



KÖRPER GEIST SEELE | BERLIN

KGS

Alles im Leben
hat seinen
Sinn.

Manchmal
braucht man
ein wenig
Abstand,
um ihn zu
erkennen.

WWW.KGSBERLIN.DE

9/10
2020

KGS
seit
1994
Gratis

Eine Welle aus Liebe und Hoffnung

NEU

HOPE

HELP & HEALING CENTER

SOFORTHILFE FÜR HILFESUCHENDE

"WENN NICHTS MEHR GEHT ... SIND SIE BEI MIR RICHTIG"

LUCAS SCHERPEREEL

ALS HEILER UND HELLSEHER BIN ICH INTERNATIONAL TÄTIG.
DIE GABE DES HELLSEHENS UND HEILENS WURDE BEI MEINER
FAMILIE ÜBER GENERATIONEN VERERBT.

WAS ICH MIT MEINER ARBEIT ANBIETE, IST EINMALIG UND NICHT
FASSBAR. MEINE FOKUSSIERUNG LIEGT BEI AUSTHERAPIERTEN
UND MENSCHEN, DIE MIT BLOCKADEN, VERWÜNSCHUNG ODER MIT
MAGIE BELEGT SIND. ES GEHT UM GLÜCK, ERFOLG, GESUNDHEIT.

ES IST IMMER GUT ZU WISSEN, AN WEN MAN SICH VERTRAUENS-
VOLL WENDEN KANN.

ICH, LUCAS, BIN FÜR SIE DA, WO IMMER SIE AUCH SIND.



"HOFFNUNG IST DER PFEILER DER WELT"

AFRIKANISCHES SPRICHWORT

HOPE BERLIN – HELP & HEALING CENTER

LUCAS SCHERPEREEL

Keithstraße 13, 10787 Berlin

Termine nach Vereinbarung!

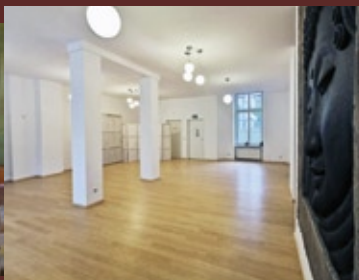
Mediale Beratung, Hilfe und Heilung
über jede Distanz.

Phone: +49 (0)162 20 831 82

Mail: info@lucas-scherpereel.com

www.lucas-scherpereel.com

YOGA UND MEDITATION IN FRIEDENAU



UNSERE RÄUMLICHKEITEN IN DER RHEINSTRASSE 10

Im **Meditationsraum** (ca. 100 qm) bieten wir an:

Yoga- und Achtsamkeitsangebote

Osho-Kundalini-Meditation (Mo bis Fr 17:30 bis 18:30)

After-Work-Partys, Mantrasingen (Fr 19 Uhr)

Satsangs und weitere Veranstaltungen zum Aufwachen oder Entspannen

Gemütliches Café mit täglich frischem Mittagstisch

Großer Veranstaltungsraum (Galerie) für Seminare, Ausstellungen und vieles mehr

Sternthal 10
Rheinstraße

Sternthal e. V. – Rheinstraße 10 – 12159 Berlin – rheinstrasse@sternthal.de

Infos unter www.sternthal-rheinstrasse.de – Tel 030 8510 9998

Inhalt

Filmtipps 4

Artikel **zum Thema** und mehr ...

- 8 **Was uns ticken macht**
Wolf Sugata Schneider
- 10 **Die große Depression ...**
Katja Neumann
- 13 **Steh auf, nimm dein Bett,
und geh nach Hause**
Peter Maier
- 16 **Dem eigenen Leben vertrauen**
Ute Franzmann
- 18 **Das Glück wohnt oft
gleich nebenan**
Jürgen Block
- 20 **Meine Reise zu den Delfinen und Walen
eine Woche vor „Corona“**
Regina Tamkus
- 22 **Die Liebe Tausender**
Sherri Mitchell
- 25 **Die Ringelblume**
Heilpflanzentipp von Wiebke Ude
- 26 **Krisenzeiten und Homöopathie**
Erika Bernlöhner

- 30 Astroservice
- 44 Lesen & Hören

Regelmäßige Rubriken

- Angebote – Termine & Events 32
- Katalog – Wer macht Was 35
- Kleinanzeigen 40
- Impressum 46

Coverbild: © willyam_AdobeStock
Zitat: Eva Hegebarth

Körper Geist Seele Verlag

Postanschrift:
Hohenzollerndamm 56, 14199 Berlin
mail@kgsberlin.de, www.kgsberlin.de

Großanzeigen: 030.6120-1600
Redaktion: 030.6120-1602
Kleinanzeigen: 030.6120-1603



HOTEL GUTSHAUS STELLSHAGEN
BIO- UND GESUNDHEITSHOTEL

HERBST IN STELLSHAGEN

Die Natur bereitet sich auf den Winter vor. Jetzt kommt auch für uns die ideale Zeit, unsere Gesundheit zu kräftigen. Genießen Sie den Herbst bei uns mit:

- einen Gutschein für Kaffee und Kuchen im Hotel Gutshaus Parin
- einen 5€ Einkaufsgutschein für unseren Gutshausladen
- täglich freie Fahrradnutzung
- Nutzung des Saunahauses und Naturbadeteiches

Preise p.P. z.B. 3 ÜN inkl. HP in 100% Bio-Qualität ab 288€ im DZ, 5 ÜN inkl. HP ab 474€ im DZ, 01.11. bis 27.11.2020, zw. So & Fr
www.gutshaus-stellshagen.de

Hotel Gutshaus Stellshagen, Lindenstraße 1, 23948 Stellshagen
T 038825-440, F 038825-44333 | DE-ÖKO-006
info@gutshaus-stellshagen.de, www.gutshaus-stellshagen.de

Veggie Hotels



SCHALTE UM AUF ERKENNTNIS

Endlich ein TV-Sender mit Sinn!

NEU!

EINFACH ANMELDEN UND
14 TAGE TESTEN*

* 14 Tage testen und bei Nichtgefallen Geld zurück

maona.tv

coming home.



MASTER CHENG IN POHJANJOKI

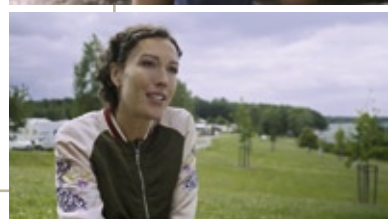
Auf der Suche nach einem alten finnischen Freund reist der chinesische Koch Cheng in ein abgelegenes Dorf in Lappland. Bei der Ankunft scheint niemand im Dorf seinen Freund zu kennen, aber die lokale Cafébesitzerin Sirkka bietet ihm eine Unterkunft an. Im Gegenzug hilft Cheng ihr in der Küche, und bald werden die Einheimischen mit den Köstlichkeiten der chinesischen Küche überrascht. Cheng findet trotz kultureller Unterschiede schnell Anerkennung und neue Freunde unter den Finnen. Als sein Touristenvisum abläuft, schmieden die Dorfbewohner einen Plan, der ihm helfen soll, zu bleiben. Mika Kaurismäki, Weltreisender in Sachen Film, überrascht mit einer lakonisch-romantischen Komödie, deren Zutaten er fein ausbalanciert hat: Viel Humor, eine große Portion Warmherzigkeit, etwas Schwermut, romantische Sehnsucht und heiteres Sommerflair fügen sich zu einer filmkulinarischen Köstlichkeit, bei der finnisches Lokalkolorit auf chinesische Weisheit trifft. Kaurismäki zeigt uns dabei, wie er es ausdrückt, „die positiven Seiten der Globalisierung“.

Film: Master Cheng in Pohjanjoki, Finnland/China 2019, Regie: Mika Kaurismäki, Darsteller: Anna-Maija Tuokko, Chu Pak-hong, Kari Väänänen, Lucas Hsuan, Kinostart: 30.07.2020, Bilder: © 2019 Marianna Film OY, By Media, Han Ruan Yuan He

SEIN – GESUND BEWUSST LEBENDIG

Im Film SEIN wagen fünf Menschen das Projekt Selbstheilung. Sie ändern ihren Lebensstil radikal und übernehmen die Verantwortung für ihren Geist und Körper. Ranja kommt durch Yoga in Verbindung mit sich, Stephan entdeckt die Kraft der Heil- und Wildkräuter und Mona wird schmerzfrei durch vegane Ernährung. Dominique findet Lebenskraft durch Sport und Bewegung und Chris lebt Achtsamkeit und Meditation. Allen gemeinsam ist, dass sie durch die Veränderung mehr Glück und Lebendigkeit empfinden. Wer mit einem Bereich beginnt, macht sich auf die schönste Reise des Lebens: zum eigenen SEIN

Doku: SEIN gesund bewusst lebendig, Deutschland 2020, Regie: Bernhard Koch, Kinostart: 06.08.2020, Bilder: © spuren pfade filme





DIE EPOCHE DES MENSCHEN

Der Film spannt den Bogen von den kilometerlangen Betonwällen, die inzwischen mehr als die Hälfte von Chinas Küsten schützen müssen, über die weltweit größten Bagger im Tagebau in Nordrhein-Westfalen, eine Pottasche-Mine im Ural, die sibirische Industriestadt Norilsk, das australische Great Barrier Reef bis hin zu Verdunstungsbecken in der Atacama-Wüste, wo Lithium gewonnen wird, das in psychedelischen Farben schillert. Aus Sicht der Anthropocene Working Group ist inzwischen der Mensch so beherrschend für das Schicksal des Globus, dass diese Änderung der Balance ausreicht, um ein neues Erdzeitalter auszurufen. Die Filmemacher sind um den Globus gereist, um mit modernsterameratechnik die Beweise dafür zu sammeln und spürbar zu machen, wie sehr der Mensch den ganzen Planeten dominiert.

Doku: Die Epoche des Menschen, Kanada 2018, Regie: Jennifer Baichwal, Nicholas De Pencier, Edward Burtynsky, Sprecher: Hannes Jaenicke, Kinostart: 10.09.2020, Bilder: © courtesy of Anthropocene Films Inc. 2018

Abb.1: Ein Wachmann vom Öl Pejeta Conservancy beschützt Sudan, das letzte männliche Breitmaulnashorn, das nach den Fotoaufnahmen starb.

Abb. 2: Ölraffinerien außerhalb Houstons, Texas (USA)

Abb. 3: Unterirdischer Kaliabbau in Berezniki (Russland)

IL TRADITORE – ALS KRONZEUGE GEGEN DIE COSA NOSTRA

In den frühen 1980ern erreichen die Machtkämpfe zwischen den Paten der sizilianischen Mafia ihren Höhepunkt. Tommaso Buscetta, angesehenes Mitglied der Cosa Nostra, hat sich nach Brasilien abgesetzt. Derweilen wüten in seiner Heimat die Fehden zwischen den Clans. Man begleicht offene Rechnungen und Buscettas Vertraute werden einer nach dem anderen umgebracht. Als er verhaftet und nach Italien ausgeliefert wird, trifft Buscetta eine Entscheidung, die die Mafia erschüttert: Vor dem Richter Falcone bricht er sein der Cosa Nostra gegenüber geleistetes Schweigegelübde.

Film: Il Traditore – Als Kronzeuge gegen die Cosa Nostra, Regie: Marco Bellocchio, Besetzung: Pierfrancesco Favino, Maria Fernanda Candido, Luigi Lo Cascio, Kinostart: 13.08.2020, Bilder: © Pandora Film





PELIKANBLUT – AUS LIEBE ZU MEINER TOCHTER

Wiebke (45) lebt zusammen mit ihrer Adoptivtochter Nikolina (9) auf einem idyllischen Reiterhof. Nach vielen Jahren des Wartens bekommt sie nun die Chance, ein weiteres Mädchen, Raya (5), aus Bulgarien zu adoptieren. Nikolina freut sich sehr über das langersehnte Geschwisterchen. Die ersten gemeinsamen Wochen als Familie verlaufen harmonisch und die frischgebackenen Geschwister verstehen sich prächtig. Aber schon bald merkt Wiebke, dass die anfänglich charmante Raya etwas verbirgt. Sie wird immer aggressiver, und stellt eine zunehmende Gefahr für sich und andere dar. Vor allem Nikolina leidet unter ihren Übergriffen, aber auch Wiebkes Beziehungen und Freundschaften werden auf die Probe gestellt. Um ihre Familie zu retten, muss Wiebke schließlich über Grenzen gehen und eine extreme Entscheidung treffen.

Film: Pelikanblut – Aus Liebe zu meiner Tochter. Deutschland 2020, Regie: Katrin Gebbe, Besetzung: Nina Hoss, Katerina Lipovska, Murathan Muslu, Kinostart: 24.09.2020, Bilder: © DCM

DIE STIMME DES REGENWALDES

1984: Auf der Suche nach einer Erfahrung jenseits der Oberflächlichkeit der modernen Zivilisation reist Bruno Manser in den Dschungel von Borneo und findet sie beim nomadischen Stamm der Penan. Die Begegnung verändert sein Leben für immer. Als die Penan von massiver Abholzung bedroht werden, nimmt Manser den Kampf gegen die Waldzerstörung mit einem Mut und einem Willen auf, was ihn zu einem der berühmtesten und glaubwürdigsten Umweltschützer seiner Zeit macht. Basierend auf einer wahren Geschichte.

Film: Die Stimme des Regenwaldes. Schweiz 2020, Regisseur: Niklaus Hilber, Darsteller: Sven Schelker, Nick Kelesau, Elizabeth Ballang, u. v. m., Kinostart: 22.10.2020, Bilder: © Camino



Gemeinschaftsbildung nach Scott Peck

Workshop

18.-20.09.2020

in Berlin Kreuzberg

Begleitung: Valérie Dätwyler, Götz Brase



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.

Kosten: 100 bis 200 EUR (Selbsteinschätzung)

Infos & Anmeldung: 08624-8795962 oder gemeinschaftsbildung@t-online.de



Buchtipp:

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

www.gemeinschaftsbildung.com



WEBPRÄSENZ
KÖRPER GEIST SEELE
WWW.KGSBERLIN.DE

Schaue doch mal auf unsere neue Webseite mit den Inhalten des Magazins KGS Berlin und vieles mehr.

Dort findest du neben Angeboten aus dem breiten Spektrum des gesundheitsbewussten und spirituellen Lebens viele interessante, täglich neue sowie aktuelle Informationen und Kurznachrichten, Videos und Musik.

Was sind DNA- und RNA-Impfstoffe und was bewirken Sie im Körper?

„Die Menschen werden ihre Knechtschaft lieben“ - Aldous Huxley über die Schöne Neue Welt 2020

Artemesia Anua - Anbau und Ernte - eine Anleitung

COVID-19-Patienten mit CDS erfolgreich behandelt.

... und weitere interessante Beiträge



RÖNTGENBLICK-METHODE

Befähigung - Genialität - Schöpferkraft

Bremen 12. - 13.09.2020
Berlin 19. - 20.09.2020
Frankfurt 26. - 27.09.2020
Stuttgart 03. - 04.10.2020
München 24. - 25.10.2020
Fach-Ausbildung 30.10. - 01.11.2020

Diese Epoche erfordert neue Methoden.
Denn scheinbar ist es einfacher, leistungsfähige Computerchips zu bauen, als im Bereich der oft unverständlichen Krankheiten wie C zu heilen.

Kostenfreier Crash-Kurs:

Mit genialen Techniken den Alltag meistern!

Alle Termine, Videos & News
www.modernegesundheit.com



Wissen und Wahrheit!

2000 einzigartige neue Zahlenreihen für das Wassermann-Zeitalter ermöglichen Ordnung in Familie, Gesundheit, Finanzen und Beruf.

„Ein absolutes Muss in Bezug auf die heutigen Missstände.“ Gisa, Autorin.

Band V: „Kybernetisches Imperium“ ::KI::
Bizarre Eigenschaften werden als Bewusstsein auf Zellen sowie DNA genetisch übertragen.

NEU!

www.modernegesundheit.com



Wolf Sugata Schneider

WAS UNS TICKEN MACHT

Seit Februar 2020 ist die Corona-Pandemie das Medienereignis; nicht nur bei uns in Deutschland, sondern fast überall in der Welt. Wie konnte es dazu kommen? Die Hongkong-Grippe der Jahre 1968–70 führte in Deutschland zu einer Übersterblichkeit von circa 40.000 Menschen (Quelle: die deutsche Wikipedia). Die gezählten Toten, bei denen COVID-19-Antikörper im Blut festgestellt wurden, liegt auch nach einem halben Jahr der Messungen noch unter 10.000 (Quelle: Robert Koch Institut). Was geht da vor? Waren die Politik und die Behörden zur Zeit der Hongkong-Grippe in der Weise, wie sie auf die Pandemie reagierten, dickfellig und empathielos, oder sind sie heute überbesorgt und übertreiben es mit ihren Maßnahmen?

Mein Eindruck ist, dass in Sachen Corona trotz einer gewissen realen Bedrohung durch das Virus die beschlossenen Maßnahmen eher angstmotiviert sind als vernünftig. Dennoch will ich den Behörden zugestehen, dass gegenüber einem noch kaum bekannten Virus Übervorsichtigkeit der bessere Weg sein kann als Sorglosigkeit. Zudem schneidet Deutschland, was den Umgang mit dieser Pandemie anbelangt, im internationalen Vergleich recht gut ab. In Ländern wie unter anderem den USA und Brasilien sind, aus welchen Gründen auch immer, weitaus üblere Zustände zu verzeichnen als bei uns.

DIE GESPALTENE GESELLSCHAFT

Neben der ausgelösten Angst und den vom Lockdown verursachten psychischen und ökonomischen Schäden scheint mir eine der schlimmsten Auswirkungen der Pandemie die Spaltung der Gesellschaft zu sein. Für die einen ist Corona nichts weiter als eine normale Grippe, die keine besonderen Schutzmaßnahmen erfordert. Für die anderen ist Corona eine höchst gefährliche Seuche oder sogar, wie Angela Merkel es nannte: »die größte Herausforderung seit dem Zweiten Weltkrieg«.

In meinen Augen ist Corona eine fiese Grippe. Sicherheits halber und aus Rücksicht gegenüber den Geängstigten halte ich mich an die vorgeschriebenen Schutzmaßnahmen. Diese Position will ich jedoch nicht zum Vorbild machen und in Texten wie diesem dafür werben. Vielmehr möchte ich dafür werben, sich auch bei einem Konflikt wie diesem in den Gegner einzufühlen und die Narrative zu erkennen, welche die eigene wie die gegnerische Seite ticken machen. Die Faktenmenge zum Thema ist gerade im Fall Corona immens. Erst ein höchst selektiver Filter, den man auf diese Faktenmenge legt, macht eine Interpretation möglich. Aus dieser gestaltet der Wahrnehmende ein in sich schlüssiges Narrativ, das seinen Träger im Denken, Fühlen und Handeln ticken macht und politisch positioniert – mein vorab angeführter Vergleich der Corona-Pandemie mit der Hongkong-Grippe und der Grippewelle 2018; dieser Vergleich macht mich ticken.

GLAUBE, LIEBE, HOFFNUNG?

Wie können wir in solchen Fällen liebevoll sein, hoffnungsvoll und vertrauensvoll? Glaube, Liebe, Hoffnung sind die drei zentralen Werte des Christentums genannt worden. Den Glauben lassen wir jetzt mal beiseite – fast jeder Glaube lässt sich durch selektive Faktenwahrnehmung bestätigen und noch viel leichter widerlegen. Tugend Nummer zwei: die Liebe, im Paulusbrief des Neuen Testaments »die größte unter ihnen«. Wohin kann uns die Liebe führen, anlässlich einer Spaltung der Gesellschaft in Corona-Gläubige und Corona-Skeptiker? Wie bei jedem Konflikt hilft es auch hier, sich in die Bedürfnisse des Gegners einzufühlen. Bei den Corona-Gläubigen ist es das Bedürfnis nach Sicherheit vor Ansteckung. Bei den Skeptikern ist es das Bedürfnis nach einem entspannten, nicht von Angst bestimmten Leben.

VERTRAUEN

Und die Hoffnung? Für viele spirituell bewegte Menschen ist Hoffnung nur die Verschiebung der Erfüllung eines Bedürfnisses auf eine ungewisse Zukunft. Die Zukunft jedoch können wir nur jetzt planen. Trotz aller Unsicherheit bezüglich der Zukunft hat das, was wir jetzt tun, eine Auswirkung auf das, was kommt. Und das betrifft nicht nur den Umgang mit künftigen Pandemien, die weitaus tödlicher sein können als die jetzige, sondern auch auf Gefahren wie die eines Atomkriegs, weiterer Dürren und Hungersnöte, religiöser und ideologie-gesteuerter Kriege, Migrationen und Vertreibungen, exzessivem Nationalismus und Ethnismus, Rassismus und Chauvinismus und weiterhin massenhafter Armut, Überbevölkerung und Naturzerstörung. Alles das hat das Potenzial, um den Faktor hundert oder tausend tödlicher zu sein als die aktuelle Corona-Pandemie.

Es gibt zwei Arten des Vertrauens, das begründete und das grundlose. Selig sind die, die da Gründe finden für ihre weltanschauliche Haltung, ihren Aktivismus und ihre auf die Zukunft bezogenen Taten. Seliger aber sind die, welche grundlos vertrauen können und wie Luther ein Apfelbäumchen pflanzen, obwohl morgen die Welt untergehen könnte, denn sie können »nicht tiefer fallen als in Gottes Hand«. Auch wenn ich kein Fan des Christentums bin, in seiner weltlichen Ausprägung, berührt mich diese Art des Vertrauens, denn es ist nicht religionsspezifisch. Jeder spirituelle, meditierende oder sonstwie herzoffene, empathische Mensch kennt dieses Vertrauen.

AUFSTAND DER FREIEN?

Die Demo in Berlin am 1. August, angekündigt als »Das Ende der Pandemie – Tag der Freiheit«, ist von der einen Seite als Ansammlung von Wirrköpfen beschrieben worden, die zudem unsolidarisch und unverantwortlich seien. Andererseits als Aufstand der frei Denkenden, der von den Massenmedien nicht Gehirngewaschenen, die sich den sinnlosen, freiheits-einschränkenden Corona-Regeln widersetzen.

Immerhin war die Demo offenbar fröhlich und gewaltfrei und versammelte einen bunten Strauß weltanschaulich sehr verschiedener Menschen. Den einen dient das als Anlass zur Hoffnung und zum Wiedergewinnen von Vertrauen in Menschlichkeit und Vernunft. Für die anderen war die Demo ein Zeichen von Leichtsinn oder gar Schwachsinn. Frei sind beide Seiten nicht, behaupte ich. Dazu bräuchte es ein Erkennen der eigenen selektiven Wahrnehmung und der daraus gebildeten Narrative.

WIE SOUVERÄN SIND WIR DENN?

Massen neigen dazu, sich in ihren Überzeugungen aneinander anzugleichen. Das gilt nicht nur für die jeweiligen Mainstreams, die Hauptströmungen oder großen Meme der dominierenden Kulturen, sondern auch für deren Subkulturen, die ebenfalls Herdenverhalten zeigen. Auch dort neigt Homo sapiens dazu, sich anzupassen, um akzeptiert zu werden. Manchmal auch, um bloß nicht aufzufallen, oder für Ruhm oder Geld. So sehr unsere Kultur und vor allem die Wirtschaft den Individualismus feiern, so weit sind wir doch noch vom Individuum als Souverän entfernt, und damit vom zur Demokratie fähigen Bürger. Ein bisschen mehr Bescheidenheit diesbezüglich würde uns gut tun. Denn welche der Herden sich als Lemminge und welche als schwarmintelligent erweisen, das wissen wir noch nicht.

Die gut möglich – gemäß der Prognosen der Wissenschaft sogar wahrscheinlich – kommenden Katastrophen werden uns in Hinsicht Liebe, Hoffnung und Vertrauen noch viel mehr abverlangen als die aktuelle fiese Grippe. Wenn schon jetzt anlässlich Corona so viele Freundschaften in die Brüche gehen, was dann? Begründet vertrauen zu können ist noch relativ leicht. Wider alle Gründe vertrauen zu können, ist wohl erst die wirklich große Herausforderung – und bei allem Gottvertrauen doch wachsam zu bleiben und »das Kamel fest anzubinden«.



Wolf Sugata Schneider, Jg. 52, Autor, Redakteur, Humorist. 1985–2015 Herausgeber der Zeitschrift Connection.
Kontakt: schneider@connection.de, Blog: www.connection.de,
Seminare: www.bewusstseinsfeierung.info



Katja Neumann

DIE GROSSE DEPRESSION UND TROTZDEM IM VERTRAUEN SEIN?

Hingabe an unseren Weg ... und die ganz natürlichen Prozesse, die in Alarmbereitschaft erst mal ablaufen.

Es ist gerade nicht so einfach in dieser Welt. So intensiv sind wir noch nie geprüft worden, alle zusammen, kollektiv. Krisen oder Lernaufgaben gibt es ja immer bei jedem von uns, manchmal auch regional, ausgelöst durch z. B. ein Unwetter, das in diesem Gebiet den Menschen viel nimmt und viel abverlangt. Das, was gerade weltweit passiert – wir werden alle gleichzeitig geschüttelt – das gab es so noch nie. Nichts geschieht ohne Grund oder aus purem Zufall. Es gibt keinen Zufall, nicht in meiner Wirklichkeit.

Wofür ist es denn gut? Nun, im Folgenden mein persönlicher, schamanischer Blick auf die Dinge. Er muss jedoch nicht die allgemein gültige Wahrheit sein.

GROSSES REINEMACHEN

Die Welt kommt in letzter Zeit kaum zur Ruhe, und wenn, dann immer nur ganz kurz. Ein hastiges Durchschnaufen und schon geht es weiter, meist im Sprint und atemlos. Es wird höchste Zeit – wobei, da streiten sich ja die erhitzten Gemüter. Die einen können es kaum erwarten, dass sich was ändert, die nächsten haben sich an die so genannte „neue Normalität“ fix gewöhnt, tragen die Masken, als wären sie damit geboren worden und hätten nie ein anderes

Gesicht gehabt. Dann gibt es noch die, die unbedingt gern auf ihr altes Sofa zurück möchten – es soll bitte wieder sein wie vorher. Auch wenn das bedeutet, dass wir sehr viel Dreck unter dieses Sofa kehren müssen. Sehr viel Staub ist aufgewirbelt worden die letzten Monate und ich schätze, so viel Platz ist unter keinem Sofa. Also vielleicht doch lieber mal richtig aufräumen. Und da kehrt, wie immer, jeder vor und unter seinem eigenen Sofa ... braucht noch jemand einen Besen?

ALTE ENERGIE ABSTREIFEN

Spaltung, Zweifel und Angst sind auf den ersten Blick die Energiequalitäten dieser Tage. Und es geht ja so schnell. Ehe ich mich versehe, zack, bin ich wieder in eine der Fallen gegangen. Draußen unterwegs sein oder im World Wide Web bedeutet gerade, sich mit sehr viel Aufmerksamkeit und vorsichtigen Schritten zu bewegen – ein bisschen wie in Treminenfeldern kommt es mir vor, denn ich möchte nicht für dumm verkauft werden, nicht berieselt, nicht hypnotisiert werden, aber auch auf keine Seite gezogen werden oder zu keinem Team gehören, zum Beispiel keinem Team „Drosten & Co.“

Bild: © Halfpoint_AdobeStock

Ich möchte keine Schnappatmung bekommen, weil wir jetzt Unterschriften sammeln müssen, da parallel zu aller aktuellen Panikmache unser Gesundheitsminister Jens Georg Spahn, der eine duale Berufsausbildung zum Bankkaufmann absolvierte und keine Ausbildung in einem Gesundheitsbereich hat, den Heilpraktiker abschaffen möchte. Außerdem sprechen sich auch „Die Grünen“ für die Abschaffung der Homöopathie als Weg zur Heilung aus.

Für einen Pharma-Lobbyisten, wie es Herr Spahn ist, macht es natürlich Sinn, Heilpraktiker mit ihren Wegen zur natürlichen Heilung abschaffen zu wollen. Dass aber bei der Partei „Die Grünen“ die Homöopathie nicht erwünscht ist, klingt in sich schon etwas widersprüchlich, oder nicht?

WIR SIND IM AUSNAHMEZUSTAND

Das heißt, unser ganzes System ist physisch wie seelisch erstmal ratlos, aufgewühlt und tut das, was als Reflex naheliegt: Flucht oder Angriff. Säbelzähntiger! Dieses Stichwort verstehen vermutlich nicht alle. Es ist ein gern genutztes Beispiel, wenn es in der Medizin sowie Heilpraktiker-Ausbildung um das vegetative Nervensystem, den Sympathikus und Parasympathikus geht. Damals, vor sehr langer Zeit, war der Säbelzähntiger unser Feind und Sinnbild für unseren Überlebenswillen. Wir hatten die Wahl: ganz schnell weglaufen oder angreifen. Ich glaube, beides ging nicht gut aus ... wobei, wir sind noch da, aber der Säbelzähntiger nicht ... Tja, bei mir war der Reflex, eben den Fernseher auszuschalten und Telegram-Kanäle zu abonnieren – Sympathikus.

Der Parasympathikus ist der sogenannte „Ruhe-Nerv“, der nervliche Zustand, in dem wir entspannt sind, weil wir gerade nicht um das Überleben kämpfen und offen sind, zu lernen und zu wachsen. Ich möchte doch unbedingt bei mir bleiben, ich möchte diese Herausforderung mit all meinem Mut und meinem Vertrauen annehmen, meine Kraft spüren, denn die ist ja nicht weg. Alles in mir ist da, mehr denn je, läuft sich gerade warm und ist lebendig. Ich bin fest davon überzeugt, dass es für etwas gut ist und dass wir in dieser Zeit als Menschen dabei sind, weil wir es so wollten – Seele hat sich genau das ausgesucht.

Vielleicht haben wir uns auch als „Übergangs-Helfer“ (in die sogenannte neue Zeit) extra beworben und standen dafür Schlange? Und können wir uns nicht demnach entspannen, denn dies ist GENAU unser Job?

DES ÜBERGANGS-HELfers ERSTE SCHRITTE

Aber da gibt es eben diese Schlupflöcher, da springt es mich an, die Angst, Zweifel, da kriechen gefühlte Schwäche und Ohnmacht in mich hinein wie Parasiten. Es gibt Tage, da kapituliere ich. Ich kann es manchmal einfach nicht mehr hören, dieses C-Wort ... oder wenn ich morgens auf die Straße gehe, noch ganz in meiner Blase, sehe das erste „Masken-Gesicht“ (auf dem Fahrrad ... an frischer Luft!) und denke, Mist, ja stimmt, da war noch was, und ich kann spüren, wie mal kurz die Energie in mir absackt. Die einzige Möglichkeit, sich nicht fangen zu lassen, ist ein gutes seelisches wie physisches Immunsystem.

Ich habe am 14. März aufgehört, Nachrichten zu sehen oder Radio zu hören. Ich habe nie Zeitung gelesen und im Internet maximal die Überschriften überflogen, denn ich wusste immer, die wichtigen Nachrichten erreichen mich, und der andere Ballast, der das Hirn vernebelt, bleibt draußen. Aber nun bin ich zum „Vermeider“ geworden, denn so schnell habe ich mich noch nie durchzappt, bis ich bei dem Programm, dem Film war, den ich eigentlich sehen wollte, manchmal mache ich sogar schnell die Augen zu oder den Ton aus auf dem Weg dahin. Alles, damit „es“ mich nicht fängt. Nicht, weil ich nicht informiert sein möchte, sondern weil ich mir aussuchen möchte, wo und wie ich mich informiere. Ich war sogar noch nie so gut informiert wie jetzt. Wochen habe ich damit verbracht, Videos auf Kanälen zu schauen, von denen ich bis dato nichts wusste. Auch in meinem Umfeld habe ich das beobachtet. Ich habe Menschen gesehen, deren Lebensgeister richtig aufgewacht sind und Fahrt aufgenommen haben, weil endlich etwas passiert. Ich hatte plötzlich unentdeckte „Undercover-Fachmänner und -Frauen“ um mich herum, die wie wandelnde Lexika ein enormes Wissen über aktuelles Geschehen, medizinische Grundlagen über Viren, Impf- und Gesetzeskunde wiedergeben können.



„Mein Coaching-Programm löst die Mehrfachbelastung von Frauen, die alles wollen.“ wissenschaftlich fundiert – ganzheitlich – konkret

Johanna Fröhlich Zapata

- Medizinanthropologin
- Gestalttherapeutin
- Expertin für Gender & Emotional Health

+49 (0) 157 33270235
johanna@alltagsfeminismus.de
www.alltagsfeminismus.de



Schade finde ich, dass ich mir diese Erkenntnisse anhöre, sie auch verstehe und teile, aber sie nicht selbst weitergeben kann, da sie viel zu komplex sind. In solchen Diskussionen scheiterte ich schon einige Male.

Dazu kamen persönliche Krisen, weil auf einmal Freunde nicht mehr Freunde waren. Sie fanden meine Panikattacken unter der Maske „übertrieben“. Ich rede gerade nicht mehr mit meinem Vater, da er einer der ersten wäre, der sich impfen lassen würde, außerdem 45 Jahre beim „Spiegel“ Journalist war, Politik, Inlandresort, das alles, worauf ich einmal sehr stolz war, ist nun infrage gestellt. Ich bin ganz ohne Groll, nur fehlt gerade die Schnittmenge und ich möchte genauso meine Meinung haben dürfen. Alles, aber wirklich alles steht auf einmal Kopf, Weltbilder wurden und werden jeden Tag erschüttert. Dinge kommen ans Tageslicht, die wollten wir lieber gar nicht wissen – und was ist denn, bitteschön, überhaupt noch wahr?

Jeden Tag fühlte ich mich, als müsste ich mich zwischen der „roten und der blauen Pille“ entscheiden. Nein, ich hatte mich ja entschieden, schon vor langer Zeit. Jedoch in müden Momenten hätte ich bitte doch gern die andere Pille – die, die alles rosarot zeichnet ...

UMPROGRAMMIEREN

Und dann kam der Moment der Sättigung, ich habe keine andere Bezeichnung dafür. Mir fiel ein, dass schon vor Wochen immer wieder Menschen mal mit der Frage auf mich zukamen: Was sagen denn deine Spirits dazu? Aber ich war so beschäftigt mit Videos schauen. Ja, ich war verunsichert – kann ich noch arbeiten, kann ich noch mit meiner Hündin rausgehen – öfter als dreimal am Tag, denn sie ist alt und inkontinent, ist Joggen im Park alleine strafbar? (Ich sterbe ohne, ist meine Meditation!), gibt es morgen noch genug Klopapier? (Entschuldigung, der musste jetzt sein ...) Und, und, und ... und dann kam diese Echo – ja WAS sagen denn eigentlich meine Spirits dazu? Ich habe diese Frage erst mal nicht gehört oder nicht ernst genommen. Vielleicht kann ich mich damit rausreden, dass es immer leichter ist, für andere zu arbeiten, schamanisch zu reisen, das ist das, was ich tue – für mich bleibt da manchmal nicht so viel Zeit übrig. Bla, Bla, Bla. So halb überzeugend.

Aber alle Dispenzas, Liptons, Tolles etc. dieser Welt haben natürlich Recht. Arbeiten wir an unserem Resonanzprinzip. Erschaffen wir, was wir haben möchten, jeder auf seine Art, egal ob durch Gebet, Meditation, Theta Healing, Klopfen oder eben wie ich, mit/über/durch schamanische Reisen. Ich reise dazu meist in der mittleren Welt (außerhalb von Zeit und Raum aber in unserer Matrix-Ebene) in meine bestmögliche Version meiner und unserer Zukunft. Ich möchte nicht zu viel vorwegnehmen, jeder hat seine Vision. Aber ich kann sagen, es wird schön. Es dauert noch ein bisschen, das Aufwachen geht langsamer als gedacht, aber stoppen lässt es sich nicht mehr. Und es wird gut. In meiner Wirklichkeit. Meine Spirits sind froh, dass ich keine Videos mehr schaue, wir verstehen uns wieder viel besser, wir sprechen wieder eine Sprache. Und ich kann wieder Antworten geben. Als Kanal, als Vermittler zwischen den Welten, ich nütze mir selbst und meinem Umfeld wieder, seit ich nicht mehr versuche, Zahlen zu stottern, sondern vom Herzen weg rede. Wo immer das herkommt – Danke.

Und jeder kann mitmachen. Das ist eine Aufforderung. Wie sieht Deine optimale Version unserer Zukunft aus? Male sie aus, ziehe sie an, speise sie ein ins Schwarm-Feld. Jeden Tag. Wir sind viele ...

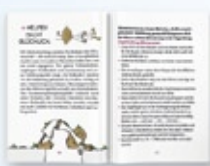
„Das Neue ist längst da, das Alte macht nur sehr viel Lärm beim Sterben!“ (Eckhart Tolle)



Katja Neumann ist Heilpraktikerin und arbeitet seit vielen Jahren mit uralten schamanischen Heilweisen, vorrangig den Trance Trommel Reisen, in ihrer Naturheilpraxis im Prenzlauer Berg. Nächste Workshops: Schutz, Debesetzung und Extraktion (Fortgeschrittene) 26.9.2020, 12–16 Uhr. Schamanisch Reisen lernen, 31.10.2020, 12–16 Uhr. Außerdem regelmäßige Gruppen. Weitere Infos zur Autorin und den Veranstaltungen: 030.44715357, info@katja-neumann.de, www.katja-neumann.de

DER KLEINE YOGI **Herz**BOTSCHAFTEN

Die liebevollen und geistreichen Botschaften des KLEINEN YOGI gehen direkt ins Herz. Gemeinsam mit der KLEINEN YOGINI lenkt er unseren Blick auf das Wichtigste im Leben: **Liebe, Freundschaft, Toleranz und Wertschätzung.**



www.koenigsfurt-urania.com

Barbara Liera Schauer

DER KLEINE YOGI – HERZBOTSCHAFTEN

Booklet, 80 Seiten + 40 Impulskarten, 9,5 x 13,8 cm

ISBN 978-3-86826-188-2 • € 14,95 [D]





Peter Maier

„STEH AUF, NIMM DEIN BETT UND GEH NACH HAUSE!“

Psychosomatische Reaktionen auf eine Schuld und ihre Heilung

Bei der Urlaubs-Camper-Fahrt nach Italien im August 2018 hatte ich ein seltsames Erlebnis. Zusammen mit meiner Frau war ich ins Gressoney-Tal unterwegs – bis direkt unter die faszinierenden Monte-Rosa-Berge mit ihrem Gletscher, der abends in den wunderbarsten Farben leuchtete. Offensichtlich hatte ich mich bei der stundenlangen Fahrt dorthin etwas verkrampft. Jedenfalls konnte ich mich am nächsten Morgen kaum mehr bewegen, mehrere Muskelpartien im Hüft- und Lendenwirbelbereich taten furchtbar weh. Ich war wie gelähmt.

Bei dem Versuch, nach dem Frühstück aus meinem Sitz wieder aufzustehen, schrie ich vor Schmerz. Ich musste mich sogar aus dem Stuhl heben lassen. Noch nie hatte ich vorher so etwas erlebt. Was war nur los mit mir? Zwei Tage lang ging das so, eine Entspannung stellte sich nicht ein. Instinktiv wusste ich, dass diese Verkrampfungen vielleicht zwar vom langen Autofahren ausgelöst, sicher aber nicht davon verursacht worden waren. Welchen Arzt sollte ich aufsuchen? Gab es überhaupt einen Mediziner am Ende dieses Gebirgstals auf 1800 Metern Höhe?

EIN SCHRECKLICHER TRAUM

In der dritten Nacht wachte ich schweißgebadet auf. Mein längst toter Vater war mir soeben im Traum erschienen. Im Halbschlaf hörte ich nun seine Stimme in mir: „Wenn du mich nicht endlich liebst, lasse ich dich nicht mehr los und du wirst dich nicht mehr bewegen können!“

Ja, zu Lebzeiten hatte ich viele Jahre lang Schwierigkeiten mit meinem Vater gehabt, ich haderte mit ihm, weil ich mich nie von ihm anerkannt und um mein Erbe betrogen fühlte. Ich fand auch meinen inneren Frieden nicht mit ihm, nachdem er 2014 gestorben war. Konnte ich ihm denn nicht wenigstens jetzt verzeihen? Ich fühlte mich deshalb meinem Vater gegenüber immer mehr schuldig.

Jetzt hatte er im Traum rumort. Das nahm mich alles sehr mit und beim Frühstück beschloss ich, all meinen Hader ihm gegenüber endlich zu vergessen und ihn posthum in mein Herz zu schließen. Er war ja schließlich mein Vater, das hatte er doch trotz allem verdient ...

Sofort merkte ich, dass sich etwas in mir zu entspannen begann. Zwei Stunden später konnte ich mich wieder relativ gut bewegen. Als ich dann nach einer weiteren Camperfahrt an die Ligurische Küste abends im Meer zum Schwimmen ging, spürte ich, wie sich meine Muskeln vollkommen entkrampften und mein ganzer Körper wieder elastisch und beweglich wurde. Dabei erinnerte ich mich an eine spektakuläre Bibelgeschichte, in der vier Männer einen Gelähmten zu Jesus brachten in der Hoffnung, für ihn Heilung zu erlangen.

DIE HEILUNG EINES GELÄHMTEN (LUKAS, KAPITEL 5, VERSE 18 – 26)

„Zur gleichen Zeit brachten Männer einen Gelähmten auf einer Tragbahre. Sie wollten ihn ins Haus bringen und vor Jesus hinlegen. Weil es ihnen aber in dem Gedränge nicht möglich war, ihn hineinzubringen, stiegen sie aufs Dach, deckten die Ziegel ab und ließen ihn auf seiner Tragbahre in die Mitte des Raumes hinunter, genau vor Jesus hin.

Als er ihren Glauben sah, sagte er: Mann, deine Sünden sind dir vergeben. Da dachten die Schriftgelehrten und Pharisäer: Was ist das für ein Mensch? Er lästert Gott. Wer kann Sünden vergeben außer Gott? Jesus aber merkte, was sie dachten und sagte zu ihnen: Was hegt ihr für Gedanken? Was ist leichter, zu sagen: Deine Sünden sind dir vergeben, oder zu sagen: Steh auf und geh umher? Ihr sollt aber erkennen, dass der Menschensohn die Vollmacht hat, auf der Erde Sünden zu vergeben.

Und er sagte zu dem Gelähmten: Ich sage dir: Steh auf, nimm deine Tragbare und geh nach Hause. Vor aller Augen stand der Mann sofort auf, nahm die Tragbare, auf der er gelegen hatte, pries Gott und ging heim. Da waren alle außer sich; sie priesen Gott und sagten voller Furcht: Heute haben wir etwas Unglaubliches erlebt.“

THEOLOGISCHER KREISEL UM EINE HEILUNGSGESCHICHTE

Diese Geschichte hat mich schon als Kind fasziniert. Wie ist es möglich, dass ein Gelähmter so schnell geheilt werden konnte? Warum war der Mann eigentlich gelähmt? Was war das Geheimnis der Heilung? Warum war Jesus als Heiler so erfolgreich?

In meinem Theologiestudium begegneten mir diese Fragen erneut. Aber in all den theologischen Abhandlungen und Interpretationen zu dieser Geschichte stand stets die Frage nach der Gottessohnschaft Jesu im Mittelpunkt. Danach konnte und kann nur Gott allein Sünden vergeben. Als Jesus genau das tat, galt er ihnen daher als Gotteslästerer.

Man bekommt bei der Bibelgeschichte den Eindruck, dass diese theologische Frage das Eigentliche ist und

die Heilung des Mannes nur dazu dient, die Göttlichkeit Jesu zu untermauern. Die Heilung hat also nur eine dienende und bestätigende Funktion in einer theologischen Frage, um die alles kreist. Das ist sehr schade, denn die Geschichte enthält viel mehr. Sie ist für mich bei rechter Betrachtung „die“ Bibelgeschichte zum Thema „Psychosomatik“ geworden.

Daher möchte ich jetzt einmal nur auf den Patienten blicken und den Fall von allem theologischen Ballast befreien. Es heißt, der Mann war gelähmt. Was hat ihn so verkrampft, dass er sich gar nicht mehr bewegen konnte? Seine Begleiter trieben jedenfalls einen großen Aufwand, um mit ihm zum „Heiler“ Jesus zu gelangen. Ich denke, dem Mann ging es wirklich sehr schlecht. Wie aber sollte er nun geheilt werden?

JESUS DER HEILER – IMPULSE FÜR DIE HEUTIGE MEDIZIN

Ich denke, dass Jesus ein sehr einfühlsamer Heiler war, der in das Gemüt und in die Seele seiner Patienten schauen konnte, ähnlich wie auch manche Geistheiler oder sensible Therapeuten heute dazu in der Lage sind. Und da konnte Jesus wohl schnell sehen, wo der Schuh wirklich drückte. Denn nicht zufällig sprach Jesus den Mann als Erstes von seinen Sünden los. Offensichtlich hatte den Mann eine schwere Schuld belastet und diese war es, die ihn so sehr verkrampfte. Es handelte sich also bei dem Mann um eine heftige Psychosomatik.

Dieser Begriff wird heute bei jeder Gelegenheit verwendet, er ist viel- und nichtssagend zugleich. Aus langjähriger Erfahrung weiß ich: Wenn die Seele ein Problem hat oder wenn ihr etwas fehlt, dann kommt es leicht zu einer Symptom-Verschiebung von der Seelen- auf die Körperebene. Da wir „Westler“ uns so sehr mit dem Körper beschäftigen und den Zugang zu unserer Seele oft verloren haben, ist dieses Manöver der Seele wohl sehr geschickt. Denn Körperprobleme nehmen wir sofort ernst, Seelenprobleme schieben wir dagegen oft weit weg von uns. Wer will denn schon zugeben, dass er ein psychisches Problem hat?

Dabei könnten uns körperliche Symptome solch einen guten Dienst erweisen, um auf die wahren und eigentlichen Ursachen eines Problems auf der Seelenebene zu stoßen und diese ernst zu nehmen. Denn wenn die Seele das bekommt, was sie braucht, kann sie damit aufhören, dem Körper ein Symptom zu schicken. Seele und Körper sind eben doch eine Einheit, auch wenn dies schulmedizinisch in der Praxis oft nicht oder schon aus zeitlichen Gründen zu wenig beachtet wird.

Jesus wusste damals wohl um diese Zusammenhänge. Darum war es nur logisch, bei dem Mann zunächst das

Problem auf der Seelenebene zu lösen, nämlich ihn von seiner Schuld loszusprechen. Offensichtlich hatte das eine starke Wirkung auf die Psyche des Mannes. Die Schuld-Lossprechung wirkte befreiend und entkrampfend auf die Seele des Mannes. Sie konnte daher schon kurz darauf davon ablassen, körperliche Symptome zu erzeugen – nämlich Verkrampfungen in den Muskeln, so stark, dass der Mann davon gelähmt war.

Die Symptom-Verschiebung von der Seele auf den Körper konnte rückgängig gemacht werden. Die Seele hatte ja soeben bekommen, was sie brauchte: Anerkennung, tiefe menschliche Annahme, Ent-Schuldung. Vor diesem Hintergrund erscheint es dann fast ein Leichtes, dem Mann auch noch die spektakuläre Aufforderung zu geben: „Steh auf, nimm deine Tragbahre und geh nach Hause.“ Das war möglich, weil der Mann schon vorher von seiner Schuld, dem eigentlichen Problem, geheilt worden war.

KRITISCHE ANFRAGEN AN UNSER HEUTIGES MEDIZIN-SYSTEM

Ich bin davon überzeugt, dass viele körperliche Symptome seelische Ursachen haben und auf der psychischen Ebene gelöst werden sollten. Eine flankierende körperliche Behandlung ist sicher meist sinnvoll, da Körper, Geist und Seele eine untrennbare Einheit bilden. Aber die Medizin sollte sich eben nicht auf eine reine Symptom-Behandlung beschränken. Hier spielen die Hausärzte eine gewichtige Rolle, denn sie sind für viele Patienten* die erste Anlaufstelle und in der Regel besteht ein Vertrauensverhältnis zwischen Arzt und Patient. Dieses Vertrauen wirkt oft schon heilsam auf die Seele der Patienten.

Dennoch erscheint es mir befremdend, wenn zum Beispiel ein mir bekannter Hausarzt bis zu 100 Patienten am Tag behandelt. Die durchschnittliche Zeit, die dieser Arzt für einen Patienten hat, liegt bei etwa fünf Minuten. Kann in dieser kurzen Zeit von dem Arzt dann das Problem wirklich erfasst und erkannt werden? Auch die Krankenkassen honorieren das reine Arztgespräch nur sehr wenig. Dabei könnte ein längeres vertrauensvolles Arzt-Patienten-Gespräch oft Wunder wirken. Hierin sehe ich eine große Schwäche unseres ganzen Gesundheitssystems.

Meine Erfahrung in dem italienischen Hochtal war folgende: Ich durfte den direkten Zusammenhang zwischen einer (Schuld)Emotion und einem heftigen körperlichen Symptom erleben. Einen Arzt habe ich damals nicht gebraucht, weil ich die Körper-Seelen-Verbindung schnell erkennen durfte und das Heilende tun konnte: einen inneren, längst überfälligen emotionalen Schritt, der einen meiner engsten Familienangehörigen betraf. Es ging um die Beendigung des Haders und um die Liebe zu meinem Vater. Dazu war ich endlich bereit und das war sehr heilsam für mich.



Peter Maier (Autor) ist Lehrer für Physik und Spiritualität.

Literatur von Peter Maier:

„Heilung – Initiation ins Göttliche“, Epubli Berlin, ET 2016, 2. Auflage 2020,
Softcover: ISBN 978-3-95645-313-7; 18,99 Euro
eBook: ISBN: 978-3-752956-91-7; 11,99 Euro

Lesetipp: neuestes Buch von Peter Maier:

„Heilung – Plädoyer für eine integrative Medizin“, Epubli Berlin, ET 6.2020,
Softcover: ISBN 978-3-752953-99-2; 18,99 Euro
eBook: ISBN: 978-3-752952-75-9; 12,99 Euro



Inhaltsbeschreibung zum Buch:

„Heilung – Plädoyer für eine integrative Medizin“

Der zweifache Überfall von Ameisen während einer Camperreise kündigt beim Autor eine ganze Kette von bevorstehenden Ereignissen an, die mit einer seltsamen Fingerverletzung beginnt und bei Krebs endet.

Bei der Suche nach Heilung werden sowohl die Chancen als auch die Grenzen der herkömmlichen Medizin deutlich. Daher plädiert der Autor leidenschaftlich für eine moderne, integrative Medizin, die die Erfolge heutiger Ärzte in der Akut- und Operationsmedizin ebenso würdigt wie alternative Ansätze bei psychosomatischen Erkrankungen und bei Krebs.

Dazu ist es jedoch nötig, endlich den Paradigmenwechsel von der nur Symptom-orientierten Schulmedizin, die ihre Grundlage noch immer im längst überholten Newtonschen Weltbild hat, zu einer ganzheitlich ausgerichteten Energie- und Regulations-Medizin zu vollziehen, die auf der Quantenphysik basiert. Nicht allein der Körper, sondern der ganze Mensch mit Körper, Geist und Seele muss im Mittelpunkt jeder Heilbehandlung stehen.

Das Buch ermutigt dazu, seinem göttlichen Ur-Kern und Inneren Arzt zu vertrauen und auch unkonventionelle Heilungswege zu gehen, besonders bei Krebserkrankungen. Die authentischen Heilungsgeschichten des Autors und vieler anderer Betroffener machen ebenso Hoffnung wie einige spektakuläre Krankenheilungen Jesu in der Bibel.

Nähere Infos und Buch-Bezug: www.alternative-heilungswege.de



Ute Franzmann

DEM EIGENEN LEBEN VERTRAUEN

Wie ich meiner Intuition
beim Pilgern folgte

ES KAM ALLES ANDERS, ALS ICH GEDACHT HATTE

Zusammen mit meiner Schwester wollte ich den schönsten Abschnitt des Jakob-Pilgerwegs im Münsterland gehen. Aber sie hatte keine Zeit. Für mich alleine war die Anfahrt zu weit und das Wetter war auch nicht das Beste. So sprachen alle Tatsachen dafür nicht zu gehen. Und dennoch war da ein Gefühl in mir, das sagte: Gehe einfach los!

Dieses innere Gefühl kenne ich bereits, und ich habe gelernt, dass ich diesem Gefühl mehr vertrauen kann, als meinem Verstand. Wenn ich gerade denke: „Jetzt hab ich es!“, bringt mein Verstand wieder einen neuen Gedanken ins Spiel, so oft und solange, bis ich gar nichts mehr weiß und total verwirrt bin. Da waren mir schon oft die Worte des indischen Philosophen Krishnamurti sehr hilfreich, der sinngemäß sagte: „Alles was du denkst, ist alter Kram und bringt dich nur von der Gegenwart weg. Das Neue kannst du nicht denken, da du es noch nicht kennst. Das Neue will erlebt werden.“ Seit dieser Erkenntnis achte ich mehr und mehr auf meine innere Stimme, meine Intuition, und beobachte kritischer meine Gedanken.

DER BEGINN

Also rein ins Abenteuer Leben. Der erste Abschnitt führte an einer Landstraße entlang, nicht wirklich abenteuerlich. Jedoch war es netter, als ich anfangs dachte. Da in NRW Renaturierung durchgeführt wird, und alle Wegränder mit Wildblumen bepflanzt werden, bot sich mir ein buntes Bild.

Mit Schafgarbe, Wildmalve und Lupinen, wie ich es letztmalig in meiner Jugend erlebte. Es sah wunderschön aus, die Straße war bald vergessen. Im ersten Ort kam ich an einer kleinen Wasserburg vorbei. Beim Lesen der Historie stutzte ich. Damals, so heißt es dort, wurden Zwerge eingefangen und lebendig in die Burg eingemauert. Eine gruselige Vorstellung. Weiter ging es an einem lauschigen Bach entlang. Dort machte ich Rast und hörte dem Plätschern des Wassers zu. Es war Samstagmittag und noch traf ich einige Spaziergänger.

DIE MITTE DES WEGES

Etwas ausgeruht zog ich weiter. Wer das südliche Münsterland kennt, der weiß, dass großflächig nur Mais gepflanzt wird und dazwischen kilometerlange Wirtschaftswege liegen. Das Wetter wurde schlechter und die Menschen weniger. Je länger ich alleine ging, desto mehr bekam ich das Gefühl, dass mein Bewusstsein nicht mehr wirklich im Hier und Heute war. Ich sah die Landschaft, trotz Maisfeldern und Wirtschaftswegen zeitlos, und bekam ein Gefühl von der Landschaft vor dieser Zeit. Als würde sich mein Bewusstsein ausdehnen. Vielleicht ist das eine Eigenheit des Pilgerns. Da ich noch nicht oft gepilgert bin, kann ich das nicht mit Gewissheit sagen.

Auf einmal hörte ich Trommeltöne und indische Melodien. Ich zweifelte an meiner Wahrnehmung. Erst strichen die Töne ganz zart über die Felder zu mir, dann immer kräftiger. Ich ging den Klängen nach. Und was erblickte ich mitten in der westfälischen Pampa? Eine türkische Hochzeit. Es war ein gelungener Mix aus Landwirtschaft und orientalischer Musik. Das hatte etwas.

DAS GESCHENK AM ENDE DES WEGES

So lief ich weiter und weiter, insgesamt waren es 17 Kilometer. Der Regen kam und ging, und es machte mir nicht mehr wirklich etwas aus. Wieder meldete sich meine Intuition. Sie ließ mich nach rechts schauen. Parallel zum Weg befand sich ein Buchenwald. Ich liebe Buchenwälder, da sie so hell und licht sind. Schon war ich im Buchenwald und ging dort weiter. Es war herrlich. Dann endete der Wald und ich blieb einen Moment stehen – da kam sie wieder, meine Intuition. Ich sah vier Buchen, die wie ein Kreis angelegt waren, und stellte mich in die Mitte der Bäume. Schaut jede Buche einzeln an und spürte die Stille und Klarheit. Ich umarmte eine Buche und spürte ihr kaltes Holz an meinem Gesicht.

Was jetzt geschah, hat mich sehr verunsichert. Bei der Umarmung lag mein Ohr wohl direkt an der Rinde. Plötzlich hörte ich ein starkes Wasserrauschen und ein Gescharre, wie von einem Tier, aus dem Inneren des Stammes. Ich sprang ein Stück zurück vor Schreck. Geräusche aus dem Bauminneren davon hatte ich noch nie gehört. Medial hatte ich mich mit Bäumen schon häufiger verbunden, das kenne ich. Aber das hier war anders. Es waren Geräusche, aus dieser für mich bis dahin festen Materie, und keiner bei mir, mit dem ich mich hätte austauschen können.

Jetzt war ich neugierig, ob es nur eine Sinnestäuschung an diesem einen Baum gewesen war. Also ging ich von Baum zu Baum. Es war bei allen Bäumen so. Bei den Dickeren brauchte es etwas länger und bei den Dünnere war das Geräusch sofort zu hören. Ein paarmal schaute ich hoch, ob da nicht ein Tier im Baumwipfel saß, welches scharrte. Nein, es war nichts zu sehen. Es war wie Wellen von aufsteigendem Wasser. Beim letzten Baum spürte ich sogar die Wellen in meinen Händen, die ich daraufhin vor Schreck wegzog. Das war mir doch alles etwas zu viel. Ich kenne bereits einiges an feinstofflicher Wahrnehmung, aber dieses war anders.

Ich war beeindruckt und tief berührt von dem Erlebten, und fühlte mich sehr verbunden mit den Bäumen. Sie waren und sind lebendige Wesen mit einem hörbaren Kreislauf. Der Rest des Weges lief sich wie von selbst.

MEINE MITMENSCHEN

Wieder zu Hause angekommen, teilte ich es gleich meinen Freunden mit. Zufällig hatte eine Freundin einige Tage zuvor im Radio von dem Phänomen gehört. Darin hieß es, dass man es den Bäumen anhören kann, wenn sie verdursten. Man würde im Inneren des Baumes ein Klopfen wahrnehmen. Das war ja bei meinen Buchen zum Glück nicht der Fall.

Nun gingen alle Freunde raus und probierten es aus, auch die Skeptiker unter ihnen. Und es klappte bei allen, alle hörten dieses Rauschen. Bei den Bäumen mit dicker Rinde ist es schwieriger als mit glatter Rinde, wie bei der Buche und der Birke.

DIE INTUITION IN UNS

Es war nur eine kleine Abweichung vom gewohnten Weg und schon hat sich mir eine neue Welt geöffnet. Durch meine gefühlte Intuition.

Unsere Intuition hilft uns neue Wege zu gehen, um die alten Wege, die aus Gedanken und Prägungen bestehen, zu verlassen. Intuition ist nicht unbedingt unser Bauchgefühl, dort sitzen häufig Ängste und Prägungen, es ist eher die Stimme des Herzens, des Vertrauens. Sie ist direkt mit unserem höheren Selbst, mit der Quelle, verbunden. Darüber können wir erfahren, was uns wirklich glücklich macht und erfüllt. Es ist gar nicht so schwierig, wir müssen nur hinhören. Besser noch hineinfühlen, sie ist der Wegweiser der neuen Zeit.

ZU OFT HABEN WIR DEN FOKUS AUF DINGE GERICHTET, DIE NUR IN UNSEREM KOPF VON BEDEUTUNG SIND UND VERGESSEN DABEI, DASS DAS LEBEN VOLLER WUNDER IST.

Ich empfinde tiefe Dankbarkeit für das Erlebte und ich wollte es gerne teilen.



Ute Franzmann ist examinierte Krankenschwester, Heilpraktikerin für Psychotherapie in eigener Praxis. Mit Hilfe ihrer Medialität unterstützt sie Menschen in Einzelberatungen, Seminaren und Weiterbildungen, das eigene Bewusstsein zu entfalten. Aktuelle Termine und weitere Infos siehe Webseite www.heilpraxis-ute-franzmann.de

Her mit dem Hunger
Heilungsgespräche für Frauen
mit Essproblemen



www.juliakratz.de



Jürgen Block

DAS GLÜCK WOHNTE OFT GLEICH NEBENAN

**„WARUM IN DIE FERNE SCHWEIFEN, WENN
DAS GUTE LIEGT SO NAH?“**

Diese Volksweisheit basiert auf Erfahrungen, die viele Menschen gemacht haben. Diese können oft eine Art Wegweiser dafür sein, wie man sein Leben wieder in die richtigen Bahnen lenken kann.

Viele Menschen glauben jedoch nicht daran, dass in ihrem meist routinemäßig und eintönig verlaufenden Alltag, eine Aussicht auf „Glück“, „Seelenheil“ oder einfach „Gottverbundenheit“ besteht. Sie sehen in Filmen oder lesen in Büchern darüber, wie nach Glück suchende Menschen auf einer Pilgerreise, bei einem Urlaub in tropischen Ländern, oder in Tibet, im Himalaya, wo man das sagenumwobene Shangri-La vermutet, so etwas wie Glück finden. Diese Selbsterfahrungsreisen oder auch der sogenannte „Tapetenwechsel“ können jedoch wirklich Wunder bewirken. Man trifft andere Menschen, man wird mit anderen Lebensweisen ja Philosophien konfrontiert, die dann für einen selbst neue Fenster und Möglichkeiten eröffnen, aus dem Alltagstrott zu entfliehen. Ja – und viele Menschen finden dabei ihr Glück und neue Erfüllung.

Aber zurück zur Volksweisheit. Offenbar muss man für einen solchen Tapetenwechsel oder für die Änderung einer Sichtweise nicht in die Ferne schweifen. Es sind oft nur die wenigen Zentimeter vom Kopf zum Herzen.

Es ist der Bewusstseinswandel vom Ego dominierten Verstand, der all den Gedanken Glauben schenkt, die einen so alltäglich überfallen, hin zum Herzen, zum inneren Gefühl, einer tiefen Dimension in der Stille der Seele in der man die Stimme Gottes hören kann.

Der Weg zur inneren Erleuchtung beginnt – wie vieles – mit einem ersten Schritt – in die richtige Richtung. Es kommt darauf an, sich selbst ganz bewusst zu sein. Das, was man tut, soll man mit voller Aufmerksamkeit, ganz bewusst tun, um immer in der Gegenwart zu sein, ganz bewusst zu leben.

Das erinnert mich an eine Geschichte über einen Straßenkehrer. Er kehrte die ihm zugeteilte Straße jeden Tag im vollen Bewusstsein und mit großer Hingabe, so wie Beethoven seine Sinfonien komponierte, so wie Michelangelo seine Malereien in der Sixtinischen Kapelle ausführte oder so wie Luciano Pavarotti die „Arie Nessun“ dorma aus der Oper Turandot sang. Er kehrte seine Straße mit einer solchen Hingabe, sodass alle Menschen, die das sahen, sagten, hier lebt ein großer Straßenkehrer.

Kommt es also gar nicht darauf an, was man tut, sondern wie man es tut? Das Besondere liegt oft nicht im Spektakulären. Das „scheinbar Selbstverständliche“ wird von vielen Menschen nicht mehr als besonders wahrgenommen.

Nur wenn es fehlt, wenn wir bestimmte Dinge aufgrund von körperlichen oder seelischen Einschränkungen nicht mehr durchführen können, wenn wir Schmerzen empfinden und uns so klar wird, da stimmt etwas nicht, erst dann werden wir uns der Kleinigkeiten bewusst, die in unserem Leben doch so eine große Rolle spielen.

NEHMEN WIR ALS BEISPIEL DIE LEHRE BRUNO GRÖNINGS.

Bruno Gröning (1906–1959) hielt in einer Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg in Deutschland Glaubensvorträge und führte die Menschen wieder zum Glauben an Gott zurück. Man kann sagen, dass er die Menschen wieder mit Gott verband. Ein Zitat von ihm:

„Das ist eine, meine Mission, nicht mein Beruf, sondern meine Berufung, meinem Nächsten zu helfen!“
Bruno Gröning sagte, dass die Kraft Gottes in Hülle und Fülle auf dieser wunderbaren Erde vorhanden ist. Nur haben viele vergessen, wie man sich mit der positiven Kraftquelle verbindet und wie man diese Kraft in den Körper aufnimmt. Dieses einfache Wissen, gab Bruno Gröning in seiner Lebenslehre weiter. Tausende und Abertausende wurden und können auch in der heutigen Zeit durch dieses Wissen gesund werden, indem sie lernen, sich mit der göttlichen Kraft, dem Heilstrom, wie Bruno Gröning diese Heilkraft auch nannte, zu verbinden, die positive Energie in sich aufzunehmen und einfach wirken zu lassen.

Hier sind zwei Erfolgsberichte, die beweisen, dass Hilfe und der Heilungsweg über das Geistige durch die Lehre Bruno Grönings aktueller ist denn je:

WEG DER HEILUNG VON CHRONISCHEN RÜCKENSCHMERZEN NACH BANDSCHEIBENVORFÄLLEN

„Meine Haltung war ganz krumm. Vier Jahre lang musste ich ein Stützkorsett tragen. Im August 2005, als die Schmerzen unerträglich waren, besuchte ich einen Informationsvortrag. Auf einer Tagung des Freundeskreises im April 2006 hatte ich ein unbeschreibliches Gefühl. Das Stützkorsett konnte ich unmittelbar danach ablegen, und das gute Gefühl gab mir die Kraft, zu glauben. Seit Juni 2006 bin ich frei von der 19-jährigen Pein. Ich bin wie neugeboren!“ J. C. (54), Peru

WEG DER HEILUNG VON LEBENSLANGEN DEPRESSIONEN

„Die Depressionen, Ängste und Panikattacken wurden derart schlimm, dass ich nicht mehr damit fertig wurde. So begann ich meinen Selbstmord für den 1. Juli 2007 vorzubereiten. Einen Tag davor erfuhr ich über eine Freundin von einem Dokumentarfilm über Bruno Gröning, der am 1. Juli gezeigt wurde. Während des Films musste ich ständig weinen.

Seitdem ist die ganze Qual der Vergangenheit verschwunden. Ich bin zutiefst dankbar, dass ich mein Leben zurück-erhalten habe.“ R. Z. (52), Australien

Diese Lehre, die Art und Weise der Aufnahme der Heilkraft und vieles mehr wird im Bruno Gröning-Freundeskreis weitergegeben. Der Bruno Gröning-Freundeskreis ist ein freiwilliger, internationaler Zusammenschluss von Menschen, die die Lehre Bruno Grönings für sich als hilfreich und wertvoll erkannt haben und danach leben. Inzwischen gibt es rund 80.000 Freundinnen und Freunde in fast 130 Ländern, in über 3.000 örtlichen Gemeinschaften.

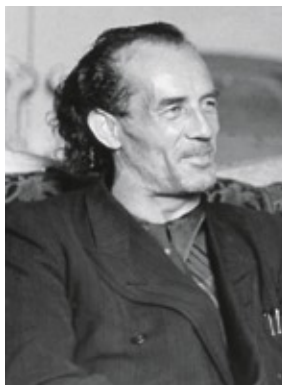
Innerhalb des Freundeskreises gibt es die sogenannte Medizinisch-Wissenschaftliche Fachgruppe (MWF). Sie ist ein weltweites Forum für Tausende von Ärzten, Psychologen und andere in Heilberufen tätige Personen zum Thema Heilung auf dem geistigen Weg. Die MWF hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Erfolgsberichte medizinisch zu prüfen und – soweit möglich – diese mit den entsprechenden Vor- und Nachbefunden zu dokumentieren. Auf diese Weise konnte in den letzten Jahren ein Archiv mit über 18.000 Berichten aufgebaut werden, das in eindrucksvoller Weise belegt, dass neben psychischen und psychosomatischen auch organische und selbst degenerative Erkrankungen einer Heilung auf geistigem Wege zugänglich sind.



Lesetipp:

Jürgen Block:
Kristalltage erleben –
Wer sucht, findet seinen
Weg. Ein Wegweiser auf
dem Weg mit der Lehre
Bruno Grönings Buch
erhältlich unter www.jimhumbleverlag.com

Weitere Infos zu Bruno Gröning und den Freundeskreis finden Sie unter www.bruno-groening.org oder seinem YouTube-Kanal www.youtube.com/BrunoGroeningOrg oder auf Facebook unter www.facebook.com/BrunoGroeningFreundeskreis





Regina Tamkus

MEINE REISE ZU DEN DELFINEN UND WALEN EINE WOCHE VOR „CORONA“

Ich war voller Vorfreude und Hoffnung, bei vertrauten, lieb gewordenen Freunden, den Delfinen und Buckelwalen sein zu können. Ich reiste auf Hawaii ein, einen Tag bevor die Einreise für Europäer wegen „Corona“ geschlossen wurde und bin zurückgefliegen, einen Tag bevor die Strände und Buchten, in denen wir mit Delfinen schwimmen konnten, geschlossen wurden. Es war eine Woche in meinem Leben, die ich nie vergessen werde. Es veränderte sich die Welt, und es veränderte sich meine Welt.

Während meines Aufenthalts auf der Insel war von „Corona“ nichts zu spüren, es gab keine Infektion. Das Leben an sich war leicht, getragen von Freude und einem entspannten, dahinfließenden Rhythmus, und es war umhüllt von den herrlichen Düften und Klängen der hawaiianischen Natur und dem Rauschen des Pazifiks – entspanntes Sein, das sich auf mich übertrug.

**WAS MICH ERWARTETE,
HABE ICH NIE ZU TRÄUMEN GEWAGT:**

Ich fuhr fast jeden Morgen in die Bucht, in der die Delfine wohnen, schaute auf das Meer und wartete auf sie. Einheimische und Besucher taten es mir gleich. Ich war zum vierten Mal dort und wusste, dass die Delfine nur kommen, wenn sie mit den Menschen schwimmen wollen, und dass sie auch mal tagelang nicht da sind. Sie sind frei von unserem Willen und unseren Manipulationen. Doch dieses Mal war es anders. Sie sind jeden Tag mit uns geschwommen, lange und ausgiebig. Ich habe dort noch nie so viele Delfine auf einmal erlebt, konstant waren sie da. Mit ihnen zu schwimmen, erfüllte mich mit Glück, Leichtigkeit und tiefer Freude. So ganz allmählich verstanden meine irritierten Zellen durch die Dauerhaftigkeit ihrer Präsenz, was tiefenentspanntes Sein heißt.

Wenn ich mal Nachrichten über „Corona“ aus Deutschland las, fühlte ich mich infiziert durch die Art der Berichterstattung und hörte nach zehn Minuten damit auf, weil es mich verwirrte. Am vorletzten Tag, als ich schon lange die Nähe und Freudensprünge der Delfine genießen durfte, und sie sich in einen weiter hinten liegenden Teil der Bucht zurückzogen, wollte ich gerade das Meer verlassen. Doch etwas zog mich zu ihnen hin und es schien so, als ob sie näherkamen. Schneller als ich die Distanz fühlte, war ich anstrengungslos dort angekommen und es war ruhig, geschmeidig und harmonisch miteinander. Kajaks und Schwimmer waren mit den Delfinen zusammen. Plötzlich rief eine Frau: „They bring us together“, und ich fing zu weinen an, weil ich spürte, dass es wahr ist. Sie riefen uns, die Menschen aus aller Welt, mit ihnen zu sein. Selbst als wir weit entfernt schienen, holten sie uns, die abseits waren, zu sich.

Diese Begegnung berührt mich immer noch sehr. Was ich verstanden habe, ist für mich wesentlich für diese Zeit, die wir jetzt zu bewältigen haben. Obwohl es ein Gegensatz zu den Corona-Maßnahmen scheint: kommt zusammen, bleibt zusammen, sorgt für Harmonie und Beruhigung, verlangsamt das Tempo und habt Freude aneinander und unterstützt Euch.

Am zweiten Tag begegnete ich den Walen. Ich hatte das Glück, zusammen mit einer Gruppe von Menschen, die ebenso wie ich, die Wale lieben, mit ihnen im Meer zu sein. Sobald ich mein Gesicht unter Wasser hielt, sah ich zwei Buckelwale, die einander still gegenüberstanden. Unmittelbar ging ein Ruck durch meinen Körper und ich lag still auf dem Wasser und alle meine Gliedmaßen waren tief entspannt, weit von mir gestreckt, und ich bewegte mich nicht mehr. Später erfuhr ich, dass die ganze Gruppe still und bewegungslos dalag und schaute. Ich spürte mich jenseits von Zeit und Raum und dachte, so muss Ewigkeit sein. Eine tiefe Stille umfing mich, die gleichzeitig wach und pulsierend in mir war – weit und offen. Ich ließ mich mitnehmen von diesem stillen, sanften Sein mit den beiden Walen. Es hätte ewig für mich so weitergehen können. Aber plötzlich kam Bewegung in einen der Wale, und wie aus dem Nichts kam ein dritter, ganz kleiner Buckelwal von unten hervor. Ich brauchte eine Weile, um zu realisieren, dass ich gerade bei einer Geburt anwesend war – natürlich fließend und ruhig: Mutter und Baby schwammen an die Oberfläche. Mir fehlen die Worte für diese Erfahrung, doch sie erfüllt mich mit Ehrfurcht und Demut vor dem Wunder der Geburt und der stillen, sanften, intelligenten Kraft, die am Grunde unseres Seins liebend wirkt.

Ein paar Tage danach traf ich zufällig eine Frau wieder, die mit dabei war, und sie sagte zu mir: „Da habe ich zum ersten Mal in meinem Leben verstanden, was friedlich sein heißt. Etwas in mir hat das sofort als wahr erkannt und ich dachte: Frieden. Ja natürlich, in der Stille ist Frieden!“

Der Flug zurück war leicht und unkompliziert, ich fühlte mich getragen und voller Dankbarkeit. Nachdem ich wieder in Deutschland ankam, hat sich die Welt innerhalb einer Woche komplett verändert. Die Flughäfen waren Geisterhallen, München hatte Ausgangssperre und in Berlin war Kontaktsperre.

Ich kam zurück in eine Welt, in der ich fühlte, wie sich Delfine und Wale im Delfinarium fühlen mussten: eingesperrt, abhängig, bedroht, krank.

Doch ich kam auch zurück zu meiner Familie, meinen Freunden, und das war sehr beglückend. Ich frage mich heute, wie kommen diese beiden Erfahrungswelten zusammen? Was hat es für eine Bedeutung, dass ich auf Hawaii sein konnte? Ich kann jetzt nach Monaten erst beginnen, meine Erfahrung in Worte zu fassen. Ich habe verstanden, dass beide Welten keine Gegensätze sind. Sie existieren gleichzeitig und zusammen. Das Sein, dass mich die Delfine und Wale erfahrbar haben werden lassen, ist immer da, weit und offen. Wir haben nur oft den Zugang verloren. Ich lebe in einer anderen Welt und bin in einem anderen Selbstgefühl, wenn ich spüren kann, was mich unter der bewegten stürmischen Oberfläche in den verwirrenden Zeiten von „Corona“ gleichzeitig trägt: Das liebende Sein!

Ich versuche, so gut ich kann, dem in mir zu folgen, was ich dort für meine Seele von den Delfinen und Walen geschenkt bekommen und erfahren habe. Wenn ich mein Gesicht unter Wasser tauche und atme, ist Ruhe, auch wenn an der Oberfläche die Wellen des Lebens tosen und mich verwirren. In der Tiefe ist absolute Präsenz, Stille. Diese Präsenz ist Frieden. Aus der stillen friedlichen Präsenz wird Neues geboren. Geburt ist natürlich, fließend und leicht. Am Grund trägt und umarmt uns ein Ozean aus Liebe. Sanftes zärtliches Sein ist machtvoll. Berührung ist wesentlich. Aus der Tiefe des Seins kommt alles, was wir brauchen: Zugehörig-sein, Liebe, Spiel, Berührung, Fürsorge, Nahrung, neue Impulse, Freude sowie das Wissen, wohin ich gehöre und wer ich bin ebenso wie offen und bereit sein, Unerwartetes, Spontanes und Wunderbares zu empfangen.

Regina Tamkus ist diplomierte psychologische Psychotherapeutin mit privater Praxis in Berlin. Durch ihre 18 Jahre Erfahrungen mit Walen und Delfinen fühlt sie sich aufgefordert, diese lösende Arbeit in neuem Aufstellungskonzept anzubieten: „River Flows in you“ – Aufstellungen in Präsenz der Liebe der Delfine und Wale. Nächste Veranstaltung: 2.–4. Oktober Familienaufstellungsseminar. Weitere Infos unter regina.tamkus@erosundpsyche.net oder Tel. 030.64094526.



WIEDER
GLÜCKLICH
im
JOB

„Ich unterstütze Menschen,
die sich im falschen Beruf oder
in der falschen Umgebung fühlen.“

InesM.Fischer@wie-weiter.jetzt
WIEDER-GLUECKLICH-IM-JOB.DE



auch
online
möglich



Auszug aus dem Buch von Sherri Mitchell: *Aktivismus heißt Verbindung*

DIE LIEBE TAUSENDER

Die Chickasaw-Dichterin Linda Hogan schreibt in ihrem Buch *Dwellings: A Spiritual History of the Living World*: »Plötzlich spüre ich all meine Vorfahren hinter mir. Halte inne, sagen sie. Schau und höre zu. Du bist das Ergebnis der Liebe Tausender.«

Dieses schöne Zitat würdigt die langen lebensgebenden Verbindungen, die uns hervorgebracht haben. Der Gedanke scheint unfassbar, dass wir aus solcher Liebe hervorgegangen sind – sei es die Liebe zwischen Menschen, die Liebe von Eltern für ihr Kind oder die warme Liebe, die Großeltern für ihre Enkelkinder verspüren. Wir alle sind durch eine lange Liebe miteinander verbunden, die seit unendlichen Zeiten besteht. Sogar, wenn wir selbst diese Liebe nicht direkt erfahren, wissen wir, dass es sie gibt und dass sie eine unauslöschliche Spur auf unseren Seelen hinterlassen hat. Es ist bemerkenswert, dass die Gesamtheit menschlichen Lebens in uns allen existiert – sie reicht zurück bis zum Anbeginn der Schöpfung. In unseren Körpern tragen wir das Blut unserer Ahn*innen und den Keim nachfolgender Generationen. Wir sind die lebendige Verbindung zu allem Leben. Wenn wir über die unermessliche Weite des verwobenen Netzes nachsinnen, in das wir eingebunden sind, dann erscheinen unsere einzelnen Fäden viel weniger schwach. Wir werden von jenen gestärkt, die vor uns waren, und von jenen inspiriert, die nach uns kommen.

Mein Großvater erzählte mir von diesen lebensgebenden Verbindungen. Eines Tages, als wir auf dem Penobscot River paddelten, hielten wir auf einer der Inseln an, um zu Mittag zu essen. Als ich aus dem Kanu stieg, sagte er: »Die Vorstellung ist doch erstaunlich, dass

vor Tausenden von Jahren unsere Vorfahren aus ihren eigenen Kanus in eben dieses Gewässer und auf diese Inseln stiegen.« Dann fragte er mich: »Was denkst du, worüber sie nachgedacht und wovon sie geträumt haben – vor all diesen Jahren?« Ich dachte einen Moment lang nach und sagte: »Wahrscheinlich dasselbe, worüber wir nachdenken und wovon wir träumen.« Er lachte und nickte. Dann erzählte er mir von einem seiner Erlebnisse auf diesem Fluss mit einer älteren Person aus seiner Kindheit. Es gab viele solche Momente in meinem Leben, viele Geschichten, die mich mit der Vergangenheit und mit der Zukunft verbanden. So habe ich gelernt, dass das Konzept der Verbundenheit nicht bloße Theorie ist. Es ist ein lebendiger Ausdruck der Kontinuität unserer Leben.

Ich schätze mich glücklich, mit einer tiefen Anerkennung für meine Vorfahren und einem Bewusstsein für all das groß geworden zu sein, was sie geopfert haben, um sicherzustellen, dass ich überhaupt existieren kann. Mich hat das gelehrt, das Leben wirklich wertzuschätzen, das mir gegeben wurde. Es war ein Geschenk, mit den Geschichten groß zu werden, die die Älteren mir erzählten und die ihnen selbst als Kinder erzählt wurden – Geschichten, die in unseren Familien über Generationen weitergegeben wurden. Diese Geschichten verbinden uns miteinander über die Zeit hinweg, sie tragen wertvolle Lehren in sich. Sie versorgen uns mit der Weisheit von Generationen vor uns und stellen sicher, dass die Verbindung zu denen, die vor uns gelebt haben, nicht unterbrochen wird. Diese lebendigen Geschichten sind mehr als Überlieferungen. Sie enthalten die Weisheit vergangener Zeiten.



Sie sichern ab, dass das Bewusstsein sich kontinuierlich weiterentwickeln kann.

Wenn wir ihnen zuhören, dann hören wir nicht nur Geschichten aus vergangenen Tagen, sondern wir hören auch die Stimmen all jener, die vor uns gelebt haben. Diese Vorfahren sind nicht aus unseren Leben verschwunden. Sie leben in den Geschichten und in unserer Umgebung fort. Sie besuchen uns im Traum und in Zeremonien. Sie flüstern uns in ruhigen Momenten etwas zu, und sie schenken uns Geborgenheit. Eine meiner Lieblingsgeschichten handelt von der Erfahrung einer Freundin mit den Ahn*innen. Sie kümmerte sich um die Rückführung eines Vorfahren und seiner Überreste, damit er nachträglich bei seiner Gemeinschaft richtig beerdigt werden konnte. In diesem Fall war der Vorfahr grausam in einem Museum ausgestellt worden. Während ihrer Zeit mit ihm, verblieb die Freundin im Gebet und er suchte sie auf und übermittelte ihr eine Botschaft. Erst bedankte er sich dafür, dass sie ihn nach Hause brachte. Dann sagte er zu ihr: »Wir haben euch in die Zukunft geträumt.« Unsere Ahn*innen haben für uns gelebt, sie sind für uns gestorben, und sie haben für uns geträumt. Durch ihre kollektiven Vorstellungen sind wir alle entstanden. Was für eine unglaubliche Ehre ist es, dass wir durch unser eigenes Leben ihr Leben weitertragen?

Wenn wir uns mit unseren Ahn*innen verbinden und ihre Weisheit anwenden, dann entwickeln wir das kollektive Bewusstsein weiter. Wir tragen die alten Wahrheiten unserer kollektiven Vergangenheit weiter und bringen sie in die Zukunft.

Was wir aus diesen Wahrheiten schöpfen, erweitert die Weisheit aller, die vor uns da waren. Und es weist denen, die nach uns kommen, den Weg.

Der Kiowa-Autor N. Scott Momaday schreibt:

»Wir sind, was wir uns vorstellen. Unsere Existenz besteht darin, uns eine Vorstellung von uns selbst machen zu können. Unser bestmögliches Schicksal ist es, uns uns selbst vollständig vorzustellen – wer, was und dass wir sind. Die größte Tragödie, die uns widerfahren kann, ist, in keiner Vorstellung zu existieren, nicht erahnt zu werden.«

EINFÜHRUNG IN AGNI YOGA



YOGA DES HERZENS

Videos

zu sehen bei

www.lebendige-ethik-schule.de

Unsere Vorstellungskraft kann sehr machtvoll sein. Wenn wir sie nutzen, nehmen wir aktiv am Schöpfungsprozess teil. Wir schöpfen etwas, indem wir es in unser Möglichkeitsfeld bringen, ihm Leben einhauchen und ihm eine Gestalt geben. Ebendiesen kreativen Impuls gibt es in unseren alten Geschichten. Wenn wir diese Geschichten erzählen, dann verbinden wir uns mit unseren Ahn*innen. So hauchen wir unseren entstehenden künftigen Generationen Leben ein. Dieser Prozess ist evolutionär, da er Weisheit weiterträgt und uns ermöglicht, sie in unsere gegenwärtige Erfahrung zu integrieren und auf ihr aufzubauen. Um diesen evolutionären Prozess fortzusetzen, müssen wir unsere eigene Geschichte kennen. Wir müssen unsere Beziehung zu unseren Vorfahren nähren und uns als Teil dieser Kontinuität verstehen, um so das Leben fortzuschreiben. Die Weisheit der Ahn*innen lehrt uns, wie wir auf eine Weise in dieser Welt leben können, die das Leben bewahrt und nährt.

Unsere Vorfahren verstanden sich selbst als Teil der lebendigen Schöpfung und wussten, mit ihr zu kommunizieren. Sie verstanden die Sprache der Erde und der Gewässer. Sie sprachen mit den Pflanzen und den Tieren. Sie nahmen die zarte Stimme der Schöpfung wahr und erkannten die Verbundenheit alles Lebendigen. So lebten sie im Einklang mit den natürlichen Rhythmen, die sie umgaben. Sie wussten, dass ihre Leben untrennbar mit allen Lebewesen und mit der lebendigen Erde selbst verbunden waren. Daher standen die Erzählungen, die unsere Vorfahren webten in einem harmonischen Gleichgewicht mit den Leben, die sie schufen. Sie verstanden ziemlich gut die Notwendigkeit, die männlichen und weiblichen Energien in einem Gleichgewicht zu halten, sowohl in uns selbst als auch in der Welt, die uns umgibt. Einer der Gründe dafür, dass wir unser Gleichgewicht in der Welt verloren haben, ist, dass wir diese beiden ausgleichenden Energien in zwei verschiedene Formen getrennt haben und sie so von ihrer natürlichen Vereinigung abhalten, die notwendig ist, um unseren Geist und unsere Leben zu harmonisieren.

Die als männlich und weiblich benannten Energien spielen unterschiedliche Rollen in der Entfaltung unserer Wirklichkeit – aber sie tun dies in einem aufeinander abgestimmten Zusammenspiel. Diese Energien sind nicht spezifisch für Frauen oder Männer; sie existieren in uns allen so, dass sie am besten zu dem Leben passen, für das wir bestimmt sind. Die Natur hat uns ein paar Hinweise auf die Eigenschaften gegeben, die diese Energien mit sich bringen, aber das sind nur Orientierungen, wie wir diese Energien in unseren

Leben nutzen können. Weibliche Energie repräsentiert die innere Welt. Das zeigt sich in der Anatomie [vieler] Körper. Die Fortpflanzungsorgane der [meisten] Frauen liegen in ihrem Inneren und ihre kreative Kraft liegt in ihrer Mitte, in der Gebärmutter. Diese Schöpfung entsteht im Zusammenspiel mit der Energie des Herzens. Das Leben, das im Uterus entsteht und genährt wird, liegt direkt unter dem Herzen und ist auf dessen Rhythmus abgestimmt. Der Körper der Gebärenden ist eine Brücke zwischen den Welten. In diesem Körper gibt es eine direkte Verbindung zum Ursprung der Schöpfung. Die Energie des Weiblichen verbindet uns also mit göttlichem Wissen, führt dieses Wissen durch den Körper und steht in unmittelbarem Zusammenhang mit dem Herzen. Diese Energie ist weit, intuitiv, kreativ und lebensbejahend. Sie bewahrt die Intuition und übersetzt die Weisheiten des Herzens.

Männliche Energie ist hingegen äußerlich. Auch das zeigt sich in der Natur der Fortpflanzungsorgane der [meisten] Männer, die außerhalb des Körpers liegen. Männliche Energie führt unser Handeln im Außen. Es ist eine Energie des Tuns, während weibliche Energie eine Energie des Seins ist. Männliche Energie ist fokussiert und strebend, linear und analytisch; sie ist aktiv und äußerlich. Das Weibliche braucht das Männliche, um die intuitiven, herzensbasierten Ideen im Außen umzusetzen. Das Männliche braucht die weibliche Weisheit des Herzens um sicherzustellen, dass die äußeren Handlungen ehren, was heilig ist, und das Leben bewahren.

Buchauszug mit freundlicher Genehmigung des Verlags.
Der Text im Originalabdruck enthält 4 Markierungen und deren Hinweise.



Sherri Mitchell: Aktivismus heißt Verbindung
Indigene Weisungen zur Heilung der Welt.
übersetzt von Jen Theodor,
Verlag w_orten & meer, 4.2020, 336 Seiten,
ISBN: 978-3-945644-19-5, 12 Euro



Wiebke Ude

DIE RINGELBLUME (CALENDULA OFFICINALIS)

BALSAM FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

Wie ist sie schön anzusehen – die gelb-orangefarbene, immer aufrecht stehende Calendula aus der Familie der Korbblütler mit ihren dicht stehenden, lanzettlichen Zungenblüten und ihrem flaumig behaarten Stiel. Sie dient auch schon mal als Ersatz für ihre Verwandte das Gänseblümchen als Entscheidungshilfe beim beliebten „Er/Sie liebt mich – er/sie liebt mich nicht“.

Gerne blüht sie flächig, eine Ringelblumenwiese, etwas verwildert, ein echter Blickfang in Klöstergärten, auf Friedhöfen, Schuttplätzen, in heimischen Vorgärten oder als Berandung zwischen Gemüsebeeten. Von Juni bis Oktober spendet sie unermüdlich Kraft, Fülle und Farbenpracht. Der Name „Ringelblume“ bezieht sich auf die ringförmig gekrümmten Früchte der Pflanze, die sich im Blütenkörbchen am Boden der Blüten befinden.

Ursprüngliche Heimat der Ringelblume, die auch Studentenblume, Ringelrose oder Goldblume genannt wird, ist Mittel-, Süd- und Osteuropa, wo sie als alte Kultur- und Zierpflanze wohl seit dem 12. Jahrhundert angepflanzt wurde. Hildegard von Bingen nannte sie in ihren Schriften „Ringella“ oder „Ringula“, und schrieb ihr heilbringende Wirkung zu, zum Beispiel „bei Vergiftungen durch üble Speisen“, womit sie die Wirkung der Calendula auf Leber und das Magen- und Darmsystem hervorhob.

Durch ihre wunderschöne Färbung erinnern die Calendula-Blüten an die wärmenden und lebensspendenden Strahlen der Sonne. Auch astrologisch wird die Pflanze dem Planeten Sonne zugeordnet. Mit ihr werden Kraft, Vitalität, Wärme, Freude, Hoffnung und Zuversicht verbunden. Gerade in der heutigen (Corona-)Zeit wichtiger denn je!

Calendula officinalis findet als Heilpflanze einen Platz im Europäischen Arzneibuch und dem Deutschen Arzneimittelcodex. Durch eine Vielzahl von heilungsfördernden Inhaltsstoffen wie ätherischen Ölen, Flavonoiden, Carotinoiden und Saponinen werden entzündungshemmende, wundheilungsfördernde, antiödematöse, antibakterielle und virustatische Wirkungen ausgewiesen.

Ringelblumenblüten können äußerlich und innerlich zum Einsatz gelangen, beispielsweise in anthroposophischen Augentropfen und Heilsalben bei Ekzemen und Wunden mit verzögerter Heilungstendenz und Neigung zu Vereiterungen.

In Cremes gegen Windeldermatitis ist die Ringelblume genauso zu finden wie in Mundspülungen oder Tinkturen bei entzündlichen Veränderungen der Mund- und Rachenschleimhaut. Insektenstiche, aber auch offene Beine (Ulcus cruris), können durch Calendula-Zubereitungen Linderung und Heilung erfahren.

Calendula-Öl kann einen wunderbar pflegenden Effekt für die Haut haben und sie geschmeidig halten.

Homöopathisch können Calendula Globuli in verschiedenen Potenzierungsstufen zur Anwendung gelangen, gebräuchlich sind D6, D12 oder C30.

Verwendung finden die Zungenblüten auch in Tees. Durch die enthaltenen Bitterstoffe können sie bei Verdauungsbeschwerden unterstützend wirken und den Leberstoffwechsel ankurbeln. Ein bis zwei Tassen täglich, heiß getrunken, können helfen.

Die Blüten sind nicht nur ein Augenschmaus oder zu Heilzwecken einsetzbar, sondern sind essbar, und können zum Salat oder auf der Stulle verzehrt werden.

Alles in allem: eine Pflanze für Körper, Geist und Seele!



Wiebke Ude, Heilpraktikerin mit eigener Naturheilpraxis, hat zuvor eine pharmazeutische Ausbildung absolviert und langjährige Apothekenerfahrung. Sie ist Referentin für Fort- und Weiterbildungen im Bereich Naturheilkunde, Homöopathie, Schüssler-Salze, Orthomolekulare Medizin und Anthroposophie, unter anderem an der Apothekerkammer Berlin. Weitere Infos: 030.77206744, www.heilpraxis-ude.de

KRISENZEITEN UND HOMÖOPATHIE



Der Verlust des inneren Gleichgewichts kennzeichnet eine Krise. „Den Boden unter den Füßen verlieren“, sagt der Volksmund dazu. Es ist der Gipfel eines Spannungsbogens, in der sich die Betroffenen in einem sehr labilen psychischen Zustand befinden und sich nicht mehr in der Lage fühlen, Lebensumstände aus eigener Kraft zu bewältigen. Ein Bruch in der Normalität des Lebensverlaufs geht dem zuvor, etwa beim Auftreten einer Krankheit, bei Unfällen, Arbeitsplatzverlust, Trennungen, Lebensphasenübergängen oder tiefgreifenden Veränderungen der Lebensgewohnheiten, wie sie zum Beispiel gerade in der Corona-Krise entstehen. Menschen verharren in Angst, Schock, Kummer, Isolation bis hin zur Depression. In einer solchen Notsituation sind Wahrnehmung und Problemlösungsfähigkeit eingeengt bzw. herabgesetzt. Die Situation beginnt bedrohlich zu werden.

HOMÖOPATHIE HAT AUF KRISEN EINE ANTWORT

Aus nahezu 2.500 Arzneien, hergestellt aus Mineralien, Pflanzen, Tieren und anderen Produkten, haben sich rund zwei Dutzend Notfall-Mittel in der Homöopathie-Praxis bei der Bewältigung von Krisen herauskristallisiert.

DIE WICHTIGSTEN HOMÖOPATHISCHEN KRISENMITTEL

Jegliche Arten von Trennung, Schock und emotionalen Ereignissen: Aconitum, Arnica, Belladonna, Carcinosinum, Ignatia, Natrium muriaticum, Phosphoricum acidum, Staphysagria, Veratrum album

Wenn Eifersucht mitspielt: Apis, Hyoscyamus, Lachesis, Pulsatilla

Weitere infrage kommende Mittel in Krisenzeiten: Mercurius, Opium, Platinum, Sulphur

ZIEL DER HOMÖOPATHIE

Die zwingende Kraft der Veränderung – verursacht durch die Krise – ermöglicht einen kraftvollen und kreativen Neuanfang und gerade solche Phasen sind Chancen für einen Menschen zu wachsen und Resilienz zu formen. Diesen Prozess begleitet die Homöopathie. Dabei ist bemerkenswert, dass die Behandlung ohne bewusste Beeinflussung wirkt. Dass unter der Therapie die Selbstheilungskräfte reguliert und harmonisiert werden können. In der Regel treten Erstreaktionen auf, die für den Patienten eventuell unangenehm sein können, aber notwendig sind, um alte unterdrückte Symptome, Verhaltensmuster erst einmal verarbeiten zu können. Dann erst kann/darf Veränderung oder Heilung geschehen.

SUCHE NACH DEM MITTEL DER WAHL

Bei den Geistes- und Gemütsproblemen, die typisch für eine Krise sind, sollte das Mittel der Wahl nicht alleine aus der psychischen Symptomatik bestehen, sondern auch körperliche Symptome einbeziehen.

Ein sogenanntes komplettes Symptom, das sowohl Ursache als auch Folgeerscheinungen psychisch und körperlich beschreibt, wäre die ideale Voraussetzung für eine treffende Arzneimittelwahl. Erstaunlicherweise gibt es auch Krankheitsfälle, bei denen speziell und manchmal ausschließlich das körperliche Symptom den Hinweis auf die Traumatisierung und die passende Arznei gibt. Das nennt der Homöopath „Simile“, denn dann ist die Ähnlichkeit des homöopathischen Mittels dem Zustand und der Symptomatik des Patienten am größten. Dann hat die homöopathische Arznei eine große Heilungschance.

Fallbeispiel: Die 35-jährige Laura kommt zu mir in die Praxis mit stechenden Halsschmerzen, die sehr unangenehm sind. Das Auffallende dabei ist, dass die Schmerzen besser werden, wenn sie feste Nahrung schluckt. Paradox, denn normalerweise ist ja das Gegenteil der Fall. Sonst beklagt die Patientin keinerlei Unpässlichkeiten. „Halsschmerzen besser durch Schlucken von fester Nahrung“ ist ein spezielles Leitsymptom von Ignatia. Ein Leitsymptom ist ein sehr wertvolles Indiz für die Verordnung der Arznei, denn in diesem Falle ist die Heilungschance sehr groß.

Es wurde Ignatia in C30 verordnet, 2 Globuli unter der Zunge zergehen lassen. Innerhalb kurzer Zeit sind die Schmerzen wie durch ein Wunder verschwunden. Angesprochen, ob sie irgendwelchen Kummer hatte, den sie bei der Anamnese vergessen hatte zu erwähnen, fiel ihr ein, dass sie zwei Tage davor ihren ehemaligen Partner mit seiner neuen Familie gesehen hatte. Er war inzwischen verheiratet und hatte ein Kind. Das tat sehr weh, aber sie hat den emotionalen Schmerz einfach runtergeschluckt und sich mit Arbeit abgelenkt.

Zwar sind homöopathische Mittel nicht in der Lage, den Kummer wegzunehmen, aber sie helfen dabei, besser damit zurecht zu kommen. Und sie beeinflussen besonders körperliche Symptome positiv, die sich nach erlebtem emotionalen Schock einstellen.

DOSIERUNG VON HOMÖOPATHISCHEN MITTELN

Jede homöopathische Arznei gibt es in unterschiedlichen Potenzen. Da die Stoffe in Reinform zu Erstreaktionen führen können, begann schon Hahnemann sie zu verdünnen bzw. zu potenzieren. Potenzieren heißt hier verstärken, obwohl, paradoxerweise, beim weiteren Potenzieren das Arzneimittel noch mehr verdünnt wird.

Beispiele:

Ein Tropfen der Ursubstanz und 9 Teile Verdünnung und verschüttelt, ergibt die D-Potenz.

Ein Tropfen der Ursubstanz und 99 Teile Verdünnung und verschüttelt, ergibt die C1-Potenz ...

Je höher die Potenz, desto tiefer und anhaltender ist die Mittelwirkung, obwohl kein nachweisbarer Wirkstoff mehr enthalten ist. Man vermutet, dass durch die Verschüttelung die Information der Arznei an den Verdünnungsstoff übertragen wird. Dieser Vorgang ist heute auch schon wissenschaftlich belegbar.

IN DER HOMÖOPATHIE GIBT ES KEINE STANDARDBEHANDLUNG

Grundsätzlich kann man aber feststellen, dass, wenn ein Mittel in einer niederen Potenz gut läuft, z. B. D6, die Potenz auf C30 erhöht werden kann. Häufige Wiederholungen sind aber zu unterlassen, da die homöopathische Arznei sonst eine Arzneimittelkrankheit auslösen kann, d. h. man entwickelt Symptome, die die Arznei ursprünglich in ihrem Mittelbild aufzeigt. Diese Wirkung ist überhaupt nicht erwünscht. Deshalb sollte die Gabe nur einmalig erfolgen bzw. eine Wiederholung erst dann einsetzen, wenn die Arzneiwirkung nach guter Wirkung sich erschöpft.

Die Globuli sollten nicht trocken, sondern aufgelöst eingenommen werden, d. h. drei Globuli werden in ein Glas Wasser gegeben und nach dem Auflösen verrührt. Davon trinkt man einen Schluck. Durch dieses Verrühren erreicht man eine weitere Potenzierung, und so wirkt die Arznei besser und verringert die Gefahr der Arzneimittelkrankheit. Hahnemann schrieb damals schon: „Wir sollen die Gabe modifizieren!“

KRISENMITTEL IN DER PRAXIS

Diese Arzneien kommen gehäuft in der homöopathischen Praxis vor und werden deshalb ausführlicher besprochen:



1. ACONITUM (EISENHUT)

Aconitum ist die Nummer 1 bei einem Unfall-Schockerlebnis. Die Arznei wirkt bei reaktionsstarken Menschen. Alles kommt rasch, vergeht genauso schnell wieder. Beschwerden nach Schreck, Angst und Angriffen. Symptome treten mit aller Heftigkeit auf. Der Betroffene reagiert mit Angst, Schlaflosigkeit, Herzklopfen, Panik und Verzweiflung, großer Unruhe und Ungeduld, Durchfall, Erbrechen und Magenbeschwerden.

Fallbeispiel: Eine Frau schreckte beim Klingeln des Telefons aus dem Schlaf. Das Krankenhaus teilte ihr mit, dass ihr Vater soeben verstorben sei. Sie war völlig schockiert, nie hätte sie mit einer solchen Nachricht gerechnet. In der Folge, jedes Mal, wenn das Telefon klingelte, schreckte sie extrem zusammen und kam in Panik, was sich in Herzrasen und unkontrollierten Ängsten äußerte. Diese Zustände steigerten sich ins Unerträgliche, sodass sie therapeutische Hilfe in Anspruch nehmen musste. Erst durch die Einnahme von Aconitum C30 konnte sie wieder angemessen auf ein klingelndes Telefon reagieren.



2. OPIUM

Die Angstzustände durch Schock lassen nicht nach, obwohl das Ereignis schon eine Weile zurückliegt. Es besteht ein Krampf oder eine Betäubung mit hochrotem Kopf. Der Patient wirkt wie gelähmt, gefühllos, verhardt im Zustand der Benommenheit, beklagt sich über nichts und ist geistesabwesend. Das ist die Arzneifolge der Droge Opium. Das Mittel wirkt gut bei Folgen von Schreck, Zorn, heftiger Kränkung mit starker Blutfülle des Kopfes.



3. IGNATIA (IGNATIUSBOHNE)

Ignatia ist ein sehr großes Kummermittel und hat schon viele Menschen trösten können, sei es durch emotionale Verletzungen, innere Kränkung, Liebeskummer, verbissenen Ärger, Tod des Partners, eines Elternteils, eines Kindes, Schreck eines Verbrechens oder Unfalls. Hysterische Reaktionen folgen auf jegliche Art von Enttäuschung, Ärger, Kummer, Kränkung und Unfall. Der Betroffene reagiert mit stillem Kummer oder mit Verlust der Selbstbeherrschung und mit Weinkrämpfen. Es bestehen ein rascher Stimmungswechsel und eine ausgeprägte emotionale Labilität. Seelische Einflüsse führen rasch zu funktionellen körperlichen Symptomen. Häufig sind paradoxe Symptome vorhanden, z. B. Magenschmerz und Brechreiz bessern sich durch Essen.

4. NATRIUM MURIATICUM (KOCHSALZ)

Natrium mur. ist in der modernen Industriegesellschaft der am weitesten verbreitete Konstitutionstyp. Er ist ein Spiegelbild der Unterdrückung emotionaler Schmerzen, die mit der durchschnittlichen Erziehung in der heutigen Gesellschaft verbunden sind.

Er vermag den inneren Schmerz und die Verwundbarkeit meist gut zu verbergen. Er meidet die Gesellschaft und hasst Sympathie.



Natrium-muriaticum-Patienten können nicht weinen und sind nicht fähig, ihre Zuneigung zu zeigen. Ein plötzlicher Tod, eine Trennung oder Entfremdung von einem geliebten Menschen kann der Tropfen sein, der das Fass zum Überlaufen bringt und Depression auslöst. Natrium mur. ist ein Mittel zur Behandlung von Stauungen aller Art: Flüssigkeitsstauungen, die Stauung von salzigen Tränen, von Ärger, Trauer und die allzu starke Bindung an geliebte Menschen. Loszulassen ist für Natrium mur. das Schwierigste, und das auf den verschiedenen Ebenen, gerade beim Verlust der Lebensgewohnheiten, z. B. Verlust des Arbeitsplatzes.



5. STAPHYSAGRIA (STEFANSKRAUT)

Die Arznei ist das erste Mittel der Wahl nach Enttäuschung und Demütigung. Körperliche Beschwerden, z. B. Kopfschmerzen oder psychische Beschwerden, wie z. B. Wut, treten auf durch unterdrückten Zorn („Zeitbombe der Wut“), Entrüstung, erlittene Ungerechtigkeit, Kränkung und Kummer. Mögliche Ursachen: Autoritäre Eltern, auch Vorgesetzte bei der Arbeit, (verbale) Abwertungen, Demütigungen, Strafen.

Staphysagria-Typen reagieren sehr empfindsam auf jede Form von Grobheit und bilden sich mitunter auch ein, man hätte sie beleidigt. Nach einem unausgefochtenen Konflikt, wenn Zorn oder Hass unterdrückt wurden, kann nach einer Gabe Staphysagria der Betroffene auch erst mal einen heftigen Gefühlsausbruch bekommen. So kann sich der hinuntergeschluckte Zorn oder Kummer erst einmal lösen. Danach geht es ihm besser. Psyche: Der Patient lebt im Außen, wirkt selbstbewusst, ist im Herzen aber schüchtern und sucht darum ständig nach Anerkennung der eigenen Person. Er ist anderen gegenüber sehr geduldig und hilfsbereit, er kennt kein Nein. Starkes Bewusstsein/Gefühl für Ehre und Würde: Er hat Angst, andere zu verletzen, erwartet aber dieselbe Fairness von anderen.



6. PULSATILLA (KÜCHENSCHELLE)

Der Charakter des Pulsatilla-Patienten ist sanft, nachgiebig, unentschlossen, wechselhaft, weinerlich, gefühlbetont, sentimental. Es besteht ein starkes Verlangen nach Gesellschaft. Er will, dass man sich um ihn kümmert und tröstet. Gerade Pulsatilla-Typen können durch eine Pandemie bedingte Isolation (Quarantäne) depressive Beschwerden entwickeln: Himmelhochjauchzend und zu Tode betrübt. Die Stimmung wechselt wie das Aprilwetter. Depressive Zustände können umso mehr infolge von hormonellen Störungen der Ovarien und der Hypophyse verstärkt auftreten. Außerdem Regelstörungen und andere Störungen des weiblichen Geschlechtslebens. Angezeigt sind auch: venöse Stauungen, akuter Gelenkrheumatismus, akuter Schnupfen, auffällig: durstlos und verträgt kein Fett.

Dies waren Eindrücke aus dem umfangreichen Fachwerk „Homöopathische Erstversorgung bei Notfällen“ von Erika Bernlöh. Für den interessierten Laien werden in diesem Buch auch die krisenbedingten Folgen von Schock und psychischem Trauma beschrieben.



Erika Bernlöh arbeitet seit 1998 in eigener Praxis als Klassische Homöopathin. 20-jährige Berufserfahrung als Kinderkrankenschwester, Heilpraktikerausbildung, Ausbildung in Homöopathie, Studien an der Homöopathischen Akademie in Nürnberg und der Clemens-von-Bönninghausen Akademie in Wolfsburg. Durch ihre psychologischen Erfahrungen kann sie Menschen durch Krisen führen und bedient sich dabei auch der Homöopathie. Weitere Infos auf www.erika-bernluehr.de



Lesetipp:

Erika Bernlöh: Homöopathische Erstversorgung bei Notfällen – erkennen, verstehen, heilen. BoD, 420 Seiten, ISBN 978-3-7392 2495-4 39,90 Euro,



Himmliche Konstellationen

von Markus Jehle

September – Oktober 2020

Allgemeine Trends

Diesen Herbst zeigt sich, inwieweit wir die richtigen Ziele verfolgen (Steinbock-Jupiter stationär direktläufig am 13. Sept.) und aus den Fehlern der Vergangenheit gelernt haben.

Es herrscht ein enormer Krisen- und Wandlungsdruck (Steinbock-Saturn und -Pluto stationär direktläufig am 29. Sept. und 4. Okt.). Aus lauter Frust mit dem Kopf durch die Wand zu wollen, könnte zwar gelingen, würde uns jedoch nur wenig voranbringen (rückläufiger Widder-Mars Quadrat Steinbock-Saturn am 29. Sept.). Es liegt womöglich mehr Vergeblichkeit in unserem Tun, als wir erahnen. Ein guter Grund, uns nicht länger als Einzelkämpfer durchs Leben zu schlagen (Waage-Sonne Opposition Widder-Chiron am 29. Sept.).

Spirits

Uns an der Realität vorbei zu mogeln, mag uns diesen Herbst besonders verlockend erscheinen. Wir sollten uns jedoch nicht für schlauer halten, als es die Götter uns zugestehen (Steinbock-Jupiter Sextil Fische-Neptun am 12. Okt.). Womöglich werden nun Wünsche wahr, die normalerweise unrealistisch wären, sofern wir es damit nicht übertreiben.

Was zu tun ist

Es liegt in den kommenden Wochen viel aufgetauter Ärger in der Luft (Widder-Mars wird am 10. Sept. stationär rückläufig). Insbesondere unsere Ungeduld kann nun alte Konflikte wieder aufflackern lassen und Streitigkeiten nach sich ziehen. Wo wir uns zu weit vorgewagt haben, stehen uns anstrengende Rückzugsgefechte bevor. Zwei Schritte vor und zwei zurück sind eine äußerst anstrengende Art, auf der Stelle zu treten. Wir sollten daher wissen, wo es langgeht, ehe wir den Rückzug antreten.

Zorn und Ressentiments sind keine gute Basis, um unsere Interessen zu behaupten, und Frustration und Wut ungefiltert herauszulassen, trägt nicht dazu bei, unsere Erfolgsaussichten zu stärken. Stattdessen gilt es, den Ursachen für unseren Groll auf den Grund zu gehen und zu erkennen, was in uns brodelt und uns zu blindwütigem Aktionismus verleitet (rückläufiger Widder-Mars Opposition Waage-Sonne am 14. Okt.). Alte Kriegsbeile nicht wieder auszugraben, wäre die richtige „Kampfkunst“, um am Ende den Sieg davonzutragen.

Kommunikation

An schönen Worten, um uns und anderen zu schmeicheln, mangelt es uns im September nicht (Merkur in Waage vom 5. bis 27. Sept.). Dennoch müssen wir uns fragen, wen wir mit unseren Komplimenten mehr schonen, uns oder die anderen? Der Umgang mit den Härten des Lebens verlangt von uns viel diplomatisches Geschick (Waage-Merkur Quadrat Steinbock-Pluto und -Saturn sowie Opposition Widder-Mars und -Lilith vom 21. bis 24. Sept.). Noch können wir einiges erreichen, indem wir auf Gerechtigkeit, Selbstbestimmung und Fairness achten und tragfähige Kompromisse ermöglichen. Verdrängte Wut und tiefstehender Groll sind unsere größten Feinde, um erfolgreich mit unseren Mitmenschen zu kooperieren. Es kommt ohnehin alles ans Licht, was wir bislang verdrängt und verheimlicht haben (Merkur in Skorpion ab 27. Sept.). Wo wir es in der Vergangenheit mit der Wahrheit nicht besonders genau genommen haben, müssen wir Abbitte leisten. Geständnisse zu erpressen, könnte allerdings Trennungen nach sich ziehen.

Was wir mit unserem Forschergeist zutage fördern, hält Überraschungen für uns bereit. Manches kann plötzlich in einem anderen Licht erscheinen, insbesondere, wenn es unsere Besitz- und Eigentumsverhältnisse tangiert (Skorpion-Merkur Opposition Stier-Uranus am 7. Okt.). Womöglich werden auch Verlustängste freigesetzt, die mehr auf falschen Vorstellungen denn auf Tatsachen beruhen (Skorpion-Merkur wird am 14. Okt. rückläufig). Es könnte weitere drei Wochen dauern, ehe klar wird, wo der Hund begraben liegt.

Lust und Liebe

Wer damals im Paradies von wem verführt wurde, ist gegenwärtig zweitrangig. Es ist wichtiger, jeden Sündenfall zu meiden, der uns aus unserem derzeitigen Beziehungsparadies vertreiben könnte. Unserer Leidenschaft zu entkommen, scheint ohnehin aussichtslos, selbst wenn wir uns verzweifelt darum bemühen, in keinen Granatapfel zu beißen (Krebs-Venus Quadrat Widder-Lilith und -Mars, und Opposition Steinbock-Saturn am 1. bis 4. Sept.).

Je weniger wir unseren Herzallerliebsten Aufmerksamkeit schenken, desto schneller sind sie weg (Löwe-Venus Quadrat Stier-Uranus am 15. Sept.). Unsere Vorlieben wechseln womöglich schneller, als wir wahrhaben möchten. Doch ehe wir vorzeitig die Revierflucht antreten, sollten wir uns ganz genau vergewissern, wohin unser Herz gehört. Mit überstürzten Rückziehern das zurückzufordern, was wir zuvor verschmäht haben, ist keine vielversprechende Strategie. Es sind Geschichten von früher, die für Zündstoff sorgen. Bringen wir sie hinter uns, statt sie wieder von vorne anzufangen (Widder-Mars Konjunktion Lilith am 23. Sept.).

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.

Abb. 1: Vollmond in Fische (02.09.):

Wenn alles vergeblich scheint, ist Hingabe das Einzige, was hilft.

Abb. 2: Neumond in Jungfrau (17.09.):

Es gibt mehr Details als Teufel auf dieser Welt.

Abb. 3: Vollmond in Widder (01.10.):

Was wir geben, müssen wir uns nicht unbedingt nehmen.

Abb. 4: Neumond in Waage (16.10.):

Was ungerecht ist, muss nicht immer Konsens sein.

Abb. 5: Vollmond in Stier (31.10.):

Manche Dinge ändern sich nie. Das macht sie so vergänglich.



advertorial

Astrologie Zentrum Berlin

Möckernstr. 68, Aufgang B, 10965 Berlin
Beratungen unter Tel. 030-785 84 59
www.astrologie-zentrum-berlin.de

Vorträge:

im Astrologie Zentrum Berlin, Beginn 19:30 Uhr

11.09.2020 (Markus Jehle)

Über Priapus-Transite und -Auslösungen.
Lebendige Beziehungen im Horoskop.

9.10.2020 (Markus Jehle) „Zeiten des Zorns“

Der rückläufige Mars und seine Zyklen.

Ausbildungen:

Für Fortgeschrittene, Beginn am 12.09.2020

Für Einsteiger, Beginn am 26.09.2020



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



DIE SEELE FÜHLT VON ANFANG AN

Wie pränatale und frühkindliche Erlebnisse unsere Realität prägen

Tibetan Pulsing & Trauma Arbeit (SE) ermöglichen eine bewusste Regression, die frühe Erlebnisse von Trennung, Isolation und Missbrauch an die Oberfläche bringen und heilen können. Eine Rückführung in den Mutterleib, innere Kind Arbeit, Tibetan Pulsing sowie Bewusstseinsarbeit sind innere Werkzeuge dieser Tage.

Tibetan Pulsing & Trauma Arbeit mit Elvira Schneider
Termin: 23.-27. September 2020

Ort: Finkenwerder Hof, 19399 Wendisch Waren
Info & Anm.: info@heilpraxis-schneider.de
www.heilpraxis-schneider.de, 0160-91287340



DAS NEUE JAHRESTRaining FÜR FRAUEN STARTET AM 28. OKTOBER

Du möchtest wieder Zeit für dich finden, deinen Selbstwert stärken und Kraft tanken? Dann ist das Jahresttraining genau das Richtige für dich, denn hier lernst du,

- deine Lebendigkeit zu befreien
- dich angemessen abzugrenzen
- ehrlich, klar und direkt zu sprechen
- erfüllende Beziehungen zu führen und
- einen authentischen Lebensweg zu gehen.

Das Frauentraining läuft über ein ganzes Jahr an einem Abend in der Woche.

Individuelle Beratungen und Therapie auf Anfrage
Informationen dazu auf der Webseite. Ich freue mich auf dich!

Sabine Groth

Körperpsychotherapeutin, Paartherapeutin
Tel.: 0159 01 46 28 15, www.sabine-groth.com

FÜR FRAUEN

MEDIZINFRAUEN AHNENSEMINAR RÄUCHERKUNDE



Frauen liegt es in der Natur - heilsam zu wirken. Sie waren seit Jeher für die Gesundheit und für das Wohlbefinden der Familie verantwortlich. Mit diesem traditionellen Wissen hast du viele Möglichkeiten dein Frauenwohl und die deiner Mitmenschen zu stärken und selbst die Dinge in die Hand zu nehmen.

2.10. Wechseljahre Wandeljahre Abendkurs - ganzheitliche Sicht & Tipps; 35 €,

3.10. Seelenpflanzen für allen Lebensalter - Psyche & Harmonie,

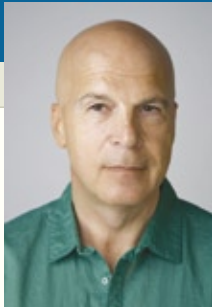
4.10. Wickel & Auflagen - in Berlin
Modul: 100 €, Frühbucher 85 € inkl. Skript

Vorschau:

6.-8.11. AHNENSEMINAR | 22.11. Räucherurse |
29.12.-1.01. Silvesterretreat

Info: Petra 0173.956 2041, hinzepetra@web.de
www.abenteuer-frau.de/veranstaltungen/medizinfrauen/

FÜR FRAUEN



INFORMATIONSTAG (10.9.2020)

über Ausbildungen im Institut Christoph Mahr

Am Donnerstag, den 10. September veranstalten wir einen Informationstag über unser gesamtes Ausbildungsangebot:

11 Uhr: Infoveranstaltung Heilpraktiker Psychotherapie

13 Uhr: Infoveranstaltung über die Ausbildung zum Erwerb psychotherapeutischer Methoden- und Handlungskompetenz Integrative Psychotherapie, EMDR, Hypnose
15-18 Uhr: individuelle Beratungen – Vereinbaren Sie einen Termin

19 Uhr: Infoveranstaltung Heilpraktiker Psychotherapie

Es würde mich freuen, Sie begrüßen zu dürfen, Christoph Mahr.

Ort/Info/Anmeldung:

Institut Christoph Mahr Katharinenstr. 9,
10711 Berlin-Wilmersdorf

Tel.: 030 - 813 38 96, www.institut-christoph-mahr.de

INFOVERANSTALTUNG

HEILPRAKTIKER-ERLAUBNIS PSYCHOTHERAPIE

Neue Vorbereitungskurse

Sie erhalten in meinen halbjährlichen Kursen eine bewährte & erfolgreiche Vorbereitung auf die Prüfung zum Heilpraktiker für Psychotherapie: aktuell als Online-Kurse inkl. Aufzeichnung und flexiblem Wechsel zwischen den Kurstagen. Sie profitieren von einer persönlichen Lernatmosphäre mit viel Praxisinhalt und Erfahrung, einem umfangreichen Skript sowie zahlreichen Übungen und Prüfungssimulationen.



Online-Infotermine:

Di, 01.09.20, 22.09.20 um 18.30 Uhr

Kosten Ausbildung:

799 € für 17 Termine à 4 Stunden

Info/Anmeldung:

Heilendes Coaching Dr. Annegret Haupt,
Mehringdamm 43, 10961 Berlin
Tel. 030.91444325, www.annegret-haupt.de

HP-KURSE

AYURVEDA-FASTEN MIT YOGA

Ich möchte Sie herzlich einladen zum Ayurveda-Fasten mit Yoga in wundervoller Umgebung und Unterkunft in Mecklenburg-Vorpommern. Mit Sauna und Whirlpool.

Ayurveda-Fasten ist die sanfte Art zu fasten, ganz individuelle auf die Bedürfnisse zugeschnitten. Ein harmonischer Rahmen und Tagesablauf unterstützen den Prozess.



Termin: 6. – 12. November 2020
Unterbringung im Doppelzimmer.

Ihre **Anmeldung** und Anfrage richten Sie bitte direkt an Birgit Larisch unter 0152 5361 5937 oder info@ayurveda-in-berlin.com

Nähere **Infos** unter: www.birgit-larisch.de

FASTEN



RADICALLY HAPPY: COPING IN A CHAOTIC WORLD

Situationen ständiger Veränderung und Unsicherheit zeigen ihre guten Seiten, wenn wir ihnen präsent und gelassen begegnen. Sie werden zu Gelegenheiten, mitfühlend, wach und sogar glücklich zu sein. "Radically Happy" bietet eine leicht anzuwendende und wirkungsvolle Anleitung um sich darin zu üben. Erric Solomon hat das Programm gemeinsam mit Pakchok Rinpoche entwickelt und verknüpft so seine persönliche Erfahrung mit der Tiefe der tibetisch-buddhistischen Weisheitstradition.

Online-Vortrag: 2.10., 19 Uhr

Online-Seminar: 3.10. + 04.10, 10-17 Uhr

Kosten: auf Spendenbasis

Info, Anmeldung: 030.23255010,
event@rigpa.de, rigpa.de/online

VORTRAG

HER MIT DEM HUNGER

Heilungsgruppe für Frauen mit Essproblemen



Für alle Frauen, deren Beziehung zum Essen schmerzhaft ist. Esssucht ist mit großer Scham behaftet. Sie birgt eine radikale destruktive Kraft, die alles andere in unserem Leben unwesentlich macht. Die Gruppe löst das Siegel des Schweigens und schafft einen Raum, in dem wir zu heilen beginnen und wirksam werden. Ziel der Arbeit ist es, Mut und Zuversicht zu entwickeln, um ins Licht zu treten und sichtbar zu werden.

Julia Kratz ist Schauspieler, Sängerin, Tänzerin, Life-Coach, Heilpraktikerin für Psychotherapie, ausgebildete Familienaufstellerin nach Hellinger und Dozentin. Sie hat selbst Anorexie und Bulimie durchlitten und begleitet seit vielen Jahren essgestörte Menschen in ihrer Heilung und Entfaltung.

Die Termine 2020 finden vorübergehend virtuell über den Zoom-Raum statt. Melde dich bei mir jetzt.

Infos und Kontakt: www.juliakratz.de

ESSSTÖRUNG



ROLFING®

HERBST-AKTION: 50% RABATT

auf Ihre erste Rolfing-Sitzung im Sept./Oktober

Rolfing ist eine ganzheitliche manuelle Behandlungsmethode, die eine nachhaltige Verbesserung der Haltung und der Bewegung im menschlichen Körper bewirkt. Durch sanfte bis intensive Mobilisierung werden zähe Bindegewebsschichten gelöst. Der Körper wird neu ausgerichtet und ausbalanciert. Bereits nach einer Sitzung nehmen Sie erste Veränderungen wahr. Im **Sept./Oktober** 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 Min.)

Vereinbaren Sie einen Termin:

Heilpraktiker / Advanced Rolfer Wolfgang Baumgartner
Tel. 030-9434059, 01520-1927791
w.baumgartner@web.de, www.rolfing-baumgartner.de
Naturheilpraxis: Am Arnimplatz, Schönfließ Str. 16,
10439 Berlin / Prenzlauer Berg

% ANGEBOT



SENSIBEL UND STARK

Individuelles Coaching zu den Themen:

Hochsensibilität, berufliche Neuorientierung, Übergänge gestalten, Familie und Beruf leben, Selbstfürsorge – für Lösung und Entwicklung

Angebote @home

Tagesimpuls: Inspiration und Freude: Di, Do, So, 10 Uhr

Vortrag zu Hochsensibilität: Do, 24.09., 19-21 Uhr

Themenabend "Superkraft Hochsensibilität"

Do, 01.10., 19-21 Uhr, Thema: Selbstvertrauen

Berlin

Themenabend "Superkraft Hochsensibilität"

Do, 29.10., 19-21 Uhr, Thema: Grenzen

Vortrag zu Hochsensibilität: Do, 15.09., 19-21 Uhr

Schreibworkshop: Sa, 12.09.

Retreats im Allgäu

"Hochsensibilität und Berufung", Mi-Fr, 7.-9.10.

"Hochsensibilität und Grenzen", Mi-Fr, 11.-13.11.

Expertinnen für Hochsensibilität & Kreativität

Lore Sülwald - www.CoachingBaum.de

Katrin Rahnefeld - www.katrin-rahnefeld.de

HOCHSENSIBILITÄT



ROSEN-METHODE

Haben Sie den Wunsch nach mehr innerer Gelassenheit und Ruhe in Ihrem Leben?

Die Rosen-Methode Körperarbeit und auch das Movement wirken sich unmittelbar auf unser inneres Gleichgewicht aus. Heilpraktikerin Heike Hessler bietet die Rosen-Methode als Gesamtkonzept in Ihrer Praxis an.

Rosen-Methode Körperarbeit:

"Den Körper berühren – die Seele erreichen",
Einzelstunden, Termin nach Vereinbarung

Rosen-Movement:

"Sanfte, spürbare Bewegungen",
Gruppe, montags 18 – 19 Uhr

Ort: Praxis für Alternative Medizin,

Schönhauser Allee 84, 10439 Berlin

Kontakt: hp@heikehessler.de, 030-40574900

Infos: www.rosen-methode-hessler.de

LEBENSSTILFÜRHE (MEDIATL)



KATALOG

Wer macht Was

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



Ganzheitliche Therapie bei Trauma und Depressionen

Lillian Kapraun

(HP, B.Sc. oec. troph.)
Wismarer Straße 44, 12207 Berlin
Tel.: 030-52139312
www.naturheilpraxis-kapraun.de

- Ernährungs- und Mikronährstofftherapie
- Ressourcenorientierte Traumatherapie
- Bioresonanztestung
- Kochen für's Köpfchen

Gerade an scheinbar "psychischen" Erkrankungen werden die komplexen Verbindungen zwischen Körper und Seele besonders deutlich. Ein neues Verständnis für Zusammenhänge zwischen Hormon-, Nerven- und Immunsystem macht es möglich, Depressionen, Traumata und andere Stresssyndrome ("Burnout") ganzheitlich zu behandeln.

Vereinbaren Sie einen Termin!



Befreie Deine Stimme

Annette Isenbart

Sängerin und Stimmbildnerin

Berlin-Kreuzberg
Tel: 0160 966 566 47
www.stimme-und-erfolg.de

Niemand muss sich mit einer wenig klangvollen Stimme abfinden, und es ist nie zu spät anzufangen!

Seit über 30 Jahren unterstütze ich Menschen aller Altersgruppen ihre Stimmen zu befreien und Gesang als Ausdrucksmittel (wieder) zu entdecken.

Einzelcoaching in Kreuzberg oder Online

- Gesangsunterricht und Sprechtraining
- Workshops im Raum Berlin
- Gesangsreisen im Ausland
- Videokurse

Vereinbare eine unverbindliche Probe-stunde. Siehe Homepage für weitere Infos und Preise.



Systemische AugenAufstellung

Miggi Zech

Symptomaufstellung, FamilienAufstellung,
Seminare + Einzelarbeiten
Teltower Damm 32, 14169 Berlin
Tel. 0172-3124076
miggi@augenauf-berlin.de
Termine: www.augenaufstellungen.de

Regelm. offener Abend: 19h, 20 Euro
• mtl. jed. 2. Di: Praxis Teltower Damm 32
• mtl. jed. 4. Di: Ackerstr. 12, 10115 B.,
im AussichtsReich

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



Familienaufstellung / Integrative Systemische Therapie

Die letzte Antwort heißt immer Liebe

IFOSYS - Institut
A. Ramoda und Bettina Austermann
Lehrtherapeuten (DGfS)
ifosys@msn.com, www.ifosys.de

- sensibel u. sicher geleitete Aufstellungen
- ergänzt durch traumatherapeut. Methoden
- Heilungswege für alleingeborene
Zwillinge
- in Kisslegg/Allgäu: Heilarbeit mit
Aqua-Release® Healing

Nächste Termine in Berlin

- Familienaufstellung: Abende: 15.9., 27.10.
Seminare: 30.10., 1.11., 4.6.12.
- Heilungswege für alleingeborene
Zwillinge: 13.-15.11.
- Zwei Jahre Wachsen und Lernen:
Ausbildung in Familienaufstellung und
Integrative Systemische Therapie
beginnt 11.12.2020



Der AugenAufsteller – Christian Zech

Augen- und FamilienAufstellungen

Krumme Lanke Brillen – professionelle,
ganzheitliche augenoptische Begleitung
Termin Augenuntersuchung unter
Tel. 030-8141011

AufstellungsWochenenden 2020:

2 Tage, 150€,
19./20. Dezember
Sa. 13–20 Uhr, So. 11–18 Uhr
Ort: Praxis Lebevoll.de, 14163 Berlin,
Karl-Hofer-Str. 4-6

Einzelarbeiten: 2 Stunden 140 €
Termine unter 0172-2603647

AugenAufstellungen, um die Botschaften
hinter den AugenSymptomen zu sehen,
und aufzulösen.

AugenAufstellungen, weil die Augen
ALLE Informationen des Familiensystems
speichern, und wir sie gemeinsam
ansehen können.
Fragen? CZ@KrummeLankeBrillen.de



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.



Roter Faden – Hermann Häfele

Spezialist für Positionierung und Engpassüberwindung sowie Umsetzung.
HP Psych, ausgebildeter Coach & Berater
hh@roter-faden-coaching.de
www.roter-faden-coaching.de

Ich unterstütze Sie, sich beruflich und/oder persönlich (ggf. neu) zu positionieren, Engpässe zu erkennen und zu überwinden.

Was sind IHRE Engpässe, die Sie am "Fließen" hindern? Suchen Sie Ihren Roten Faden? Ich helfe Ihnen beim Finden! ... (wieder) zu sich selbst zu finden, zu Erfolg und Lebensfreude!

Kennenlerntermin per Mail vereinbaren!
Ich freue mich, von Ihnen zu hören!

Infoabende:

Siehe Homepage unter Termine!



Kabbala Lebensanalysen

Inge Meyer

Schmiedberg 7
86415 Mering
Tel. 08233 - 7958962
www.kabbala.de
Weitere Informationen telefonisch.

Die Kabbala Lebensanalyse zeigt Ihnen Ihre persönliche Lebensanleitung. Sie erkennen Ihre Lebensziele und die wahren Ursachen Ihrer Krankheiten.

Angebot:

Juli – September 2020, 28 Euro

Geist, Gefühl, Körper:

Ihr persönliches Seelenbild, 18 Euro

Einblicke in Ihr Inneres – wie es aufgebaut ist, und wie es sich mit Ihrer Hilfe weiter entwickeln kann.

Die Darstellung Ihrer Bewusstseins-Stufen, entwickelt von Hermann Schwyer.



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



Paartherapie & Single-Coaching

Dr. phil. Jochen Meyer

EFT-Paartherapeut i. A.
CoreDynamik-Trainer & -Therapeut
030 - 7790 6127
info@jochen-meyer-coaching.de
www.jochen-meyer-coaching.de

Neu im Angebot:

Emotionsfokussierte Paartherapie

- Paar Konflikte neu verstehen
- wachsen statt streiten
- heilen statt kämpfen
- einander Halt geben
- ein neues Miteinander genießen

Kostenlose Probetermine für Paare und Singles!

Sicher durch die Krise – Online-Seminar für Paare



Katja Neumann

Heilpraktikerin
Certified Shamanic Counselor FFS
Stargarder Str. 12 A
Berlin - Prenzlauer Berg
Tel. 030. 44 715 357
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

red. Beitrag
Seite 10



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

• Glücksscoaching:

Glückliche Menschen machen etwas
richtig. Was, das wird hier gezeigt.

• Feuerlauf:

Entdecken Sie Ihr verstecktes Potenzial



Praxis für Körper, Geist und Seele

Sabrina-Alexandra Schumann

Reinkarnationstherapeutin / Heilerin (DGH)
Reikigroßmeisterin,
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
- Arna 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



Naturheilpraxis Ude

Wiebke Ude

Kurze Str. 9
12167 Berlin
Tel. 030-77206744
mail@heilpraxis-ude.de
www.heilpraxis-ude.de

Betrachten - Analysieren - Lösen

- Prozessorientierte Homöopathie
- Astrologische Beratung
- Systemische Aufstellungen

- Darmsanierung
- Ernährungsberatung
- Orthomolekulare Medizin
- Phytotherapie
- Bachblütentherapie
- Schüßler-Salze + Antitzanalyse

Kurse und Seminare

siehe auf www.heilpraxis-ude.de

red. Beitrag
Seite 25



Paartraining und Paartherapie

Sabine Groth & Peter Liebig

Paartherapeuten, Heilpraktiker für
Psychotherapie
Tel.: 0159 – 01 46 28 15
www.sabine-groth.com

Paarberatung

- Sich in Verbundenheit frei fühlen
- Selbst- und Partnerfürsorge in Balance bringen
- Die verletzten Kinder behutsam bergen
- Sinn und Sinnlichkeit entwickeln

Das neue Paar-Training

startet am 7. November 2020

Das Training ist eine lebendige Zeit für Paare, die ihre Liebe vertiefen oder neu entdecken möchten. Es findet an vier Wochenenden statt, bestehend aus: einer abwechslungsreichen Mischung aus erlebnisorientierten und kreativen Übungen, Gespräch und Austausch, paartherapeutischen Tiefenarbeiten sowie informativen Inputs.



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



Spirituelles Centrum Berlin

Centrum für kreative Spiritualität und Medialität

Doris-Alana Draeger
Medium - British Mediumship
Leydenallee 91, 12165 Berlin
030. 766 77 094
stansted@freenet.de
www.spirit-visions.com

Einzelsitzungen

- Jenseitskontakt zur Geistigen Welt
- Intuitive Einzelsitzungen
- Spiritual Assessment Lebensberatung
- Mediale Trainings- und Ausbildungszirkel
- Regelmäßige öffentliche Veranstaltungs- und Demo-Abende
- Spirituelle Heilung

Workshops / Seminare

Wir freuen uns auf Ihren Besuch !



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



Lebensaufgabe

Stephan Möritz

Tel: 033230-20 390
www.BeiAnruf-Lebensaufgabe.de

Wieso will Stephan nichts von Dir wissen?

Weil er die exakten Details Deiner Lebensaufgabe direkt von der Quelle – Deiner Seele – holt!

Bequem am Telefon.

Freue Dich, Deine einzigartigen Fähigkeiten endlich zu entschlüsseln und buche jetzt gleich Deinen Telefontermin zur Benennung Deiner Lebensaufgabe.



Ute Franzmann

Heilpraktikerin (Psychotherapie)
exam. Krankenschwester

Auerstr. 26, 10249 Berlin
Tel.: 030 32 66 44 32
www.heilpraxis-ute-franzmann.de

„Werden, wer wir sind“

- **mediales Coaching**
auf Wunsch mit Aufstellungen
oder Walking-in-your-shoes
- **Bewusst-SEINS Seminare**
Beziehungen, Schattenarbeit,
Berufung, Potenziale, Kreativität
- **Weiterbildungen**
Medialität, Seelen-Walk, Reiki
- **Rückführungen, offene Gruppen**

Bei dem **monatlichen Themenabend** können Sie mich und meine Methoden kennenlernen.

red. Beitrag
Seite 16



Ganzheitliches Arbeiten

Deine Heilpraktikerin

Katja Rückstieß

Im Raum für Begegnung und Austausch
Bucher Str. 22 b
13125 Berlin
Tel. 030 - 9700 8202
www.heilpraktiker-berlin-pankow.de

Geistige Ebene

- Hypnose
- Gesprächstherapie
- Aufmerksamkeits, begleitendes Zuhören

Körperliche Ebene

- Physiotherapie
- Pflanzenheilkunde
- Peter-Hess-Klangmassage

Spirituelle Ebene

- Lebendiges Erschaffen (LE)
- Meditationsworkshop

Energetische Ebene

- Reiki
- Chakraarbeit

Seminare



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 Pelion

- Ausgezeichnete Kurse
- Traumhafte Natur direkt am Meer
- Workshops Mai – Oktober

Kontakt: Lina Kasviki
0171.8476581; iliohoos@gmail.com
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 aufatmen.

Aber, es geht nicht nur um einen Qigong- oder Yogakurs, sondern auch um eine Art Schulung des Geistes, des Herzens, um Bewusstwerdung.



Harmony power - Deine Heilpraktikerschule

Eberswalder Str. 30, 10437 Berlin

Kontaktiere uns jetzt:

Tel. 030 44048480

Whatsapp: +49 177 7687681

info@harmony-power.de

www.harmony-power.de

Unsere Ausbildungen:

Wochenend- oder Vollzeitstudium

- **Heilpraktiker Grundstudium med.**
ab 12 x 199 €
- **HP-Psychotherapie Grundstudium**
ab 12 x 199 €
- **Heilpraktiker Grundstudium komplett**
ab 24 x 197 €
- **Heilpraktiker Studium "Klassik"**
ab 12 x 333 €
- **Heilpraktiker Psychotherapie**
ab 24 x 291 €
- **Gesundheits-, Ernährungs- und
Lebensberater** ab 24 x 289 €

Einzigartig in Berlin:

- **"Harmony power Heilpraktiker" -
Studium** ab 24 x 459 €
Medizin, Psychologie, Psychotherapie,
Naturheilkunde und Huna (Preise bei
Ratenzahlung im Wochenendstudium,
Preise bei Komplettzahlung noch
günstiger!)

Kontaktiere uns und sichere Dir Deinen
Studienplatz - Jetzt!

Huna Praxis Seminar:

Du willst mehr aus Deinem Leben
machen?

Du hast genug von den Fehlern der
Vergangenheit?

Lerne aus dem geheimen Wissen alter
Kulturen.

Ich lade Dich ein:

- Lerne die 2 Schlüssel des "Geheim-
nisses" kennen.
- Komm mit ins "Aloha-Zeitalter"
- Wende die 7 Grundprinzipien im prak-
tischen Alltag an.
- Lerne das Model der 3 Selbst (Be-
wusstseinsaspekte) kennen.
- Erlebe wundervolles Heilen
- Heile mit Ho'oponopono Dich selbst
und die Welt.



Ausbildungen im Institut Christoph Mahr

Katharinenstr. 9, 10711 Berlin

Tel. 030 - 813 38 96

www.institut-christoph-mahr.de

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

- **Heilpraktiker Psychotherapie**
Infoveranstaltungen: Do 10.9., 11+19 Uhr
- **Hypnose/Hypnotherapie**
Infoveranstaltung: Do 10.9., 13 Uhr
- **Integrative Psychotherapie**
Infoveranstaltung: Do 10.9., 13 Uhr
- **EMDR**
Infoveranstaltung: Do 10.9., 13 Uhr
- **Schematherapie**

Weitere Termine und Infoveranstaltungen
finden Sie auf der Webseite.



Christina Weber

Expertin für Aromatherapie und Kräuterheilkunde

www.christinaweber.berlin

0178.269 75 63

Instagram: wilde-kraeuterfee-berlin
oder aromatherapieberlin

- Aromatherapie-Ausbildungen
Grund- und Expertenkurse
- Aromatherapie-Workshops
- Kräuterheilkunde-Ausbildungen
Grund- und Expertenkurse
- KräuterSpaziergänge und
KräuterPicknicks
- Wilde Weiber Workshops

Aktuelle Termine:

auf meiner Webseite



Kinesiologieschule.de Aus- und Fortbildungen

Mandiro Ordnyak (HP)

Regionaler Ansprechpartner der DGAK
Stubenrauchstr. 22

12161 Berlin-Friedenau

Tel.: 030.791 16 41

eMail: KINSCHU@web.de

www.kinesiologieschule.de

- Kinesiologie u. d. Immunsystem: Hüter
unserer Abwehrkraft und Resilienz.
Vortrag + Demo co Biochem. Verein:
Do, 24. Sep. 19h, Sigmaringer Str. 1,
10783 B, Anmeldung: 030.2044599
- Erlebenisabend Kinesiologie + Ausbil-
dung: Mi, 28. Okt. 19h
- Energet. Psychologie EDxTM 1 nach
Dr. Gallo: Fr, 6./15:30h - 10. Nov.
- Rosalinde Blütenessenzen m. Rosalinde
Nöhles: Fr, 20. / 18h - 22. Nov.
- Vision Circles*: Fr, 27. / 10h - 29. Nov.
Voraussetzung: Brain Gym 1/2



Ausbildung nach dem Bausteinprinzip

Private Ergänzungsschule

Inh.: Isabelle Guillou und

Ralf Barenbrügge, Heilpraktiker

Handjerystr. 22

12159 Berlin-Friedenau

T. 030.8516838

schule@archemedia.de

www.archemedia.de

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

Termine und Infoveranstaltungen

finden Sie auf unserer Webseite.

Ausbildung

2 Jahre Wachsen und Lernen: Familienaufstellung / Intergrative Systemische Therapie ab 11.12.2020 neue Ausbildungs-, Wachstumsgruppe, Infoabende Mi 16.9., Do. 1.10., Do 29.10., Mi 11.11., 20 Uhr im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

Europäisches College für Yoga und Therapie. BenefitYoga®-Lehrerfortbildungen im Kloster Gerode. wegdermitte.de

Weg der Mitte- Gesundheits- und Ausbildungszentrum, Craniosacral-Therapie, BenefitYoga® u. a., wegdermitte.de

www.lehmbaukurse.de, Theorie+Praxis +Kost+Logis von Beatrice Ortlepp im www.der-kastanienhof.de, 399€/3Tage, T. 0178-1987624

Akasha-Chronik

Spirituelle Ausbildung zum Akasha-Life®-Medium Reader in den Energien der Neuen Zeit. Sabine Zoll-Fröhlich, Praxis für Energiemedizin, Friedrich-Engels-Str. 166, 13158 Berlin

Suchst du Hilfe zur Selbsthilfe oder Unterstützung bei deiner Entwicklung aus dem Feld deiner Akasha-Chronik? Lesungen aus deiner Akasha-Chronik sind auch online oder übers Telefon möglich bei Maria Leonie Dunkel 0163-9733300.

Astrologie

Individuelle Persönlichkeitsberatung, Doris Bogomoloff, email: dorisfilm@yahoo.de, Tel.Nr.: 0177-74 32 315

Zukunftsdeutung leicht gemacht! Professionell, diskret, kompetent. www.kartenlegenberatung.de

Augen-/Sehtraining

Sehen stärken, Ausbildung Seh-Pädagog., Firmen- u. Kinder-Sehtraining, Herbstintensivseminar, Termine/Infos: Info@NaturlichBesserSehen.de

Beratung

Aura-Einzelsitzungen nach Strücker und Dialogbegleitung für Gruppen und Unternehmen. T. 015751541125, www.berndgerke.de

Betreuungsbiete

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

Bonding

Bonding- die Kraft von Beruhigung, Nähe und Halt. Was gesund ist. Was hilft, sich wohl zu fühlen und das Leben zu genießen. Jeden 2. Do/Monat, www.astrid-vlamynck.com, 030-8815251

Coaching

Glücklich leben und mit Freude arbeiten! Willst du das? Bist du bereit, dich von ungesunden Mustern zu befreien und die Wurzelthemen deines Lebens zu lösen? seelisches-wachstum.de

Energie-/Heilarbeit

Energiearbeit + Lebenschoreographie. Sie knirschen oder pressen mit den Zähnen? Informieren Sie sich in meiner ganzheitlichen Körperpraxis. www.you-are-the-point.de, Termine unter 030.23616217 auch als Skype-Session.

(Familien-)Aufstellungen

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

Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten: Di. 15.9., 27.10., 20 Uhr, Seminar: 30.10. - 1.11. und 4. - 6.12. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de



Seelen-Bewegung

Diplom-Psychologe Christoph Droß
Familien- und Systemaufstellungen
in Gruppen und in Einzelarbeit
www.seelen-bewegung.de
Tel. 030/ 49787672

Geistiges Heilen

Traditionelle Philippinische Geistheilung - Heilkraft pur und direkt für Sie: Lassen Sie sich berühren und wieder in Balance bringen. 70 Euro pro Termin, rufen Sie an: +4915733282282 oder 030-2135294, www.philippinische-geistheilung-liebner.de

Jodeln

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

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

Körper(psycho)therapie

Psychosomatik und emotionale Selbstheilung, Anette Dröge, Xantener Straße 6, 10707 Berlin, Tel. 0172-3004511, www.anette-droege.de

ZERTIFIKATSPROGRAMM LABAN / BARTENIEFF BEWEGUNGSSTUDIEN

*gestalten
erleben
bewachen
verstehen*
Wochenendformat
Beginn:
25. Sept. 2020
in Berlin

EUROLAB

Leitung: Antja Kennedy
Telefon: +49 30 52282446
info@eurolab-programs.com
www.eurolab-programs.com

Magie

Ihr Ansprechpartner in Magiefragen aller Art! Selbstmanagement in privaten und beruflichen Lebensbereichen. www.mediummaria.de, Tel. 0201-75948602

Partnervermittlung

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

Psychotherapie

Transpersonale Psychotherapie nach K. Graf Dürkheim. Rosmarie Jäger, Tel.: 030.8122301, www.rosmarie-jaeger.de

Räume/Häuser biete

Aquariana-Zentrum: Praxis- und Seminarräume, gepflegter Service/ Ausstattung, Parkplatz. Am Tempelhofer Berg 7d, Berlin-Krzb, 030-6980810, www.aquariana.de

Helle Räume im Moabit, 39+56+56 qm, für We-Seminare und Dauerkurse: Yoga, Feldenkreis etc. Tel.: 030-89563632; info@danzarte.de

Schöner Raum im Sprengelkiez/Wedding, 42m², für We-Seminare und Dauerkurse: Yoga, Tai Chi etc., Material + Teeküche vorhanden, 030-2861 2500

Retreats

21-Tage-Intensiv-Dunkelretreat Gruppe für Astralreisen & Selbsterfahrung 27.11.-17.12.2020. Du willst endlich Astralreisen? Diese besondere Erfahrung wird dich in astrale Sphären bringen. +4978418392417, info@spiritbalance.de, www.dunkelretreat.de

Schamanismus

Meine Botschaft für diese Welt ist es Frauen zu helfen in dieser Inkarnation, ihr Potenzial entfalten, ihre Kraft wieder zu entdecken und ihre Selbstvertrauen wieder in Schwung zu bringen. Ich kann Dich energetisch durch Schamanismus und Klangreise, körperlich durch Tantra und Massagen unterstützen, solche Ziele zu erreichen. www.yoniversehealing.com, Tel. +491794170585

Schaman. Heilweisen, Meditation, Rituale, mediales Coaching, Trommelreisen. Charlottenburg, www.MondSonneHeilarbeit.de

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

Selbsterfahrung

Be Yourself - was wäre, wenn wir uns wirklich getrauen könnten, wir selbst zu sein? Dieser Workshop vom 31.10.-05.11. im Seminarhaus Dra- wehn ermöglicht Dir, damit zu experimentieren. Interesse? Alles weitere findest Du auf www.bewith.de

Emotionalen Stress in Beziehungen auflösen mit „The Work of Byron Katie“, WE-Seminar 17./18. Oktober, www.satva-team.de

Tai Chi

Tai Chi Kineo in Schöneberg, Fortlaufende Gruppen, mittwochs und freitags, www.taichikineo-berlin.de, Tel. 01578-9617912

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

Tierkommunikation

Tierkommunikation zur Lösung von Verhaltensproblemen bei Haustieren. Infos und Terminvereinbarung: Brigitte Sand HP, Tel. 01590-3014669

Workshops

Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten: Di. 15.9., 27.10., 20 Uhr, Seminar: 30.10. - 1.11. und 4. - 6.12. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

Heilungswege für alleingeborene Zwillinge, Seminar 13. - 15.11. in Berlin mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann (Buchautoren von „Das Drama im Mutterleib“), Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

Spiritualität ist nützlich, aber lediglich Vorbereitung... Definitiv Weiterkommen kannst du mit Biographie-Feinarbeit, Selbstvervollkommen und der höhergeistigen Entfaltung. Wichtig für den „Aufbau der wirklichen Selbstliebe“ sind die universellen Werte u. Gesetzmäßigkeiten und der höhere Daseinszweck. E-Mail/Skype-Workshop zum Erkennen persönlicher Blockaden, Selbstbegrenzungen, Hinderungsgründe! Spendenbasis. Erfolgsgarantie. Inform. über die innere Evolution von Claudius: continue2@web.de (SeminarorganisatorInnen gesucht)

Trommelbau: Ritual, Zereomonie, Therapie-Kraftwerkzeug. Baue Dir Deine eigene Schamanentrommel. Praxis für schamanische Heilarbeit, Brigitte Herrmann-von Contzen, Termine & Info 030-30604651, 01795403868

Werbung

Bewerben Sie Ihre Angebote, Veranstaltungen, Produkte, (Heil-)Praxen oder anderes auf www.kgsberlin.de/schaltformulare.

Yoga

BenefitYoga in Zehlendorf - kleine Gruppen, individueller Unterricht, alle Levels. Tel. 030.8131040, wegdermitte.de/yogakurse

Kleinanzeigen schalten Sie bequem im Online-Formular unter www.kgsberlin.de/schaltformulare.html

Anzeigenschluss für KGS November/Dezember ist der 10.10.2020



WIEDER
GLÜCKLICH
im
JOB

Ines M. Fischer@wie-weiter.jetzt
WIEDER-GLUECKLICH-IM-JOB.DE

die Aufhübscherin
Zeige Persönlichkeit
Farb und Stilberaterin
Einzelberatung / Workshops



www.gisela-kraetzig.de
kontakt@gisela-kraetzig.de
mobil unterwegs 0176 984 659 88

Lassen Sie sich Ihr Leitungswasser schmecken!



Der Wasserwirbler

Nur **35 €**

www.wellnesswirbler.de

Hergestellt in Deutschland

Kristalltage erleben

Wer sucht, findet seinen Weg



Ein Wegweiser auf dem Weg
mit der Lehre Bruno Grönings

von Jürgen Block

Jürgen Block

Kristalltage erleben

Wer sucht, findet seinen Weg

Vor über 30 Jahren erhielt der Autor bei seinem ersten Kontakt mit der Lehre Bruno Grönings und der Aufnahme der göttlichen Heilkraft eine Spontanheilung. Dies war der Beginn einer ganz besonderen spirituellen Reise. Dieser Wegweiser nimmt Sie mit auf Ihre ganz eigene Reise und begleitet Sie auf Ihrem Weg zu Dankbarkeit, Glückseligkeit, Wissen, Glaube, Bewusstsein, Wahrheit, Vergebung, Frieden, Liebe, Demut, Vertrauen, Respekt, Mitgefühl, Fülle, Freundlichkeit, Kreativität, Gesundheit, Verbundenheit, Entscheidungskraft, Integrität, Ausrichtung auf Gott, Weisheit, Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein.

€14,90 | www.jim-humble-verlag.com

4.9. Freitag

19:00h Infoabend: Ambulantes Fasten – Stellen Sie die Weichen für einen Neustart! Alternativ am 17.9., Fastenkuren vom 10.-19.9. und 24.9.-3.10., Tel. 030.8131040, wegdermitte.de/fasten

15.9. Dienstag

19:00-20:30h Straft uns Gott durch Krisen? Philosophischer Vortrag mit Shri Sarvabhavana. Cafe Tietz, Potsdamer Str. 77. Eintritt frei. www.vedic-guide.de

20:00h Familienaufstellung und Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen ohne Voranmeldung mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und Bettina Austermann im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7 d, Tel. 030.69818071, www.ifosys.de

16.9. Mittwoch

20:00h Infoabend: Zwei Jahre Wachsen und Lernen - Aus- und Weiterbildung Familienaufstellung / Systemische Therapie beginnt ab Dezember 2020 mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

18.9. Freitag

15:00-18:00h Viszerale Osteopathie Modul 1 - mit Burghardt Alpermann. Arbeitstechniken zur Behandlung der inneren Organe. 2-tägige Fachfortbildungen für u. a. Ärzte/HP/PT. Tel. 030.8131040, wegdermitte.de

19.9. Samstag

Röntgenblick-Methode. 19.-20.9. in Berlin. Wir zeigen Ihnen Lösungen, indem Sie aktuelle Ereignisse, die durch fremde Energien enormen Einfluss bekommen haben, wieder steuern lernen. www.moderne-gesundheit.com

26.9. Samstag

10:00-15:00h BenefitYoga - Gesunder Rücken - bewegliche Gelenke in Berlin-Zehlendorf. Sa./So. 10-15 Uhr, 110€, Tel. 030.8131040, wegdermitte.de

1.10. Donnerstag

20:00h Infoabend: Zwei Jahre Wachsen und Lernen - Aus- und Weiterbildung Familienaufstellung / Systemische Therapie beginnt ab Dezember 2020 mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

6.10. Dienstag

19:30-21:00h Was uns wirklich verändert. Spirituelles Gespräch. Goldenes Rosenkreuz, 13403, Antonienstr. 23. www.rosenkreuz.de/b



Aquariana
Praxis- und Seminarzentrum

Tag der Offenen Tür
Sa, 12.09., 14:00 – 19:00

Am Tempelhofer Berg 7d, Kreuzberg
030.69 80 81-0 www.aquariana.de

13.10. Dienstag

19:30-21:00h Der Mensch in zwei Welten. Spirituelles Gespräch. Goldenes Rosenkreuz, 13403, Antonienstr. 23. www.rosenkreuz.de/b

20.10. Dienstag

19:00-21:00h Was ist wahre Spiritualität? Philosophischer Vortrag mit Shri Sarvabhavana. Cafe Tietz, Potsdamer Str.77. Eintritt frei. www.vedic-guide.de

20.10. Dienstag

19:30-21:00h Der Mensch, ein vielschichtiges Wesen. Spirituelles Gespräch. Goldenes Rosenkreuz, 13403 Berlin, Antonienstr. 23. www.rosenkreuz.de/b

21.10. Mittwoch

19:30-21:00h Aschenputtel - Die Sehnsucht der Seele. Gesprächsrunde. Goldenes Rosenkreuz, 13403, Antonienstr. 23. www.rosenkreuz.de/b

27.10. Dienstag

19:30-21:00h Der Schritt über die Grenze. Spirituelles Gespräch. Goldenes Rosenkreuz, 13403, Antonienstr. 23. www.rosenkreuz.de/b

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. 030.69818071, www.ifosys.de

29.10. Donnerstag

20:00h Infoabend: Zwei Jahre Wachsen und Lernen - Aus- und Weiterbildung Familienaufstellung / Systemische Therapie beginnt ab Dezember 2020 mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de



wasserkontor.de
nachhaltige Produkte rund ums Wasser

gesund & lecker trinken
lassen Sie sich beraten



Bötzowstr.29 ☎44737670
Mo-Fr 10-13 & 14-19 Uhr Sa 10-18 Uhr




KGS vergriffen?

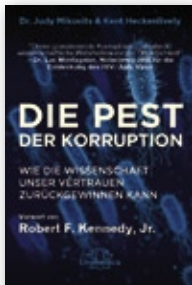
Gerne können Sie unser Magazin bestellen und die redaktionelle Arbeit des Teams "KGS Berlin" gleichzeitig unterstützen mit einem Jahres-ABO (6x 2-Monats-Ausgaben) für nur 15 Euro.

Wir senden Ihnen jeden zweiten Monat die aktuelle Ausgabe per Post zu.

Melden Sie sich unter mail@kgsberlin.de oder per Telefon 030 - 6120 1600

Die Pest der Korruption

Dr. Judy Mikovits ist die neue Rosalind Franklin, eine brillante Forscherin, die den „Wissenschaftsclub der alten Knaben“ aufrüttelt. Und wie viele Frauen, die in die Welt der Männer vorgedrungen sind, hat sie jahrzehntealte Geheimnisse ans Licht gebracht, was bei vielen auf wenig Gegenliebe



stößt. Bereits ihre Doktorarbeit leistete einen fundamentalen Beitrag, um HIV/Aids von einer tödlichen in eine beherrschbare Krankheit zu verwandeln, was Millionen von Menschen wie dem Basketball-Superstar Magic Johnson das Leben rettete. Und auch mit ihrer Entdeckung einer neuen Familie menschlicher Retroviren sowie ihrer aktuellen Arbeit, die ein neues goldenes Zeitalter der Gesundheit einläutet, steht sie an der Spitze der Forschung. In ihrer fast vier Jahrzehnte andauernden Karriere – unter anderem 35 Jahre mit dem führenden Retrovirologen Dr. Frank Ruscetti – lernte die Molekularbiologin alle Facetten des akademischen Betriebs kennen. Ihre Erfahrungen in der Aids-Forschung ließen sie an die heilende Kraft des Wissenschaftsbetriebs glauben. Doch als sie die Frage stellte, ob die Verwendung tierischen Gewebes in der medizinischen Forschung verheerende chronische Krankheiten wie Autismus und Chronisches Erschöpfungssyndrom auslösen könnte, lernte sie dessen dunkle Seite kennen. Denn sollten ihre Vermutungen stimmen, hätten wir es mit einer völlig neuen Ausrichtung wissenschaftlicher Methoden zu tun, einschließlich der Art und Weise, wie wir menschliche Krankheiten untersuchen und behandeln. Die Pest der Korruption ist ein einzigartiger Blick hinter die Kulissen der wissenschaftlichen Fachwelt. Bereits kurz nach Veröffentlichung war

das Buch ausverkauft und wurde zum Amazon-Bestseller. Folgen auch Sie der atemberaubenden Geschichte einer außergewöhnlichen Wissenschaftlerin über die Grundsatzfragen, aber auch über die Egos, die in Zukunft über Krankheit und Gesundheit der Menschheit entscheiden werden. Möchten Sie sich ein Bild über die möglichen Hintergründe der aktuellen SARS-CoV-2-Pandemie und was da vor sich geht, wie dieses Virus möglicherweise entstanden ist, wie andere zoonotische Viren, höchstwahrscheinlich durch Impfstoffe in die menschliche Bevölkerung übertragen werden und Menschen krank machen, und was wir tun und nicht tun sollten, um unsere verbleibende Gesundheit und die unserer Kinder zu schützen? Dann lesen Sie dieses Buch!

Dr. Judy Mikovits/Kent Heckenlively: Die Pest der Korruption – Wie die Wissenschaft unser Vertrauen zurückgewinnen kann. Vorwort von Robert F. Kennedy, Jr., Unimedita 6-2020, Hardcover, 282 Seiten, 19,80 Euro

Die Welt mit anderen Augen sehen

Der Autor Markolf Niemz stellt in diesem, vielleicht nicht für jeden einfach zu lesenden Buch unser Weltbild auf den Kopf. Wir sind es gewohnt, den Erkenntnissen der Naturwissenschaften zu trauen. Diese lehren uns, dualistisch und in Abgrenzungen zu denken:



Entweder es gibt das eine oder das andere. Entweder es gilt dieses oder jenes – doch auf keinen Fall beides zugleich. Was aber, wenn Naturwissenschaften und Philosophie auch noch andere Möglichkeiten bieten? An sechs spannenden Beispielen zeigt der Autor, was passiert, wenn man den Blickwinkel ein wenig ändert und

das Wissen der Naturwissenschaften neu sortiert. Die Belohnung: Eine moderne Sicht auf das Leben und den Kosmos. Religiös offen, spirituell tief und wahrhaft beglückend. Gedanken, die den eigenen Horizont erweitern können: Wenn man für beide Bereiche (Wissenschaft und Philosophie) offen ist, wird jeder etwas anderes aus diesem Buch für sich mitnehmen können und etwas lernen.

Markolf H. Niemz: Die Welt mit anderen Augen sehen – Ein Physiker ermutigt zu mehr Spiritualität. Gütersloher Verlagshaus 7.2020, Hardcover mit Schutzumschlag, 192 Seiten, 14,99 Euro

Gib deiner Angst keine Macht!

In bewegten Zeiten nimmt sich der Bestsellerautor und Hypnosetherapeut Gabriel Palacios des Themas Angst an. Er befasst sich mit dem Unterbewusstsein des Menschen, das oft von Angst



geprägt ist, und zeigt auf, wie du dich aus der Angst nehmen und dich positiv programmieren kannst sowie negative Momente wertschätzen lernst. Ebenso beschreibt er Angst in Beziehungen und wie wir über unser Herz-, Kopf- und Bauchgefühl angstbefreiendes Krisenmanagement lernen. Dieses Buch ist mit seiner tiefgehenden Analyse sowie wegweisenden Ratschlägen und Übungen ein Buch zur richtigen Zeit.

Gabriel Palacios: Gib deiner Angst keine Macht! Wie du in bewegten Zeiten zur Ruhe und zu dir selbst kommst. Allegria 6.2020, Hardcover, 256 Seiten, 18 Euro

Seelenweg ins Licht

Schon von klein auf spürt Jana Haas, dass sie anders ist: Unerlöste Seelen offenbaren sich ihr, Nahtoderlebnisse ängstigen sie, düstere Stimmen suchen ihre Nähe. In diesem Buch schildert



die Autorin in ihrer berührenden Lebensgeschichte, wie sie ihre eigene destruktive Dunkelheit hinter sich lässt und lernt, ihre außergewöhnliche Gabe anzunehmen und lichtvoll zu leben, wie aufrichtige Liebe uns heilt. Sie erzählt uns von der geistigen Welt und ihrer liebevollen Führung. Und vom Vertrauen, das uns durch scheinbar aussichtslose Situationen trägt, durch Angst oder Selbstzweifel zurück ins Licht zu Selbstliebe, Seelenwärme und Verbundenheit. So kann Jana Haas' Heilungsweg wegweisend auch für unsere eigene Heilung werden.

Jana Haas: Mein Seelenweg ins Licht – Mit Ritualen für Stärkung und kraftvollen Seelenschutz, Arkana 6.2020, Hardcover mit Umschlag, 336 Seiten, 14,99 Euro

Wilde Weiblichkeit

Ganz Frau sein, im Hier und Jetzt – Female Empowerment in bewegten Zeiten: Viele Frauen sehnen sich danach, sich selbst mutiger, stimmiger und erfüllender zum Ausdruck zu bringen. Sie suchen eine tiefere Verbindung zur natürlichen Weisheit ihrer Weiblichkeit und zu ihrem Körper.



Doch im Alltag geht dieses Bedürfnis oft unter, und manchmal auch verloren. Die Kundalini-Yogalehrerin Silke Gengenbach eröffnet entspannte, inspirierende und sinnliche Wege, unsere weib-

liche Kraft und unseren natürlichen Flow mit Freude zurückzuerobern und wieder in unser Leben integrieren zu können. Egal ob positives Selbstbild, Intuition, Körperbewusstsein oder erfüllende Sexualität – hier lernen Frauen sich und ihre innersten Lebens- und Kreativkräfte ganz neu kennen und schätzen.

Silke Gengenbach: Wilde Weiblichkeit – Lebendig, sinnlich, frei. Wege in ein neues Körper- und Lebensgefühl. Integral 5.2020, Hardcover, 256 Seiten, 20 Euro

Vom Heiraten und Zusammenbleiben

Meist verliebt man sich mit einem lauten Paukenschlag, der dann langsam, aber sicher verhallt. Niemand sagt es gern so direkt, aber es ist völlig normal, dass Beziehungen scheitern.



Sie sind so etwas wie das emotionale Pendant zum Schneeschippen: Zu Beginn ist man voller Tatendrang und Energie, dann entpuppt es sich als kräftezehrender, als man denkt. Und doch wünschen sich immer mehr Menschen, verheiratet zu sein. Wie also kann die lebenslange Partnerschaft gelingen? Die Journalistin Belinda Luscombe hat eine unterhaltsame Anleitung geschrieben, wie wir auch nach der Hochzeit glücklich bleiben. Das Geheimnis? Mehr Gelassenheit. Belinda Luscombe weiß, wovon sie schreibt: Seit 25 Jahren probt sie all ihre Ratschläge mit dem eigenen Ehemann. Als Journalistin hat sie außerdem bereits mehrere Preise gewonnen. Sie hat zwei Kinder und lebt mit ihrer Familie in den USA.

Belinda Luscombe: Heiraten ist gar nicht schwer – Zusammenbleiben aber sehr. Mosaik 4.2019, Klappenbroschur, 288 Seiten, 15 Euro



Familienaufstellungen

Dr. Renate Wirth

Praxis für Familienaufstellungen



Seminare:

www.aufstellungstage.de

Der Blog:

www.renate-wirth.de

Das Buch:

www.im-herzen-frei.de



Im Herzen frei

Wie Familienaufstellungen helfen, Probleme und Blockaden zu lösen. Ein Einführungsbuch, aus der Praxis erzählt.

Dr. Renate Wirth

Prinzregentenstr. 7

10717 Berlin

Tel. 0172 – 1832635

post@renate-wirth.de



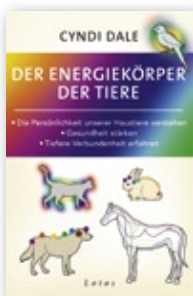
Die Stimme stärken

Wie man etwas sagt, wirkt nach. Was man sagt, ist manchmal gar nicht so wichtig. Doch eine gute, klangvolle Stimme ist viel mehr als die richtige Technik. Die Stimmtrainerin Gerlinde Lamprecht zeigt Ihnen, wie Sie schwierige Sprechsituationen meistern, sich vor einem Auftritt richtig einstimmen, die besten Tricks gegen Lampenfieber. Mit einem vielfältigen Mix aus Stimm-, Körper- und Mentalübungen können Sie souveränes Auftreten, Ausstrahlung, Überzeugung, Zuhörer mitnehmen und authentisch wirken trainieren. Entfalten Sie Ihre ganze Persönlichkeit als Sprecher/in auf den Bühnen Ihres Lebens, am Telefon oder im Alltag.

Gerlinde Dr. Lamprecht: Meine Stimme stärken. Das Stimmtraining für mehr Selbstbewusstsein. Trias 6.2020, 14,99 Euro

Der Energiekörper der Tiere

Alle Lebewesen sind durch unsichtbare Energieströme miteinander verbunden. Wie diese erstaunlichen Kräfte auch in der Tierwelt wirken und wie wir sie



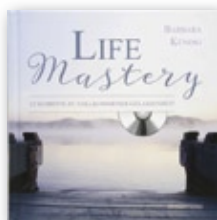
nutzen können, führt Cyndi Dale auf faszinierende Weise vor Augen: Wie nehmen wir die Aura unserer Haustiere wahr und was bedeuten die Aurfarben? Wo im Körper des Tieres befinden sich die Chakras und wie werden sie harmonisiert? Wie können wir mit

den Meridianen arbeiten? Und ist es tatsächlich möglich, mit meinem Tier telepathisch zu kommunizieren? Ob für Hund, Sittich, Katze, Salamander oder Meerschweinchen – hier findet jeder Tierliebhaber einfache, heilsame Methoden und Übungen, um sein geliebtes Haustier auf ganz neue Weise zu verstehen, ihm etwas Gutes zu tun und zu einem harmonischen, freudvollen und gesunden Miteinander zu finden.

Cyndi Dale: Der Energiekörper der Tiere. Die Persönlichkeit unserer Haustiere verstehen. Gesundheit stärken. Tiefere Verbundenheit erfahren. Lotos 4.2020, Klappenbroschur, 320 Seiten, 20 Euro

Gelassenheit lernen

Das Potenzial Gelassenheit und Leichtigkeit im Leben zu entwickeln, schlummert in jedem von uns. Damit ist nicht die rosarote Brille gemeint, mit der alles positiv gesehen wird – es geht vielmehr darum, die Herausforderungen des Lebens anzunehmen, Herzenswünsche zu erkennen und diese in die Tat umzusetzen. Mit 12 Schritten begibst du dich auf eine innere Reise und



kommst dem Ziel nach Leichtigkeit einen großen Schritt näher: durch praktische Übungen für mehr Energie, innere Ruhe und Gelassenheit. Barbara Kündig zeigt dir in diesem Ratgeber, wie du lernst, deine Gefühle anzunehmen, ohne ihnen die Kontrolle zu überlassen.

Barbara Kündig: Life Mastery – 12 Schritte zur vollkommener Gelassenheit. Windpferd 11.2018, Buch und CD, 16,95 Euro

Rezensionen von Lesern
außerhalb dieser Redaktion
finden Sie auf
www.kgsberlin.de

Buchhandlungen

mit Fachbüchern und mehr ...
(und KGS-Magazin-Auslage)

Mandala Buchhandlung
Husemannstr. 27, 10435 Berlin-
Prenzlauer Berg, T. 030-4412550
www.mandala-berlin.de

Mondlicht Buchhandlung
Oranienstr. 14, 10999 Berlin-
Kreuzberg, T. 030-6183015
www.mondlicht-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 Verlag
Inh. Sabine Simon-Weidner

Postanschrift:
Hohenzollerndamm 56, 14199 Berlin

030. 612016-00
mail@kgsberlin.de
www.kgsberlin.de

ISSN 2196-3797
Verteilung: 16.000 Exemplare

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

Redaktion:
030. 6120 1602
redaktion@kgsberlin.de

Anzeigen:
030. 6120 1600
anzeigen@kgsberlin.de

Kleinanzeigen:
030. 6120 1603
kleinanzeigen@kgsberlin.de

KGS Berlin erscheint 2-monatlich.

Eingabeschluss nächste Ausgabe:
November/Dezember

Redaktion: 10.10.2020
Kleinanzeigen: 10.10.2020
Großanzeigen: 13.10.2020

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht die Meinung der Redaktion wieder. Die Veröffentlichung von Terminen und Veranstaltungsorten erfolgt ohne Gewähr.

© 2020 Körper Geist Seele Verlag
Es gelten unsere Geschäftsbedingungen und Anzeigenpreise laut Preisliste 1-2020 auf www.kgsberlin.de

* Stand Juni 2020



Besuche mal wieder einen Buchladen in deinem Kiez, deiner Gemeinde, deiner Stadt.

Führe nette Gespräche mit anderen über angesagte Bücher. Besuche Lesungen mit guten Autoren.

Erhalte die Vielfalt in den Straßen deines Wohnortes. Stärke unsere Buchläden, wie auch die vielen anderen kleinen, bunten, liebevollen Läden.

Buchempfehlung: "Schnauze, Alexa! – Ich kaufe nicht bei Amazon. [Vorsicht, dieses Buch liefert überzeugende Argumente.]" von Johannes Bröckers.

Eine Initiative des Körper Geist Seele Verlags

**Mein
Buch-
laden
im
Kiez**

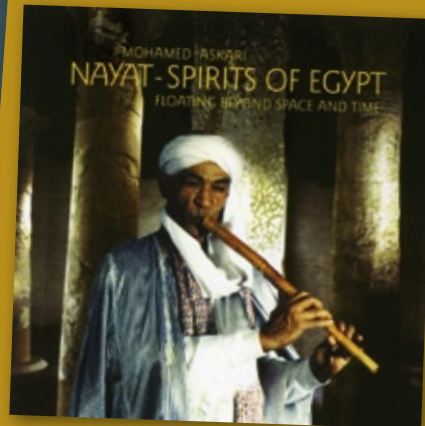
Rarität:

Mohamed Askari: Nayat – Spirit of Egypt

Eine stimmungsvolle und reife Musik eines Meisters seines Faches, der arabischen Flöte, der Nay.

Die CD Nayat wurde 1998 im Museum für Ägyptische Kunst in Berlin Charlottenburg live eingespielt. Die von Mohamed Askari vorgetragenen und hier aufgenommenen Flötenimprovisationen basieren auf traditionellen arabischen Rhythmen und Stimmungen, die wiederum in alten arabischen Kompositions- und Vortragsstilen wurzeln (Pentatonik).

Diese Musik ist in ihrer Schlichtheit einzigartig. Getragen von tiefer Emotionalität, höchster Konzentration und Gelassenheit. Die ruhig dahinfließenden Flötenklänge eignen sich sehr gut zur Begleitung kontemplativer Übungen und Meditationen.



Mohamed Askari: Nayat – Spirit of Egypt, Floating Beyond Space and Time, c+p 1998 by Simon+Leutner, Gesamtspielzeit 60:03 Minuten, nur noch wenige Archivexemplare vorhanden, Preis 11 Euro plus 1,95 Euro Versand (D). Nähere Infos, kurze Audios zum Reinhören und käuflich zu erwerben nur auf www.kgsberlin.de/verkauf.html



FRIEDEN
HERRSCHT NICHT.
FRIEDEN IST,
WO NIEMAND
HERRSCHT.

BERLIN, 29. AUGUST 2020