen Schriften, die Bhagavad-Gita, hat seit der Blüte des geistigen Deutschlands auch Persönlichkeiten wie Goethe, Humboldt und Schopenhauer begeistert. Diese Faszination für die zeitlosen Weisheiten Indiens ist bis heute ungebrochen geblieben. Immer mehr Menschen auf der ganzen Welt entdecken die Bhagavad-Gita als einen praktischen Leitfaden für den eigenen spirituellen Weg. „Das Wunderbare an der Bhagavad-Gita ist, dass in ihr eine ungelernete, erfahrene Weisheit sich als helfende Güte offenbart. Diese schöne Offenbarung, diese Lebensweisheit, diese zu Religion erblühte Philosophie ist es, die wir suchen und brauchen.“ (Hermann Hesse).



Guido von Arx wird in seiner Lesung über die uralte Weisheit für den Menschen der neuen Zeit berichten. Er war auf einer Indienreise in den 1970er Jahren, bei der er die Bhagavad-Gita zum ersten Mal in der Hand hielt, sofort von ihr fasziniert. 2015 veröffentlichte er eine illustrierte Bhagavad-Gita, deren Übersetzung sowohl die große spirituelle Tradition Indiens respektiert wie auch eine Sprache findet, die von den Menschen heute verstanden wird.

Lesung „Uralte Weisheit für den Menschen der neuen Zeit“ mit Guido von Arx am 5. Juni 2018 um 20 Uhr im Dharma Buchladen, Akazienstraße 17, 10823 Berlin, Eintritt: 7 Euro. Begrenzte Platzzahl! weitere Infos unter www.dharma-buchladen.de/veranstaltungen/, Bildcopyright: © styleunited - Fotolia.com

UPDATE AD(H)S – WAS GIBT ES NEUES?

Die AD(H)S-Forschung schreitet voran, die Erkenntnisse aus Diagnostik und Therapie werden umfangreicher und differenzierter. Es wird immer deutlicher, dass es Verbindungslinien zu weiteren Problemfeldern und Störungen wie Autismus, Lern- und Leistungsstörungen, Suchterkrankungen, Ängsten und Depressionen gibt, die erkannt und beachtet werden müssen. Dr. med. Dipl.-Theol. Hans Willner stellt in seinem Vortrag die Entwicklungen der aktuellen Forschung dar. Er ist Chefarzt der Klinik für seelische Gesundheit im Kindes- und Jugendalter im St. Joseph Krankenhaus in Berlin.

Vortrag von Dr. med. Dipl.-Theol. Hans Willner, „Update AD(H)S – was gibt es Neues?“ am 29. Juni 2018 um 17:30 Uhr in der Urania Berlin, An der Urania 17, 10787 Berlin, Normalpreis 10,35 Euro, ermäßigt 8,70 Euro, Schüler/Studenten 4,85, Infos unter www.urania.de/update-adhs-was-gibt-es-neues

THE RIDER

Nach einem beinahe tödlichen Rodeo-Unfall muss sich der junge Cowboy Brady Blackburn (Brady Jandreau) mit der Tatsache abfinden, dass er nie wieder reiten kann, er stürzt in eine existentielle Identitätskrise: Immerhin definiert ihn nicht nur seine Umwelt, sondern vor allem auch er selbst als Sioux-Nachkomme sich vornehmlich über seine Arbeit mit Pferden. Schwer wiegen der abschätzige Blick seines Vaters, der Abschied von seinen enttäuschten Fans und das Fehlen des einzigartigen Gefühls der Freiheit, das ihn auf dem Rücken eines Pferdes durchströmt. In atemberaubenden Bildern der Wildnis South Dakotas erzählt The Rider von zerbrochenen Träumen und verlorenen Identitäten. Authentisch und einfühlsam hält der Film die Balance zwischen zärtlicher Poesie, archaischen Mythen und der rauen Lebenswirklichkeit im amerikanischen Heartland. Der tief berührende Film basiert auf den wahren Leben seiner Darsteller. „The Rider“ wurde in Cannes mit dem Art Cinema Award sowie mit dem Werner Herzog Filmpreis ausgezeichnet, der Mut, Entschlossenheit und Visionen honoriert. In dem Film geht es darum, wie man(n) sich in einer von klassischen männlichen Werten dominierten Gesellschaft behaupten



Das Einfach Liebe Retreat mit Ela und Volker Buchwald.

Kommende Termine für den fünf-tägigen Prozess:

www.einfach-liebe.de

Wir unterstützen Paare,
ihre Liebe warm, lebendig und
herzerfüllend zu erfahren.



MECKLENBURGER SOMMER
IN STELLSHAGEN

Der Sommer in Mecklenburg sorgt für Entspannung und Wohlfühlgefühl auf allen Ebenen mit:

- einer Tiefengewebsmassage
- einem 5€ Einkaufsgutschein für unseren Bioladen
- einem Fruchtboktail im Saunahaus-Bistro

Preise p.P. z.B. 5 ÜN inkl. HP in 100% Bio-Qualität ab 532€ im DZ, 7 ÜN inkl. HP ab 714€ im DZ, 26.06. bis 13.07.18 und 19.08. bis 31.08.18

www.gutshaus-stellshagen.de

Hotel Gutshaus Stellshagen, Lindenstr. 1, 23948 Stellshagen
T 038825-44-0, F 038825-44-333 | DE-ÖKO-006
info@gutshaus-stellshagen.de, www.gutshaus-stellshagen.de

bio hotels my



kann, selbst wenn man(n) aufgrund der äußeren Umstände nicht länger an den traditionellen Männlichkeitsritualen teilnehmen kann. Die Filmemacherin Chloé Zhao hat für ihren einfühlsamen und bildgewaltigen Neo-Western „The Rider“ Laiendarsteller gesucht, die vor der Kamera mehr oder weniger ihre eigene Geschichte nachspielen. Gestoßen ist sie dabei auf den jungen Pferdeflüsterer und ehemaligen Rodeo-Champion Brady Jandreau - ein indianischer Cowboy, der nach einem schweren Sturz eigentlich gar nicht mehr selbst aufs Pferd steigen sollte, geschweige denn Rodeoreiten darf.

Film „The Rider“, Regie: Chloé Zhao, Darsteller: Brady Jandreau, Tim Jandreau, Lilly Jandreau, Cat Clifford, ab 21. Juni 2018 in den Kinos



HILFE FÜR DEN VOGEL STAR

Der Star, Vogel des Jahres 2018, braucht Ihre Hilfe, er findet kaum noch Nahrung. Einst als ein Allerweltsvogel überall gesehen und durch seinen spektakulären Schwarmflug berühmt, steht der Star nun auf der „Roten Liste“ in der Rubrik „gefährdet“, denn heute zählen wir 5,2 Millionen Tiere weniger als noch vor 12 Jahren! Ein Grund für den drastischen Rückgang des kleinen Vogels, der mit seinem glänzenden Gefieder und als großer Sänger auf sich aufmerksam macht, ist die intensive Landwirtschaft, denn der Star liebt insektenreiche Viehweiden. Heute

steht das Vieh jedoch meist im Stall und Insekten werden totgesprüht. Um Bruthöhlen bauen zu können, braucht der Star zudem genügend Wälder mit alten Bäumen. Der NABU setzt sich daher für eine neue Agrarpolitik ein, für Deutschland und ganz Europa. Denn naturverträgliche Landwirtschaft muss sich wieder lohnen, für Mensch und Natur. Helfen Sie mit Ihrer Spende und sorgen Sie gemeinsam dafür, dass der Vogel des Jahres 2018 auch in Zukunft genügend Nahrung und Wohnraum findet.

Infos und das Spendenkonto finden Sie unter: www.nabu.de/spenden-und-mitmachen/spenden/star2018.html, Bildcopyright: © Marek Szczepanek (wikipedia: Star)



EHE UND PARTNERSCHAFT JENSEITS DER 65

Das Alter wandelt uns und wir erleben diesen Wandlungsprozess auch in unseren langjährigen Partnerschaftsbeziehungen. Einerseits die Zunahme an Goldenen bis Eisernen Hochzeiten, andererseits steigende Scheidungszahlen nach der Silberhochzeit, neue Partnerschaften, die erst im Alter beginnen, eine Zunahme nicht-ehelicher Lebensgemeinschaften und noch viel mehr. Über Partnerschaftsprobleme, die durch das Altwerden entstehen können, berichtet Gisela Gehrman in diesem Vortrag. Wie lässt sich eine neue Aufgabenteilung im Alltag etablieren? Wie kann man mit gesundheitlichen Einschränkungen oder Pflege umgehen? Wie lassen sich Konflikte mit den erwachsenen Kindern lösen? Wie können wir den Veränderungen in der Sexualität begegnen? Die gelungene Bewältigung von Krisen stärkt jede Partnerschaft und wirkt sich positiv auf die psychische und physische Gesundheit aus. Es lohnt sich, darüber ins Gespräch zu kommen. Frau Gisela Gehrman, Dipl. Medizin-Pädagogin, Dipl. Gerontologin, ist Gründerin und Leiterin des Projekt- und Bildungs-Cafés „Schickes Altern“ in Potsdam.

Vortrag und Diskussion „Ehe und Partnerschaft jenseits der 65“ mit Gisela Gehrman am 27. Juni 2018 um 17:30 Uhr in der Urania Berlin, An der Urania 17, 10787 Berlin, Normalpreis 10,35 Euro, ermäßigt 8,70 Euro, Schüler/Studenten 4,85 Euro, Infos auf www.urania.de/ehe-und-partnerschaft-jenseits-der-65, Bildcopyright: © aletia2011 - Fotolia.com



MÄNNERBALLETT IN BADEHOSEN

Eric steckt mitten in der Midlife-Crisis: Während seine Frau in der Lokalpolitik aufsteigt, entfremdet sich der Teenager-Sohn täglich mehr von ihm und sein Job als Buchhalter langweilt ihn unsäglich. Als er abends seine gewohnten Bahnen im Schwimmbad zieht, bemerkt er plötzlich etwas Merkwürdiges: Eine bunt zusammengesetzte Gruppe an Männern gleitet rhythmisch neben ihm durchs Becken. Den Synchronschwimmern fehlt jedoch noch ein Mann, um tatsächlich kunstvollere Schwebefiguren ins Wasser zu zaubern. Unversehens wird Eric in der herzlichen Amateurtruppe aufgenommen. Und während das Ballett in Badehosen tatsächlich immer besser wird, findet auch Eric neuen Mut, sein Leben nochmal auf den Kopf zu stellen und seiner Frau zu beweisen, dass weitaus mehr in ihm steckt als sie für möglich hielt. Der Film „Ganz oder gar nicht in Badehosen - Swimming with men“ ist britischer Humor von seiner besten Seite! Mit einer ordentlichen Portion Herzlichkeit versammelt Regisseur Oliver Parker ein hochkarätiges Ensemble großartiger Schauspieler. Der Film führt in die Welt von Eric, einem midlifekrisen-geschüttelten, gelangweilten Finanzbuchhalter, der mit seinen analytischen Fähigkeiten der Synchronität einer Männer-Schwimmtruppe neuen Auftrieb gibt – und dabei auch selbst frische Lebensenergie gewinnt. Ein motivierender Protest gegen den sinnlosen Alltagsstress und das Ende der Träume!

Film „Swimming with men“ Regisseur: Oliver Parker, ab 7. Juni 2018 in den Kinos.



STAATSOPER FÜR ALLE

Bereits zum zwölften Mal findet dieses Open-Air-Konzert „Staatsoper für alle“ mit einer Opern-Live-Übertragung auf dem Bebelplatz vor einzigartiger Kulisse in der historischen Mitte Berlins statt. Am 16.

Juni um 12 Uhr spielt die Staatskapelle Berlin unter der musikalischen Leitung von Daniel Barenboim Werke von Gioachino Rossini und Claude Debussy sowie Igor Strawinskys „Le Sacre du Printemps“. Am folgenden Abend, den 17. Juni um 18 Uhr, können die Besucher einer der Höhepunkte der Opernsaison in einer Übertragung auf der LED-Leinwand auf dem Bebelplatz miterleben, die seit langem ausverkaufte Premiere von Verdis „Macbeth“, dirigiert von Daniel Barenboim, mit Plácido Domingo in der Titelrolle und Anna Netrebko als Lady Macbeth. Es wird faszinierend sein, wenn wieder rund 40.000 Menschen auch bei den stillen Passagen andächtig zuhören. Klappstuhl, Decken, Picknickkorb und Kaffeekannen dürfen mitgebracht werden.

Open-Air-Konzert „Staatsoper für alle“ 2018 am Samstag den 16.06.2018 ab 12 Uhr und 17.06.2018 um 18:00 Uhr auf dem Bebelplatz, Unter den Linden, 10117 Berlin, Eintritt ist frei, Infos unter www.staatsoper-berlin.de/de/spielplan/staatsoper-fuer-alle/, Bildcopyright: © Thomas Bartilla auf staatsoper-berlin.de

KONZERT FÜR MEDITATION UND ENTSPANNUNG

Lassen sich lebende Organismen durch Klänge und Töne beeinflussen? Wie wirken bestimmte Tonfolgen auf die feinstofflichen Energiebahnen, genannt Nadi? Gibt es einen Zusammenhang zwischen Musik und den fünf Elementen oder Sternzeichen? Genau diesen Fragen geht der indische Musiker und Yogi Sri Ganapathy Sachchidananda Swamiji seit über 30 Jahren nach. Die Ergebnisse seiner Forschungen teilt er in weltweiten Konzerten zur Heilung und Meditation, die bereits in renommierten Konzertstätten wie der Royal Albert Hall London, dem Lincoln Center New York oder dem Sydney Opera House stattfanden. Ziel der Konzerte ist es, die harmonisierende und transformierende Kraft der Musik zum Wohl der Zuhörenden einzusetzen. Die Musik kann ihre Wirkung optimal entfalten, wenn der Geist zur Ruhe kommt und sogar wenn der Mensch einschläft. Sri Swamiji und seine Musiker spielen das Konzert „Nada Dhyana Raga Sagara“ eine „Klangmeditation des Ozeans der Melodien“.

Konzert mit Sri Swamiji und seinen Musikern am 30. Juni 2018, 19:30 Uhr im Konzertsaal der Universität der Künste, Hardenbergstraße 33, 10623 Berlin, Eintritt: ab 15 Euro, Infos unter www.sgsberlin2018.com



Yogalehrer Ausbildung

bei bamboo yoga in Berlin-Karlshorst



300 intensive Stunden
10 spannende Wochenenden
7 hochqualifizierte Lehrer(innen)
1 wunderschöne Location

Infoveranstaltung:

So. 1. Juli 2018, 18 Uhr

(Bitte um vorherige Anmeldung)

Termine:

14.-16. September 2018
12.-14. Oktober 2018
16.-18. November 2018
14.-16. Dezember 2018
18.-20. Januar 2019
15.-17. Februar 2019
15.-17. März 2019
5.-7. April 2019
17.-19. Mai 2019
14.-16. Juni 2019

bamboo yoga

Dönhoffstr. 24, 10318 Berlin
kostenlose Übernachtungsmöglichkeiten sind vorhanden.

Infos und Anmeldung:

www.bamboo-yoga.de

Die bamboo Yogalehrerausbildung - angelehnt an die Tradition von Sivananda Saraswati und ausgerichtet nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen - bietet Dir ein tiefes Erleben und Erlernen von Hatha Yoga, das Dich zu einem authentischen und selbständigen Yogalehrer macht.

Unsere Mission ist es, Dir die Basis mitzugeben, gekonnt mit Freundlichkeit, Sicherheit und Integrität zu lehren und dabei Deine eigene Intelligenz, Dein eigenes Selbst und Deine eigene Natur zu nutzen und weiter zu entwickeln, so dass Du lernst, anatomisch und energetisch wertvoll zu unterrichten bzw. zu praktizieren.

Die 10 Ausbildungswochenenden sind praxisnah, mit theoretischer, anatomischer und philosophischer Tiefe versehen, um Dir einen ganzheitlichen Weg zum Verständnis Deines Yogas zu vermitteln, welcher Dir als ein stabiles, kompetentes und professionelles Fundament dienen wird. Dein Lehrerteam verfügt über tiefgreifendes Fachwissen der Praxis und Philosophie des Yoga, Pranayamas und Asanas, den Stundenaufbau und der Anatomie. Darüber hinaus beinhaltet die Ausbildung eine Anleitung zur Reflektion der persönlichen Entwicklung auf körperlicher und mentaler Ebene, die Dir hilft, Deinen eigenen Weg zu finden.

Rückführungen in vergangene Leben und in das Zwischenleben

Infoabende mit Daniela Wiegner

Erfahren Sie eine Rückführung in vergangene Leben, als ein tief gehendes Erlebnis. Eine Reise, entlang der Zeitlinie, in unsere Seelenvergangenheit zurück. Faszinierende Einblicke sind möglich: Habe ich schon einmal gelebt, was habe ich dabei erlebt? Was hat die Seele daraus gelernt? Können mir die Erfahrungen von damals weiterhelfen?

Die ebenfalls von mir hypnotherapeutisch begleitete Seelenreise (LZL*) ist eine Ergänzung sowie auch eine Weiterentwicklung über eine Rückführung in vergangene Leben hinaus. Zunächst werden Sie in ein bedeutsames Vorleben und dann über den Tod hinaus in das Leben zwischen den Leben* geführt.

In dieser hohen geistigen Dimension können Sie unter anderem Ihrem Seelenführer und Ihrer Seelenfamilie

begegnen, Fragen an den Ältestenrat stellen und heilsame Energien empfangen.

Niemand gibt Ihnen von außen etwas ein, alle Erkenntnisse, Einsichten, Bilder, Gefühle und Erinnerungen entspringen Ihrem Überbewusstsein, vermittelt von Ihrem höheren Selbst und Ihrer Seelenführung. Es ist ein einzigartiges, heilendes Erlebnis, in dieser Ebene und Energie zu verweilen und den direkten Kontakt zu erfahren. Die LZL-Seelenreise, ist eine wegweisende spirituelle Methode, basiert teilweise auf den Forschungsergebnissen von Dr. Michael Newton und meinen Ausbildungen. An diesem Abend reden wir über meine Erfahrungen und ich beantworte eure mitgebrachten und aufkommenden Fragen. Wenn gewünscht erleben wir eine ca. 15-20 minütige Hypnose.



Info- / Erlebnisabende:

15.06., 06.07., 24.08. jeweils von 18 bis 21 Uhr (bitte anmelden)

im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Kosten: 10 Euro

Anmeldung / Info

D. Wiegner, HP für Psychotherapie, Hypnose- u. Rückführungstherapeutin
info@hypnose-freude.de
T. 0177 / 6780218

Heilerin Nina Dul wieder in Berlin

Auch 2018 ist sie wieder in unserer Hauptstadt vom 17.06. bis 24.06.2018

Nina Dul zu treffen ist ein besonderes Erlebnis. Es gibt keine Krankheit, der Polens berühmteste Heilerin nicht gewachsen ist. Sie sieht und liest die Aura und kann so gezielt Energie übertragen. Es sind nicht nur schwer kranke, sondern auch ganz „normale“ Menschen, die sie seit Jahren aufsuchen, um sich energetisch wieder aufzubauen. Viele berichten von wundersamen Verbesserungen.

Nina Dul musste das Heilen nie erlernen, da sie eine der wenigen ist, die diese Gabe von Geburt an besitzt.

Bekommen Sie Einblicke in ihren Werdegang, ihre Erfahrungen und Erfolge als Heilerin.

Sind Sie krank oder geschwächt? Gewinnen Sie selbst einen Eindruck beim Erlebnisabend und überzeugen Sie sich bei den Heilmeditationen von ihren Fähigkeiten. Man braucht keine spirituellen Vorkenntnisse, um mit dieser Powerfrau arbeiten zu können.

Themenschwerpunkte (u.a.)

- Warum werden wir krank?
- Wie gleichen Sie Störungen Ihres Energiefeldes aus, bevor sie krank machen?
- Wie können Sie sich vor schädlichen Einflüssen in der heutigen Zeit schützen?
- Wie können Sie Einfluss nehmen auf Ihre Gesundheit und Ihr eigenes Energiefeld stärken?

Der Erlebnisabend wird durch eine eindrucksvolle Heilenergieübertragung für alle Anwesenden abgerundet.



Buchempfehlung:
Auratherapie und Heilenergie Magenta von Nina Dul



Ort der Veranstaltungen

Wamos Zentrum
Hasenheide 9 (Hinterhof)
10965 Berlin-Neukölln

Info und Anmeldung

www.ninadul.de
0172 - 236 30 29
0172 - 732 28 89

Termine

Erlebnisabend

So. 17.06., 18:00 Uhr, 17 EUR

Bioenergetische Heilsitzungen

tägl. Mo – Fr. 18.06 – 22.06.,
jeweils 19:00 Uhr, je 62 EUR

Aura- u. Energieseminar

Sa. 23.06., 10.30 – ca.19.00 Uhr,
143 EUR

Magentaseminar mit Einweihung

So. 24.06., 10.30 – ca. 20.00 Uhr,
152 EUR

Aurafotos

werden an allen Tagen gemacht.

Rabatt

Bei Vorlage dieser Zeitschrift gibt es 7 EUR Rabatt auf den Erlebnisabend.

advertorial

Endlich
suchtfrei leben!

Zuckerfrei Rauchfrei · Alkoholfrei Behandlungstage in Berlin

23.6. und 21.7.2018

Info-Vortrag 21.6.2018

Limitierte Plätze. Bitte melden Sie sich an.

030 - 408 984 54

www.weiss-institut.de



Jetzt auf YouTube:
Erfolgreiche
Alkohol-Entwöhnung





Wolf Sugata Schneider

Kinder mit Wurzeln und Flügeln

Die nach uns Kommenden sind uns heute anvertraut

Ich war mal ein Kind, genauso wie du. Das Kindsein tragen wir immer noch in uns, du und ich, wir alle, wie schlummernd auch immer es heute noch in uns lebt. Alt sind wir vielleicht noch nicht, aber jung waren wir alle mal oder sind es noch; das kennen wir, wenn wir es nicht vergessen haben. Und jetzt? Wie können wir verantwortungsvoll erwachsen sein und dabei die Wurzeln unseres Kindseins in uns lebendig halten? Zur eigenen Freude und der Freude der nach uns Kommenden sollten wir die Wahrnehmung der Welt aus der Kind-Perspektive in uns lebendig halten und uns bewusst sein, dass unsere Kinder und deren Kinder das weitergeben werden, was durch uns kam.

Wie Menschen entstehen

Im Heranwachsen der Kinder können wir das Entstehen des Menschseins beobachten. Im Mutterleib entwickelt sich jedes Kind vom Vielzeller über den Fisch zum Landlebewesen - die Geburt ist die „Landung“. Bald danach beginnt das Ich seinen Werdegang, das Individuum in seiner geistigen Gestalt - ein Wunder! Kinder sind nicht einfach kleine Erwachsene, sie sind ganz eigene Wesen. Sie entwickeln sich und hören nie auf damit, so wie auch wir Erwachsenen, bei ihnen ist es nur deutlicher, dass alles in Bewegung ist. Und genau so wie wir brauchen Kinder Wurzeln und Flügel. Von uns Eltern und Älteren erwarten sie, dass wir ihnen Halt und Raum geben und zugleich Grenzen setzen. Wenn wir ihr Selbstbewusstsein stärken, werden sie Liebende bleiben und sich nicht

unterkriegen lassen. Wenn wir eine friedvolle und verantwortungsbewusste Gesellschaft wollen, müssen wir insbesondere die Kinder wertschätzen in ihrer Ursprünglichkeit, Leichtigkeit, Formbarkeit, Neugier und Verspieltheit. Im Umgang mit ihnen zeigt sich unsere Reife, aber auch unsere Zugewandtheit dem Leben gegenüber.

Unsere glückliche Kindheit

Es ist nie zu spät, eine glückliche Kindheit gehabt zu haben, sagen Therapeuten: So wie du dir auf narrative Weise deine eigene Identität kreierst, so kreierst du dir auch entweder eine eher glückliche oder eher bemitleidenswerte Kindheit. Auch wenn das nur zur Hälfte wahr ist, weist es immerhin darauf hin, dass wir das Erbe unserer Vergangenheit mit unserer selektiven Erinnerung gestalten. Der Film wird im

Schnitt gemacht: Durch das, was wir weglassen und was wir behalten, bildet sich die ganze Gestalt. Dabei sollten wir auch im Leben des Erwachsenen dem eigenen „Inneren Kind“ einen Platz lassen: unserer spielerischen, fröhlich-neugierigen Natur. Dem Gefühl, noch mehr vor sich zu haben als hinter sich. Dem „Geist des Anfängers“, wie es Shunryu Suzuki einst genannt hat, der Gründer des ersten buddhistischen Klosters im Westen.

Christusmord und Heilung des inneren Kindes

Viele Erwachsene sind untereinander und insbesondere im Umgang mit Kindern sehr ernsthaft und streng. Heute würde man dazu vielleicht sagen, dass ihr inneres Kind verletzt ist. Vielleicht hat es in seiner frech-fröhlichen Pippi-Langstrumpf-Art durch die Erziehung einen Dämpfer bekommen. Oder es wurde sogar gekreuzigt, wie Wilhelm Reich es in seinem Buch „Christusmord“ so drastisch beschrieb: In jedem neu auf die Welt kommenden Kind wird wieder unsere göttliche Natur gekreuzigt. Reich beschrieb Kindheit als einen Prozess der Anpassung des Menschen an ein Räderwerk, das unsere Lebendigkeit und Liebesfähigkeit vernichtet und nur das akzeptiert, was Bürokraten festnageln können. Können wir das innere Kind heilen? Die meisten Therapeuten sind überzeugt, dass das möglich ist, aber es braucht dafür normalerweise ein nochmaliges kathartisches Durchleben der Schmerzen, die zur Traumatisierung geführt haben.

Präpersonale Romantik

Wenn sich zur Begeisterung vom Wunder der heranwachsenden „neuen Menschen“ ein gewisses Maß an Narzissmus und ein naiver Zukunftsglaube addieren, ergibt sich ein Humus, aus dem leicht sowas wie der Glaube an „Indigo-Kinder“ sprießt. Bei aller Liebe zum eigenen inneren Kind und der Bevorzugung von Optimismus gegenüber Alarmismus erscheint mir das übertrieben. Ist die neue Generation uns in ihrer Intelligenz weit voraus, oder ist sie apathisch, egoistisch und von Smartphones und Computerspielen verdorben? Waren die 68er rebellischer,

mutiger, konfrontationsbereiter als die jetzt Heranwachsenden? War früher alles besser als jetzt - und wir entsprechend, als wir jung waren -, oder wird in Zukunft alles besser sein, wenn die jetzt Jungen an der Macht sind?

Wer sich von dem Neuen faszinieren lässt, neigt oft auch zu einer romantischen Bewunderung des Jungen, Jugendlichen und Kindlichen. Wenn dann noch Jesus hinzugezogen wird, um zu belegen, dass wir wie die Kinder werden müssen, um in den Himmel zu kommen, ergibt das eine perfekte Mischung zur Beschönigung des Chaotischen und Unreifen. Volle Fahrt voraus ins Präpersonale, die Abzweigung ins Transpersonale wurde verpasst. Um Kinder zu verstehen, braucht es mehr als eine das Kindliche aufhübschende Romantik. Eltern wie Erzieher brauchen dafür ein einigermaßen selbstsicheres, erwachsenes Ego, das Grenzen setzt und aufrechterhält. Wo Kinder noch Führung benötigen, müssen wir bereit sein, sie zu führen und nicht nur zu begleiten, und wenn es Zeit ist, sie ihren eigenen Weg gehen zu lassen, müssen wir auch dazu imstande sein.

Wie echt sind wir?

In jeder spirituellen Gemeinschaft (in Asien traditionell „Sangha“ genannt) gehört die Konfrontation mit der eigenen Unechtheit und Maskenhaftigkeit, die jedes Zusammenleben von Menschen unausweichlich zur Folge hat, zum pädagogischen Programm. Auch außerhalb der traditionellen Sanghas wird dieses hohe Ziel auf wunderbare Weise von den Pubertierenden gegenüber ihren Eltern geleistet: Sie prüfen deren persönliche und spirituelle Authentizität. Bist du wirklich echt mit dem, was du da machst und propagierst, oder sind das nur spirituelle Phrasen, die du irgendwo aufgeschnappt hast und mit denen du nun deine Kinder zu missionieren versuchst? In unserem Umgang mit Kindern zeigt sich, ob wir wirklich erwachsen geworden sind. Kinder brauchen keine kindischen, unreifen Altvorderen, sie wollen Erwachsene, die verspielt sind, aber auch autoritär sein können. Den Teil unserer Spiritualität, der nur ein Protest gegen das Erwachsenwerden ist, müssen wir verabschieden.

Wir sind unterwegs

Wir sind Reisende auch in der Hinsicht, dass wir, jeder von uns in seiner je eigenen Weise, Pilger sind auf einem Weg der menschlichen Entwicklung, hin zu einem fernen, vielleicht noch kaum erkennbaren Ziel. Auf diesem Weg stehen wir zwischen unseren eigenen Eltern und den Kindern, die uns anvertraut sind in einer Abfolge von Generationen, die sich hoffentlich als eine Entwicklung des Homo sapiens zu etwas Feinerem, Weiserem zeigen wird als wir es jetzt sind. Wir können von den vor uns Gegangenen ebenso lernen wie von den nach uns Kommenden, die uns als Kinder heute anvertraut sind. Teils lehren wir sie auch, beide, und sind dabei gefordert, in uns zu ruhen, zugleich fest und flexibel, mit Standbein und Spielbein, frei und gebunden. Wir stehen und bewegen uns in der Mitte. Die einen verabschieden wir aus dem Leben und der Welt der Bedingtheiten, die anderen begrüßen wir darin.

*Sugata liest seine Texte für Sie.
Audios auf: www.kgsberlin.de*



Wolf Sugata Schneider Jg. 52.
Autor, Redakteur, Kabarettist.
1985-2015 Hrsrg. der Zeitschrift Connection
Blog: www.connection.de
Kontakt: schneider@connection.de



Magdalena Werner

(Un-)heimliche

Kinder



Stellen Sie sich vor, Sie fahren in einem leeren Fahrstuhl. Plötzlich bleibt der Fahrstuhl stecken, das Licht geht aus und als es wieder angeht, sehen Sie im Fahrstuhl ein kleines, weiß gekleidetes Mädchen mit zerzausten Haaren, das seine Puppe im Arm hält. Totenblass schaut sie Sie zunächst nur fragend an und fängt dann unerwartet an zu schreien.

Was würden Sie tun?

Die Szenerie entspringt einem Streich, der von einer heimlich installierten Kamera gefilmt wurde. Versteckte Kameras versprechen dem Zuschauer amüsante Situationen mit hohem Unterhaltungswert. Im diesem Fall jedoch rief der Streich nicht nur humorvolle Überraschung hervor, sondern tauchte die heimlich gefilmten Menschen in ein Horrorszenerario erster Klasse, das dem Zuschauer Einblicke in die Abgründe menschlicher Angst gewährte. Die unfreiwilligen Protagonisten dieser grotesken Szene zeigen alle möglichen Merkmale akuter nervlicher Belastungen: Sie zittern, kreischen, reißen schützend ihre Hände vor ihre Gesichter, klammern sich an ihre Begleitung und suchen das Weite, sobald sich die Fahrstuhltür wieder öffnet. Woher diese schockschweren Reaktionen beim Anblick eines verwahrlost scheinenden Kindes, das plötzlich auftaucht und eventuell etwas von uns will? Als Sinnbild von Unschuld und Hilflosigkeit fungieren Kinder als perfektes cineastisches Stilmittel, um den Zuschauer in seine tiefliegenden Ur-Ängste zu begleiten. Entweder sie werden mit Geistern oder Mördern konfrontiert und befinden sich in unmittelbarer Gefahr, oder sie entpuppen sich als die Gefahrenquelle selbst, was die kindliche Unberechenbarkeit noch potenziert. Oft sind sie mit ihren infantilen Stimmen auch Überbringer unheilvoller Nachrichten. („Ich sehe tote Menschen“). Die Grenzen

zwischen Mitleid und erschreckender Abwehr scheinen bei uns Zuschauern fließend und rufen in uns verstörende Ängste hervor.

Aber was macht das Horroramiente ums Kind so unheimlich?

Für Freud ist das Unheimliche das, was uns einst vertraut war, was jedoch verdrängt wurde und sich seither im verborgenen Unterbewusstsein befindet. Nur durch die Verdrängung einer Gefühlsregung entspringe der eigentliche Angstcharakter. Könnte es folglich sein, dass uns das Mädchen im Fahrstuhl ein Stück weit vertraut ist und uns an etwas erinnert, was wir verdrängt haben? Was ruft ihr Schrei in uns wach?

Kellerkinder

Das „Innere Kind“ ist ein symbolischer Ausdruck für unsere inneren Erlebniswelten, in denen unsere tieferen Empfindungen, frühkindlichen Bedürfnisse, sowie unsere Vergangenheit wohnen. Es repräsentiert ebenso die Wunden, die wir als Kind in Form von Demütigung, Verrat, Ungerechtigkeit und Ablehnung davongetragen haben. Dabei hat man es vielleicht sogar gut mit uns gemeint und wollte uns nur in unserer übermütigen Unberechenbarkeit bremsen, um uns zu schützen oder um uns gesellschaft-

lich einzupflegen. Dennoch blieb das Gefühl zurück, nicht so angenommen worden zu sein, wie wir sind. Um das schmerzvolle Gefühl des Ungeliebtheits nicht weiter erleiden zu müssen, haben wir unsere wahren Bedürfnisse und natürlichen Impulse in die unterste Etage unseres Seins verbannt. Einst eine überlebensrelevante Glanzleistung, machen Gefühlsverdrängungen auf Dauer nicht glücklich, denn in unserer individuellen Erlebniswelt bleiben wir seelisch in dem Alter stecken, in dem wir nicht die Liebe und Zuwendung bekommen haben, die wir gebraucht hätten. Wie in dem steckengebliebenen Fahrstuhl werden wir ständig mit Situationen und Beziehungsrealitäten konfrontiert, in denen plötzlich wieder dieses Kellerkind laut wird und in unser Leben überraschend hineinplatzt. Wir leben in unaufgelösten, verdrängten Kindheitssituationen und reagieren heute noch so, wie einst das Kind - mit Verlustängsten, Abhängigkeiten, Ohnmacht und Ähnlichem. Unsere Mitmenschen stehen plötzlich „stellvertretend“ für die Eltern/für unsere unerfüllten Wünsche und wir begegnen uns in unseren Kindsrollen, anstatt als eigenverantwortliche Erwachsene. Je mehr wir die so schamvollen Erinnerungen an unsere kindliche Verletzlichkeit verschüttet haben, desto unerwarteter und häufiger werden wir von diesem Kellerkind bestimmt und getrieben. Aus meiner Praxis der kinesiologischen Körperarbeit kann ich bestätigen, dass unsere negativen Kindheitsprägungen sich nicht nur in zumeist unbewussten, in unser Erwachsenenleben übernommenen Denkmustern und Verhaltensprogrammen niederschlagen. Oft stockt es in diversen Etagen unseres Körpers. Lange verschüttete Gefühle wie Angst, Wut oder Trauer suchen sich ihren Weg aus dem Unterbewusstsein und können sich in körperlichen Schmerzen oder gar Krankheiten mitteilen.

Dem Kellerkind Heimat geben

Das unheimliche Kind repräsentiert also unser Kellerkind, das wir in den Ruinen unseres Unbewussten unter Verschluss halten und das uns in entfremdeter und unberechenbarer Form heimsucht. Ob körperlich-somatisch, psychoemotional oder zwischenmenschlich: Die Wiederkehr des verdrängten inneren Kindes kann ein sehr schmerzhafter Prozess sein und die Fahrt in das Kellergeschoss wird zu einer wahren Heldenreise. Zwar ist es eine vollkommen natürliche Reaktion, ein verwahrlostes, verloren wirkendes Kind beschützen zu wollen oder mit ihm mitzufühlen, jedoch ist es für uns recht schambehaftet, sich einzugestehen, dass wir selber in mancherlei Hinsicht dieses hilflose Wesen sind. Warum nicht unserem authentischen Impuls nachgeben, dem Kind die gewünschte Erlösung zu schenken? Wie könnten wir als autonome, feinfühligere, verantwortungsbewusste Erwachsene handeln, wenn wir unser inneres Kind im Keller dahinvegetieren lassen? Wenn wir uns dazu entschließen, den Fahrstuhl in die tiefsten Etagen unserer Gefühls- und Körperwelt zu nehmen, werden wir sehen, dass sich unser Kellerkind nicht mehr in naiven - der Gegenwart unangepassten - Reaktionsschemata zeigen muss, um

sich Gehör zu verschaffen, und wir können dem Spuk ein Ende setzen.

Was, wenn das Unheimliche nur das Heimatlose in uns ist, das von uns angenommen werden möchte?

Die bewusste empathische Begegnung mit dem inneren Kind erlöst Bedürftigkeit und ermöglicht uns die Beförderung in die höheren Etagen des Bewusstseins. Der einst beschämenden, geheimgehaltenen Bedürftigkeit Raum zu geben, führt zu einer tiefen Heilung durch alle Ebenen des Lebens hindurch. Indem wir alte Muster durchbrechen, uns von der Vergangenheit lösen und uns mit all unseren Gefühlsaspekten annehmen, machen wir wahre Autonomie, Erfüllung und wahres Erwachsenwerden möglich.

Magdalena Werner ist Erziehungswissenschaftlerin und dipl. Kinesiologin in Berlin/Prenzlauer Berg und betreibt Bewusstseinsarbeit und Trauma-sensitive Körperarbeit. Sie begleitet Menschen sowohl bei körperlichen, als auch bei emotionalen Schwierigkeiten, hin zu ihrer Ganzwerdung. Weitere Informationen: www.magdalena-werner.com

Workshop zur Gemeinschaftsbildung nach Scott Peck

15.-17.6.18 im Ökodorf Sieben Linden
mit Bettina Zawadil, Stella Vociana und Götz Brase.

22.-24.6.18 im Schloß Oberbrunn
mit Götz Brase und Valérie Dätwyler
Es besteht die Möglichkeit an einer
Intensivwoche teilzunehmen.



Authentische Kommunikation in Form von wirklicher Gruppenkommunikation üben (group of all leaders), und mit den Kommunikationsempfehlungen, den 4 Phasen der Gruppenbildung Pseudo / Chaos / Leere / Authentizität ins gemeinsame Herz finden.

Seminargebühr: 100 bis 200 Euro (Selbsteinschätzung)
Infos & Anmeldung: Telefon: (086 24) 8 79 59 62
gemeinschaftsbildung@t-online.de



Buch-Empfehlung:
Scott Peck: *Gemeinschaftsbildung. Der Weg zu authentischer Gemeinschaft.* Eurotopia Verlag, 2. überarbeitete und erweiterte Auflage 2012
ISBN 978-3000382819
17,90 Euro

www.gemeinschaftsbildung.com

Die Transformation des Inneren Kindes

Ein Leben voll von Energie, Liebe und Klarheit

Nie hätte ich mir vorstellen können, dass das möglich sein würde: Ich begleitete meine Mutter die letzten Wochen ihres Lebens und war voller Liebe für sie da, bis sie auf die andere Seite ging. In einem klaren Moment schaute sie mich ganz erstaunt an und sagte ungläubig: „Du bist mir so wohlgesonnen.“ Ja, das ist ein Wunder. Es gab Zeiten in meinem Leben, da war ich voller Hass und Wut für diese Frau. Und jetzt war nur noch tiefe Liebe da, Liebe bei ihr und Liebe bei mir.

Manchmal denke ich, wir wissen gar nicht in welcher wundervollen Zeit wir leben. Unsere Übergangszeit erscheint uns schwierig, gleichzeitig haben wir mehr Werkzeuge für die Bearbeitung unserer Schwierigkeiten zur Verfügung als jede Generation zuvor. Und wir wissen gar nicht, wie mächtig wir sind. Denn wenn wir in Liebe sind, ist alles möglich. Ohne Liebe gibt es kein Leben. Das ist die zentrale Botschaft, mit der ich immer wieder konfrontiert werde. Und sie entspricht gänzlich meiner Erfahrung. Denn ohne meine inneren Strukturen durch Liebe zu heilen, wäre ich nicht mehr am Leben.

Welche Macht in uns liegt, erfahren wir normalerweise auf negative Art. Da ist ein Teil in Dir oder in mir, der eine Verletzung erfahren hat, sei es in der frühen Kindheit oder noch während der Schwangerschaft im Bauch der Mutter. Dieses Kind ist wie ein Schwamm. Es saugt alle Erfahrungen in sich auf. Dadurch wird es geprägt mit ganz persönlichen Strukturen und Thematiken. Das ist das Skript, das ich auch als Astrologin erkennen kann.

Weil uns als Erwachsener gar nicht bewusst ist, was unser inneres Kind alles erfahren und erleiden musste, wiederholen wir unbewusst immer wieder Situationen, die von der Energie her genau dieser ersten Erfahrung entsprechen. Nur so kann sich dieser Teil in uns, das innere Kind, bemerkbar machen und zeigen, wie es ihm wirklich geht. Wenn wir als Kind zutiefst geliebt und versorgt worden wären, würden wir auch in unserem Leben nur Liebe und Fülle kreieren. Es geht also darum, uns wieder selbst zu ermächtigen und unsere eigene Göttlichkeit zu leben.

Ich selbst habe vor einigen Jahren mein schlimmstes Kindheitstrauma wiederholt. Mir war damals jedoch die Dimension dieser Verletzung nicht bewusst, da mir die Situation in der Kindheit nicht bekannt war. Ich wurde durch weise Wege und Fügungen zu einer Energiearbeit mit dem inneren Kind geführt, die mir heute ein ganz normales Leben ermöglicht. Diese Arbeit verändert die inneren Strukturen grundlegend. Denn wenn wir unserem inneren Kind die Möglichkeit

geben, sich auszudrücken, all den Schmerz, den Verlust, die Verletzungen sein lassen und dieses Kind mit Vergebung und Liebe und anderen Energien auffüllen, so verändern wir die Botschaften, die wir in unseren Zellen tragen. Das ist manchmal kein einfacher Spaziergang, sondern ein tiefer Transformationsprozess. Der Lohn ist deutlich zu sehen, wenn die Außenwelt sich entsprechend verändert. Ich kenne keine andere Arbeit, die so unmittelbar und nachhaltig wirkt.

Seit 13 Jahren bin ich in dieser Arbeit ausgebildet und immer wieder erstaunt und glücklich, wenn ich die Erfolge bei Klienten sehe. Es ist überraschend wie überzeugend, wie simpel die Zusammenhänge sind. Als Beispiel möchte ich erzählen, wie ich einmal acht Monate lang um eine Anhörung bei einer Kommission kämpfte, die mir verwehrt wurde. Ich arbeitete daraufhin mit dem inneren Anteil des Kindes, das nicht gehört wird. Und so war es auch. Ich sah dieses kleine Mädchen schreiend in seinem Körbchen liegen und kein Mensch kümmerte sich. Ich sah meine Mutter hin und her laufen, sie hatte aber andere Dinge zu tun. Ich schrie mir die Seele aus dem Leib, bis ich resigniert aufgab. Diese Situation bearbeitete ich. Drei Tage später erhielt ich ein Schreiben, dass meine Anhörung doch bewilligt wird mit dem entsprechenden Termin.



Dieses Beispiel mag banal klingen, aber es geht auch komplexer. Eine Klientin, mit der ich schon länger arbeitete, kam an einen Punkt, wo ihr ihre gesamte Situation nicht mehr gefiel. Ihr Mann war vor ihr schon mal verheiratet und hatte bereits zwei Kinder. Entsprechend unterstützte er seine Ex-Frau auch finanziell. Da er aber wegen seiner Liebe - meiner Klientin - seinen Wohnort gewechselt hatte, hatte er nur eine halbe Arbeitsstelle, sein Verdienst ging fast vollständig für den Unterhalt drauf. Ihr war klar, dass sie gerade die Seite an ihm schätzte, die Verantwortung für seine ehemalige Familie übernahm. Das hieß jedoch, dass sie ihn im gemeinsamen Leben finanziell unterstützen musste. Wir waren beide ratlos, wie diese Pattsituation zu lösen sei. Doch die Weisheit des Kosmos ist unendlich. Wir übergaben das Problem der göttlichen Energie und bearbeiteten es. Es stellte sich heraus, dass meine Klientin schon als kleines Kind das Gefühl hatte, das Standbein für ihren Vater ersetzen zu müssen, denn er hatte auf Grund einer Erkrankung in seiner eigenen Kindheit ein amputiertes Bein. So setzte sie ihre Geschichte in ihrer Beziehung fort, das zweite Bein zu sein. Drei Wochen später erhielt ihr Mann ein Schreiben, dass seine Stelle mit entsprechender Gehaltserhöhung aufgestockt wird. Gar nicht überraschend hingegen ist die Tatsache, dass sich manche Themen durch Generationen hindurch ziehen und, wenn unbearbeitet, immer wiederholt werden. Astrologische Familienaufstellungen machen es sichtbar. Es zu wissen ist eine Seite, es an der eigenen Geschichte zu erfahren, eine andere. Wenn beispielsweise die ursprüngliche Verbindung zur Mutter fehlt, hat das fatale Folgen für alle Beziehungsthemen. Die erste Beziehung, die jeder Mensch erfährt, ist die Beziehung zur Mutter. Sie lehrt uns alles über Liebe, da wir sie schon während der Schwangerschaft erleben. Wenn jedoch die Mutter selbst keine verlässliche und liebevolle Beziehung zu ihrer

Mutter erfahren hat, kann sie diese Erfahrung nicht weitergeben. Wenn wir diese Verbindung als Kind aber nicht genug erleben, können wir als Erwachsene auch keine erfüllende Beziehung leben. Wir werden uns immer wieder in Situationen wiederfinden, die dieser ersten Erfahrung gleichen. Sei es als Geliebte eines verheirateten Mannes, ständige One-Night-Stands, in Beziehung mit Verlassenheitsängsten oder einem immerwährenden Einsamkeitsgefühl. Wenn wir in der Energiearbeit zu Eltern, Großeltern weitergehen, werden wir dieses Thema in den verschiedensten Variationen wiedererkennen. Ein Vater, der als Kind zu entfernten Verwandten gegeben wurde, eine Großmutter, die lieber als Junge auf die Welt hätte kommen sollen und daher nicht beachtet wurde, ein Urgroßvater, der in tiefer Sehnsucht nach Nähe seine Frau vergewaltigt. Themen wie Vergewaltigung und Missbrauch ziehen sich immer durch alle Generationen, da ohne Verbindung auch der Schutz nicht gewährt ist, den eine Mutter ihrem Kind gibt, mit allen Folgen. Diese Themen sind sehr komplex und es dauert einige Zeit das innere Kind zu stabilisieren. Man kann es sich wie ein Gefäß vorstellen, das in tausend Scherben zerbrochen ist. Mit jeder Arbeit fügt man einen Teil ein, man klebt erst den Boden zusammen, dann einen Teil der Wände. Je mehr innerlich geklärt ist und die Anteile des inneren Kindes an ihre zustehenden Plätze gekommen sind, desto stabiler und emotional ausgeglichener werden wir. Das Gefäß, das wir sind, ist kein Loch ohne Boden mehr, es kann die Energie halten. Die geheilten Anteile können in Liebe agieren.

Maria Bibiana Wachter ist Heilpraktikerin für Psychotherapie und geprüfte Astrologin vom DAV. Infos und Termine z. B. für ihre nächsten Channelings (1. Freitag jeden Monats) finden Sie auf www.BibianaWachter.de

Ein Seminar Energie - Liebe - Klarheit, bei dem auch intensiv mit dem inneren Kind gearbeitet wird, findet vom 22. bis 29. Juni auf Kreta statt.



Frieden, Liebe und Heilung

Stärkung der eigenen Lebenskraft

In jeder Situation bekommen wir Menschen Hilfe von der universellen Liebe, der Quelle unseres Lebens. Dafür bedarf es unserer Bereitschaft, unseres tief im Innern empfundenen Wunsches nach Frieden, Liebe und Heilung in allen Aspekten unseres Daseins. Im vertrauensvollen Miteinander erhalten Sie Antwort auf Ihre Fragen, Selbsterkenntnis und Stärkung Ihrer eigenen Lebenskraft. Sie sind liebevoll und ehrlich bei mir aufgehoben. Von Herzen wünsche ich Ihnen Mut und Freude für Ihr bewusst achtsam bestimmtes Leben.

Andrea Falenski

www.basisarbeit-lebensfreude.de
andrea@basisarbeit-lebensfreude.de
 Hildegardstr. 17a, 10715 Berlin
 Mobil 0170.1535751





Inga Erchova

Vom Baby leiten lassen – beim inneren Kind ankommen

Wir moderne Frauen wissen nicht mehr, wie man ein Kind zur Welt bringt. Die Kaiserschnittraten explodieren und haben mit tatsächlicher Notwendigkeit nichts mehr zu tun. Der Schmerz, das Pressen, das Schreien, das Hocken oder Knien, das Blut und der Schleim einer Geburt erscheinen uns so primitiv, tierisch und dem desinfierten Leben einer zivilisierten Frau von heute so diametral entgegengesetzt, dass wir am liebsten mit dem Kopf gebären und unseren Intimbereich unversehrt lassen würden. Unser eingefrorener und erstarrter Körper öffnet sich nicht. Er bildet einen krassen Kontrast zum warmen, weichen und nachgiebigen Körper des neugeborenen Babys, das sich an uns schmiegt. Wir wissen mit seiner Bedürftigkeit nichts anzufangen und wollen von vermeintlichen Experten lernen, wie wir unser Baby versorgen sollen. Wir diskutieren eifrig über Richtig oder Falsch und übersehen dabei das reale Kind mit seinem Verlangen nach Nähe, Zuwendung und Liebe. Die Wahrheit ist: Wir brauchen keine Ratgeber, um unserem Kind gerecht

zu werden. Auch wenn der natürliche Mutterinstinkt in uns nicht spontan aufkommt, sagt uns das Baby laut und deutlich, was es braucht. Wir müssen also nur hinsehen und anhören und das Vertrauen haben, dass es uns nicht auf der Nase herumtanzt oder uns manipulieren will. Diese Gedanken sind nur das Produkt unserer Voreingenommenheit. Wir können dem Baby ruhig vertrauen, denn seine Bedürfnisse sind natürlich, angeboren und objektiv.

Manchmal erzählen mir junge Mütter, sie möchten nicht, dass sich ihr Baby an die Nähe zu ihnen gewöhnt: „Dann hängt es ständig an mir, und ich bin nicht frei“, sagen sie. Das ist ein Denkfehler. Das Baby kommt auf die Welt, nachdem es sein ganzes bisheriges Leben in unserem Bauch verbracht hat. Es hat sich also bereits an uns gewöhnt, oder anders gesagt, es kennt überhaupt keinen anderen Platz zum Leben als den in unserer Nähe. Jedes Kind kommt auf die Welt mit der Erwartung, dass sich an seinen Lebensbedingungen nach der Geburt nichts ändert und dass sie so bleiben wie im Mutterleib, wo die

Versorgung, die Berührung und die Präsenz der Mutter permanent waren. Und jedes Kind kommt als liebevolles Wesen auf die Welt. Seine Fähigkeit zu lieben ist enorm, genau wie sein Verlangen, geliebt zu werden. Liebe ist der natürliche Umgang fast aller Lebewesen auf der Welt mit ihrem Nachwuchs und ganz besonders der Säugetiere, zu denen wir Menschen gehören. Das ist bedingt durch die Lebendgeburt aus dem Körper der Mutter und das Saugen an der Brust – beides verursacht viel körperliche Nähe und verlangt von der Mutter, dass sie dem Nachwuchs ihren Körper zur Verfügung stellt. Nur bei uns Menschen versagt diese natürliche Vorprogrammierung auf Liebe, ähnlich wie bei den Tieren, die in Gefangenschaft leben. Wenn man als Mutter überhaupt etwas richtig machen möchte, dann sollte man darauf vertrauen, dass kein neugeborenes Baby der Welt etwas verlangt, was es nicht braucht. Wir können uns getrost von seinen Bedürfnissen leiten lassen. Das klingt einfach. Doch auch dieser einfache Vorsatz scheint in der Realität schwer umzusetzen.

Die Bedürfnisse des Babys

Welche Bedürfnisse hat ein Baby nach der Geburt? Es sind die Bedürfnisse nach Nahrung, Nähe und Kommunikation.

Nahrung bedeutet zunächst die permanente Verfügbarkeit der Muttermilch und der Mutterbrust, ähnlich wie die Nabelschnur im Mutterleib die ununterbrochene Nahrungszufuhr lieferte. Wir dürfen nicht in Mahlzeiten denken. Auch wenn der Hunger gestillt ist, bleibt die Brust die wichtigste Verbindung zur Nahrungsquelle. Das Nuckeln an der Brust ist daher keine schlechte Angewohnheit, sondern natürlich und wichtig, weil es eine Verschmelzung mit der Mutter bedeutet. Die Muttermilch ist viel mehr als nur nahrhafte Substanz. Sie ist die Hingabe der Mutter, ihr Altruismus und das Einssein mit dem Kind. Die ständige Verfügbarkeit der Brust bedeutet für das Kind Sicherheit und einen dem Mutterleib ähnlichen Zustand. Nach der Uhr zu stillen oder dem Kind die Brust zu verweigern, weil es satt sein „sollte“, ist daher aus der Sicht des Babys verletzend. Die Stillabstände werden mit der Zeit ganz von alleine länger, wenn das Baby die Symbiose mit der Mutter überwindet und immer mehr im Hier und Jetzt ankommt.

Doch nicht nur die Milch bringt das Kind zum Gedeihen. Die Liebe seiner wichtigsten Bezugsperson *nährt* das Baby mit Energie und belebt seine Lebenslust. Wir kennen das Sprichwort: Der Mensch lebt nicht vom Brot allein. Das gilt für den neugeborenen Menschen in besonderem Maße. Sich geliebt zu fühlen ist ein wichtiges Bedürfnis jedes Menschenwesens. Wenn sich die Mutter und das Baby beim Stillen liebevoll anschauen, dann fließt zusätzlich eine andere Art der Energie zwischen den beiden, jenseits der Nährstoffe der Muttermilch - die Energie der Liebe. Das geschieht nicht, wenn die Mutter „mechanisch“ stillt, ein Buch dabei liest oder das Stillen zähneknirschend über sich ergehen lässt. In diesem Fall wird dem Baby etwas fehlen - das Erleben des Stillens als Akt der Liebe mit der Mutter.

Nähe bedeutet für das Baby sowohl den permanenten Körperkontakt zu seiner wichtigsten Bezugsperson - meistens der Mutter -, ihre ständige Präsenz und die Verfügbarkeit für die Wunscherfüllung als auch die seelische Verbundenheit mit ihr und ihre geistige Präsenz. Viel zu oft ist die Mutter physisch beim Kind, aber in Gedanken und Gefühlen meilenweit von ihm entfernt - meistens bei ihren eigenen seelischen Verletzungen und Sorgen. In diesem Fall bleibt das Baby auch in der Nähe seiner Mutter allein. Geistige Nähe zum Kind bedeutet ein gemeinsames Schwingen in Gefühlen, Empathie, Anteilnahme, Intimität und liebevolle Zuwendung seiner Bezugsperson. Ihre Nähe stärkt beim Kind das Vertrauen in die Welt und in sich selbst. Sie ist das Sicherheitsnetz, in das es sich fallen lassen kann, wenn es sich in die Welt hinauswagt.

Die **Kommunikation** mit einem Baby wird oft unterbewertet, weil wir ihm noch keine Fähigkeit zur Kommunikation zutrauen, nur weil es noch nicht sprechen kann. Ein „versorgtes“ Baby wird oft als befriedigt abgetan, zur Seite gelegt und bleibt allein. Dabei brauchen Babys die Kommunikation mit uns genauso sehr wie Nahrung und Nähe. Sie sind sehr wohl in der Lage, uns zu verstehen. Ein Baby versteht uns nicht verbal, sondern telepathisch. Ein verbundenes Baby fixiert unseren Blick, wenn wir mit ihm sprechen. Es schaut uns direkt in die Augen. Sein Gesichtsausdruck zeigt, dass es uns versteht. Ein Baby, das sich nicht verbindet, keinen Augenkontakt herstellt und nicht auf uns reagiert, gibt Grund zur Sorge.

Sich ganz zum Anfang der Mutterschaft vom Baby leiten zu lassen, verstehe ich übrigens nicht unbedingt so, dass wir seine Bedürfnisse möglichst schnell befriedigen müssen. Besonders mit seinen unliebsamen und störenden Äußerungen kann das Baby für uns auf dem Weg der Selbsterforschung und der Selbsterkenntnis der beste Wegweiser sein. Ändern wir unsere Einstellung von „alles-richtig-machen-wollen“ hin zur Frage: „Warum geschieht mir das

gerade jetzt?“ Das bedeutet konkret, dass wir Symptome wie Weinen oder Stillprobleme nicht so schnell wie möglich beseitigen müssen, sondern sie eine Weile aushalten, bis wir sie verstanden haben. Wir können uns vom eigenen Kind zu unserem seelischen Schatten führen und es unser inneres Kind enthüllen lassen.



Gekürzter Auszug aus dem Buch: „Jede Mutter kann glücklich sein. Unser inneres Kind umarmen, unsere Kinder lieben.“ von Inga Erchova, 384 Seiten, 19,99 Euro, ISBN: 978-3-7787-9275-9

Abdruck mit freundlicher Genehmigung des Integral Verlages.



Beruf. Berufung.
Berufen sein.

Sa 7. Juli &
So 8. Juli 2018
in Berlin-Mitte

siehe auch
Seite 37

Informationen unter:
www.katrin-rahnefeld.de
www.coachingbaum.de



Harmonisches Familienleben



Jedes Elternteil, welches eine Bindung zu seinem Kind hat, und sei sie noch so klein, liebt sein Kind und wünscht sich das Beste für es. Dies gilt auch für Eltern, welche aus reinem Unvermögen heraus ein Verhalten an den Tag legen, welches offensichtlich ihrem Kind schadet. Aber auch den Durchschnittseltern, welche keine sonderlichen Probleme haben und ein recht normales und ruhiges Leben führen, fällt es zuweilen schwer, ihren Kindern das zu geben, was sie sich für sie wünschen. Warum ist dies so?

Die drei wichtigsten Faktoren, welche Eltern im Alltag scheitern lassen:

Zum einen liegt es daran, das die meisten Menschen der heutigen Zeit, und Eltern somit eingeschlossen, ihre natürliche Entwicklung der Selbstfindung nicht vollzogen haben. Das heißt, sie wissen selbst nicht genau, wer sie sind, was sie können und was sie wollen. Sicherlich haben einige eine mehr oder weniger deutliche Ahnung davon, aber keiner lebt sein volles Potential und ist sich in allem sicher. Diese allgemeine Unsicherheit zeigt sich dann natürlich auch in einer

Unsicherheit, was der Umgang mit den Kindern betrifft. Es fällt ihnen schwer, ihren Willen zu formulieren und sie haben wenig Vertrauen in sich selbst und ihre Fähigkeiten.

Ein zweiter Grund ist der, dass Eltern - und gerade die Mütter - es besonders schwer haben. Warum? Weil wir in einer Gesellschaft leben, in welcher von ihnen alles abverlangt wird und sie, selbst wenn sie einen Partner haben, oft alles allein machen müssen. Wir haben zu funktionieren und so haben wir auch als Mütter zu funktionieren. Wir müssen regelrecht alles allein schaffen, denn sonst sind wir keine guten Eltern. Dies suggerieren oder fordern sogar Außenstehende. Sowohl Familie, Freunde, als auch Zeitungen, Medien, Ärzte, Politiker und und und. Und dann sind da noch unsere eigenen Anforderungen, alles richtig zu machen. Aber da stellt sich schon die nächste große Frage: Was ist richtig?

Und da gelangen wir zum dritten wichtigen Faktor, warum es vielen so schwer fällt, ein einfaches und harmonisches Familienleben zu haben. Denn von allen Seiten strömen die

widersprüchlichsten Informationen auf uns ein. Der eine sagt dies, der andere sagt das. Und da wir zutiefst verunsichert sind, verunsichern uns diese Informationen meist noch mehr. Wir suchen dann ein Konzept, versuchen einer roten Linie zu folgen und stellen irgendwann fest, dass es doch so nicht klappt. Denn wir haben vergessen, dass wir es sind, welche am besten wissen, was gut für unser Kind ist. Wir haben vergessen, dass all das Wissen darüber, was wichtig und gut ist, schon in uns ist. Und natürlich fehlt den meisten die Erfahrung und das Vorbild. Denn wer wächst heute noch in einer Großfamilie auf, in welcher es immer jüngere Kinder gab und man es im Alltag einfach mitbekommen hat, wie der Umgang mit Babys, Kleinkindern und später auch Jugendlichen ablaufen kann. Unsere Vorbilder sind heutzutage leider oft Fernsehserien oder andere Medien. Welche, selbst bei guten Absichten, nie ein vollständiges und natürliches Bild zeigen können.

Einen Zustand von innerem Frieden finden.

Wie können wir aus dieser Unsicherheit, aus den Disharmonien, Konflikten und latenten Gefühlen von Unwohlsein, Frust und Angst herauskommen und in einen Zustand von inneren Frieden, Harmonie, Leichtigkeit und gutem Gefühl kommen? Nun, der erste und sehr wichtige Schritt ist der, dass du dir einmal wirklich klar machst, was du eigentlich willst. Formuliere es ruhig so genau wie möglich und am besten schreibst du es dir auf. Die wenigsten von uns wissen, was sie wollen. Sie haben meist nur eine grobe Richtung und halten sich an die Vorgaben der anderen oder ihrem Weltbild.

Aber was willst du? Was willst du für dich, für dein Leben? Was willst du für deine Kinder. Jetzt und in Zukunft? Wie willst du mit deinen Kindern zusammenleben? Wie willst du mit deinem Partner zusammenleben?

Sei mutig und ehrlich dabei. Beantworte die Frage in der Freiheit, dass alles möglich ist. Du wirst feststellen, dass du bei manchen Punkten weit von deinem Willen entfernt bist. Sei nicht zu streng mit dir und bekomme kein schlechtes Gewissen. Es war alles gut und richtig und es wird immer alles gut und richtig sein. Denn du bist Herr deines Lebens und kannst jederzeit alles, wirklich alles ändern.

Lösungswege

Du stellst fest, dass du willst, dass die Familiensessen harmonisch vonstatten gehen. Und du merkst, dass es eben nicht so ist. Du fragst dich warum und merkst, dass es vor allem daran scheitert, dass deine Kinder ziemlich zappelig sind, oft schon früh den Tisch verlassen wollen und auch mehr kleckern als dir lieb ist. Du weißt, dass du noch so viel meckern kannst, es ändert sich nichts. Dies scheint also kein effektiver Weg zu sein.

Nun frage dich: Warum ist es dir so wichtig, dass sie am Tisch bleiben? Was stört dich daran, dass sie auf ihren Stühlen hin und her rutschen? Und was stört dich am Kleckern? Vielleicht stellst du hier schon fest, dass es dich eigentlich nicht wirklich stört, wenn sie zappeln. Aber da du es in deiner eigenen Kindheit immer gehört hast, hast du dies einfach ungeprüft übernommen. Mit dieser Erkenntnis kann, jetzt auf gleich, dieser Spannungspunkt einfach wegfallen. Aber was ist mit dem frühen Verlassen des Tisches. Schließlich wünschst du dir ja ein harmonisches Essen und dazu gehören doch auch die Kinder, oder? Aber ist es denn harmonisch, wenn sie gezwungen am Tisch bleiben? Nein. Also probierst du es einfach mal aus und lässt bei den nächsten Mahlzeiten jeden aufstehen, wenn er dies wünscht. Die Kinder nutzen dies und sobald sie fertig sind mit essen, verlassen sie den Tisch. Und nun? Nun sitzt du mit deinem Mann

25 Jahre
AYURVEDA-KÜREN IM HOCHLAND
VON SRI LANKA



Greystones-Villa
AYURVEDIC HEALTH CARE RESORTS SRI LANKA

**Bis zu 450,- € Ersparnis
je nach Kurtermin!**





HEILUNG ERFAHREN – PANCHAKARMA – REINIGUNG
NEUE KRAFT SCHÖPFEN – RASAYANA – REGENERATION
INNERE RUHE FINDEN – YOGA – TRANSFORMATION

Entdecken Sie diesen wunderbaren Kraftort für sich!
Mehr Informationen: www.greystones-villa.de oder facebook.com/GreystonesVilla
Telefon: 07 11/2 34 81 44 Nandhi Ayurvedic Therapies GmbH, Christophstr. 5, D-70178 Stuttgart

am Tisch und kannst dich mit ihm unterhalten. Durch die wegfallende Spannung kannst du die Gelegenheit nutzen, dich harmonisch mit deinem Mann zu unterhalten. Und noch etwas stellst du fest: Deine Kinder haben gar nicht mehr das Bedürfnis, sofort den Platz zu verlassen, auch sie nutzen nach und nach die Gelegenheit, etwas vom Tag zu erzählen. Ganz von allein. Und die Kleckergeschichte? Naja, Kinder sind Kinder. Trotzdem hast du wahrscheinlich keine Lust, immer ewig zu putzen. Und das ist eigentlich der störende Punkt. Auch dafür hast du eine gute Idee. Warum solltest du die Kleckerei sauber machen? Soll doch jeder seinen Platz selber sauber machen, dann kann jeder so viel kleckern, wie er will. Klar wird am Anfang auch deswegen gemurrt, aber es spielt sich ein. Dies sind einige Möglichkeiten von vielen, wie du dein Ziel erreichen kannst. Sei kreativ und offen.

Dieses Beispiel spricht gleich alle oben genannten Faktoren an. Erstens formulierst du, was du willst und du lernst dich kennen, indem du fragst: warum? Zweitens fängst du an, die Lösung in dir zu finden. Denn wenn du dich ganz persönlich fragst, was dich denn tatsächlich stört und was du denn eigentlich wirklich willst, dann findest du die Lösung. Und eigentlich kannst du sie nur selber finden. Alles, was von außen kommt, kann Inspiration sein, Ideen liefern und Möglichkeiten. Aber wie es für dich und deine Beziehung zu deinen Kindern richtig und gut ist, das kannst nur du entscheiden. Und drittens: Meinst du, du bist jetzt eine Vorzeigemutter, welche alles im Griff hat? Natürlich nicht. Denn du lebst schließlich nicht für die anderen. Du lebst für dich. Du kannst es nie allen Menschen rechtmachen und du brauchst es auch keinem Menschen rechtmachen. Du brauchst es nur dir rechtmachen. Und in dem Moment, in welchem du für dich gehandelt hast, für dein Ziel ein glückliches Leben

zu führen, in dem Moment warst du perfekt, so perfekt wie ein Mensch nur sein kann.

Unsere Vergangenheit

Wir sind alle geprägt von unserer Vergangenheit, unserer Kindheit und auch von der Vergangenheit unserer Ahnen. Tief in uns stecken die letzten Jahrhunderte, in welchen die Grundsätze herrschten, dass wir von grundauf verdorben seien und zum Besseren erzogen werden müssen. Bei Bedarf mit Gewalt. Wir haben zu gehorchen, wir haben zu funktionieren. Wir als Individuum sind wertlos und beliebig austauschbar. Wir wurden unterdrückt und wurden unserer Natur beraubt. Wir tragen dieses schwere Erbe in uns und es erweckt und nährt unsere Ängste. Seit einiger Zeit findet eine Zeit des Erwachens statt und es ist wundervoll. Aber es ist nicht zu leugnen, dass wir unser Erbe immer noch leben. Es ist an der Zeit dieses abzulegen. Und wieder zu uns zu finden. Denn auch ein anderes Erbe steckt in uns. Es gab auch Zeiten vor diesen dunklen Kapiteln unseres Seins. In welchen wir eins waren mit uns selbst. Eine Zeit, in welcher wir sicher wussten, was gut für uns ist, wer wir sind, was wir können und was wir wollen. Eine Zeit in welcher wir natürlicherweise bedingungslos geliebt haben und in allem und jeden das Gute gesehen haben. Auch dieses Wissen lebt in uns und wir können es jederzeit hervorholen. Dann können wir eine Welt erschaffen, in welcher jeder frei ist und sein Glück leben kann. Eine Welt, in welcher es keine Elternratgeber mit irgendwelchen Konzepten, Regel und Richtlinien gibt. Weil sowieso klar ist, dass jede Mutter und jeder Vater aus sich heraus wissen, was gut und richtig für seine Kinder ist. Eine Welt, die wieder voll ist von wunderbaren Vorbildern, weil wir wieder in Gemeinschaften leben und keine Mutter mehr allein auf sich gestellt ist.



Der Weg

Liebe Eltern, ich sage euch: Ihr könnt die Welt verändern! Ihr habt die einzigartige Macht und Verantwortung, auf gleich zwei Arten eine neue Realität zu schaffen:

1 Auf die Art, wie es jeder Mensch kann: In dem ihr euch wandelt und so lebt, wie ihr leben wollt. Und ihr Entscheidungen trefft, welche euch ein Leben führen lassen, in welchem ihr glücklich, gesund, voller Lebensfreude und Leichtigkeit und in Freiheit seid.

2 Auf die Art, auf welche es nur Eltern können und Menschen, welche Kinder in ihrer Entwicklung begleiten: Indem sie den Kinder das vorleben, was sie sich für ihre Kinder wünschen. In dem sie die Kinder gleichwütig und mit Respekt behandeln. Sie ernst nehmen und ihnen sowohl die Sicherheit wie auch die Freiheit geben, sich zu entfalten. Wir sind Beschützer und Begleiter unserer Kinder. Wir können mit ihnen zusammen die Welt entdecken und ihnen unseren Erfahrungsschatz vermitteln. Und ebenso, wie sie von uns lernen, so können wir von ihnen lernen, in einer ständigen, inspirierenden, kreativen und bereichernden Wechselbeziehung mit ihnen. Das ist das Ziel und das ist der Weg.

Katja Rückspieß ist Heilpraktikerin und Physiotherapeutin. Weitere Infos: zu Ihrer Arbeit finden Sie auf www.heilpraktiker-berlin-pankow.de und im Blog: du-veraenderst-die-welt.jimdo.com



Interview mit Silvia Schlüter

Eine Krisenmutter: „Man bekommt unglaublich viel von den Kindern.“

Nicht jeder ist bereit, ein fremdes Kind bei sich aufzunehmen und dann möglicherweise nach ein paar Wochen wieder abzugeben. Doch einige Menschen stellen sich dieser Herausforderung, Silvia Schlüter ist eine von ihnen.

Frau Schlüter, was ist eine Krisenmutter?

Das ist eine auf Eignung geprüfte Person, die ein Kind vom Pflegekinderdienst zugewiesen bekommt und es Zuhause für mehrere Tage, Wochen oder Monate begleitet. Es handelt sich in der Regel um Säuglinge und Kleinstkinder unter sechs Jahren. In dieser Zeit wird geklärt, wie es für das Kind weitergeht. Bis dahin lebt das Kind in der Pflegestelle. Im Durchschnitt habe ich die Kinder drei Monate bei mir gehabt.

Was sind die Voraussetzungen, um Krisenmutter zu werden?

Ich habe an einer Pflegeelternschulung teilgenommen. Zusätzlich habe ich den „Aufbaukurs für Krisenpflege“ besucht. Dazu kam noch ein Erste-Hilfe-Kurs für Säuglinge und kleine Kinder und man muss ein polizeiliches Führungszeugnis vorlegen. Meine Wohnung wurde begutachtet. Meine gesamte Familie wurde befragt, denn es ist ja wichtig, dass alle Familienmitglieder einverstanden sind. Außerdem musste ich einen Fragebogen ausfüllen. Sie versuchen herauszufinden, ob man die Nerven und die Bereitschaft für diesen Beruf hat. Man besucht auch Seminare und lernt dadurch, was auf einen zukommt. Man muss nachweisen, dass man finanziell für sich sorgen kann. Viele Krisenmütter brauchen aber finanzielle Rückendeckung vom Partner und es kann nur funktionieren, wenn die gesamte Familie mitspielt. Viele sind auch Rentner, da es ein

Vollzeitjob ist, obwohl man nur eine Pauschale zum Lebensunterhalt und weitere Pauschalen und Beihilfen bekommt.

Wie war es für Ihre leiblichen Kinder, wenn alle paar Wochen ein neues Kind da war?

Ich habe das im Vorfeld mit meinen zwei Kindern besprochen, sie waren damals beide im Grundschulalter. Meine Kinder haben letztendlich profitiert. Sie haben gelernt, dass es nicht selbstverständlich ist, dass jeder Eltern und ein behütetes Zuhause hat. Sie haben begriffen, dass es Menschen gibt, die unsere Hilfe brauchen und dafür nichts können.

Welche Schicksale haben die Kinder, die zu Krisenmüttern kommen?

Von einer überforderten 15jährigen Mutter bis hin zu schwer vernachlässigten Kindern. Das Jugendamt erhält dann oft eine Gefahrenmeldung von Dritten und das Kind muss sofort zu einer Krisenmutter gebracht werden. Die Hälfte der Kinder kommt später zurück zu den leiblichen Eltern oder zu Verwandten, die andere Hälfte kommt in reguläre Pflegefamilien.

Was macht glücklich an Ihrem Beruf?

Man bekommt unglaublich viel von den Kindern. Ich hatte einmal ein anderthalbjähriges Mädchen für sieben Monate bei mir. Als sie mir gebracht wurde, war sie körperlich verwahrlost und lag in ihrer Entwicklung zurück. Sie konnte nicht sicher stehen, geschweige denn gehen. Doch sie fasste Vertrauen zu mir und blühte auf.

Es ist beeindruckend mitzuerleben, wie regenerationsfähig eine Kinderseele ist.

Für mich ist es jedes Mal aufs Neue ein Wunder, wenn ich sehe, wie lebenshungrig und kämpferisch Kinder sind. Alle Kinder, die ich abgegeben habe, haben dann schließlich den für ihr Alter angemessenen Entwicklungsstand erreicht - das war immer ein wunderschönes Gefühl. Ich habe immer gewusst, was und warum ich es tue. Ich habe es gemacht, weil ich helfen wollte, nicht um Lob zu ernten.

PiK (Pflegekinder im Kiez gGmbH) vermittelt Pflegekinder und Pat*innen im Auftrag des Jugendamtes.

Pflegekinder im Kiez gGmbH, Dieffenbachstraße 56, 10967 Berlin. Weitere Infos und Termine zu Informationsabenden unter www.pflegekinderimkiez.de



Anne Hackenberger
Mindful birthing (MBCP)

Baby-Gruppen:
„EntdeckungsRaum“
Elterncoaching

www.achtsamkeit-und-familie.de

Hyperaktive Kinder

Dr. Eric Anders

Ursachen für ADHS

ADHS beschreibt in meinen Augen eher eine Symptomatik, vielleicht besser gesagt eine Verhaltensart als eine Krankheit. Eine Blasenentzündung lässt sich medizinisch klar diagnostizieren, indem der Urin untersucht wird. Kinder, denen ADHS zugeschrieben wird, sind in der Regel unruhig, lebhaft, sprunghaft und oft nur in bestimmten Situationen oder einem sozialen Gefüge unkonzentriert. Oftmals wird die Eigenart eines Kindes pathologisiert, weil es gerade nicht in den sozialen Kontext passt und von der Norm abweicht. Wichtig ist die Frage nach dem Leidensdruck des Kindes. Leidet ein Kind darunter, dass es Anforderungen nicht erfüllen kann oder eher daran, dass es von Erziehern und Lehrern ausgegrenzt wird? Lebhaftige Kinder, die querdenken und nicht einfach nur das machen, was ihnen aufgetragen wird, werden häufig als anstrengend und störend empfunden. Sie machen mehr Arbeit und stiften Unruhe. Dieser Sachverhalt ist aus meiner Sicht in keiner Form eine Rechtfertigung für die Diagnose ADHS und erst recht keine Indikation zur medikamentösen Behandlung mit Ritalin.

Die Ursachen für ADHS liegen häufig in unsicheren Bindungen, Konflikten im Elternhaus - häufig liegt ein Paar-konflikt zwischen den Eltern vor - und Über- oder Unterforderung. Ein häufiges Problem ist ebenfalls ein Erziehungsstil, der den Kindern wenig oder keine Grenzen setzt. Mit Grenzen sind Verhaltensmuster bzw. Verhaltensweisen gemeint, die einen respektvollen Umgang mit Mitmenschen erlauben. Es gibt eine Ausspruch der den Nagel auf den Kopf trifft: „Tyranen werden nicht geboren, sondern erzogen.“ Wenn Eltern im Kleinkind- und Kindergartenalter ihre Verantwortung nicht wahrnehmen, wie soll ein Erzieher oder Lehrer das dann mit 20 oder mehr Kindern schaffen bzw. nachholen? Es ist wichtig zu schauen, wo die Spannungsfelder bzw. Unruheherde eines zu lebhaften Kindes liegen. Bei Unterforderung gilt es, das betroffene Kind entsprechend seiner Möglichkeiten zu fordern. Leider zeigt sich an dieser Stelle auch die zunehmend schlechter werdende pädagogische Ausbildung von Erziehern und Lehrern. Dieser Mangel ist symptomatisch für die Häufung der ADHS-Verdachtsfälle.

Bei Überforderung leiden die Kinder massiv und flüchten sich häufig in unsoziales oder depressives Verhalten, um der Überforderung zu entfliehen. Es entspricht am ehesten einer Konversionsstörung. Eine Konversionsstörung beschreibt zum Beispiel den Fall, dass eine Frau, die von ihren Eltern gegen ihren Willen verheiratet wird, von einem zum anderen Tag nicht mehr laufen kann, um ihrem Schicksal zu entrinnen. Nahezu hundertprozentig verschwinden die entsprechenden Symptome, sobald der Druck bzw. das angstauslösende Moment verschwindet. Die Eltern sind die besten Experten für ihr Kind und sollten die vorgetragenen Probleme der Erzieher und Lehrer kritisch auf ihre Richtigkeit prüfen.

Therapieansätze

Der zentrale Punkt ist, den betroffenen Kindern Sicherheit, Geborgenheit und Liebe zu schenken. Sie bedürfen einer aufrichtigen Suche nach den Spannungsfeldern und diese sind oft eng verknüpft mit den Eltern. Eine medikamentöse Therapie erspart den Eltern diese Suche und ist deshalb für viele der bequemere Weg. „Nur tote Fische schwimmen mit dem Strom.“ Dieses Vermeidungsverhalten der Eltern nutzen die Pharmaunternehmen.

Eltern, die diese Herausforderung annehmen, gelingt es häufig, die Spannungen zu minimieren, sie bauen eine nachhaltigere und ehrlichere Beziehung zu ihren Kindern auf und kommen aus meiner Erfahrung meist ohne medikamentöse Unterstützung aus. Bei unsozialem Verhalten, Unruhe und Konzentrationsproblemen eignen sich Brettspiele hervorragend, um die Frustrationstoleranz des Kindes zu testen und diese durch Training entsprechend zu stärken. Bei Überforderung können Eltern durch einfache Maßnahmen im täglichen Leben wie Einkaufslisten schreiben, dem Memory ähnlich beim Einkaufen bestimmte Gegenstände holen bzw. bringen lassen oder durch sinnvolle und praktische Rechenaufgaben zum einen die Sinnhaftigkeit des Lernstoffes unterstreichen bzw. Defizite aufdecken und durch Training abstellen. Decken sich die Beobachtungen von Eltern, Erziehern und Lehrern, sollte der Leistungsdruck auf ein für das Kind gesundes Maß angepasst werden. Bei Unsicherheit gibt es die Möglichkeit, eine Leistungsdiagnostik bzw. einen Intelligenztest durchzuführen. Neben der Intelligenz ist die Mitarbeit ein essentieller Einflussfaktor. So erfordert diese Diagnostik zwingend einen sehr erfahrenen Tester. Leider ist das häufig nicht gegeben. Oft sind die Eltern mit ihrem Bauchgefühl sehr viel näher an ihrem Kind. Ich würde sie ermutigen, sich mehr darauf zu verlassen.

Bei Unterforderung sollten Eltern und Pädagogen ebenfalls eng zusammenarbeiten. Hier erscheint es mir am Wichtigsten, dass die Eltern strikt ein sozial verantwortbares Verhalten von ihrem Kind einfordern, welches den Pädagogen die Ausübung ihres Berufs ermöglicht. Kindern mit einem starken Bewegungsdrang helfen oft regelmäßige sportliche Betätigungen in einem Verein wie Fußball, Kampfsport, Leichtathletik. Pädagogen haben auch die Möglichkeit, ein betroffenes Kind eine Runde auf dem Schulhof rennen zu lassen, wenn es ihm hilft, sich danach besser zu konzentrieren.

ADHS ist meist nur ein Symptom oder anders formuliert ein Schrei nach Aufmerksamkeit, Liebe, Anerkennung oder Ausdruck von Angst. Ich wünsche allen Kindern starke Eltern, die bereit sind, sich auf die Suche nach den Ursachen für das Verhalten ihres Kindes zu machen. Ausgeglichenen und glücklichen Eltern gelingt es aus meiner Erfahrung einfacher. Ein anderer Aspekt der ADHS-Symptomatik zeigt sich im natürlichen Verhalten von Kindern, Grenzen auszutesten. Hier schaffen sinnvolle und konsistente Grenzen der Eltern Sicherheit und Geborgenheit und wirken Angst und Unsicherheit suffizient entgegen.

Medikamentöse Therapie

Alle Eltern deren Kinder schon einmal Ritalin oder ein ähnliches Präparat erhalten haben, können bestätigen, dass vor dem Therapiebeginn viele Zusatzuntersuchungen wie z.B. EEG, EKG, Blutentnahme, Vorstellung beim HNO- und Augenarzt notwendig sind. Diese Zusatzuntersuchungen bzw. die viertel- bis halbjährlichen Blutwertkontrollen zeigen direkt das potentielle Gefährdungspotential durch die medikamentöse Therapie. Glücklicherweise sind die gefürchteten Nebenwirkungen wie Leberversagen unter Ritalin selten. Die Kinder leiden häufig an Appetitlosigkeit, Müdigkeit, Oberbauchbeschwerden und Kopfschmerzen. Nicht selten stellen sich psychische Nebenwirkungen wie Traurigkeit und Ängstlichkeit ein. Kinder, die Tabletten einnehmen, geraten in eine Abhängigkeit und erleben einen sekundären bzw. kreierte Kontrollverlust. „Meine Eltern glauben, ich schaffe es nicht allein. Ohne die Tabletten kann ich mich nicht konzentrieren. Sie sagen, Max braucht seine Tabletten.“ Der Motor bei vielen psychosomatischen Krankheitsbildern ist erlebte Selbstwirksamkeit, interne Kontrollüberzeugung und gesehen zu werden. Kinder, die sich verstecken, wollen gefunden werden. Vor dem Beginn einer medikamentösen Therapie sollte die Notwen-

digkeit akribisch untersucht werden und sämtliche Nachteile sorgfältig gegenüber dem Benefit, den positiven Wirkungen, abgewogen werden. Eine medikamentöse Therapie sollte im besten Fall eine vorübergehende Krücke für Kinder sein, um möglichst schnell wieder allein zu laufen. Der Königsweg bleibt meiner Meinung nach jedoch, die Ursachen aufzuspüren und dem Kind zu ermöglichen, aus eigener Kraft ohne eine medikamentöse Therapie mit Freude und Erfolg am sozialen Leben teilzunehmen.

Generelle Überlegung

ADHS zeigt sich ebenfalls als ein gesellschaftliches Phänomen. Eine Gesellschaft, die sich zunehmend mit Leistungsdruck selbst geißelt, führt dazu, dass immer weniger Zeit bleibt für die wichtigen Dinge. Immer weniger Menschen sollen mehr schaffen. Das gilt in der Kinderarztpraxis genauso wie im Kindergarten und in der Schule. Wärme, Liebe, Zwischenmenschlichkeit und die Minute Zeit, die es manchmal braucht, gehen verloren. Gewinner sind Pharmaindustrie und Co., weil jetzt Ärzte, Lehrer und Erzieher Kunden kreieren und selber werden. Eine solide Erziehung, Schulausbildung und medizinische Betreuung bedarf Zeit für die Kinder und Eltern. Hier sind wir alle aufgerufen, uns zu Menschlichkeit und Nachhaltigkeit zu bekennen und unsere Steuergelder lieber in Bildung, eine menschenzentrierte medizinische Versorgung, nachhaltige ökologische Ernährung und soziale Projekte zu investieren als in Krieg, Pharmaindustrie und Banken.



Der Gastbeitrag von Dr. Eric Anders ist erschienen in dem Buch: „Hyperaktivität und ADS“ von Barbara Simonson, Jim Humble Verlag



Peter Maier

Plädoyer für eine Pädagogik des Herzens

Seit einiger Zeit werden die Medien und die öffentliche Diskussion von den Mega-Themen „Terrorangst“ und „Flüchtlingskrise“ beherrscht. Dadurch wird ein anderes gesellschaftliches Dauerthema überdeckt, das viele Eltern und ihre Kinder betrifft, beeinflusst und stresst: die Bildungs- und Schulpolitik, die in Deutschland noch immer Sache der einzelnen Bundesländer ist.

Fragwürdige Bildungsreformen

Bereits seit dem Pisa-Schock von 2001 ist die deutsche Bildungslandschaft kräftig in Bewegung geraten. Da der Bildungsvergleich der OECD damals ergab, dass Deutschland in Naturwissenschaften und in Mathematik nur mittelmäßig abschneide, wurden im Bildungsbereich umfangreiche Reformen „von oben her“ in Gang gesetzt: von den Kultusministerien, tatsächlichen und vor allem selbsternannten Bildungsexperten, sowie reißerischen Bildungsjournalisten eine entscheidende Rolle. Nicht gefragt wurden die wirklichen Experten für

Pädagogik, Erziehung und Bildung: die Lehrer. Auch nicht gefragt wurden die Schüler, die eigentlich Betroffenen jeder Bildungsreform. Als Lehrer bekommt man seither den Eindruck, dass im Monats- oder gar Wochentakt eine jeweils neue „bildungspolitische Sau durchs Schuldorf“ getrieben wird. Um Schule und Bildung ist ein richtiger „Hype“ entstanden - immer auf dem Rücken von Lehrern und Schülern ausgetragen. Dabei hat der Neuseeländer Bildungsforscher John Hattie in seiner berühmten Mega-Studie „Visible Learning“ (zu Deutsch etwa: Lernen sichtbar machen) festgestellt, dass der Bildungserfolg der Schüler weder von einzelnen Unterrichtsmethoden wie etwa dem computergestützten Unterricht noch von der Schulstruktur wie dem G8- oder G9-Gymnasium wesentlich abhängt. Entscheidend für einen guten und effizienten Fachunterricht sind vielmehr Faktoren wie die „Lehrer-Schüler-Beziehung“ oder die „Klarheit der Lehrperson“. Wieso wird John Hattie von deutschen Bildungspolitikern und Lehrplanmachern noch immer so wenig beachtet und ernst genommen?

Auf den Lehrer kommt es an

Um der stets neuesten digitalen Reform von Unterrichtsmitteln oder „moderner“ Unterrichtsmethoden willen werden die wahren Bedürfnisse der Schüler immer mehr vergessen oder übersehen. Schüler sind keine Lernmaschinen, Schulen dürfen nicht auf Kosten von Lehrern und Schülern von Bildungsinstituten und Kultusbehörden zu bloßen Versuchslaboratorien etwa im Bereich der Bildungsinhalte, der Schulstruktur oder der an Modellen der Wirtschaft orientierten Schulverwaltung missbraucht werden. Vielmehr wünschen sich die Schüler gerade im Lehrer auch in Zukunft einen „Menschen aus Fleisch und Blut“, mit Herz und Verstand, der ihnen neben der Wissensvermittlung Orientierung und Halt gibt - auf ihrem Weg durch die Pubertät und hin zum Erwachsensein; der ihnen notwendige Grenzen setzt, wenn sie über das Ziel hinausschießen; der Mitgefühl zeigt, wenn sie Probleme haben - etwa weil sich die Eltern gerade trennen oder weil sich ein schulischer Misserfolg eingestellt hat; der sie - einem Magier gleich - immer wieder durch seine Fä-

cher, Themen und Projekte begeistern und aufbauen kann; der empathiefähig ist, einen guten Draht zu ihnen hat und der ihnen in unserer schnelllebigen Zeit ein Anker ist, an dem sie sich immer festhalten können.

In manchen Bundesländern wurde wahlweise wieder das G-9-Gymnasium eingeführt. Denn man hat erkannt, dass das sogenannte G-8-Turbo-Gymnasium viele Kinder und Jugendliche zu sehr stresst. Sie haben im heutigen Schulsystem zu wenig Bewegung, zu wenig Zeit für eine musische oder soziale Betätigung und zu wenig Raum für ihre Persönlichkeitsentwicklung insgesamt. Manche Kinder macht dieses System daher auch krank, weil das Emotionale, das Intuitive und das Magische viel zu kurz kommt.

Die Schule muss den ganzen Menschen bilden

Unseren Schülern wird zudem viel kognitives Wissen eingetrichtert, ihre Herzensbildung wird in diesem ganzen Getöse des modernen Schulsystems immer mehr übersehen. Offensichtlich will man fast um jeden Preis die Zahl der Abiturienten in möglichst kurzer Zeit erhöhen, um den Wirtschaftsstandort Deutschland auch in Zukunft zu sichern und global wettbewerbsfähig zu halten. Dagegen ist zumindest grundsätzlich nichts einzuwenden. Wenn dieses Vorhaben aber auf Kosten der Entwicklung von Herz, Charakter, Wertebildung und Sozialkompetenz der Schüler geht, wenn auf Drängen von Wirtschaftskreisen nur mehr eine wirtschaftliche, naturwissenschaftliche und informationstechnische Ausrichtung der Schulen im Vordergrund steht, dann tut sich unsere Bildungsgesellschaft selbst einen Bärendienst. Der ganze Mensch muss angesprochen werden - auch im dritten Jahrtausend. Das sollten uns Verantwortlichen - uns Eltern, Lehrern und Politikern - doch unsere Kinder wert sein. Sie sind unser bestes menschliches Potential und unsere menschliche Zukunft!

Pädagogik des Herzens - drei Prinzipien

Die Schüler brauchen einen menschlichen Ort, wo sie Wärme erfahren, Anerkennung bekommen und wo auch ihre magische und spirituelle Seite berührt werden kann. Dieser Lernort wird aber entscheidend durch den Lehrer beeinflusst und gestaltet. Daher möchte ich zum Schluss drei Prinzipien erläutern, die meiner Erfahrung nach wichtig für eine gute Lernatmosphäre und für eine Herzens-Pädagogik sind.

Prinzip 1: Liebe zu den Menschen - Liebe zu den Schülern

Wenn man als Lehrer seine Schüler nicht grundsätzlich liebt, sollte man diesen herausfordernden, anstrengenden, aber attraktiven, erfüllenden und lebendigen Beruf sein lassen. Die Schüler haben es verdient, einen Menschen vor sich zu haben, der sie bei ihrer Entwicklung und Persönlichkeitsreife wohlwollend unterstützt, sie annimmt, wie sie sind, sie wertschätzt und sie ermutigt, ihren Weg zu gehen.

Prinzip 2: Erziehung durch Beziehung

Der Lehrer muss die Klasse leiten und führen, den Schülern Orientierung geben und ihnen Wissen vermitteln. Fühlen sich Schüler vom Lehrer gesehen, beachtet, wertgeschätzt, anerkannt und geliebt, dann sind sie in den meisten Fällen motiviert, auch schwierige fachliche Themen zu meistern. Eine gelungene Beziehung zwischen Lehrer und Schülern kann Berge versetzen, Begeisterung erzeugen und eine gute Arbeitsatmosphäre schaffen.

Prinzip 3: Fördern und (heraus-)fordern

Kinder und Jugendliche wollen herausgefordert werden - fachlich, aber auch menschlich. Sie wollen sich engagieren für gesellschaftliche Themen, fachliches Wissen und soziale Fragen. Dazu müssen wir Lehrer und

die Schulen ihnen die Gelegenheit bieten, sich zu bewähren: Etwa in der Projektarbeit in Kleingruppen, in der Lösung kniffliger fachlicher Fragen, die dann öffentlich präsentiert werden oder in sozialen Aufgaben wie etwa in der Arbeit als Tutor, der jüngeren Schülern hilft. Entscheidend ist dann immer, dass Schüler für ihre Arbeit gelobt, anerkannt und gewürdigt werden.

Wonach sollte sich also eine Bildungsreform orientieren? Immer an den Bedürfnissen der Schüler und immer aus dem Herzen heraus!

Peter Maier ist Gymnasiallehrer, Initiations-Mentor und Autor.

Nähere Informationen zum Autor und sein Buch „Schule - Quo Vadis? Plädoyer für eine Pädagogik des Herzens“ zum Bestellen finden Sie auf www.initiation-erwachsen-werden.de

*Sommercamp
im ZEGG*

Vom Ego zum
Mitgefühl

Eine lebendige
Werkstatt für
persönlichen und
gesellschaftlichen
Wandel

ZEGG

25.7. – 5.8.2018
zegg.de/sommercamp

Bachblüten in der Schwangerschaft

„Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit sind eine ganz besondere Phase im Leben einer Frau, stets begleitet von dem Wunsch nach Sicherheit und Gesundheit für das Baby und sich selbst - doch gerade in dieser Phase ist man auch sehr empfänglich für Ängste und Sorgen, die dann wiederum körperliche Beschwerden auslösen können. Die sanften, nebenwirkungsfreien Blütenessenzen nach Dr. Bach bieten hier eine wunderbare Möglichkeit, seelische Ungleichgewichte zu harmonisieren, körperliche Beschwerden zu lindern und innere Stärke zu schenken.“

Seit vielen Jahren begleiten Bachblüten Sie bei ihrer therapeutischen Tätigkeit. Warum vertrauen Sie so auf die heilende Wirkung der Blütenessenzen?

Christina Casagrande: Ich vertraue darauf, da ich die heilende Kraft nicht nur bei Menschen jeden Alters, also auch bei Säuglingen, beobachten durfte, sondern auch bei Tieren. Vor allem diese Erfahrung hat mich beeindruckt. Da sie immer wieder reproduzierbar war, hat sich für mich der Placebo-Gedanke „Man muss nur fest daran glauben, dann ...“ aufgelöst.

Viele denken bei Bachblüten zuerst an Blumen, die an oder in der Nähe von Gewässern wachsen. Woher stammt diese Bezeichnung, und was gehört eigentlich zu den Bachblüten?

Dr. med. Edward Bach, ein bekannter Londoner Arzt in den 20er Jahren des vergangenen Jahrhunderts, entdeckte die heilende Kraft wildwachsender Pflanzen.

Er bezeichnete sie als „Healing Herbs“. Später wurden sie nach ihm als Bachblüten benannt. Es handelt sich dabei um 38 Wildpflanzen, auch Blätter, Blüten und Knospen von Bäumen, deren Kraft er intuitiv erspüren konnte.

Voraussetzung für eine erfolgreiche Bachblütenbehandlung ist die Fähigkeit einer kritischen und zugleich wohlwollenden Wahrnehmung des leidenden Menschen. Können die Bachblüten ohne Bedenken für die Selbstbehandlung eingesetzt werden?

Ja, das können sie. Allerdings ist dringlich anzuraten, nicht zu viele Blüten gleichzeitig einzunehmen. Anfangs haben viele Menschen das Gefühl, mindestens die Hälfte aller angebotenen Tinkturen passen. Dann ist Beobachtungsgabe gefragt: „Was ist im Augenblick mein dringlichstes Anliegen? Was belastet mich am meisten?“ Dieses seelische Ungleichgewicht sollte als Erstes berücksichtigt werden.

Bachblüten wirken über die Psyche auf den Körper ein und beschleunigen so den Heilungsverlauf körperlicher Beschwerden oder mildern seelisches Leid. Wie stellt man fest, welche Blütenessenz in welcher Situation hilfreich ist?

Dazu gibt es mehrere Möglichkeiten. Für Laien ist es zunächst hilfreich, sich in die reichhaltige Literatur zu den Bachblüten einzulesen. Dabei kann den vorgeschlagenen Rezepturen gefolgt werden.

Es empfiehlt sich aber auch, jene Blüten, die im Augenblick besonders ansprechen, einzeln auszuprobieren und die persönlichen Beobachtungen idealerweise schriftlich zu notieren. So entsteht ein echtes Nachfühlen und zugleich eine Dokumentation, wie die Bachblüten individuell wirken.

Weshalb eignen sich Bachblüten so gut für die Behandlung der Beschwerden und Befindlichkeiten werdender Mütter?

Da Bachblüten keine Nebenwirkungen im pharmakologischen Sinne zeigen, empfiehlt sich ihre Anwendung bei werdenden Müttern, insbesondere für deren seelische Unterstützung in einer Zeit großer Umstellung.

Bachblüten helfen, hinderliche Verhaltensweisen zu überwinden und damit jene Freiräume zu schaffen, die neues Leben braucht. Welche Lebenssituationen und Zwänge schränken Frauen heute bei einer Schwangerschaft ein?

Nach meinen Beobachtungen schränkt vor allem der hohe Anspruch vieler Frauen an die eigene Leistung ein. Damit meine ich nicht nur Leistung im Beruf. Zu allen Lebensbereichen haben Frauen oft Bilder perfekt aussehender und handelnder Frauen im Kopf, auch das Bild der perfekten Mutter. Diese Vorstellungen erweisen sich im Alltag oft als nicht umsetzbar. Viele Frauen suchen dann die Schuld bei sich selbst. Eine sehr unbequeme und Schwangerschaft-untaugliche Situation.

Was ist die geeignete Form der Anwendung von Bachblüten? Sind die alkoholhaltigen Präparate nicht schädlich für Mutter und Kind?

Es wird empfohlen, die Bachblüten immer mit stillem, qualitativ gutem Wasser zu verdünnen. In dieser Form ist der Alkoholgehalt so gering dosiert, dass er keine schädlichen Auswirkungen auf den Körper hat. Dennoch empfehle ich, Neugeborenen und Säuglingen in den ersten Lebensmonaten die Bachblüten rund um den Bauchnabel einzumassieren - oder die Mutter nimmt diese ein und „vermittelt“ die Wirkung über die Muttermilch. Der Geschmackssinn bei den ganz Kleinen ist noch sehr ausgeprägt und empfindsam.

Abdruck des Interviews mit freundlicher Genehmigung des Mankau Verlags.

Christina Casagrande ist Heilpraktikerin und Bachblüten-Therapeutin. Ihr Buch „Bachblüten in Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit, Sanfte Hilfe und innere Stärke für werdende Mütter“ ist im Verlag Mankau erschienen. 127 S., 8,99 Euro



Efeu - die dunkle Seite *(aus der Serie „Mit Heilpflanzen durch das Jahr“)*

Diese einzige echte Liane, die in Europa heimisch ist, heißt Hedera helix und gehört zu den Araliaceae. Der Immergrüne bildet Haftwurzeln mit denen er Mauern und Bäume erklimmen kann. Die Sprossachsen verholzen und eine Stammbildung von bis zu 30cm Durchmesser ist möglich. Das Holz ist wunderschön und kann zu kleinen Gegenständen verarbeitet werden. Die lustigen Blüten sehen fast künstlich aus und bilden purpurne Beeren. Die Pflanze enthält Saponine, Hederidin, und Glykoside, sowie Farb- und Gerbstoffe. Ihre leichte Giftigkeit spielt bei einer therapeutischen Dosis so gut wie keine Rolle. Es werden sogar Extrakte aus den Blättern für Säuglinge hergestellt. Die Blätter können die Form verändern: Vor der Blüte sind sie in der Regel gezackt, danach werden sie runder. Dies Formveränderung machte sich die Signaturlehre zu eigen und nutze die Blätter medizinisch bei Wucherungen der Schleimhäute. Zum Beispiel Polypen und Mandelvergrößerungen der sogenannten skrophulösen Diathese, alles in Verbindung mit Erkältungskrankheiten. Ansonsten wird die Pflanze heute in verschiedenen Standardpräparaten als Hustenmittel verkauft.

Auswurf fördernd und entkrampfend sind dabei ihre Eigenschaften. Auch gegen Nervenschmerzen wurde sie empfohlen. Auf Friedhöfen finden wir oft diese besondere Schöne. Als Sinnbild für das ewige Leben steht sie dort. Schon im Altertum stand sie in Verbindung mit Wein und Dichtung. Kränze wurden gebunden und bekränzt wurden Götter und Menschen. Bei einigen Sorten ziehen sich weiße Linien durch das eigentlich dunkelgrüne Blatt. Ein Hinweis auf den Einbruch der Helligkeit in das Dunkle.

Anwendungstipp

Bei Nervenschmerzen wie nach einer Gürtelrose oder Ähnlichem: Eine Handvoll Efeublätter (Apotheke) auf 500ml Wasser - aufkochen und 12 Stunden stehen lassen. Den Absud mit den Blättern auf ein Handtuch geben und die schmerzende Stelle bedecken (mindestens eine Stunde oder über Nacht mit einem Verband). Ergibt etwa vier Portionen. Einmal täglich, Anwendung bis zur Besserung. Maximal 14 Tage.
Achtung: Diese Empfehlung ersetzt keine Therapie (Arzt/ Heilpraktiker)!

Naturheilpraxis Cornelia Titzmann
Horst-Kohl-Straße 2, 12157 Berlin
Weitere Infos und Kurse:
www.corneliatitzmann.de



Mo-Sa 12:00-19:00
À la carte bis 17:30
Kleine, wechselnde
Abendkarte bis 19:00

Tel. Café: 030.23 25 50 65
Tel. Shop: 030.23 25 50 60
lotuslounge@rigpa.de

Im buddhistischen
Zentrum Dharma Mati
Soorstraße 85, 14050 Berlin

Adelheid Ohlig Seminare, Aus- und Weiterbildung



Seminare 2018 *(in Deutschland)*

Berlin 16.Juni
Soest 30.Juni
Wiesbaden 3.Okt.

Einzelstunden
Berlin 17.Juni

luna-yoga.com



Heike Brunner
**Asiatische
Kindermassagen**

*Elemente
zum Haltgeben
und Raumschaffen*

Kinder brauchen körperliche Berührung, um zu wachsen und sich zu entfalten. Ohne Körperkontakt überleben Säuglinge nicht, auch wenn sie ansonsten ausreichend Nahrung erhalten, dies ist in einer traurigen unmenschlichen Studie bereits bewiesen worden. Liebevoller Berührung, über Körperkontakt in Kontakt zu gehen, ist essentiell und fördert eine positive Bindungsfähigkeit. Positive Bindung entsteht durch Vertrauen.

In der chinesischen Medizin ist das Erdelement, mit den Organen Milz und Magen, für unser Ur-Vertrauen zuständig. Der Magen ist der Ort, wo Nahrung und Eindrücke als erstes verdaut werden müssen. Kann er dies gut, verteilt er die Energie weiter, schafft er es nicht, wirkt sich dies auf alle anderen Bereiche störend aus, es läuft nicht mehr rund und Krankheit kann entstehen. Das Erdelement steht für das mütterlich-nährende Prinzip oder auch für die Mutterthemen schlechthin. Die Süße, wie die süße Muttermilch, ist sein Geschmack. Kinder und insbesondere Babys sind elementar mit diesen Themen: Verdauen und Verarbeiten (physisch und psychisch) beschäftigt. Daher können sie hier eine Extraportion an Zuwendung gebrauchen.

Um Kinder zu stärken, sind Massagen, die regulierend und harmonisierend wirken, sehr wertvoll. Als besonders hilfreich sind hier die asiatischen Massagestile: Shiatsu und Tui Na zu nennen. Zunächst beziehen sich beide in ihrer Anwendung auf das Meridiansystem, das Energienetz, welches unseren Körper durchweht. Shiatsu bedeutet so viel wie „eine ruhende und eine bewegende Hand“, Tui Na ist die klassische chinesisch-medizinische Massage und ist eher belebender Natur. An den Energiepunkten, den Akupressur- oder auch Akupunkturpunkten können zudem gezielte Wirkungsimpulse gegeben werden. Die Behandlung der Meridiane mit den verschiedenen Grifftechniken

reguliert das energetische System der Kinder. Zuwendung und gesundheitliche Stärkung gehen dabei sprichwörtlich „Hand in Hand“.

Die Balancierung, nach einem Tag mit vielen Eindrücken, wird schon allein durch Streichen der Energiebahnen in die richtige Richtung in Minuten wieder hergestellt. Täglich angewandt können die Streichungen zu bestimmten regelmäßigen Zeiten bei Babys eingeführt werden und im Kleinkindalter immer zwischendurch, wenn Kuschelbedarf ist, gegeben werden. Massage-gewohnte Kinder greifen gerne noch im Schulalter auf die vertrauten, beruhigenden Anwendungen zurück und fragen danach oder sind offen dafür in Zeiten eines Schulwechsels oder anderer Umbrüche/Veränderungen. Raum dafür zu schaffen, ist eine stark vertrauensbildende und gesundheitsfördernde Maßnahme. Die Kinder selbst erleben die Massagen als für sie heilsam. So kann die sogenannte „Bauch-Achten-Massage“ von Kindern, die mit dieser Technik vertraut sind, schon mal als direkte Hilfe, bei nächtlichen Magenschmerzen, eingefordert werden. Das vermeintliche nächtliche Drama entfällt und wird in Kürze wieder beruhigt. Die therapeutische Anwendung der Akupressurpunkte gibt zudem die Möglichkeit, Eltern eine vertraute Anwendung zur Linderung der kindertypischen Beschwerden als kleine Erste-Hilfe-Massage anwenden zu lassen. Chronische Krankheiten werden, nach einer Anamnese und Erstellung eines Behandlungsplans, mit bestimmten Punktmassagen und Technikkombinationen behandelt und begleitet.

Ein Beispiel, der Klassiker am Wochenende:

Unsere Familie verreisst und nimmt den neuen Schulfreund mit. Am Abend, nach einem aufregenden Tag, bekommt der kleine Junge Bauchschmerzen. Irgendetwas war wohl zu viel an Eindrücken, kann sein Magen gerade nicht mehr

verdauen. Das Heimweh klopft auch schon an, er macht sich Sorgen. Essen mochte er nichts und nachdem ich ihn um Erlaubnis gefragt habe, beginne ich ihn mit Shiatsu zu massieren. Unterhalb des Knies, an der Außenseite der Wade, befindet sich ein echter „Magenzauberpunkt“, chinesisches heißt er „Su Zan Li“ und wird auch als Postboten-Punkt benannt, dies erzähle ich ihm. Mehrfach massiere ich dann sanft die Außenseite der Waden zum zweiten Zeh (also dem „Zeigefinger-Zeh“). Dadurch fließt die Energie des Magenmeridians, der hier entlangläuft, wieder in die richtige Richtung und löst damit den Stau, der ihm das Magendrücken bereitet. Der kleine Junge entspannt sich, fühlt sich wieder sicher und die Schmerzen lassen nach. Er schläft ein und wir verbringen noch ein schönes Wochenende mit ihm.

Um die eigenen Kinder zu stärken, sind die asiatischen Massagetechniken in den verschiedenen Lebensabschnitten, Baby, Kleinkind, Kindergarten bis zum Schulkind für die Eltern, aber auch in der therapeutischen Kinderbehandlung eine wahres Geschenk. Durch die Ganzheitlichkeit des chinesisch- medizinischen Fünf-Elemente-Systems können Beschwerden danach erkannt und behandelt werden. Dies gilt für körperliche als auch psychische Beschwerden. So stehen uns die Holzelemente-Meridiane zur Verfügung, um Ärger und Wut zu kanalisieren, die Feuermeridiane, um Hyperaktivität oder beispielsweise Stottern zu balancieren, die Erdmeridiane, um die Mitte, das Vertrauen zu stärken und Sorgen zu mindern, die Metallmeridiane, um Trauer zu

verarbeiten und loszulassen und schließlich die Wassermidiane, um Ängste zu lösen und für mutige Kinderwesen mit einem starken Rückgrat zu sorgen, denn das Wasserelement sorgt auch für unsere Knochen.

Einer der schönsten „Verwurzelungspunkte“, liegt übrigens an den Fußsohlen, direkt unter dem Ballen. Es ist die sogenannte „Sprudelnde Quelle“ und ist der Anfangspunkt des Nierenmeridians aus dem Wasserelement. Ihn sanft zu halten, erdet, beruhigt und balanciert die Seele, das tut auch den Eltern gut. Kinder und das Wort „Türangel“ haben in der chinesischen Sprache wohl die gleiche Bedeutung, denn an unseren Kindern sehen wir unsere Wurzeln, wo wir herkommen und unsere Zukunft, wo wir hingehen. Das Massage-Geben ist ein Gewinn für beide, Eltern und Kind. Die Eltern entspannen sich mit und Raum für eine heilsame Zeit entsteht. Eltern, die sehr unsicher im Umgang mit ihren Kindern sind, hilft es, die Körpersignale zu verstehen und leichter einschätzen zu können. Dies schafft auch bei ihnen mehr Vertrauen in ihre Fähigkeit, das Kind wahrzunehmen. Dies spiegelt das Kind, wie alles andere auch, zurück, es nimmt das Vertrauen wahr und fühlt sich sicher. Das gegenseitige Aneinander-Wachsen kann dabei immer wieder, auf besonders schöne Art und Weise erlebt werden.

Heike Brunner
Heilpraktikerin und Journalistin.
Naturheilpraxis Chisalon: www.chisalon.de

Der Schlüssel zu deiner Seele Energieübertragung

Alles Leben besteht aus Energie.

Mit dieser Information wird klar, dass wir die Energien lenken und richten und sie wirkungsvoll positiv in unser Leben einbringen können.

- mit Energie Glaubenssätze ändern...
- mit Energie Liebe empfangen...
- mit Energie Werke vollenden...
- mit Energie kraftvoll leben...
- mit Energie lichtvoll leben...
- mit Energie Reichtum & Wohlstand leben...
- mit Energie zu Dir finden...
- mit Energie dem Leben vertrauen...
- mit Energie Liebeskummer und Trauer überwinden ...

www.Amorra.de

Brigitte 01752421001 Verena 017640793938 Christin 01719525462
info@amorra.de Skype: merlin merlin



Andreas Krüger über das homöopathische Mittel:

Anacardium – Die Elefantenlaus

James Dean: „Ich liebe dich, aber ich quäle dich“

H. Schäfer: Ich muss gar nicht viel fragen, denn Sie haben immer eine bestimmte Idee, um die es gehen soll. Was ist es dieses Mal?

Andreas Krüger: Heute möchte ich über Anacardium sprechen - die Elefantenlaus - und ich möchte gleich mit einem Motto beginnen, was über dem Mittel, seiner Pathologie oder der Wirklichkeit der Patienten steht, denen ich mit diesem Mittel tief und fundamental helfen konnte: „Ich liebe dich, aber ich quäle dich.“ Das ist so etwas wie eine Urerfahrung, die dieser Patient gemacht hat, meistens in seiner sehr frühen Kindheit, die er immer wieder produziert, wo er Menschen immer die Delegation gibt, die ihn lieben, trotzdem zu quälen. Es sind Menschen, die erleben ständig in ihrem Leben, dass sie von anderen Menschen schlecht behandelt werden und dass ihnen auch physische Gewalt angetan wird. Gleichzeitig

steht man vor einem unbeschreiblich liebevollen und begabten Menschen und dann hört man Geschichten, bei denen man denkt: „Das kann doch alles nicht sein! Wie kann einem Menschen, der so viel Liebe ausstrahlt, so etwas Schreckliches passieren?“ Anacardium sind für mich die begabtesten Menschen, denen ich begegnet bin, die aber gleichzeitig extremste Minderwertigkeitsgefühle hatten. Also diese Kombination aus Hochbegabung und der letzte Dreck zu sein - das ist die Kombination, die Anacardium auszeichnet und die natürlich in „ich liebe dich, aber ich quäle dich“ ganz stark verwurzelt ist. Diese Menschen haben meist eine Kindheit voll mehrmals täglicher Gewalt über 10 Jahre oder noch länger hinter sich und ihre Jugend ist von einem totalen Mangel an Anerkennung geprägt. Wenn sie mit einer 1 aus der Schule nach Hause kamen, wurden

sie geschlagen, weil es keine 1+ war. Sie tun alles, aber es reicht nicht. Es ist das wichtigste Mittel für Folge von strengen, gewalttätigen Eltern und von früher Missachtung. Und es ist ein Mittel für Anforderungen, die un-er-füll-bar sind.

Dazu gibt es sicher ein Patientenbeispiel?

Heute hatte ich einen jungen Mann in der Praxis, der von vielen Menschen schlecht behandelt wird. Er bemüht sich, geliebt zu werden, aber er wird immer wieder mit Gewalt und Intrigen konfrontiert. Dann erzählte er von seinem gewalttätigen Vater - ohne übrigens dagegen zu rebellieren - und das war, als der Vater mal kurz wegen eines Gewaltdelikts in Untersuchungshaft war. Dieser Vater hatte Kanarienvögel, die er liebte und hegte und pflegte. Der junge Mann im Alter von sieben oder acht Jahren tat alles,

um dem Vater zu gefallen, putzte und pflegte die Käfige. Als der Vater nach Hause kam, hat er ihn grün und blau geprügel, weil er es ihm gar nicht erlaubt hatte, die Vögel sauber zu machen. Daran ist der junge Mann endgültig zerbrochen. Und gerade, wenn diese Unberechenbarkeit ständig in der Gewalt des Vaters auftaucht, sollte man immer an Anarcadium denken. Er erzählte auch, dass dieser Vater oft zu ihm sagte, er wäre verflucht. Das ist auch ein Thema, was bei Anarcadirum deutlich vorkommt: Fluch oder verflucht sein.

Gibt es auch eine bekannte Person als Beispiel?

James Dean. Der hat als Kind totale Gewalt erlebt, indem brennende Zigarettenkippen auf seiner Haut ausgedrückt wurden. Später hat er angeblich einen Fetisch entwickelt, dass es ihn erregte, wenn er an sich Zigarettenkippen ausdrücken ließ. Und deswegen hat er in der geheimen Szene den Ausdruck „Aschenbecher“ bekommen. Deswegen sind wichtige Filme für Anarcadium die Filme mit James Dean „Denn sie wissen nicht, was sie tun“ oder auch der „Marathon-Mann“ mit Dustin Hoffmann. Wir glauben gar nicht, wie viele Menschen diese schrecklichen Kindheiten erlebten und dadurch später - auch mit langjährigen Therapien - nicht wieder glücklich werden konnten. Hier kann man die gnadenvolle Wirkung der Homöopathie erleben, die sich in das System eines Menschen hineingeben, um diese Trauma-Narben zu löschen oder zu desensibilisieren. Ich möchte zum Abschluss von einem Fall erzählen, der mir sehr am Herzen liegt, weil ich mich als Lehrer immer wieder mit der Frage beschäftige, was Menschen hilft, als Heilpraktiker erfolgreich zu werden. Ich kenne viele Schüler, die genug gelernt haben und viel wissen und die drei Mal durch die Prüfung fallen und andere, die nicht halb so viel gelernt haben, bestehen die Prüfung mit Bravour beim ersten Mal.

Und warum schafft sich jemand eine Realität, wo er durch Prüfungen in einem Gebiet fällt, was anscheinend für ihn wie geschaffen ist?

Da habe ich lange geforscht und rausgefunden, dass es nicht das fehlende Wissen ist, sondern dass es Chips und Überzeugungen gibt, zu blöd zu sein, das zu machen oder keine Berechtigung zu haben, Heilpraktiker zu sein und verflucht zu sein, nicht glücklich zu werden. Neulich hatte ich eine hervorragende Schülerin, die in den Prüfungsvorbereitungen immer alles richtig gemacht hatte und ich war mir total sicher, dass sie bestehen würde. Ihre schriftliche Prüfung hat sie mit null Fehlern bestanden, aber in der mündlichen Prüfung fragte sie der Beisitzer etwas - und sie schwieg. Nach fünf Minuten beendete der Amtsarzt die Prüfung und hat sie vier Wochen später wieder bestellt. Ich habe sie mit den klassischen Prüfungsmitteln behandelt - aber wieder passierte das Gleiche. Und dann habe ich sie intensiv befragt: „Was ist deine Befürchtung, wenn du in dieser Prüfung sprechen würdest?“ und sie sagte sehr betroffen: „Wenn ich da ein falsches Wort sagen würde, würde der Heilpraktiker mir sofort ins Gesicht schlagen.“ Ich war entsetzt. Die Lieblingsqual des Vaters bestand darin, dass er morgens mit ihr am Frühstückstisch saß, die Zeitung vor sich hatte und sein Kind nach dieser Zeitung examinierte: „Wie heißt der deutsche Bundeskanzler?“ „Was ist die EU?“ Immer, wenn sie einen Fehler machte, holte er aus und schlug ihr ins Gesicht. Ihre Mutter stand am Herd und sagte kein Wort. Kein Schutz. Sie zog dann ziemlich schnell aus dem Elternhaus aus.

Fazit:

In der Hoffnung, dass all diese Menschen zu einem Homöopathen finden, der ihnen diese gnadenreiche Arznei gibt und dass sie selbst einen Weg aus ihren Gewalterfahrungen herausfinden.



Andreas Krüger

ist Heilpraktiker, Schulleiter und Dozent an der Samuel-Hahnemann-Schule in Berlin für Prozessorientierte Homöopathie, Leibarbeit, Ikonographie & schamanische Heilkunst.
Mehr über ihn unter:
andreaskruegerberlin.de

Buchtipp:

„Heiler und heiler werden“
edition Herzschlag im
Simon+Leutner Verlag
ISBN: 978-3-922389-99-6



EINFÜHRUNG IN AGNI YOGA

„Erweiterung
des Bewusstseins“

Videos
zu sehen bei

www.lebendige-ethik-schule.de



Himmlische Konstellationen Juni 2018

zusammengestellt von Markus Jehle
www.astrologie-zentrum-berlin.de

Allgemeine Trends

Überall dort, wo sich bei Ihnen im Laufe der letzten zwei Jahre Wut und Groll angesammelt und Ressentiments aufgebaut haben, ist es diesen Sommer an der Zeit, den Druck herauszunehmen und Dampf abzulassen. Sie benötigen neuen Handlungsspielraum, und womöglich lassen sich auch Befreiungsschläge nicht gänzlich vermeiden, damit Ihnen in bestimmten Situationen nicht der Kragen platzt. Sie ertragen keine Vorschriften darüber, was Sie wann zu tun oder zu lassen haben, sondern möchten stattdessen frei und ungehindert agieren können. Zorn und Rachegelüste sind Ihnen allerdings ein schlechter Ratgeber (Mars wird am 26. Juni rückläufig in Wassermann). Lenken Sie Ihre Kraft in konstruktive Bahnen, statt schwelende Konfliktherde neu anzufachen. Sie können auch anders – nutzen Sie die Gelegenheit, dies unter Beweis zu stellen. In der warmen Jahreszeit liegen große Überraschungen in der Luft, und es liegt an Ihnen, sich in positiver Hinsicht daran zu beteiligen.

Spirits

Wundern Sie sich nicht, wenn Sie phasenweise die Realität aus den Augen verlieren (Neptun wird am 19. Juni rückläufig in Fische). Kaum etwas ist derzeit so, wie es scheint. Machen Sie sich keine Illusionen und lassen Sie den Dingen ihren Lauf. Mit Hingabe und Vertrauen kommen Sie jetzt auch in unruhigen Gewässern gut zurecht. Womöglich werden Ihnen auch Opfer abverlangt, mit denen Sie anderen helfen können. Erliegen Sie nur solchen Versuchen, die Ihren Träumen und Sehnsüchten Flügel verleihen.

Was zu tun ist

Alles richtig zu machen, kann zu Lasten Ihrer Lebensfreude gehen (Krebs-Sonne Opposition Steinbock-Saturn am 27. Juni). Zeigen Sie Verantwortungsbewusstsein, ohne sich unter Druck zu setzen und akzeptieren Sie die Grenzen, die Ihnen jetzt aufgezeigt werden. Rückgrat zu beweisen und Ihre Interessen zu behaupten, verlangt Ihnen derzeit große Anstrengungen ab, kommt Ihnen jedoch langfristig sehr zugute.

Kommunikation

Gut möglich, dass Sie in der ersten Junihälfte ausgetrickt werden, ohne es überhaupt zu bemerken. Schlawiner haben leichtes Spiel (Zwillinge-Sonne Konjunktion Merkur und

Quadrat Fische-Neptun am 6./7. Juni). Cleverness und eine gewisse Gerissenheit können auch Ihnen jetzt nicht schaden. Auf Ihren Vorteil bedacht zu sein, muss ja nicht zwangsläufig bedeuten, anderen Schaden zuzufügen. Ein einfühlsames Wort zur rechten Zeit ist Balsam für Ihre Seele. (Merkur wechselt am 12. Juni in Krebs und bildet am 13. Juni ein Quadrat zu Widder-Chiron und am 16. Juni eine Opposition zu Steinbock-Saturn). Ehe Sie sich versehen, haben Sie bereits den Finger auf die Wunde gelegt. Sagen Sie nichts, was Gräben aufreißen könnte, selbst wenn Sie dadurch zum Schweigen verdonnert sind.

Lust und Liebe

Was Ihnen lieb und teuer ist, bedarf nun Ihrer besonderen Fürsorge (Krebs-Venus Opposition Steinbock-Pluto und -Lilith am 6./8. Juni). Trotzen Sie Ihren Verlustängsten und lassen Sie Vernunft walten. Auf falschen Vorstellungen beruhende Liebeserklärungen zu machen, ist jetzt der beste Weg, Ihr Glück zum Teufel zu jagen. Was das Begehren anbetrifft, herrscht in der zweiten Junihälfte Hochspannung (Löwe-Venus Opposition Wassermann-Mars am 21. Juni). Wer oder was schwer zu kriegen ist, wirkt nun besonders attraktiv. Sollten Sie von der Lust überwältigt werden, bewahren Sie sich dennoch Ihre Unabhängigkeit.

advertorial

Themenabende im Astrologiezentrum

Möckernstr. 68, Aufgang B, 10965 Berlin, Tel. 030 - 7858459
Alle Veranstaltungen beginnen um 19:30h und enden um 21:30h.

Donnerstag 21. Juni (Markus Jehle)

„Das tut so gut“
Priapus in den 12 Zeichen und Häusern.

Unsere Fortbildungsangebote 2018

Sommerschule 2018 Ammersee 11.-19. August 2018
Astro-Intensiv-Ausbildung für Einsteiger ab 1. Sept. 2018

Vortrags-CDs

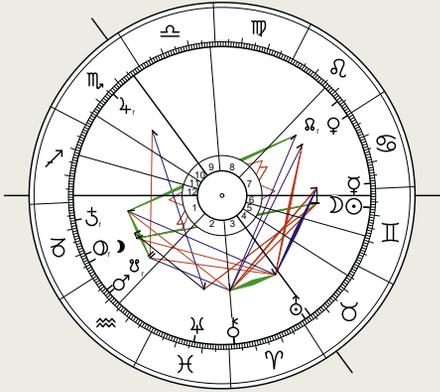
Die Fehlritte der Väter
Uranus in den 12 Häusern
www.mariusverlag.de
Tel. 03322-128 69 15

Astrologische Beratung:

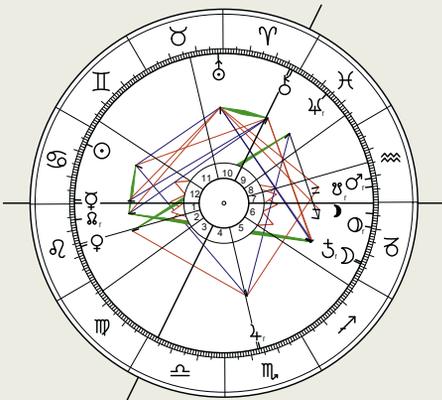
Tel. 030-785 84 59

DER SONNE-MOND-ZYKLUS

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



Neumond in Zwillinge (13.06.):
Ihr Wunsch nach Zerstreuung treibt Sie jetzt der Langeweile direkt in die Arme.



Vollmond in Steinbock (28.06.):
Der Ernst des Lebens kann Ihnen jetzt aufs Gemüt schlagen. Schlagen Sie zurück.

Die verborgenen Urkräfte des Lebens nutzen



Cyndi Dale
**Das große Buch der
feinstofflichen Energien**
272 Seiten • € 22,00 [D]
ISBN 978-3-7787-8274-3

Die unsichtbaren Energieströme
in unserem Körper sind entscheidend
für Gesundheit und Wohlbefinden. Cyndi
Dale vermittelt in diesem Buch erstmals
ihre wirksamsten Heilmethoden, um
die feinstofflichen Kräfte in und um uns
wahrzunehmen, ihren Fluss zu
harmonisieren und krankmachende
Blockaden zu lösen.

L o t o s

ansata-integral-lotos.de



WER MACHT WAS

Hier finden Sie
kompetente Angebote
aus allen Bereichen
ganzheitlicher
Heil- und Lebenspraxis!



Elke Wiget
Heilpraktikerin

Naturheilpraxis am Roseneck
Hohenzollerndamm 94
14199 Berlin
Tel. 030. 64 32 72 02
e-mail: easysuccess@elkewiget.com

- **Facial Harmony Balancing:**
Lifting durch Berührung
mehr Infos finden Sie auf
www.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



Homöopathie & Systemische Begleitung für Frauen

Weibliche Naturheilkunde und Lebensstufen

Nicola Cordes M.A.
Heilpraktikerin & Systemische Therapeutin
Tel: 030. 6409 2595
www.naturheilpraxis-lebensweise.de

Liebevoll begleite ich Frauen mit meiner
Erfahrung in allen Bereichen weiblicher
Gesundheit sowie in Krisen und Entwick-
lungsprozessen.

- Homöopathie & Heilpflanzen für Frauen
Die weibliche Hausapotheke
Kurse in Berlin
nächster Beginn: 8. November
4 Abende
- **Lebensfreude-Seminar**
im Ökodorf Brodowin am Badeseer
"Homöopathie & Heilpflanzen für
Frauen", 1. - 3. Juni



Ganzheitliche Zahnmedizin

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

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

Unsere Sprechzeiten und umfassende
Infos zu den Behandlungsmethoden
finden Sie auf:

www.ganzheitliche-zahnmedizin-schuschke.de



Qigong, Yoga und Wandern in Griechenland

auf der Halbinsel Pilion

- Traumhafte Natur
- Ausgezeichnete Kurse
- Jedes Jahr seit 1994!

Kontakt: Lina Kasviki 0171-8476581
weitere Infos auf: www.iliohoos.net

- Bei „Iliochoos – der Schule des
einfachen Lebens“ erwartet Sie nicht
nur Urlaub vom Alltag, sondern die
Rückbesinnung aufs Wesentliche.
- Sie werden von dem Wissen unserer
erfahrenen Qigong- und Yogalehrer
profitieren und unter der griechischen
Sonne direkt am Meer wunderbar
auftanken.
Aber, es geht nicht nur um einen
Qigong- oder Yogakurs, sondern auch
um eine Art Schulung des Geistes, des
Herzens, um Bewusstwerdung.



Maklerin für die passende Immobilie oder den passenden Kunden

Kathleen Wendland
Dipl. Kommunikationswirtin
Lycalklee 11, 14055 Berlin
fon 030-31 34387, mobil 0177-6777781
Kathleen.Wendland@makler-berlin.com
www.makler-berlin.com

Meine langjährigen Erfahrungen sind,
dass jedes Haus, jede Wohnung oder
jedes Grundstück eine eigene Seele hat
und dass jedes Geschäft einfach, gewinn-
bringend und stressfrei für alle Beteiligten
abläuft, wenn diese Energien einbezogen
werden. Mein Service enthält immer eine
energetische Reinigung des Objektes,
ganz gleich ob Sie etwas verkaufen oder
kaufen wollen.

Die Basis meiner Arbeit ist ein vertrau-
ensvoller, persönlicher Kontakt. Gern werde
ich für Sie bundesweit tätig, wenn Sie
eine Immobilie kaufen, verkaufen oder mit
einer Investition Steuern sparen wollen.



Du bist es wert!

Mediale-Kraft-Berlin

Mirca Preißler
Raum für Körperarbeit
Pestalozzistr. 3
10 625 Berlin-Charlottenburg
T: 030 - 814 520 285
kontakt@mediale-kraft-berlin.de
www.Mediale-Kraft-Berlin.de

Einzelberatung:

mediale Beratung, Coaching,
Systemische Aufstellung, Reiki

Seminare:

5.6., 19-22 Uhr, Aufstellungsabend

16./17.6., Sa/So 10-18h

Seminar: Medialität & Sensitivität
Basic Class

26.6., 14-22 Uhr, Reiki-Einweihung,
1. Grad

3.7., 19.30 Uhr, Du bist es wert! -
Training: Ausstrahlung, 30 €



Systemische AugenAufstellung

Miggi Zech

Symptomaufstellung
FamilienAufstellung
Seminare + Einzelarbeiten
Termine: www.augenaufstellungen.de
offener Abend: 2. Dienstag im Monat
(außer Ferien), 19h, 20 Euro
Tel. 0172-3124076
migg@augenauf-berlin.de

Die Augen sind das Tor zur Seele.

Wir schauen mit Ihnen auf die Botschaft
Ihres AugenThemas und helfen, Augen-
Symptome aufzulösen.

Symptome sind Hinweise der Seele, die
sich in Aufstellungen zeigen und klären
können.

Hilfestellung und Lösung durch
Augen-/Symptom-/ FamilienAufstellung

Seminare im Gartenhaus, Berlin S-Bhf.
Zehlendorf, Teltower Damm 32



Katja Neumann

Heilpraktikerin
Certified Shamanic Counselor FFS
Gethsemanestr. 4
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

- Regelmäßige schamanische Reisegruppen
jeweils 1x im Monat
samstags und montags

- Workshops
für Anfänger und Fortgeschrittene



Tania Maria Niermeier

**Medium & Hellseherin
Spiritueller Lehrerin**

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

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



**WaldCoaching, Coaching für
Vielfühler und Vielbegabte**

Lore Sülwald - CoachingBaum

Expertin für Hochsensibilität
Berlin und Hohen Neuendorf (bei Berlin)
weitere Infos und Anmeldungen unter:
030.5366 1013, post@coachingbaum.de
www.coachingbaum.de

Impulsabend Tausendschön

Steine - Bedeutung für Körper und Seele
Mi, 06. Juni, 19:00-20:30 Uhr

Come together: Superpower HSP
Di, 12. Juni, 19-21 Uhr

Workshop:

Beruf. Berufung. Berufen sein.
Sa, 07. Juli - So, 8. Juli 2018

Einzelcoaching zur:

Zielverwirklichung
beruflichen Neuorientierung
Wahrnehmung und Zentrierung
Selbstfürsorge und Abgrenzung
Stärken anerkennen und integrieren



Praxis KARYON

Brigitte Kapp

Heilpraktikerin
IFS- u. Hakomi-Therapeutin
EMF Practitioner u. Reflector
7th Sense Life Coach
Belziger Str. 3
10823 Berlin
Tel: 030 - 789 55 102
info@KaryonBerlin.de
www.KaryonBerlin.de

- Ganzheitliche und 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



Heraus aus dem "gemütlichen Eland". Seit 1989

Lucian Brodzinska

Tiefwerderweg 33
13597 Berlin
Tel. 030 - 332 96 89
www.praxis-brodzinska.de
kontakt@praxis-brodzinska.de

- Einzel- und Paartherapie
- **Fortlaufende Gruppen**
Therapie bei Ängsten, Beziehungsproblemen, Depressionen, Sucht- und Abhängigkeitserkrankungen, Borderline
- Bonding-Psychotherapie nach dem Modell von Herrenalb, Heiligenfeld

09. – 20.07.2018

57. Emotionaler Therapie-Workshop, mit Kinderbetreuung und therapeutischem Schach in Schweden



**Paarweise:
Die Kunst bewusst zu lieben**

**Dipl.Psych. Hella Suderow
Christian Schumacher**
Tel. 04165-829484
www.paarweise.info

- **Sexualität & Meditation**
MakingLoveRetreat nach Diana Richardson seit 2009
- Basierend auf achtsamer Sexualität zeigen wir Paaren ein neues Verständnis von körperlicher Liebe und ihrer zentralen Bedeutung für die Beziehung.
- Paarberatung
- Kommunikation / GFK für Paare
- Achtsamkeitstage in Hamburg
- 7-tägiges Achtsamkeitsretreat
- anerkannte Lehrer durch D. Richardson



Einfach Liebe

Entspannte Sexualität leben

Ela & Volker Buchwald
Tel.: 0521-30 51 94 80
www.einfach-liebe.de

Das Einfach Liebe Retreat

Wie geht Liebe in Zeiten von Cybersex und Co? Wie geht es, einander körperlich zu nähren, liebevoll in Kontakt mit sich selbst UND dem Partner zu sein? Wie kommen wir weg vom Diktat des Höher! Schneller! Weiter! hin zu Sex, der warm, weich und wohligh erfüllt und uns wirklich miteinander verbindet?

Das 5-tägige Retreat gibt Paaren Raum, diese Fragen zu beantworten und stellt Schritt für Schritt ein neues Bild von Sexualität vor. Auf der Basis von Slow Sex entfaltet sich ein neues Bewusstsein für Sexualität, das uns für mehr Nähe und echte Intimität in unserer Beziehung öffnet.



Beziehungsperspektive

**Paarberatung, Sexualtherapie,
Einzel- und Paartherapie**

Judika und Eilert Bartels
Karlstraße 3, 12307 Berlin
Tel.: 030 75 70 84 34
kontakt@beziehungsperspektive.de
www.beziehungsperspektive.de

"Freiheit in Verbundenheit erleben"

In unserer Praxis bieten wir Paaren, Männern und Frauen Beratung, Therapie und Begleitung bei allen Fragen rund um Beziehung, Liebe und Sexualität an.

Stabile, erfüllende Paarbeziehungen

setzen eine gute Beziehung zu sich selbst voraus. Unser zentrales Anliegen ist es deshalb, Menschen bei der Entwicklung einer gesunden und stabilen Selbstbeziehung zu unterstützen. Dafür setzen wir uns mit all unserem Wissen und unserer Lebenserfahrung ein.



Kabbala Lebensanalysen

Inge Meyer
Schmiedberg 7
86415 Mering
Tel. 08233 - 7958962
www.kabbala.de

Die Kabbala Lebensanalyse zeigt Ihnen Ihre persönliche Lebensanleitung, erstellt mit dem

Kabbasol-Programm von Hermann Schwyer.

Sie erkennen Ihre Lebensziele und die wahren Ursachen Ihrer Krankheiten.

Ihre persönliche Kabbala Lebensanalyse zum Preis von 39,- Euro bestellen Sie unter www.kabbala.de oder weitere Infos telefonisch.



Praxis für Körper, Geist und Seele

Sabrina-Alexandra Schumann
Reinkarnationstherapeutin / Heilerin (DGH)
Reiki Großmeisterin,
Kosmetikerin u. Podologin
Melsunger Str. 5 / 14089 Berlin
Tel.: 030-3024624 oder 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 X
- Kosmetik und Med. Fußpflege (auch Hausbesuche)

Einzeltermine und Seminare

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



Ausbildung nach dem Bausteinprinzip

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

- 1. HP-Prüfungsvorbereitung, 2. Ausbildung HPPsychotherapie, 3. Klassische Homöopathie (SHZ-zertifiziert), 4. Akupunktur (TCM) und Ohrakupunktur, 5. Irisdiagnostik, 6. Fussreflexzonen-therapie, 7. Bachblütentherapie, 8. Traumatherapie, 9. Coaching/Lebensberatung

9.6. Beginn Ausbildung Ganzheitliche Ernährungsberatung | 16./17.6. Coaching Werkzeugkoffer | 22.-24.6. Umweltmedizin in der naturheilkundlichen Praxis | 23./24.6. Alt bewährte Chinesische Kräuterrezepturen

Infoabende: 5.6. zur Heilpraktikeraus- bildung, 12.6. zu Fußreflexzonen, 19.6. zum Heilpraktiker Psychotherapie



Ausbildungen im Institut Christoph Mahr

Im Bereich Psychotherapie und Coaching führen wir seit mehr als 20 Jahren auf der Grundlage einzigartiger Rahmenbedin- gungen, auf sehr hohem Niveau Aus-und Weiterbildungen durch.

- Heilpraktiker Psychotherapie
- Hypnose/Hypnotherapie
- Integrative Psychotherapie
- EMDR
- Schematherapie

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

www.institut-christoph-mahr.de



Ausbildungen mit Zertifikat

taohealth Akademie Berlin
 Kolonnenstr. 29
 10829 Berlin – Schöneberg
 info@taohealth.de
 Tel. +49 (0)30-23927247
 www.taohealth.de

- **Entspannungstherapeut**
 Progressive Muskelentspannung, Achtsamkeitstraining, Autogenes Training, Stressmanagement, Entspannungspädagoge für Kinder
- **Yoga und Gesundheit**
 Yogalehrer, Yogatherapeut, Yoga Nidra, Meditationslehrer, Ernährungsberater, Kursleiterausbildung für Kirtan
- **Massagetherapeut**
 ganzheitl. Wellnessmassage, Hot Stone Lomi Lomi Nui, Fußreflexzonenmassage, indische Warmöl, Kräuterstempel- massage, Schwangerschaftsmassage, Mobile Massage
- **Train-the-Trainer** Ausbildungen u.v.m



Kinesiologieschule.de

Mandiro Ordyniak (HP)

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

- **Vortrag** "Knie- und Hüftprobleme aus kinesiologischer Sicht", Do. 14. Juni, 19-21h, Biochemischer Verein, UCW, Sigmaringenstr.1, 10713 Berlin
- **Erlebnisabend Kinesiologie:**
 Do, 21. Juni von 19-21 Uhr
- **Das Reflex ABC 1:** Sa, 7. - 8. Juli
 Vorauss. Brain Gym 1+2
- **Info/Demo: Neurale Integration/NICE**
 Mo, 6. Aug. 18.30 Uhr
- **Touch for Health Synthese 1 - 4:**
 Sa, 4.-7. + 9.-12. August
 Frühbucher bis 30. Juni



SCHENKEN SIE Kindern dieser Welt Hoffnung!



IBAN: DE63370205000005023307
 BIC: BFSWDE33XXX
 Stichwort: Kinder dieser Welt

www.Spenden-DRK.de/Kinder

TERMINE & EVENTS

Angebote,
Ausbildungen,
Veranstaltungen
und Events
aus dem
breiten Spektrum
des spirituellen Lebens
und alternativer
Methoden
für ein besseres
Wohlbefinden



Babek Bodien - CD Release Party „Spirit of the New Earth“

Mit der Veröffentlichung seines 5. Solo-Albums, lädt der in Berlin ansässige Liedermacher Babek Bodien zum feierlichen Konzert ein.

Die deutsch- und englischsprachigen Songs von Babek Bodien sprechen von Herz zu Herz, mit lichtvollen Lyrics und meditativen Melodien, berührend in ihrer Natürlichkeit, wurzelnd im Wesentlichen. Eingängig und exotisch zugleich verbinden sich Liedermacherpop und Reggae mit Elementen schamanischer und spiritueller Musik verschiedener Traditionen.

Wann: Freitag, 8.6.2016 um 19 Uhr
Eintritt: 15,-/10,- Euro, Kinder frei
Wo: Lernen in Bewegung, Weimarerstr. 29, 10625 Berlin (Charlottenburg)
Mehr Infos unter www.babekbodien.com



The Journey Experience Seminar in Berlin mit Bettina Halifax

Das Buch "The Journey - Ein Highway zur Seele" von Brandon Bays hat mich tief im Herz berührt und so begann 2002 meine Reise zu mir selbst. Bei dem Journey Prozess erhält man im Laufe der Reise Zugang nach innen und zu Erfahrungen, die man noch nicht verarbeitet hat, sprich: die man bis zum heutigen Tag noch in sich trägt und die das Leben negativ beeinträchtigen.

Was meinen seelischen Zustand vollkommen veränderte, war die "wieder gefundene" Verbindung zur Essenz. Durch das Annehmen und Einlassen der in dem Journey Prozess aufkommenden Emotionen, war es zuerst wie etwas loszulassen und dann ein sich öffnen in das was Brandon „die Quelle“ nennt. Es ist eine bewusste Erfahrung der Verbindung mit allem. Die innere Leere, die ich seit meiner Teenager Zeit immer wieder erlebt hatte und die ich vergeblich zu reparieren versucht hatte, war nicht mehr da und ist auch nicht zurückgekehrt.

Für mich ist der Journey Prozess eine im Grunde einfache und natürliche Herangehensweise, um zum einen die Ursachen unserer ‚Baustellen‘ ans Tageslicht zu holen und diese auch wirklich zu verarbeiten. Zum anderen begegnen wir uns dort wieder, an der die Blockade entstanden ist und wir erhalten einen direkten, spürbaren Zugang zu unserer Essenz, der Lebensfreude und dem immensen Potential, welches in uns allen steckt und das zu erfahren und zu leben ist Leben in Fülle und Erfüllung.

Bettina Halifax,
Journey Presenter & Practitioner

Termin und Ort:
Seminar am 28. - 30. September 2018
in der Jugendherberge Berlin Ostkreuz

Info und Kontakt:
www.reset-neustart.de
Germany@thejourney.com
030-48491638



37. Spirituelle Singnacht

Zum 37. Mal findet die Berliner "Nacht der Spirituellen Lieder" in der weltoffenen Martin-Luther-Kirche in Berlin-Neukölln statt. Diesmal mit der bekannten Liedermacherin Iria aus dem Allgäu. Sie vermittelt in ihren Songs Lebensfreude, Optimismus und Selbstvertrauen. Daneben leiten Ali Schmidt (Gitarre) und Michaela Hustedt (Traversflöte) mit ihrem "MantraChor Berlin" Mantras, Sufi Songs, Gospels und andere Lieder zum Mitsingen an.

Der Eintritt ist frei, die Musiker verzichten auf Gage. Das Spendenaufkommen des Abends geht an den Integrations-Kinderchor der Martin-Luther-Gemeinde, für die Chorleitung und für Musikinstrumente.

Freitag, **8. Juni 2018**, 19:30 - 23 Uhr in der Martin-Luther-Kirche Berlin-Neukölln, Fuldastraße 50, Info auf www.eli-berlin.de



Medialer Workshop mit Eva Ullrich

Das spirituelle und mediale Medium Eva Ullrich wird am 30. Juni und 1. Juli 2018 in Berlin einen medialen Workshop durchführen.

Lernen Sie selbst, mit der Jenseitigen Welt den Kontakt aufzunehmen. Lernen Sie, die Energien zu spüren und im täglichen Leben zu nutzen. Sollten Sie Ihre Medialität auf ein höheres Level bringen wollen, dann werden Sie lernen, eine stärkere Verbindung zur Geistigen Welt herzustellen, Ihre Informationen zu strukturieren und auch vor Publikum Nachrichten aus der Geistigen Welt zu überbringen. So werden Sie Ihr Vertrauen in Ihre medialen Fähigkeiten erhöhen.

Infos und Anmeldung:
0172-1660437
seelenheilung@email.de
www.seelenheilung-ullrich.de



Weg der Mitte - BenefitMassage-Schule®

BenefitMassage® - achtsame und einfühlsame Berührung, Präsenz, Präzision und Klarheit in der Anwendung

Ausbildung in Klassischer Massage
Ideal zur Anwendung in der Massage-/Körpertherapie und im Wellness-Bereich.
An 3 Wochenenden, umfassend in Theorie und Praxis, ganzheitlich und individuell

Klassische Massage, Teil 1 - 3
19. - 21.10.18, 16. - 18.11.18,
07. - 09.12.18

Infoabend zur Ausbildung:

15.6.2018 um 18.30 Uhr (ca. 1 Std., um Anmeldung wird gebeten)

Die Klassische Massage ist die Form der Massage, die auch im medizinischen Bereich angewendet wird.

Inhalte:

- Wirksame Massageabläufe für Rücken, Schultern, Beine, Füße, Arme und Hände
- Lebendige Anatomie
- Wirkungen, Indikationen und Kontraindikationen
- Lagerungstechniken
- Wahrnehmungsschulung
- Grundlagen zur professionellen Durchführung der Massage

Bildungsprämie möglich! (Zuschuss bis zu € 500,-)

Außerdem bieten wir:

Ausbildung in Ganzheitlicher Massage mit Zertifikat - Module: Ayurvedische Massage, Intuitive Massage, Fußreflexzonentherapie, Tiefe Bindegewebsmassage / Faszienbehandlung, Behandlung der Gelenke - diese können auch einzeln belegt werden.

Fachfortbildungen zu verschiedenen Massageformen

Auf Anfrage senden wir Ihnen gerne unsere BenefitMassage®- und Craniosacral-Therapie-Broschüre zu. Das aktuelle Gesamtprogramm finden Sie unter wegdermitte.de/programm

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



Heilpraktiker-Erlaubnis Psychotherapie

Neue Vorbereitungskurse im Frühjahr und Herbst

Sie erhalten in meinen halbjährlichen Kursen eine bewährte & erfolgreiche Vorbereitung auf die Prüfung zum Heilpraktiker für Psychotherapie. Sie profitieren von einer persönlichen Lernatmosphäre in kleinen Gruppen mit viel Praxisinhalt und Krankheitsbildern „zum Anfassen“, viel Erfahrung, einem umfangreichem Skript sowie zahlreichen Übungen und Prüfungssimulationen.

Infotermine:

Di, 19.6., 10 Uhr + Mo, 25.6., 18 Uhr

Kosten Ausbildung: 995 EUR für 17 Termine à 4 Stunden

Ort/Info/Anmeldung:

Heilendes Coaching Dr. Annegret Haupt
Mehringdamm 43, 10961 Berlin
Tel. 030-91444325
www.annegret-haupt.de



ROLFING®

Sommeraktion: 50% Rabatt auf Ihre erste Rolfing-Sitzung im Juni

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

Termin vereinbaren:

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



foodwatch 🍎
die essensretter

Damit drin ist, was draufsteht!

Jetzt foodwatch fördern!

www.foodwatch.de/mitglied-werden



Tai Chi und Meditation Yang-Stil-Wochenende mit Chung Ying Yang

Die Yang-Form ist der weltweit bekannteste, beliebteste und am meisten praktizierte Tai-Chi-Stil: Die typischerweise langsame und fließende Bewegungsfolge hilft den Übenden, sich zu entspannen und den Energiefluss in ihrem Körper zu spüren. Die Lebenskraftenergie Chi wird angeregt, Blockaden können sich lösen. Diese positiven Wirkungen stärken bei regelmäßiger Praxis die körperliche Gesundheit, inneren Frieden und Ausgelassenheit.

Tai Chi verbessert das Gleichgewichtsgefühl, die Fitness und Flexibilität und verringert bei älteren Menschen das Sturzrisiko. Es wirkt sich positiv auf Schmerzen und auf die mit Depression einhergehenden Symptome aus.

Chung Ying Yang wird die Kurzform und Stehmeditation lehren. Das Seminar ist für Anfänger*innen und Geübte und für Menschen jeden Alters geeignet und findet in den schönen Räumen des buddhistischen Zentrums Dharma Mati statt.

Seminar:

30.6. + 1.7.2018, 10-17 Uhr

Kosten:

180 EUR/erm. 120 EUR
inkl. veg. Mittagessen

Ort:

Dharma Mati - Buddhistisches Zentrum,
Soorstr. 85, 14050 Berlin, S Westend

Info, Anmeldung:

030-232 55 010
event@rigpa.de,
www.rigpa.de



Ausbildung zum/zur Ganzheitlichen Ernährungs- berater/in

Ausbildungsbeginn am 9. Juni 2018

Gehörst Du zu der wachsenden Anzahl von Menschen, die sich und ihre Familie "gesund" ernähren möchten? Beschäftigt Du Dich schon länger mit dem Thema Ernährung und möchtest das auf ein professionelles Fundament stellen? Dann könnte Dir die zertifizierte Ausbildung zum "Ganzheitlichen Ernährungsberater" neue Räume öffnen:

Medizinische Grundlagen, Ernährungsprotokolle, alternative Ernährungsformen wie Vollwertkost etc., Säure-Basen-Diät, Heilfasten, Sport und Meditation sowie psychische Aspekte finden in dem ganzheitlichen Arche-Medica-Ansatz zusammen. Praktische Übungen und eine klientengeführte Projektarbeit gewährleisten die professionelle Umsetzung für die Praxis.

Deine Ausbildung wird von sechs Dozenten aus den verschiedenen Fachrichtungen begleitet. Die Arche Medica hat seit 1987 über tausend Absolventen ausgebildet und ist heute mit Bestnoten im Netz genau die richtige Schule für Dich.

Kursstart: 09.06.2018,

Kursdauer: 12 Monate

Zeiten: Sa/So 9.30 bis 13.30 Uhr

Kosten:

12 Monate x EUR 190,- (EUR 2.280)
oder einmalig EUR 2.190
zuzüglich 180,- EUR Anmeldegebühr

Info, Anmeldung:

Arche Medica, Akademie für Heilpraktiker,
Handjerystr. 22, 12159 Berlin-Friedenau,
Tel.: 030-8516838,
www.archemedia.de/geb



Kräuterkunde-Workshop

Kräuter sind attraktiv und nützlich und Kräutergärten finden überall ihren Platz. Egal ob im Gemüsebeet, in der Staudenrabatte, in der Kräuterspirale, auf dem Balkon oder der Terrasse, - Kräuter wachsen überall, wichtig ist nur gewusst wie. Thema dieses Nachmittags ist die Vielfalt der Kräuter. Wir sehen Kräuter wachsen, erfreuen uns an ihrer Schönheit und lernen vieles über die Verwendung von Heil und Gewürzpflanzen. Schwerpunkt wird die Pflege der Kräuter sein und wir wollen auch etwas ernten und nach Hause mitnehmen. Burkhard Bohne ist technischer Leiter des Arzneimittelgartens der TU Braunschweig, erfolgreicher Kräuterbuchautor und einer der bekanntesten Kräuter-Workshop-Leiter. Organic Village ist eine gemeinnützige Initiative, die gemeinsam mit den Prinzessinnengärten Kreuzberg den Begegnungs- und Gemeinschaftsgarten auf dem Potsdamer Organic Village Projekt-hof angelegt hat.

Kräuterkunde-Workshop,
"Die Vielfalt unserer Kräuter"
mit Burkhard Bohne

Termin: 25.06.2018 von 16-19 Uhr

Ort: Organic Village Projekthof,
Horstweg 105, 14478 Potsdam

Teilnahmegebühr:

39 Euro
(Teilnehmerzahl begrenzt, bitte vorher anmelden)

Anmeldung/ Info/ Treffpunkt:

info@organic-village.de
0331 - 243 666 50,
www.organic-village.de



Möchten auch Sie Ihre
Veranstaltungen oder Ihre
Arbeit bewerben?

Rufen Sie an unter
030-61201600
oder senden Sie ein Mail an
mail@kgsberlin.de

Das KGS Berlin Team
berät Sie gern.

Fragen Sie auch
nach unseren
Einstiegsangeboten
und
Sonderkonditionen.



Die Geistige Aufrichtung® mit der Heilung des Augenblicks mit Pjotr Elkunoviz, dem Initiator dieser einmaligen wunderwirkenden Heilweise

Jede Seele ist von den Ereignissen, Empfindungen, Gedanken, Worten, Werken, Wünschen, Leidenschaften und Sehnsüchten der Vergangenheit geprägt. So wie die Prägung der Seele ist, so ist auch der Mensch in seiner Lebens-Matrix, seinem Geiste, seinem Körper und seinem Charakter. Das, was jeder Mensch in seinem Erdenleben bereinigen sollte, prägt schon vor der Geburt seinen Körper. Demzufolge zeigt sich eine angeborene Schiefe des Körpers. Die Beseitigung dieser Verschiebung ist der richtige Weg, dem ganzen Körper, der Seele und dem Geist die Heilung zuzuführen.

Die Geistige Aufrichtung® mit der Heilung des Augenblicks löst karmische Urblockaden, die in der vorgeburtlichen Zeit im Zellbewusstsein gespeichert sind und stellt die Göttliche Ordnung auf allen Ebenen des Seins wieder her. Durch den Heilimpuls der Geistigen Aufrichtung® richtet sich der Körper auf natürliche Weise - in einem Augenblick und ohne Berührung - neu aus. Die Göttliche Ordnung ist hergestellt. Spannungen, Schmerzen lösen sich auf, Selbstheilungskräfte werden aktiviert und eigene Potentiale werden im Menschen freigesetzt. Die Geistige Aufrichtung ist einmalig und dauerhaft! Es ist an der Zeit, dass jeder seine Geistige Aufrichtung erfährt, um frei zu sein von den Lasten seiner Vergangenheit, die in den Augenblicken der Seele, – Momenten des Lebens gespeichert sind.

Lasst Euch aufrichten, um ein gesundes und glückliches Leben führen zu können. Eure Zukunft beginnt in einem Augenblick! Jetzt! Wir helfen Euch dabei!

Termine können per e-mail oder telefonisch vereinbart werden.

Wir freuen uns auf Dich!

Einweihungsschule: Die Geistige Aufrichtung® mit der Heilung des Augenblicks und die Kunst der 3-Heilung® mit den Heilern Charlene & Pjotr Elkunoviz

Mit Liebe und Hingabe geben Charlene & Pjotr Elkunoviz in ihrem Heilzentrum und ihrer Einweihungsschule in Berlin ihr Geistiges Wissen weiter und lehren die Kunst des Geistigen Heilens. Auch im Ausland wird ihre besondere Art des Heilens begeistert aufgenommen.

- Die Geistige Aufrichtung® mit der Heilung des Augenblicks, sowie die Kunst der 3-Heilung® stellt die Göttliche Ordnung auf allen Ebenen des Seins her, löst energetische Urblockaden und setzt eigene Potentiale im Menschen frei.
- Die Geistesheilerausbildung ist an alle gerichtet, die schon in helfenden Berufen tätig sind und an all diejenigen, die durch Selbstheilung für die Welt heilbringend wirken möchten. Die Seminare sind in mehreren Modulen aufgebaut, so dass jeder nach seinen Bedürfnissen die Kurse belegen kann, um sich selbst und seinen Mitmenschen zu helfen. Durch die Arbeit mit Schöpferkraft, Bewusstsein und Energie wirst Du Deine eigene Entwicklung fördern. Entwicklung, dieses Wort drückt alles aus. Es muss ausgepackt werden, was Du an Dir im Laufe Deines Lebens alles umgewickelt hast. Lerne das Heilen! Dein Leben wird sich dadurch spürbar verändern. Friede und Liebe werden in Dein Herz einziehen. Dann bist Du angekommen! Dann bist Du frei!

An zwei Terminen kannst Du mit Deiner Geistesheilerausbildung starten:

15. - 17. Juni 2018
23. - 25. November 2018

Teilnehmerplätze können per e-mail oder telefonisch vereinbart werden.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Du durch unsere Heilerausbildung Deinen Seelenplan verwirklichen kannst!

Charlene & Pjotr Elkunoviz
Charlottenstraße 35/36
10117 Berlin Mitte

030 - 120 244 78
info@elkunoviz.org
www.elkunoviz.org

werktags

15:00-18:00h Berliner Kornkreise - Dokumentation mit Fotos und Aquariellen. Ort: Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, 10965 Berlin



Christian Meyer

- lebendig werden
- authentisch sein
- aufwachen

Abende im Zentrum
jeweils am Montag und Donnerstag
"Gespräche der Stille" mit Christian
Mo 4.6. | Do 7.6. | Mo 11.6. | Mo 25.6. | Do 28.6.
Übungsabende mit Mentoren
Do 14.6. | Do 21.6.
www.zeitundraum.org/zentrum

JETZT onlineKurs
in wahren Loslassen
www.ein-kurs-in-wahrem-loslassen.de

Familienstellen aus der Stille
Deinen Platz im Leben finden
Fr 1.-So 3. Juni Berlin



Christian Meyer
Elke Caren Raukuttis &
Christian Adolphy

Ort: Zentrum zeit-und-raum
Grunewaldstr 18, 10823 Berlin
www.Karen-Horney-Institut.de



**BACH-BLÜTEN
POTSDAM**

Bach-Blüten-Seminare
Lernen beim Original!

Nächstes Grundlagenseminar:
9. / 10.6. in Potsdam
www.bachblueten-potsdam.de
Christine Goerlich, Heilpraktikerin

4.6. Montag ☞

18:30-19:30h Meditieren lernen, 12 €, Schamanischer Heilraum, Remise Reinickendorf, 0170/2159159, www.schamanischeHeilarbeit.de

5.6. Dienstag ☞

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

7.6. Donnerstag ☞

19:30h Innere Freiheit - raus aus dem Hamsterrad! Erfahrungs-Abend mit Frank Fiess und Team; Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34; 25298700, www.frankfiess.de

8.6. Freitag ☞

18:00-21:00h Geburtsvorbereitungskurs für werdende Eltern. Mit Bewährte Atem- und Körperwahrnehmungsübungen. Fr. 18-21, Sa./So. 10.30-15 Uhr. Tel: 8131040, wegdermitte.de

9.6. Samstag ☞

bis 10.6.2018, Röntgenblick Level I-III & Neue Zahlencodes, 11-18h, www.modernegesundheit.com, Tel. ab 14h: 02832-9899017

10:00-18:00h Familienaufstellungen: „Bewegungen der Seele“. Dipl.-Psych. Chr. Droß. Ort: Zenit, Pariser Str. 7. seelenbewegung.de

11:00-17:00h Röntgenblick Level I & Neue Zahlencodes, www.modernegesundheit.com - Tel. ab 14h: 02832-9899017

14.6. Donnerstag ☞

19:00-21:30h Familienaufstellungen: „Bewegungen der Seele“. Dipl.-Psych. Chr. Droß. Ort: Zenit, Pariser Str. 7. seelenbewegung.de

Röntgenblick-Methode
Berlin
9.-10. Juni 2018

Hamburg
16.-17. Juni 2018

Frankfurt
19.-21. Oktober 2018

www.modernegesundheit.com

15.6. Freitag ☞

18:30h Infoabend: Yoga-Lehrerausbildung - berufs begleitendes Yoga-Studium am Europäischen College für Yoga und Therapie. Alternativtermin: 29.5., Tel: 8131040, www.berlin.yoga

16.6. Samstag ☞

10:00-15:00h BenefitYoga® - Schultern und Nacken befreien - Lebendige Anatomie in der Asanapraxis. Sa./So. 10 - 15 Uhr, Tel: 030-8131040, www.berlin.yoga

19.6. Dienstag ☞

19:00h Gibt es eine höhere Bestimmung in unserem Leben? Philosophischer Vortrag mit Shri Sarvabhavana. Café Tietz, Potsdamer Str. 77, Eintritt frei. www.vedic-guide.de

23.6. Samstag ☞

9:30-17:00h Widerstandskraft & Verletzlichkeit in Balance - *23./24. Juni* Wochenendworkshop auf Spendenbasis - www.touchspeakmove.com

10:00-18:00h Shiatsu: The Art of Touching. Trad. jap. Massage. Basiskurs. ab 23.6., Berliner Schule für Zen Shiatsu. Tel. 030-32662832

14:00-18:00h Jahreskreisritual Sommersonnenwende, 35 €, Remise Reinickendorf, 0170/2159159, www.schamanischeHeilarbeit.de

24.6. Sonntag ☞

10:00-13:00h BenefitYoga® - Lernen Sie Tiefenentspannung. Die besondere Qualität der entspannten Konzentration. Tel: 813 10 40, wegdermitte.de

29.6. Freitag ☞

18:30-20:00h In die eigene Sommer-Kraft kommen. Infoabend zum Modell des Lebenskompasses, mehr Infos auf www.knoten-coaching.de

30.6. Samstag ☞

10:00-18:30h Tiefe Bindegewebsmassage / Fasziabehandlung: Becken & Hüfte: Fachfortbildung im Rahmen der BenefitMassage-Schule® im Weg der Mitte, Tel: 030-8131040, wegdermitte.de

6.7. Freitag ☞

10:00h Medizinrad in der Inka-Tradition. Diese jahrtausendealte Medizin ist ein Anker und zugleich ein Katalysator zur Veränderung. 4 Module: 1. Modul, „Schlange“ vom 6.-8. Juli im Sonnenhaus Berlin, mirunagy@hotmail.com; 01577-1912761, www.thearttobridge.com

Ausbildung

Weg der Mitte Gesundheits- und Ausbildungszentrum, BenefitYoga®/Europäisches College für Yoga und Therapie ECYT, BenefitMassage®-Schule, Schule für Craniosacral-Therapie, Kurse, Seminare, Ausbildungen, Tel: 030-8131040, www.wegdermitte.de

Werden Sie Meditationslehrer, Achtsamkeitstrainer, Coach für Entspannung & Mentaltraining, www.fitmediakademie.de

Betreuung biete

Wir pflegen Ihre Lieben zu Hause in Achtsamkeit und Würde. Berlin-weit arbeiten wir in kleinen Stadtteil-bezogenen Teams. Schauen Sie bitte hier: www.care4me.berlin oder rufen uns an: 030-55224119 Auch wenn Sie gerne mitarbeiten wollen.

Bodywork

Touch and Grow - Achtsame, empathische Berührungen und verbale Instruktionen verbinden Dich mit deinem Potential im Körper. www.bodyattention.com

Energetische Psychologie

Ganzheitliches Abnehmen! Wenn der Geist versteht, warum die Seele das Gewicht braucht, kann der Körper loslassen. Naturheilpraxis Scivias, Tel.: 0172-236 35 14

Hilfe bei psychosomatischen Erkrankungen, körperlichen Beschwerden, seelischen Belastungen mit Systemischer Integrations-Arbeit und Energiearbeit. Naturheilpraxis Scivias Tel.: 0172-2363514

(Familien-)Aufstellungen

Familien- und Systemaufstellungen: „Bewegungen der Seele“ in Gruppen und in Einzelarbeit. Dipl.-Psych. Christoph Droß, Tel. 030-4978 7672, www.seelen-bewegung.de, Aufstellungsabende: 14.6., 12.7., 16.08., 19 Uhr + Aufstellungstage: 9.6., 1.9., 10-18 Uhr.

Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten: Di. 5.6., 3.7., 20 Uhr, Seminar 15. - 17.6. und 31.8. - 2.9. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 69 81 80 71, www.ifosys.de

Familien- und Systemaufstellungen seit 1995, Ltg. Harald Homberger, Berlin/Göttingen u. a. Weiterbildungen, Info: 0551-20192780, www.familienstellen-berlin.de

Gesundheitsberatung

Gesundheit & Seelenpflege Doreen Kutschke, www.Gesundheitsberatung-im-Spreewald.de, 035603.781314, Gesichtsanalyse, Heilsteinberatung, Kartenlegen

Hochsensibilität

Hochsensibel - und nun? Hochbegabt - was tun? Beratung u. Coaching für Betroffene und Eltern. Kontakt: 0173-6270020 oder info@sensibel-beraten.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

Beratung! Ich lege Ihnen persönlich die Karten. Angela, Steglitz, Tel.: 030-61303684, 0173-7683018

Mediales Kartenlegen seit 30 Jahren. Durch meine Gabe zu sehen, helfe ich Dir gerne. Weiteres unter 017672546012 Danishanti

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. 030-7911641, www.kinschu.de

Klangtherapie

Coresonance - Spirituelle Klangarbeit, Aktivierungen, Energiearbeit, system. Coaching und Lebensberatung in Berlin-Friedrichshain, www.coresonance.de, elias@coresonance.de

Partnervermittlung

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

Psychotherapie

HPP Dominik Hof Berlin - Psychotherapie & Psychosomatik - Emotionale Aufarbeitung + Hilfe. Hermannstr. 48, Berlin. T: 030-20275062, hpp-dominikhof-berlin.de, dominik.hof@gmx.de

Räume/Häuser biete

ab 5 €/h; o. Tage/WE; schöne, helle Therapie-Räume in 10777 Schönebg; 48+18qm, U4-Bhf-nah; Küche/Dusche/Schlafpl.; www.CAREandSHARE.de; 03328-309181

Angenehmes Praxisappartement für kleine Gruppen oder Einzelarbeit (50 qm) tage- oder stundenweise in Zehlendorf zu vermieten. Tel. 0172-3003163, Infos auf www.licht-sein-berlin.de

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



Nachfolger/in gesucht

Der Dharma Buchladen mit seinem breiten Angebot an Literatur zu Spiritualität und persönlichem Wachstum hat sich in den letzten 36 Jahren zu einer gern aufgesuchten Institution entwickelt.

Wir finden, dass unser Laden erhaltenswert ist und suchen deshalb einen Nachfolger, der den Laden übernimmt und ab Januar 2019 weiter führt.

Bei Interessen bitten wir um Kontaktaufnahme unter (030) 784 50 80 oder per E-Mail: info@dharma-buchladen.de

Räume/Häuser biete

Der Lotus Saal in Prenzlauer Berg (S Greifswalderstr.), ca. 75qm, kann für Yoga-Events, Seminare und regelmäßige Kurse genutzt werden. www.lotussaal.de, 030-43734746, info@lotussaal.de

Friedenau: schöner großer Praxisraum mit Garten in einer therapeutischen Praxismgemeinschaft tageweise zu vermieten. Tel: 0173-9053043, Verena Richter oder V.Richter@beckbo.de

Helle ruhige Gruppenräume, Yoga, bodywork, 52 + 120 qm, zentral, Dachetage, T: 030-32662832, www.zen-shiatsu-schule.de

Schöner Raum, hell, ruhig, Gruppen u. Therapie, Wilmersdorf Erdgeschoss Gartenblick, stunden-, tageweise, T. 030-8259260

Reiki

Usui-Reiki II, Chakrenausgleich, Mentalheilung, Ganzkörperbehandlung, 0176-47360956, Mitglied im Berufsverband ProReiki

Reisen

Natur-Retreat in Irland. Einkehr in der Stille Südwest-Irlands hoch über dem Atlantik. Einfach leben ohne Uhr, Telefon, Internet und Strom im Cottage in den Bergen. Achtsam wandern im Gebirge & am Meer, sich in faszinierender Natur erden und neu erleben. Am Kaminfeuer über wichtige Fragen des Lebens sprechen. Kleine Gruppe. Je eine Woche im Mai, Juli und August 2018. www.irland-natur.de Tel. 089-89623290, retreat@irland-natur.de

Spirituelle Reise zu den Pyramiden in Bosnien zum intensiven Erforschen der wundervollen Energien. Mehrere Termine. Maria Leonie Dunkel, Heilpraktikerin + Geomantin, 05103-927392, www.Pyramiden-in-Bosnien.de



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

Reisen & Seminare

Massage lernen auf der schönen Insel Korfu mit Zertifikat „Wellnessmasseur/in“. 1.-8. September 2018. Yoga auf der Dachterasse mit Meerblick. Infos: www.massageausbildung-in-berlin.de, Tel: 030-61203396

Seminare

Für Frauen: 2-Jahres-Training Chan Mi QiGong, Kreistänze, Sommerzeit: Zeit für mich, Kreativität mit Klang *Kunst* Entspannung, Body Percussion und Gesang, Entdeckungsreise Stimme. www.altenbuecken.de. 04251-7899

Schwitzhütte

Inipi-Sweatlodge, Reinigung für Körper, Geist und Seele. Wenn wir das Wasser auf die heißen Steine gießen, atmen wir den Dampf ein, der so alt ist wie die Welt. Nähe Potsdam/Beelitz. Info: Ingo 0163-6080808, www.earthfaces.de

Shiatsu

Berliner Schule für Zen Shiatsu, Aus- und Weiterbildung seit 1997, GSD-anerkannt. www.zen-shiatsu-schule.de, T.: 32662832

Spiritualität

Lesung in Allem was ist. Lesung & Mediale Beratung direkt am Telefon www.my-seelenbalance.de, Tel. 0179-2405519

Tai Chi

TaiChi/QiGong in Kreuzberg-Mitte + Gindler/Gora-Atemarbeit seit 1981. Achtsamkeit, sinnliche Anatomie, Kasenzusch. G.M. Frauen: 030-3121239, moveri-berlin.de

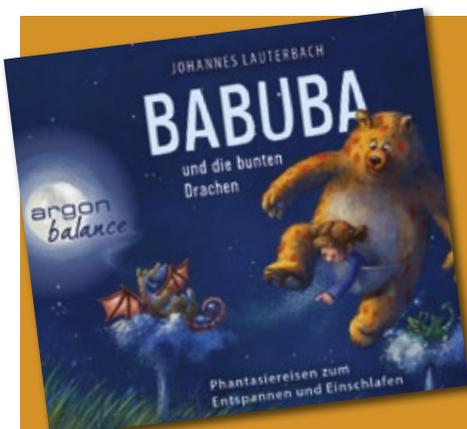
Workshops

Familienaufstellung u. Traumatherapie- Viele was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten: Di. 5.6., 3.7., 20 Uhr, Seminar 15. - 17.6. und 31.8. - 2.9. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 69 81 80 71, www.ifosys.de

Zentren/Begegnung

Du wirst es lieben: Erlerne die Kunst lustvoller und sinnlicher Berührung, herrlich entspannt über den Dächern Dresdens, www.sinnesart-seminarzentrum.de

Ströme-Institut e.V., KörperPsychoTherapie, Hermannstr. 48, 2. Hof, DG, 12049 Berlin, T. 030-6224224, www.stroeme.de



BABUBA und die bunten Drachen

Phantasiereisen zum Entspannen und Einschlafen von Johannes Lauterbach

Entspannung kinderleicht: Auf den Phantasiereisen mit Babuba können Kinder von 2 bis 7 Jahren zu tiefer körperlicher und seelischer Entspannung gelangen. In jedem Abenteuer befindet sich eine kurze Meditationsübung, die Ihnen eine gute Möglichkeit gibt, Ihr Kind spielerisch an Entspannungstechniken heranzuführen um seelischen Stress zu reduzieren.

KGS verlost 5 Exemplare auf www.kgsberlin.de Eingabeschluss: 25. Juni 2018

Kinderphilosophie

Kinder besitzen eine außergewöhnliche Fähigkeit, die Welt zu hinterfragen, Dinge wissen zu wollen, sich zu begeistern, zu reflektieren, ihre Überzeugungen miteinander zu vergleichen - kurzum: zu philosophieren. Dieses Buch berichtet von dem faszinierenden Abenteuer, das Frédéric Lenoir in Philosophiekursen mit Hunderten von Grundschulern in der gesamten französischsprachigen Welt erlebt hat: Statt vorgefertigte Konzepte zu akzeptieren, konnten die Kinder lernen, unter Einhaltung bestimmter Regeln zu debattieren und einen kritischen Geist zu entfalten. Sie



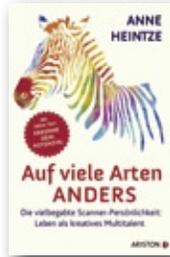
konnten lernen, sich ein eigenes Urteil zu bilden und eine persönliche Haltung zu entwickeln - in der viel ursprüngliche Weisheit steckt, wie dieses Buch eindrücklich zeigt.

Frédéric Lenoir: Wie Kinder denken. Tropen Verlag, Stuttgart, 2018, 232 Seiten, 18 Euro

Leben als kreatives Multitalent

Sie entscheiden sich nicht für eine oder wenige Sachen im Leben, sondern für vieles und das sofort und gleichzeitig; sie sprudeln über vor Ideen und haben eine unbändige Neugier auf viele Themen, sie lassen sich immer wieder von neuen Aktivitäten anregen und können sich für alles Mögliche begeistern: Kreative, vielbegabte Multitalente verfügen über außergewöhnliche Fähigkeiten. Dennoch wissen sie aufgrund ihres an Ideen, Eindrücken, Interessen und Möglichkeiten überquellenden Bewusstseins oft nicht mehr, wann, wo und wie sie diese realisieren sollen. Oder noch schlimmer: Sie leiden darunter. Warum? Die heutige

Gesellschaft lebt von Spezialisierung, Expertentum und Zielorientierung. Dabei haben Multitalente, auch Scanner-Persönlichkeiten genannt, so viel zu



bieten - wenn man sie lässt und wenn man zulässt, dass sie andere mit ihrer Begeisterung anstecken.

Anne Heintze: Auf viele Arten anders. Die vielbegabte Scanner-Persönlichkeit: Leben als kreatives Multitalent. Ariston Verlag, München, 2016, 272 Seiten, 16,99 Euro

Wie wir Kindern Spiritualität nahebringen

Neale Donald Walsch zeigt, wie wir unsere Kinder an das heranführen, was sie für ein glückliches, erfülltes Leben brauchen: die Gewissheit von Geborgenheit, Sinn, Verbundenheit, Sicherheit und Gemeinschaft. Oder wie er es ausdrückt: Sie brauchen



Gott. In diesem Buch gibt er allen Eltern ausführliche Anleitungen, wie sie ihren Kindern ein spirituelles Verständnis nahebringen können. Zu jeder Botschaft stellt Walsch eine Fülle von Ideen und konkreten Anleitungen für Spiele und Gespräche vor.

Neale Donald Walsch: Wenn dein Kind über Gott sprechen will. Wie wir Kindern Spiritualität nahebringen. Trinity Verlag, München, 2018, 432 Seiten, 20 Euro

Jeder ist beziehungsfähig

Sehr lebensnah und mit vielen praktischen Übungen erklärt Stefanie Stahl, wie wir unsere Bindungsfähigkeit und die autonomen Fähigkeiten verbessern und damit einhergehend auch unseren Selbstwert stabilisieren können. Am Modell des inneren Kindes zeigt sie, wie wir persönlichen Prägungen, Glaubenssätzen und Gefühlen auf die Spur kommen, die



aus Schutzstrategien der Kindheit resultieren und unser Beziehungsprogramm noch heute formen. Und im zweiten Schritt, wie wir dies ändern können. Ziel und Wunschzustand ist dabei eine Partnerschaft, in der sich zwei Menschen auf Augenhöhe begegnen und sich gleichwertig fühlen.

Stefanie Stahl: Jeder ist beziehungsfähig. Der goldene Weg zwischen Freiheit und Nähe. Kailash Verlag, München, 2017, 320 Seiten, 14,99 Euro

Das innere Kind erlösen

Abhängigkeiten und Depressionen, Phobien und Traumata, Allergien und Asthma - diese und viele andere körperliche wie seelische Erkrankungen können ihre Ursache in einem verletzten inneren Kind haben. In diesem Teil des Selbst werden traumatische Erfahrungen, ungelöste Konflikte und negative Glaubenssätze energetisch „eingefroren“ und beeinflussen unser Gefühlsleben, ohne dass es uns bewusst ist, Matrix Reimprinting beruht auf der Arbeit führender Wissenschaftler in den Disziplinen Quantenphysik, Epigenetik, Traumatheorie und Alternativ-

medizin. Anders als die klassischen Methoden der Gesprächstherapie, die meist langwierig sind, gelingt



dieser Prozess in erstaunlich kurzer Zeit. Mithilfe der ausführlichen Anleitungen von Karl Dawson und Sasha Allenby ist es jedem möglich, diese hochwirksamen Techniken an sich selbst anzuwenden.

Karl Dawson/Sasha Allenby: Das innere Kind erlösen. Mit Matrix Reimprinting Traumata heilen. Trinity Verlag, München, 2011, überarbeitete Neuauflage 2018, 352 Seiten, 20 Euro

Wecke deine künstlerische Begabung

Sie sind von Geburt aus kreativ, so wie jeder Mensch. Dieses Buch hilft Ihnen bei Ihren künstlerischen Bestrebungen. Doreen Virtue zeigt Ihnen, wie sie auf mehr als zwölf verschiedene Weisen den nötigen Mut gewinnen können, um kreativ zu sein. Sie verrät das Geheimnis



hinter ihrem überaus produktiven kreativen Schaffen sowie Details über ihren Schreibprozess und gibt faszinierenden Einblick, was es wirklich bedeutet, selbstständig als Künstler tätig zu sein. Jedes Kapitel bietet

Innen nützliche Tipps, wie Sie Ihr natürliches Talent fördern können. Anhand konkreter Ratschläge, wissenschaftlicher Forschungsergebnisse über Kreativität und zahlreicher Fallbeispiele beschreibt „Mut zur Kreativität“ sowohl den göttlichen Weg, ein kreatives Werk auf die Welt zu bringen, als auch den weltlichen Weg, Ihre Karriere als Künstler zu fördern - inklusive den nötigen Informationen, um sich im Gewirr der Agenturen, Verlage, Marketingmittel und vielem mehr zurechtzufinden.

Doreen Virtue: Mut zur Kreativität. Wecke deine künstlerische Begabung und lebe deine Berufung. Irisiana Verlag, 2017, 258 Seiten, 19,99 Euro

Wärme im Leben

„Wir können das Leben aus uns selbst heraus leben, statt uns ständig auf unsere Eltern zu beziehen, die sich einfach nicht ändern wollen. Wenn



wir erst einmal begriffen haben, dass diese Unfähigkeit allein in ihrer emotionalen Unreife wurzelt, können wir unsere Einsamkeit hinter uns lassen. Wir begreifen, dass der Grund für die Vernachlässigung nicht in uns selbst liegt, sondern ausschließlich bei ihnen. Wenn wir erkennen, warum unsere Eltern nicht anders sein konnten oder können, sind wir in der Lage, uns von unserer Enttäuschung freizumachen. Und wir zweifeln nicht mehr daran, dass wir liebenswert sind.“

Lindsay C. Gibson: Kalte Kindheit. Wie wir trotz unemotionaler Eltern Wärme im Leben finden. Kailash Verlag, München, 2018, 290 Seiten, 21 Euro

Ich denke zu viel

Etwa 30 Prozent aller Menschen haben eine dominante rechte Gehirnhälfte. Das bedeutet: Ihr Geist steht niemals still, sondern arbeitet ständig auf Hochtouren. Die Bestsellerautorin Christel Petitcollin weist nach, dass diese Menschen überdurchschnittlich viel wahrnehmen und daher einer ständigenüberbordenden Informations- und Gedankenflut ausgesetzt sind. Häufig fällt es ihnen deshalb schwer, den Anforderungen des täglichen Lebens gerecht zu



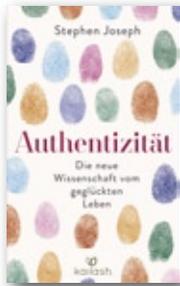
werden - sie fühlen sich unfähig, leistungsschwach und leiden unter Depressionen und Ängsten. Doch es gibt gute Nachrichten. Neben ihrer reichen Wahrnehmungsfähigkeit haben sie oftmals ein komplexes Gefühlserleben, sind intuitiv, empathisch und kreativ. Um diese Talente auch wirklich erschließen und nutzen zu können, hat Petitcollin ein leicht umsetzbares Programm entwickelt. Es zeigt unter anderem, wie man erfolgreich die Gedankenflut kanalisiert, die Gehirnfunktion optimiert, die Selbstachtung zurückgewinnt und zwischenmenschliche Beziehungen in den Griff bekommt. So wird aus einer vermeintlichen Schwäche eine besondere Stärke.

Christel Petitcollin: Ich denke zu viel. Wie wir das Chaos im Kopf bändigen können. Arkana Verlag, München, 2017, 256 Seiten, 16 Euro

Authentisch sein

Wer authentisch lebt, lebt glücklich. Denn nur wer sich selbst kennt und seinen individuellen Fingerabdruck in der Welt hinterlässt, kann Sinn

und Zufriedenheit erfahren. Wie aber können wir lernen, unseren ureigensten Weg zu finden? Stephen Joseph, einer der führenden Vertreter der Positiven Psychologie, hat viele



Jahre über Authentizität geforscht. Seine Erkenntnisse, kombiniert mit Fallstudien und philosophischer Weisheit, bilden die Grundlage für sein Drei-Schritte-Übungsprogramm: Sich selbst und seine Bedürfnisse wirklich kennen, Selbstverantwortung übernehmen, sich selbst treu bleiben - das ist die Authentizitätsformel für ein gelingendes Leben.

Stephen Joseph: Authentizität. Die neue Wissenschaft vom gegliückten Leben. Kailash Verlag, München, 2017, 322 Seiten, 20 Euro

Kinder zeitgemäß erziehen

Dass Eltern ihre Kinder heute nicht mehr mit Hilfe von Methoden aus der Vergangenheit erziehen können, ist den meisten von ihnen bewusst. Ihre Frage lautet vielmehr, was anders gemacht werden sollte und



welche neuen Methoden hierfür hilfreich seien. Auf Grundlage vierzigjähriger Erfahrung mit Eltern und Kinder in Familienberatungsstellen

schlagen Rudolf Dreikurs und Vicki Stolz Methoden für die Lösung von Erziehungsproblemen und daraus resultierenden Familienstreitigkeiten vor: Sie empfehlen, dass Eltern nicht nachgeben oder strafen sollen. Was sie lernen müssen, ist, Partner ihrer Kinder zu werden, die Art und Weise ihres Verhaltens zu verstehen - ohne sie zu lenken, ohne die Zügel schleifen zu lassen oder die Kinder an die Kandare zu nehmen.

Rudolf Dreikurs/Vicky Soltz: Kinder fordern uns heraus. Wie erziehen wir sie zeitgemäß? Klett-Cotta Verlag, Stuttgart, 1966, Neuauflage 2018, 268 Seiten, 9,95 Euro

Das zweite Chakra erwecken

Dieses Buch führt tief in die Bedeutung des Sakralchakras für das gesamte Energiesystem ein und stellt Verknüpfungen zu allen Ebenen - der körperlichen, geistigen und seelischen - her. Neben den Poten-



tialen für unser Leben und unsere Lebendigkeit, die es birgt, werden Ungleichgewichte und Schwächen aufgeführt, um (Rück-)wege in die strahlenden Qualitäten aufzuzeigen, mit denen es und in Fülle beschenkt, wenn wir es erwecken und ins Gleichgewicht bringen. Die Auswirkungen erstrecken sich auf vielfältige Bereiche: unsere Lebensfreude, Kreativität, Sinnlichkeit, Sexualität, Genussfähigkeit, auch ist das zweite Chakra das Zuhause unseres inneren Kindes, welches vom Aufräumen und Ausgleichen enorm profitieren kann.

Shai Tubali/Philipp Ritzler: Lebensfreude. Das zweite Chakra zum Leben erwecken. Neue Erde Verlag, Saarbrücken, 2017, 192 Seiten, 18,90 Euro

Natürlich zum Wunschkind

Durch ihre Zusammenarbeit mit Kinderwunschpraxen und -ärzten und ihre langjährige Ausbildung und Tätigkeit im Bereich der Traditionellen Chine-



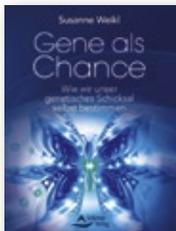
sischen Medizin weiß die Autorin Dunja Petersen, wie sie Paare während der Familienplanung wirksam unterstützen kann. Mit fundierter medizinischer Expertise und großem Einfühlungsvermögen behandelt sie ihre Patienten. Sie weiß: Ist die Balance der Elemente Feuer, Wasser, Erde, Holz und Metall - die jeder Mensch in sich trägt - gestört, bleibt eine Schwangerschaft oft aus. Es kann zu einer sehr großen Belastung für Paare werden, wenn der Kinderwunsch lange unerfüllt bleibt. Die TCM unterstützt Sie individuell und wirksam dabei, ihren Körper und Geist auf eine Schwangerschaft vorzubereiten.

Dr. med. Dunja Petersen: Natürlich zum Wunschkind. Die Fruchtbarkeit typgerecht anregen mit Traditioneller Chinesischer Medizin. Trias Verlag, Stuttgart, 2017, 160 Seiten, 19,99 Euro

Genetisches Schicksal?

Das Thema Gene, mit all den Möglichkeiten, unsere genetischen Aktivitäten bewusst zu steuern, ist unglaublich faszinierend. Wenn man versteht, wie unsere Gene „ticken“ und welche ungenutzten Möglichkeiten in unserem Erbgut liegen, dann kann das Abenteuer der Gensteuerung beginnen. Die Heilpraktikerin Susanne Weigl hat in diesem kompakten Buch alle ihre Erfahrungen in der Arbeit mit den Genen zusammengefasst. Es zeigt, wie auf heilsame und machtvolle Weise mehr Einfluss auf die Aktivität der Gene

genommen werden kann. Die Gene sind keine Roboter, die ferngesteuert ihre Arbeit tun. Im Gegenteil: Sie sind wie ein Auto, mit allen technischen

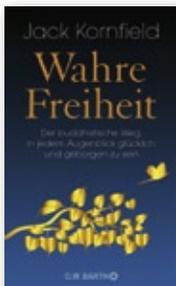


Raffinessen ausgestattet, und es ist an der Zeit, zu lernen, das genetische Fahrzeug zu lenken.

Susanne Weikl: Gene als Chance. Wie wir unser genetisches Schicksal selbst bestimmen. Schirner Verlag, Darmstadt, 2017, 208 Seiten, 14,95 Euro

Leben in Offenheit und Weite

Jack Kornfield führt uns mit diesem Buch durch Zeiten persönlicher Herausforderungen und Veränderungen, verwandelt uns und bringt unser erwachtes Herz in die Welt. Immer wieder berührt er mit seinen warmherzigen und lebensnahen Geschichten, mit denen sich jeder identifizieren kann. Er lädt ein zu einem aktiven



Prozess mit zahlreichen Übungen zu Achtsamkeit und Selbstmitgefühl und bringt einen dazu, präsenter zu sein, mehr lieben zu können, einfach mehr man selbst zu sein. Die Auflösung alter Ängste und Konflikte ist auf diesem Weg ein wichtiger Meilenstein.

Jack Kornfield: Wahre Freiheit. Der buddhistische Weg, in jedem Augenblick glücklich und geborgen zu sein. O.W. Barth Verlag, München, 2018, 304 Seiten, 22,99 Euro

Die heilende Kraft unserer Hände

Dass sich starke Emotionen oder unbearbeitete Lebensthemen in körperlichen Beschwerden ausdrücken können, diese Erfahrung hat wohl jeder schon gemacht. Wenn die Seele blockiert, kann die Energie auch auf der körperlichen Ebene nicht mehr frei fließen. In diesem Buch zeigten Otto und Eva Bong, wie Sie durch gezieltes Auflegen der Hände auf „Problemzonen“ die gestaute Energie und damit ihre körperlichen und



seelischen Selbstheilungskräfte wieder in Fluss bringen und zu Ihrem inneren Gleichgewicht zurückfinden können. Probieren Sie es aus, nehmen Sie Ihre Gesundheit und Ihr Wohlfühl selbst in die Hand.

Otto & Eva Bong: Selbstheilung mit den eigenen Händen. Blockaden aufspüren und auflösen. Scorpio Verlag, München, 2018, 128 Seiten, 16,50 Euro

Space

„Endless Horizon“ oder „White Light“ lauten die Titel auf Deuters neuem Album „Space“ und jedes Stück ist eine Einladung, die dem Klang



entsprechende innere Landschaft aufzusuchen: Schaffe dir Raum zum Atmen. Gib deinem Körper Raum für Bewegung und öffne in deinem Herzen den Raum der Liebe.

Deuter: Space, New Earth Records, 2017, CD, erhältlich bei www.silenzio.de, 16,95 Euro

Buchhandlungen

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. 030-4412550, www.mandala-berlin.de

Zenit Buchhandlung, Zentrum f. Spiritualität in Berlin, Pariser Str. 7, 10719 Berlin, T. 030-8833680, www.zenit-berlin.de

Impressum

KGS Berlin

Körper Geist Seele Verlagsgesellschaft mbH
Hohenzollerndamm 56, 14199 Berlin
030.612016-00, mail@kgsberlin.de
www.kgsberlin.de

ISSN 2196-3797
Auflage: 16.000 Exemplare

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

Redaktion:
Magdalena Gromada
030.61201602
redaktion@kgsberlin.de

Anzeigen: 030.61201600
anzeigen@kgsberlin.de

Kleinanzeigen: 030.61201603
kleinanzeigen@kgsberlin.de

nächste Ausgabe:

Juli/August

Anzeigenschluss:
Redaktion: 09.06.2018
Kleinanzeigen: 09.06.2018
Großanzeigen: 13.06.2018

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht die Meinung der Redaktion wieder.

Die Veröffentlichung von Terminen und Veranstaltungsorten erfolgt ohne Gewähr.

© 2018 Körper Geist Seele Verlag
Es gelten unsere Geschäftsbedingungen und Anzeigenpreise laut Preisliste von 01/2017

Das neueste Buch von Jim Humble



Jim Humble – Cari Lloyd

Ein gesundes Leben mit MMS

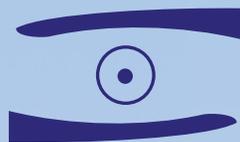
Seit der Entdeckung der »Master Mineral Solution« ist MMS in der gesamten Welt zunehmend bekannt geworden. Und dafür gibt es einen ganz einfachen Grund: Die Gesundheit ist ein sehr wertvolles Gut. Immer mehr Menschen entdecken, dass MMS die Lösung für eine Krankheit sein kann, wenn nichts anders mehr hilft. Es dürfte daher keine Überraschung sein, dass Menschen, die sehr positive Ergebnisse mit MMS erzielt haben, ihre Erfahrungen mit ihren Freunden, ihrer Familie und auch mit der Öffentlichkeit teilen.

„Ich habe dieses Buch verfasst, um Sie auf eine einfache und präzise Art und Weise über die Grundlagen von MMS aufzuklären. Ich weiß aus Erfahrung, dass die Mehrheit der Menschen sich von den meisten existierenden Krankheiten wieder erholen kann. Man muss die Funktionsweise von MMS nicht in allen Einzelheiten kennen. Man muss nur wissen, wie man es anwendet.“

285 Seiten, gebunden

ISBN: 978-90-8879-175-8 · €[D] 19,95

- Die aktuellsten Anleitungen
- Aus erster Hand von Jim Humble
- Für jeden leicht verständlich



Tag der offenen Tür 8. Juli 2018, 10-17 Uhr

Heilpraktiker - Beruf mit Herz und Verstand

Unsere Themen:

- Heilpraktikerausbildung - Psychotherapie - Gesundheitsberatung
- Fußreflexzonenmassage
- Ernährung im Einklang mit der Natur
- Irisdiagnose
- Aloha - Philosophie

Unsere Ausbildungen:

- Heilpraktiker/in
- HP Psychotherapie
- Gesundheits-, Ernährungs- und Lebensberater/in
- Huna-Coach

Im Vollzeit- und Wochenendstudium

**Bewirb Dich jetzt
und starte am 20.08.2018**

Exkursion zu den Heilern in Westafrika

Rufe an und vereinbare Deinen persönlichen Beratungstermin.

Tel. 030 - 440 48 480

Whatsapp: +49 173 6026634

Oder sende ein Mail an:
info@harmony-power.de
z. Hd. Bernd Schulze

