Sein

Bewusstsein intelligent leben

kostenlos

sein.de

Geburt

Schmerzfreie Geburt: Gibt es das wirklich?
Archetypischer Prozess: Geburt als Abbild des Lebens
Hallo Kleines: Kommunikation mit dem Baby im Bauch

09
2016
NO. 253

Neu im Raum Potsdam – Mittelmark

ganzheitlich/biologische Zahnberatung

Zahnarzt i.R. bietet kompetente und unabhängige Beratung aus ganzheitlich/biologischer Sicht in allen Bereichen der Zahnmedizin, vom Zahndurchbruch über Prophylaxe bis zum Zahnersatz.

Behandlung von Symptomatik im Mund- und Kieferbereich wie z.B. Zungenbrennen, Trigeminusneuralgie ist möglich.

JAKOB PETER BODNER
HEILPRAKTIKER I ZAHNARZT I.R.

Absolvent und wissenschaftlicher Mitarbeiter der WWU Münster, qualifiziertes Mitglied der GZM seit 1995

Beelitzer Straße 45
14797 Kloster Lehnin

Telefonische Terminvereinbarung:
Dienstag und Donnerstag, 10 – 12 Uhr

Telefon: 03382 · 70 76 119

Yogalehrer Ausbildung

mit Stefan Datt & Team

Qualifizierte Ausbildung an 11 Wochenenden mit Zertifikat

14.01. - 07.05.2017

Kursgebühr: ab 1.230,- € · Frühbucher bis 20.11.2016

(Bildungsprämie möglich)

LERNEN IN BEWEGUNG · BERLIN

LERNEN IN BEWEGUNG · WEIMARER STR. 29 · 10625 BERLIN
T: 030-38 10 80 93 · YOGA@YOGA-BERLIN.DE · WWW.YOGA-BERLIN.DE

Buchverlosung

Sein verlost 3 Exemplare von **„Wenn's ein Junge wird, nennen wir ihn Judith"** von **Christian Hanne**, Seitenstraßen Verlag, 128 Seiten, 9,90 €
ISBN: 978-3937088211

12 lustige Kurzgeschichten aus Berlin rund ums Kinderkriegen – diesen Monat in unseren Rezensionen vorgestellt.

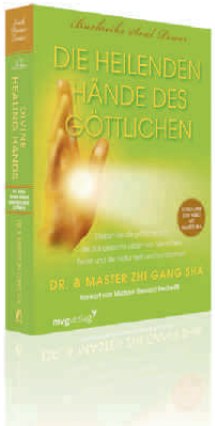
Lösungsfrage: Wie heißt das Blog von Christian Hanne?

Zum Gewinnen bitte bis zum **20.9.2016** unter Angabe des Namens und der Adresse eine E-Mail mit dem Stichwort **„Butler"** und der **korrekten Lösung** an: **gewinnen@sein.de**

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung des Gewinns möglich.

"Du hast die Kraft, Dich selbst zu heilen."

Divine Healing Hands



Ausbildung zum Divine Healing Hands Soul Healer nach den Lehren und Methoden von Dr. und Master Sha

23.-25. September in Berlin

Freier Informationsabend • Freitag, 09.09. um 20.00 Uhr

TAO HEALING CENTER
Im Akazienhof, Akazienstraße 27 • 10823 Berlin
www.TaoHealingCenter.de/Berlin

Spiritualität & Heilen 2016

Therapieangebote - Beratungen - Produkte
Vorträge - Verkauf

Eintritt FREITAG 7,00 €

16.-18. Sept.

AVZ-Logenhaus

Emser Str. 12-13; U3/U7 "Fehrbelliner Platz"
10719 BERLIN-Wilmersdorf

FR: 14 - 19 Uhr, SA: 11 - 19 Uhr, SO: 11 - 18 Uhr
FR: 7,00 € (einheitlich); SA / SO: 10,00 € / je Tag
ermäßigt: 8,00 € / je Tag; Kinder bis 14 Jahre frei

Info: ESO-TEAM GmbH Tel: 089-8144022 / www.esoterikmesse.de

S.28

S.22

Abb: © nadezhda1906 - Fotolia.com

S.24

Abb: © kolinko_tanya - Fotolia.com

Inhalt

4 **Global News:**
Sedierte Kinder und abgeschobene Großeltern: Die „Krise der Reproduktion"– Ein Interview mit Silvia Federici

5 **Zeitansage:**
Auf dem Krokodil zum Ziel? – von Karina Gerlach

11 **www.geburt.de**
Der Klick in eine neue Geburtskultur – von Simone Forster

14 **Schmerzfreie Geburt**
Gibt es das wirklich? – von Kristin Graf

16 **Die Geburt als Lebensmuster**
Die vier perinatalen Matrizen nach Stanislav Grof von Klaus John

20 **Die Schöpfung und der Kreislauf des Lebens**
Geburt aus der Sicht der Seele von Aljona Nowokreschenow

22 **Abbild des Lebens**
Schwangerschaft und Geburt als archetypischer Schöpfungsprozess – von Jaguar Yolande Alice Carrell

24 **Rapunzel und der Plazentabaum**
Erfahrungen mit der Geburt des eigenen Kindes in einer Klinik und Zuhause – von Holm Andree Jochmann

26 **„Hallo Kleines …"**
Kommunikation mit dem Baby im Bauch von Simone Forster

28 **Stell dir vor, es ist Krieg und keiner geht hin**
15 Jahre Marianand-Stille-Meditation am Brandenburger Tor – von den Marianand-Blue-Planet-Helpers

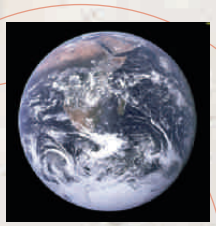
30 **Tipps:**
Die Kostbarkeit des Augenblicks – die Autorin Margrit Irgang liest in Berlin – von Ditta Gehrmann

32 **Du musst es nicht alleine schaffen!**
Coaching als kraftvolle Hilfe, um Ziele leichter zu erreichen von Robert Heeß

35 **Tipps:**
Konzert: Heilende Klänge aus Indien mit Shriguru Balaji També

36 **Sieben Augen auf die Welt**
Ein neues Verständnis der Chakren – von Shai Tubali

39 **Tipps: Hilfe für Munay Suyu**
Spendenaufruf für Wiederaufbau nach Erdbeben in Ecuador



Neue Weltbilder
Bewusstsein
Spiritualität
Gesundheit
Sexualität
Therapie
Heilung

Rubriken

4-5 Online-Vorschau
6-10 Zu Gast in Berlin
27, 31 Selbstdarstellungen 35
40-41 Lesen & Hören – Buch- und CD-Tipps von Shermin Arif
42 Astrologische Betrachtungen für September – von Mona Riegger
43 Versteckte Netze – Eine homöopathische Begegnung mit der Ammen-Dornfinger-Spinne von Werner Baumeister
44-50 Programm
51-60 Forum
61-64 Termine
64 Regelmäßige Termine
65 Wer macht was
66 Vermischtes
64 Impressum
67 Adressen

Abb: © asafeliason - Fotolia.com

Titelbild: © Subbotina Anna - Fotolia.com

Dieser Ausgabe liegt eine Beilage von Plan Internatianal sowie teilweise von Yoga Sky bei. Wir bitten um freundliche Beachtung.

Edito

„Geburt und Tod scheinen das A und O der menschlichen Existenz zu sein, und jedes psychologische System, das sie nicht eingliedert, muss oberflächlich und unvollständig bleiben" – so der amerikanische Psychiater Stanislav Grof. Er sieht in der Art und Weise, wie wir die Zeit im Mutterleib und den darauffolgenden Weg in die Welt erlebt haben, eine Art Grundmatrix des Lebens, die sich auf all unsere späteren Erfahrungen projiziert. Und wenn ich Revue passieren lasse, was ich in den vielen Malen erlebt habe, die ich in verschiedensten therapeutischen Settings durch meine Geburt gegangen bin, kann ich ihm da nur zustimmen. Eigentlich sollte uns die zentrale Bedeutung der Geburt nicht verwundern. Die physische Geburt und das dazugehörige Erleben im Mutterleib sind die ersten und deshalb am stärksten prägenden Erfahrungen unseres Lebens. Sie erhalten dadurch Modellcharakter. Eine schnelle Geburt bedeutet demnach, dass wir auch im Leben vorwärts stürmen, Schwierigkeiten offensiv angehen und allgemein einen optimistischen Blickwinkel einnehmen. Eine zähe, langandauernde Geburt bewirkt, dass wir in unserem Leben langsamer agieren, für Entscheidungen länger brauchen. Eine Zangengeburt veranlasst uns, auch im Leben immer auf äußere Hilfe zu warten. Wird es schwierig, beißen wir uns nicht selbst durch. Leider sieht das der Hauptzweig der Psychologie bisher nicht so. Wäre dies anders, würde die klassische Medizin vielleicht ihren Umgang mit dem Thema Geburt ändern. Fast jedes dritte Kind kommt momentan in Deutschland per Kaiserschnitt. Ein Kaiserschnitt entbindet uns allerdings vom Kampf durch den Geburtskanal. Eine Kämpfernatur erblickt auf diese Weise kaum das Licht der Welt und muss sich seine Durchsetzungsfähigkeit im Laufe des Lebens mit viel Mühe aus eigener Kraft aneignen. Für mich stellt sich in diesem Zusammenhang die Frage: Wie würde es sich auswirken, wenn die meisten Geburten nicht ein schmerzvolles Leiden wären, sondern Momente der Ekstase, der Kraft und des Glücks, wie sie in den Artikeln über sanfte Geburt in diesem Heft dargestellt werden? Würden so friedlichere und entspanntere Menschen heranwachsen und könnte sich dadurch mit der Zeit auch gesamtgesellschaftlich etwas ändern?

Jörg Engelsing

Sedierte Kinder und abgeschobene Großeltern: Die „Krise der Reproduktion“

Mit der Streichung öffentlicher Dienstleistungen würde immer mehr Arbeit zurück in die Haushalte verlagert, so Silvia Federici, Prof. em. für Politische Philosophie an der Hofstra University, Long Island, New York. Besonders Frauen seien oft chronisch überlastet, weil sie zugleich Erwerbsarbeit und Sorgearbeit übernehmen müssen. Leidtragende sind neben den Frauen vor allem Kinder. Jedes vierte Kind in den USA leidet laut Statistik inzwischen an einer psychischen Krankheit. Doch Diagnosen wie "Hyperaktivität", "Aufmerksamkeitsdefizit-Syxndrom" und "Depression" maskieren oft die soziale Realität nur: Viele Kinder, die Aufmerksamkeitsprobleme haben, würden mit Medikamenten sediert. Auch alte Menschen würden zunehmend "ausrangiert", die Pflege aus Kosten- und Zeitgründen inzwischen sogar in Billiglohnländer verlagert.

Kontext TV: Wenn wir von Krisen reden – etwa der Finanzkrise –, dann denken wir meistens an eine Krise der Produktion. Sie sprechen von einer "Krise der Reproduktion". Was heißt das?

Federici: Reproduktionskrise bedeutet, dass immer mehr Menschen Schwierigkeiten haben, für Grundbedürfnisse aller Art zu sorgen. Am augenfälligsten ist natürlich der Ressourcenmangel. Wir verlieren unsere Wohnungen, unsere Arbeitsplätze, wir haben keinen Zugang zu monetärem Einkommen, während so viel von dem, was wir brauchen, nur am Markt erworben werden kann. Das ist sehr offensichtlich. Andere Formen der Reproduktionskrise haben mit Überarbeitung zu tun. Frauen machen immer noch die meiste unbezahlte Hausarbeit, sind aber gleichzeitig oft selbst erwerbstätig. Dadurch leiden sie unter einer immensen Arbeitsbelastung. Dass mit der Berufstätigkeit der Frauen die unbezahlte Arbeit zu Hause verschwunden oder deutlich weniger geworden wäre, ist ein Mythos. Vielmehr wurde durch die Streichung öffentlicher Dienstleistungen Arbeit zurück in die Haushalte verlagert. In den USA hat die Krankenhausreform bewirkt, dass Patienten nach Operationen immer früher entlassen werden und dann zu Hause versorgt werden müssen. Von den Frauen wird erwartet, dass sie die Behandlung fortsetzen, die früher das Krankenhaus übernommen hätte. Wir haben es also tatsächlich mit einer Rückkehr der Hausarbeit zu tun. Die Krise betrifft auch die Kinder. Weil Frauen heutzutage viel außer Haus arbeiten, wird die Kinderbetreuung zum Krisengebiet. In den USA sprechen wir von den Schlüsselkindern. Sie sind sechs, sieben, acht Jahre alt und tragen einen Schlüssel um den Hals, weil ihre Mutter nicht zu Hause ist, wenn sie aus der Schule kommen. An dieser Stelle möchte ich auf ein typisches Symptom der Krise hinweisen: Laut Zahlen des amerikanischen Center for Disease Control leidet in den USA jedes vierte Kind unter einer psychischen Krankheit, sei es Hyperaktivität, Aufmerksamkeitsdefizit, oder sogar einer Depression. Schon im Alter von vier oder fünf oder sogar früher erhalten Kinder Medikamente. Eine ganze Generation von Kindern wird sediert. Ich stehe solchen Diagnosen sehr skeptisch gegenüber. Ich glaube, hier wird ein soziales Problem medizinisch maskiert. Man vertuscht auf diese Weise, dass schulische Programme ständig gekürzt werden. Die Schulen bieten den Kindern immer weniger, die Kinder werden nicht kreativ gefördert und langweilen sich zu Tode. Die Schulen gleichen eher Gefängnissen als Orten, an denen Kinder sich entfalten können. Die Eltern, die Familien leiden unter immensem Stress. Und deshalb bekommen die Kinder keine Aufmerksamkeit. Außerdem üben auch der Staat und seine Institutionen einen unglaublichen Druck auf die Kinder aus. Man versucht jetzt, die Kinder schon im zarten Alter von vier oder fünf auf den Arbeitsmarkt vorzubereiten. Ich musste mit Schrecken feststellen, dass in den USA Kinder von vier, fünf Jahren Tests machen müssen, um ihre geistige Einstellung zu prüfen. So nimmt man den Kindern ihre Kindheit weg. Und die Antwort auf ihre Unzufriedenheit ist Ruhigstellung.

Anzeige

Kontext TV: Betrifft das nur Kinder?
Federici: Nein, eine ähnliche Krise finden wir bei alten Menschen, schlimmer sogar, denn um Kinder kümmert man sich trotz allem noch mehr als um die Älteren. Kinder sind ja die Zukunft, während die Alten schon so gut wie ausrangiert sind. Deshalb werden sie noch leichter übersehen und vernachlässigt. Ältere Menschen erhalten immer weniger Leistungen. Sie leben in großer Armut und Einsamkeit. Im Alter brauchen Menschen Hilfe zum Beispiel in Form von Pflegekräften, die sie besuchen, ihnen Essen bringen, bei der Hausarbeit helfen und ihnen ermöglichen, zu Hause wohnen zu bleiben, denn das wollen die meisten. All diese Hilfen werden immer weiter eingeschränkt. Soweit ich weiß, erlebt auch Deutschland eine große Krise in diesem Bereich. Ich habe gehört, dass man sogar schon versucht, ältere, insbesondere demente Menschen umzusiedeln. Familien schicken ihre älteren Verwandten ins Ausland, weil es zu anstrengend oder zu teuer ist, sie in Deutschland zu versorgen. Daran zeigt sich, dass wir die Commons* dringend brauchen. Und noch eins möchte ich hinzufügen, ein weiteres Alarmsignal: In den USA haben Frauen aus einkommensschwachen und bildungsfernen Schichten seit 10, 15 Jahren eine um fünf Jahre kürzere Lebenserwartung als ihre Mütter. Die Lebenserwartung geht also zurück, und ganz besonders bei Frauen. Das liegt eindeutig an ihrer extremen Überarbeitung und Belastung. Eine andere sehr aufschlussreiche Statistik besagt, dass die Anzahl der Frauen, die im Gefängnis sind, seit den 70er Jahren um 700 Prozent gestiegen ist. Das steht auch im Zusammenhang mit der Krise des Ressourcenzugangs – die meisten dieser Frauen sitzen nämlich für einvernehmlich begangene und nicht gewalttätige Verbrechen ein, da sie gezwungen sind, ihren Lebensunterhalt jenseits der Legalität zu verdienen.

Kontext TV: Ein anderes Fernsehen ist möglich

David Goeßmann und Fabian Scheidler

Kontext TV ist ein unabhängiges Nachrichtenmagazin, das über die sozialen, ökologischen und wirtschaftlichen Herausforderungen unserer Zeit berichtet. Kontext TV sendet über das Internet und ein Netzwerk von nicht-kommerziellen Fernseh- und Radiostationen, darunter Alex TV Berlin und Okto TV Wien.
Kontext TV verzichtet bewusst auf Einnahmen aus Werbung und Sponsoring, um seine Unabhängigkeit zu wahren. Wer Kontext TV unterstützen möchte, kann das ganz einfach über Spenden oder eine Fördermitgliedschaft tun. Mehr auf **www.kontext-tv.de**

*Güter und Dienstleistungen, die gemeinsam genutzt werden nach gemeinsam ausgehandelten Regeln

WWW.SEIN.DE

Folgende Artikel gibt es nur in unserer Online-Ausgabe - besuchen Sie uns auf www.sein.de!

Taizé: Aus der Stille des Herzens lieben

Frère Roger (1915–2005) gründete 1940 die erste ökumenische Ordensgemeinschaft der Kirchengeschichte im französischen Taizé. Heute gehören zur „Communauté de Taizé“ an die hundert Brüder aus über 25 Nationen. Jährlich bis zu 250.000 Jugendliche aus aller Welt besuchen den Ort, wo täglich praktische Nächstenliebe in Einfachheit, Barmherzigkeit und Freude gelebt wird.

Aus der Rubrik „Zusammenleben“

Earth Overshoot Day kommt jedes Jahr früher

Der Earth Overshoot Day („Welterschöpfungstag“) ist der Tag im Jahr, an dem die Weltbevölkerung ihr Jahresbudget an Ressourcen aufgebraucht hat und wir auf Kosten des Planeten Erde leben. Dieser Tag kommt jedes Jahr früher.

Aus der Rubrik „News“

Guanabana – kann eine tropische Heilpflanze bei Krebs helfen?

Dietmar Waßner über eine Tropenfrucht, die bei vielen Beschwerden helfen kann. Neue Studien geben Anlass zur Hoffnung, dass die Extrakte der Frucht sogar das Wachstum von bestimmten Tumorzellen hemmen.

Aus der Rubrik „Gesundheit & Heilung“

Das Glück tierisch maximieren

Es ist möglich, eine tiefere Beziehung zum Leben der Tiere und Pflanzen, zur Mutter Erde zu erringen. Vieles in der Natur kann Wegweiser und Hilfe sein. Die indische Schriftstellerin Arundhati Roy bringt es auf den Punkt: „Eine andere Welt ist möglich. Sie hat sich bereits auf den Weg gemacht. An ruhigen Tagen kann ich sie atmen hören.“

Aus der Rubrik „Regional Brandenburg“

Auf **www.sein.de** erscheinen **täglich** aktuelle News und spannende Artikel.

Bildnachweise:
1. Taizé: too07cool, Lizenz: cc-by-nd
2. Collage mit „Seed of Earth“ von Sanjhowkokaji Chihiro Lizenz: cc-by-sa
3. Guanabana: Bird von Marissa Strniste Lizenz: cc-by

Auf dem Krokodil zum Ziel?

von Karina Gerlach

Normalerweise glauben wir an eine körperliche Existenz. Das macht der Trennungsgedanke „Ich“, der ungeprüft eine körperliche Erscheinung erzeugt. Durch ihn erscheint im selben Moment eine körperliche Welt. Sind das „Ich“ und damit die äußere Welt nicht als Illusion (Maya) erkannt, leidet der Mensch unter seiner körperlichen Trennung (Ur-Schmerz, Ur-Angst vor dem Tod). Es ist das ewige menschliche Leiden: Unwissenheit in Bezug auf sich selbst. An diese Unwissenheit ist die weitere Unwissenheit gekoppelt, dass die schmerzliche Ur-Angst ein Weck-Signal des Bewusstseins ist, das den Menschen, der sich getrennt wähnt, zu sich zurückruft. Ist es denn nicht unsere wesentliche Aufgabe, die uns wahrhaft zum Homo sapiens macht, das Leidens-Theater, die Vorstellung zu schließen, um in der Wirklichkeit und damit im Frieden zu erwachen? Und in der Tat geschieht das durch intelligente Selbst-Erforschung des „Ichs“. Es gibt eine innere Intelligenz, die den Ich-Gedanken als Ur-Sache des Leidens erkennen kann, und genau diese Erkenntnis ist Befreiung. Befreiung geschieht durch die Umkehr nach innen. Hier, in der Klarheit, was ich wirklich, in Wahrheit bin, ist das körperlich denkende Ich, der dramatisierende Schauspieler, entlassen. Was bleibt, ist das ICH BIN (Bewusstsein). Innerhalb der Körperidentität nach Freiheit (vom Leiden), Liebe, Einssein durch Partnerschaft, Frieden, Glücklichsein zu suchen, das ist wie „den Fluss auf dem Rücken eines Krokodils überqueren“, so die treffenden Worte von Ramana Maharshi. Dem Menschen ist es innerhalb der Körper-Identität nicht möglich, das zu erlangen. Auch nicht durch den so oft ausgerufenen kollektiven Zusammenschluss in Friedens-Meditationen. Das schmerzliche Ego-Ich, das Frieden haben möchte, bleibt als das schnappende Krokodil erhalten. Frieden geschieht nur im Einzelfall und von selbst durch den heiligen und heilsamen Willen zur Umkehr. Gnade.

www.umkehrkurs.de

www.umkehrkurs.de

Verändern Sie Ihre Frequenz, verändern Sie Ihr Leben

mit Karin Haemmerle (Kanada)

Wie kann ich mein Potential tatsächlich leben? Karin beantwortet diese Frage so: "Alles, was nötig ist, ist deinem Körper Aufmerksamkeit zu schenken, was dir hilft, mehr in deinen Körper zu kommen. Das ist, wie du in diese wirkliche Erfüllung kommst, wonach alle von euch schauen, indem du auf die Details fokussierst und die Universen in deinem Körper."

Den Samstag widmet Karin diesmal den inneren Organen Herz, Lungen, Leber, Nieren und Magen/Darm und hilft so, uns von innen zu stabilisieren und der sich verändernden Welt kraftvoll zu begegnen. Wer nach einer Beschleunigung sucht, sein Potential umzusetzen, ist am Sonntag eingeladen auf den Weg der Meisterschaft.

In Einzelsitzungen oder in persönlicher Session im kraftvollen Gruppenformat (KGF) können weitere Themen bearbeitet werden. Frühzeitige Anmeldung wird empfohlen.

Berlin, Rue Joseph le Brix 4, 13405 Berlin (U Otisstraße)
23.9.16 - Erlebnisabend 19-21 Uhr
23.9.16 - Einzelsitzungen 10-17 Uhr
23.9.16 - KGF "Finde zu deiner inneren Kraft" 17-18 Uhr
24.9.16 - The Magic Five: Körperlich in Schwung kommen 10–15 Uhr
24.9.16 - KGF "Ihrem Potential gerecht werden" 18-19 Uhr
25.9.16 - Der Weg zur Meisterschaft INTENSIV 10-15 Uhr
25.9.16 - KGF "Freude und Optimismus" 16-17 Uhr

Information: Andrea Weicker
Tel.: 030 - 413 58 13
Anmeldungen unter:
hakarinanja@gmail.com
www.selbstheilunginlichtgeschwindigkeit.com

Wochenendseminar Renate Busam in Berlin

Universelles Bewusstsein und die innere Einheit des Lebens

Im Gegenwärtig-Sein öffnen sich Zeitstrukturen, starre Identifikationen mit gelebten Lebensmustern und vor allem Schichten von innerem Druck und Lebensabwehr: die Angst davor da zu sein, wo ICH BIN.

Wir heilen an der Identifikation des Bewusstseins mit unserer Lebensgeschichte und tiefen Verstehen und die Hinwendung auf die universellen Ebenen lebendig-schöpferischen Daseins.

Heil-Aspekte dabei sind:

- die Heilung des frühen Kindbewusstseins, seiner Bewusst-heit und seinem ganz natürlichen Gleichklang zum Universellen Sein.
- die Verschiebung des Schöpfungsschwerpunktes vom individuellen Ich zum universellen Bewusstsein im System
- Freiheit und kreativer Umgang mit Lebensmustern im Innen und Außen, die gerade in unserem Lebensfluss erscheinen.
- Weitung und Heilung des Herz-Raums und seiner Erinnerungsfunktionen.

Fr. 23. bis So. 25. September 2016
Seminarzeiten:
Fr. 23. Sept. 2016 19.30 bis 22 Uhr
Sa. 24. Sept. 2016 10 bis 18.30 Uhr
So. 25 Sept. 2016 10 bis 13 Uhr
Ort: YogaRaumBerlin, Pfuelstraße 5, 10997 Berlin/Kreuzberg
Seminarkosten: 200 €

Information und Anmeldung:
Horst Eschment
Tel.: 030 - 44 71 48 79
info@horst-eschment.de
Weitere Infos finden sie unter www.renatebusam.de

Essenzheilung – Ausbildungsseminar

mit Gaia Michael Zipf

Sebstheilungskräfte aktivieren

Essenzheilung ist eine einzigartige multidimensionale Transformation, die weder eine Methode noch eine Technik braucht.

Diese Heilungsart ist ein praktischer und müheloser Weg, der zu mehr Bewusstheit, Gesundheit und Lebensqualität führen kann.

Gaia ist Autor des Buches „Das Ende der Suche"

Über 30 Jahre erforscht er das Bewusstsein und die Zusammenhänge des Lebens. Seit 1995 unterstützt er weltweit Interessierte, ihre wahre Natur zu entdecken und in Liebe, Frieden und Freiheit zu leben.

Die Menschen schätzen an ihm besonders seine Einfühlsamkeit, liebevolle Klarheit und Humor in seinen Seminaren, Retreats und Abendveranstaltungen.

Seminar: 1.-2. Oktober 2016
Seminarpreis: 199 €
Fr, 30. September, 19.30 Satsang
Tagsüber und auch am 3. Oktober Einzelsessions bei Gaia buchbar.
Ort: YOGA W60, Winsstraße 60, 10405 Berlin

Info und Anmeldung:
Gaia Michael Zipf
Tel.: 0177-3557144
gaia@gaia-satsang.com
www.gaia-satsang.com

Keep the fire burning

das Feuer im Herzen lebendig halten

Henriette Heinrichs und Christoph Swoboda sind die leitenden Therapeuten des „4-Jahreszeiten Trainings", einer Jahresgruppe des „heinrichs-swoboda Instituts für expressiv emotionale Entlastung (eee) und Psychotherapie".

Mit diesem Abendprogramm wenden sie sich an alle Menschen, die die Flammen der Lebendigkeit in ihren Herzen tragen, an alle ehemaligen Teilnehmer*innen, Neueinsteiger*innen und deren Freunde.

Wenn du mal wieder Lust hast auf authentische Begegnung, auf lebendigen Ausdruck, auf Tanz, Bewegung, Meditation, Atem und auf ein herzliches sich Kennenlernen, dann ist dieser Abend genau das Richtige für dich.

Mit diesem Abend wollen wir die Erinnerung wecken an die dir innewohnende Kraft und Lebenslust. Es soll eine Auffrischung sein und ein Anstoß, der dich ermutigt, die Früchte deiner Erfahrungen zu genießen, "nicht stehen bleiben, sondern immer weitergehen".

Wir wünschen uns für diesen Abend einen Kostenbeitrag von 20 €.

Falls du einen „Neueinsteiger" mitbringst, zahlt nur einer von euch, oder beide nur die Hälfte. Wir freuen uns auf dich!

Montag 12. September, 19-21.30 Uhr
Ort: Coaching-Etage, Akazienstr. 28 (links 2.OG) Berlin Schöneberg
(lockere Sportkleidung)

Henriette Heinrichs, München
Tel.: 089 - 62 06 92 54
henriette@heinrichs-swoboda.de
Christoph Swoboda, München
Tel.: 089 -18 95 97 17
christoph@heinrichs-swoboda.de
Frizzi Tzschzacksch, Berlin
Tel.: 0173 - 922 32 54
ktzschacksch@gmail.com
www.heinrichs-swoboda.de

Oleg Tolokin:

Seminar, Initiationen,
Workshop Heiltechniken & Einzelsitzungen

Oleg Tolokin wirkt seit 1991 als Aufgestiegener Meister auf dieser Erde und unterstützt mit seiner Frau Olga die Menschen bei ihrer spirituellen Entwicklung. Möchte man Oleg und Olgas energetisches Kraftfeld kennenlernen, so empfiehlt es sich, eine oder mehrere Initiationen mitzumachen. Initiationen dienen dazu, die persönliche Entwicklung zu beschleunigen, da sie den Teilnehmer in die Lage versetzen, höhere Energien aufnehmen, integrieren und auch halten zu können. Im Seminar vermittelt Oleg T. fundiertes Wissen für die Neue Zeit, welches kombiniert mit intensiven Meditationen, praktischen Übungen sowie Initiationen gefestigt wird. Weiterhin bietet Oleg Einzelsitzungen (für individuelle Probleme und Fragestellungen) sowie Energetische Körperarbeit (einstündige intensive Körperarbeit zur kompletten Neuausrichtung auf physischer Ebene) an.
Für Menschen in heilenden Berufen und zur Selbstbehandlung bietet Oleg 2 Workshops Energetische Heiltechniken an.
Ganz gleich, welches Angebot man wahrnimmt, jeder Teilnehmer erhält die bestmögliche Unterstützung für die nächsten Schritte auf seinem Lebensweg. Alle Veranstaltungen werden übersetzt.

Mehr Infos unter:
www.seminarraum-potsdam.de / Seminare&Inter/NationaleGäste

Termine:

Mo, 26.9.	**Initiationen**	20 Uhr (Dauer immer ca. 2h, Einlass 15 Min. vorher)
Di, 27.9.	**Initiationen**	20 Uhr
Mi, 28.9.	**Einzelsitzungen**	10-19 Uhr
Do, 29.9.	**Initiationen**	10 Uhr
Do, 29.9.	**Workshop**	„Energetische Heiltechniken", 17-20.30 Uhr
Fr, 30.9.	**Workshop**	„Energetische Heiltechniken", 17-20.30 Uhr
Fr, 30.9.	**Initiationen**	10 Uhr
Sa, 1.10.	**Seminar**	10-20 Uhr
So, 2.10.	**Seminar**	10-18.30 Uhr
Mo, 3.10.	**Initiationen**	19 Uhr
Di, 4.10.	**Einzelsitzungen**	10-16 Uhr

Persönliche Einzelsitzungen und Körperarbeit nach Terminabsprache,
Termine möglich vom 27.9. bis Dienstag, 4.10.
(bitte rechtzeitig anmelden, mit Übersetzung, Dauer 1h).

Veranstaltungsort: elysium, Lindenstraße 12, 14467 Potsdam, Remise im Hof
Infos und Anmeldung:
Margareta Gögdün
Tel.: 0331- 23 70 420
0176 - 65 30 00 38

Der Schlüssel zur Musik

Die schnellste Musiklerntechnik der Welt

Du wolltest schon immer ein Instrument spielen und denkst:
- Musik ist komplex und schwierig zu erlernen
- Man braucht Jahre, um das zu lernen
- Man braucht Talent dazu
- Musikausbildung ist teuer.

Jahrhundertelang wurden die Menschen von der komplexen Struktur der Musik abgeschreckt. In diesen Seminaren werden durch **Duncan Lorien** solche Hürden auf erstaunliche Art abgebaut. Innerhalb kürzester Zeit lernst du **jedes westliche Instrument** zu spielen und mit täglich nur 10 Minuten Übung tatsächlich zu musizieren. **Garantiert!** Über **32.000 Absolventen** aus 5 Kontinenten können davon zeugen.

Musik – Lesen und Spielen – Seminar vom 11.-13. Nov. 2016

Infos: **www.musik-verstehen.de**
Anmel.: bernd-jaeger@freenet.de
Tel.: **030 - 821 17 36**
siehe auch: Artikel „Let the Music play", Sein 4/2011,
„Das Mysterium der Einfachheit", 9/2011

Olga Tolokina:

Seminar „Verjüngung"

In diesem Seminar werden verschiedene Techniken vermittelt, die die Verjüngung von Haut und Organen ermöglichen. Olga Tolokina hat nach vielen Schulungen und langjähriger Erfahrung diese Techniken so kombiniert, dass mit geringem Zeitaufwand größtmöglicher Nutzen erzielt werden kann. Ihr jugendliches Aussehen ist der praktische Beweis für die Wirksamkeit dieser Techniken.
Die Kombination umfasst Geisha-Übungen, Akupressur und Energietechniken. Zusätzlich – und das ist das Besondere – erhält jede/r Teilnehmer/in einen Spiegel und 1l Wasser, in die Olga Verjüngungscodes einprogrammiert, die ihre Wirkung dauerhaft erhalten.
Die Verjüngung begrenzt sich nicht nur auf die äußere Erscheinung, sondern umfasst den gesamten Körper bis hin zur Zellebene.
Bei regelmäßiger Anwendung sind positive Effekte bereits nach 4 Wochen sichtbar.

Termin: 3.10.2016, 10-14 Uhr
Veranstaltungsort: elysium, Lindenstraße 12, 14467 Potsdam, Remise im Hof

Infos und Anmeldung:
Margareta Gögdün
Tel.: 0331- 23 70 420
0176 - 65 30 00 38

Richtig Dampf ablassen – dem Herzen Luft und Raum geben

Ein Vortragsabend mit Christoph Swoboda über „Expressiv emotionale Entlastung" (eee) und Körperarbeit.

Christoph Swoboda ist einer der leitenden Therapeuten des „heinrichs-swoboda Instituts für expressiv emotionale Entlastung (eee) und Psychotherapie". Gemeinsam mit Henriette und Coco Heinrichs entwickelten sie, „eee" als einen wirksamen Werkzeugkasten in der therapeutischen Selbsterfahrungsarbeit. Zurückhaltung von Gefühlen kann uns einen großen Teil unserer Lebensenergie kosten. Unterdrückter Zorn, geschluckter Ärger richtet sich letztendlich nach Innen.
Depression, Resignation und gesundheitliche Schäden können die Folge sein. In der Körperarbeit erscheint es wichtig, versteckte körperliche Impulse dieser Gefühle zu erkennen, zu erlauben und gegebenenfalls im sicheren Rahmen verstärkt durch Stimme, Atem und Bewegung auszudrücken.
Dieser Vortragsabend ist kostenfrei und wendet sich an alle Menschen, die etwas über "expressiv emotionale Entlastung" (eee) HÖREN wollen. Am 22. Oktober folgt ein praktischer „Einführungstag" gemeinsam mit Henriette Heinrichs

Vortrag: Mi, 14. September, 19.30 Uhr
Ort: "Praxis für Körperarbeit", Linienstr. 117 , Berlin Mitte

Praktischer „Einführungstag": Sa, 22. Oktober, 11-17 Uhr
Ort: Coaching-Etage, Akazienstr. 28 (links 2.OG) Berlin Schöneberg
(lockere Sportkleidung)

Henriette Heinrichs, München
Tel.: **089 - 62 06 92 54**
henriette@heinrichs-swoboda.de
Christoph Swoboda, München
Tel.: **089 -18 95 97 17**
christoph@heinrichs-swoboda.de
Frizzi Tzschzacksch, Berlin
Tel.: **0173 - 922 32 54**
ktzschacksch@gmail.com
www.heinrichs-swoboda.de

Neuer Gesundheitsberuf Meditations- und Achtsamkeitslehrer/in

Aus-/Fortbildung
mit Wolfgang Anand Kaschel, Wien

Diese intensive und bewährte Aus- und Fortbildung, die seit 4 Jahren in allen österr. Wirtschaftsfachinstituten und in der Schweiz mit Erfolg angeboten wird, ist sowohl zur spirituellen Selbsterkenntnis als auch zur beruflichen neuorientierung/Qualifikation geeignet. Sie erfahren die Wirkung einer Vielzahl traditioneller, aber auch moderner Übungspraktiken und lernen ihre zeitgemäße neutrale Vermittlung kennen. Die Teilnehmer erkennen ihre Eignung während der Übungsphasen selbst. Eine schriftliche Prüfung gibt es nicht.

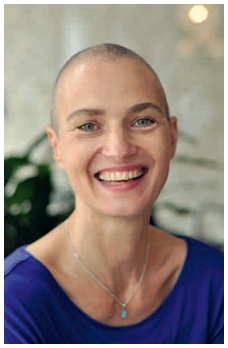
Neben dem geistigem Raum, den der erfahrene Kursleiter anbieten kann, bietet die moderne Coaching-Etage mitten in Schöneberg eine hervorragende Herberge für den Start zurück ins natürliche Zuhause von Achtsamkeit, Kreativität und innerer Gelassenheit.

Termine:
23.-25.9.2016, 4.-6.11.2016, 13.-15.1.2017, 10.-12.3.2017, 5.-7.5.2017
7.-9.7.2017 (1.Tag 18-21 Uhr, Weitere 9.30-18 Uhr)

Ort: HvH Coaching Etage, Akazienstraße 28, 10823 Berlin
Preis: 1790 € (Paar-Rabatt u. Ratenzahlung möglich)

Weitere Infos und Anmeldungen:
Tel.: **0043 - 660 - 588 31 24**
meditative.lebenskunst@gmail.com
www.meditative-lebenskunst.org

SCHULE für meditative Lebenskunst



The Journey – die Reise zu sich selbst

Alle Gefühle, die wir je unterdrückt haben, sind noch immer in uns und bestimmen – ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht – noch heute unser Denken und Fühlen. So kann z.B. die Angst des kleinen Kindes, das seine Mutter einst im Marktgewühl aus den Augen verlor, die Ursache für Verlustängste im Erwachsenenalter sein. Ein solches Erlebnis mag uns heute banal vorkommen, aber für das kleine Kind, das noch immer in uns lebendig ist, war es das sicherlich nicht, und solange dessen Angst nicht geheilt ist, wird sie uns mehr oder minder subtil immer begleiten.

The Journey von Brandon Bays ist eine Reise, bei der wir uns von unserer eigenen Körperweisheit führen lassen, um an Schichten zu gelangen, die dem Tagesbewusstsein verborgen sind. So können wir unverarbeitete Erlebnisse aufspüren und die wirklichen Ursachen all unserer Probleme, Ängste oder gar Krankheiten aufdecken. Doch wir reisen noch tiefer: in reines Sein. Die Begegnung mit unserem wahren Selbst ist es, die so tief wirkt – in unserer Zellerinnerung wie auch in unserer Seele. Denn in diesem Bewusstsein lösen sich selbst die schlimmsten Wunden vollständig auf, und an ihre Stelle treten stattdessen Verzeihen und Liebe.

The Journey mit Bettina Hallifax, Journey Presenter und Practitioner

Erlebnisabend in Berlin: 7.10., 19.30 bis ca. 21 Uhr
Befreie das Potenzial deines (inneren) Kindes, Berlin: 9.10., 9 bis ca. 17.30 Uhr
Journey Intensiv Seminar in Hamburg: 19.-20.11.

Tel.: **030 - 48 49 16 38**
Germany@thejourney.com
www.thejourneyseminare.de

Darshan mit Prem Buddha

In Darshan mit Prem Buddha zu sein bedeutet oftmals zu staunen, wie einfach es ist, Heimat zu spüren. Die Stille in Prem Buddhas Darshan kann die Türen öffnen zu einem lange verloren geglaubten Raum. Dieser Raum ist die ewige Präsenz der Liebe.

Termine:

Fr.	16.9.	Abend Darshan	20 bis 21.30 Uhr
Sa.	17.9.	Tages Darshan	13 bis 15.30 und 16 bis 18.30 Uhr
Sa.	17.9.	Abend Darshan	20 bis 21.30 Uhr
So.	18.9.	Tages Darshan	13 bis 15.30 und 16 bis 18.30 Uhr
So.	18.9.	Abend Darshan	20 bis 21.30 Uhr

Ort: Care & Share Zentrum, Welserstr. 5-7, 10777 Berlin
Seitenflügel rechts, 4. OG, U-Bhf Viktoria-Luise-Platz

Preise: Abend-Darshan: 15 €/Tages-Darshan: je 25 €

Prem Buddha sucht ein Zuhause in Berlin. Über Tipps und Hinweise betreff eines geeigneten Objekts (Wohnung, Haus zur Miete) würde ich mich freuen.

Stille-Retreat mit Prem Buddha vom 30.9. bis 3.10.2016
Silvester-Retreat mit Prem Buddha vom 30.12.2016 bis 2.1.2017

Alle Infos unter:
www.beinsilence.com
padmaji@gmx.net
Tel.: Padma Deutschland 01522 - 793 22 03
Tel.: Padma Schweiz 0041 (0) 762 82 26 13

Anhebung der Lebenskraft

Alfred Schiele und Anna Kratzer ermöglichen in ihren Seminaren den Teilnehmern, ihre Lebenskräfte auf ein stärkeres Niveau zu heben, um Selbstheilungskräfte im Menschen freizulegen. Die Anhebung der Lebenskraft wird oft als Hitze wahrgenommen und der Körper beginnt durch sie zu vibrieren. Beide gehören zu den wenigen Personen in Europa, die das „Mystische Feuer" in kurzer Zeit erwecken können. Die Vitalkräfte nehmen deutlich spürbar zu und der eigenen Medialität werden Türen geöffnet. Intensive Tranceerfahrungen führen zu deutlich mehr Freiheit und tiefen inneren Frieden. Dies ermöglicht das Leuchten der eigenen Seele und hilft authentischer zu leben. Vor allem darum geht es, zu erfahren, wer du wirklich bist.

Erlebnisabend/Heilsession: Fr, 28.10., 19-21 Uhr, 15 €
Tagesworkshop: Sa, 29.10., 10-19 Uhr, 90 € inkl. Verpflegung
Ort: Auenkirche Wilmersdorf, Wilhelmsaue 118a, 10715 Berlin

Info& Anmeldung:
Andreas Reichardt
Tel.: **030 - 86 39 78 67**
reichardt@auenkirche.de

SNATAM KAUR – sacred chants in concert

Die amerikanische Sängerin Snatam Kaur gilt als die weltweit populärste Künstlerin im Bereich Mantra-Musik. Sie besitzt die wunderbare Gabe, traditionelle Gesänge aus Indien in eine moderne Klangerfahrung zu transformieren, die dem westlichen Ohr gefällt und in der Seele eine alte Sehnsucht erweckt.
Sie schafft es, durch ihre Stimme und ihre Musik einen Raum von Heilung und Frieden zu erschaffen, und erreicht so viele Menschen auf ganz unterschiedlichen Lebenspfaden.
Am 6. Oktober kommt sie nun um 20 Uhr für ein Konzert in den Admiralspalast nach Berlin.

Do, 6. Oktober, Konzertbeginn: 20 Uhr, Einlass: 19 Uhr

Tickets gibt es bei den Veranstaltern unter **www.soulevents.info** und **www.satnam.eu** und bei **Mandala, Mondlicht, Zenit, Dharma, Daulat, Sotantar, Yoga 108** und **Osho Uta.**

Premasudha Janet Hobbs

Einzelsitzungen, Vortrag, Workshop

Premasudha Janet Hobbs ist Autorin ("Beyond Therapy"), Heilerin, gibt Workshops und Einzel-Sitzungen. Sie hat die Gabe, die tiefsten Blockaden zu erkennen, und konnte schon vielen Menschen weiterhelfen. Sie lebt in Kanada und in Amma's Ashram (Indien).

Im September kommt sie zum 6. Mal nach Berlin.

Das Geschenk, in schwierigen Zeiten zu leben, oder die Kunst, auf dem Tsunami zu surfen

Wir stehen vor großen Herausforderungen - körperlich, seelisch, spirituell, in Familie oder Beruf, und das in einer zunehmend chaotischen Welt. Aber jede Krise ist die Einladung zu einem spirituellen Durchbruch. Wie können wir diese Chancen nutzen, alle Lösungen in uns selbst finden und voll Vertrauen den Sprung wagen in unser wahres Selbst?

Vortrag: Do, 8.9.2016, 19 Uhr (Eintritt frei)
Workshop: So, 11.9.2016, 10-17 Uhr (70 €)

Ort: AmmaTreff, Wundtstr. 13, 14059 Berlin

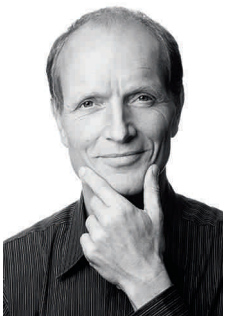
Anmeldung Workshop und Einzelsitzungen (buchbar zw. 4. und 30.9.)
matthiashaenisch@gmx.de
Tel.: 0177 - 749 31 26
www.thecompassionateshaman.com
www.berlin.amma.de

HEILEN LERNEN IN 5 MINUTEN

„Heilen lernen in 5 Minuten" ist ein revolutionärer Ansatz, denn es braucht kein Vorwissen in der Medizin oder gar eine Aktivierung von irgendwelchen Heilkräften. Ein bemerkenswertes Kurz-Seminar für Gesundheit, Beruf und privat, in dem der Lebensplan im Vordergrund steht und Herzenswünsche unterstützt werden. Dieses spezielle Anwender-Wissen stammt aus jahrelanger Erfahrung mit unserer Röntgenblick-Methode©.

Seminarleitung: Gisa und Daniel, Moderne Gesundheit, Gran Canaria
Buch „Heilen lernen in 5 Minuten" (Sensationell einfach) 10€*

Termine:
Spezielle Abendkurse Mi, 28.9.2016:
Heilen lernen in 5 Minuten 18-19 Uhr/50€
Grabovoi®-Business-Training 19.30-21 Uhr/50€
Premium-Akademie Fr-So, 30.9.-2.10.2016:
Röntgenblick-Methode & Grabovoi® inkl. Business-Training
Tages-Seminar So. 2.10.2016:
Grabovoi® - Russische Heilmethoden inkl. Business-Training
Ort: Best Western, Schlossstraße/Albrechtstraße 2, 12165 Berlin
Videos, Bücher und weitere Termine:
www.modernegesundheit.com
news.modernegesundheit.com
Tel. ab 14 Uhr: 02832 - 989 90 17



Der Yager-Code Heilung und Selbstheilung mit dem höheren Bewusstsein

Was würde es für Sie bedeuten, wenn es möglich wäre
- auch hartnäckige und tief verwurzelte gesundheitliche Probleme leicht und dauerhaft zu überwinden?
- diese einfache und hoch effektive Heilmethode in nur zwei Tagen zu lernen – und das ohne therapeutische Vorkenntnisse, besondere Begabung oder jahrelange Meditation.

Es gibt eine ganz einfache Möglichkeit, mit dem Höheren Selbst in Kontakt zu treten und mit ihm zu kommunizieren wie mit einem guten Freund.

Dadurch eröffnen sich für Sie Möglichkeiten des persönlichen und spirituellen Wachstums, die weit über das hinausgehen, was Sie mit Ihrem bewussten Verstand erreichen können, wie:
- Zugang zu höheren Quellen des Wissens
- höhere Sinneswahrnehmungen wie Hellsichtigkeit, Hellhörigkeit, Hellfühligkeit
- Erhöhung des Schwingungsniveaus
- Aktivierung der DNS
- Erreichen eines Zustandes bedingungsloser Liebe

Infos: **www.yagercode.de/sein**
Tel.: **0391 - 543 01 32**

Shriguru Balaji També „Heilende Klänge aus Indien"

Musik kann eine intensive harmonisierende Wirkung auf Körper, Geist und Seele ausüben, wenn sie im Zusammenspiel von Rhythmus, Melodie und kraftvollen Mantren eingesetzt wird.
Die vedische Musik ist sich seit Jahrtausenden der enormen Kraft dieser positiver Schwingungen bewusst. Sie hat das Potential bestimmte Areale des Gehirns in Balance zu bringen und diese Harmonie über den gesamten Organismus zu verteilen. Wenn Shriguru Balaji També mit seiner samtweichen und kraftvollen Stimme die uralten indischen Mantren singt, wirken sie wie Streicheleinheiten für die Seele und der Zuhörer wird auf einer tieferen Ebene mit seiner ursprünglichen Lebensfreude und Vitalität in Kontakt gebracht.
Das stärkste Mantra ist die Silbe AUM. Als Höhepunkt des Konzertes können die Zuhörer in das Klangerlebnis des AUM-Singens eintauchen, wodurch die meditative Wirkung des Konzertes abgerundet wird. Shriguru Balaji També ist eine weltweit bekannte Ayurveda-Legende. Musik spielt in seinem Therapie- und Heilungsansatz eine wesentliche Rolle. Seit über 30 Jahren stellt er seinem Publikum in Indien und Europa die 'Heilenden Klänge' vor und wird dabei von seinen Musikern begleitet.

Do, 8. September, 18-19.30 Uhr, Indische Botschaft Berlin Tiergartenstr. 17, Ausweispflicht
Fr, 9. September, Beginn 19 Uhr
Passionskirche Kreuzberg, Marheinekeplatz 1
Preis: 22 €, erm. 19 € – **Online Ticket: www.ticketino.de**

Info: Sarita Wettengel
Tel.: 030 - 39 90 80 88
www.santulan-veda.de

Umgang mit Gefühlen aus Sicht der kontemplativen Psychologie

24./25. September in Berlin-Kreuzberg

Gefühle können uns schwer zu schaffen machen und uns völlig überwältigen. Die Tendenz, sie auszuagieren oder zu unterdrücken ist groß. In der kontemplativen Psychologie werden alle Emotionen, auch die uns „problematisch" erscheinen, als reine Energie gesehen, in welcher Weisheit liegt.
Seminar mit Vortrag, Vorstellung von Methodik und mit Übungen. Mit Barbara Märtens. Für Menschen mit Interesse an persönl. Weiterentwicklung, Meditation und kontemplativen Methoden - insbesondere für diejenigen die in Therapie, Sozialarbeit, Medizin, Pflege, Erziehung und Bildung tätig sind.

Karuna Training ist eine Ausbildung in Achtsamkeit und mitfühlender Präsenz.

Abendvortrag 24.9., 19.30-21 Uhr
Workshop 25.9., 9-17 Uhr
Wo: Yoga Sky, Am Tempelhofer Berg 7d, 10965 Berlin
info@karunatraining.de
www.karunatraining.de

Klangheilung mit Heribert Czerniak

Heil- und Erlebnisabend: Do, 6.10.2016
In den letzten Jahren nach seinem Einweihungsprozess in den Ramana-Maharshi-Höhlen nahm Heribert als Medium immer mehr wahr, dass die Heilgesänge und Energien der **Meister des Himalaya** durch ihn wirken.
19.30 Uhr, 12 €, Anmeldung nicht erforderlich
Ort: „Surya Villa", Rykestr. 3, 10405 Berlin

Das Innere Kind – Anbindung an die höheren Lichtkörper: 7.-9.10.2016

Besondere Klangheilerlebnisse
Erfahren Sie die heilsame Wirkung der besonderen Heilgesänge von Heribert Czerniak in den Gruppenklangheilklärungen.
Freitag 19.30-21.30 Uhr, 25 €

Das Innere Kind
Heilöffnungen für die Geburt
Schwangerschaft - erstes Lebensjahr
Samstag 11-14 Uhr, 55 €

Das Innere Kind - Das goldene Dreieck
Vater Mutter Kind
Samstag 16-19 Uhr, 55 €

Das Innere Kind und die Befreiung im Emotionalkörper
Sonntag 10-13 Uhr, 55 €

Das Innere Kind
Erlebe dich in deiner Fülle
Sonntag 14.30-17 Uhr, 40 €

Seminarbeginn und offener Heilabend: Fr 19.30 Uhr, 25 €
Seminarende: So. 17 Uhr/Fr-So 215 €
Ort: "Remise an der Marie", Marienburger Str. 5a, 10405 Berlin

Einzel- & Paarsitzungen

info@heilende-stimme.com
Tel.: 0351 - 16 05 84 22
www.heilende-stimme.com

Wie alles begann: Interview & Heilklänge **www.neuehorizonte.nuoviso.tv**

Bracos Blick – ein Weg zu einem neuen Bewusstsein?

- Braco wieder in Berlin -

Braco, „ein gewöhnlicher Mensch mit einer außergewöhnlichen Gabe". Seit vielen Jahren teilt er sie durch seinen Blick – in aller Stille und ohne eine Lehre - bei Live-Begegnungen und im kostenfreien Live Stream auf www.Braco.me. Viele Besucher spüren tiefen inneren Frieden und Wohlbefinden. Einige berichten von neu gewonnener Harmonie, um ihre Zukunft positiver zu gestalten. Prof. Alex Schneider, Schweiz: „Braco bringt uns nach Hause, zu uns selbst".
2012 erhielt Braco den renommierten Friedenspreis „Peace Pole" in der Tilman Chapel der Vereinten Nationen. **www.Braco.me**

Braco in Berlin. Sonntag, 11. September 2016, 8-16 Uhr
Ort: Hotel Van der Valk, Eschenweg 18, Blankenfelde-Mahlow, OT Dahlewitz
Kostenbeitrag für Organisation 5 €.
Es sollten nur Besucher ab 18 und schwangere Frauen bis zum dritten Monat teilnehmen.
Shuttle vom Bahnhof Blankenfelde.

Kontakt: 02942 - 79 28 79 0
berlin-event@freenet.de

Sonderprogramm mit Shubhraji So. 18. bis Di. 20. September

Shubhraji ist eine international geschätzte Vedanta Lehrerin, die in der Tradition ihres Meisters H.H. Swami Chinmayananda die spirituelle Philosophie der Einheit lehrt.
In Ihrer lebendigen, humorvollen und kompetenten Art vermittelt sie tiefste Weisheit uralter vedischer Schriften und verbindet diese mit aktuellen Lebensfragen. Es ist ein unvergessliches Erlebnis, mit ihr in Kontakt zu kommen.

So. 18.9.2016, 10-13 Uhr: Die Kraft von Meditation und Achtsamkeit
In diesem Workshop erläutert Shubhraji Meditationstechniken, die uns helfen, uns mit unserem inneren Wesen zu verbinden. Einfache Übungen helfen uns, unser wahres Selbst zu entdecken.
Ort: LiB, 30 €, erm. 24 €

Mo. 19.9.2016, 18-19.30 Uhr: Vortrag: „Die Entfaltung des Glaubens"
Shubhraji untersucht die wahre Bedeutung des Glaubens, welche Rolle spielt in unserem Leben, wieviel sinnerfüllter wird unser Leben, wenn wir die Qualität des Glaubens verinnerlichen?
Ort: Sacchidananda-Yoga, 15 €, erm. 12 €

Di. 20.9.2016, 18-19.30 Uhr:
Die Bedeutung von Lord Siva und Siva Chants
An diesem Abend steht die hinduistische Gottesfigur `Siva` im Zentrum eines Programmes aus Erklärungen, Meditationen und gemeinsamem Chanten.
Ort: LiB, 15 €, erm. 12 €

Veranstaltungsorte:
Saccidananda-Yoga
Jungstraße 14, 10247 Berlin-Friedrichshain
Tel.: 0152 - 26 24 20 67
mail@saccidananda-yoga.de
www.saccidananda-yoga.de

Lernen in Bewegung LiB gUG
Weimarer Str. 29, 10625 Berlin
Tel.: 030 - 38 10 80 93 · yoga@yoga-berlin.de
www.yoga-berlin.de · www.yogafestival.de

Abb: © panthermedia.net-mishatc

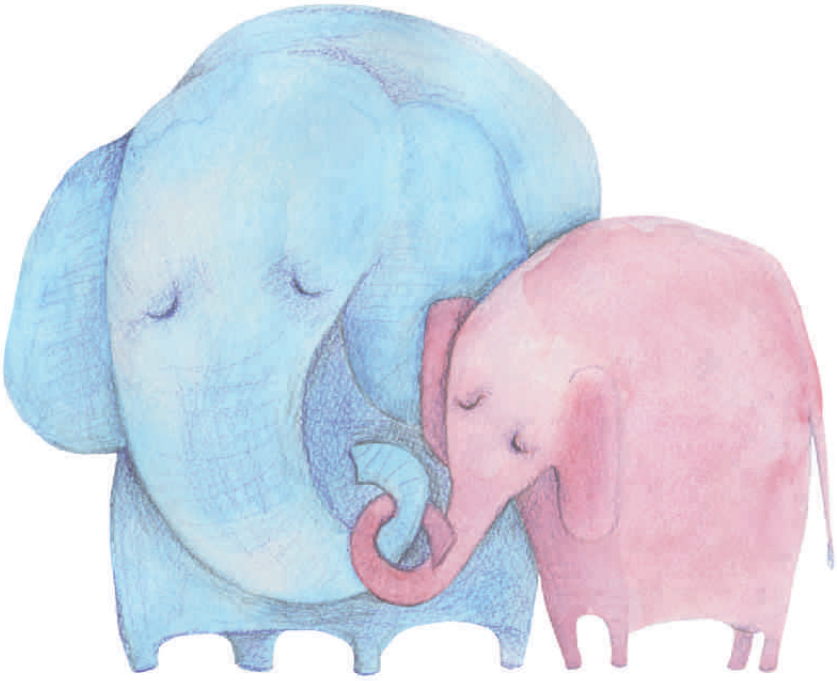


Abb: © wegener17 - Fotolia.com

www.geburt.de

Der Klick in eine neue Geburtskultur

Die neue Homepage „geburt.de" steht in den Startlöchern. Ihr Auftrag ist kein geringerer, als die Welt ein kleines bisschen besser zu machen und für einen guten Start ins Leben zu werben. Denn schenkt man den Ergebnissen der prä- und perinatalen Psychologie- und Medizinforschung Glauben, begünstigt eine genussvolle und angstfreie Schwangerschaft eine natürliche und komplikationsfreie Geburt. Diese wiederum bringt gestärkte Kinder hervor, die den Grundstein für eine entspannte, zufriedene Gesellschaft legen … Es ist ein weiter gedanklicher Bogen, der hier geschlagen wird. Umso mehr lohnt es sich, einmal genau auf den Punkt zu schauen, an dem alles beginnt.

von Simone Forster

Worum geht es bei Deutschlands neuem Geburtsportal?

Wer ab Herbst 2016 das Portal geburt.de betritt, wird viel darüber erfahren, wie prägend bereits die Schwangerschaft für den zukünftigen Erdenbürger ist, wie viel Liebe bei der Geburt durch das „Liebeshormon" Oxytocin frei werden kann, wie wichtig eine frühe Mutter-Kind-Bindung für die Entwicklung ist und was es für Frauen und ihre Kinder bedeutet, wenn sie sich ihrer eigenen Kräfte bewusst werden und „normal" gebären, im Beisein einer vertrauten Hebamme.

So braucht es für eine glückliche Geburt eigentlich gar nicht viel: eine Atmosphäre, in der sich die Gebärende geborgen und geschützt fühlt, ausgewählte Vertraute, die ihr zur Seite stehen, sowie das Bewusstsein der Schwangeren: „Mein Baby und ich werden das Kind schon schaukeln."

Warum diese Botschaften derzeit besonders wichtig sind und mit geburt.de Gehör finden sollen?

Es ist fünf vor zwölf für den Erhalt von natürlichen Geburten!

„Wir leben in einer Zeit, in der medizinische Interventionen zunehmen, die an sich nicht notwendig gewesen wären. Bestes Beispiel ist die künstliche Geburtseinleitung", so Prof. Dr. med. Sven Hildebrandt . Als Präsident der Internationalen Gesellschaft für prä- und perinatale Psychologie und Medizin (ISPPM) setzt er sich für eine frühe Mutter-Kind-Kommunikation ein und kritisiert die unhinterfragten Routinen und vorschnellen Interventionen in der Geburtshilfe. Denn: „Die Interventionsdichte bringt den natürlichen Rhythmus der Frau aus dem Takt und zieht weitere Interventionen nach sich – bis hin zum Kaiserschnitt." In Deutschland finden nur zirka sieben Prozent aller Geburten ohne medizinisch-technische Eingriffe statt – vom Weheneinleiten über die Anästhesie bis hin zum Dammschnitt – und das, obwohl die World Health Organization (WHO) die Auffassung vertritt, dass 70-80 Prozent aller Geburten „normal" verlaufen könnten, wenn man es nur zuließe…

Mit einer Kaiserschnittrate von über 30 Prozent zählt Deutschland zu den europäischen Spitzenreitern. Diese Entwicklungen sind überaus bedenklich. Neben der häufigeren potenziellen Traumatisierung fehlt Kaiserschnittkindern laut neuester Erkenntnisse aus der Mikrobiologie und Epigenetik eine gravieren-

PLANTAVIS
HEALTHFOOD

ENTGIFTUNG

DETOX
MEDIZINPRODUKT
KLASSE IIA

Mikronisierter Clinoptilolith-Zeolith
zur Entlastung des Stoffwechsels
von Leber, Niere, Bauchspeicheldrüse und Blut.

Bewirkt eine erhebliche
Reduzierung der Ammonium- und Schwermetallbelastung
des Körpers.

Erhältlich in
Kapsel- und Pulverform.

Bei Interesse kontaktieren Sie uns unter info@plantavis.de oder 030-89 000 105.

www.plantavis.de

de Voraussetzung zur Ausbildung ihres Immunsystems: Da sie nicht durch den Geburtskanal „schlüpfen", werden sie auch nicht mit genau den mikrobiellen Organismen versorgt, die sie als ihren zukünftigen gesundheitlichen Schutzschild benötigen. Die Folge ist ein erhöhtes Risiko, an Asthma, Allergien, Diabetes oder Fettleibigkeit zu erkranken. „Jetzt ist der Kaiserschnitttrend noch zu stoppen, weil es mehr Spontan- als Kaiserschnittgeburten gibt, aber schon jetzt haben die Kaiserschnittgeburten einen Kumulationseffekt", mahnt Prof. Dr. Hildebrandt.

Klinische Geburten dominieren – eine Frage der Angst?

Fest steht, dass im klinischen Kontext – aufgrund von Zeitmangel, aus Planungsgründen, wegen Personalengpässen und vermutlich gelegentlich auch aus wirtschaftlichen Gründen – schneller in das Geburtsgeschehen eingegriffen wird als außerhalb der Klinik. Dennoch kommen weit über 90 Prozent der Kinder in Krankenhäusern auf die Welt. Wir Deutschen scheinen einfach mehr technisch-medizinische Sicherheit, mehr Kontrolle und mehr Planungssicherheit zu benötigen als zum Beispiel unsere holländischen Nachbarinnen, bei denen jede Dritte ihr Kind zu Hause gebärt. Die Angst vor der Geburt, vor potenziellen Komplikationen, scheint tief in unseren Köpfen verwurzelt. Die Geburt wird oftmals als hochriskante Angelegenheit betrachtet – eine Einstellung, die auch unsere Hebammen ganz konkret zu spüren bekommen.

Hebammen haben heute einen schweren Stand

Mehr und mehr Geburtshäuser schließen. Viele Hebammen können sich die Geburtshilfe als eigentlichen Kern ihres Berufes nicht mehr leisten. Die extrem gestiegenen Haftpflichtversicherungsprämien (von 413 Euro jährlich im Jahr 2000 auf 6.843 Euro in 2016) schmälern die Attraktivität des Berufsstandes und reduzieren den Nachwuchs drastisch. Wenn es am Ende immer weniger Hebammen gibt, die überhaupt noch eine physiologisch normale Geburt betreuen können, droht das uralte Hebammenwissen verloren zu gehen.
All das wirkt sich auch auf die werdenden Eltern aus, denn es wird für sie immer schwieriger, im erreichbaren Umkreis eine Hebamme zu finden, die sie betreuen kann. Die eigentlich vom Gesetzgeber vorgesehene Wahlfreiheit über den Entbindungsort – Klinik, Geburtshaus oder Hausgeburt – scheint zu bröckeln.

Weil es eben nicht egal ist, wie wir geboren werden …

…wollen wir auf geburt.de die verschiedensten Expertenstimmen zu Wort kommen lassen – allen voran unsere Hebammen, deren Schwangerenbetreuung und Geburtsbegleitung ein wichtiges zu erhaltendes Kulturgut ist. Außerdem möchten wir Schwangeren Mut machen, sich mit vollem Herzen auf diese besondere Zeit zwischen Himmel und Erde einzulassen. Um zu zeigen, dass man vor der Geburt keine Angst zu haben braucht, veröffentlichen wir auch beispielhafte Geburtserlebnisse von Frauen, die die Geburt als zutiefst beglückend empfunden haben. Wie die von Christina, die ihre Tochter im vergangenen Jahr in Rüdersdorf bei Berlin geboren hat:

„Das Wunder in mir" – ein persönlicher Geburtsbericht

„Von dem Moment an, als wir den zweiten Strich auf dem Schwangerschaftstest sahen, veränderte sich alles. Es war so abstrakt, für den Verstand nicht greifbar, so voller Gefühl und Wunder …
Merkwürdig war bloß, dass rund um die Geburt so viele Geschichten an mich herangetragen wurden, in denen es um Schmerz, Angst und jede Menge Drama ging. Mir wurde mehrfach eingebläut: „Geburt tut weh", „ist ein gewaltsamer Akt", „schön ist das nicht", „Schrei, so laut du kannst" und „Geh erst in die Klinik, wenn du vor Schmerzen in die Tischkante beißt". Mein Arzt klärte mich mehr als deutlich über sämtliche möglicherweise eintretenden Risiken auf – am Ende hörte ich schon gar nicht mehr hin, wenn mir irgendjemand irgendetwas zum Thema Geburt sagen wollte. Das alles hatte so rein gar nichts mit dem Zauber zu tun, den mein wachsender Babybauch aber ganz eindeutig verbreitete.
Von einigen Frauen hatte ich jedoch gelesen, dass Geburten ohne Schmerzen durchaus möglich sind, dass der Körper, wenn man sich, so gut es geht, entspannt und nicht gegen die Wehen stemmt, wunderbare Stoffe freisetzen kann, die einem helfen, die Geburt zu meistern. Dass man aber, wenn man verkrampft, Schmerzen erzeugt.
Noch wenige Stunden vor der Geburt hörte ich eine Schwangerschaftsselbsthypnose-CD, bei der es darum ging, Vertrauen in die ureigenen Kräfte des Körpers zu haben. Die Übungs- und Senkwehen in den Wochen zuvor hatte ich fast nie bemerkt, nur manchmal als Hartwerden des Bauches oder als leichtes Ziehen. Die tatsächlichen Geburtswehen waren deutlich intensiver. Es kamen undefinierbare Gefühle hinzu, ich fühlte mich etwas flau und so, als ob ich

ohnmächtig würde – wurde ich aber nicht. Es war, als würde mein Körper mit voller Kraft durchweht. Ich atmete während der Wehen auf „ffff“ aus und war ganz bei mir. Es war unglaublich kraftvoll, aber tatsächlich schmerzfrei.

… und dann war sie da, meine kleine Tochter, mein Engelchen.
… und auf einmal war da so viel Liebe. Es war wie ein Rausch.

Mein Körper hatte all die Hormone, die meine Kleine und ich brauchten, damit alles gut läuft, freigesetzt. Ich hätte nie gedacht, dass das Mama-Werden so schön sein kann. So bin ich unendlich dankbar für diese Erfahrung. Mein Körper wurde mit so viel Wunder gefüllt und ich als Mutter neu geboren.
Natürlich ist jede Geburt anders und vielleicht hatte ich auch einfach Glück. Ich will auch niemanden mit meiner Geschichte verprellen, der eine schmerzhafte Geburt erlebt hat. Aber wenn der Fokus in der Geburtsvorbereitung weniger auf Schmerz und Angst liegen würde, wäre schon viel gewonnen.“

Bleibt nur noch eines: geburt.de will gefüttert werden

Reden wir also über unsere Schwangerschaften und Geburten und sprechen wir über die Dinge, die uns geholfen haben, diese besondere Zeit als das zu erleben, was sie ist: das Natürlichste, Liebevollste und zugleich Lebensverändernderndste der Welt.
Für geburt.de sammeln wir daher die hoffnungsvollsten Geburtsgeschichten, die schönsten Bilder, die hilfreichsten Bücher und die herzerwärmendsten Videolinks.
Wir wollen aber auch für all diejenigen da sein, die mit ihrer Elternrolle hadern, die ein Geburtstrauma aufarbeiten müssen oder die eine Fehl- oder Totgeburt erlitten haben, und ihnen Anregungen liefern, wie sie aus ihrem Tief wieder herauskommen.
Hebammen sind eingeladen, sich bei uns zu melden, wenn sie zum Beispiel Leserfragen beantworten oder bloggen möchten. Vereine rund um das Themenfeld Geburt haben die Möglichkeit, sich mit uns zu vernetzen. Und Schwangere oder frisch gebackene Eltern können all das teilen, was sie in ihrem Inneren bewegt.
Und wer weiß – wenn wir jetzt mit geburt.de viele gute Gedanken säen, werden wir vielleicht schon bald die Früchte in Form eines neuen Bewusstseins ernten…
Vertrauen unsere Leserinnen wieder auf ihre Intuition und bauen schon ganz früh eine liebevolle Beziehung zu ihrem Baby auf, ist auf jeden Fall der erste Schritt getan.

Abb: © Forster

Jeder, der eine Anregung zum Thema Schwangerschaft, Geburt und Baby hat, ist herzlich eingeladen, mit uns Kontakt aufzunehmen:
Tel.: 0171 - 184 53 16 oder info@geburt-in-berlin.de
(Ansprechpartnerin: **Simone Forster** vom Team „Geburt in Berlin“)

www.geburt.de

Schmerzfreie Geburt – gibt es das wirklich?

Ja, das gibt es! Es ist möglich, sein Baby selbstbestimmt, entspannt und sanft zur Welt zu bringen. Mit der Technik einer einfachen und sicheren Selbst-Hypnose können Frauen die Angst vor der Geburt überwinden und die Geburt ihres Babys in Frieden und Ruhe erleben - ganz gleich, was um sie herum geschieht.

von Kristin Graf

Wer sich mit dem Thema Geburt beschäftigt, merkt schnell, dass Geburt und Schmerz in unserer Vorstellung stark miteinander verknüpft sind. Und das ist auch nicht verwunderlich, wenn wir uns Geburten in Spielfilmen anschauen und Geburtsberichte lesen oder hören. Schon in der Bibel heißt es, dass Frauen unter Schmerzen ihre Kinder bekommen sollen, wobei das hebräische Wort "etzev" auch mit "Arbeit" oder "Anstrengung" übersetzt werden könnte. Es scheint also ein ungeschriebenes Gesetz zu sein: Geburt tut weh. Und selbst Hebammen und Ärzte, die viele Geburten begleiten, sind oft fest davon überzeugt, dass sich Schmerzen unter der Geburt nicht vermeiden lassen. Das geht so weit, dass die meisten Schwangeren große Schwierigkeiten haben, allein den Gedanken zuzulassen, dass eine natürliche Geburt schmerzfrei sein kann. Und hier ist auch schon eine der Ursachen zu finden, warum die meisten Geburten tatsächlich schmerzhaft verlaufen.

Die Kraft unseres Unbewussten

Hirnforscher gehen davon aus, dass 90 bis 98 Prozent unseres Denkens, Fühlens und Handelns maßgeblich von unserem Unbewussten geprägt sind. Und ein kollektiver Glaube an eine vermeintliche Tatsache prägt und formt unser Unbewusstes besonders intensiv. So auch die Aussagen von Fachleuten, in diesem Fall also Ärzten und Hebammen. Sie werden von unserem Unbewussten als besonders vertrauenswürdig auf- und gerne auch gleich übernommen. Hebammen, die selbst noch nicht Zeugen einer sanften und schmerzfreien Geburt waren, tragen leider manchmal ohne böse Absicht dazu bei, dass Frauen unter der Geburt tatsächlich Schmerzen haben. Dies geschieht durch Aussagen wie: "Machen wir uns nichts vor, Geburt tut weh" oder: "Ich zeige euch jetzt noch diese Technik, wie ihr besser mit den Schmerzen umgehen könnt". Der Grund, warum wir solchen Aussagen glauben, ist unter anderem, dass unser Unbewusstes hier nicht filtert, was uns gut tut oder nicht, es nimmt einfach Informationen an, die unser Bewusstes als "wahr" einstuft, und setzt diese "Wahrheiten" dann um. Unserem Unbewussten ist es also am wichtigsten, dass wir Recht behalten – und nicht, dass wir eine schönere oder bessere Erfahrung machen. Bei 90 bis 98 Prozent Einfluss unseres Unbewussten auf unsere Erfahrungen ist es aber offensichtlich, wie entscheidend es für den Verlauf einer Geburt ist, woran wir unbewusst glauben.

Die Verbindung von Angst und Schmerz

Was geschieht nun im Körper einer Schwangeren, wenn sie damit rechnet, unter der Geburt starke Schmerzen zu erfahren? In den meisten Fällen entsteht dadurch Angst. Wenn wir Angst haben, reagiert unser Hirnstamm, der älteste Teil unseres Gehirns. Als sich der Hirnstamm des Menschen vor Millionen von Jahren entwickelte, gab es jede Menge reale äußere Gefahren, die plötzlich auftreten konnten, wie beispielsweise ein angreifendes Tier. Der Hirnstamm ist darum in der Lage, eine blitzschnelle Reaktion hervorzurufen. Der Körper stellt sich auf Flucht oder Verteidigung ein und reagiert sofort: Viel Blut wird in die Teile unseres Körpers gepumpt, die wir für eine Flucht oder Verteidigung benötigen, und das sind vor allem Herz, Beine und Arme. Die Gebärmutter gehört nicht dazu, und so wird hier das Blut abgezogen. Die Arterien, die zur Gebärmutter führen, verengen sich, so dass sie nur noch schlecht durchblutet wird. Unser Körper wäre so nun in der Lage, die gebärende

Abb: © ambrozinio-fotolia.com

Frau in Sicherheit zu bringen, weil der Geburtsvorgang blockiert wird. Manchmal kommt es auch heute noch bei der Geburt zu einem Geburtsstillstand – wenn die Geburt rein körperlich noch aufzuhalten ist –, damit die verängstigte Frau „fliehen" kann. Da ihre Angst heute aber nicht durch ein wildes Tier ausgelöst wurde, sondern durch Angst vor Schmerzen, ist dieser Mechanismus leider nicht hilfreich. Denn wenn die Geburt irgendwann nicht mehr aufzuhalten ist, sind die Arterien trotzdem noch immer durch die Angst verengt. Die Ringmuskeln um den Muttermund sind dann fast gar nicht mehr durchblutet und das Baby wird nun mit Gewalt durch die harten Muskeln des Muttermundes gedrückt. Dies verursacht zum Teil sehr starke Schmerzen.

Ohne Angst kann dieser Körpervorgang hingegen ganz anders verlaufen. Das Gewebe ist gut durchblutet und öffnet sich durch ein perfektes Zusammenspiel der unterschiedlichen Muskelschichten der Gebärmutter geschmeidig und in einem natürlichen Rhythmus.

Das Orchester der Hormone

Viele unterschiedliche Hormone tragen ihren Teil dazu bei, Mutter und Kind unter der Geburt ideal zu unterstützen. Besonders interessant sind hier Stresshormone (Katecholamine) und Glückshormone (Endorphine), denn sie bedingen sich gegenseitig, wirken aufeinander ein. Wenn der Anteil der Stresshormone im Blut sinkt, steigen automatisch die Endorphine an und umgekehrt. Endorphine sind unser körpereigenes Schmerzmittel. Es hat eine sehr starke Wirkung und wirkt ähnlich wie Morphium. Das kann man auch schon an dem Wort selbst erkennen, denn "Endorphin" setzt sich zusammen aus „**end**ogenes M**orphin**", es ist ein vom Körper selbst produziertes Opioid.

Was Schwangere aktiv für eine sanfte Geburt tun können

Die Entdeckung, dass Meditation, Trance oder ein hypnotischer Zustand das Ausschütten von Glückshormonen veranlassen, zeigt uns, was wir aktiv für eine schmerzfreie oder schmerzarme Geburt tun können. Denn jedes Mal, wenn wir bewusst in eine tiefe Entspannung gehen, schüttet unser Körper mehr und mehr Endorphine aus. Wir können uns also konditionieren, indem wir in der Schwangerschaft täglich in einen tiefenentspannten Zustand gehen.

Auch das Baby wird dadurch konditioniert, denn es spürt die Entspannung der Mutter und wird über die Plazenta ebenfalls mit Endorphinen versorgt und fühlt sich dadurch glücklich. Wenn das Baby nun zu Beginn der Geburt merkt, dass seine Mutter wieder in den Entspannungszustand geht, den es ja bereits kennt, entspannt es sich und seine Muskeln augenblicklich und sein Körper kann sich so viel leichter durch das Becken der Mutter bewegen und seinen Weg ins Leben finden.

Täglich zu üben, in eine tiefe Entspannung zu gehen, ist aber auch aus anderen Gründen wichtig. Eine Geburt ist ein für Mutter und Kind weltbewegendes Ereignis und erfordert höchste Konzentration. Vergleichen kann man es mit einem Hochleistungssportler, der sich auf den Wettkampf auch mental vorbereitet, um sich voll konzentrieren und fokussieren zu können, wenn es darauf ankommt. Bei einer Geburt mit (Selbst-) Hypnose ist es sogar für die Geburtsbegleiter oft schwer zu erkennen, wie es der Gebärenden gerade geht. Häufig wirken die Frauen so entspannt und ruhig, dass es für Außenstehende nicht sichtbar ist, dass sie sich gerade mitten im Geburtsprozess befinden. Innerlich sieht es für die Frau hingegen ganz anders aus: Sie atmet tief und langsam in den Bauch, konzentriert sich absolut auf die Entspannung und visualisiert gleichzeitig die Öffnung des Muttermundes. Alle willkürlichen Muskeln entspannt sie aktiv, und die Gebärmuttermuskulatur spannt und entspannt sich unwillkürlich in einem natürlichen, kraftvollen Rhythmus. Auch die Frauen, die von der wundervollen Erfahrung einer schmerzfreien Geburt berichten, nehmen eine enorme Kraft wahr, einen Druck, eine Dehnung. Der Unterschied ist aber hier, dass der Prozess als befriedigend erfahren wird, als beeindruckend, als beglückend – vor allem haben diese Frauen das Gefühl einer selbstbestimmten Geburt. Die große Kraft, die hier freigesetzt wird, empfinden sie als stärkend, viele Frauen beschreiben es sogar so, dass sie sich diese Kraft zu eigen machen und auch nach der Geburt für sich nutzen können.

Der richtige Geburtsort

Eine Hausgeburt ist für eine Geburt in Hypnose eigentlich der ideale Rahmen, weil der natürliche Prozess des Gebärens nicht durch einen Ortswechsel unterbrochen werden muss. Die Schwangere muss also innerhalb des Geburtsprozesses keine "Kopfentscheidung" treffen, die sie aus der Trance bringen kann. Außerdem kann man hier recht einfach für eine ruhige und angenehme Atmosphäre sorgen. Mit der richtigen Vorbereitung ist es aber durchaus möglich, sich im Geburtshaus und sogar auch im Krankenhaus so tief zu entspannen, dass man eine natürliche, friedliche Geburt erleben kann. Das Gefühl der Sicherheit, das viele Schwangere in einem Krankenhaus empfinden, kann hier positiv auf die Geburt wirken und der Frau Ängste nehmen. Jede Frau ist anders, und so ist es wichtig, dass sich die Schwangere den Ort für die Geburt aussucht, an dem sie sich am wohlsten und in den besten Händen fühlt.

Die Vorbereitung

Es ist sehr empfehlenswert, sich bei der Vorbereitung auf eine sanfte Geburt an Anbieter zu wenden, die einem nicht nur beibringen, in Hypnose zu gehen, sondern auch eine effektive Geburtsatmung zeigen und das fachliche Hintergrundwissen vermitteln. HypnoBirthing ist der Pionier und Klassiker in diesem Bereich, und doch ist diese Methode nicht für jede Schwangere geeignet. Die Erfahrung zeigt, dass es bei der Geburtsvorbereitung mit Hypnose vor allem auf eine individuelle Betreuung der Schwangeren ankommt, denn jede Geburt und jede Frau ist einzigartig. HypnoBirthing hingegen ist ein eher starres Konzept, das mitunter das Misstrauen gegenüber dem geburtsbegleitenden Krankenhauspersonal fördert und oftmals nicht individuell genug auf die Bedürfnisse der Schwangeren reagieren kann. Aber auch hier lohnt sich der Blick auf die jeweilige Kursleiterin. Entscheidend ist vor allem, dass sich die Schwangere wohl und gut aufgehoben fühlt. Die eigene Intuition ist auch hier der beste Ratgeber.

Für geburtsvorbereitende Hypnose werden je nach Anbieter sowohl wöchentlich stattfindende Kurse angeboten als auch intensive Wochenendseminare, die vor allem für Berufstätige geeignet sind oder auch für Paare, die bereits ein oder mehrere Kinder haben und sich die Zeit nehmen wollen, sich auch auf dieses Baby und seine Geburt positiv einzustimmen.

Abb: © Urban Ruths

Kristin Graf ist Mentaltrainerin und Hypnosecoach. Nach zwei traumatischen Geburten entwickelte sie auf den Grundlagen von HypnoBirthing eine Methode zur mentalen Geburtsvorbereitung, mit der sie eine glückliche und erfüllende dritte Geburt erleben durfte. Dieses Wissen vermittelt sie in Wochenendseminaren für Schwangere und Paare in Berlin für eine friedliche und selbstbestimmte Geburt. Außerdem hält sie bundesweit Vorträge an Krankenhäusern und Geburtshäusern vor Ärzten und Hebammen.

Info und Kontakt
unter
Tel.: 030-921 005 01
oder
kristin@geburt-in-hypnose.de
www.geburt-in-hypnose.de

www.geburt-in-hypnose.de

Die Geburt als Lebensmuster:

Die vier perinatalen Matrizen nach Stanislav Grof

Die Geburt ist mehr als ein einmaliges Ereignis: Sie ist als individuelle Erfahrung die Grundmatrix all unserer weiteren Erfahrungen. Was wir während der Geburt erlebt haben, prägt unsere Wahrnehmung von uns selbst und der Welt. Verstehen wir diese Muster, können wir sie transzendieren und uns aus ihrem „Klammergriff" befreien.

von Klaus John

Als überzeugter freudscher Psychoanalytiker versuchte Stanislav Grof in den 60er-Jahren an der Karls-Universität in Prag, die Psychoanalyse Sigmund Freuds durch Verwendung von LSD zu intensivieren. Patienten konnten nämlich ihre Symptome zwar theoretisch nach Freud erklären, machten mit der Methode der freien Assoziation aber nur unzureichende therapeutische Fortschritte. Anfangs setzte Grof LSD in geringen Dosierungen ein, um die Assoziation zu verstärken, aber die Patienten machten Erfahrungen, die nicht ins freudianische Konzept passten und als Widerstand betrachtet wurden. Versuche, diese Widerstände durch alles überwältigende hohe Dosierungen LSD zu überwinden, führten zu noch mehr heilsamen Erfahrungen, die nach bisheriger Mainstream-Psychologie aber eher pathologisiert wurden. Dazu gehörten schamanische, mystische Einheitserlebnisse, Erfahrungen von Tod und Wiedergeburt, spirituelle Öffnungen und Identifikationen mit allen möglichen Prozessen, die Raum und Zeit überschreiten können. Da diese Inhalte oft jenseits der Biographie liegen, wurde der Begriff „transpersonal" geprägt. Wichtig war auch die Erkenntnis, dass es unzureichend ist, das Modell der menschlichen Psyche nur von krankhaften Erscheinungen abzuleiten, sondern dass auch positive Erfahrungen selbstverwirklichter Menschen einzubeziehen sind.

Angesichts des überwältigenden Materials aus über 6000 LSD-Erfahrungen, das nun gar nicht mehr in die Logik der Psychoanalyse passte, schuf Grof seine „Topographie des Unbewussten". Diese „Landkarte der Psyche" ist für jede Art der Selbsterfahrung oder Psychotherapie gültig. Das Grundbedürfnis nach Spiritualität ist aus dieser Sicht essentiell und sogar stärker als der Sexualtrieb. Und: Es gibt in jedem Menschen eine innere Weisheit, die mit gut begleiteter Therapie oder Selbsterfahrung zu einem Prozess der Heilung und Ganzheit führt. Grof wählte dafür die Bezeichnung „holotrop" von griechisch „sich auf eine Ganzheit hin bewegen".

Reise zur Ganzheit

Zu Beginn der „Reise zur Ganzheit" hat man mit der „sensorischen Barriere" zu tun, mit fantastischen Farben, Formen, Lauten und mehr, die sich zu ästhetischen fantastischen Räumen verdichten. Künstler und Hedonisten mögen diesen Bereich mit der erlebbaren ge-

Abb: © asafeliason - Fotolia.com

steigerten Sinneswahrnehmung zum Ziel haben, aber für Grof sind erst die dahinter liegende biographische Ebene und darüber hinaus der transpersonale Bereich psychotherapeutisch interessant.

Im individuellen Erleben werden einzelne Episoden aus diesen Bereichen in „Systemen gedrängter Erfahrung“ (engl.: **Co**ndensed **Ex**perience Systems), COEX-Systemen, erlebt. Gedrängt bedeutet in diesem Zusammenhang, dass sich eine Gruppe ähnlicher Erfahrungen im Gehirn um eine zentrale verwandte Grunderfahrung organisiert.

Die einzelnen Erfahrungen eines COEX-Systems müssen keine logische lineare Verbindung haben, sondern sind auf analoge bildhafte Weise emotional und symptomatisch verbunden. Wie ein „roter Faden“ durchläuft sie ein Grundgefühl, das in einer der vier grundlegenden perinatalen Matrizen (engl.: Basic perinatal Matrix = BPM 1-4) gründet. Man kann sich diese verdichteten Erlebnissysteme auch wie

Farnblatt: Paradebeispiel für ein fraktales Muster

fraktale Muster vorstellen. Jedes Element ist dann „selbstähnlich“, wie auch ein einzelnes Blättchen eines Farnblattes ähnlich dem ganzen Farnblatt aussieht. Die BPM wäre dann die Urformel des fraktalen Musters bzw. das Grundgefühl des COEX-Systems.

Himmel und Hölle

Die vier Matrizen sind von klar abgrenzbaren Bereichen des biologischen Geburtsprozesses abgeleitet.

BPM 1 ist der ozeanische Bereich, in dem Mutter und Fötus eine Einheit bilden. Es ist wie im Paradies, im Garten Eden, Schlaraffenland oder eben eins mit der Urmutter Erde.

BPM 2 bedeutet Vertreibung aus diesem Paradies durch die eintretenden Wehen. Periodisch wird es enger, das Fruchtwasser wird vielleicht schlecht, man fühlt sich vergiftet, in der Hölle, als Opfer von Intrigen, depressiv, aussichtslos und sinnlos. Dieses ist in der Begleitung holotroper Erfahrung der schwierigste Bereich, da in diesem Zustand alles nach außen projiziert wird. Schuld an der empfundenen Misere sei alles andere – nur nicht man selbst. Das ganze Leben erscheint als ewiges sinnloses Leiden ohne Ausweg. Der Muttermund ist noch geschlossen, während der Wehendruck von allen Seiten immer stärker zunimmt.

Die **BPM 3** beginnt mit der Öffnung des Muttermundes und der Austreibungsphase.

Hier zeigt sich nun ein Weg zum Licht, eine Lösung, auf die man energisch zustrebt.

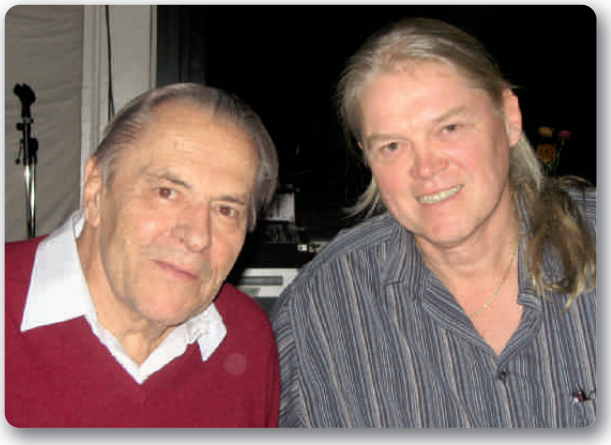
Vielleicht erfährt man große Lust, Bewegungsdrang und vulkanische Ekstase. Vielleicht erlebt man Sequenzen von Kampf und Aggression, Szenen mit hartem Sex, Missbrauch oder skatologische Elemente (Szenen, in denen Exkremente eine Rolle spielen). Die muskuläre Körperspannung kann extrem werden. Es kann zu Erstickungsgefühlen und extremer Überlebensangst kommen, als wenn die Welt unterginge und man mit dem Bösen ränge, um ans Licht zu gelangen.

Auf dem Höhepunkt dieser Erfahrung kommt der Kopf mit den Presswehen heraus und der Druck lässt plötzlich nach. Dies ist der Übergang zur **BPM 4**.

Hier kommt es zu Erfahrungen von Tod & Wiedergeburt oder Ego-Tod. Wie in einer schamanischen Einweihungserfahrung stirbt das alte Ego als Summierung unpassender Rollenspiele und setzt sich danach wieder neu und harmonischer zusammen.

Wo gerade noch alles auf einen Punkt am Ende des Tunnels ausgerichtet war, ist man plötzlich

frei im Universum. Vielleicht sieht man überall Augen auf sich schauen, empfindet Kontakt zu einer kosmischen Weisheit, vielleicht Engeln, Gott als Kraft hinter dem Licht. Die Welt wird als Hologramm empfunden, wo sich in jedem Teil das Ganze widerspiegelt, Innen wie Außen – Oben wie Unten. Alles Geschehen kann als kosmischer Tanz erlebt werden.



Stanislav Grof und Klaus John

Klaus John ist Heilpraktiker in eigener Praxis in Buchhorst bzw. Lauenburg mit Schwerpunkt Elektroakupunktur, Ohrakupunktur, Regenerationsbehandlungen, Transpersonale Psychologie. Ausbildung zum „Certified Holotropic Breathwork Practitioner" bei Christina & Stanislav Grof.
Er bietet Workshops in Holotropem Atmen und Einzelsitzungen an. Auf seiner website gibt es diverse Vorträge und TV-Beiträge zum Thema. Unter dem Titel „Eine Reise nach innen – Holotropes Atmen mit Klaus John" ist 2009 eine DVD im Nachtschattenverlag erschienen Unter dem Stichwort „Klaus John" findet man den Youtube-Kanal des Autors, auf dem auch viele Videos mit Stan Grof zu finden sind.

Workshops Holotropes Atmen:
21.-23.10.2016
25.-27.11.2016
(beide in Chemnitz)
14.-16.10.2016
(in Hamburg)

Mehr Infos und Kontakt unter
Tel.: 04153-538 28
oder
mail@Klaus-John.de
http://klaus-john.de

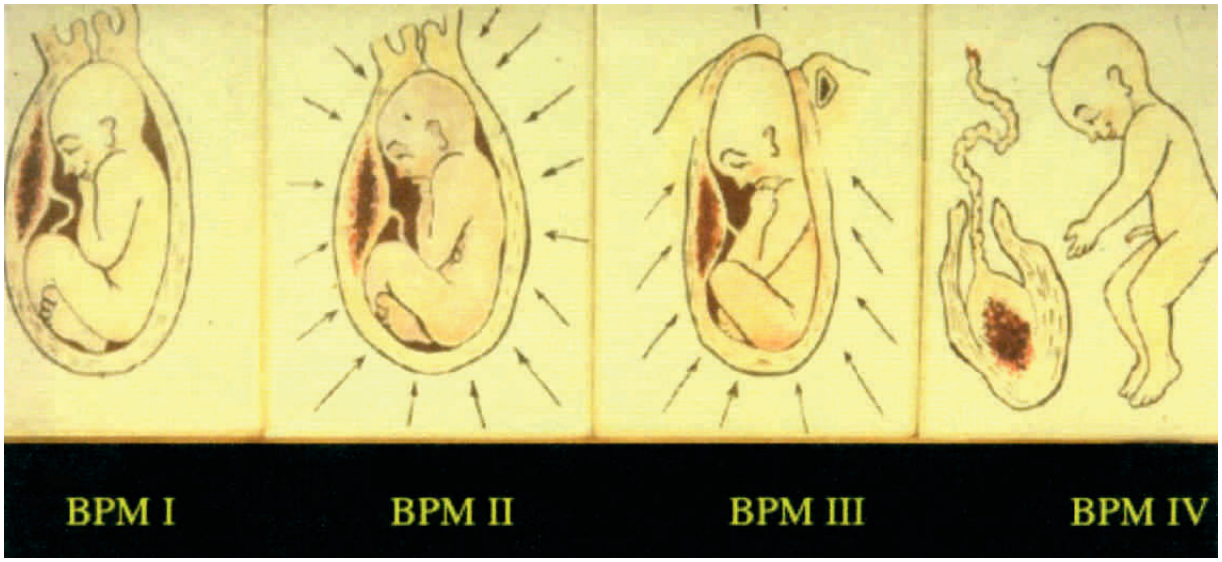
Unterschiedliches Erleben

Beachtlich ist, dass das Erleben in diesen vier Matrizen untereinander inkompatibel ist. Je nachdem, in welcher Matrix man sich gerade befindet, erlebt man die Gegebenheiten völlig unterschiedlich. Fühlt sich jemand in der ersten Matrix – im Geburtskanal wie im realen Leben – völlig paradiesisch aufgehoben in „Gottes Hand", leidet derjenige in der zweiten Matrix in gleicher äußerer Situation vielleicht unter Isolation, Depression und absoluter Sinnlosigkeit. Jemand in der dritten Matrix wird dagegen für beide Wahrnehmungen nicht viel übrig haben, sondern zielorientiert kämpfen, um die Situation zu verbessern, was dem Ersten unnötig und dem Zweiten als sinnlos erscheint. In der vierten Matrix wiederum gibt es unendliche Möglichkeiten und das Gefühl von Freiheit. Übergänge zwischen den Matrizen können kritisch sein. Das „Hin und Her" zwischen zweiter und dritter Matrix, wenn der Kopf des Fetus von den Wehen in den Geburtskanal gepresst wird, aber wieder zurückrutscht, weil die Kraft noch nicht stark genug ist, kann zum Beispiel die Wurzel für Zwangsneurosen sein. Zwischen dritter und vierter Matrix hat man es oft mit „Ego-Tod" und Angst vor Kontrollverlust zu tun. Prinzipiell kann in jedem Bereich um die Geburt herum etwas Traumatisches passiert sein, was das weitere Erleben prägt. Diese Prägungen gilt es aufzulösen.
Die Matrizen sind nicht nur der gemeinsame Nenner der COEX-Systeme im Rückblick auf bisherige Erfahrungen, sondern steuern genauso auch zukünftige. Hat man zum Beispiel entdeckt, dass eine Vorliebe für Extremsport – wie Raserei mit dem Motorrad – ihre Wurzel in der dritten Matrix hat, erlebt man seinen „Durchbruch" vielleicht lieber auf sichere Weise mit einem Ego-Tod-Erlebnis beim Holotropen Atmen als mit einem möglicherweise tödlichen Unfall auf der Straße. Oder man drückt die Sinnlosigkeit und Absurdität der zweiten Matrix in Selbsterfahrung aus, damit sie nicht immerzu nach außen projiziert werden muss. Man könnte auch sagen, dass man durch innere Arbeit sein Karma verbrennt.

Geburtsmuster transzendieren

Will man also seine eigene Programmierung erkennen und ändern, so hilft die Topographie des Unbewussten, eigene Erfahrungsmuster zu erkennen und zu transzendieren. Hilfreich dabei ist die eigene innere Heilungsintelligenz, der „Innere Heiler" oder anders gesagt, die „Selbstregulation von Körper und Psyche". Es scheint eine innere Instanz zu geben, die unerledigte Themen des Unterbewussten immer wieder im Leben als Bühne des inneren Dramas inszeniert, damit wir die Lektion lernen – und damit das Trauma heilen.
Hat man zum Beispiel in der BPM 2 eine Traumatisierung durch zu lange dauernde Wehen erlitten, wird man das damit verbundene Gefühl von Sinnlosigkeit, Verlassensein, Depression und Ausweglosigkeit im Leben immer wieder neu inszenieren.
Hat man in der BPM 3 extreme Spannung durch die Presswehen erlebt und ist vielleicht sogar vor Schmerz oder Sauerstoffmangel ohnmächtig geworden, hat man wichtige Elemente der Geburt gar nicht erlebt. Im Leben wird man dann vielleicht immer wieder in Stress-Situationen mit Kopfschmerz und

Die perinatalen Matrizen (BPM) (von links nach rechts): ozeanisches Wohlgefühl in BPM 1, Ende des paradiesischen Gefühls durch Eintreten der Wehen in BPM 2, ein Mix von Kampf, Lust, Ekstase und Aggression in BPM 3 und Austritt aus dem Geburtskanal und Befreiung in BPM 4.



http://klaus-john.de

Kontrollverlust reagieren. Vielleicht sucht man sich auch immer wieder gefahrvolle Situationen, entwickelt eine Passion für Extremsport und aggressive Auseinandersetzung und entdeckt dann auf seiner holotropen Reise die Wurzel dessen im Geburtsprozess.

Projektion ungelöster Geburtserfahrung verleiht aber nicht nur der individuellen Existenz Gestalt, sondern auch der kollektiven. Der Umgang mit unseren Mitmenschen, Tieren und Pflanzen auf diesem Planeten ist von unerledigten Elementen der menschlichen Psyche wie Gier, Neid und Hass geprägt.

Es ist zu hoffen, dass immer mehr Menschen eine eigene innere Transformation erfahren, um dies zu ändern. Denn Selbsterfahrung ist auch „Arbeit am morphogenetischen Feld" nach Fritjof Capra. Lernerfahrungen des Individuums kommen damit auch dem Kollektiv zugute. Auch der Austausch über soziale Medien könnte zu einer gesunden Welt und einem Paradigmenwechsel beitragen. Der „Schatten" nach Carl Gustav Jung zeigt sich in Form von Terror und Krieg als Projektion perinataler Energie in der Welt. In der Selbsterfahrung als Ego-Tod verarbeitet muss er nicht nach außen getragen werden und unserer Welt Zerstörung bringen, sondern führt im besten Falle zu einer spirituellen Öffnung. (Mehr dazu in einem Artikel über die globale Krise unter klaus-john.de/html/globale_krise.html)

Befreiung mit Holotropem Atmen

Mit seiner 2014 verstorbenen Frau Christina entwickelte Stanislav Grof das Holotrope Atmen, das völlig ohne psychedelische Substanzen auskommt. Schon in der LSD-Therapie entdeckte Grof, dass eine Verstärkung des Atems unterdrückte Emotionen und körperliche Spannungsmuster aktiviert. Durch Einsatz von unterstützender Musik und Körperarbeit können sich diese lösen und zur Heilung führen. Auch bildhafter Ausdruck der Erfahrung beim „Mandala-Malen" und eine Rederunde, in der man sich „freisprechen" und „lossagen" kann, ohne durch Interpretationen eingeengt zu werden, tragen zur Integration der Erfahrung bei.

Oftmals machen Menschen dabei die spirituelle Erfahrung eines Eingebundenseins in ein größeres Ganzes, was den etablierten Religionen oft fehlt. Menschen, die den holotropen Prozess erfolgreich vollendet haben, erscheinen darum wie Mitglieder einer neuen Spezies. Sie fühlen sich eher als planetare Bürger statt als Mitglieder einer Nation. Sie befürworten eine globale Gesetzgebung für den Schutz des Lebens und der Umwelt und lehnen Aggression als Problemlösung ab. Sie haben Ökologie direkt auf zellulärer Ebene als Einheit mit der Natur oder anderen Spezies erfahren. Sie entwickeln Mitgefühl und Toleranz und sehen Unterschiede der Geschlechter oder kulturelle, ethnische oder politische Grenzen eher als interessant und anregend statt als Motiv zum Kampf. Aber auch ohne gleich die große Welt verändern zu wollen, erfahren Menschen beim Holotropen Atmen Lösung von Stress und Verspannungen sowie von psychosomatischen Blockaden. Oft wird es möglich, sich von/aus Sucht und Abhängigkeit zu lösen. Manchmal zeigen sich auch unvollständig verarbeitete psychedelische Erfahrungen, die dann gut begleitet zum Abschluss gebracht werden können. Letztlich verbessern sich Selbstakzeptanz, Kreativität und Lebensfreude.

von Aljona Nowokreschenow

Die Schöpfung und der Kreislauf des Lebens

Geburt aus der Sicht der Seele

Viele Menschen suchen nach dem richtigen Weg, um ihrem Kind den bestmöglichen Start ins neue Leben zu bieten. Der Lebensanfang ist einer der bedeutsamsten Abschnitte unseres Lebens und legt den Grundstein für unsere weitere Entwicklung.

In einer Kultur, in der uns schier unendliches Wissen in Form von Büchern, Zeitschriften und Internetseiten frei zur Verfügung steht und gleichzeitig die eigene Intuition oder auch die innere Stimme mehr und mehr zurückgestellt wird, sehen sich viele werdende Eltern konfrontiert mit der Frage, was die richtigen Entscheidungen für ihr Kind sein könnten, um es gesund und glücklich zur Welt zu bringen und aufwachsen zu sehen.

Schwangerschaft: Zeit für die Seele

Während der Zeit der Schwangerschaft und Geburt werden die Eltern die Welt viel sensibler wahrnehmen als zuvor. Es ist eine gute Zeit, um nach innen zu gehen und die Kraft der Seele wiederzufinden. Die Seele ist die Essenz unseres Seins. Alles hat eine Seele. Wir können die Welt aus unserer Seele heraus erspüren. Sich mit diesem ursprünglichen Bewusstsein, mit dem Blickwinkel unserer Seele zu verbinden, ist der goldene Schlüssel.

Bereits bevor ein Kind entsteht oder geboren wird, sucht es sich seine Eltern und die Wege für sein Leben aus. Jedoch steht jedem von uns nur eine bestimmte Auswahl an möglichen Lebenskonstellationen zur Verfügung, je nachdem, welche Entscheidungen wir in vergangenen Leben getroffen haben. Jede Seele reinkarniert von Leben zu Leben und alle Gedanken, Worte und Handlungen aus allen Leben bringen wir als Aufzeichnungen auf der Seelenebene mit. Sie sind gespeichert in unserer Körperseele, der Seele, die reinkarniert. Erst mit der Geburt tritt die Körperseele tatsächlich in das Neugeborene ein. Dieser Moment der Geburt ist also eine tiefe Initiation und eine sehr prägende Erfahrung für Seele, Herz, Geist und Körper.

Auch zuvor, in dem Moment, in dem Eizelle und Spermium sich vereinen, betritt schon eine andere, besondere Seele die befruchtete Eizelle. In den altehrwürdigen Tao-Lehren wird diese Seele als *Yuan Shen* bezeichnet. *Yuan* bedeutet *ursprünglich* und *Shen* heißt *Seele*. Es ist die Seele, die als göttlicher Funken oder als die Quelle in uns bezeichnet wird. Jeder trägt dieses höhere Selbst in sich, aber für gewöhnlich haben wir nicht den direkten Zugang zu unserer Ursprungsseele. Erst wenn unsere Seele die Erleuchtung erlangt, beginnt *Yuan Shen* sich uns zu zeigen und wir beginnen damit, unser wahres Selbst zu erkennen.

Solange das Baby im Mutterbauch ist, trägt es noch die Verbindung und das Bewusstsein zur ursprünglichen Seele und zur Quelle des Lebens. Deshalb ist es so bedeutsam zu erkennen, dass dieses kleine Wesen in uns vielleicht ein weitaus tieferes Bewusstsein mitbringt, als wir es selbst zu diesem Zeitpunkt haben. Nach der Geburt lernt das Baby oft schnell, nach den gesellschaftlichen menschlichen Mustern zu leben, in ihnen zu denken und zu sprechen. Die göttliche oder ursprüngliche Perspektive verblasst mit dem Erwachsenwerden. Unsere Wahrnehmung reduziert sich dann auf die physische oder materielle Ebene, anstatt das volle Potential der Seele zuzulassen.

Im Tao Healing arbeiten wir mit unseren ursprünglichen Seelenfähigkeiten, vor allem mit unseren spirituellen Kanälen. Aufgrund unserer Lebensweise verschließen sich diese Wahrnehmungskanäle häufig im Alter zwischen drei und sieben Jahren, und mit ihnen verlieren wir einen unserer bedeutendsten Sinnesbereiche. Jedoch kann jeder seine spirituellen Kanäle im späteren Verlauf des Lebens wieder öffnen. Das Baby hat

seine Kanäle noch weit geöffnet und ist empfindsam für die Botschaften aus seinem Umfeld. Diese Wahrnehmungen prägen das Kind und können es entweder nähren und unterstützen oder aber hinderlich sein und Samen legen, die später im Leben als Herausforderungen oder Probleme erlebt werden.

Gute Nahrung für Seele, Herz, Geist und Körper

Alles und jeder besteht aus Seele, Herz, Geist und Körper. Seele ist Information, Botschaft oder Spirit. Herz ist der Kern, unser emotionales Zentrum, und gibt die Botschaften der Seele weiter an den Geist. Geist meint unser denkendes Bewusstsein und unsere mentale Aktivität. Der Körper besteht aus Energie und Materie. Um also ein gesundes und glückliches Baby auf die Welt zu bringen, sollten Seele, Herz, Geist und Körper gleichermaßen gut genährt sein.
Gute Nahrung für den Körper erhalten wir durch eine ausgewogene, gesunde Ernährung für Mutter und Kind. Um den Geist gut zu nähren, ist es wichtig zu wissen, dass das Baby bereits im Mutterbauch unsere Gedanken wahrnehmen und aufnehmen kann. Ein ruhiger Geist, gute Gedanken und eine positive Einstellung zum Leben durch die Eltern und ihre Umgebung werden dem Kind gute Nahrung für den Geist mitgeben. Gute Nahrung für das Herz erhält das Kind, wenn die Eltern und ihre Umgebung inneren Frieden, innere Freude und Qualitäten von Güte, Bedingungslosigkeit, Fürsorge, Demut, Vergebung und Harmonie im Herzen tragen.
Seelennahrung ist dabei der Schlüssel. Der eigene Körper, aber auch jedes Organ, jede Zelle, jede DNS und RNS haben eine eigene Seele. Sie ist die Essenz des Seins und speichert Botschaften und Informationen, die wir und andere durch Gedanken, Worte und Handlungen erschaffen. Diese werden aufgezeichnet und in der Seele getragen. Alles, was aufgezeichnet wurde, kann sich dann in jeden Aspekt des Lebens hinein erneut auswirken: In unserer körperlichen Gesundheit, in unserem emotionalen und mentalen Gleichgewicht, unserer Intelligenz, unseren Fähigkeiten und Seelenpotentialen – oder auch auf unsere Beziehungen und unser gesamtes Umfeld. Information steuert das Leben, denn die Seele sendet die Botschaften an das Herz, das Herz trägt sie zum Geist und der Geist leitet Energie und Materie – also den Körper.
Die Seele wird genährt durch positive Botschaften jeder Art, wie vor allem Liebe, Vergebung, Mitgefühl, Dankbarkeit und mehr. Positive Botschaften bilden die Basis für eine gesunde Entwicklung in allen Aspekten des Seins. Der Schlüssel ist es also, die Seele des Babys gut zu nähren.

Seelenblockaden: Wir bringen unsere Botschaften mit

Die mitgebrachten Botschaften auf der Seelenebene stammen von unseren eigenen Gedanken, Worten und Handlungen aus allen vergangenen Leben. Viele der mitgebrachten Botschaften stammen von unseren Ahnen,unseren Eltern, Großeltern und Urgroßeltern. Die direkten Ahnen aus diesem Leben und die Ahnen, die wir in den vergangenen Leben hatten, ergeben die Gesamtheit unserer Ahnen. Sowohl ein Teil ihrer Erfolge als auch ein Teil ihrer Herausforderungen werden uns mitgegeben. Als Eltern übertragen wir damit ebenfalls Botschaften zur Seele unseres Kindes.
Der größte Anteil stammt jedoch von der eigenen Seelenreise der Kinder und von der Gesamtheit aller Ahnen. Wenn das Kind Herausforderungen erlebt, bedeutet es, dass es eine Blockade auf der Seelenebene gibt. Wir können unseren Kindern am besten helfen, wenn wir ihnen einen positiven, liebenden Umgang mit ihren Themen beibringen und sie unterstützen, Seelenblockaden aufzulösen und ihre Selbstheilungskräfte, die in uns allen ruhen, zu aktivieren.

Sende dem Baby geeignete Botschaften

Dazu ist es wichtig, den Kontakt zu der Seele Ihres Kindes aufzunehmen und dem Kind positive Botschaften zu senden. Sprechen Sie mit der Seele Ihres Kindes und übermitteln Sie die größte Liebe. Die Seele des Kindes wird Sie hören und Ihre Liebe spüren können. Legen Sie als Eltern beide Ihre Hände auf den Bauch der Schwangeren. Ist Ihr Kind schon geboren, halten Sie es im Arm. Stellen Sie eine Verbindung her und sprechen Sie laut oder leise: „Liebe Seele meines Babys, mein liebes Kind. Ich liebe dich. Ich danke dir. Ich sende dir meine tiefe Liebe und Fürsorge." Sie können der Seele Ihres Kindes alles sagen, was Sie möchten. Ihr Kind wird es aufnehmen. Nun schließen Sie die Augen und stellen sich Ihr Kind in wunderschönem, goldenem Licht vor. Singen oder wiederholen Sie kraftvolle Mantren wie zum Beispiel: „Ich liebe dich. Du hast die Kraft dich selbst zu heilen. Ich glaube an dich. Ich halte dich. Du bist sicher. Du wirst geliebt."

Aljona Nowokreschenow ist eine weltweite Repräsentantin von Dr. und Master Sha. Mit Hilfe der Selbstheilungstechniken und der Kraft der Seele hat sie selbst große Heilerfahrung machen dürfen. Sie ist eine der leitenden Lehrerinnen im Tao Healing Center in Berlin.

Workshop
„Der Klang von Herz und Seele"-Serie: Entwickeln Sie Ihre Soul-Healing-Fähigkeiten.
30.9-2.10.2016
Info und Kontakt:
Tel.: 030-640 989 88
oder
taohealingcenter-in-Berlin@DrSha.com
www.taohealingcenter.de/Berlin

www.taohealingcenter.de/Berlin

Dr. Ditta Gehrmann ~ Bestattungen

Liebevolle und freundliche Begleitung ◎ individuelle Abschiedsfeiern in lichtvoller Atmosphäre am Grab, in der Kapelle oder im Krematorium ◎ nur Hausbesuche ◎ www.dr-ditta-gehrmann-bestattungen.de

Veranstaltung: Lesung von Margit Irgang "Die Kostbarkeit des Augenblicks"

Die Dichterin, Autorin und Meditationslehrerin Margrit Irgang liest aus ihren Büchern. Samstag, den 17. September um 19:00 Uhr im Atelier C. Wittke, Nehringstraße 29 in Berlin Charlottenburg. Eintritt: 12,- €. Die Plätze sind begrenzt.
Bitte unbedingt **anmelden** unter **post@dr-ditta-gehrmann-bestattungen.de** oder telefonisch: **0160 96 66 28 10.**
Zeitgleich werden die Bilder der neuen Ausstellung "ankunft herzweite" von Corinna Wittke zu sehen sein.

Schwangerschaft und Geburt als Abbild des Lebens – Ein archetypischer Prozess

Die Geburt ist ein Schöpfungsprozess der Existenz, und in diesem Schöpfungsprozess spiegelt sich das ganze Leben wider. So wie Frauen Kinder gebären, gebären wir alle immer wieder neue Aspekte unseres Selbst. Geburt ist ein Prozess, der ganz bestimmte Phasen hat, die nach den Prinzipien des Lebens ablaufen. Innerhalb der Bandbreite von allen Schwangerschafts- und Geburtserfahrungen erfahren wir die großen Themen des Lebens.

von Jaguar Yolande Alice Carrell

Das Ankommen der Seele hier auf der Erde kann unterschiedlich lange dauern, und viele von uns befinden sich in einem fortwährenden Geburtsprozess ihrer eigenen Seele, um sie mehr und mehr zu verkörpern. Darum heißt es, dass wir im Leben mehrmals geboren werden. Diese fortwährenden Geburten und Wiedergeburten im Laufe unseres Lebens lassen uns immer wieder tiefgreifende Veränderungen erfahren.

Den Tod verbinden wir meist nicht mit dem Thema Geburt. Doch während der Schwangerschaft werden für die werdenden Mütter die Schleier zwischen Himmel und Erde durchsichtig. Wir haben Einblick in die tieferen Ebenen des Lebens. Zwischen Schwangerschaft und Geburt kann vieles geschehen – auch der Tod. Auch aus diesem Grunde fürchten wir uns manchmal vor diesem großen Ereignis der Geburt – trägt es doch alle Wunder des Lebens in sich: Liebe, Freude, Wachstum, auch Schmerz und unsere Angst vor dem Leben und seiner Intensität, unsere Angst vor dem Sterben. Daher kann uns jeder Prozess von Schwangersein und Gebären mit tief verankerten archetypischen Ängsten und Prozessen in Kontakt bringen. Das Sterben als Teil vom Leben anzuerkennen ist etwas, das uns momentan in unserer Welt vielfach scheinbar abhanden gekommen ist. Wie gebären wir? Wie werden wir geboren? Wie sterben wir? Diese Fragen haben alle miteinander zu tun. Entsprechend ist es auch in unseren inneren Prozessen, dass oft einiges gehen und vergehen muss, bevor Neues kommen kann.

Die weibliche Kraft

In der Signatur, der Essenz der Geburt, liegen Schlüssel des Wissens um unser gesamtes Leben hier auf dieser wundervollen Erde. Für Frauen in der Schwangerschaft besteht jetzt in besonderem Maße die Möglichkeit, sich diesen inneren Räumen zuzuwenden, um Herz, Seele und Gebärmutter, weibliche Kraft und die eigene Natur wieder zu entdecken, mit und in der Erde zu leben.

Wir sind Natur. Als weibliche Wesen verkörpern wir archetypisch die Natur und die Erde am allermeisten. In uns fließen die Flüsse der Erde, der Wald wächst in uns, die Wurzeln sprießen in uns, die Sonne scheint in uns, die Vulkane, die Erdbeben beben in uns. Indem wir unsere eigene Gebärmutter und unseren Körper verstehen, lernen

Abb: © nadezhda1906 - Fotolia.com

wir unsere Erde kennen. Unser innerer Baum, unsere Wirbelsäule, ist Teil ihrer Wälder. Unsere Flüsse, unser Blut, fließt in ihren Ozeanen. Spüren wir unser Herz, so spüren wir auch den Herzschlag der Erde. So fühlt die Natur uns und wir fühlen die Natur, denn wir sind ein und dasselbe.

Wenn wir als Frauen gebären, dann gebären wir mit und durch die Natur, unsere Natur singt, spricht, flüstert zu uns. Diese Welt in uns wahrzunehmen, anzuerkennen, zu respektieren und zu zelebrieren, das ist ein Lebensweg, wie eine Blume, die wächst, blüht, verwelkt und im neuen Jahr wieder kommt. So sind auch das Leben und die Prozesse der Geburt verwoben mit dem Tod und dem Sterben. Denn in der Natur liegt das beides nebeneinander, geht Hand in Hand.

Die Angst vor dem Tod

Die Angst vor dem Tod, vor dem Sterben, vor dem Vergehen, die wir als Menschen haben, begegnet uns in der Entdeckung der Natur, unserer Natur – und damit auch in der Geburt. In der bewussten Begegnung mit diesen Kräften reifen wir und erlangen tiefe Erkenntnisse. Die Geburt eines Kindes beispielsweise oder die innere spirituelle Geburt beinhalten essenzielle Wahrheiten. Eine Frau sagte beispielsweise einmal nach ihrer Geburt zu mir, dass es ja unglaublich sei, dass sie schon in den ersten Tagen mit ihrer Tochter gespürt habe, wie sie sie ab jetzt immer mehr würde loslassen müssen.

Dieses Loslassen und Vergehen lehrt uns die Natur, wenn wir uns ihrer Intensität stellen, ihr einmal wahrhaftig ins Gesicht schauen ohne den Drang uns wegzuwenden – von ihr, der Urmutter des Lebens, denn sie trägt alles in sich. Dabei können wir auch die Erfahrung machen, dass jenseits von diesem Geborenwerden, Leben, Sterben und Vergehen etwas in uns leuchtet. Es ist irgendwie einfach da. Dieses Einfach-da-Sein begegnet uns auch in solchen Momenten wie der Geburt eines Kindes. Oder der Geburt eines neuen wesentlichen Teils unserer Seele, der auf einmal zu uns kommt. Wenn die Zeit reif ist. Dieses Einfach-Da-Sein ist eine absolut besondere Präsenz – und doch im Grunde nur das Wahrnehmen von dem, was eigentlich immer da ist, was schon die ganze Zeit da war.

Ur-Weisheit der Erde

In unserem Blut, in unseren Knochen, in den Fäden unseres Lebensnetzes liegen die alten Lieder, die neuen Wege, die Ur-Weisheit der Erde, das Wissen aller Frauen und Männer, die vor uns da waren, und die Verbindung zu allen Menschen, die nach uns kommen. Frauen mit dem tiefen körperlichen Wissen um das Gebären tragen hier eine ganz wesentliche Rolle in der Wiederentdeckung von etwas, das momentan scheinbar verloren gegangen ist in unserer Welt.

Männer sind natürlich genauso Teil dieser mächtigen Naturkraft. Doch wir sind in einer Zeit angekommen, in der es ansteht, Frauen ganz bewusst Raum zu geben und das weibliche Wissen an die Oberfläche zu bringen. Lange wurden Frauen und die weibliche Kraft in den Hintergrund gestellt, doch es wird immer klarer, dass die Wege, die wir bisher beschritten haben, so nicht mehr funktionieren. In Politik, Bildung, Gesundheitswesen, sogar in der Religion werden Frauen wieder wahrhaftig sichtbar. Dies ist ein gemeinsamer Weg, den wir als Menschen beschreiten, um wieder mehr Harmonie zu erschaffen. Vielleicht können wir dadurch wieder einen Frieden finden, der uns abhanden gekommen ist. Dabei werden uns Fragen begleiten wie: Welchen Einfluss können die Frauen heute haben? Was können wir alle Neues lernen? An welche Weisheit gilt es sich wieder zu erinnern? Wie können wir diesen Umbruch als Menschheit zusammen meistern?

Die Natur in uns als spiritueller Weg

Eine Geburt eröffnet uns tief im Inneren das Wissen des Universums am eigenen Leibe. Um dies voll und ganz tiefgründig zu erfahren, bedarf es mitunter einer tieferen Vorbereitung, eines echten spirituellen Weges. Die Geburt ist zwar ein ganz normaler und natürlicher Prozess des Lebens, gleichzeitig aber auch eine Möglichkeit, in ein tiefes Erkennen und inneres Erwachen bewusst einzutauchen. Der Weg in die Geburt – jede Art der Geburt, physisch und metaphysisch – kann als eigenständiger und vollständiger spiritueller Weg beschritten werden. Alles, was notwendig ist, liegt schon in uns bereit, wir dürfen es entdecken. Es war schon immer für uns da. Beispielsweise werden Begriffe wie Intuition oder innere Kraft oft in die "Esoterik" abgestellt, aber spätestens zum Zeitpunkt der Geburt eines Kindes merken die allermeisten Frauen, dass das ja ganz wesentliche und natürliche Teile des Frau-Seins, Mensch-Seins und des wahren Lebens sind und nicht nur abstrakte Ideen – es sind Fähigkeiten, die gestärkt, ausgebildet und mehr oder weniger bewusst genutzt werden können – so wie alle anderen Arten von Fähigkeiten auch.

Tore in ein größeres Erleben

Die Geburt ist ein so zentrales Element, weil sie uns mit dem Leben, dem Menschsein und dem Frausein hautnah in Kontakt bringt. Alle Elemente der Geburt sind jedoch auch im alltäglichen Leben vorhanden, und alles, was wesentlich ist in der Geburt, ist auch im sonstigen Leben absolut wesentlich. Die Geburt kann uns – so wie jeder große Übergang, wie jede seelische Transformation und Lebens-Initiation, sehr viel über uns und unsere Lernaufgaben, unsere Stärken und unsere innere Heilarbeit zeigen.

Eine Frau, die zu mir kam, sprach immer wieder von der "Mächtigkeit" der Energie, die sie während der Schwangerschaft und bei der Geburt wahrnehmen konnte. Ja, diese Zeit ist wirklich mächtig und darf geehrt, gefeiert, zelebriert und in ihrer wahren Kraft, in ihrem starken Transformationspotential erkannt werden. Geburt und innere Wiedergeburt in unserem Leben sind Tore in ein größeres Erleben von uns selbst, vom Leben als Ganzes und dem, was es bedeutet, Mensch zu sein.

spiel des herzens
klangauge
www.klangauge.de

Jaguar Yolande Alice Carrell ist als „Hebamme der Seele" tätig mit Praxis in Berlin. Sie bietet Frauenheilarbeit an, psychosomatische Achtsamkeit & Körperarbeit, Schwangerschaftsbegleitung, Geburtsvorbereitung, Heilarbeit bei Geburtstrauma. Sie ist Frauencoach, Doula, spirituelle Mentorin, Gründerin und Lehrerin von „The Women's School", Leiterin der „Soul Birth"-Kurse, von Ritualen & Zeremonien. Autorin von „Birth Your Essence – Workbook for women". Auch Paare sind zur Paarberatung willkommen. Außerdem bietet sie Skype-Coaching und Online-Programme sowie Meditations-Audios an.

AngelBirth-Trainings-Ausbildungsprogramm im Oktober 2016 an vier Wochenenden.

Info und Kontakt:
Tel.: 030-864 592 60
oder
jaguar.starlet@gmail.com
www.lichtgeburt.org

www.lichtgeburt.org

Rapunzel und der Plazentabaum

© GordonGrand - Fotolia.com

Es waren einmal eine Frau und ein Mann, die voller Vertrauen zur Geburt ihres Kindes in eine Klinik fuhren – und eine gar unliebsame Überraschung erlebten: Menschliche Wärme, echte Unterstützung und Selbstbestimmung haben im Kreißsaal einer heutigen Klinik anscheinend nichts mehr zu suchen und sind durch nüchtern-technische Abläufe ersetzt worden. Aber es geht auch anders …

von Holm Andree Jochmann

„Es waren einmal ein Mann und eine Frau, die wünschten sich schon lange vergeblich ein Kind. Endlich machte sich die Frau Hoffnung" – so beginnt das Märchen „Rapunzel". Da sind also eine Frau und ein Mann, die Frau wird schwanger. Als Nächstes heißt es im Märchen: „Die Leute hatten in ihrem Hinterhaus ein kleines Fenster, daraus konnte man in einen prächtigen Garten sehen, der voll der schönsten Blumen und Kräuter stand; er war aber von einer hohen Mauer umgeben, und niemand wagte hineinzugehen, weil er einer Zauberin gehörte, die große Macht hatte und von aller Welt gefürchtet ward." Die schwangere Frau hat irgendwann das Gefühl, dass sie etwas aus dem Garten der Zauberin braucht. Wenn man die Zauberin symbolisch als das Urweibliche sieht, vergleichbar mit Mutter Erde, dann ist es klar, dass die Schwangere dringend den Zugang zum alten Frauenwissen braucht, zur alten Kraft, wenn sie ein Kind erwartet. Der wird ihr allerdings verwehrt, denn „das Weibliche" wird seit Jahrtausenden mit Misstrauen betrachtet und verteufelt. Im Märchen ist es so, dass die Frau zu sterben meint, wenn sie nicht ein paar der grünen lebendigen Pflänzchen aus dem Garten der „Zauberin" bekommt. Klar, eine Geburt ist eine Sache von Leben und Tod, wie muss es sich anfühlen, wenn man in dieser Situation nicht auf die Quelle weiblicher Kraft zurückgreifen darf?

Jenseits von Selbstbestimmung

Verstanden habe ich dieses Märchen erst nach der Geburt meiner drei Kinder. Beim ersten Kind fuhr ich nachts meine Partnerin ins Krankenhaus, weil die Wehen einsetzten. Dort angekommen, waren die Wehen weg. Wir beschlossen, uns in der Nähe des Krankenhauses ein Hotelzimmer zu nehmen, um notfalls schnell da zu sein, aber doch noch ein wenig Ruhe zu haben. Die Ärzte waren empört. Ich werde nie vergessen, wie eine Ärztin auf meine Partnerin einredete, um sie zum Bleiben zu bewegen. Sie wurde immer aufgeregter, es ging um Verantwortung und darum, dass das Leben kein Ponyhof sei. Ihre Rede

Abb: © kolinko_tanya - Fotolia.com

endete mit der erstaunlichen Aussage: „Die Freude am Kind endet sowieso mit der Geburt, ich habe selbst zwei Kinder und war schon seit vier Jahren nicht mehr im Kino." Wir sind trotzdem gegangen, aber natürlich nicht entspannt und in einem Gefühl, unterstützt zu sein.
Einige Stunden später waren wir wieder da, ich habe die Arbeit der Hebamme und Ärzte als sehr technisch empfunden. Vorherige Absprachen waren gegenstandslos, die hilflose Situation der jungen Mutter wurde genutzt, ihr nichts zu lassen von Selbstbestimmung oder Selbstverantwortung. Ich lasse die Details an dieser Stelle aus…
Meine Tochter wurde geboren, sie blinzelte neugierig in die Welt, ich würde behaupten, sie lächelte und wirkte ganz entspannt. Nach einem kurzen Moment der Freude erschien ein Arzt, nahm das Kind und beschied uns, es hätte Fruchtwasser geschluckt, das müsse nur kurz abgesaugt werden, dann bekämen wir das Kind gleich wieder. Die Minuten vergingen zäh und summierten sich zu Stunden.

Das eigene Kind "geraubt"

Nachfragen wurden ausweichend beantwortet. Irgendwann ging ich los und fand meine Tochter im Brutkasten. Das wäre jetzt für ein paar Tage das Beste, sagte man mir, einen Grund konnte mir niemand nennen. Mehr oder weniger habe ich mein Kind geraubt und es der Mutter gebracht. Wir waren umzingelt von zeterndem Personal, mussten unterschreiben, dass wir selbst schuld sind, wenn das Kind verstirbt, und standen irgendwann wie betäubt endlich draußen vor dem Krankenhaus.

Beim zweiten Kind entschieden wir uns für ein kirchliches Krankenhaus. Ich erinnere mich dunkel an einen alten Horrorfilm, den ich mal gesehen habe. Darin gab es eine „Schwester Diesel". Diese Schwester Diesel öffnete uns die Tür. Die Presswehen hatten schon begonnen, aber es mussten endlose Formulare ausgefüllt werden, dazu gab es barsche Kommentare wie: „Haben Sie sich nicht so! Reißen Sie sich zusammen!" Ich lasse auch hier die Details weg. Ich will nur sagen, es gab das sehr technisch und fast aggressiv agierende Klinikpersonal, eine völlig hilflose und in dem ganzen Trubel ganz allein wirkende junge Mutter und mich, total überfordert mit der Aufgabe, irgendwie ein paar Rapunzeln aus dem verbotenen Garten aufzutreiben. Ich habe gefühlt bei dieser Aufgabe komplett versagt und fühlte mich schuldig.
Am nächsten Morgen die übliche Prozedur, das Formular und die Unterschrift, dass wir selber schuld sind, wenn das Kind stirbt. Segen sieht anders aus.

Entspannte Geburt

Die Mutter meines dritten Kindes hatte ebenfalls ihre Erfahrungen gemacht mit Krankenhäusern und Geburten. Sie wollte diesen Kampf nicht noch einmal kämpfen, und wir machten uns auf die Suche nach einer Hebamme, die sich noch auf Hausgeburten einlässt. Die Wehen kamen in der Nacht, wir riefen unsere Hebamme an. Sie kam und wirkte auf mich wie die Zauberin aus dem Rapunzelgarten.
Sie hatte ein Hörrohr, das setzte sie auf den Babybauch, lauschte und verströmte Gelassenheit und Wärme. Es sei alles bestens, sagte sie, und am klügsten wäre es, wir legten uns alle noch mal hin.

Wie es sich genau zugetragen hat, dass mein kleiner Sohn auf die Welt kam, will ich hier auch nicht ausbreiten. Aber ich kann sagen, es war unglaublich friedlich. Die Hebamme sagte und tat in aller Ruhe, was sie eben ganz sicher wusste. Ich stand staunend dabei und dachte irgendwann, vielleicht sollten ja die Männer und die Kinder ehrfürchtig draußen warten, während die Frauen bei einer Geburt ihre Wunder zelebrieren.
Am Ende schien die Abendsonne warm und golden auf einen Babybauch. Der Feenstaub, der im Krankenhaus nach jeder Geburt sofort weggeputzt wurde, glänzte noch tagelang im Hause.
Wie anders der Zugang der Hebamme zu all diesen Wundern war, wurde noch einmal deutlich, als sie wie selbstverständlich die Plazenta nahm und umstülpte. Das Netz der Blutgefäße darauf sah genau aus wie ein Baum.
„Ist es nicht verständlich, dass unsere Vorfahren die Bäume verehrt haben und meinten, wir seien ihre Kinder?" sagte sie. Ja. In diesem Moment war mir das auch völlig klar.

Holm Andree Jochmann ist Heilpraktiker für Psychotherapie und bietet Familienaufstellungen, Paar-, Familien- und Einzeltherapie im Oderbruch an.
Er hat zwei Märchenbücher geschrieben: „Die dreizehnte Fee" und „Die erlösten Märchen", zu beziehen über jochmann@web.de

Info und Kontakt unter **Tel.: 033475-501 42** oder 0173-569 24 43
www.familienaufstellung-im-oderbruch.de
www.muehlenhof-jochmann.de

Die im Artikel erwähnte Hebamme heißt Cordula Brockmann, Infos über **www.dreigaerten.de**

Reconnective Healing ® nach Eric Pearl
Heilung durch Rückverbindung
Einladung zum Tag der offenen Tür
Samstag, 24.09.2016 von 13 bis 17 Uhr
Entdecken Sie **Balance** auf allen Ebenen:
Körperlich - Mental - Emotional - Spirituell.
Machen Sie Ihre **eigene persönliche Erfahrung** und lernen Sie uns Praktizierende kennen.
24. Sept. 2016

Sandra Lindenau
Deidesheimer Straße 1
14197 Berlin-Wilmersdorf
Tel.: 030 80924534 Mobil: 0178 1872637
www.reconnect333.de

Dorothée Hauck
Mariannenplatz 6
10997 Berlin-Kreuzberg
Tel.: 0179 4902313
info@reconnect-berlin.com

Regina Renken
Praxis Wachstumsräume
Seeburgerstr. 11, 13581 Berlin-Spandau
Tel.: 030 3619964 Mobil: 0179 7820021
reginarenken@gmx.net

Luca Hein
Anklamerstr. 38
10115 Berlin-Mitte
Tel.: 0157 85644177
info@acupunctureberlin.com

Wenn die Seele in Erfüllung ist,
kann der Geist sein Potenzial entfalten.

Augenleuchten

Führst Du ein erfülltes Leben?
Oder konsumiert Dich
Dein Alltag so stark,
dass Du gefühlt
keine Zeit mehr für Dich hast?

Lebe in Erfüllung Deines Potenzials
und werde zum
Drehbuch-Autor Deines Lebens.

Infoabende 2016
21.09. | 12.10. | 16.11. | 07.12.
19.30h, Berlin, 12€, ermäßigt 10€
Tagestrainings 2016
15.10. und 20.11.
10-16h, Berlin, 88,88€

Infos und Anmeldung:
info@cocon-coaching.de oder 0163-6277959
www.cocon-coaching.de

www.familienaufstellung-im-oderbruch.de

„Hallo Kleines …“

Kommunikation mit dem Baby im Bauch

Eigentlich spricht jede werdende Mutter – meist unbewusst – mit ihrem Baby im Bauch. Dass man mit seinem noch ungeborenen Kind regelrecht kommunizieren kann, hört sich daher verrückter an, als es ist. Selbst die prä- und perinatale Psychologie- und Medizinforschung ist sich sicher, dass das Baby nahezu die komplette Gefühlswelt der Mutter mitbekommt – ist es doch untrennbar mit ihr verbunden.

von Simone Forster

Über die Plazenta „trinkt“ das Kind Mamas Launen in Form eines Hormoncocktails. Es spürt zum Beispiel anhand ihres Herzschlags oder ihrer Blutzusammensetzung, ob sie glücklich oder gestresst ist. „Die Gefühle und Empfindungen der Mutter haben eine große Bedeutung – vor, während und nach der Geburt. Sie prägen unser Unbewusstes, unser Wie-wir-uns-in-der-Welt-Fühlen. Je nachdem, ob die Mutter in der Schwangerschaft Angst hat oder zufrieden ist, lebt das Baby in einer Angst- oder Zufriedenheitswelt. Dies wirkt sich auf die Entwicklung seiner Neuronen aus, so dass es die Welt später als Angst- oder Zufriedenheitsort begreift“, erklärt *Dr. med. Ludwig Janus*, der sich als Facharzt für Psychotherapeutische Medizin, Pränatalpsychologe und als Psychohistoriker seit über 40 Jahren mit dem seelischen Erleben vor und während der Geburt sowie dessen Einfluss auf das weitere Leben auseinandersetzt.

Mama gut – alles gut

Das heißt nicht, dass frau sich sorgen muss, wenn sie nicht den ganzen Tag lachend und freudestrahlend durchs Leben tanzt. Aber da Mutter und Kind sich in der Schwangerschaft einen Erlebens- und Gefühlsraum teilen, sollte sich die Mutter hin und wieder – je öfter, desto besser! – eine Auszeit gönnen und regelmäßig in sich hineinfühlen. Diese Qualitätszeit für sich ist der erste Schritt. Wenn man sich dann noch seinem Kind bewusster zuwendet, ist das auch für die Geburt bereits die halbe Miete. Denn die Geburt ist nichts anderes als ein Dialog zwischen dem Mutter-Organismus und dem Baby. „Ist dieser Dialog schon während der Schwangerschaft eingeübt worden bzw. das gegenseitige Kennen und Verstehen schon stärker ausgeprägt, fällt einem die Geburt auch leichter“, weiß Autorin *Theresia Maria de Jong* nach jahrelangen Recherchen für ihr Buch „Im Dialog mit dem Ungeborenen“.

Auf das Fühlen kommt es an

Wenn es jetzt also darum geht, mit dem eigenen noch ungeborenen Baby zu reden, so ist demnach kein intellektueller Dialog über aktuelle politische Ereignisse gemeint, sondern ganz klar die nonverbale Kommunikation auf Gefühlsebene. Das Baby reagiert vom ersten Moment an auf jedes Wort und jede Geste – es merkt anhand der mittransportierten Stimmung, ob wir es gut mit ihm meinen. Es muss einem daher nicht komisch erscheinen, mit dem noch ungeborenen Kind zu reden. Ist es auf der

Abb: © Forster/foto-bar.com

Welt, sprechen wir ja auch mit ihm, obwohl es uns erst in ein bis zwei Jahren „sprachlich“ antworten kann – warum nicht schon, wenn es noch im Bauch ist? Die Antworten vom Baby erfolgen dann zwangsläufig nicht in sprachlicher, sondern in bildhafter, gefühlsverbundener Form. Letzten Endes kann nur die Mutter allein über ihr eigenes Fühlen und Denken die Antworten interpretieren und „übersetzen“, die ihr Kind ihr möglicherweise über Bilder, Gefühle, Eindrücke, Träume, unmittelbare Bewegungen und sanfte Tritte vermittelt.

Um das vorgeburtliche Band durch „Kommunikation“ zu stärken, ist es hilfreich, sich dem Kind bewusst zuzuwenden, den Bauch sanft zu berühren oder zu massieren, liebevolle Gedanken hineinzuschicken oder einfach mit dem Kind zu reden. „Das Allereinfachste ist, die Hände auf den Bauch zu legen und zu summen oder sogar mal ein paar Töne rauszulassen und zum Kind zu schicken. Es ist gut möglich, dass sich das Kind bei bestimmten Tönen oder Melodien regelrecht in die Hand schmiegt“, verrät *Theresia Maria de Jong*. „Das ist eine Verbindung, die über den Verstand hinausgeht.“

Positive Nebeneffekte

Mit einer intensiven vorgeburtlichen Beziehung kann man auch für das Leben nach der Geburt einiges bewirken: „Wir können davon ausgehen, dass das Kind sich geliebt und ‚richtig' fühlt. Es lernt zudem, mit Stress und Empfindungen umzugehen. Die bisherige Forschung legt nahe, dass Kinder, die im Mutterbauch besonders viel konzentrierte Zuwendung und Dialog erfahren haben, wacher sind und ein weiterentwickeltes Gehirn haben. Generell wird die Bindung zwischen Mutter und Kind intensiviert und Urvertrauen gebildet“, so Schwangerschaftsbegleiterin *Nora Amala Bugdoll*. Fest steht: Das Kind ist bereits im ungeborenen Zustand eine eigenständige Persönlichkeit, und wenn es als solche behandelt und willkommen geheißen wird, in Liebe heranwächst und ohne allzu viel Stress und Sorgen seitens der Eltern, so ist das die beste Vorbereitung auf die Geburt und das Leben danach.

Barbara Eckardt geht mit ihrer Arbeit sogar noch etwas tiefer. Sie widmet sich auf spiritueller Ebene dem Bereich der „Seelenkommunikation“ und ist sich sicher: „Eine bewusste Begleitung in der Schwangerschaft hilft den Kindern dabei, als wache Seelen auf die Erde zu kommen. Mit ein bisschen Übung und Know-how sowie der Bereitschaft, mit offenem Herzen auf die innere Stimme zu lauschen, kann die Verbindung zwischen der werdenden Mutter und ihrem Kind gestärkt werden und ein regelrechter Dialog auf Seelenebene erfolgen – eine äußerst beglückende Erfahrung!“

So kommuniziert das Baby im Bauch auf seine Weise, die Mutter muss nur mit allen Sinnen leise in sich hineinhören, um es zu verstehen.

Abb: © Forster

Simone Forster
ist Redakteurin des im Herbst online gehenden Portals **www.geburt.de**
Kontakt über info@geburt-in-berlin.de

Weitere Informationen:
www.rund-und-gluecklich.de
www.bindungsanalyse.de
www.ludwig-janus.de
www.isppm.de
www.theresia-dejong.de
www.facebook.com/BabysGlueck/info

www.geburt.de

Anzeige

MFL® fasziniert

Tauche ein und erlebe

Wir laden ein zum MFL® Morphisches Feld Lesen, einem Erlebnisabend mit Kurt Zyprian Hörmann, Buchautor und Begründer vom 'MFL®, Morphisches Feld Lesen. Erlebnisabende nehmen die Teilnehmer mit auf die Reise in das morphische Feld.

Du durchlebst die Erdungsübung und erfährst live, wie das Feld für dich sorgt.

Du stellst Fragen. Ungefilterte Antworten und klare Botschaften lichten den Nebel, der dir womöglich gerade im Weg steht. MFL® unterstützt dich: Ganz gleich, ob du dich mit Beruf & Business, Familie, Partnerschaft oder Gesundheit auseinandersetzt.

Komme in Ruhe an. Gerne eine halbe Stunde vor Beginn. Wir verbringen ungefähr zwei Stunden gemeinsam.
Wir freuen uns auf dich.

Termin:
Do. 22. Sept., 19h,
HvH Coachingetage,
Akazienstr. 28,
10823 Berlin
Investition 20 €

Info & Anmeldung:
Gutes Gelingen,
T. 030 3628 4492,
info@gutes-gelingen.de

Stell dir vor, es ist Krieg und keiner geht hin

15 Jahre Marianandа-Stille-Meditation am Brandenburger Tor

von den Marianandа-Blue-Planet-Helpers

Der Satz „Stell dir vor, es ist Krieg und keiner geht hin“ prägte die 80er Jahre, er war auf Postkarten und Plakaten zu sehen. Die Berliner spirituelle Lehrerin Marianandа verstand ihn nicht als Parole, als linkspolitische Utopie, nein, sie nahm ihn wörtlich, in aller Radikalität, so wie sie immer hundert Prozent das meint und lebt, was sie sagt. Sie berichtet immer wieder, wie dieser Satz sie mitten ins Herz getroffen hat und sie in dem Moment, in dem sie ihn las, wusste: Das ist die Überschrift für mein Leben – kein Krieg, egal, was passiert. Ich mache nicht mit.

Dass es sich bei Krieg um jeden Krieg handelt – die großen politischen Kriege und die vermeintlich kleinen, in denen wir andere Menschen oder uns selbst bekämpfen, abwerten, verurteilen –, war für sie schon immer selbstverständlich, der unmittelbare Zusammenhang zwischen Innen und Außen, dem Privaten und Politischen schlichtweg logisch. Als die USA nach 9/11 beginnen, einen Krieg gegen den Irak vorzubereiten, erklärt am 4. September 2002 der damalige Bundeskanzler Gerhard Schröder: „Unter meiner Führung wird sich Deutschland an einer Intervention im Irak nicht beteiligen.“ Aus Dankbarkeit und in Unterstützung dieser mutigen politischen Entscheidung initiiert Marianandа die öffentliche Meditation für den Frieden. Und zwar nicht irgendwo, sondern direkt vor dem Brandenburger Tor.

Sie bekommt die polizeiliche Genehmigung und so sitzt sie dort mit einer Gruppe von Schülern und Freunden im September 2002 das erste Mal für eine Stunde in Stille. Es ist der Gründungstag der Marianandа-Friedens-Meditation, die jetzt, im September 2016, ihr fünfzehnjähriges Jubiläum feiert. Die Polizei begrüßt Marianandа mit Handschlag und ist seitdem genauso treu jede Woche auf dem Pariser Platz wie die Meditierenden. Interessierten Touristen geben die Polizisten bereitwillig Auskunft: „Die meditieren hier für den Frieden. Jeden Sonntag.“

Auch im Winter?

Wie – jeden Sonntag? Auch im Winter? Ja. Jeden Sonntag von 12 bis 13 Uhr. Bei 40 Grad im Sommer und bei minus 12 Grad im Winter. Bei Regen, bei Eis, bei brütender Hitze, bei Schnee, bei Wind und Wetter. Am Anfang saßen die Menschen auf mitgebrachten Kissen oder ihrer Jacke. Sie trugen die Friedensbotschaft auf einem Papier an die Rücken geheftet.

Inzwischen gibt es festes Equipment, bestehend aus 40 blauen Kissen, Decken und Regenschirmen. Es gibt Schilder und Aufsteller, auf denen steht, warum wir hier sitzen. Es gibt ein festes Ritual, bevor wir beginnen. Wir sammeln allen Müll, Zigarettenkippen, Glasscherben usw. auf, legen die Kissen im Kreis aus, und zwar immer doppelt so viele, wie wir selber sind. Dann schmücken wir die Mitte um die Kerze herum mit Blumen. Zum Schluss zünden wir die Kerze an. Einer lässt die Zimbel erklingen zum Beginn. Und zum Ende.

„Wir“ das sind die Blue Planet Helpers, Schüler und Schülerinnen von Marianandа, die seit vielen Jahren in Berlin lehrt. Marianandа ist unsere geliebte Lehrerin und lebendiges Vorbild für gelebte Spiritualität im Alltag. Das Zitat von Marianandа „Frieden beginnt immer innen. Realisiere das. Dann kannst du keinen Krieg mehr führen. Weder im Innen noch im Außen.“ steht auf den Schildern, die wir zwischen die Sitzkissen legen. Wir haben die Botschaft in verschiedene Sprachen übersetzt und wir hören, wie Menschen sie sich auf Englisch, Spanisch, Polnisch, Hebräisch, Russisch, Arabisch und anderen Sprachen gegenseitig vorlesen, wie sie zustimmen, sich austauschen und manchmal wild diskutieren.

Menschen, die mit uns saßen, berichten davon, wie überrascht sie waren, als sie die Kraft des Stille-Kreises spürten. Dass sie förmlich in die Stille hineingezogen wurden. Immer wieder bestätigen uns Besucher, dass sie tatsächlich im Winter, selbst bei Minusgraden, nicht gefroren haben, ein Phänomen, das uns selbst immer wieder fasziniert. Danach, wenn wir aufstehen, die Kissen einsammeln und einpacken, dann spüren wir plötzlich die Kälte. Beim Sitzen nicht.

Bewusstseinswende

Die Gründung der Friedensmeditation markiert eine Wende im öffentlichen Bewusstsein.

In einem Interview erklärt Marianandа die politische Bedeutung der Meditation, die in einer Zeit begann, als sich eine Bewusstseinswende in der politischen Öffentlichkeit vollzog. Das „Nein“ von Gerhard Schröder zum Irak-Krieg markierte ein öffentliches Bekenntnis zum Frieden, das sich auch in der Bevölkerung widerspiegelte. Ausgerechnet Deutschland, das Land der Nazitäter, wird international gesehen als das Land, das sich gegen die USA stellt, für den Frieden einsetzt und den Irak-Krieg nicht unterstützt.

Es ist eine Zeit, in der der Politiker Otto Schily öffentlich bekennt, dass er mit seiner Tochter abends betet. Das, so sagt Marianandа, die in den 60er, 70er und 80er Jahren sehr aktiv am öffentlichen politischen Leben teilnahm, wurde vorher nicht gemacht, man redete in der Öffentlichkeit nicht über Spiritualität. Schon gar nicht als Politiker. Die Friedens-Meditation vereint diese so lange und gern getrennt gehaltenen Bereiche: das Politische, das Private und das Spirituelle.

Für Marianandа hat es diese Trennung nie gegeben, für sie geht es bei der spirituellen Schulung ihrer Schüler und Schülerinnen nicht darum, dass es ihnen „besser“ geht. Wenn das passiert, mag es eine willkommene Nebenerscheinung sein.

Es geht vielmehr darum, Menschen darin zu unterstützen, aufzuwachen, zu erkennen, wer sie wirklich sind, und sich dann in der Erfahrung der Leere, Stille, Liebe, dem Göttlichen, wie auch immer man es nennen mag, zu verankern. Das ist die Voraussetzung, um ein wirklich friedliebender, freier und in jedem Moment seine Denkweisen und Persönlichkeitsstrukturen hinterfragender Mensch zu werden, in dessen Handlungen sich dieses Bewusstsein widerspiegelt. Ein lebenslanger Prozess. Oder man könnte auch sagen: eine lebenslange Meditation des inneren und äußeren Friedens.

Die Anziehung des Kreises

Tausende von Menschen aus aller Welt haben uns fotografiert, den Kreis der Meditierenden vor dem Brandenburger Tor. Viele setzen sich dazu, und manche berichten hinterher, dass es das Highlight ihres Berlinbesuchs gewesen sei. Besonders Menschen, die Krieg erlebt haben, aus Frankreich, England, Russland, den USA, Menschen von überall auf der Welt sprechen uns an, manche haben Tränen in den Augen, überwältigt von der Symbolkraft des Ortes und der Botschaft des Meditationskreises. Der Kreis ist mittlerweile weltweit bekannt geworden. Marianandа bekommt immer wieder Briefe, in denen Menschen sich bedanken.

Es fällt auf, dass sich Kinder vom Kreis angezogen fühlen. Wir hören sie ihre Eltern fragen: „Was machen die da?“, wenn sich die Kinder zu uns auf die Kissen setzen. Manche schauen still und wach. Manche sitzen da wie kleine Buddhas in perfekter Meditationshaltung. Einmal meditierten zwei halbwüchsige Jungs mit uns, sie hatten kaputte schmutzige Kleidung an und ihren Gesichtern sah man ein raues Leben an. Vielleicht lebten sie auf der Straße. Ich sah, wie sie sich in den Kreis setzten. Und als ich eine ganze Weile später schaute, saßen sie immer noch da. Mit geschlossenen Augen. Versunken.

Für alle Täter und Opfer

15. November 2015. Die Terroranschläge in Paris sind zwei Tage her. Vor der Französischen Botschaft am Pariser Platz haben Menschen Blumen hingelegt, Kerzen brennen. Der Platz ist abgesperrt, dort, wo sich sonst die Touristen treiben lassen, herrscht eine gespenstische Stille. Wir sitzen wie jeden Sonntag im Kreis und meditieren. Wir alle spüren die Nähe der Gewalt, die Trauer, die Hilflosigkeit und Angst. In der Mitte unseres Kreises die Kerze in einem Glas mit der Aufschrift: For all victims and victimizers. Die Relevanz dieses Satzes ist nie so unmittelbar gewesen: die spürbare Notwendigkeit für ein neues Bewusstsein jenseits von „das sind die Bösen und wir die Guten“. An diesem Tag stehen die Polizisten mit einem vergitterten Mannschaftswagen am Rande des Platzes, voll besetzt. Als wir zum Platz kommen, sagt uns einer von ihnen mit ernstem Gesicht: Wir sind wegen euch hier.

Stille Meditation – was heißt das?

In der Friedens-Meditation meditieren wir angesichts all der Kriege auf der Welt im Vertrauen auf Frieden. Im Vertrauen, dass uns die Sehnsucht nach einem erfüll-

Institut Weiss
Natürlich suchtfrei

Amir Weiss,
Begründer der Weiss-Methode

Zuckerfrei.
Rauchfrei.
Alkoholfrei.
Endlich suchtfrei leben!

Die Weiss-Methode beruht auf einem bioenergetischen Wirk-Prinzip, mit dem gezielt die gewünschten Gewohnheits- und Suchtkreisläufe eines Menschen beruhigt werden.

Termine in Berlin
jeden Mittwoch
10 – 18 Uhr,
Samstag 10 – 18 Uhr
(mit Terminvereinbarung)

Erfolgreich dank der Weiss-Methode
35 Jahre lang starker Raucher – bereits nach einer Stunde war ich rauchfrei. H. Klauzner, Innsbruck

Über 365 Tage ohne Zucker – ich kann es kaum glauben und bin der glücklichste Mensch.
B. Ingeborg, Weilerswist

Seminar in Berlin
„Die feinstofflichen Welten“
24./25.9.2016

Aktuelle TV-Sendung auf YouTube:
„Erfolgreich alkoholfrei mit der Weiss-Methode“

Infovortrag:
22. September 2016
(nur mit Anmeldung)

Rufen Sie uns an:
+49 - 30 - 408 984 54
www.weiss-institut.de
suchtfrei@weiss-institut.de

www.enneagramtraining.de

Am **18. September** ist die Feier des 15. Gründungstages der Marianandа-Friedens-Stille-Meditation von 11.30 bis ca. 14 Uhr. Im Rahmen des Festprogramms wird die einstündige öffentliche Meditation wie immer von 12 bis 13 Uhr stattfinden, anschließend werden die „Marianandа Singers & Friends" ein Ständchen singen. Wer mitfeiern und meditieren will: Jeder ist herzlich willkommen.

ten und friedlichen Leben mit jedem menschlichen Herzen verbindet. Aber was heißt das konkret? Wie geht das?
So wie es auf der ganzen Welt Krieg und Gewalt gibt, gibt es ihn auch in jedem einzelnen unserer Köpfe. Hier beginnt die Meditation. Gedanken kreisen, sie kreisen um die großen Themen und die kleinen. Sie kreisen um die Demo, die neben uns stattfindet gegen Menschenrechtsverletzungen, wo Menschen verzweifelt ins Mikro schreien, sie kreisen um die Menschen, die lachend eine Aktion gegen den Brexit veranstalten und einen Kusskreis um uns herum bilden. Sie kreisen um den Streit mit meiner Kollegin, um den Drehorgelspieler, um die Kälte, um die Wärme, um Kommentare der Umstehenden, mal fühlen wir uns gut, mal nicht.
Zu allem „Ja" sagen, hat uns Marianandа gelehrt. Was nicht heißt, dass ich alles gut finden soll. Absolut nicht. Es geht darum zu sehen, zu realisieren, in welchen Momenten meines Erlebens ich mich verschließe, um mich dann bewusst und aktiv wieder zu öffnen. Es geht darum, die Gedanken und Gefühle, die dieses Erleben begleiten, bewusst wahrzunehmen. Mal ist es stiller im Kopf, mal weniger. Auch das gilt es anzunehmen, wie es ist.
Für den Frieden meditieren heißt zu erkennen – egal was außen oder innen passiert –, dass ich nicht meine Gedanken und Gefühle bin, sondern das, was diese Gedanken und Gefühle sieht, beobachtet. Erst dann, wenn ich nicht mehr abhängig bin von meinen Vorstellungen und Gedanken darüber, wie die Dinge sein sollten, von meinen Bewertungen darüber, was gut ist oder schlecht, kann ich „Stell dir vor, es ist Krieg und keiner geht hin" wirklich in die Tat umsetzen. Das heißt: nicht zu kämpfen, wenn mir etwas nicht gefällt. Nicht zu kämpfen, wenn jemand mich angreift. Nicht zu kämpfen, wenn ich wütend bin. Wenn ich hilflos bin oder Angst habe.
Es geht darum, alle Impulse wahrzunehmen, in denen ich kämpfen, argumentieren, mich verteidigen will, auf welcher Ebene auch immer. Sei es bezogen auf die große Weltpolitik, sei es in meiner Partnerschaft. Egal, ob durch Worte, Handlungen oder Gedanken. Statt dessen alle Kampfesimpulse wahrzunehmen und eine Entscheidung zu treffen. Nämlich die, diesen Impulsen nicht zu folgen. Oder wenn ich ihnen gerade folge, es wieder zu lassen. In jedem Moment. Darum geht es in der Stille der Friedensmeditation. Und in einem bewussten Leben.

Veranstaltungen mit Marianandа:
Satsang:
Sa, 17. Sept., 22. Okt., 19. Nov. u. 17. Dez. 2016 in Berlin, Akazienhof, Akazienstr. 27, Beitrag 15 € Einlass 15.30 Uhr

Stille-Retreats:
3.-6. Nov. 2016 (nur noch wenige Plätze frei!) sowie 16.-19. März, 9.-16. Juli und 5.-8. Oktober 2017, jeweils im Schlüsshof bei Berlin

Es gibt Videos bei youtube über Marianandа Schmejkal ebenso wie fortlaufende Informationen bei facebook.

Mehr Infos und Anm. über Heike Krups-Tischer unter **Tel.: 030-772 068 39** oder supervision.h.krups-tischer@t-online.de
www.enneagramtraining.de

Die Kostbarkeit des Augenblicks

Die Autorin Margrit Irgang liest in Berlin.

von Ditta Gehrmann

Margrit Irgang ist Dichterin, Autorin und Meditationslehrerin. Sie ist eine meiner Lieblingsautorinnen. Darum habe ich sie eingeladen, auf einer meiner Veranstaltungen zu lesen. Ich mache sehr persönliche Veranstaltungen rund um die Themen Leben und Sterben, mit Menschen, die ich schätze, weil sie Licht bringen in diese Welt. Menschen, die mit Liebe und Empathie auf das Leben schauen und ihre Einsichten mit uns teilen.
Margrit Irgang schaut sehr genau, achtsam und liebevoll auf das Leben, lässt sich nicht korrumpieren. Sie ist Schülerin von Thich Nhat Hanh, dieses buddhistischen Lehrers aus Vietnam, der selber wunderbare literarische Texte und Bücher geschrieben hat. Ihre Bücher schildern Alltägliches. „Dieser Augenblick. Achtsam leben im Geist des Zen" oder „Leuchtende Stille. Auf der Suche nach dem achtsamen Leben". Die Spuren der Katze im Schnee, im Winter. Der Tod der Mutter, der des Bruders.
„Die Kostbarkeit des Augenblicks. Was der Tod für das Leben lehrt" heißt ihr neuestes Buch, aus dem sie lesen wird. Ihr Bruder in Amerika liegt im Sterben, seine junge Frau will es nicht wahrhaben, die Geschwister aber spüren den nahenden Tod. So ist das. Im letzten Moment reist sie an, erlebt die letzten Stunden des Bruders und seine Beerdigung, eines Bruders, den auch sie noch nicht lange kannte. Still beobachtend, die eigenen Gefühle, die der anderen, nie jemanden entblößend. Liebevoll, klar und tief.

Ich mag diese Bücher, weil sie mich anregen, selber genau hinzuschauen, auf mein Leben, mein Tun. Auch hier: in Liebe. Die buddhistischen Anekdoten und kleinen Geschichten, die sie immer wieder zitiert, sind tief und zeitlos, graben sich ein ins Gedächtnis und helfen in den Lebenssituationen, in denen sie passen, auch mir, auch uns weiter. Ich möchte mit dieser Lesung meine Begeisterung und die Fülle dieser Texte mit jedem Besucher teilen.

Wann:
Sa, 17. Sep, 19 Uhr
Wo: **Atelier Corinna Wittke**,
Nehringstraße 29,
14059 Berlin-Charlottenburg.
Eintritt: 12 €.

Die Plätze sind begrenzt, bitte unbedingt anmelden unter **Tel. 0160-966 628 10** oder post@dr-ditta-gehrmann-bestattungen.de

Corinna Wittke zeigt zeitgleich ihre neuen Bilder: „Ankunft Herzweite" heißt die Ausstellung.

Röntgenblick-Methoden & Grabovoi® – Russische Heilmethoden

Röntgenblick-Methoden für Medizin, Wirtschaft, Finanzen und privat.
Die neuesten Röntgenblick-Techniken begeistern alle! In Minutenschnelle und ohne Ursachenforschung „sehen" und „wissen" RÖ-Anwender sofort, was sonst technisch und langwierig erarbeitet werden müsste. Seit 20 Jahren etabliert, erlangt sie selbst bei Schulmedizinern größte Anerkennung, finden sie mit dieser Methode schnell die richtige Diagnose und optimale Therapien. Die RÖ-Technik kann von jedem gelernt werden und jederzeit eingesetzt werden: bei Computer, Haus, Mensch, Tier und der Natur.
Natürlich steht das Beobachten der eigenen oder fremden Heilung und des Lebensplanes im Vordergrund. Medizin, Wirtschaft, Finanzen und privat – überall kann die RÖ-Technik eingesetzt werden. Bei Berichten und Nachrichten überprüfen wir die Meldungen einfach und präzise auf den Wahrheitsinhalt - dabei lachen wir viel und herzlich.

Grabovoi® – Russische Heilmethoden
inkl. Business-Training.
Ein bemerkenswertes Tages-Seminar für Gesundheit, Beruf und privat. Leicht verständliche Techniken und brillante Zahlenreihen korrigieren vergangene Ereignisse und wandeln große Probleme schnell in Erfolge um. Denn wir werden aufgefordert die neue Lebenslage nicht nur gesundheitlich, sondern auch wirtschaftlich und in ihrer ganzen Größe zu begreifen. Selbstsichere Entscheidungen im Beruf und Alltag können sofort getroffen werden.

Beruf und Alltag: Heilen lernen in 5 Minuten & Grabovoi® - Business-Training.
Mit „Heilen lernen in 5 Minuten" präsentieren wir dir Wissen aus jahrelanger Erfahrung mit unserer Röntgenblick-Methode©, mit deren Hilfe wir immer wieder beobachten können, wie Heilsitzungen im Menschen und in seinen Organen funktionieren, und ob die Methoden den Heilungsuchenden, optimal in seinem Wunsch und in seinem Lebensplan unterstützen.

Spezial Abendseminare fur 50 €!
Seminarleitung: Gisa und Daniel,
Moderne Gesundheit, Gran Canaria

Bücher, die die Welt begeistern:
„Heilen lernen in 5 Minuten"
„Die Röntgenblick-Methode"
„Heilende Öle"
„Die kleine Seele"

Termine:
• Mi, 28.9.2016: Spezielle Abendkurse:
Heilen lernen in 5 Minuten, 18-19 Uhr, 50 €
Grabovoi®-Business-Training, 19.30-21 Uhr, 50 €
• Fr-So, 30.9.-2.10.2016: Premium-Akademie:
Röntgenblick-Methode Level I-III &
Grabovoi® I-II inkl. Business-Training
• So, 2.10.2016: Tages-Seminar
Grabovoi® - Russische Heilmethoden I-III
inkl. Business-Training
Ort: Best Western
Schlossstraße/Albrechtstraße 2, 12165 Berlin

Weitere Termine:
Krefeld, Köln, Hamburg, Dresden, Bayreuth, München, Graz, Lörrach, Frankfurt

Videos (Quer-DenkenTV), Bucher und Infos:
www.modernegesundheit.com
news.modernegesundheit.com
Tel. ab 14 Uhr: 02832 - 989 90 17

Training zum bewussten Erfahren der sensitiven Wahrnehmung

Wir nehmen täglich Informationen, Reize, Sinnesempfindungen aus dem eigenen Körper und aus der Umwelt bewusst oder unbewusst wahr.
Diese Vielfalt an unterschiedlichen Informationen verarbeiten wir zu einem subjektiven Gesamteindruck. Oft decken sich unsere Wahrnehmungen, wenn es um den physiologischen Bereich geht.
Nehmen wir jemanden an die Hand, werden wir alle ähnliche Empfindungen haben. Wir spüren einen leichten Druck und die Wärme oder Kälte der anderen Hand. Jedoch wie du die Berührung in deinem Innern verarbeitest ist subjektiv und individuell. Auch Emotionen werden unterschiedlich erlebt und interpretiert.
Erweitern sich unsere Erfahrungen in den spirituellen Raum, werden unsere Erlebnisse intensiver und individueller. Wir spüren plötzlich Energie, bekommen Informationen aus anderen Ebenen oder haben innere Bilder. Das Feld der Sinneswahrnehmung und auch der emotionalen Wahrnehmung erweitert sich und wir fangen an, diese neuen Bewusstseinsbereiche zu verarbeiten, um sie zu verstehen.

© Andrea Speer

Es ist möglich, Qualität und Inhalte verschiedener Wahrnehmungen durch gezielte Aufmerksamkeit und Übung zu verändern. Im Training geht es um deine sensitive Wahrnehmung. Es beginnt mit verschiedenen Übungen in einem Basisworkshop, die gezielt deine Sichtweise über deine sensitive Wahrnehmung verändern können. So kannst du einen erweiterten Zugang zu deinem Innenleben bekommen.

Aufbauend auf dieses Seminar gibt es Folgeseminare mit verschiedenen Inhalten. Zum einen ist es möglich Hellsicht zu trainieren und zum anderen erforschen wir die Welt des Energiefeldes.

Termine:
Basisworkshop
22.10./23.10.2016
Training Energiefeld (Teil 1)
12.11./13.11.2016
Training Hellsicht (Teil 1)
10.12./11.12.2016
Kosten pro Seminar: 180 €

Ort: Naturheilpraxis
Lychener Str. 82
10437 Berlin / Prenzlauer Berg

Info und Anmeldung:
Anett Bauer
Tel.: 0172 609 97 04
mail@anettbauer.de
www.anettbauer.de
www.hochsensibel-hochsensitiv.de

Anett Bauer

Jahrgang 1964

seit 2008 in eigener Praxis in Berlin
Basis für ihre gesamte Arbeit bildet das Erleben eines spirituellen Erwachens, welches sie als 30jährige und Mutter von damals zwei minderjährigen Kindern erlebte.

Du musst es nicht alleine schaffen!

Ja, es gibt sie noch immer, jene Menschen, die Coach mit Couch verwechseln. Und Coaching mit Psychotherapie. Das ist schade. Denn Coaching ist eine kraftvolle Hilfe und Begleitung – für verantwortungsbewusste, gesunde Frauen und Männer. Um den Blick fürs Wesentliche zu schärfen und Ziele leichter und schneller zu erreichen als alleine.

von Robert Heeß

Nennen wir sie Stefanie. Sie hat nach zehn Jahren Ehe ihren Mann verlassen, obwohl sie lieber mit ihm zusammen geblieben wäre. Anfang 30 ist sie, zu vieles ist mit der Zeit schräg geworden in ihrer Ehe: Sie können kaum noch in Ruhe miteinander reden, haben kaum noch gemeinsamen Sex, er arbeitet immer mehr, trinkt viel Alkohol, zu viel. Irgendwann sieht sie keinen anderen Ausweg, als zu gehen.

Oder Klaus, Anfang 40, verheiratet, Vater von zwei Kindern, freiberuflicher IT-Spezialist, Hauseigentümer. Seit anderthalb Jahren kümmert er sich um ein Software-Projekt bei einem DAX-Konzern. Er ist zwar nicht fest angestellt, der Kultur des Unternehmens kann er sich – natürlich – nicht entziehen. Immer häufiger fühlt er sich von nicht ausgesprochenen Erwartungen unter Druck gesetzt, ungeklärte Konflikte, Machtmissbrauch und intrigantes Verhalten setzen ihm zu.

Verschiedene Zusammenhänge, ähnliche Symptome. Stefanies Durcheinander hat einen privaten Anlass, Klaus kämpft mit beruflichen Herausforderungen. Beide fühlen sich ratlos, hilflos, verwirrt, beide sind emotional enorm belastet und angespannt, kämpfen mit Selbstvorwürfen, beider Leben ist mehr oder weniger aus den Fugen geraten.

Was tun?

Der allererste und wichtigste Schritt: Mutig sein! Mutig genug sein, es nicht alleine schaffen zu müssen! Sich nicht zu schämen, weil man gerade Beistand und Unterstützung braucht! In unserer individualistisch geprägten Gesellschaft ist das für viele Menschen noch immer ein großer Schritt. Eine immense Herausforderung.

Sich Hilfe zu holen ist weder Scheitern noch Aufgeben, im Gegenteil, es zeugt von Größe, innerer Reife und Entschlossenheit. Von Verantwortlichkeit für sich selbst und für sein persönliches Umfeld, die Familie, Freunde, Kollegen, Geschäftspartner, Nachbarn.

Also was tun? Antwort: Sich beraten oder coachen lassen. Das sind zwei verschiedene Ansätze, auch wenn die beiden Begriffe häufig synonym verwendet werden. Beratung im engeren Sinn bedeutet Know-how-Transfer. Das heißt, Stefanie und Klaus holen sich Wissen und Ideen, was sie jetzt tun und lassen sollten.

Obwohl auch Coaching immer wieder Phasen und Anteile von Beratung und Training hat, macht ein guter Coach vor allem eines: keine Lösungen liefern. Keine Rezepte. Kein So-geht´s-Handbuch. Was einen guten Coach ausmacht, ist die Fähigkeit, Fragen zu stellen. Und zwar möglichst kluge und gute! Fragen, die den Klienten – den Coachee – Zusammenhänge erkennen und eigene (!) Lösungen finden lassen. Fragen, die dem Coachee helfen, Eindrücke, Empfindungen, Ereignisse, Pläne und Vorhaben zu sortieren, aus anderen Blickwinkeln zu schauen, neue Denk- und Handlungsoptionen zu ent-

Abb: © Jakub Jirsák - Fotolia.com

wickeln und gegebenenfalls auszuprobieren. Und dann die neuen Erfahrungen zu reflektieren: Was passt? Was ist gut und stimmig, was funktioniert? Was will der Coachee weiter bearbeiten? Wie und bis wann?

Coaching muss nicht lange dauern

Sich coachen zu lassen muss deswegen nicht zwangsläufig viele Sitzungen bedeuten, es muss nicht unbedingt mehrere Wochen oder Monate dauern. Das *kann* es, ja. Ebenso kann es möglich sein, dass das Coaching-Ziel bereits nach einer oder zwei Sitzungen erreicht ist. Deshalb bitte ich Coaching-Interessenten immer, sich zunächst auf eine, zwei oder drei Sessions einzustellen. Denn dann wissen wir mehr: Entweder haben Klienten ihre Lösung(en) gefunden – oder es sind weitere Themen deutlich geworden, die es zu bearbeiten gilt. Daraus ergeben sich dann Meilensteine für einen intensiveren Coaching-Prozess.

Wie bei Stefanie. Als sie bei mir anruft, ist sie in ihrem Elternhaus gelandet, in ihrem früheren Kinderzimmer. Sie schämt sich vor sich selbst, fühlt sich verloren und hat kaum noch Selbstachtung. Vor allem hat sie keine Idee, wie sie ihr Leben wieder in den Griff kriegen könnte. Als sie schon im Probe-Coaching bemerkt, wie gut es ihr tut, sich jemand Außenstehendem anzuvertrauen, jemandem, der sie weder zu trösten versucht noch gut gemeinte Ratschläge oder Ermahnungen verteilt, da wird ein Hoffnungsschimmer in ihr wach. Ein zarter Keimling. Sie wagt es, vorsichtig nach vorne zu schauen. Eine eigene Wohnung wolle sie und eine Arbeitsstelle. „Schnell, und…“, sie zögert, „eigentlich wollte ich schon immer im Ausland arbeiten.“

Damit hat Stefanie formuliert, was für sie das Coachingziel und wichtige Meilensteine sind: Arbeit finden, Wohnung finden, egal in welcher Reihenfolge, nur schnell soll es gehen. Und am allerbesten im Ausland. „Ich muss aus diesem Kinderzimmer hier raus!“, sagt sie heiser. Wir reden über die bevorstehende Feinarbeit – ein gemeinsames Hinschauen, eine

Fortsetzung auf S. 34 >>>

Anzeigen

KREUZBERG

Bist Du schon intuitiv?

Erlebe, wie Du Dich durch den heilsamen und kunstvollen Umgang mit Deinem Gefühl von Blockaden und Traumata befreien kannst und Raum für tiefgreifende Veränderung schaffst.

Der Schwerpunkt meiner Coaching- und Beratungspraxis liegt auf intuitiver Prozessarbeit. Dabei verbinde ich traditionelles therapeutisches Wissen mit Inhalten und Methoden aus der Bewusstseinsforschung.

Sarah Walzer
Diplompsychologin
Coaching & Beratung
Aquariana
Am Tempelhofer Berg 7d
10965 Berlin
Tel. 030 - 522 811 07
info@sarahwalzer.com
www.sarahwalzer.com

LUCKENWALDE

„Das Innere Kind heilen“ und „Familienstellen“

- In die Tiefe gehen – Heilung seelischer Wunden und Integration von Schatten
- Erwachsen-Werden: Heilung durch Bewusstsein & Erwachen

Seminardaten:
17./18.9., 15./16.10., 12./13.11., 10./11.12.2016
Die Seminare können auch einzeln gebucht werden.
Kleine Gruppen, jeder bekommt Raum für sein Thema.

- Familien- und Systemaufstellungen
- Traum-, Trauma- und Integrationsarbeit
- Arbeit mit dem Inneren Kind
- Spirituelle Krisenbegleitung

Dipl.-Vet.-Med. Saskia John
Heilpraktikerin & Autorin
Poststr. 8, 14943 Luckenwalde
Tel. 03371 - 61 51 89
saskia.john@me.com
www.saskiajohn.de

FRIEDRICHSHAIN

Sind Sie auf der Suche?

...nach mehr Zufriedenheit mit dem, was Sie tun, nach einer Arbeit, die Sie erfüllt, nach einem ausgeglichenen Verhältnis zwischen Arbeit und Freizeit? Wir lösen gemeinsam den Knoten bei mir im Einzel-Coaching. Mein Fokus ist, mit Ihnen gemeinsam nach Lösungen zu suchen und neue Perspektiven sichtbar zu machen. So können Sie schnell und eigenständig Änderungen in Ihrem Alltag angehen.

In einem kostenfreien Erstgespräch bekommen Sie einen ersten Eindruck von mir und meinem Coachingstil. Termine sind buchbar auf der Kontaktseite meiner Webseite.

Steffen Liebener
Liebener Coaching
Heidenfeldstr. 2, 10249 Berlin
Tel. 0177 - 2 35 35 34
contact@liebener-coaching.de
www.liebener-coaching.de

PRENZLAUER BERG

Jetzt beginnt dein schönes, wildes Leben!

Wie wäre es, dein Lebensgeschenk fest zu packen und täglich entschlossen zu nutzen? Wenn du dich verbunden mit dir, den Menschen und dem Leben fühltest? Wenn du die verrückten, schmerzhaften, schönen und wilden Momente, die das Leben erst lebendig machen, voll genießen könntest?

Diesen Fragen widmet sich die 4-teilige Seminarreihe im September und November, 100 €.

Katja Willenberg Coach
Klarheit Freiheit Liebe Coach
Tel. 0163 - 481 85 66
www.katjawillenberg.de

PRENZLAUER BERG

The Work of Byron Katie

Du denkst, deine PartnerIn sollte dir besser zuhören? Dein Job nervt? Dein Körper sollte sich mehr an den Fotos im letzten Lifestyle Magazin orientieren und doch wenigstens so tun, als würde er gern zum Sport gehen?

Mit The Work übst du einen kraftvollen Prozess, deine schmerzhaften Gedanken zu prüfen. Dabei gewinnst du Klarheit in deinen Gedanken und Freiheit im Herzen, Seminarabend 30 €.

Katja Willenberg Coach
Klarheit Freiheit Liebe
Tel. 0163 - 481 85 66
www.katjawillenberg.de

ÜBERREGIONAL

Gönnen Sie sich die Lösung!

Ob Probleme in Beziehungen, am Arbeitsplatz, bei Krankheiten oder Mangel jeglicher Art – alles ist ein Spiegel unseres Quantenfeldes und lässt sich korrigieren.
Sind Glaubenssätze, begrenzende Emotionen, Muster und Erfahrungen erst einmal transformiert, kann sich Ihre Realität schnell und mit Leichtigkeit verändern.
Matrix & Quantenheilung ist eine effektive Methode, Ihrem Leben neue Impulse zu geben.

Ich begleite und unterstütze Sie gerne!

Dirk Stegmeyer
Matrix, Coaching & Seminare
Tel. 030 - 42 80 34 81
0178 - 6 93 88 11
info@dirkstegmeyer.de
www.dirkstegmeyer.de

www.lust-auf-wachstum.de

Robert Heeß ist Coach, Mediator und Buchautor, er verbindet Beratung mit Coaching für Persönlichkeitsentwicklung.

Workshops
Dresden: Die Kunst der Kooperation am 3.9.2016

Bad Belzig, ZEGG: GELD-Männerworkshop am 18.-21.5.2017

Info und Kontakt
unter
Tel.: 033841-42026
oder info@lust-auf-wachstum.de
www.lust-auf-wachstum.de
www.mann-frau.de

Robert Heeß: „Ich liebe dich gerade – Erwachsen werden in Liebesdingen", Paperback und e-Book, tao.de 2013, Kamphausen Mediengruppe

Mini-Auswahl
Coaching-Portale:
http://coachfederation.de/
https://www.bdvt.de/
http://www.dbvc.de/
http://the-coach.net/

gemeinsame Suche, die ich als Ehre empfinde. Weil mir Stefanie ihr Vertrauen schenkt, weil sie mich zu ihrem Coach macht: zu einem temporären Wegbereiter und -begleiter.
Stefanies erste große Hürde ist, mit ihren Gefühlen und Emotionen zurechtzukommen und Selbstvorwürfe in Klarheit zu wandeln. Damit sie sich erlauben kann, ihren ganz persönlichen Weg zu finden und zu gehen, ohne ihren Ehemann. Ihre zweite Hürde: Wie Geld verdienen? Sie tut sich schwer zu benennen, was sie einem Arbeitgeber anbieten kann und will (!), also solche Kenntnisse und Fähigkeiten, die über das hinausgehen, was ihre Ausbildung und ihre bisherigen Tätigkeiten belegen. Schritt für Schritt füllt sie im Coaching ihre „Stefanie-Schatzkiste" und entwickelt daraus eine für sie komplett neue Bewerbungsmappe: mit den Schatzkisten-Fähigkeiten schon im Anschreiben. Plus Lebenslauf und Zeugnisse.

Wie den passenden Coach finden?

Wer sich über Coaching informieren will oder einen passenden Coach sucht, wird auf den Portalen von Coaching-Verbänden fündig (z.B. ICF Deutschland, DBVC, BDVT). Seit 2015 gibt es mit „www.the-coach.net" einen Blog, auf dem Coaches sehr persönlich über vielfältige Lebens- und Berufsthemen schreiben. Das hat für Coach-Sucher zwei Vorteile: Schon während der Recherche finden sich häufig wertvolle Anregungen für die eigenen Fragen. Zusätzlich vermitteln die Blogposts auch ein erstes Bauchgefühl für den Coach als Menschen. Dieses Bauchgefühl erachte ich für enorm bedeutsam bei der Coach-Suche, schließlich ist die Zusammenarbeit mit einem Coach ein sehr persönlicher Entwicklungsprozess, der auf Vertrauen, Verlässlichkeit und Diskretion basiert.
Und dann: Unbedingt ein Probe-Coaching nutzen, um einen unmittelbaren, persönlichen Eindruck vom möglichen Coach zu gewinnen. Bei seriösen Anbietern ist das in aller Regel unverbindlich und kostenfrei möglich. Alle Beteiligten können so für sich klären, ob da was zusammenpasst oder nicht. Neben den Internetportalen lohnt sich natürlich auch, sich im Freundes- und Bekanntenkreis nach Coaching-Erfahrungen umzuhören.
Wer in einem größeren Unternehmen tätig ist und ein gewünschtes Coaching nicht unbedingt geheim halten will, der kann sich Tipps von der Personalabteilung holen. Zum einen sind interne Coaching-Programme längst keine Seltenheit mehr, zum anderen finanziert das Unternehmen möglicherweise auch ein externes Coaching. Schließlich ist es eine Win-Win-Situation für Mitarbeiter und Unternehmen. Denn wer sich coachen lässt, hat ja was vor! In der Essenz betrachtet: den Blick fürs Wesentliche zu schärfen und leichter und schneller in einem bestimmten Thema voranzukommen.
So wie das Klaus gelang. Ihm gingen regelrecht Kronleuchter auf, als er sich die Zeit nahm zu formulieren, was ihm wirklich wichtig ist. Was für ihn zählt im Leben. Hingebungsvoll widmete er sich der Werte-Kodex-Übung – "endlich!", wie er erleichtert feststellte. Für jeden Lebensbereich machte er eine Liste seiner ethischen Werte. Die jeweils wichtigsten übertrug er in eine Skala, wie ausgeprägt er diese Werte gerade lebt. Schwarz auf weiß hatte Klaus jetzt vor sich, was er vernachlässigt hatte, was ihm in den belasteten Bereichen Beruf/Karriere und Finanzen/Materielles so zusetzte. Und: Welche Gespräche jetzt zu führen waren. Dringend. Als er geklärt hatte, worauf er unter keinen Umständen verzichten darf, will er sich guten Gewissens im Spiegel in die Augen schauen, entwickelten sich sein Mut zu Veränderung und die dafür notwendige Entschlossenheit rasant.
Die wichtigsten Grundprinzipien von Coaching sind Selbstbestimmung, Freiwilligkeit, Unabhängigkeit und Ergebnisoffenheit. Wie häufig Coach und Coachee miteinander sprechen, hängt vom Thema und dessen Dringlichkeit ab. Und vom Temperament und der Erwartungshaltung des Klienten. Für viele Coachs ist daher weder die Dauer einer Session festgelegt noch der Rhythmus, in dem die Sitzungen stattfinden. Individuelle Vereinbarungen sind hier gefragt. Oft sind zu Beginn eines Coachingprozesses die Gespräche länger und häufiger, um eine möglichst rasche, positive Veränderung auszulösen; eine Veränderung, die der Klient anstrebt und leben will! Das motiviert und setzt häufig überraschende Kraft und Zuversicht frei. Es kann jedoch – und darf aus rechtlichen Gründen – nicht um Coaching gehen, wenn psychische Krankheitsbilder vorliegen, beispielsweise eine Depression. Dann braucht es Begleitung durch Psychologen oder Psychotherapeuten. Was ja ein ganz normaler Gang ist, genauso normal wie bei Zahnschmerzen einen Zahnarzt aufzusuchen.

Stefanies Wendepunkt

Übrigens: Persönlich habe ich meinen Coachee Stefanie bis heute nicht getroffen, es war ein 100-Prozent-Telefon-Coaching. So waren wir geographisch und zeitlich flexibel, es gab weder Fahrtzeiten noch -kosten. Andere Klienten brauchen das persönliche Treffen unbedingt, oder einen Mix aus Treffen, Telefon, Skype oder online. Stefanie dagegen fühlte sich sicherer in der visuellen Anonymität. Sie wollte den Teil der Aufmerksamkeit, der im face-to-face-Coaching in Wahrnehmen und Verarbeiten visueller Eindrücke fließt, für ihre inneren Vorgänge nutzen; sie sei offener und mutiger, sich sensible Themen anzuschauen, erklärte sie, wenn sie sich nicht so beobachtet fühle.
Stefanies „Schatzkiste" war ihr persönlicher Wendepunkt, es war ihr Wegweiser raus aus dem Sumpf! Plötzlich konnte sie (wieder) sehen und fühlen, was sie alles kann und gerne tut und gerne zur Verfügung stellt. Ihre Selbstachtung stieg, sie glaubte wieder an ihre Selbstwirksamkeit – und fand auf Anhieb eine Arbeitsstelle. Noch dazu eine, für die sie zwar nicht die geforderte Ausbildung hatte, aber Kenntnisse. Plus ihre Schatzkisten-Fähigkeiten, die für die Firma so attraktiv und überzeugend waren, dass das fehlende Zertifikat keine Rolle mehr spielte. Und eineinhalb Jahre später ergab sich für Stefanie die Möglichkeit, nach Spanien zu wechseln: Barcelona – Viva la vida!

Einladung zu einem Leben in Fülle

Die „School of Life“ – eine Initiation in die Welt der Chakren mit Shai Tubali

Mit jeder Faser das Leben auskosten, voller Leidenschaft, innerer Kraft und Freude – wer möchte das nicht? Doch oft genug setzt die Schule des Lebens uns Prüfungen aus, die uns an unsere Grenzen und darüber hinaus führen.
Wie können wir in turbulenten Zeiten den Durchblick bewahren? In der yogischen Lehre der sieben Chakren finden sich Antworten, denn in diesen Energiezentren ist die grundlegende Weisheit des Lebens verborgen. Haben wir die richtigen Schlüssel für ihr Verständnis, können wir unser Menschsein auf dem Planeten in eine neue Tiefe führen.

Die „School of Life“ macht dich innerhalb von acht Monaten mit einem Wissensschatz vertraut, der dich im Alltag stimmige Entscheidungen treffen lässt. Du wirst danach wissen, welcher Lebensstil und welche Ernährung zu deinem Chakren-Typen passt. Du wirst dein Lebensthema tiefer durchdrungen haben. Und kannst dank der neuen Balance noch heilsamere Beziehungen kultivieren.

Alles, was es braucht, ist deine Bereitschaft, dich auf einen tiefgreifenden Prozess einzulassen. Der yogische Meister Shai Tubali initiiert dich vom 9. Oktober 2016 bis zum 6. Mai 2017 an insgesamt acht Wochenenden in die Welt der Chakren. Die Kurse sind auf Englisch, werden aber simultan ins Deutsche übersetzt. Dazu unterstützt dich eine umfassende Online-Lernumgebung, die auch eine reine Online-Teilnahme möglich macht.

Wir feiern den Beginn des neuen Programm-Jahres und du bist herzlich eingeladen dabei zu sein.

Am 17. September wird Shai im Chiro-Yoga Center die Schule des Lebens präsentieren und Fragen beantworten.
Kosten: Eintritt frei
Sag uns Bescheid und sei dabei.
Verwandele dein Leben in eine Feier der spirituellen Entwicklung.
Melde dich an zur „School of Life“:

Für weitere Informationen und die Anmeldung:
Chiro-Yoga
Drakestr 42
12205 Lichterfelde West/Berlin
Tel.: 0157 - 31 68 17 40
noga@chiro-yoga.de
www.chiro-yoga.de

CHIRO-YOGA

Heilende Klänge aus Indien mit Shriguru Balaji També

Musik kann eine heilende Wirkung auf Körper, Geist und Seele ausüben. Dieses Potential hat sie vor allem, wenn sie im Zusammenspiel von Rhythmus, Melodie und kraftvollen Mantras wirkt.
Die Schöpfer der vedischen Musik waren sich der enormen Kraft positiver Schwingungen bewusst und setzten sie schon vor Jahrtausenden gezielt ein. Diese Musik bringt bestimmte Areale des Gehirns in Balance und „verteilt“ diese Harmonie über den gesamten Organismus. Die menschliche Stimme hat dabei den größten Einfluss.
Shriguru Balaji gelingt es beim Singen, die Zuhörer mit seiner weichen und kraftvollen Stimme auf tiefer seelischer Ebene zu erreichen. Die natürliche Sprache Sanskrit und das hoch entwickelte indische Raga-System tragen ebenso zu dieser besonderen Wirkung bei. Balajis Kompositionen verbunden mit den Lauten uralter indischer Mantras wirken wie Streicheleinheiten für die Seele und können reine Lebensfreude und Vitalität wieder herstellen.
Die tägliche Meditationspraxis und das Rezitieren der Sanskrit-Texte von Kindheit an haben mit dazu beigetragen, dass Balaji die vedischen Mantras korrekt ausspricht. Dies ist erforderlich, um ihr gesamtes Potential im Konzert erlebbar machen zu können. Bei seinen Konzerten geht es nicht nur um die Darstellung erhebender Musik, sondern auch um einen Prozess, in dem die Zuhörer durch verschiedene Stimmungen begleitet werden. Das stärkste Mantra ist die Silbe AUM, die als Höhepunkt des Konzertes gemeinsam gesungen wird. Nach einem aktivierenden Beginn mit ausgewählten Liedern lässt Shriguru Balaji seine Zuhörer in die tiefgründigen Klangerlebnisse des AUM-Singens eintauchen, was die meditative Wirkung des Konzertes abrundet.
Weitere Sänger und verschiedene Instrumente wie Bambus-Flöte, Tabla, Harmonium, Keyboard und Percussions vervollständigen das berührende Klangbild.

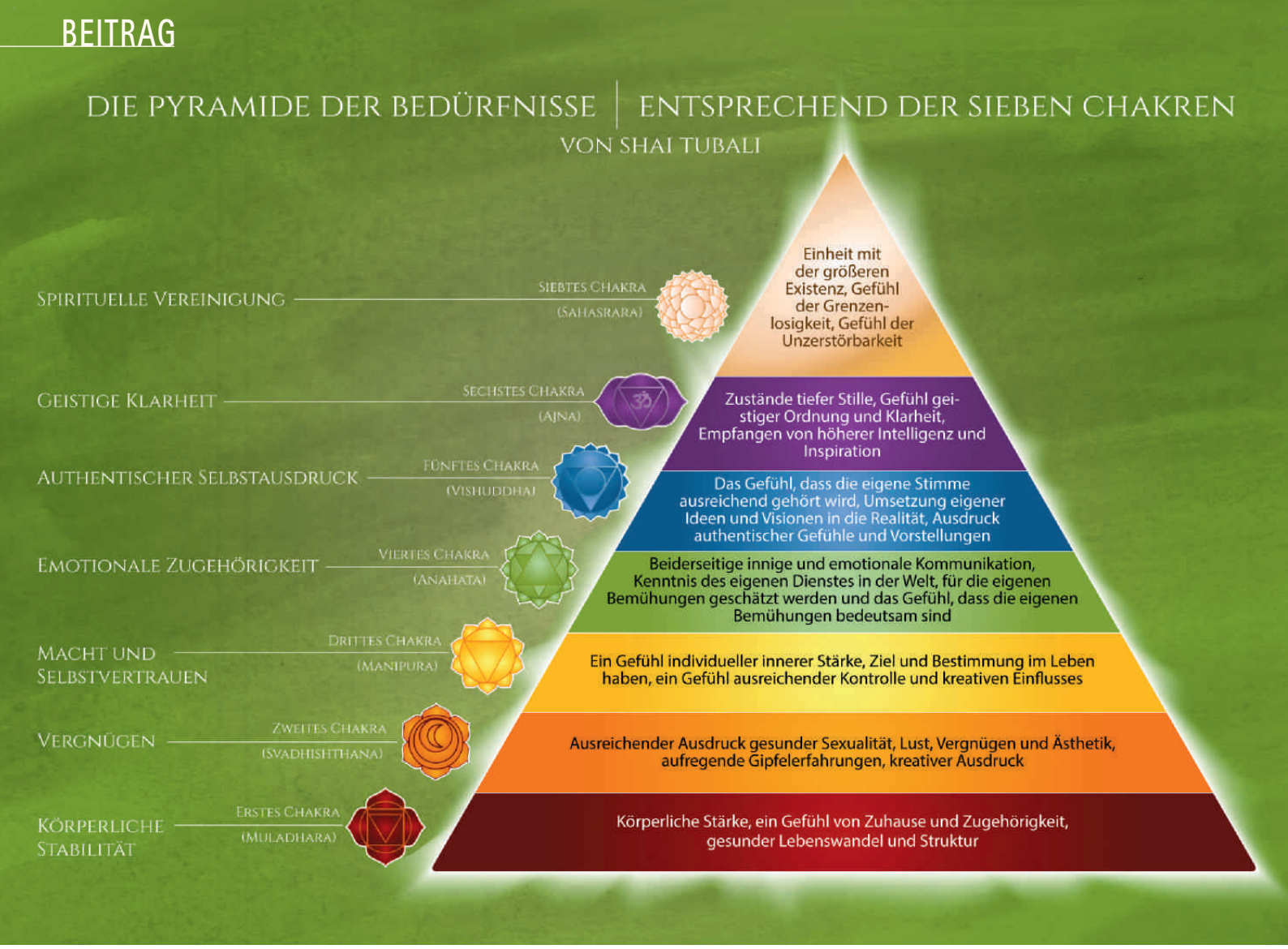
Shriguru Balaji També ist eine weltweit bekannte Ayurveda-Legende. In der Reihe "Santulan Healing Music" produzierte er bereits mehr als 30 CDs. Die Konzerttournee 2016 findet an 13 Orten in Deutschland, Schweiz und Österreich statt. Mehr Infos auf **www.balajitambe.com**

Konzerte: Do, 8. Sept. 2016, Indische Botschaft Berlin, Tiergartenstr. 17, 18-19.30 Uhr, Ausweispflicht

Fr, 9. Sept. 2016, Passionskirche Kreuzberg, Marheinekeplatz 1, Beginn 19 Uhr

Mehr Infos über Sarita Wettengel unter
Tel.: 030-399 080 88
www.santulan-veda.de
Online Tickets auf www.ticketino.de,
Preis: 22 €, erm. 19 €

www.balajitambe.com



Sieben Augen auf die Welt

Ein neues Verständnis der Chakren

von Shai Tubali

Vor kurzem habe ich auf meiner Facebook-Seite mitgeteilt, dass ich ein neues Buch geschrieben habe, in dem es ausschließlich um das zweite Chakra geht. Einer meiner Freunde reagierte darauf sehr verwundert: "Ehrlich? Ein ganzes Buch für nur ein kleines Chakra?" Das hat mir klar gezeigt, dass mein Konzept der Chakren sich mittlerweile deutlich von der üblichen Wahrnehmung dieses wundersamen Phänomens gelöst hat.

Die Chakren werden in der populären Wahrnehmung als sieben (oder mehr, sagen manche) Energiezentren im menschlichen Körper gesehen. Diese Energiezentren, so lehrt man uns, sind entweder aus emotionalen oder physiologischen Gründen "blockiert" oder offen. Um einen guten Energiefluss zu erreichen, der Gesundheit, Vitalität und spirituelle Entwicklung fördert, soll man danach streben, seine Chakren "offen" zu halten. Öffnung und Heilung seien beispielsweise mit Farben, Symbolen und Tönen möglich. Das ist natürlich nicht falsch. Aber im Vergleich zu dem enormen Potenzial, das in den Chakren schlummert, ist es eine extrem reduzierte Wahrnehmung.

Repräsentanten des Lebens

In einem erweiterten Verständnis kann man diese sieben Energiezentren auch als Repräsentanten oder Ausdrucksformen der sieben Ebenen des Lebens und der Existenz sehen: Das Leben als biologische und physische Erfahrung, als sinnlicher Raum für Gefühle und Genuss; als Arena für Erfolg und Gewinn; als emotionaler Raum für Intimität und Nähe; als interaktiver Raum für Ausdruck und Einflussnahme; als Raum intellektueller Forschung und des Lernens und als meditativer Raum der Selbsterkenntnis und reiner Subjektivität. Die Chakren sind dabei sieben Zentren der Wahrnehmung, die wir Menschen haben, damit wir mit diesen sieben Dimensionen des Lebens kommunizieren können. Man könnte sagen, dass es sieben universelle und sieben individuelle

Energiezentren gibt. Wir nutzen die individuellen Chakren, um mit den universellen zu interagieren und in Einklang zu kommen. Wenn wir also alle sieben aktivieren, erleben wir das Leben in seiner Ganzheit, von seiner materiellen Ausdrucksform bis zum ultimativen, spirituellen Kern. Wir verwirklichen uns so ganz und gar als Menschen und haben alle Schlüssel der Schöpfung in den Händen, die wir brauchen, um die sieben Türen aufzuschließen: die Tür zum physischen Selbst ebenso wie die zum sinnlichen, wollenden, emotionalen, ausdrucksvollen, denkenden und meditativen Selbst.

Aus diesem Blickwinkel öffnet sich die eigentliche Welt der Chakren und entfaltet sich für uns: Als sieben "Augen", durch die wir das volle Spektrum des Lebens sehen können. Die Chakren, so erkennen wir, sind das beste Werkzeug, das der Kosmos uns hätte geben können, um die verschiedenen Aspekte des Lebens ganz zu verstehen und mit ihnen umzugehen. Wenn wir sie so nutzen, also jede einzelne Ebene nähren, können wir die Komplexität unseres eigenen Selbst annehmen, ohne eine einzige Dimension oder mögliche Erfahrung zu vernachlässigen.

Dies war auch meine Antwort an meinen Freund auf Facebook: In jedem "kleinen" Chakra findet sich eine ganze Dimension des Lebens, deshalb kann man endlos in das Universum eines Chakras reisen und nie zu einem Ende kommen. Jedes Chakra hält in sich einen anderen Raum von Erfahrung, Bedeutung, Sinn und Wahrnehmung, und durch jedes werden wir zu einem anderen Selbst, zu einer anderen Facette des Menschlichen.

Die sieben Lehrer in der „Schule des Lebens"

Um das Leben zu verstehen, sollte man darum die Chakren verstehen. Alles, was wir in diesem Moment erleben, geschieht durch sie. Denn alles, was wir sind, ist eine Komposition unserer Chakren. Ich kann in diesem System sowohl die Geschichte der Welt gespiegelt sehen als auch die psychische Entwicklung des Menschen; ich begreife mit seiner Hilfe das Thema Sexualität und die Ursachen von Schwierigkeiten in persönlichen Beziehungen und Konflikten in der menschlichen Kultur; ich kann die Struktur des menschlichen Geistes verstehen und die verschiedenen Zustände und Erfahrungen, die das menschliche Design ermöglicht. Selbst die vielfältigen Potenziale für Glück und Sinn kann man leicht durch diese scheinbar unschuldigen, vibrierenden energetischen Wirbel erforschen.

Auf der Ebene menschlicher Erfahrungen sind die Chakren wie der Lehrplan der "Schule des Lebens". Stell dir vor, es gäbe ein Lernprogramm mit sieben Grundkursen. Die Kurse bleiben gleich, aber ihre Inhalte entwickeln sich ständig weiter und gehen mit jedem Lehrjahr tiefer. Zu Beginn jeder dieser sieben Klassen sind die Schüler erst einmal ahnungslos, entwickeln dann aber allmählich grundlegende Fähigkeiten und Kenntnisse. Sie lernen zum Beispiel den Wert langfristiger Verpflichtungen, entwickeln Selbstbewusstsein und Disziplin. (Natürlich kann es auch vorkommen, dass besonders widerspenstige Schüler das gleiche Jahr öfter wiederholen müssen!). Nachdem die Grundlagen erworben wurden, ist die nächste zu erreichende Stufe eine tiefgehende Meisterschaft auf der mentalen, emotionalen und Verhaltensebene, und schließlich folgt ein spirituelles Erwachen. Manche Lektionen wie das Loslassen falscher Überzeugungen sind theoretischer Art; die meisten lernt man allerdings unter den Bedingungen des realen Lebens, wo man Projekte zum Abschluss bringt und sich schwierigen Prüfungen stellt. Für jeden Menschen ohne Ausnahme ist es nötig, diese Schule abzuschließen. Man macht dann erfolgreich seinen Abschluss, wenn man alle Lektionen akzeptiert und die Fülle des menschlichen Erlebens ausgeschöpft hat. Dann, und nur dann, kann man die "menschliche Schule" hinter sich lassen – und wer weiß, vielleicht gibt es danach noch weitere kosmische Schulen. Manche nennen das Ziel dieses Lernens "spirituelle Befreiung" oder "Erleuchtung".

Die Hierarchie der Bedürfnisse laut der Chakren

Ein faszinierender Teil des Lernens, der sich durch alle Klassen zieht, ist ein umfassendes Verständnis für alle menschlichen Bedürfnisse. 1943 hat ein Vertreter der positiven Psychologie, Abraham Maslow, die bekannte "Maslowsche Bedürfnishierarchie" beschrieben. Darin zeigte er in wunderbarer Weise auf, was Menschen auf ihrer Suche im Leben motiviert. Die Menschen, schrieb er, wollen auf ganz grundlegenden Ebenen physiologische Bedürfnisse erfüllen, aber auch Bedürfnisse nach Sicherheit und Zugehörigkeit. Auf den feineren Ebenen streben sie nach Ansehen, Selbstverwirklichung und schließlich Selbsttranszendenz.

Mir gefällt Maslows Pyramide, weil sie zeigt, dass wir Menschen komplexe Wesen sind, die unterschiedliche Zentren der Wahrnehmung und des Erlebens haben. Damit wir wirklich glücklich sein können, muss allen Ebenen entsprochen werden. Es scheint, als habe Maslow intuitiv mit seinem Modell die Welt der Chakren eingefangen.

Maslows Intuition ist wie ein Echo meines breiteren Zugangs zu den Chakren und hat mich dazu gebracht, selbst eine Bedürfnispyramide zu erstellen, die auf dem Wissen über die Chakren basiert. Denn alle unsere Bedürfnisse – körperliche, instinktive, emotionale, mentale und spirituelle – entspringen diesen sieben verschiedenen Schichten unseres Wesens. Eine solche Pyramide kann uns in einer einfachen und starken Weise zeigen, was es heißt, ein ganzer Mensch zu sein: wenn man gleichzeitig mit einem erhabenen spirituellen Wesen und als aktiver, engagierter Mensch lebt und handelt.

Wenn wir unglücklich sind und das Gefühl haben, dass uns etwas im Leben fehlt, liegt das daran, dass manche unserer Bedürfnisse vernachlässigt werden. Um sie zu verstehen, reicht es, einen Blick auf diese Pyramide zu werfen und uns zu fragen, welche Bedürfnisse wir nicht beachtet haben. Achtet man darauf, sich jede Woche um diese Bedürfnisse zu kümmern, kann das eine hocheffektive spirituelle Praxis sein: Indem man die Bedürfnisse erfüllt, bringt man jedes Chakra in die Balance und bekommt so ein gesundes Gefühl innerer Ganzheit.

Bedürfnisse des ersten Chakras: Physische Stabilität. Festen Boden unter den Füßen zu spüren ist ein echtes menschliches Bedürfnis. Wir können versuchen, das zu ignorieren, und glauben, dass wir über dieses Stadium schon hinaus sind, doch tatsächlich ist das nicht einfach nur eine vorübergehende Phase der Entwicklung, sondern ein essentiell wichtiges Gefühl von innerer und

Shai Tubali ist ein international tätiger Autor, Philosoph und Dozent, der auf den Bereich psychologischer und spiritueller Transformation spezialisiert ist. Er lebt und arbeitet in Berlin.

Workshop-Reihe „School of Life" – eine Einladung zu einem Leben in Fülle mit dem spirituellen Lehrer und Chakrameister Shai Tubali
Wann:
Oktober 2016 - Mai 2017:
Acht Wochenenden im Chiro-Yoga-Zentrum Berlin oder online

Info & Kontakt
unter
Tel. 0157-316 817 40
oder
noga@chiro-yoga.de
www.chiro-yoga.de

Infos über Shais Arbeit unter
www.shaitubali.com

www.shaitubali.com

äußerer Sicherheit: Es geht um die Möglichkeit, uns auf feste Strukturen im Leben verlassen zu können. Die erste Komponente physischer Stabilität ist das Gefühl, sich auf den Körper verlassen zu können. Wir können diesen Weg mit einem schwachen und verstörten Körper gehen, wir können damit sogar spirituell praktizieren, aber es wird viel schwerer sein. Wir brauchen den Körper auf unserer Seite: gesund, gut genährt, flexibel und widerstandsfähig. Die zweite Komponente ist das Gefühl, dass wir ein Zuhause haben, in das wir zurückkehren können, und zumindest einen größeren Rahmen, in den wir gehören. Das schließt ein Dach über dem Kopf ein, aber in einem weiteren Sinne auch eine Verbindung zu und Identifizierung mit einer "Gruppe". Die dritte Komponente ist, sich auf eine Lebensstruktur und einen Lebensstil verlassen zu können: das allgemeine Gefühl, dass es eine gesunde Routine gibt – ein zuverlässiges Einkommen und eine ordentliche Zeitplanung, die dafür sorgt, dass wir alle unsere Bedürfnisse abdecken.

Bedürfnis des zweiten Chakras: Genuss. Das zweite Chakra hat mit einem authentischen Bedürfnis zu tun, an den Freuden des Lebens teilzuhaben und davon genährt zu werden. Das Leben sollte auch ein Genuss sein, und es ist nichts Heiliges daran, diese Ebene beiseite zu schieben. Unser Körper ist nicht nur eine funktionierende Maschine, sondern will sich wirklich lebendig und glücklich fühlen. Eine gesunde Sexualität ist wichtig, wenngleich sie leicht auch die Form körperlicher Nähe und Wärme annehmen kann. "Gesund" heißt hier, dass man den Körper glücklich und mit Liebe teilt, nicht gierig oder zwanghaft. Jeder Tag sollte von Momenten der Schönheit und des Genießens durchzogen werden, wenn man sich zum Beispiel an Kunst erfreut oder an der Natur. Wir sind als Menschen nicht dazu bestimmt, eine endlose, ununterbrochene Routine zu leben. Gipfelerfahrungen – intensiv, spannend und abenteuerlich – sollten den Zeitplan des ersten Chakras von Zeit zu Zeit durchbrechen. Und schließlich saugt ein Leben, in dem es keine Kreativität gibt – in dem man also nichts Innovatives mit Leidenschaft und Spannung kreiert – das zweite Chakra schnell aus.

Bedürfnisse des dritten Chakras: Stärke und Zuversicht. Vielen ist es peinlich zuzugeben, dass sie ein Gefühl von Stärke und Macht brauchen, doch das führt zu nichts außer schmerzhafter Verdrängung. Das dritte Chakra sagt uns, dass wir uns stark und zuversichtlich fühlen sollten, damit wir dem Druck, den Herausforderungen und den Spannungen der gesellschaftlichen Gegebenheiten und persönlichen Beziehungen widerstehen können. Eine weitere bestärkende Komponente ist das Wissen, dass wir eine Richtung und Ziele haben. Das Gefühl, dass wir mit unseren gesammelten Energien auf dem Weg zu etwas sind, ist ebenfalls wichtig. Sicher geht es nicht darum, dass wir alles im Leben kontrollieren, doch wir brauchen das Gefühl, dass wir das Leben meistern und ihm durch unseren Willen und unsere Entschiedenheit eine Richtung geben können. Wenn wir die Ereignisse in unserem Leben nicht beeinflussen können, ist das dritte Chakra geschwächt.

Bedürfnis des vierten Chakras: emotionale Zugehörigkeit. Unser Herz will mit anderen in gegenseitiger, vertrauter Kommunikation sein. Unsere emotionale Sehnsucht nach liebevollem Feedback ist also nicht nur eine illusorische Form von Abhängigkeit. Die Erfahrung innigen Austauschs – nicht nur in romantischen Beziehungen! – ist eine tiefe und essentielle Form von Nahrung. Der Mensch muss nicht nur in seinem dritten Chakra fühlen, dass er ein Ziel hat, sein Herz braucht auch das Gefühl, eine Rolle zu spielen und einen sinnvollen Beitrag in der Welt leisten zu können. Der Psychologe Viktor Frankl hat dies in seiner Psychologie der Sinnsuche, der "Logotherapie", erkannt: Um auf der psychischen Ebene Erfüllung zu finden, muss der Mensch seine existenzielle Bedeutung kennen. Hinzu kommt das Bedürfnis danach, dass die eigenen Anstrengungen wertgeschätzt werden, man braucht also eine unterstützende und bestätigende Umgebung, die das versteht. Jeder von uns tut sein Bestes, selbst wenn wir von Zeit zu Zeit vom Weg abweichen, und wir brauchen die Anerkennung anderer und unserer selbst, um zu erkennen, dass unsere Bemühungen einen Sinn haben.

Bedürfnis des fünften Chakras: authentischer Selbst-Ausdruck. Es ist gesund, wenn man sich wünscht, dass die eigene "Stimme" gehört und anerkannt wird. Unsere authentischen Gefühle und Ideen auszusprechen, ist ein Aspekt unserer Teilhabe an der menschlichen Gesellschaft. Wenn wir unsere Stimme ersticken, unterdrücken wir damit eine unentbehrliche Bewegung des Teilnehmens. Wir müssen dem, woran wir wirklich glauben, eine Stimme geben. Das heißt natürlich nicht, dass uns alle zustimmen und applaudieren müssen, aber es sollte immer Menschen geben, die uns hören. Es ist nicht nur wichtig, Ideen und Gefühle auszudrücken, sondern auch Visionen zu haben und sie in eine greifbare Realität zu übersetzen. Es ist ungesund, nur in der inneren Welt hängenzubleiben. Sich zu zeigen bedeutet auch, seinen inneren Visionen eine klare Form zu geben. Das kann in Form von Kunst passieren oder als Initiative, die man ins Leben ruft, oder auch in Form neuer Strukturen, die man in seinem und im Leben anderer aufbaut.

Bedürfnis des sechsten Chakras: geistige Klarheit. Ohne eine tiefe innere Stille kann der menschliche Geist gefährlich ungesunde Zustände erreichen, in denen er hyperaktiv und neurotisch denkt. Meditation ist darum eigentlich keine Empfehlung, sondern ein Bedürfnis, nach dem der menschliche Geist aus den Tiefen des sechsten Chakras schreit. Wir brauchen eine mentale Ordnung und Klarheit, weil in unserem Körper-Geist-System nichts richtig funktioniert, wenn wir geistig vernebelt und chaotisch sind. Sehr wichtig ist es daher, wirklich jede verfügbare Methode zu nutzen – von pflanzlichen Nahrungsergänzungsmitteln bis hin zur kognitiven Selbsteinsicht –, die den inneren Frieden und das Gefühl, dass alles seinen Platz hat, fördert. Dafür ist auch eine grundlegende mentale Nahrung nötig: Unterstützung durch geistige Größen, durch Bücher und Lehren, die uns helfen, mit den Spitzen unserer eigenen Intelligenz in Kontakt zu kommen und uns geistig etwas zuzutrauen.

Bedürfnis des siebten Chakras: spirituelle Einheit. Zu guter Letzt, aber keinesfalls am wenigsten wichtig, steht hier unser höchstes spirituelles Bedürfnis. Als Menschen verkörpern wir sowohl

das Göttliche als auch das Menschliche. Und so werden wir auf der seelischen Ebene immer hungrig bleiben, solange wir nicht eins mit der höheren Existenz werden. Es handelt sich hier um die subtilste Form des menschlichen Bedürfnisses nach Zugehörigkeit, diesmal nicht zu einer sozialen Struktur wie im ersten Chakra, sondern zum Universum und sogar zu Gott. Ein inhärenter Teil des menschlichen Daseins ist die Erfahrung der Begrenztheit: Man ist gefangen in einer kleinen Schachtel voller Glaubenssysteme, Konditionierungen und gedanklicher Muster. Ohne das Gefühl, dass man zumindest von Zeit zu Zeit aus dieser Schachtel ausbrechen und grenzenlos sein kann, fühlt man sich leicht innerlich erstickt und elend. Das letzte Bedürfnis, das unsere siebtes Chakra befriedigen kann, ist das nach einer Verbindung zu dem Teil in uns, der unerschütterlich und unzerstörbar ist. Nur der Geist des Ewigen kann uns das geben: die Erfahrung, dass wir trotz aller körperlichen Zerbrechlichkeit und Abhängigkeit ein Ausdruck des Göttlichen in menschlicher Form sind.

TIPPS

Hilfe für Munay Suyu

Spendenaufruf – Wiederaufbau nach dem Erdbeben

Abbildungen: © Anya Schmidt + Naupany Puma

Naupany Puma

zerstörtes Haus

schwer beschädigte Straße

Mit dem Erdbeben in Ecuador im April dieses Jahres ist auch ein ganz besonderer Ort schwer beschädigt worden. Munay Suyu, das „Land der Liebe", basiert auf den Träumen, Visionen und Erzählungen der Inkakultur Ecuadors. Ein Teil liegt an der Küste (Bauch, Fühlen), ein anderer in den Anden (Kopf, Denken) und ein weiterer in der Amazonas-Region (Herz, Schöpfung). Auf diese Weise sollten sich diese drei großen Kräfte verbinden, damit eine besondere Energie der Liebe entsteht, ein Ort, wo die Prinzipien der Liebe für Mutter Erde und alles Leben gelehrt und geachtet werden.

Ñaupany Puma, Nachfahre des Inkavolkes und einer der letzten Hüter des fast ausgelöschten Sonnenwissens der Inkakultur, ließ diese Vision mit viel Liebe und Hingabe wahr werden, um Menschen aus allen Kulturen zusammenzuführen und sie daran teilhaben zu lassen. Ehrenamtliche Helfer unterstützten ihn, die alten Kraftorte wieder zu erwecken und eine Schule für Ur-Wissen zu erbauen. Doch das schwere Erdbeben dieses Jahr hat auch das Munay Suyu an der Küste getroffen. Neben den vielen Todesopfern und Verletzten in Ecuador erlebte auch das Projekt einen Rückschlag. Der Kraftplatz mit dem Tempel, den Gästehütten und der Hütte des Mammut wurde zwar weitgehend verschont, aber die für das Projekt lebensnotwendige Straße ist schwer beschädigt und muss dringend repariert werden. Auch das von Ñaupany für ihn selbst und seine Familie errichtete Haus ist völlig zerstört. Damit das Projekt weitergehen kann, braucht es nun finanzielle Hilfe. Wer uns unterstützen möchte, diesen wunderschönen Ort wieder aufzubauen – schon im Voraus vielen Dank!

Kraftplatz

Konto: Naupany Puma
DEUTSCHE BANK Starnberg
IBAN: DE32700700240846089101
BIC: DEUTDEDBMUC
Betreff: Spende Munay Suyu Costa

Der preisgekrönte Kinofilm PACHAKÚTEC – Zeit des Wandels (von Ñaupany Puma & Anya Schmidt, 2011) ist unter diesem Titel kostenfrei auf YouTube zu sehen.
Weitere Infos unter: **www.pachakutec.com**

www.pachakutec.com

NORBEKOV
Methode in Berlin
07.10.-16.10.2016

Gesundheitsseminar
STUFE 1

- Wiederherstellung der Seh-und Hörkraft bis zu 100%
- Verbesserung der Beweglichkeit und Biegsamkeit der Gelenke und Wirbelsäule, Stärkung der Muskulatur
- Regenerierung und Stabilisierung des Nervensystems
- Erhöhung der Abwehrkräfte des Organismus durch Stärkung des Immunsystems
- Emotions- und Selbstkontrolletraining, um Stress zu bewältigen
- Minimierung und Aufhebung der Folgen von Verletzungen, Operationen oder Krankheiten
- Normalisierung des Stoffwechsels und des Gewichts
- Verjüngung des ganzen Organismus

"Wir versprechen nichts, aber wir haben einiges erlebt und wenn das die Anderen geschafft haben, warum auch Sie nicht."

Mehr Info darüber unter
www.Norbekov.eu
Kurszeiten:
07.10.-16.10.2016
Mo. - Fr. 17:30 - 21:30
Sa. - So. 11:00 - 15:00
Dauer: 10 Tage, ca. 4 Std. pro Tag
Info und Anmeldung:
Festnetz mit AB
+49(0)821 907 85 330
Tel. Mob.(auch für SMS, WhatsApp und Viber):
+49(0)15750460807
E-Mail: mail@norbekov.eu

Nur für die SEIN-Leser - der erste Probetag KOSTENLOS.Tippt einfach den Code S17017 bei der Anmeldung unter www.Norbekov.eu

Lesen & Hören

Geburt - ein so simples Wort, das etwas so Großes umfasst: Ein neuer Mensch ist monatelang herangewachsen und erblickt nun die Welt. In diesem Monat stellen wir wichtige und schöne Bücher und Filme für Eltern und deren kleine, aber auch große Kinder vor . . .

Erin Gleeson
Ein Fest im Grünen für Kinder
Knesebeck, 2016
ISBN: 978-3868739473
112 Seiten, 16,95 Euro

Vegetarisches Kinderkochbuch

"Leckeres Essen muss nicht kompliziert sein" und "Ein Regenbogen auf dem Teller macht einfach einen Riesenspaß" – mit diesen beiden Zitaten aus dem Vorwort der US-amerikanischen Foodbloggerin Erin Gleeson fasst man im Grunde schon das Wesen dieses Kochbuches zusammen. Bevor es zu den Rezepten geht, die in die Kapitel Snacks, Getränke, Salate, Hauptgerichte, Süße Zeiten und Partys feiern unterteilt sind, gibt es erstmal eine kleine Einführung für Kochneulinge. Hier ruft Gleeson zu Kreativität und Improvisation auf und macht Mut und Lust aufs Kochen, auch wenn es vielleicht nicht beim ersten Mal gelingt. Sehr schön auch, dass Maßeinheiten, Küchenbegriffe, Schnitttechniken und Küchenwerkzeuge anschaulich bildlich erläutert werden.
Optisch ist das gebundene Buch sehr hübsch aufgemacht – die quietschebunten Aquarellzeichnungen von Erin Gleeson, fotografierte Zutaten und großformatige Fotos der leckeren Gerichte machen nicht nur kleinen Menschen Hunger auf die vorgestellten Köstlichkeiten. Ob nun Aprikosenhappen, simple Radieschen mit Butter und Salz, Mangold-Quiche, Süßkartoffelpizza, Birnenkuchen, Couscoussalat mit Nüssen, Tortilla-Wraps mit Erdbeeren oder selbstgemachte Eissandwiches mit Früchten und Keksen – alles sieht zum Anbeißen gut aus. Die Rezepte selbst sind für Kinder verständlich erklärt und gut zum Nachkochen geeignet. Sie sind natürlich oft außergewöhnlich, aber nicht zu exotisch oder abgehoben. Zwar kommen Edamame (grüne Sojabohnen) und stellenweise etwas gehäuft Grünkohl (eben die "Kale"-Verrücktheit der Amis) vor, aber fast alle Zutaten – vom Ziegenfrischkäse bin hin zu Süßkartoffeln, Granatäpfeln oder getrockneten Cranberrys – sind heutzutage auch in einem gut sortierten Supermarkt oder sogar Discounter zu bekommen. Beim Lesen auffällig sind nur manchmal etwas hohe Zutatenmengen wie 1/2 TL Zitronenabrieb für ein Scheibchen Brot oder 5 Knoblauchzehen auf 225 g Nudeln, die man dann hinterfragen und eventuell senken sollte. Umgewöhnen muss man sich auch etwas bei der Zubereitung, denn die Zutaten sind im Zubereitungstext eingebettet und nicht nochmals extra gelistet – da muss schon genau hingeschaut werden. Erwähnenswert ist auch, dass Erin Gleeson im Buch auf gekauftes Brot, Tortillas, Kekse und Teige zurückgreift, sie weist aber jedes Mal darauf hin, dass man zum Beispiel den Pizza- oder Mürbeteig auch selbst herstellen kann – verständlich bei einem auf Kinder zugeschnittenem Rezeptbuch. Eltern haben hier also die Wahl, was sie sich und ihren Kindern zutrauen. Insgesamt sind das aber Kleinigkeiten, die nicht allzu stark am Charme von "Ein Fest im Grünen" kratzen können.
Fazit: Ein zauberhaftes und nicht nur liebevoll, sondern auch sinnig gemachtes Kochbuch für Kinder, die Freude an der Essenszubereitung haben und neugierig auf mehr sind. Sie können hier lustvoll hindurchblättern, sich selbst leckere Rezepte aussuchen und sich daran ausprobieren. Klare Kaufempfehlung.

Hannah Lothrop
Gute Hoffnung, jähes Ende
Kösel, 2016
ISBN: 978-3466346325
384 Seiten, 24,99 Euro

Trauerarbeit

Nein, dieses Buch ist nicht taufrisch auf dem Markt erschienen, sondern ein neu aufgelegter Klassiker, der von der inzwischen leider verstorbenen Hannah Lothrop geschrieben wurde. Spricht man über Geburten und über Schwangerschaft, dann ist es für viele ein absolutes Tabu, Fehlgeburten, Totgeburten oder sogar während oder kurz nach der Geburt verstorbene Kinder zu erwähnen. Es ist, als ob man mit diesem Totschweigen abergläubisch kein Unglück anziehen, sich nicht beflecken will. Mütter, Väter, Eltern verstummen und wissen kaum weiter in ihrer Trauer und Hilflosigkeit. Für viele Frauen beginnt schon früh die Bindung an ihr Kind, ihr geborgen im Bauch getragenes Baby, auch schon vor der 12. Woche. Liebe und Hoffnung halten sich eben nicht an die Berechnungen von Medizinern und die Gesetzgebung. Wagt man sich daran, das Thema anzusprechen, stellt sich oft heraus, dass fast jede Frau schon einmal eine Fehlgeburt erlebt hat, eine Erfahrung, die oft traumatisch ist und psychisch nur langsam heilt. Viele wagen nicht offen zu trauern, werden als hysterisch abgestempelt, weil es ja "noch so früh" in der Schwangerschaft war. Und wenn dann ein Kind plötzlich von selbst im Bauch verstirbt, oder gar eine Schwangerschaft wissentlich beendet wird aufgrund einer medizinischen Situation – was dann? Auch hier schallt einem meist nur betretenes Schweigen entgegen. Ausgehend von ihrer eigenen Erfahrung und den damit einhergehenden Emotionen verfasste Hannah Lothrop dieses Buch. In den umfangreichen Kapiteln informiert sie über Klinikabläufe, juristische Fakten und widmet sich den vielfältigen Verlustsituationen, die Eltern treffen können. Denn wie kann man beispielsweise mit wem Wissen umgehen, dass das Kind nach der Geburt nicht lebensfähig sein wird? Wie kann man es fassen oder auch nur ansatzweise verarbeiten, dass ein gesundes Kind plötzlich stirbt? Und welche Rechte kann und sollte man als Elternteil durchsetzen?
Das Buch gibt Trauer Raum und Berechtigung, schenkt etwas Sicherheit und Halt und zeigt den Zurückbleibenden, was ihre Rechte sind und wie sie zum Beispiel liebevoll Abschied vom eigenen Kind nehmen dürfen. Sehr ausführlich sind auch die sensibilisierenden Anleitungen und Checklisten, die sich zur Schulung an das Klinikpersonal richten und Bewusstsein für Respekt, Behutsamkeit, Liebe, Achtsamkeit, Geborgenheit in solch einer speziellen Situation schaffen sollen.
Im Anhang findet sich zusätzlich noch vieles Hilfreiche: Fragebögen, die Trauernden aber auch dem Pflegepersonal helfen sollen ihre Position zu bestimmen und für sich klarer zu sehen, Meditationsübungen, Beispiele für Trauerrituale bei Gottesdiensten, liturgische Texte, Gebete und Lieder und eine sehr ausführliche Auflistung von hilfreichen Gruppen, Kontakten sowie weiterführender Literatur.
Fazit: Ein schweres und wichtiges Buch. Nicht nur für trauernde Elternteile, sondern eben auch für Angehörige, Freunde und medizinisches Personal, die hier Hilfe für einen behutsamen Umgang mit den Hinterbliebenen finden.

Nina Heinemann
Fit nach der Geburt
1x1Sport, 2015
DVD, 50 Minuten, 14,26 Euro

Fitness & Rückbildung

Viele Frauen wollen nach der Geburt wieder an ihrer Fitness arbeiten und Rückbildungsgymnastik rund um den Beckenboden betreiben, um sich in ihrem von der Schwangerschaft veränderten und oftmals gefühlt fremdbestimmten Körper wieder ein- und besser fühlen zu können. Zusammen mit einer Mutter und ihrem sechseinhalb Monate alten Baby führt die Fitnesstrainerin Nina Heinemann, dazu hier Übungen vor und gibt Tipps zur Durchführung und Intensität. Inhaltlich unterteilt ist die DVD in die Kapitel "Warm-up", "Stabilisation und Kraft" und "Cool-Down" zum Runterkommen nach dem Training. Großes Manko: Erst im Booklet und in der Einleitung der DVD wird darauf hingewiesen, dass diese sportlichen Übungen erst ab sechs Monaten nach der Geburt durchgeführt werden sollten. Sehr schade und etwas frustrierend, wenn man sich diese Fitness-Übungen extra zur Rückbildung nach der Geburt (die ja eigentlich bei gesunden Müttern und mit den passenden Übungen schon durchaus sehr viel früher einsetzen kann) zugelegt hat. Die Beschreibung der DVD suggeriert außerdem, dass die Übungen alle mit Kind zu machen sind, was definitiv nicht funktioniert (und so auch nicht zu sehen ist, oft krabbelt das Kleine im prallen Sonnenschein auf dem Boden herum oder ist gar nicht mehr im Bild), auch wenn Nina Heinemann sagt, dass man das Kind – als Trainingsgewicht – bei allem einfach miteinbeziehen kann.
Fazit: Schwierig – es ist wirklich schade, dass es bei der Umsetzung einer an sich schönen Idee so hapert und rumpelt. Die Sport-DVD ist optisch gut gefertigt und die Trainerin kommt sympathisch und nicht als Drill-Sergeant rüber. Wenn einem die genannten Minuspunkte bewusst sind, findet man hier Übungen, die auch sanft und machbar genug für Ungeübte scheinen. Zusätzlich liegt ein kleines bebildertes Booklet mit Anleitungen bei, mit denen man auch unabhängig von der DVD arbeiten kann. Kleiner Tipp am Rande: Noch gibt es die DVD im günstigen 3er Pack zusammen mit "Fit während der Schwangerschaft" und "Innovatives Kinderwagen-Workout", die ebenfalls einzeln erhältlich sind.

Loretta Stern, Anja Constance Gaca
Das Wochenbett
Kösel, 2016
ISBN: 978-3466310692
176 Seiten, 16,99 Euro

Wunderschöner Ausnahmezustand

Es ist schon eigentümlich ... Geburt ist etwas so Natürliches und dennoch dermaßen medizinisch sagenumwoben, dass man als Neuling im Bereich Wochenbett kaum weiß, was richtig und falsch ist. Ausruhen? Aufstehen? Superschnell aktiv werden oder sich Rückzug gestatten?
Stillen, Rückbildung, das "richtige" Essen, wie geht man mit dem/der Lebenspartner/in um – und was um Himmels willen macht man jetzt eigentlich mit diesem neu angekommenen kleinen Menschen? Loretta Stern und die Hebamme Anja Constance Gaca nehmen hier Erstlingseltern an die Hand und geleiten sie durch den "Ausnahmezustand" des Wochenbetts.
Nach einer kurzen grundlegenden Einführung ist das Buch in drei Kapitel eingeteilt: einen Mütterteil, einen Väterteil und als Hauptkapitel alles über das wichtigste Wochenbettwissen. Hier findet sich alles von Säuglingspflege, Stillen, Erklärungen und Anleitungen für den Umgang mit Babys und Checklisten für die Erstausstattung bis hin zu Erkrankungen, Ernährung oder Kuscheln. Die Eltern kommen ebenfalls nicht zur kurz, auch mit ihren seelischen und körperlichen Notwendigkeiten in dieser Extremsituation setzen sich die Autorinnen hilfreich und sympathisch auseinander und räumen nebenbei mit vielen nervigen Mythen auf.
Fazit: Ein gutes Buch für Frischlingseltern, dessen Kauf sich schon vor der Geburt zur Vorbereitung lohnt, auch wenn die sich durchziehende Heteronormativität etwas anstrengend ist. In unserer Gesellschaft ist der Schutzraum "Wochenbett" ja inzwischen leider ziemlich verloren gegangen, ein schnelles Wieder-Funktionieren wird den Frauen abverlangt und oft baut sich viel Druck und Unsicherheit auf. Mit diesem kleinen Kompendium zum Kind und dem Gemütszustand der Eltern wird vielleicht etwas von dieser Last abgebaut, so dass man lernt, sich entspannt selbst Zeit zu geben und zu gönnen – und dass es ganz normal und gut ist, sich in seiner Familienhöhle einzuigeln.

Christian Hanne
Wenn's ein Junge wird, nennen wir ihn Judith
Seitenstraßen Verlag, 2016
ISBN: 978-3937088211
128 Seiten, 9,90 Euro

Familienbetrieb

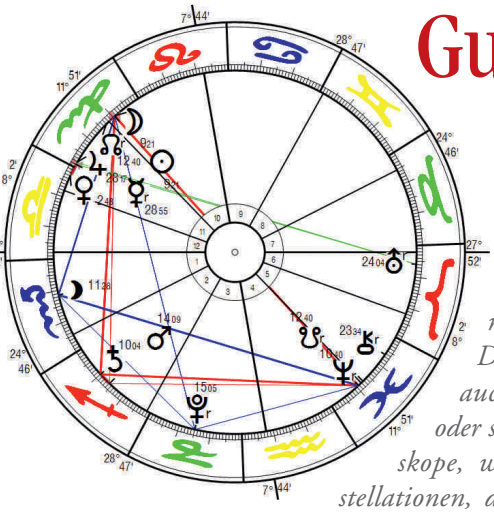
Anfang September kommt dieses Buch in die Läden. Mit kleinem Augenzwinkern und trockenem Humor berichtet Christian Hanne in zwölf Kapiteln von dem Weg, den seine Freundin und er genommen haben hin zur jungen Familie mit Kind, basierend auf gleichberechtigter Partnerschaft. Das Buch nimmt bei der Idee von einem eigenen Baby seinen Anfang und endet ein paar Monate nach der Geburt. Es reicht von der ersten Ultraschalluntersuchung mit erdnussförmigem Fötus über den Nestbaukauftrieb bis hin zu Geburt, den drohenden Verwandtenbesuchen danach, dusseligen Tipps (Einfach mal schreien lassen!), schlaflosen Nächten und partnerschaftlichen Streitgesprächen, die zeigen, was die Übermüdung der ersten Monate mit einem anstellen kann. Dies hat sich zwar alles schon 2003 anlässlich der Geburt seiner Tochter abgespielt, doch bei all den Mythen, Legenden und anstrengenden Verwandten, die sich um Schwangerschaft und Geburt ranken, ist das Buch nach wie vor aktuell. Alle Erzählungen sind Geschichten aus seinem "Familienbetrieb", so heißt übrigens auch das Blog von Christian Hanne, wo man viele weitere Storys findet. Auch in anderen sozialen Netzwerken wie Twitter und Facebook ist er unter diesem Alias unterwegs.
Fazit: Für Menschen, die sich gerade vermehrt haben, eine sehr amüsante Lektüre, die zu lautem Gelächter reizt, wenn man mal wieder über etwas stolpert, das einem nur allzu bekannt vorkommt. Am besten man liest das Buch zusammen mit seinem Partner, dann kann man auch mal wieder über sich selbst lachen. Inhaltlich allerdings eher an das Bildungsbürgertum gerichtet (was beim akademischen Babyboom in Berlin nicht unpassend ist) - nicht jeder kann Genderstudien und Querverweise à la Judith Butler direkt einordnen.

!!Achtung!! Wir verlosen 3 Exemplare dieses Buches auf Seite 2!

Shermin Arif, 37, liest und lauscht leidenschaftlich für die SEIN-Leser.

Sie ist studierte Germanistin, Sozial- & Geschichtswissenschaftlerin.
Sie lebt und arbeitet in Berlin als freie Journalistin, Redakteurin, Autorin, Texterin, Foodbloggerin, magische Kesselguckerin, kulinarische Diva und Kunsthandwerkerin.

Mehr Infos: www.magischer-Kessel.de



Neumond am 1.9.16, 11.03 Uhr, Berlin

Gute Zeiten, schlechte Zeiten – astrologisch –

von Mona Riegger©

Die Astrologie kennt weder gut noch schlecht. Daher gibt es auch keine guten oder schlechten Horoskope, wohl aber Konstellationen, die für das eine Vorhaben gut und für das andere schlecht sind. Wer im Einklang mit der jeweiligen Zeitqualität handelt, kann sich also manches erleichtern.

Überblick für den Monat September

Über die Konstellationen am diesjährigen Septemberhimmel hätten sich die Astrologen der Antike wahrscheinlich die Köpfe gerauft. Konjunktionen der „Wohltäter" Venus und Jupiter sowie der „Übeltäter" Mars und Saturn galten im Altertum als Vorboten besonderer Ereignisse. Venus und Jupiter versprachen erfreuliche Entwicklungen, Mars und Saturn das Gegenteil. Doch was, wenn – wie derzeit – sowohl die beiden Übel- als auch die beiden Wohltäter jeweils eine Konjunktion bilden? Gibt es dann ein Patt? Oder wird das Übel durch Venus/Jupiter gemildert und das Erfreuliche durch Mars/Saturn geschmälert?...

Auch nach Tausenden von Jahren hat sich an der grundsätzlichen Deutung von Venus und Jupiter oder Mars und Saturn nichts geändert, wenngleich sich ihre möglichen Bedeutungen gemäß den heutigen Herausforderungen und Denkweisen modifiziert haben. Im Neumond-Horoskop vom 1. September finden sich tatsächlich beide Konjunktionen, was selten genug vorkommt und umso wirkungsvoller sein könnte, als es sich beim September-Neumond um eine Sonnenfinsternis handelt. Seine Themen dürften also nicht wie sonst vier Wochen, sondern bis zu 6 Monate nachwirken. Sonne und Mond, diesmal am Ende des 10. Hauses (Regierung, Berufliches etc.), in Opposition zu Neptun und im Quadrat zu Mars/Saturn, ist keine einfache Konstellation!

Sei es in der Politik oder im eigenen beruflichen Leben, wer jetzt nicht fest im Sattel sitzt, in der Vergangenheit Schwächen zeigte, vielleicht sogar etwas zu verbergen hat, sollte sich auf größere Veränderungen einstellen. Auch wer schon länger keine Kraft/Lust mehr hat, den hohen Erwartungen zu entsprechen, die an ihn gestellt werden, kann im nächsten halben Jahr mit Entwicklungen rechnen, die Veränderungen herbeiführen. Mars/Saturn im Quadrat zu Sonne/Mond und Neptun deuten an, dass der schleichenden Untergrabung (Neptun) von Lebenskraft (Sonne) ein Ende bereitet werden soll. Auch wenn sich dieses Ende vielleicht anfühlt wie eine üble Tat von „Übeltätern", kann es sich letztlich dennoch als Segen erweisen. Unter Saturn-Einfluss geht erfahrungsgemäß nur zu Ende, was keine Zukunft mehr hat, weil es sich überholt hat, weil es nicht mehr stimmig ist, weil man einen neuen Weg einschlagen soll.

Obwohl Mars/Saturn auch für Durchhaltevermögen steht, lauert im Verbund mit Neptun stets die Gefahr, dass man etwas falsch einschätzt und nur deshalb „dranbleiben" will. Wüsste man, was wirklich gespielt wird, würde man die Chance zum Ausstieg vermutlich begrüßen.

Um Chancen, Glücksfälle oder die sprichwörtliche „Gunst der Stunde" geht es bei der Venus-Jupiter-Konjunktion. Sie bildet den wohltuende Gegenpart zu Mars/Saturn und verspricht zumindest Lichtblicke in angespannter Lage. Kann sein, dass man Mars/Saturn vor allem im beruflichen oder gar im gesundheitlichen Bereich erlebt, im Gegenzug aber die Liebe (Venus) so manche Wunde heilt. Durch die starke Besetzung des 11. Hauses bekommen zudem Freundschaften (Gleichgesinnte, Wahlverwandte, Gruppen etc.) eine besondere Bedeutung. Sei es, dass es mit Freunden etwas zu klären gibt, was die Freundschaft überschattet hat; sei es, dass gemeinsame Aktionen anstehen, die einen noch größeren Zusammenhalt erforderlich machen.

Merkur steht, zusammen mit Venus und Jupiter, im 11. Haus und ist seit 31.8. bis zum 22.9. rückläufig. Diese Zeit begünstigt das Aufarbeiten von Liegengebliebenem sowie die Wiederaufnahme von abgebrochenen Verhandlungen, Gesprächen, Klärungen.

Jupiter wird am 9.9. das Zeichen wechseln! Nach einem Jahr in seinem Exilzeichen Jungfrau, wo er seine wohlwollenden Kräfte nur mäßig entfalten konnte, geht es nun ins Zeichen Waage. Nicht nur für Waage-Geborene eine erfreuliche Aussicht!

„Wenn wir einen Menschen glücklich machen können, sollten wir es auf jeden Fall tun." Hermann Hesse

Wichtige Konstellationen im September

Vollmond Fische/Jungfrau – exakt am 16.9. um 21.05 Uhr
(Halbschatten-Mondfinsternis)

Neumond am 1.9. um 11.03 Uhr
(Ringförmige Sonnenfinsternis)
Gute Zeit vor Neumond für: Meditation, In-sich-Gehen, Abschluss mit Altem. Gute Zeit nach Neumond für: Neubeginn aller Art.

Sonne Quadrat Saturn und Opposition Neptun – exakt am 2.9.
Gute Zeit für: Abschluss von Projekten, Verantwortung abgeben, ungute Machenschaften aufdecken, Schwächen erkennen und bearbeiten. Schlechte Zeit für: wohlwollende Gespräche mit Vorgesetzten, Behörden, etc.

Venus Quadrat Pluto – exakt am 11.9.
Gute Zeit für: intensive, leidenschaftliche Erfahrungen, endlich loslassen können. Schlechte Zeit für: Machtspiele in Liebesbeziehungen (Gefahr von übersteigerter Eifersucht und Zwanghaftigkeit).

Sonne Konjunktion Merkur und Quadrat Mars – exakt am 13.9.
Gute Zeit für: geistiges Kräftemessen, Verbalschlachten, die eigene Leistungsgrenze testen, Dampf ablassen. Schlechte Zeit für: destruktives Streiten, Aggressionen freien Lauf lassen, Provozieren.

Venus Oppos. Uranus – exakt am 18.9.
Gute Zeit für: Ausbruch aus der Routine des Alltags, plötzliche Begegnungen, Abwechslung im Liebesleben, neues Hobby, neues Outfit. Schlechte Zeit für: langweilig gewordene Beziehungen.

Sonne Konj. Jupiter – exakt am 26.9.
Gute Zeit für: Glücksfälle, Auslandsreise, Wohlwollen erfahren. Schlechte Zeit für: Disziplin und Maßhalten.

Für wichtige Vorhaben im September
Eher gute Zeiten: 3., 14., 19.-21., 26. Eher schwierige Zeiten: 2., 4., 11.-12., 18., 28.

Nächster Vortrag im Dharma Buchladen: Gute Zeiten, schlechte Zeiten – astrologisch.
Mi, 14. September, 20 Uhr
Kartenvorverkauf im Dharma Buchladen, begrenzte Platzzahl, 7 €,
Tel. 030 - 784 50 80
Weitere Vorträge/Kurse/Seminare finden Sie hier: www.astrologie-in-berlin.de/haus_9.htm

Mona Riegger, seit 1980 als Astrologin beratend und unterrichtend tätig. Buchautorin, Dozentin sowie Chefredakteurin beim astrologischen Online-Magazin "Sternwelten" www.sternwelten.net
Tel. 030-89 50 22 38
info@astrologie-in-berlin.de, www.astrologie-in-berlin.de

www.astrologie-in-berlin.de

Versteckte Netze

Eine homöopathische Begegnung mit der Ammen-Dornfinger-Spinne

von Werner Baumeister
Homöopathische Antworten am Puls der Zeit

Abb: © hanseat - Fotolia.com

Kann ich dem Leben trauen? Fängt mich das Leben auf, wenn ich tief falle? Kann ich der Liebe trauen? Oder muss ich Angst haben, dass ich der Liebe wie einer Spinne ins Netz gehe und dann in der Falle sitze und erneut so tief verletzt werde wie früher? Homöopathisch sind es die Spinnen, die uns helfen, auf diese Fragen Antworten zu finden.

Bei meiner Suche nach einer interessanten homöopathischen Spinne für einen Artikel reichte ein Blick in die aktuelle Tagespresse, um fündig zu werden. Denn der Ammen-Dornfinger, die gefährlichste Giftspinne Europas, hat sich bei uns breitgemacht. Dank Klimawandel fühlt sich die eigentlich im Mittelmeerraum beheimatete Giftspinne nun auch in Berlin wohl. Ihr starkes Nervengift zusammen mit genügend starken Kieferklauen, um die menschliche Haut zu durchbeißen, kann für uns medizinisch relevante Folgen haben, ähnlich denen eines Wespensticheses bis hin zum behandlungsbedürftigen Kreislaufversagen. Mein Gedanke: Wenn wir uns mit dieser Spinne hier in Berlin sowieso auseinandersetzen müssen, ist es spannend herauszufinden, was ihre homöopathische Botschaft ist, was also genau ihr feinstoffliches Gift bei uns heilen kann.

Zweierlei Netze

Hierzu die spannenden Feedbacks zweier Personen, die mit mir zusammen die Ammen-Dornfinger-Spinne getestet haben:

1. Feedback, männlich, nach einer Gabe C 1000/LM 18: „In der zweiten Nacht nach Einnahme des Ammen-Dornfingers wurde mir klar, dass sich in einem Netz zu befinden nicht nur Gefangenschaft bedeuten muss, sondern dass es durchaus auch positive Netze gibt, die mich tragen. Freunde, meine Mutter, meine Arbeitskollegen, Ärzte, Heiler und Therapeuten jeder Art – immer, wenn es mir schlecht ging und ich teilweise nicht mehr weiter wusste, war irgendwann jemand da, der mein Leiden zumindest so weit reduzieren konnte, dass ich damit irgendwie weiter existieren und meinen Weg weiter verfolgen konnte. Und ich empfand dafür echte Dankbarkeit. Auf der anderen Seite erkannte ich auch, dass wir uns alle in Netze eingewoben haben, die uns scheinbar Sicherheit geben und unsere tiefe Einsamkeit und das Gefühl der Getrenntheit von uns fernhalten: Wir umgeben uns mit Menschen, wir schauen Filme, essen zuviel usw. – nur um bestimmte Leerstellen in uns zu füllen. Doch all das ist nicht wirklich er-füllend, sondern kann nur durch das Fühlen unseres existenziellen Schmerzes, eines tiefen Verlustes von Anbindung, wirklich geheilt werden."

2. Feedback, weiblich, nach einer Gabe C 30: „Es geht mir unheimlich gut. Ich bin aufmerksamer für alles, was um mich herum ist. Als würde ich jetzt erst den Rahmen um mich herum entdecken und nutzen können. Ich hatte das alles vorher auch schon, aber ich konnte es nicht nutzen. Das habe ich so noch nie erlebt, ich bin einfach glücklich. Ich habe nicht mehr diese vibrierende Unruhe und dieses Rumrennen in meinem Netz, sondern bin gelassener und falle nicht mehr so tief in Situationen rein, die mich nichts angehen. Ich verzettele mich nicht. Ich setze mich nicht mehr so in den Fokus, für alles verantwortlich zu sein. Ich muss nicht mehr die Welt retten, bin völlig bei mir, im Zentrum (meines Netzes) und spinne die Fäden. Wenn der eine Faden reißt, kann man sich einen anderen holen oder ihn reparieren. Auch meine Umwelt erscheint mir plötzlich zufriedener."

Mit dem Leben versöhnt

Seit 25 Jahren begleite ich in meiner homöopathischen Praxis Menschen durch biographische „Sollbruchstellen". Die besondere Qualität der homöopathischen Spinnenmittel ist es, unsichtbare Netze sichtbar zu machen, Netze, in denen wir gefangen sind, aber auch Netze, die uns auffangen. Das ist enorm wichtig, denn meist sind es genau diese Umbruchphasen, wo wir anfangen, mit unserem Schicksal zu hadern und uns als Opfer äußerer Mächte zu sehen. Wer realisiert da schon, dass die zur Umwandlung drängende Dynamik in der eigenen Lebensstruktur beherbergt ist. Homöopathisch bindet uns die Spinne in solchen Momenten des vermeintlichen Kämpfen-Müssens ein ins Leben, vernetzt wieder mit dem Leben, mit den anderen Menschen und versöhnt uns mit dem Dasein. Die Spinne heißt Ammen-Dornfinger. Eine Amme ist eine Frau, die ein fremdes Kind stillt. Von „Amme" kommt aber auch „Heb-Amme" und in der Tat ist die Spinne für uns eine großartige homöopathische Geburtshelferin. Ihre Botschaft lautet: In Momenten höchster Not spannt dir das Leben ein Netz (von Helfern) und fängt dich auf. Dieses Netz war immer da, du hast es nur nicht bemerkt – und mit so einem gut gespannten Sicherheitsnetz kann einfach nichts schiefgehen!

Sechs Spinnen-Workshops September-Homöopathie

Durch wiederholte Enttäuschungen haben wir uns ausgeklinkt aus dem uns tragenden Ur-Netz, bis wir auch unsere eigene Liebesfähigkeit irgendwann verloren haben. Die Spinne macht nun einerseits die Flucht-Netze sichtbar, in die wir uns verwickelt haben, andererseits webt sie uns wieder in eine positive Vernetzung hinein, was sich dadurch zeigt, dass unsere Liebesfähigkeit wieder auflebt. Jede Spinne reflektiert dabei eine andere Art des Aus-dem-Netz-gefallen-Seins. Auch das Spinnennetz selbst hat eine spezielle Charakteristik. Hauptthema: rein sexuelle Verabredungen sowie das Anbieten und Inanspruchnehmen käuflicher Sexualität. Der Workshop beinhaltet die lebendige Darstellung der homöopathischen Spinnen-Arzneien und die Erstellung eines homöopathischen Profils für jeden Teilnehmer.

Termine: Sa, 3.9., Wiederholung am Sa, 10.9. & So, 11.9. & Sa, 17.9. & So, 18.9. & Sa, 24.9. Jeweils 13-19h, 90 €
Anmeldung erforderl.
Reichenberger Str. 114
Tel.: 0172 - 391 25 85

Abb: © Irina Alex Fotografie

©flickr/titanium22

PROGRAMM anzeigen

Aktuelle Veranstaltungen in Berlin und Umgebung

programm@sein.de

Lebensaufgabe – gesucht und gefunden!

konkret – praxisnah – überraschend

„Wer seiner Lebensaufgabe folgt, dem schiebt sich der Weg unter seine Füße." Das behauptet Stephan Möritz.

Jeden Tag benennt Stephan Menschen ihre einzigartige, individuelle, authentische Lebensaufgabe!

Über 700 Menschen haben ihre Lebensaufgabe bereits bekommen.

In 30 Minuten am Telefon. Willst auch Du Deine Lebensaufgabe wissen?

Dann buche Deinen Telefontermin am besten unter:
www.deine-lebensaufgabe.de

fortlaufend – Deine Lebensaufgabe

konkret-praxisnah-überraschend

Kontakt:
Tel.: 033230 - 20 390
info@deine-lebensaufgabe.de

Deine-Lebensaufgabe.de
konkret - praxisnah - überraschend

Familienaufstellungen als heilsamer Weg

Seminare und Einzelaufstellungen mit Dr. Renate Wirth

Unsere eigenen Kindheitserlebnisse und schweres Schicksal in unserer Herkunftsfamilie können zu Schwierigkeiten in unseren Beziehungen führen und unsere Kraft und unser Lebensgefühl stark einschränken. Familienaufstellungen zeigen die dahinterliegenden Dynamiken auf und ermöglichen heilsame Lösungen.

Einzelaufstellungen:
220 €/2 Std.
Termine nach Absprache

Familienstellen-Seminare:
1.-2.10., 11.-13.11., 9.-11.12.2016
220 €, Stellvertr. 60 €, nur mit Anmeldung

10.-17.9.: Aufstellungen auf Korfu
23.-25. 9.: „Leichter Grenzen setzen", Oberzell
20.-23.10.: „Vertrauen"
im Benediktushof Holzkirchen

Montagsreihe Geldaufstellungen, 5.9.2016
Jeden 1. Mo. im Monat 19-22 Uhr, 30 €, ohne Anm.

Montagsreihe Geldaufstellungen: 5. September
Familienstellen: 1.-2. Oktober

Termine, Infos, Anmeldung:
Dr. Renate Wirth, Systemische Therapeutin
Akkadeus - Praxis für Systemaufstellungen
Prinzregentenstr. 7, 10717 Berlin
Tel.: 030 - 30 10 46 57
0172 - 183 26 35
renate.wirth@aufstellungstage.de
www.aufstellungstage.de

Heilpraktiker-Erlaubnis Psychotherapie

Vorbereitung auf die staatliche Überprüfung – Als Bildungsurlaub anerkannt

Sie haben mit der Heilpraktiker-Erlaubnis Psychotherapie die einfachste Möglichkeit, eine Zulassung zu einem psychotherapeutischen Heilberuf zu bekommen. In meinem seriösen, wissenschaftlich fundierten Kurs erreichen wir eine Bestehensquote von nahezu 100 %. Sie erhalten eine eigens entwickelte Lern-CD und aktuelles, der neuen, professionelleren Art der Prüfung angepasstes Lehrmaterial. Wir arbeiten konsequent in einer persönlichen Atmosphäre am individuellen Prüfungserfolg, und das zu einem besonders attraktiven Preis. Ab sofort können Sie zusätzlich Lerngruppen in supportiver Psychotherapie und Lebensplananalyse besuchen. Dank dieses integrierten Konzepts können Sie gleich nach bestandener Prüfung anfangen.

Sie sind herzlich zu einem der nächsten kostenlosen Info-Abende eingeladen.

Infoabende: Mo, 5. September und Mi, 7. September sowie Mi, 14. September, je 19 Uhr

Ort, Information, Erstberatung und Anmeldung:
Heil- und Lehrpraxis für Psychotherapie
Thomas Rehork, Diplompsychologe,
Heilpraktiker für Psychotherapie
NEU!: Elberfelder Str. 4, 10555 Berlin
Tel.: 030 - 393 89 66
heilpraktiker@heilpraktikerpsychotherapie.eu
www.heilpraktikerpsychotherapie.eu

Homöopathie-Ausbildungen im Norden Berlins

Homöopathie will gelebt werden – es darf auch leicht sein, das Leben.

Homöopathie zur Heilung, als Unterstützung und Ermutigung für körperliches, seelisches und geistiges Gleichgewicht, für ein gelungenes Leben.

Die Ausbildung ist für Heilpraktiker/innen, auch in Ausbildung, für Menschen in medizinischen und pharmazeutischen Berufen gedacht, für Menschen, die neue Perspektiven suchen und die ihr Spektrum erweitern möchten.
Der Fokus liegt auf körperlichen und emotionalen Heilungs- und Wachstumsprozessen.

Beginn: Im September 2016
mit einem Dienstagsvormittagskurs
ab 6.9.2016
und einem Donnerstagsnachmittagskurs
ab 15.9.2016.
Die Ausbildung dauert 2 1/2 Jahre.

Für alle Fragen rund um die Ausbildung stehe ich gern zur Verfügung:
Ab 6.9.2016 kostenlose persönliche Info-Gespräche

Am 5. September ab 18 Uhr

Info-Abend mit Anmeldung

Information/Anmeldung:
Berghild Rohde, Heilpraktikerin
Heil- und Lehrpraxis
Frohnauer Str. 45 – 13467 Berlin
Tel.: 030 - 409 84 404
www.Berghildrohde.de

Spirituelle Krisen

Erkennung und heilsamer Umgang

Die Auslöser einer spirituellen Krise können Yoga, Meditation, Atempraktiken oder alltägliche Konflikte sein. Die Symptome sind schwer von psychotischen Zuständen zu unterscheiden und machen oft sowohl die Betroffenen als auch die Begleiter hilflos.
In diesem Seminar wollen wir uns ausführlich mit Erkennung, Auslösern, Verlauf und heilsamem Umgang mit Menschen, die von solchen Krisen betroffen sind, beschäftigen. Es werden sowohl die Erste Hilfe-Maßnahmen als auch Kontaktadressen zu professionellen Einrichtungen vermittelt.
Neben dem theoretischen Teil werden wir auch genug Zeit für Erfahrungsaustausch, Übungen, Fallbeispiele und Meditation haben.

Kostenloser Vortrag am 7.9. um 19.30 Uhr
Ort: Freiraum, Eisenacher Str. 43, 10823 Berlin

Kostenloser Vortrag: 7. September
Seminar: 21.-23.Oktober

Ort: Rosenwaldhof,
ca. 60 km von Berlin entfernt,
www.Rosenwaldhof.de
Teilnehmerzahl: max. 12
Seminarkosten: 150 € zuzgl. U&V
Anmeldung: 0176 - 345 42 013,
garik@freenet.de
www.coaching-rober.de

ZENIT–buchhandlung – Unsere Veranstaltungen im September

Di, 6.9., 19.15 Uhr: Friedensmeditation mit R. Thelen
Do, 8.9.: Aura Soma-Beratung mit A. Wiedemann
Fr, 9.9.: Kartenlegen mit E. Hofbeck
Di, 13.9., 19.15 Uhr: Herzenstille u. an die Erde angebunden. Das Basischakra.
Meditation mit R. Thelen
Sa, 17.9., 18 Uhr: Die Zukunft der Menschheit.
Aktiv-Vortrag mit Gabriele Müller
Sa, 24.9., 14-18 Uhr: 1-jährige Jubiläumsfeier der 'neuen' Zenit Buchhandlung
Di, 27.9., 19.15 Uhr: Christus-Meditation
mit R. Thelen

ZENIT buchhandlung
Bücher – Schönes & Besinnliches – Café

sowie:
- Beratungen & offene Gruppen
- Veranstaltungen
- Vermietung Seminarraum/Praxisraum

sowie
Heilpraxis Renate Thelen HP
(Klassische Homöopathie,
Energieheil- & Bewusstseinsarbeit)

ab Di, 6. September

ZENIT buchhandlung
Pariser Str. 7, 10719 Berlin
Mo-Fr: 10 - 19 Uhr
Sa 11 - 16 Uhr

Tel.: 030 - 883 36 80
Fax: 030 - 74 76 07 33
service@zenit-buch.de
www.zenit-berlin.de

Kraftvolle Gruppenheilungen mit Anna in Berlin

Stetige Bewusstseinsklärung und Energieanhebung!

Die meisten Menschen erfahren Annas einzigartig hohe Energie als unmittelbar transformierend und heilend. Tief beeindruckend ist hierbei nicht nur die Intensität der Begegnung, sondern auch die Stimmigkeit des Erfahrenen. In der Gruppen- und Einzelarbeit trifft sie vollkommen intuitiv und präzise jene Schwingungsebene, die zur größtmöglichen Heilung führt.

•„Liebe Anna, ich bin hin und weg von der letzten Gruppenheilung... Herzensdank, einfach großartig, wundervoll, einmalig!" •„Liebe Anna, das letzte Intensive werden wir nie mehr vergessen! Einen Menschen wie dich kennenzulernen war eine wunderbare Erfahrung für uns. Deine Präsenz und Gabe andere Menschen in der Seele zu erkennen und zu heilen haben mich und meinen Mann völlig hingerissen." Teilnehmerstimmen 2016

Aktuelle Termine in Berlin
(Kontakt & Info www.BeingNonStop.com)

- Einzelsitzungen in eigener Praxis in Wilmersdorf
- Gruppenheilungen dienstags um 20 Uhr ab 6.9. in Prenzlauer Berg
- Intensiv-Seminar „Kraftvolle Präsenz" am 10.9.
- Ausbildung zum Spiritual Life- und Transformations-Coach ab 1.10.
- Ausbildung zum Meditations-Begleiter 6.-9.10.
- Herbst-Stille-Retreat vom 27.-31.10.
- Ausbildung in Geistiger Begradigung d. Wirbelsäule 5.-6.11.
- Neue Jahresgruppe "Der Meisterweg" ab 20.11.

ab Di, 6. September

Begegnung & Gruppenheilung
öffentliche Veranstaltung
Einlass ab 20 Uhr
Ort: Yoga W60
Winsstr. 60, 10405 Berlin
www.BeingNonStop.com

beingnonstop

Ausbildung in Körperpsychotherapie

CORE ENERGETICS BERLIN –
Das neue Jahresprogramm
beginnt im Herbst 2016

Core Energetics ist eine integrative Körperpsychotherapie. Sie sensibilisiert die Selbstwahrnehmung, steigert die innere Sicherheit, unterstützt eigene Potenziale und aktiviert Lebensfreude

Intensiv-Seminar zum Vertiefen der Methode
Entdecken der Lebensfreude
8. bis 11. September 2016 in Brandenburg

Die nächste Ausbildung in Körperpsychotherapie beginnt im Herbst 2016

8. bis 11. September
Info und Anmeldung

CORE ENERGETICS BERLIN
Institut für Körperpsychotherapie (EABP)
Hedy Geimer-Lorusso
Damaschkestraße 25, 10711 Berlin
Tel./Fax 030-318 033 89
institut-info@core-energetics.de
www.core-energetics.de

AGAPE ZOE Festival #6 – YOGA, HEALING ARTS & MINDFULNESS

10. und 11. September

Am 10. + 11. September 2016 verwandeln sich die EDEN Tanzstudios & Garten wieder in ein buntes Kaleidoskop des guten Lebens mit Yoga, Healing Arts, Mindfulness, Bodywork, Philosophie, Tanz und Konzerte und mit über 30 herausragenden Lehrern, Heilern & Visionären. Ein weiterer Floor von 150 qm schafft in der September Edition zusätzlichen Raum für Music Acts, Workshops und Entspannung.

Alle zwei Monate bietet das AGAPE ZOE Festival mit einem abwechslungsreichen, hochwertigen Programm die Möglichkeit, sich selbst und Gleichgesinnten liebevoll, achtsam und spielerisch zu begegnen - und die eigene Kreativität, Intuition und Improvisation wieder zu beleben.

Welcome to the Garden of Eden!

Kosten: VVK Tagesticket 39 €
VVK Festivalticket 59 €
Ort: EDEN***** STUDIOS
Breite Straße 43, 13187 Berlin-Pankow

Infos, Programm & Tickets:
www.healingberlin.com
facebook/healingberlin

Wie Liebe gelingt

Familienaufstellungen, karmische Aufstellungen und Traumatherapie

Offene Abende: ab 13. September
Wochenendseminar:
23.-25. September

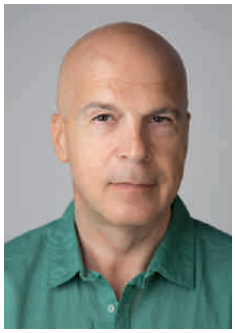
Die letzte Antwort heißt immer Liebe
Eine sensibel und sicher begleitete Aufstellung bietet lösende Antworten auf dringende Fragen und zeigt Heilungswege. In kraftvollen und spirituell orientierten Aufstellungen mit Blick für das Wesentliche entsteht ein tiefes Mitgefühl für dich und für andere. Wir schauen auf Kräfte, die helfen, nach vorne zu gehen. Zur Liebe gefunden, lösen sich Probleme auf.
Manche Wunden und Schockerlebnisse lassen sich nicht allein mit Aufstellungen auflösen. Wenn sich zeigt, dass ein Trauma nach vielen Jahren noch immer im Körper steckt, arbeiten wir mit der wirksamen Kombination von Traumaentspannung und Klopfakupunktur (MET) zur Heilung tiefer Verletzungen.

Nächste Termine:
Offener Abend: 13.9., 11.10., 20 Uhr

Wochenendseminare:
23.-25.9. und 11.-13.11.

Sonderseminar: Verlorener Zwilling
Heilungswege: 25.-27.11. in Berlin

Informationen und Anmeldung:
IFOSYS - Institut für Systemaufstellungen und Traumatherapie
Alfred Ramoda Austermann
Diplompsychologe/Heilpraktiker
Bettina Austermann
Diplomsozialpädagogin/
HP Psychotherapie
beide Lehrtherapeuten (DGfS)
Tel.: 030 - 69 81 80 - 71
Fax: - 72
ifosys@msn.com.de
www.ifosys.de



Hypnose-Grundausbildung 2016

Hypnose Erfahren, Erlernen, Anwenden
Kostenloser Infoabend: Dienstag, 13. September um 19 Uhr

29./30. Okt., 19./20. Nov. 2016
14./15. Jan. 2017

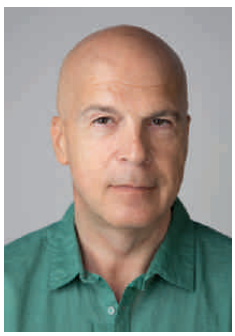
Die moderne Hypnose stellt wie kein anderer Ansatz die in einem Menschen bereits vorhandenen Potenziale (Ressourcen) in den Fokus der Aufmerksamkeit. Sie sind der Motor und das Vehikel der Veränderung und sollten deshalb von Beginn an bei gezielten Veränderungsprozessen nutzbar gemacht werden. Ungeachtet der zahlreichen Mythen und Vorurteile ist die Hypnose lediglich eine besondere Form der Kommunikation, die mittlerweile ein fester Bestandteil moderner Psychotherapie ist.
In der Hypnose-Grundausbildung lernen Sie, Menschen mittels hypnotischer Sprachmuster flexibel und wirkungsvoll in Trance zu führen. Dieses Curriculum hat einen ausgesprochen hohen Praxisanteil, bei den die verschiedensten Einleitungs- und Vertiefungstechniken vermittelt und eingeübt werden. Aufbauend darauf gibt es die Möglichkeit an unseren fortgeschrittenen Hypnotherapie-Seminaren teilzunehmen, bei denen es themenspezifisch um konkrete Behandlungsstrategien geht.

Für Personen, die keine Vorkenntnisse haben, wie z. B. IPT-Basis-Kurs, NLP Practitioner, Entspannungstrainer oder Vergleichbares, beginnt das Seminar bereits am Freitag, den 28. Oktober 2016 (zzgl. 90 €).

Preis: 870 €

Ort/Info/Anmeld.:
Institut Christoph Mahr
Katharinenstraße 9
10711 Berlin-Wilmersdorf
Tel.: 030 - 89 72 20 79
www.emdr-und-hypnose-berlin.de

EMDR & HYPNOSE



Heilpraktikererlaubnis für Psychotherapie

Vorbereitung auf die staatliche Überprüfung – anerkannter Bildungsurlaub

Infoveranstaltungen
Mi, 14. September, 19 Uhr
und Do, 22. Sept. um 11 Uhr

Seit 1997 habe ich zusammen mit meinem Team in rund 140 Kursen über 2500 Personen auf diese Erlaubnis vorbereitet, von denen ca. 90% im ersten Anlauf erfolgreich waren. Wir betreuen Sie von der Antragstellung beim Gesundheitsamt mit Sicherstellung von Prüfungsterminen bis zur abschließenden mündlichen Überprüfung und stehen Ihnen jederzeit mit Rat und Tat zur Seite. Wie auf Schienen geleitet, können Sie aufgehoben, mit einem Gefühl von Sicherheit und Orientierung, diesen Weg gehen. Zweimal pro Jahr, im März und im Oktober, beginnen vier neue, parallel laufende Kurse, wodurch weitgehend sichergestellt wird, dass Sie nichts versäumen. Wenn Sie also auf Nummer sicher gehen wollen, dann kommen Sie und profitieren von der großen Erfahrung und dem komplexen Wissen, welches sich im Laufe der Jahre durch die große Anzahl der erfolgreichen Absolventen und die zahlreichen Prüfungsbeisitze formiert hat. Weiterhin unterstützen wir auch die Bildung von Lerngruppen. Besuchen Sie eine der zahlreichen Informationsveranstaltungen in den vermutlich schönsten Seminarräumen Berlins oder vereinbaren Sie einen individuellen Informationstermin.

Ort/Info/Anmeldung:
Institut Christoph Mahr
Katharinenstraße 9
10711 Berlin-Wilmersdorf
Tel.: 030 - 813 38 96
www.christoph-mahr.de
www.ipt-berlin.de

Heilpraktiker für Psychotherapie

Neue Vorbereitungskurse ab Herbst

In meinen Kursen erhalten Sie eine umfassende Vorbereitung auf die Prüfung zum Heilpraktiker für Psychotherapie. Sie profitieren von einer persönlichen Lernatmosphäre in kleinen Gruppen mit viel Praxisinhalt und viel Erfahrung.

Im Kurs erhalten Sie
- kompaktes Wissen zur Psychiatrie und Psychotherapie und umfassende Vorbereitung auf die schriftliche Überprüfung mit umfangreichem Skript und vielen Prüfungssimulationen
- sichere Kenntnisse in Diagnose und Differentialdiagnose anhand von zahlreichen Fallbesprechungen und praktischen Übungen
- fundierte Vorbereitung auf die mündliche Prüfung mit vielen Fallbeispielen
- optional ein gezieltes Einzelcoaching für die mündliche Prüfung

Infotermine:
Do, 15. September, 18 Uhr
Di, 20. September, 10 Uhr

Heilendes Coaching
Dr. Annegret Haupt
Mehringdamm 43
10961 Berlin
Tel.: 030 - 91 44 43 25
www.annegret-haupt.de

HERZFELD AKADEMIE
Natürlich zum Erfolg.

Trainerausbildung

Dozent/in mit Kompetenz und Strahlkraft

In der viermonatigen berufsbegleitenden Trainerausbildung lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer eigenverantwortlich und selbständig Schulungen, Seminare, Trainings und Workshops für verschiedenste Teilnehmergruppen zu konzipieren, vorzubereiten, durchzuführen und zu evaluieren. Sie finden und schärfen Ihren authentischen Stil als Dozent, entwickeln Gelassenheit im Umgang mit Lampenfieber, gruppendynamischen Prozessen und Störungen und erfahren, wie Sie sich und Ihre Leistung überzeugend vermarkten können.
Das Lehrkonzept der Herzfeld Akademie garantiert Ihnen eine individuelle und interdisziplinäre Ausbildung mit klarer Praxisrelevanz.
Informieren Sie sich gerne über die Herzfeld Akademie und die Ausbildung bei einem persönlichen Kennlerngespräch am 15. September von 18.30-20 Uhr.

Ausbildungsbeginn:
6./7. Oktober

Kontakt:
Herzfeld Akademie
Otto-Erich-Str. 11/13
14482 Potsdam
Tel.: 0331 - 28 79 15 11
info@herzfeld-akademie.de
www.herzfeld-akademie.de

Kongress: Leben und Sterben – Buddhistische Perspektiven

Eine Veranstaltung der Deutschen Buddhistischen Union

Wie gehe ich mit meiner eigenen Sterblichkeit um? Was trägt, wenn alles andere versagt? Wie helfe ich, wenn andere sterben? Was soll ich denn jetzt sagen oder tun? Was ist Karma? Was passiert nach dem Tod? Gibt es etwas, das überlebt?
Diesen und anderen Fragen wird der Kongress Raum geben. In diesen drei Tagen werden die Kernthemen Leben, Sterben und Überleben von renommierten buddhistischen Meisterinnen und Meistern sowie Praktizierenden aus Ost und West unterschiedlichster Traditionen vorgestellt.
In Vorträgen, Workshops, geleiteten Meditationen, Gesprächsrunden und Lesungen gibt es viel Gelegenheit für persönliche Auseinandersetzung zu den Themen Vergänglichkeit, Sterben, Wiedergeburt, Bestattung und Trauer.
Die Themen des Kongresses bauen aufeinander auf. Deswegen ist die Teilnahme an der gesamten Veranstaltung empfehlenswert. Eine Teilnahme an einzelnen Tagen ist aber auch möglich.
Ausführliche Informationen und Ticketkauf unter: www.leben-und-sterben-2016.de

Kongress
16.-18. September

Zeiten:
Fr. 19-21.30/Sa. 10-21.30/So. 10-15 Uhr
Ort: Universität Potsdam,
Campus Griebnitzsee, Haus 1
August-Bebel_Str. 89, 14482 Potsdam
Kontakt: Bettina Hilpert
Tel.: 089 - 45 20 69 30
www.leben-und-sterben-2016.de

---

iPt®

Ausbildung in Integrativer Psychotherapie
Konzept einer Psychotherapie der Zukunft

Bei diesem Konzept Integrative Psychotherapie handelt es sich um einen schulen- und methodenübergreifenden Ansatz, der den Anspruch verfolgt die Erkenntnisse aktueller Psychotherapie- und Hirnforschung erfolgreich umzusetzen. Für moderne Therapeuten geht es nicht mehr wie einst darum, allen Menschen mit dem einen, sich gegen andere abgrenzenden Psychotherapieverfahren zu begegnen. Im Fokus steht heute vielmehr, sich so „aufzustellen", dass sich die therapeutische Handlungskompetenz, durch Integration verschiedener Therapiekonzepte, an den empirisch abgesicherten Wirkfaktoren der aktuellen Therapieforschung orientiert.
Jedes einzelne Psychotherapieverfahren hat seine Stärken und so ist es selbstverständlich, dass sie sinnvoll zusammengeführt eine viel größere und ganzheitlichere Kraft entwickeln und folglich auch ein weiter reichendes Spektrum abdecken. Bei dem hier genannten Konzept handelt es sich um eine logische und sinnvolle Zusammenführung von Modellen und Methoden verschiedener Ansätze mit den Schwerpunkten: Schematherapie, Gesprächstherapie, Gestalttherapie, Hypnotherapie, Transaktionsanalyse, systemische Familientherapie und der Neuro-Linguistischen Psychotherapie. Weiterhin gehören dazu die Logotherapie, die Existentielle Psychotherapie sowie verschiedene eigene Entwicklungen. Dieses Konzept ist emotionsfokussiert, lösungsorientiert und integriert durch sein Menschenbild alle psychotherapeutischen Grundrichtungen.
Besuchen Sie eine der regelmäßig stattfindenden Informationsveranstaltungen. Anmeldung erbeten.

Infoveranstaltung
Di, 20. September, 19 Uhr

Beginn der Ausbildung:
Als Wochenendausbildung
Start 5./6. November 2016

Info/Anmeldung:
Institut Christoph Mahr
Katharinenstr. 9
10711 Berlin-Wilmersdorf
Tel.: 030 - 813 38 96
www.ipt-berlin.de

Akasha Seminar mit Seelenrückverbindung

17./18. September

Seelenrückverbindung, um deine Seele zu berühren, sie sehen und fühlen zu können und mit deiner Seele gemeinsam in deine Akasha Chronik zu gehen.

Im Seminar lernst du Informationen aus der Akasha-Chronik zu empfangen und in den einzelnen Übungen wirst du erfahren

- was jetzt in deinem Leben wichtig ist
- Du kannst Informationen zu allen Themen deines Lebens erhalten
- Du erfährst etwas über dein Potential und deine Lebensaufgabe
- Und welche Themen du in dieses Leben mitgebracht hast und du lernst Kontakt zu einem Ahnen von dir aufzunehmen
- Du lernst auch in der Akasha-Chronik eines anderen Menschen zu lesen.

Okt. Nov. Dez. siehe Termine auf der website

Kontakt: Gitta Jahn
Tel.: 030 - 416 36 76
Rita Beulker
Tel.: 030 - 20 67 19 85
www.akasha-chronik-seelenheilung.com

Essentielles Theater

Wandlung im schöpferischen Ausdruck

Offener Abend
Fr, 23. September

ESSENTIELLES THEATER ist eine kreativ-therapeutische Auseinandersetzung mit persönlichen und kollektiven Lebensthemen.

Zur Erforschung des eigenen Wesens nutzen wir als Bühne den "Offenen Raum" - Experimentierfeld für die Impulse aus dem eigenen inneren Raum. Freie Bewegung, Tanz der 5Rhythmen®, Malen, Stimme, Ritus und Performance werden verbunden mit Elementen aus der Körpertherapie. Die Arbeit in der Natur hat dabei einen besonderen Stellenwert. Essentielles Theater eröffnet den Zugang zum schöpferischen Potential, wirkt inspirierend, heilsam und transformativ.

Offener Abend:
23. September
Einführung in das Essentielle Theater
Bewegung, 5 RhythmenTanz
Improvisation im "Offenen Raum"
19.30-22.45 Uhr, 20 €

„Die Wahrheit des Augenblicks"
19./20. November
Einführungswochenende 11-19 Uhr, 180 €

Ort: Der bewegte Raum, Belziger Str. 7, Berlin-Schöneberg

Leitung: Lothar Hahn
Begründer des Essentiellen Theaters
Kreativtherapeut, 5Rhythmen® Lehrer nach Gabrielle Roth

Ausführliche Infos & Anmeldung:
Tel.: 030 - 301 85 12
info@essentielles-theater.de
www.essentielles-theater.de

SKAN Körperarbeit

Einzelsitzungen/Workshops/Theaterarbeit

Info-Abend
23. September, 19 Uhr

Wir beurteilen uns oft von einer kritischen Position im Außen, mit dem Blick Anderer. Wir vergleichen oder bewerten uns anhand von „Trends" oder „Normen". Was uns häufig fehlt, ist die Verwurzelung in unseren körperlichen Empfindungen. Du weißt ganz viel über dich selbst, kennst deine „Schwachstellen", deine Ängste und Vermeidungen, traust dich aber nicht, dem auf den Grund zu gehen. Unsere Selbsterkenntnisse bleiben „im Kopf" und wir agieren immer wieder in gleichen Verhaltensmustern. Veränderungen finden oft nicht statt, weil wir unser Wissen nicht mit dem Fühlen verbinden.
SKAN Körperarbeit basiert auf den grundlegenden Erkenntnissen von Wilhelm Reich zu Charakterstrukturen, ihrem körperlichen Ausdruck und ihrer energetischen Funktion als „Panzerung". Unser Körper ist Ausdrucksmedium, das uns so viel über uns selbst mitzuteilen hat. „Der Körper ist der Übersetzer der Seele ins Sichtbare." (Christian Morgenstern)

Zugleich ist er Medium der Veränderung – Ort der Lösung von Haltungen, Mustern, Erstarrung, Einschränkung. Wir arbeiten mit Atem, Bewegung, Stimme, Ausdruckssequenzen, Berührung, Gespräch und vor allem – in Beziehung: „Körperarbeit ist Kunst, nicht Wissenschaft. Die Poesie der Sehnsucht ist ihre Sprache, nicht die Prosa des klinischen Berichts. Sie findet statt in der Beziehung, nicht in der Behandlung; in der menschlichen Beziehung, nicht in der, therapeutischen'." (Loil Neidhöfer)

Ort: Praxis Körperwerk
Schulzestr. 21, Berlin-Pankow

Offener Workshop:
21./22.10.2016
Ort: Studio Frangenheim
Börnestr. 43/45, 13086 Berlin

Anmeldung:
Tel.: 030 - 53 81 63 83
mail@skan-berlin.de

Weitere Infos unter
www.skan-berlin.de

Heilsames Schreiben – Kompaktausbildung 2016

Ingeborg Woitsch

ab 23.-25. September

Schreib- und Poesietherapie impulsiert Prozesse inneren Wachstums, der Erlebnisverarbeitung und des Selbstmanagements. Das Heilsame Schreiben verfügt über eine breite Palette an kreativem Handwerkszeug. Es mobilisiert Ressourcen und bringt uns in Kontakt mit unserer Lebenskraft.
Der Ausbildungskurs umfasst Grundlagen und Praxis des Heilsamen Schreibens sowie kreativer Biografiearbeit. Durch poesietherapeutische Selbsterfahrungen finden Sie eigene Wege einer professionellen Anwendung des Schreibens in Ihrem jeweiligen Berufsbereich.
Die Ausbildung findet in zwei Modulen (Frühjahr/Herbst) statt.
Der Abschluss jedes Moduls wird mit einem Zertifikat bescheinigt.

Ort: Aquariana
Am Tempelhofer Berg 7d

Info und Anmeldung:
Ingeborg Woitsch
Schreibwerkstatt für Poesietherapie und Biografiearbeit
HP Psychotherapie
Tel.: 030 - 84 41 92 85
www.ingeborgwoitsch.de

Zyklisch sein

Seelenanatomie der Menstruation

An diesem Wochenende wollen wir unseren weiblichen Zyklus tiefer kennenlernen. Die Kenntnis von Organen und Hormonen, von Eisprung und Menstruation sowie die damit zusammenhängenden seelisch-emotionalen Themen wollen wir in uns zurückrufen, um selbst-vertraut zyklischer Körper zu sein.

Durch dieses Wissen um weibliches Becken und Bauch können wir gezielte Entscheidungen für unsere Selbstfürsorge durch Massagen, Tees, Yoni-Eier und Superfoods treffen.
Mit Hilfe von Bewegung, Tanz, Berührung und durch die unmittelbare Kraft des Frauenkreises werden wir altes und neuestes Wissen vom Zyklus verkörpern und in unsere Leben tragen.

Methoden
Frauen-Heil-Kunde, Beckenbodentraining, Atemarbeit, Tantrisches Wissen, Thai-Yoga-Massage, Sexological Bodywork
Leitung: Selma Schwarzenbach & Iva Samina

Fr, 30. September, 19-22 Uhr
1./2. 10.16, 10-18 Uhr

Ort: Landsberger Allee 61, Berlin
Kosten: 250 €
Early Bird bis 9. 9.16: 220 €

Info und Anmeldung:
Tel.: 0157 - 55 19 64 33
info@ma-berlin.de
Facebook: Selma.Schwarzenbach

PureTheta

Erlebe deine Kraft! mit ThetaHealing®

ThetaHealing ist aktuell eine der wirksamsten energetischen Heilmethoden für Körper, Geist und Seele. Alltagstauglich und praxisnah ist es ein wunderbares Mittel zur Selbstheilung. ThetaHealing wirkt mit der höchsten Wahrheit, der Schöpfungsebene. Diese ermöglicht ein allumfassendes Verständnis, liebevolle Klarheit und Lösungen.

Von der Gründerin Vianna Stibal ausgebildet, unterrichten wir ThetaHealing deutschlandweit in Seminaren und begleiten Menschen in Einzelsitzungen auf ihrem ganz persönlichen Weg zu mehr Freude, Gesundheit und Erfolg in allen Bereichen des Lebens.

ThetaHealing Kennenlernabende
3.10., 6.11., 4.12. je 18-19.30 Uhr

ThetaHealing Basis-Seminar
Grundlagenausbildung I
1.-3.10.16, 4.-6.11.16

ThetaHealing Seelenpartnertag
30.10.16

ThetaHealing Aufbau Seminar
Grundlagenausbildung II
18.-20.11.16

Manifestieren & Fülle
3.-4.12.16

ab 1.-3. Oktober

Veranstaltungsort
Aquariana, 10965 Berlin

Puretheta® - Silke & Robert
Tel.: 030 - 55 20 46 17
hallo@puretheta.de
www.puretheta.de

Ausbildung zum Kinderyogalehrer/in (PFY) in Berlin 2016/2017

Das Team des Päd. Forum für Yoga hat in jahrelanger Arbeit ein anerkanntes und anspruchsvolles Pädagogisches Kinderyoga-Ausbildungsprogramm, das "Kinder Yoga Programm (KYP)" entwickelt.

Vier Hauptaspekte der Ausbildung
- altersgemäße Übungsweise
- schrittweiser und individueller Übungsaufbau
- Yoga als Übung im Alltag
- Ganzheitliche Übungsweise

Spezielle Themen der Ausbildung
Yoga für ADS- Kinder, Yoga-Mitspieltheater (Ramayana), Yoga- und Montesorri-Pädagogik, Kinderyoga Rückenschule, Kinderyoga nach Patanjali und vieles mehr…

17.-21. Oktober
Grundstufe oder
19./20. November und 17./18. Dezember
Grundstufe oder
16.-28. Januar 2017
Grund- und Aufbaustufe

Die Seniorenyogalehrer-Ausbildung, findet am 24.-28. Oktober, Grundstufe, statt.

Alle Berufstätigen können Bildungsurlaub beantragen und alle Geringverdiener zusätzliche eine Bildungsprämie (bis 500 € Rabatt)

ab 17. Oktober

Pädagogisches Forum für Yoga (PFY), Berlin
Tel.: 030 - 683 43 57
Yoga.Online@web.de
www.kinderyoga-online.de

Geburtsvorbereitung mit Achtsamkeit (MBCP)
Achtsamkeit und Stimme

Geburtsvorbereitung mit Achtsamkeit
Mindfulness **B**ased **C**hildbirth and **P**arenting
nach Jon-Kabat-Zinn und Nancy Bardacke
17.10. bis 19.12. Mo 18.30 Uhr
(9 mal 2 1/2-3 Stunden, Übungstag und Nachtreffen)
Der 1. Termin am 17.10. ist ein **offener Abend** und eignet sich auch als Information über den Kurs.

Achtsamkeit & Stimme
mit Clarissa Schwarz und Carien Wijnen
Samstag, 29.10.2016, 10-17.30 Uhr

MBCP-Kurs ab 17. Oktober
Achtsamkeit & Stimme 29.10.

Dr. Clarissa Schwarz
Hebamme, Lehrerin,
Gesundheitswissenschaftlerin
clarissa.schwarz@gmail.com
www.clarissa-schwarz.de

Entdecken Sie Ihr Potenzial

Das **Human Design System** zeigt Ihr angeborenes Potenzial: Ihre Energiedynamik, Ihre Fähigkeiten, Taente, Herausforderungen - und wie Sie damit umgehen können.
Der **Golden Path** (Activation/Venus/Pearl Sequence) erschließt dieses Potenzial von innen heraus: Schattenthemen wandeln sich in Gaben und Talente.

Ich unterstütze Sie bei
- beruflichen und sonstigen Entscheidungen
- Beziehungsthemen (Partnerschaft, Eltern-Kind...)
- gesundheitlichen oder finanziellen Fragen
- und ganz allgemein, wenn Sie mehr über sich selbst erfahren möchten,

mit Hinweisen aus der Sicht dieser Systeme.

Anna Bahlinger
Einzel- und Paarberatung
(auch telefonisch)
Coaching, Kurse
Tel.: 030 - 792 68 84
mail@annabc.de
www.annabc.de

Energie-Atmen: Praxis-Einführung

mit Carsten Maurer, Meister transformativer Energiearbeit

22. Oktober und 19. November
jeweils 15-19 Uhr

Kosten: 70 €
Ort: Landvogtstr. 51, Berlin-Mahlsdorf

Anmeldung und Info über:
gittahuebner@googlemail.com

Ab Oktober ist C.M. wieder in Berlin und bereit, neben der Fortführung der laufenden Gruppen noch 2-mal in diesem Jahr eine praktische Einführung ins Energie-Atmen zu geben: eine Art **Aktiv-Satsang!**
Man kann durch bewusstes Atmen lernen, so viel Energie in seinen Körper zu ziehen, dass man sie endlich zur Verfügung hat für das, was man wirklich möchte: Beziehungen klären, körperliche Blockaden lösen, **Neues erschaffen**... Das erfordert den Willen dranzubleiben, genau hinzuschauen und ganz praktisches Üben. Die starke Energie dieses Meisters kann deine Zellen an ihre Möglichkeiten erinnern und seine Erfahrung kann dich langfristig dabei unterstützen, alles in dir zu transformieren, was dich hindert zu sein, wer du bist.
Ein Erfahrungsbericht zu dieser Arbeit findet sich im Artikel: „Energie-Atmen" in der Sein-online. Carsten Maurers Buch „Wandlung - Die Transformation des menschlichen Unbewusstseins" ist in der aktualisierten Ausgabe ab Oktober erhältlich über: arc999@web.de

Ausbildung Massage-und Wellnesstherapeut/in

Start: 5. November

In schöner Atmosphäre bieten wir genug Raum zum intensiven Lernen.
Inhalt der fünf Wochenenden:

- das Erlernen einer professionellen, fließenden Wellness-Ganzkörpermassage
- klassische Massage
- Hot Stone Massage
- Fußrefexzonenmassage
- Aromaölmassage
- Joint Release/Gelenkmobilisation
- Existenzgründung
- Einblick in die Anatomie

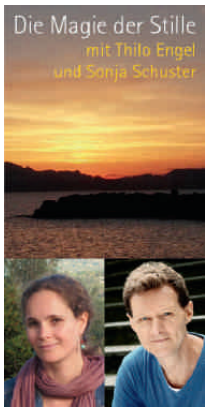
Wir gehen in den Ausbildungen neben dem **großen Repertoire an Massagetechniken** auf **Achtsamkeit**, die **innere Ausrichtung** und die **ergonomisch günstigste körperliche Haltung** beim Geben einer Massage ein.

Start: 5.11.2016

Kosten: 960 €

Ort: Yoga und Voice
Herberger Weg 14, 14167 Berlin

Weitere Infos:
www.massage-ausbildung-in-berlin.de
Akademie für Wellness und Prävention
Tel.: 030 - 61 20 33 96
mobil: 0160 - 94 69 16 06



Die Magie der Stille

Das Yoga- und Stille-Retreat auf Mallorca

5.-12. November

Weitere Infos:
Thilo Engel
Tel.: 0178 - 817 19 50
www.thiloengel.de
www.yogasan.de

Die Stille ist immer da, manchmal ist sie majestätisch, lebendig, überwältigend, grenzenlos – voller Liebe, Glück und Freude. Sie ist unser wahrer Wesenskern, unsere Mitte, unser Herz.

Oft wird sie zugedeckt, vermieden durch zu viele Aktivitäten, durch zu viel Tun bis zur Erschöpfung hin, als ob erst alles getan und erreicht werden müsste damit man sich ausruhen darf. So befinden wir uns ständig im Modus des Tuns und haben verlernt uns wirklich Zeit für das Nicht Tun zu nehmen, obwohl unsere Seele und unser Körper danach schreit. Leider ist die Stimme unserer Seele, unserer Gefühle so leise geworden, dass wir sie kaum noch hören und unsere wirklichen Bedürfnisse nicht mehr richtig wahrnehmen können.

Mit Yoga, Körper-, Bewusstheits- und Selbsterfahrungsübungen auf der schönen, stillen Finca Son Duri kannst Du mehr bei Dir ankommen, das Tun und alle äußeren Aktivitäten ausklingen lassen um Dich selbst wieder besser wahrzunehmen, damit das, was wir schon immer sind, sein darf...Liebe, Glück und Lebendigkeit.

13. Yogalehrerausbildung mit Stefan Datt & Team

kompletter Ausbildungskurs – traditionell und modern

14. Januar bis 7. Mai 2017

Infomaterial und Anmeldung:
Lernen in Bewegung e.V., Stefan Datt
(Veranstalter Berliner Yogafestival)
Weimarer Str. 29, 10625 Berlin
Tel.: 030 - 38 10 80 93
0178 - 130 65 53
yoga@yoga-berlin.de
www.yoga-berlin.de
www.yogafestival.de
www.physio-charlottenburg.de

Qualifizierter Kurs an 11 Wochenenden
Sa/So 10-14 Uhr oder 12-16 Uhr, inkl. einem Yoga-Anatomie-Wochenende außerhalb von Berlin. Bisher über 400 Kurs-Absolventen. Neuer Kurs ab Januar 2017 (108 UE), Intensiv-Wochenende 3 Tage (26,5 UE) außerhalb von Berlin. Ausbildungsort ist der wunderschöne Yogaraum bei Lernen in Bewegung am Karl-August-Platz in Charlottenburg mit eigenem Café/Bistro.

Kursinhalte: klassisches Yoga in Theorie und Praxis, die 4 Yogawege, yogaspezifische Anatomie, Yoga-Vedanta-Philosophie, Raja Yoga nach Patanjali, Sanskrit und Mantras, Pranayama, Kriyas, Bandhas, Mudras, Meditationstechniken, Stressbewältigung durch Yoga, Yoga mit Patienten, praktisches Üben des Unterrichtens mit Supervision. Aufbaukurse und monatliche Treffen möglich. Gastsprecherprogramme, schriftliche Abschlussprüfung und Zertifikat.

Kursgebühr: 1080 € inkl. Script, Prüfungsgebühren und Zertifikat (Bildungsprämie nach Absprache möglich)
Frühbucherrabatt 990 €; Yoga-Wochenende: ab 240 € inkl. Unterkunft, Verpflegung und Yogaunterricht

FORUM anzeigen

Kompetenz in Berlin und Umgebung

forum@sein.de

© Jörg Engel - Fotolia.com

MOVE UND MEDITATION

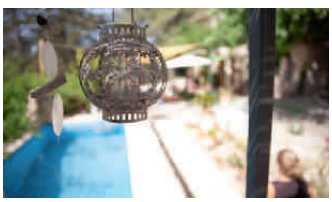
Singende Begegnung und Verbundenheit mit Chants aus allen Kulturen der Welt
Gemeinsames Singen erreicht eine Schwingungsebene, die dein Herz weich und warm macht. Mein Wunsch ist es, euch erfahren zu lassen, wie durch gemeinsames Singen eigene Emotionen tief wahrgenommen werden und gleichzeitig durch das Singen in Bewegung und Begegnung Mitgefühl sich frei macht. Und wie von selbst aktivierst du dabei deine Tiefenatmung; und das alles in Freude, mit Tiefe und Verbundenheit.

Bauchlachen aktiviert unsere Selbstheilungskräfte. Vor dem Singen lachen wir deshalb gemeinsam laut aus dem Bauch. Wer nur singen möchte, kommt 25 Minuten später.
Heilsames Singen & Bauchlachen - 2016:

Spirit Berlin	**Aquariana Zentrum**
7.9., 19-21 Uhr, Mi	13.9., 20-21.45 Uhr, Di
6.10., 19-21 Uhr, Do	18.10., 18-19.45 Uhr, Di
10.11., 19-21 Uhr, Do	22.11., 20-21.45 Uhr, Di
1.12., 19-21 Uhr, Do	20.12., 20-21.45 Uhr, Di
Preis: je 10/5 € erm.	Preis: je 12/ 10 € erm.

Spirit Berlin, Wedding,
Schererstraße 3 ph
Aquariana-Zentrum, Kreuzberg
Am Tempelhofer Berg 7d

Monia Dill (Dipl.oec) Zert. Singleiterin für Gesundheitsförderndes und Heilsames Singen
Zert. Laughter Yoga Teacher (Laughter Yoga International University, Bangalore/Indien)
Zert. Kundalini Yogalehrerin (KRI)
info@dillicate.de, **Tel.: 030 - 4747 2873** (AB)



Auszeit-Urlaub für Frauen auf Mallorca

eat, pray & relax – Ashram Mallorca

Aktive Meditationen, Atemübungen, Strandausflüge, Gespräche, Mantra-Singen, gemütliche Abende unter Frauen – gemeinsam einfach SEIN.

Erlebe eine spirituelle Urlaubs-Gemeinschaft unter Gleichgesinnten, voller Energie, Harmonie und Ruhe.

Finde Raum für Dein Seelenheil, lasse den Alltag hinter Dir. Öffne Dich für neue Gedanken & Impulse.

Genieße die mediterrane Oase der Entspannung, die gesunde Küche & Deine neue innere Balance.

Ashram Mallorca
Montuiri - Mallorca
www.ashram-mallorca.com

Der Ashram Mallorca wird Ende 2016 in eine neue größere Finca umziehen, so dass mehr Frauen in der Gemeinschaft zusammenkommen können – und wird durch ein Crowdfunding finanziert. Weitere Infos siehe Website.

BERATUNG UND COACHING

Auf zu neuen Ufern

Seriöse psychologisch-astrologische Beratung von zertifizierter Astrologin zu Ihren Fragen nach Beruf, Beziehungen und Finanzen. Oft verändert eine astrologische Beratung Wesentliches im Leben.

Wagen Sie den Schritt zu neuen Erkenntnissen!
Auf der Grundlage Ihres Horoskops können Potentiale, Fähigkeiten und Aufgabenstellungen erkannt werden. Dieses neue Bewusstsein gibt Ihnen die Möglichkeit zu weiteren Entwicklungen in Ihrem Leben.

Heidrun Funk

Tel.: 0151 - 28 76 56 64
heidrun.funk.berlin@t-online.de
www.psychologische-astrologie-beratung.info
Beratungen erfolgen persönlich oder per Telefon, Termine nach Vereinbarung

---

Workshops, Wissensvermittlung & Vorträge
- Grundlagen zum indigenen Naturverständnis
- Wissen und Praxis zu Weltbildern animistischer und schamanischer Kulturen
- Rituale verstehen und selbst gestalten

Coaching, Briefing und Beratung
- Individuelle Methoden, unabhängiges Feedback und professionelle Reflexion Ihrer Themen
- Kommunikationstraining und Gesprächsrunden

Meine Basis: Wir sind Teil der Natur
Die Natur umgibt uns und erhält uns am Leben. Sie ist magisch, beseelt, heilend und lebendig. Aus dem breiten Spektrum des traditionellen Wissens indigener Kulturen entwickle ich verschiedene Lösungsstrategien zu Problembewältigung im Alltag und im Arbeitsleben sowie Gesundheitserhaltung und Burnout-Prävention.

M.A. Ricordii da Silva
Ethnologie & Musikanthropologie
Mitglied im bfe - Bundesverband Freiberufliche Ethnolog_innen e.V.

Kostenfreies Erstgespräch und Info:
Tel.: **030 - 88 06 11 55**
ricordii@posteo.de
www.ricordii.de

Lebensblüten
Coaching und Achtsamkeitstraining
Hendrik Zühlke
- systemisches Coaching
- klientenzentrierte Gesprächsführung
- nachhaltige Krisenbewältigung & Problemlösung
- Training von Achtsamkeit und Bewusstsein
- einfache Achtsamkeitsübungen für den Alltag
- Hilfe bei der Befreiung von partnerschaftlicher Abhängigkeit
- Hilfe und Unterstützung bei privater und beruflicher Neuorientierung

Als ausgebildeter Coach unterstütze ich Dich bei Lebensfragen, Problemen und Krisen. Egal ob beruflich oder privat. Es gibt viele Wege, wir finden Deinen! Mehr Lebensfreude – mit dem Lebensblüten-Coaching.

Besuche mich zu einem kostenlosen Erstgespräch! Terminvereinbarung unter Tel. 0176 - 66 89 57 50 oder auf Lebensblueten.de.

Hendrik Zühlke
Lebensblüten
Coaching und Achtsamkeitstraining

Bölschestraße 59
12587 Berlin-Friedrichshagen

Tel.: **0176 - 66 89 57 50**
info@lebensblueten.de
FB: @lebensblueten
www.lebensblueten.de

BERATUNG UND COACHING FORTSETZUNG

Mediale Beratung und Zukunftsdeutung
- Kartenlegen: Tarot und Lenormand
- Handlesen
- Aura- und Chakrenreinigung
- Rückführung und Seelenrückholung
- Spirituelle Raumreinigung
- Rituale und Schutzmagie
- Kabbalistisches Aufstellen

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

Zukunftsdeutung als Weg, den eigenen Lebensfaden wieder aufzunehmen und selbst in schwierigen Lebenssituationen eine Lösung zu finden.

Tania Maria Niermeier
Medium & Hellseherin
Spirituelle Lehrerin

Privatsitzungen und Termine nach Vereinbarung

Tel.: **030 - 7 81 62 77**
taniamaria.niermeier@gmail.com
www.taniamaria-niermeier.de
www.die-hexenschule.com

Hellseherin & Medium (Christusenergie)
Hellsehen - Hellfühlen - Hellhören
Mittels meiner angeborenen ausgeprägten Hellsicht gebe ich Ihnen umgehend, ohne Vorabinformationen und Hilfsmittel, konkrete Antworten und Zeittendenzen zu Fragen in allen Bereichen, wie zur Partnerschaft, Liebe, Beruf, Finanzen, Tieren, Ihrem Potenzial und Seelenplan als auch möglichen Blockaden und Traumata.

Mediale Beratung & Bewusstseinscoaching
Spirituelle Lehrerin - Heilerin
Aufgrund meiner vielseitigen spirituellen Fähigkeiten, meines umfangreichen Wissens und meiner langjährigen erfolgreichen Praxis als Hellseherin und Coach kann ich Ihnen in vielen Lebenslagen wie auch in schweren Lebenskrisen Entscheidungshilfen, praktische Tipps und wirksame Techniken zur Selbsthilfe anbieten.

ISIRIA
Lebensberatung & Coaching
einfach & bequem per Telefon
Kennenlernpreis: 1,80 €/Minute

Beratung und Informationen:
Tel.: **030 - 61 29 61 21**
01525 - 209 6 205
sabine@gizella.de

Praxis für
psychologische Beratung Berlin
- psychologische Beratung
- Psychotherapie (HPG)
- (Berufs-)Coaching
- Paar- und Familientherapie
- Supervision
- Gesprächsgruppen
- Seminare & Kurse

Aktuelle Seminare & Kurse
- **Prüfungsvorbereitung Heilpraktiker/in für Psychotherapie** Beginn 19. Oktober 2016 und 3. Mai 2017 (Kosten: 650 €), mündliche Prüfungsvorbereitung (70 €), Crashkurs (250 €)
- **Einzel-Flirt-Coaching** (Termine nach Vereinbarung)

Jonas Capell Diplom-Pädagoge & Bachelor of Science, systemischer Einzel- & Familientherapeut
Stephanie Capell
Heilpraktikerin für Psychotherapie & Ass.jur.

Steinmetzstraße 27, 10783 Berlin

Tel.: 030 - 58 91 53 26
j.capell@psychologische-beratung-in-berlin.de
www.psychologische-beratung-in-berlin.de

Astrologiepraxis Potsdam

Individuelle Beratung
- Persönlichkeitsanalyse
- Jahresprognose
- Partnerschaftsanalyse
- Berufshoroskop
- Horoskop für Kinder und Jugendliche
- Crowley-Tarot

Unternehmensberatung
- Firmengründung
- Selbstständigkeit
- Geschäftsberatung
- Jahresprognose
- Kooperationen/Partnerschaften

Astrologiepraxis Potsdam
Ania Dejewska
Astrologin
Reiki-Meisterin/-Lehrerin

Termine nach Vereinbarung

Tel.: **0331 - 588 55 003**
www.astro-potsdam.de

Mediale-Kraft-Berlin
Gruppen- und Einzelarbeit, Workshops
- Mediale Lebensberatung, Coaching
- Familien- & Systemaufstellungen
- REIKI-Behandlungen
- Basisseminare Medialität, Akhesy®-Technik
- Meditation

24./25. September
WoS Heilung Inneres Kind
Sa 10-18 Uhr, So 10-16 Uhr
Praxis Mediale-Kraft-Berlin

30. September
Familienaufstellung/Systemische Aufstellungen
10-18 Uhr

Infos/Termine/Anmeldung siehe Homepage!

Mirca Preißler
Mediale Lebensberaterin, System. Aufstellungsleiterin, REIKI-Meisterin, Meditationsleiterin, Akhesy®-Lehrerin und Referentin
Praxis: Mediale-Kraft-Berlin
Karl-Marx-Allee 91a, 10243 Berlin-Friedrichshain
Tel.: **030 - 814 520 285**
kontakt@mediale-kraft-berlin.de
www.Mediale-Kraft-Berlin.de

Erfahrene Personalberaterin hilft...
Sie haben einen Gutschein für Einzelcoaching vom Arbeitsamt bekommen?
Sie beschäftigen sich mit der Frage, ob der Job, den Sie machen, noch zu Ihnen passt?
Sie wollen sich beruflich verändern? Sie haben noch keine Vorstellung, wohin? Sie haben Ihre Berufung gefunden... wie geht's weiter?
Sie haben schon ein recht genaues Bild über Ihr neues Arbeitsfeld und brauchen Hilfe bei Bewerbungsunterlagen, Kontaktaufnahme, Anschreiben, Interviewvorbereitung etc.?
Sie wollen sich selbständig machen?
Hilfe! Ein Businessplan...!
Sie wollen für Ihre Veranstaltung die Befreiung von der Umsatzsteuer beantragen?
Sie sind unglücklich an Ihrem Arbeitsplatz und wollen einfach nur mit jemandem darüber reden...

Uta Kirchner
futur-uno. PERSPEKTIVEN GmbH

Tel.: **0177 - 2 04 80 10**
info@futur-uno.com
www.futur-uno.com

Das Erstgespräch ist kostenlos.

BERATUNG UND COACHING FORTSETZUNG

Einzelsitzungen
- **Mediale Lebensberatungen**
- **Tierkommunikation**
- **Systemische Aufstellungen**
- **Supervisionen, Coaching**

Ausbildungen
- **Mediale/r Lebensberater/in**
- **Systemische Aufstellungen**
- **Reiki Grad I-IV**
- **Tierkommunikation**

7.9. kostenloser Info-Abend
16.-18.9. WE-Seminar „Gesunde Autorität und Durchsetzungskraft - Arbeit mit Pferden im Round Pen II"
21.9. Lectures & more - Bewusstwerdungsabend
30.9.-2.10. WE-Seminar „Das Ego - seine Funktion und unsere Transformation"
Vorschau
14.-16.10. WE-Seminar „Kontakt und Heilung mit Engeln"

Wir sind umgezogen!
Akasha Zentrum Berlin
Praxis für Medialität & Lebensfreude
Beate Bunzel-Dürlich
Brunnenstraße 29, 10119 Berlin-Mitte

Tel.: **030 - 3 91 92 77**
info@bunzel-duerlich.de
www.bunzel-duerlich.de

Bitte aktuelles Programm anfordern

TSEWA
Aufstellungen & Schamanismus
Offene Gruppen und Einzelarbeit
- Schamanische und Seelenaufstellungen
- Auflösung karmischer und symbiotischer Muster
- Schamanische Reisen und Rituale
- Energiearbeit mit heiliger Geometrie
- Ahnenanbindung
- Heilgesänge

Sieben-Generationen-Aufstellungen
Wochenende 24./25. September
Wochenende 29./30. Oktober

Tag der Offenen Tür
Erntedank im Seminarhaus Uckermark 1. Oktober

Strohballenpaten gesucht
www.ecocrowd.de

Catarina Skirecki
Diplom-Sozialpädagogin, Dipl. Designerin

Tel.: **030 - 92 37 21 78**
tsewa@gmx.de
www.tsewa.de
neues Projekt: **seminarhausuckermark.de**

„Gehe dorthin, wo du dein Liebstes findest, gehe dorthin, wo du dich selbst findest." Thich Nhat Hanh

---

Haben Sie schon einmal Ihre Augen aufgestellt?

Seminare & Einzelarbeiten
Offener Abend zum Kennenlernen
2. Dienstag im Monat, 19 Uhr (außer Ferien)
20 € (ohne Anmeldung)

Seminare im Gartenhaus, 14169 Berlin
S-Bhf. Zehlendorf, Teltower Damm 32

Die Augen sind das Tor zur Seele.
Wir schauen mit Ihnen auf die Botschaft Ihres AugenThemas und helfen, AugenSymptome aufzulösen.

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

Hilfestellung und Lösung durch Augen-/ Symptom-/FamilienAufstellung

Miggi Zech
Systemische AugenAufstellung
SymptomAufstellung
FamilienAufstellung

Tel.: 0172 - 3 12 40 76
miggi@augenauf-berlin.de
für Anmeldung und Fragen

Termine: **www.augenaufstellungen.de**

- **Coaching/Beratung**
- **Befreiung von Anhaftungen/Besetzungen**
- **Rückführung von Seelenanteilen**
- **Aurachirurgie**
- **Traumaarbeit**
- **Lichtbahnenheilung nach Trudi Thali**

WIR SIND GEMEINSAM FÜR SIE DA
Zu uns kommen Menschen mit ihren Problemen im persönlichen oder beruflichen Umfeld.
Wir hören Ihnen zu, nutzen unsere menschlichen, medialen und heilerischen Fähigkeiten, um an die Ursachen der Störungen zu gelangen und oftmals lebensverändernde Prozesse anzustoßen.

Susanne und Matthias Kaiser
Curtiusstraße 13
12205 B-Lichterfelde-West

Tel.: 0176 - 14 69 00 83

www.ganzheitliche-seelenheilung.de

Coaching mit Pferden: Selbst-Bewusst-Sein und Lebensfreude stärken
Pferde leben ganz im Augenblick und sind von Natur aus Meister der Körpersprache. Sie spüren genau, ob unser Fühlen und Handeln zusammenpassen.
Mit Pferden als Spiegel erleben Sie klare Kommunikation, Verbundenheit, Kraft und Freiheit.
Pferde laden Sie ein, wirklich authentisch zu sein.

Lernen Sie mit Pferden
- klar und präsent auftreten
- bewusst JA und NEIN sagen
- echte Beziehungen aufbauen
- Ihrer inneren Stimme vertrauen
- Ruhe und Gelassenheit finden

Begeben Sie sich auf ein inneres Abenteuer an der Seite der Pferde!

Katharina Haupt
Tel.: **030 - 61 20 23 25**
www.pferdemomente.de

Nächste Seminartermine:
3./4.9. Mit Pferden tanzen
5.-8.9. Nature, Horse and Spirit
18.9. Selbstbewusst Grenzen setzen
Einzelcoaching jederzeit nach Absprache

Raum für KÖRPER SEIN
Wenn wir in Situationen automatisch reagieren, zeigt sich das in der Art, wie wir atmen, uns bewegen und halten. Es beeinflusst unsere Art zu denken, zu fühlen und zu handeln. Wir können unsere Verhaltensweisen mit mehr Aufmerksamkeit in unserem Körper erkennen und verändern. Dadurch entsteht wieder mehr Raum für Neues und unterstützt die Heilung im Körper.

Raus aus dem Kopf und rein in den Körper
- mehr Klarheit gewinnen
- Blockaden und Ängste lösen
- Arbeit mit Narben
- Schmerzen lösen
- Kraft und Lebendigkeit zurückgewinnen
- Herausforderungen freier meistern

Im Körper lernen. Im Körper Sein.

Corinna Borchert – Körper Coaching
Grinberg Methode®, Systemische Arbeit
Einzelsitzungen und Gruppenarbeit

Ort: Raum für KÖRPER SEIN
Dunckerstr. 17, 10437 Berlin

Tel.: **0179 - 13 89 774**
mail@corinnaborchert.com
www.corinnaborchert.com

BERATUNG UND COACHING FORTSETZUNG

Haben Sie das Gefühl, dass es bei Ihnen etwas gibt, das Sie spüren, zu dem Sie aber den Zugang noch nicht gefunden haben? Dann suchen Sie vermutlich keine Therapie, sondern eine offene Gesprächsforum, in der Sie Unvermutetes in sich entdecken können. Das bietet die philosophische Praxis. Praktische Philosophie ist eine Form der Beratung. Der Berater lässt sich auf die Lebenswelt des Gastes ein, die in seinen Erzählungen deutlich wird. Die Gäste haben irgendwie das Gefühl, dass ihre Lebensführung hinter ihren wahren Möglichkeiten zurückbleibt.
Sie empfinden eine „Fesselung". Gemeinsam wird versucht, in einem sokratischen Dialog das Leben eines Gastes neu anzuschauen, immer auf der Suche nach dem persönlichen Sinn – jenseits von Überforderung oder einem mutlosen Sich-Abfinden.

Philosophische Praxis
Dr. Thomas Maurenbrecher

Arbeit als Sozialarbeiter,
Therapeut,
Philosoph.

Tel.: 030 - 61 20 38 61

- **Mediale Lebensberatung**
- **Familien- & Systemaufstellungen**
- **Walking-In-Your-Shoes**
- **Rückführungstherapie**
- **Reiki-Behandlungen**
- **Reiki-Einweihungen**
- **Bondingtherapie**

- Einzelsitzungen
- Seminare
- Telefonberatungen

Aufstellungen & Walking-In-Your-Shoes
8.9., 19-22 Uhr, **21.9.**, 10-13 Uhr

Spiritualität & Selbstliebe
14.9. Geben & Nehmen

Vortrag: „Medialität" mit Live-Demo
15.9., 17-18h, Eintritt frei
Zenit-Buchh., Pariser Str. 7, 10719 Berlin

aktive Meditation montags 19-20.30h

Vorschau: 30.10. „Glaubensätze"

Ute Franzmann
HP für Psychotherapie
exam. Krankenschwester

Praxis
Auerstr. 26, 10249 Berlin-Friedrichshain

Infos und Anmeldung unter:
Tel.: **030 - 32 66 44 32**
ute.franzmann@web.de
www.heilpraxis-ute-franzmann.de

Psychoenergetik nach Schellenbaum
mit Spontanritual

Spontanrituale lassen deine Lebensenergie wieder frei fließen und wecken das, was aus dir selbst heraus lebendig werden will.

(Artikel „SEIN" 9/2015, Heft 241)
Ich arbeite einzeln und mit Gruppen.

Info-Abende
mit Spontanritual
6. und 20. September, 19-20.30 Uhr
Eintritt: 15/10 €

Monatsgruppen:
So, 18. Sept., 14-18.30 Uhr (begrenzt freie Plätze)
Sa, 17. Sept., 14-18.30 Uhr (freie Plätze)
bitte um Anmeldung (Mail oder Tel.)

Ingrid Weißbach
Psychoenergetikerin nach Schellenbaum
Autorin

Tel.: **0157 - 38 95 43 00**
iweissbach@web.de
www.ingrid-weissbach.de

Naturheilpraxis am Kreuzberg, Solmsstr. 31
10961 Berlin, U-Bhf. Gneisenaustraße

Entdecken Sie Ihr Potenzial
Das **Human Design System** zeigt Ihr angeborenes Potenzial: Ihre Energiedynamik, Ihre Fähigkeiten, Talente, Herausforderungen – und wie Sie sich selbst gemäß handeln können. Der **Golden Path** (Activation/Venus/Pearl Sequence) erschließt dieses Potenzial von innen heraus: Schattenthemen wandeln sich in Gaben und Talente.

Ich unterstütze Sie bei

- beruflichen und sonstigen Entscheidungen
- Beziehungsthemen (Partnerschaft, Eltern-Kind, Kollegen...)
- gesundheitlichen oder finanziellen Fragen
- und ganz allgemein, wenn Sie mehr über sich selbst erfahren möchten,

mit Hinweisen aus der Sicht dieser Systeme.

Anna Bahlinger

Einzel- und Paarberatung
(auch telefonisch),
Coaching, Kurse

Tel.: **030 - 792 68 84**
mail@annabc.de
www.annabc.de

VERANSTALTUNGSZENTREN

Für alle, die ein Leben in Liebe und Selbstverantwortung führen wollen.
Gesprächskreise: spirituelle Themen, Gesundheit, Geldsystem, Selbstfindung und und und.
Malort nach Arno Stern: Für große und kleine Menschen, die ihre Freude am Malen (wieder) entdecken wollen.
Eltern und Kinder: Trageberatung, Babykurse, Konfliktberatung, Erziehung/Bindung, Bewegung...

Peter-Hess-Klangmassagen: eine ganzheitliche Methode, die Körper, Geist & Seele anspricht.
Heilpraxis: Befund nach den 5 biologischen Naturgesetzen; Anw.: Gesprächstherapie, Physiotherapie, Entgiftung/Entschlackung, Theta Healing, Reiki, Änderung von unerwünschten Verhaltensweisen, Auflösen von Ängsten...
Raum: Yoga, Chakraübungen, Präventionskurs Bewegung

Vermietung: gerne stellen wir unseren ca. 50qm großen Bewegungsraum zur Verfügung. Für Kurse, Seminare, Vorträge...

Raum für Begegnung und Austausch
Alt-Blankenburg 1d
13129 Berlin
Tel.: 030 - 97 00 8 202
www.raum-fuer-begegnung-und-austausch.de

Wunderschöne
Retreat- und Seminarorte in Polen
Sind Sie spiritueller Lehrer oder Yogatrainer und suchen für Ihr nächstes Seminar/Retreat einen geeigneten Ort **mitten in der Natur, mit lokaler Bio-Verpflegung und einem bezahlbaren Preis?** Haben Sie schon mal an Polen gedacht? Nicht mehr als 3 Stunden von Berlin entfernt liegen viele attraktive Veranstaltungszentren von hoher Qualität und unvergesslicher Atmosphäre. In Polen gibt es z.B. das „Weiße Haus", idyllisch im Riesengebirge am Wald gelegen, seit 8 Jahren **Geheimtipp für Yoga, Zen und Satsang**. Das Zentrum verfügt über 18 DZ mit eigenem Bad und einen 150 qm großen Meditationsraum. Es bietet lokale Bioprodukte, selbstgebackenes Brot und einen eigenen Heilbrunnen.

Ich bin spezialisiert auf **spirituelle Seminar-Organisation und berate Sie gerne** bei Ihrer Suche. Gerne unterstütze ich Sie auch während Ihrer Veranstaltung vor Ort.

Ella Klapsa
Tel.: **0163 - 7 60 83 35**
seminarorganisation@aol.de
www.ella-klapsa.com

GANZHEITLICHE HEILKUNDE

Meditation
Massage
Sexualität

Finde Dich im Herzen wieder und entdecke Deine innere Landschaft durch die Berührung wissender Hände.

Es gibt kaum etwas Schöneres!

Lass uns einfach wie Kinder natürlich und frei genießen und forschen – egal ob nährende Lichtarbeit oder bizarre Schattenthemen, mit oder ohne Intimritual (diese sind bei uns fernab von Geschlechtsverkehr), wir finden den Schlüssel, der hier und jetzt gerade passend für Dich ist.

Es gibt so viel zu entdecken –
wir sind neugierig – und Du?

Lomi Lomi & Tantra

JETZT NEU mit VIDEO
www.lomimassage-berlin.de

Tel.: 0151 - 21 55 54 27
www.mytemple.de

Wir freuen uns auf Dich!

Ayurveda Wellness auf 4 Etagen
mit Hofgarten und Dachterrasse
- Sommer-Ayurvedaangebote zur Abkühlung!
- **Geschenkgutscheine** in unserem Shop
- **jeden Monat neue Massage-Angebote!**
- **Massagen schon ab 25 €**
- Ayurveda-Massagen mit warmem Kräuteröl
- Shirodhara - der ayurvedische Stirnölguss
- Ayurveda Wellnesstage und Schönheitstage
- Ayurvedisches Dampfbad und Sauna
- Reissäckchen-Massage
- Ayurveda-Kosmetik
- Ayurvedische Ernährungsberatung
- **Kurse: Qi Gong** und Vipassana-Meditation
- MBSR-Kurse Achtsamkeitsmeditation
- **Neu: Klangschalenmeditation Di 16.30h**
- Raumvermietung für Kurse und Seminare
- Vermittlung von Kuren in Sri Lanka
- Ayurveda-Shop mit Gewürzen, Tees, Büchern, Geschenkartikeln

Surya Villa
Ayurveda Wellness Zentrum

Rykestraße 3
10405 Berlin

Tel.: **030 - 48 49 57 80**
Fax: 030 - 48 49 57 81
suryavilla@t-online.de
www.ayurveda-wellnesszentrum.de

Sei, wer du bist! Die spirituelle Suche und auch das alltägliche Leben dient nur der SELBST-Erkenntnis. Allein die Identifikation mit Körper und „Ich" erzeugt das Leid in allen Lebensbereichen. Mein Wirken, in den Veranstaltungen und Einzelsettings, ist auf diese SELBST-Erkenntnis ausgerichtet – auf das Ende allen Leids! Keine Methode, keine Meditation, kein Yoga und auch keine energetische Heiltechnik kann diesen inneren Frieden mit allem erzeugen. Die „Heilung" liegt jenseits des Verstandes!

Erkenne, wer du bist! Bist du bereit?

Termine:
10.9. MATRIX-Transcendence
11.9. MATRIX-Übungsgruppe
17./18.9. Essenz-Retreat-Wochenende
14.9. „SATTSANG"
24./25.9. Trommelbau-Workshop
Montags Mini-Workshop „Worte der Wahrheit"
Freitags SELBST-Gespräche

Mario Hirt spiritueller Lehrer

Tel.: **030 - 60 93 83 37**
0173 - 2 32 95 00
praxis@mariohirt.de
www.mariohirt.de
und bei Facebook

weitere Veranstaltungen siehe Homepage und facebook

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

Praxis KARYON
Brigitte Kapp, Heilpraktikerin
IFS- und Hakomi-Therapeutin
EMF Practitioner und Reflector

Belziger Str. 3, 10823 Berlin

Tel.: **030 - 78 95 51 02**
info@KaryonBerlin.de
www.KaryonBerlin.de

Traumatherapie
Katharina Fertig

- Somatic experiencing
- Transgenerationales Trauma
- Coaching
  und mehr

Einzelsitzungen und Seminare

Nächstes Seminar in Berlin
am 19.-20. November

Kriegskinder und Kriegsenkel
tragen eine Erbschaft der besonderen Art
- erkennen
- lösen
- integrieren

Leichter umgehen mit belastenden Familienthemen

Katharina Fertig
Heilpraktikerin für Psychotherapie
und Ergotherapeutin in eigener Praxis

Tel.: 030 - 243 588 21
info@traumatherapie-kf-berlin.de

www.traumatherapie-kf-berlin.de
Facebook/TraumatherapieBerlin

HANDS OF LIGHT –
„entdecke dein Potential"
Energiearbeit nach Barbara A. Brennan

WE 16.-18.9. mit Marion Pierschkalla
Infoabend: So, 11.9., 19 Uhr (kostenlos)

In einem einführenden Vortrag über „Aufbau und Funktion des menschlichen Energiefeldes" wird der theoretische Hintergrund von Brennan Healing Science® beleuchtet.

Im Anschluss erwarten Sie zahlreiche Übungen, alleine und in der Gruppe, sowie Meditationen, die helfen, die Wahrnehmung für Ihr eigenes Energiesystem zu erweitern.
Dies ermöglicht einen tieferen Zugang zu der lebendigen Dynamik Ihres Energiefeldes und öffnet den Weg sich selbst, anderen Menschen und dem Leben auf eine neue Weise zu begegnen. Sie erlernen eine energetische Heilbehandlung (Chelation) zum Reinigen, Stärken und Harmonisieren des Energiefeldes.

Marion Pierschkalla
Ort: Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, 10965 B
Kosten: 250 € (Wiederholer ermäßigt)

Info/Anmeldung:
Tel.: 0151 - 43 44 20 14 oder www.pierschkalla.de

Kennenlernangebot: Di, 13.9. und Fr, 14.10.
energetische Heilsitzungen 60 min./40 €
Anmeldung erforderlich!

Offener Abend „Heilraum": Fr, 9.9., 14.10.
jeweils 18 Uhr, 18 €

GANZHEITLICHE HEILKUNDE FORTSETZUNG

Ganzheitliche Zahnheilkunde
- seit über 15 Jahren Spezialisierung auf Amalgamsanierung mit Ausleitungsverfahren
- Restaurationen unter ganzheitlichen Gesichtspunkten mit verschiedenen Testverfahren
- ganzheitliche Prophylaxe
- kosmetische Zahnheilkunde und hochwertige prothetische Versorgung unter Beachtung der Kiefergelenksproblematik
- Material- und Störfeldtestung

Wir sehen den Patienten als Einheit von Körper, Geist und Seele...
Jeder Mensch ist ein einzigartiges Individuum, so dass wir auf verschiedenen Ebenen arbeiten, z.B.:
- Aurachirurgie
- Bachblüten
- Edelsteine
- Homöopathie
- Schüsslersalze
- Pflanzenheilmittel

Dipl. med. Edeltraud Paulmann
Reiki-Meister-Lehrerin

Ort: Zahnarztpraxis
Am Prerower Platz 12, 13051 Berlin

Öffnungszeiten:
Mo 13-18.30 Uhr, Di 8-18 Uhr (mit Pause)
Mi 8-16 Uhr, Do 8.30-13 Uhr, Fr nach Vereinbarung

Tel.: 030 - 9 28 00 80
Natur-ist-Heilung@gmx.de
www.zahnarztpraxis-paulmann.de

Coresonance – Klangheilung, Energiearbeit Systemisches Coaching & Lebensberatung
Das Leben besteht aus vielen Herausforderungen und Erfahrungsprozessen. Wenn wir unser Bewusstsein und unsere Resonanzen verändern, verändern wir auch unsere Realität, und dann wird alles möglich. Der Einklang von Seele, Körper und Geist, in Einklang mit sich selbst zu sein, seinem Herzen zu folgen, um ein selbsterfülltes Leben zu erschaffen, sind die Grundpfeiler meiner Arbeit mit Klang, Energie und Schwingung.

Ich unterstütze dich bei:
- Heil- und Bewusstseinsprozessen
- Lösung von Blockaden
- Aktivierung von Ressourcen
- zur Ruhe und zur eigenen Mitte zu finden
- lösungsorientierten Veränderungen (beruflich und privat)
- Standortbestimmungen
- Klärung von Beziehungen
- energetischen Klärungen und Aktivierungen und vielem mehr

Lorenz Elias Keller
Mühsamstr. 64
10249 Berlin

Tel.: 030 - 239 236 49
elias@coresonance.de
www.coresonance.de

CORE ENERGETIK - KÖRPER-PSYCHOTHERAPIE
- integriert: Körper, Gefühle, Verstand, Willen des Herzens und Spiritualität
- ermöglicht tiefere Prozesse durch direktes körperliches Erleben des Problems und seiner Lösung
- bringt Dich in Deine Kraft, Sanftheit, Authentizität und (Selbst-)Liebe
- bei Krisen, Ängsten, Depression, Wut, Trauer, Trauma, Konflikten, Sehnsucht...

Körperübungsgruppen (Mo&Do):

TRE® Stress und Trauma loslassen...
Der Weisheit des Körpers Raum geben

CORE EXPRESSION® BODYWORK
Lebendigkeit feiern, Verbundenheit spüren
Erdung, Atem, Ausdruck, KörperSein

COACHING Berufliche Orientierung
für Berufstätige, Studenten & Schüler
Finde Dein berufliches Glück!

Clemens Feuerherdt
Praxis für Körperpsychotherapie
Core-Energetik-Therapeut
Integraler Coach
Zertifizierter TRE®-Anbieter
Heilpraktiker für Psychotherapie

Kostenloses Erstgespräch
Tel.: 0176 - 15 00 10 61
kontakt@core-expression.de
www.core-expression.de

Praxis für Energieheilkunde®
Seit 2004 behandele ich mit Hand, Herz und Erfahrung Patienten, Suchende und leidende Menschen mit:
- Aurachirurgie (nach Gerhard Klügl)
- Auralesungen
- Handauflegen (traditionell)
- Tarot/Kartenlegen
- „Heil(er) Sein"-Ausbildung

„Heil(er) Sein" Kurs
ab Sa/So 10./11.9.2016
7 Wochenenden innerhalb 1/2 Jahr
(keine Einweihungen, Grade o.ä.):
Energie fernsenden, Handauflegen, Sehen, Blockaden auflösen, Gesetze des Unsichtbaren, die „3 Kostbarkeiten", Tod, Entstehen von Krankheiten, Raumreinigung, Ohnmachtsverhältnisse lösen, Eigenschutz, andere Wesenheiten u.v.m.

Anja Herrmann
Heilpraktikerin und
Lehrerin der Energieheilkunde

Tel.: 03338 – 398 358
im Gesundheitszentrum „Rollbergeck"
Jahnstraße 50 (EG), 16321 Bernau
(Bahn: S2 und RE3, Kfz: P im Innenhof)
www.praxis-für-energieheilkunde.de

Spirituelle Praxis Dr. med Helmut Krah
…der eigenen Heilung und Entwicklung den Raum und die Zeit geben, die Sie benötigen… Emotionale, psychische oder körperliche Blockaden, Krankheiten oder Krisensituationen haben eine Entsprechung auf der geistigen/spirituellen Ebene. Erst durch die Einbeziehung dieser Ebene wird eine dauerhafte Lösung oder Heilung möglich. Ich lade Sie ein, in Achtsamkeit und Vertrauen Ihre Themen zu ganzheitlicher Heilung, Lösung von Blockaden und Lebenskrisen, anzusehen, um diese zeitnah und nachhaltig zu lösen. Ich begleite Sie behutsam mit dem, was ich wahrnehme, auf Ihrem ganz individuellen Weg.

- Spirituelle Heilung
- Energetisches Heilen
- Psychoakupunktur
- Quantenmedizin
- Bewusstseinsarbeit
- Arbeit mit dem inneren Kind

und mehr

Dr. med. Helmut G. Krah
Chausseestraße 56
10115 Berlin Mitte
Direkt am U-Bahnhof
Schwartzkopfstraße (U6)
Tel.: 0170 - 658 37 85

www.spirituelle-Praxis.Berlin

Lösungsorientierte Familienaufstellungen
Systemisches Coaching

Körperpsychotherapie, sanfte pulsierende Massagen mit gesungenen Obertönen

Roman Löffler
Heilpraktiker Psychotherapie
Traumazentrierter Fachberater

Termine nach Vereinbarung
Tel.: 030 - 78 95 33 35
www.dragon-works.de

GANZHEITLICHE HEILKUNDE FORTSETZUNG

Wesenheiten entfernen
Wesenheiten existieren auf energetischer Ebene, sie leben parasitär und sind darauf angewiesen, Lebenskraft von ihrem Wirt abzuziehen, was zu Erschöpfung der Person führen und manchmal Krankheiten auslösen kann.
Wesenheiten können durch eine ungesunde Lebensweise des Menschen verstärkt Lebensenergie abziehen. Ständige Erschöpfung z.B. könnte ein Anzeichen für eine Besetzung sein.

Für eine Entfernung der Wesenheit oder mehr Infos können Sie mich gerne kontaktieren.

Gerne möchte ich Ihnen das **Buch von Dr. Samuel Sagan**: „Wesenheiten – Parasiten des Energiekörpers" empfehlen...

Magdalena Novak
Inner Space Therapeutin, Entity Clearer

Im Institut für Gesundheit und Bewusstsein
Klosterstraße 33, 13581 Berlin

Tel.: 030 - 33 60 72 68
01578 - 73 81 797
innerspacepraxis@gmail.com
www.innerspace-berlin.de

Praxis für Prana-Heilung
nach Master Choa Kok Sui®
24./25. September – PRANA 2
8./9. Oktober – PRANA 1
5./6. November – PRANA 2
19./20. November – PRANA 3
3./4. Dezember – PRANA 1
22./23. April 2017 – Energetischer Sebstschutz mit Master Sai Choletti
1. und 2. Mittwoch im Monat 19 Uhr
2-Herz-Meditation, danach Prana-Übungsabende

PRANA 1
- Grundlagen und Prinzipien
- Reinigen/Energetisieren des Energiekörpers
- Chakras und ihre Aufgaben
- Prana-Atmung • Aura sehen und spüren
- Fern- und Selbstanwendung

PRANA 2
Fortgeschrittene Form mit farbigem Prana
PRANA 3
Psychoprana – der Schlüssel der Prana-Heilung
Jährliche Zertifizierungs-Seminare

Regina Hoog - P1/P2/P3 - Seminare
Prana-Lehrerin, zertifizierte Anwenderin ausgebildet/autorisiert durch Großmaster Choa Kok Sui und Master Sai Cholleti

Praxis für Prana-Heilung nach GMCKS®
Lerchenweg 26, 12109 Berlin
Tel.: 030 - 7 04 18 73, 0172 - 9 45 14 00
Regina.Hoog@t-online.de
www.pranaheilung-berlin-brandenburg.de
www.prana-heilung.de

FREI SEIN FÜR NEUES?
- **AUFLÖSEN** alter Bewusstseins- & Körpermuster
- Energie **AUFTANKEN** mit japanischem Heilströmen
- Persönlich **AUFBLÜHEN** durch Anwendung australischer Buschblütenessenzen

Beratung, Kurse und Vorträge, Einzelbehandlung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Unterstützung bei:
- akuten & chronischen körperlichen Beschwerden
- besonderen Umbruchs- und Lebenssituationen
- Entscheidungen oder Zielfindung
- (Ab)Lösungsprozessen, Adoleszenzproblemen
- Begleitung in Prüfungsphasen
- Wechseljahren, Altersbeschwerden u.v.m.

mehr unter Anwendungen/Indikationen auf der Webseite

Heilpraxis Mandy Ehnert
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Tel.: 0152 - 052 33 926
www.heilpraxis-ehnert.de
NEU!
Kurse für Japanisches Heilströmen an der VHS Steglitz unter Jin Shin Jyutsu
SZ320-319, Anfänger ab 8.9.16, Do 18-19.30
SZ320-317, Senioren ab 7.9.16, Mi 14.30-16 Uhr

Anett Bauer
Psychosozialer Coach für Hochsensible und Hochbegabte

Berufung - Bewegung - Neubeginn
Coaching für Sinnsuchende

Persönliche Begleitung für hochsensible, hochsensitive & vielbegabte Menschen

Weitere Angebote
Spirituelle Heilarbeit
Quantenheilung
Energiekörperreinigung
Lomi Lomi als schamanisches Ritual

Seminare zum Training
der Hellsicht und Erfahren
des Energiefeldes

Anett Bauer
Naturheilpraxis, Lychener Str. 82
10437 Berlin/Prenzlauer Berg

Tel.: 0172 - 6 09 97 04
030 - 44 79 38 00
mail@anettbauer.de
www.anettbauer.de
www.hochsensibel-hochsensitiv.de

VERANSTALTUNGSZENTREN

Essentis ist eine lebendige Insel, umgeben von Fluss, Wald und den bezaubernden Ostberliner Alleen. Da wir glauben, dass Achtsamkeit die Welt verändern kann, bieten wir ein Programm holistischer Workshops, Retreats und Festivals, welches das breite Spektrum von Heilung und Bewusstsein umfasst.

Als ganzheitliches, nachhaltiges Hotel garantieren wir Dienstleistungs-Service höchster Qualität, inklusive täglich regionale und 100% bio-vegane Küche, voll ausgestattete Hotelzimmer und sieben Seminarräume in allen Größen. Sonntags können Sie bei uns einen gesund-veganen Brunch genießen!

Essentis „The Living Island"
Biohotel - Veganes Restaurant - Workshops&Events
Weiskopfstraße 16-17, 12459 Berlin

Tel.: 030 - 53 00 500
info@essentisbiohotel.de
www.essentisbiohotel.de

HANDWERK UND HANDEL

www.starke-Redner.de

Entdecke Dein Anliegen
und die richtigen Worte dafür!

Glauben, Vertrauen gewinnen in **Jesus** und die geistige Welt – **Antworten** finden.

Innere Klarheit entwickeln – **Selbstpräsenz** erleben – **überzeugend** argumentieren.

Inspirierte Texte und (Be) Werbung (en).
Geistvolle Homepages – wortstarke Auftritte.

Zusammen mit einer **N**ah**T**od**E**rfahrenen Heilerin: Aufrichtungen der Seele, Segnungen von Herzenswünschen und mehr!

Dr. phil. Dipl. theol. Uwe Neumann
Tel.: 0172 - 150 36 72 ab 18 Uhr
AB: 0395 - 35 07 883
dr-uwe-neumann@gmx.de
www.begleiter-deines-weges.de

AUSBILDUNGEN UND TRAININGS FORTSETZUNG

Abenteuer Bildhauen entdecken!
Ich begleite Dich mit meiner Erfahrung dabei, Deine eigene schöpferische Kraft zu entdecken und klar, mutig und entscheidungsfreudig eine eigene Form zu gestalten.
Workshops:
- Bildhauerei für Anfänger & Fortgeschrittene
- Bildhauerische Prozessarbeit bei neuen Lebensabschnitten
- Gestalten essentieller Symbole für den Aufbruch in neue Lebensphasen
- Teambildung: Entscheiden, gestalten, gemeinsam entwickeln

Der bildhauerische Prozess lädt ein:
- Potentiale zu ergreifen & zu gestalten
- wahrzunehmen & sich selbst mutig einzubringen
- Entscheidungen zu treffen… & macht einfach richtig FREUDE!

Simone Elsing
Bildhauerin, Dipl. Psychologin, Kunsttherapeutin, Geomantin

Termine, Info und Anmeldung:
Tel.: 0162 - 6 16 57 99
info@simone-elsing.de
www.simone-elsing.de

Ausbildung und intensive Prüfungsvorbereitung zum
- Heilpraktiker (HP)
- HP für Physiotherapie
- Heilpraktiker für Psychotherapie

Fortlaufende Kursangebote: Heilpraktiker
- Abendkurs ein- oder zweijährig
- Wochenendlehrgang 18 Monate
- Crash-Kurse für Osteopathen (Quereinstieg jederzeit möglich)

Heilpraktiker für Psychotherapie
- Kombinierter Abend- und Wochenend-Lehrgang, 9 Monate

HEILPRAKTIKERSCHULE BODAMMER

Stubenrauchstraße 60
12161 Berlin-Friedenau

Tel.: 030 - 6 94 68 97
www.brigitte-bodammer.de

Maßgeschneidert zum Heilpraktiker
Vormittags-, Abend- und Wochenendkurse
3.9. Intensivwochenende Klinische Untersuchung
7.9. Beginn Ausbildung Heilpraktiker Psychoth.
10.9. Beginn Heilpraktikerausbildung
20.9. Infoabend Irisdiagnose
26.9. Infoabend Coaching
27.9. Prüfungserfahrung einer Amtsärztin
28.9. Erfolg in der Naturheilpraxis

Ausbildung nach dem Bausteinprinzip
1. HP-Prüfungsvorbereitung
2. Ausbildung HP Psychotherapie
3. Klassische Homöopathie (SHZ-zertifiziert)
4. Akupunktur (TCM) und Ohrakupunktur
5. Massage/Ernährungsberatung
6. Fußreflexzonenentherapie
7. Bachblütentherapie
8. Traumatherapie/Coaching

ARCHE MEDICA
Akademie für Heilpraktiker

Handjerystr. 22
12159 Berlin

Tel.: 030 - 851 68 38
schule@archemedica.de
www.archemedica.de

Astrologie-Grundkurs
Sie interessieren sich für die astrologische Symbolsprache? Der Grundkurs bietet Ihnen einen umfassenden Einblick in die astrologische Deutung. Sie werden die Tierkreiszeichen, Planeten, Häuser und Aspekte kennenlernen und schon bald erste Deutungsschritte machen. Der Unterricht findet individuell in kleinen Gruppen statt, es gibt ausreichend Zeit auf alle Fragen/Beispiele einzugehen.
Neuer Kurs ab September 2016

ASTROLOGIE in BERLIN
Evelyn Rodtmann
gepr. Astrologin DAV

Aquariana-Zentrum
Am Tempelhofer Berg 7d
10965 Berlin-Kreuzberg

Tel.: 030 - 623 32 17
mail@innenreisen.de
www.innenreisen.de

Berufsqualifizierende Ausbildungen:
- Entspannungstherapeut(in)/-pädagoge(in)
- Hypnotherapeut(in)
- Atemtherapeut(in)/-pädagoge(in)
- Lerntherapeut(in)/-pädagoge(in)
- Kunst- und Kreativitätstherapeut(in)
- Musiktherapeut(in)/Klangtherapeut(in)
- Massage- und Wellnesstherapeut(in)
- Ernährungstherapeut(in)
- Yogatherapeut(in)/-lehrer(in)
- Yogatherapeut(in) für Kinder und Jugendliche
- Gesundheitstherapeut(in)
- Sport- und Fitnesstherapeut(in)
- Stimmtherapeut(in)
- Meditationslehrer(in)
- Psychologische(r) Berater(in)
- Psychotherapie (HPG)

IEK Deutsches Institut für Entspannungstechniken und Kommunikation
Paul-Heyse-Straße 17, 10407 Berlin
Tel.: 030 - 44 73 75 99
info@entspannung-berlin.de
www.entspannung-berlin.de
Ausbildungszentren:
Köpenicker Straße 175, 10997 Berlin
Edinburger Straße 45, 13349 Berlin

Erfolgreiche Therapie und Heilung beginnen mit der Erkenntnis der Zusammenhänge:
Warum leide ich, und wer bin ich?
Rückführungstherapie
- deckt Ursachen & Zusammenhänge belastender Lebensprobleme auf, wirkt lösend & befreiend

EMDR Traumatherapie
- anerkannte Methode erster Wahl bei traumatischen Erlebnissen, hohe Erfolgsquote

Qualifizierte dreimonatige Ausbildung mit Zertifikat in Rückführungstherapie & Heilhypnose
14 tägig
jeweils Sa/So 10-18 Uhr
mit Pausen

Beginn: 17./18. September 2016
rechtzeitige Anmeldung erbeten

Hans-J. Gruber
HP/Psychotherapie und Dipl.Soz.Päd.
überregional bekannter Therapeut & Buchautor
Interview auf www.smartjobs.tv

Breite Str. 19, 14199 Berlin

Tel.: 030 - 88 71 45 52
0176 - 30 65 86 55
www.reinkarnationstherapie-berlin.de

AUSBILDUNGEN UND TRAININGS FORTSETZUNG

HEILPRAKTIKER INSTITUT
HANNE EDLING

Heilpraktiker-Ausbildung
- Praxisbezogene Prüfungs- und Berufsvorbereitung
- Einstieg jederzeit möglich
- Kostenloser Gastunterricht in laufender Ausbildungsgruppe
- Individuelles Prüfungstraining
- **Vormittagsgruppe ab September 2016**
- **Wochenendgruppe ab Januar 2017**
- **Sonderkurse für Osteopathen und Physiotherapeuten**

Ausbildung zum Coach und Psychologischen Berater
- Berufliche und persönliche Qualifikation
- Kommunikationstechniken
- Ressourcenaufbau
- Systemische Interventionen
- Konfliktbearbeitung und Mediation
- Psychotherapeutische Methoden
- **Vier Wochenenden ab September 2016**
- **Folgegruppe ab Januar 2017**
- **Einzelcoaching für Heiler und Berater**

Heilpraktiker Institut Hanne Edling

Belziger Str. 69/71
10823 Berlin-Schöneberg

Tel.: 030 - 7 96 91 30
Info@HanneEdling.de
www.HanneEdling.de

Coaching Institut/Berlin

Zertifizierte Ausbildung zum Coach
nach höchsten europäischen Qualitätsstandards der EASC
Wochenendausbildung inkl. einer Intensivwoche in Lykia (Türkei) über 19 Monate/11 Blöcke/37 Tage/370 Ausbildungseinheiten
sowie regelmäßigen Intervisions-Gruppentreffen, anerkannt als Bildungsurlaub, Anrechnung von Bildungsgutscheinen möglich.

Ausbildungsbeginn:
11.11.2016

Infoabende:
7.9. und 11.10., jeweils 18 Uhr

oder nach persönlicher Vereinbarung
Tel. 030 36 75 17 17,
v.tepp@coachinginstitut.berlin

Coaching Institut Berlin
Coaching, Lehr- & Supervision, Beratung, Strategieberatung, Krisenmanagement, Changemanagement, Kommunikationstraining, Paarberatung, Ausbildungen, Fort- & Weiterbildungsangebote
Waldstraße 32, 10551 Berlin
Tel.: 030 - 36 75 17 17
info@coachinginstitut.berlin
www.coachinginstitut.berlin

Vorbereitung auf die staatl. Überprüfung
PSYCHOTHERAPIE nach dem HP-Gesetz

75 Unterrichtsstunden als
- Vormittagskurs
- Abendkurs

Besuchen Sie einen der regelmäßig stattfindenden Infoabende in den vermutlich schönsten Seminarräumen Berlins.

Seit 1997 haben wir in rund 140 Kursen über 2000 Personen erfolgreich durch die Überprüfung Heilpraktiker Psychotherapie begleitet.

Vorzüge, die seit jeher dabei waren:
- Aktualisiertes Unterrichtsmaterial
- Prüfungssimulationen
- Eine angenehme und zugleich motivierende Seminaratmosphäre

INSTITUT
Christoph Mahr
Katharinenstr. 9
10711 Berlin

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

Nächste Termine: Mi, 14. September, 19 Uhr und Donnerstag, 22. September, 11 Uhr

---

Foto © Anne Hamann

YOGA MORE

Workshop: Hot Yoga 1 Standserie
4.9. mit Ferri Djabbari
Tagesevent: Im Herzen leben
17.9. mit Jagata Schaad
Tagesevent: Meditation „Das Abenteuer“
18.9. mit Jagata Schaad
Workshop: Faszientraining im Pilates
24.9. mit Saifohn Patek
Workshop: Hot Yoga 2 Bodenserie
2.10. mit Ferri Djabbari

Im Herzen leben, 17.9.
Die Welt wird sich weiter schnell drehen. Den inneren Raum, aus dem heraus wir am Spiel des Lebens teilnehmen, müssen wir selbst wieder entdecken.

Meditation 18.9.
An diesem Tag werden mehrere Meditationen praktiziert. Es gibt kein Ziel, nichts was du lernen oder benutzen kannst, es ist nur beobachten von dem, was ist.

39 Yoga-Kurse pro Woche

Einsteigerangebot: 10 Tage Yoga für 10 €

Yoga & More
Yogakurse, Massagen, Ladengeschäft

Wilmersdorfer Str. 98, 10629 Berlin

Tel.: 030 - 76 90 20 30
Weitere Infos auf: **www.yoga-more.de**

Foto © Kareen Kittelmann

Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg
mit Adelheid Sieglin, Lehrerin, und Christian Peters, Dipl.-Betriebswirt zertifizierte Trainer für GFK seit 2004

Übungsabende montags 18.30-20.30 Uhr
12., 26. September, 10. Oktober offen für alle
19. September von Mann zu Mann
Anmeldung und Vorkenntnisse sind nicht nötig.

14-tägiger Intensivkurs
an 7 Wochenenden in Berlin
17./18. September 2016 bis 4./5. Februar 2017
500 € Bildungsprämie für Berufstätige möglich

10-tägiger Intensivkurs
an 5 Wochenenden in Ulm
24./25. September 2016 bis 7./8. Januar 2017
500 € Bildungsprämie für Berufstätige möglich

Veranstaltungsort
Nachbarschaftszentrum
Manfred-von-Richthofen-Str. 31
12101 Berlin-Tempelhof
Nähe Platz der Luftbrücke

Aktuelle Termine & weitere Informationen:
Tel.: 030 - 78 95 47 33
www.teamagentur.com

Ausbildungen zum Heilpraktiker
Heilpraktiker Psychotherapie
Gesundheitsberater (G.E.L.B)
Neben den zertifizierten und förderfähigen Ausbildungen bieten wir spannende und interessante Vorträge und Seminare zu verschiedenen Themen der Naturheilkunde und Psychologie an.
Bitte Beratungstermin vereinbaren!

Bildungsziele
- Heilpraktiker
- Heilpraktiker Psychotherapie/ Psychologischer Berater
- Gesundheits-, Ernährungs- und Lebensberater

HEILPRAKTIKER-SCHULE
Harmony Power
Eberswalder Str. 30
10437 Berlin

Info: 030 - 44 04 84 80
info@harmony-power.de
www.harmony-power.de

AUSBILDUNGEN UND TRAININGS

SCHULE FÜR CRANIOSACRAL-THERAPIE IM WEG DER MITTE

Aktuelle Aus- und Fachfortbildungen:
Biodynamische Craniosacrale Körpertherapie
Termin: 18.-20.11.16, Fr-Sa 10-18.30 Uhr,
So 9.30-17.30 Uhr, Dozent: Hans Rendler

Viszerale Mobilisation
Termine: 23.-25.9.16 / 13.-15.1.17
jeweils Fr-So 10-18.30 Uhr
Dozent: Burghardt Alpermann

Die Gesundheit des Gehirns
Termin: 11.-13.11.16, Fr-So 10-18.30 Uhr
Dozentin: Giorgia Milne (USA)

Navigation Skills - Werkzeuge für innere und äußere Kommunikation
Termin: 19.-20.11.16, Sa/So 10-18.30 Uhr
Dozentin: Giorgia Milne (USA)

Ausbildung in Craniosacral-Therapie
Vortrag: 19.10.16, 19 Uhr, Ausbildungsbeginn:
22.-27.3.17, Dozent: Hans Rendler

Detaillierte Informationen zu den einzelnen Fachfortbildungen schicken wir Ihnen gerne zu. Alternativ können Sie diese auch auf unserer Website finden.

WEG DER MITTE gem. e.V.
Ahornstr. 18
14163 Berlin-Zehlendorf

Tel.: 030 - 813 10 40
www.wegdermitte.de

Info zum Grundkurs Aura-Sehen
nach Rainer Strücker
Jeder Mensch hat ein Energiefeld, das ihn umgibt und durchdringt: die Aura. Alle persönlichen Informationen, Ereignisse, Fähigkeiten und Probleme sind als Schwingungsmuster in unserer Aura vorhanden. Die einjährige Ausbildung beginnt mit einem Wochenende und wird mit zehn monatlichen Ausbildungstagen (Sa oder So) fortgesetzt.
Info-Abend Mi, 7. September, 19h
Beginn der Ausbildung 24. September

Geomantischer Stadtspaziergang
Im heutigen modernen und lebendigen Berlin sind noch die Impulse der Gründungsstädte Cölln und Berlin wahrnehmbar.
Auf dem Spaziergang erleben wir die Entstehungsorte, deren Wirkung auf die frühen Stadtentwicklungen in der Friedrich- und Dorotheenstadt und das heutige Leben in der pulsierenden Metropole.
Termin So, 11. September, 10h, ca. 6 Std.
Teilnehmerbeitrag 50 €
Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung mitgeteilt.

raum für entwicklung
Gabriele Wächter

Info und Anmeldung:
Tel.: 030 - 859 620 87
0179 - 519 49 45

Veranstaltungsort
Rothenburgstr. 41, 12163 Berlin-Steglitz

Bitte melden Sie sich kurz telefonisch an.

HEILPRAKTIKER-ERLAUBNIS PSYCHOTHERAPIE
Vorbereitungskurs zur staatlichen Prüfung

Kleingruppen-, Einzeltraining, Prüfungssimulation

- Aktuelles und verständliches Lehrmaterial
- Fallbeispiele aus der Praxis
- Eigens entwickelte Lern-CD
- Lehrvideos
- Vorbereitung auf die mündliche Prüfung
- Komfortable Sicherheit für die Prüfung

- Mit wissenschaftlich fundiertem Kurs Erfolg dauerhaft nahe 100 %
- Als Bildungsurlaub gesetzlich anerkannt
- Vormittags- und Abendkurse

Neue Kurse ab Oktober 2016

Zusätzliche Lerngruppen in supportiver Psychotherapie und Lebensplananalyse

Nächste Info-Abende
Montag, 5. September und Mittwoch, 7. September und Mittwoch, 14. September, 19 Uhr

HEIL- & LEHRPRAXIS FÜR PSYCHOTHERAPIE
Thomas Rehork

Diplompsychologe
Heilpraktiker Psychotherapie

Elberfelder Str. 4
10555 Berlin

Tel.: 030 - 3 93 89 66
heilpraktiker@heilpraktikerpsychotherapie.eu
www.heilpraktikerpsychotherapie.eu

Gesprächs- und Focusingtherapie (igf)
Unsere Seminare und Ausbildungen richten sich an Menschen in beratenden und sozialen Berufen, an Interessenten unterschiedlicher Berufsfelder sowie an Privatpersonen, die ihre persönlichen Potenziale fördern und weiterentwickeln möchten. Zum Kennenlernen der Methode findet mehrmals im Jahr ein **Focusing-Schnupperseminar** statt.

In der **igf-Grundausbildung** schulen Sie Ihre Wahrnehmung, erwerben grundlegende psychologische und therapeutische Kompetenzen und entwickeln daraus eine achtsam-integrale Wirklichkeitssicht.
In der **igf-Weiterbildung** vertiefen Sie diese Kompetenzen und erweitern Ihren Methodenkoffer durch den Erwerb grundlegender Kenntnisse anderer psychologischer und therapeutischer Richtungen. Nach der Weiterbildung haben Sie zudem die Möglichkeit, das von Eugene Gendlin offiziell anerkannte Zertifikat „Gesprächs- und Focusingtherapeut (igf)" zu erwerben.

Für eine staatl. Überprüfung zum „Therapeuten für Psychotherapie" erhalten Sie am igf die dafür notwendige therapeutische Praxiserfahrung.

Institut für integrale Gesprächs- und Focusingtherapie (igf)
Oliver Kreim
Waldstr. 11, 16567 Mühlenbeck
Tel.: 033056 - 28 50 46
oliver.kreim@focusing-igf.de
www.focusing-igf.de

Sein Sein Sein

FORUM anzeigen

Sein Sein Sein

HIER KÖNNTE IHRE ANZEIGE STEHEN!

Alle FORUM-Einträge sind nach einer einheitlichen und klaren Struktur angelegt:

- Ein Logo und/oder Bild
- Drei Spalten Text
- Gleiche/r Schrifttyp und Satzform
- Optimale Übersicht
- Ständig aktualisiert
- ab Dreimal-Schaltungen möglich

Die Formatgröße ergibt sich aus der Seitenbreite u. einer Mindesthöhe von 25 mm, die nach Belieben jeweils um 5mm verlängert werden kann.

Anzahl	25mm €	30mm €	+5mm mehr €
3-4	99,00	117,00	18,00
5-10	93,00	109,00	16,00
11-12	83,00	97,00	14,00

+19% MwSt.

Die Gestaltung bzw. den Satz übernehmen wir für Sie ohne zusätzliche Kosten.
Die Aktualisierung Ihrer Texte und Termine ist bis zum 10. des Vormonats kostenlos.

One World Verlag Ltd. · Redaktion SEIN
Tel.: **030 - 26 32 02 30**
E-Mail: forum@sein.de

BERLIN NEWS und KLEINANZEIGEN

Termine 61–64
regelm. Termine 64
Wer macht was 65
Vermischtes 66
Adressen 67

© Jürgen Fälchle - Fotolia.com

... einfach und kostengünstig auf unserer Internetseite schalten: www.sein.de Tel.: 28 32 02 30

"Berlin NEWS" sind kostenfrei und unterliegen redaktioneller Auswahl. Einsendungen (max. 800 Zeichen) bitte mit Bild an news@sein.de

DONNERSTAG 1.9.2016

11.30h: Hermetik Meet&Greet München mit Dr.H.c. Elias Rubenstein: Eine einzigartige Gelegenheit sich über die Weisheitslehre der Hermetik zu informieren und persönlich auszutauschen. 1.10.16, 11h30, Eintritt frei, Anmeldung: www.hermetik-akademie.org

19h: ´Klärung u. Ausweitung des Bewusstseins´ - Channeling u. Meditation zur Sonnenfinsternis/zum Neumond. Dagmar Bolz, Infos: ☽ 8596 7688

BERLIN NEWS

Aquariana
Tag der offenen Tür

Zum Auftakt der Herbstsaison öffnet das Praxis- und Seminarzentrum Aquariana alle Türen. In den Praxisräumen kann man die seltene Gelegenheit nutzen, den TherapeutInnen bei Arbeitsdemonstrationen zuzuschauen und Fragen zu stellen: Energiearbeit, Wingwave, Kinesiologie, Fußreflex und andere Körpertherapien. Auf dem Workshop-Programm stehen Körperarbeit, Partner- schaft, Traumaarbeit, Klangreisen, Meditation und mehr – siehe Website. Außerdem gibt es eine Bibliothek mit Ruheraum sowie die Ausstellung „Kosmometrie“.

Termin: Sa, 10. September, 14-19 Uhr
Eintritt: frei
Ort: Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, 10965 Berlin
Info: Tel. 030 - 69 8 08 10 **www.aquariana.de**

20h: Vorankündigung! BIODANZA mit Silvia und Elke. Offene Gruppe ab 15.9. 20h, UCW Wilmersdorf, www.biodanza.berlin

FREITAG 2.9.2016

19h: Vortrag: Glück – Zufall oder die eigene Entscheidung? R.Y.Center, Sigmaringer Str. 25, Wilmersdf., ☽ 781 3059

BERLIN NEWS

Sommerfest im Haus Lebenskunst

Der Verein Lebenskunst e.V. lädt zu einem großen Sommerfest mit Tanz ein. Es beginnt um 15 Uhr mit Musik, Tanz & Tee, Kaffee & Kuchen. Die verschiedenen für neue Teilnehmer offenen Gruppen des Hauses Lebenskunst stellen sich ab 19 Uhr vor, bevor um 19.30 Uhr Marianne und Silvia einen Biodanza-Miniworkshop anleiten. Der Gründer des Instituts Lebenskunst (ehemals Tantra-Institut), Frank Fieß, wird ab 20.15 Uhr einen Miniworkshop „Bei dir ankommen und in Verbindung sein“ geben. Es wird ein Mitbring-Kuchen- und Abendbuffet geben. Ab 21.30 beginnt die Tanz-Party mit den djs Jaya, Pascal (Ecstatic Dance) mit live Percussion, Michael und Stefan tj Schredder. Ausklang ist gegen 2 Uhr mit einer Klangschalen-Reise.

Termin: Sa, 10. September, 15-2 Uhr
Eintritt: 10-15 € (Selbsteinschätzung) ab 24 Uhr 5 €, Kinder 0 €
Ort: Haus Lebenskunst Mehringdamm 34, 10961 Bln
Info: **www.haus-lebenskunst.de**

19.30h: HU-Gesang: Das höchste Gebet der Seele und Liebeslied an Gott. Dauer 20 Min. Eckankar Berlin, Friedbergstr. 45, ☽ 322 8277

20h: Zwischen Buddhismus und Psychotherapie-Meditation & Austausch,offene Gruppe im Aquariana, Kreuzberg, Infos: aquariana.de/seminarseiten/orlowski.html oder janorlowski@yahoo.de

SAMSTAG 3.9.2016

9h: Achtsamkeitsorientierte Selbsterfahrung mit dem Schwert. Aus der Mitte leben! Infos: www.schwertweg-berlin.de

10.30h: „Spirituelle Intelligenz“ - die verborgenen Ressourcen der Seele nutzen. Pausen mit vegetarischem Imbiss. 3.9.10.30-17h und 4.9., 10.30-13h, R.Y.Center, Sigmaringer Str. 25, Wilmersdf., Anmeldg. ☽ 781 3059

18.30h: dance your heartbeat BIODANZA in der ufaFabrik! www.biodanza.berlin

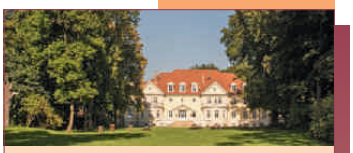
20-2h: ZEIT-LOS auf Reisen: Tanz-Party Ort heute: PHYNIXtanzt, Hasenheide 54, Xberg, Info ☽ 0179-395 4185, fb: Oscar V. Akazie

SONNTAG 4.9.2016

10h: WATSU. Wassershiatsu in der Gruppe, offen, Liquidrom. www.biodanza.berlin

16.30h: Meditationskonzert. Shakuhachi (jap. Bambusflöte) Eintritt frei. Informationen: www.zenarts.jimdo.com

BERLIN NEWS



Infoabend Gut Saunstorf

Im Norden Deutschlands, nahe Wismar, gibt es einen Ort der Einkehr und des Rückzuges. Das von OM C. Parkin begründete und von seiner Gemeinschaft beseelte moderne Kloster Gut Saunstorf – Ort der Stille dient Menschen jeder Konfession und Tradition dazu, in Selbsterforschung, innerer Schulung oder einfach einer Zeit der Einkehr die eigene innere Stille wiederzuentdecken. „Woher komme ich, wohin gehe ich – wer bin ich? Was ist innere Stille, und wie kann ich sie erfahren?“ Fragen zu Lehrer, Lernen und Gemeinschaft werden beantwortet, es wird ein Film über die Innere Schule gezeigt sowie das Gutshaus vorgestellt mit den Angeboten, wie man dort zu Gast sein kann.

Termin: Do, 15. September, 19.30 Uhr
Eintritt: frei
Ort: Innenmehr, Am Tempelhofer Berg 7d, 10965 Berlin
Info: **www.innenmehr.de** **www.gut-saunstorf.de**

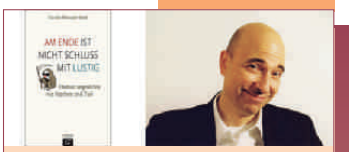
MONTAG 5.9.2016

18.30h: Meditieren lernen, 12 €, Schamanischer Heilraum, Remise Reinickendorf, www.schamanischeHeilarbeit.de, ☽ 0170-215 9159

18.30h: Infoabend ´Systemisches Aufstellen´ Jahresausbildung 2016-2017, Heilpraxis Maik Heyne HP-Psych., Seumestr. 11, 10245 Berlin, Tel.-Anmeldung: ☽ 3466 0470 oder im Web: www.maikheyne.de

19.30h: Tempel sind in dieser Welt Brennpunkte einer überirdischen Kraft. Es ist dort möglich, die Stille und den Frieden einer anderen Welt zu erfahren. Unser Tempel erwartet Sie für eine ungezwungene Begegnung in Stille. Lectorium Rosicrucianum, 12055, Richardstr. 66

BERLIN NEWS



Lesung und Gespräch mit Harald-Alexander Korp

„Am Ende ist nicht Schluss mit lustig - Humor in der Sterbebegleitung. Sterben ist nicht lustig. Oder doch?“ Gerade in schwierigen Momenten helfen Lachen und Humor, eine Auszeit zu nehmen und Distanz zu Leid und Überforderung zu finden. Das Lachen macht das Schwere leichter und verhilft zu Miteinander und Nähe. Vorausgesetzt, Humor ist von Empathie, Wertschätzung und Achtsamkeit geprägt. Inwieweit können Komik und Humor also Trost auf dem letzten Weg sein? Wenn schon sterben, dann sich wenigstens totlachen? Harald-Alexander Korp stellt vor, wie man humorvoll mit dem Tod umgehen kann.

Termin: Mi, 21. September, 20 Uhr
Eintritt: 7 €
Ort: Dharma, Akazienstr. 17, 10823 B
Info: Tel. 030 - 784 50 80 **www.dharma-buchladen.de**

20h: HERZÖFFNUNGS-MEDITATION im Haus Lebenskunst in Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 5 €, www.haus-lebenskunst.de

DIENSTAG 6.9.2016

18.30-21.30h: Aufstellungsabend „Constellation-Work“ für Organisations-A, , Prinzregentenstr. 7, 10717 Berlin, www.AndreaBerreth.de

19h: Krampfadern. Vortrag von Olaf Grüneis, Heilpraktiker. Solmsstr. 36, Kreuzberg. Bitte anmelden bis 12 Uhr ☽ 0176-5591 7943

19h: OFFENER KREIS STERBEKULTUR im Haus Lebenskunst in Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 8 €, www.haus-lebenskunst.de

19h: Kostenloser Infoabend: Hakomi-Jahresgruppe „Wer bin ich – im Wandel der Zeit?“ Nähe S+U Warschauer Str. (F'hain) Infos und Anmeldung: ☽ 612 17 90, www.sushigong.de

19.30h: HEILSAMES SINGEN mit Carien Wijnen Info: www.healingvoice.de

20-21.30h: Selbsterfahrung mit dem Schwert. Jeden Dienstag, www.schwertweg-berlin.de

20h: Offener Abend Fam/Syst. Aufstellungen, Dana Ruthmann HP, Deitmerstr. 7, Bln-Stegl. 15 €, m. eig. Aufst. 60 €, Infos ☽ 0176-9674 3749, ruthmann-dana.de

MITTWOCH 7.9.2016

11h: Familienaufstellung mit Oliver Küster im Prenzlauer-Berg, Tango-Raum, Hagenauer Str. 11, www.familien-aufstellungen.net, ☽ 6663 9474

19h: Kostenfreier Info-Abend zu ´Erlernen der Tierkommunikation´ & Reiki-Ausbildungen! Odenwaldstr. 9, www.Mit-Tieren-kommunizieren.de

20h: Lesung und Gespräch mit LIANE DIRKS: SICH INS LEBEN SCHREIBEN. Der Weg zur Selbstentfaltung. Eintritt 7 € Kartenvorverkauf im Dharma-Buchladen Akazienstr. 17 Schöneberg. ☽ 784 50 80, www.dharma-buchladen.de

DONNERSTAG 8.9.2016

19.30h: SALON KUNST & LEBEN im Haus Lebenskunst in Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 6 €, Thema heute: Klangreise mit klingenden Dingen, www.haus-lebenskunst.de

20h: Vorankündigung! BIODANZA mit Silvia und Elke. Offene Gruppe ab 15.9. 20h, UCW Wilmersdorf. www.biodanza.berlin

FREITAG 9.9.2016

17h: Projektaufstellungen und Rituale mit A. Nesnau, im Sinnergie in Pankow, Info und Anmeldung: ☽ 0177-371 4155

17.30-19.30h: Thai Yoga Massage Workshop 9.9.2016, ´Den Rücken stärken´ im AUM Yoga Studio Nassauische Straße 62 Anmeldung: info@thaiyoga-institut.de, ☽ 0177-651 3353

18h: Erlebensraum. Deiner Sehnsucht auf der Spur. Übungen, Begegnung, Prozessbegleitung, Innere Achtsamkeit mit der Körperpsychotherapie HAKOMI. Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7D. Beitrag:15 €, www.erlebens-raum.de, ☽ 0175-908 1668

19h: Heilende Klänge aus Indien
Konzert mit Shriguru Balaji Tambe und seine Musikern.
Passionskirche Kreuzberg
Info ☽ 3990 8088

19.30h: Sich selbst und andere als Seele lieben Gottesdienst bei Eckankar: Eckankar Berlin, Friedbergstr. 45, ☽ 322 8277

19.30h: INFOABEND ATEMBEFREIUNG. Freies, tiefes Atmen löst Blockaden, 10 €, Hp Elisabeth Heijenga. Anmeldung: ☽ 8507 5228, atembefreiung-berlin.de

SAMSTAG 10.9.2016

10-18h: Fam/Syst. Aufstellungstag, Dana E. Ruthmann HP, Deitmerstraße 7, Berlin-Steglitz, ☽ 0176-9674 3749, www.ruthmann-dana.de

14-19h: The Reconnection und Reconnective Healing beim Tag der Offenen Tür in Aquariana (Am Tempelhofer Berg 7d, 10965 Bln). Kostenlos, www.reconnecting-and-healing.de

Aquariana
Tag der Offenen Tür
Sa, 10. Sept. – 14:00-19:00
Am Tempelhofer Berg 7d, Kreuzberg
030.69 80 81-0 www.aquariana.de

14.30h: ´Heilende Vergebung´ - Workshop mit den Aufgestieg. Meister/innen und Erzengeln. Dagmar Bolz: ☽ 8596 7688

15h: Infoworkshop: Methoden der Garten- & Naturtherapie, www.IGT-Berlin.org

15-2h: SOMMERFEST des HAUS LEBENSKUNST mit Disco, live-Musik, Kreistänze, Buffet, Miniworkshops u.a. Biodanza, Chanting uvm. Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, www.haus-lebenskunst.de

19.30h: dance your heartbeat! Biodanza beim Sommerfest des Hauses Lebenskunst am Mehringdamm, www.biodanza.berlin

15h: WORKSHOP HEILTÖNEN. Den Gefühlen folgen und durch Tönen ausdrücken, 15 €, Elisabeth Heijenga, Anmeldung: ☽ 8507 5228, praxis-heijenga.de

20-2h: ZEIT-LOS auf Reisen: Tanz-Party, Ort heute - im Rahmen des SOMMERFESTES 15-2h des Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, Xberg, ☽ 0179-395 4185, fb: Oscar V. Akazie

BERLIN NEWS

Zeremonie zur Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche

Am Abend des Herbst-Aequinox 2016 lädt Christina Müller zu einer Zeremonie an einem geschützten Platz auf dem Tempelhofer Feld ein. Die Zeremonie soll dem Gleichgewicht zwischen Männlich und Weiblich und der Sonnen- und Mondkraft und ihrem harmonischen Schwingen in den Teilnehmern und der Stadt Berlin dienen. Alle Berliner sind herzlich eingeladen mit Trommeln, Rasseln und Kristallen und Fackeln teilzunehmen.

Termin: Tag-Nacht-Gleiche-Zeremonie: Do, 22. September, 18 Uhr
Neue Erde-Zeremonie: So, 4. September, 15 Uhr
Eintritt: frei
Ort: Tempelhofer Feld, Treff am hinteren Biergarten, Eingang Columbia-Damm, dann links, wir gehen gemeinsam zum Platz
Info: Tel. 0171 - 6 99 84 91
www.creationxp.de

MONTAG 12.9.2016

19.30h: Videovortragsreihe: Reden von Jiddu Krishnamurti 9 (O-Ton mit paralleler deutscher Übersetzung), anschließend Gesprächsmöglichkeit. Lectorium Rosicrucianum, 12055, Richardstr. 66

DIENSTAG 13.9.2016

18.15h: AFTERWORK BIODANZA im Haus Lebenskunst in Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 15 € inkl. Eintritt zu COME TOGETHER - TANZ & BEGEGNUNG ab 20h. Thema heute: Erntezeit – Was macht unser Leben süß und saftig? www.haus-lebenskunst.de

19h: Infoabend: Ambulantes Fasten - stellen Sie die Weichen für einen neuen Start! Weiterer Infoabend: 26.9., Beitrag: 8 €, Fastenkur: 29.9. -8.10., ☽ 813 1040, wegdermitte.de

19h: Rheuma und Arthrose. Vortrag von Olaf Grüneis, Heilpraktiker. Solmsstr. 36, Kreuzberg. Bitte anmelden bis 12 Uhr ☽ 0176 5591 7943

19h: Vortrag von Shai Tubali-spiritueller Lehrer und Chakrameister: „Die Welt der Chakren als Schlüssel für das Leben" Heesestr. 3 in 12169 Berlin, 5 € Eintritt, Info: ☽ 0170-805 7263

19h: Kostenloser Infoabend: Hakomi-Jahresgruppe „Wer bin ich – im Wandel der Zeit?" Nähe S+U Warschauer Str. (F'hain) Infos + Anmeldung: ☽ 612 1790, www.sushigong.de

19.30h: Avatar Adi D, offener Abend, kostenlos, im neu eröffneten ADIDAM Buchladen und spirituelles Center, Pestalozzistr. 39, 10627 Berlin ☽ 4508 7201, www.adidam.de

20h: 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, ☽ 69 81 80 71, www.ifosys.de

20h: COME TOGETHER - TANZ & BEGEGNUNG im Haus Lebenskunst, Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 5-7 €, www.haus-lebenskunst.de

MITTWOCH 14.9.2016

11h: Familienaufstellung mit Oliver Küster im Prenzlauer-Berg, Tango-Raum, Hagenauer Str. 11, www.familien-aufstellungen.net, ☽ 6663 9474

18h: Offener Tierkommunikations-Übungsabend für alle Tk-ler! Fotos bitte mitbr., 10 €, Anm. bis 11.9. bei www.Mit-Tieren-kommunizieren.de

18h: MEINE ALTERNATIVE im Haus Lebenskunst in Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 10 €, Thema heute: Stimme, Stimmung und Bestimmung, www.haus-lebenskunst.de

20h: Vortrag MONA RIEGGER: GUTE ZEITEN - SCHLECHTE ZEITEN- astrologisch© Eintritt: 7 € Kartenvorverkauf im Dharma-Buchladen Akazienstraße 17, Schöneberg, ☽ 784 50 80, www.dharma-buchladen.de

DONNERSTAG 15.9.2016

15.30h: Wir laden Euch herzlichst ein zu unserem Offenen Shiatsu-Tag. Gemeinsam mit euren Kindern und Jugendlichen wollen wir einen entspannten Nachmittag mit Shiatsu zum Kennenlernen verbringen. Eingeladen sind alle, mit & ohne Kinder, ☽ 615 1686, www.shiatsu-zentrum.de

19h: Gesunder Darm - gesunder Körper, Themenabend Hildegard Heilkunde HP Daniela Dumann ☽ 3643 0358

BERLIN NEWS

Tag der offenen Praxis Reconnective Healing®

Vier Berliner Reconnective Healing Praxen laden ein zum Tag der offenen Tür. Interessierte können Fragen stellen, Praktizierende kennen lernen und erhalten an diesem Nachmittag einen Einblick in Reconnective Healing® und The Reconnection®.

Termin: Sa, 24. September, 13-17 Uhr
Eintritt: frei (ohne Anmeldung)
Ort: 4 verschiedene Praxen in Berlin
Sandra Lindenau
Deidesheimer Str. 1, 14197 Berlin
Dorothèe Hauck
Mariannenplatz 6, 10997 Berlin
Regina Renken
Seeburgerstr. 11, 13581 Berlin
Luca Hein
Anklamerstr. 38, 10115 Berlin
Info: www.reconnected-berlin.jimdo.de

20h: BIODANZA. Tanz Deine Lebendigkeit! mit Elke und Silvia im UCW Wilmersdorf, www.biodanza.berlin

FREITAG 16.9.2016

10h: (Familien)AUFSTELLUNGEN, 30 € ohne Anm., Losverfahren, Crellestr. 43 in Schöneberg, Info: www.EnergetischesCoaching-Berlin.de

17-20h: Fullmoon Natur Ritual Venusblume, verbinde dich mit deiner Natur, erlebe Stille und Erdung, 15 €, www.lilith-beratung.de

17.30h: Aufstellungen intensiv: Schöneberg, Bamberger Str. 48a, HP Psych. Heike Sansoni, synergetik-berlin.de, ☽ 0177-240 4257

BERLIN NEWS

Charisma Concert Stefanie John & Gäste

Authentische Musik in der außergewöhnlichen Akustik einer Studiokirche - die Berliner Cellistin Stefanie John rückt in ihrem Konzert das Klangerlebnis und die Campanula, ein neues celloähnliches Instrument mit Resonanzsaiten, in den Mittelpunkt. Gemeinsam mit dem Campanula-Entwickler Helmut Bleffert aus der Eifel stellt sie die Möglichkeiten dieses faszinierenden Streichinstrumentes vor. Neben Eigenkompositionen und spontanen Improvisationen bereichern ausgewählte klassische Stücke, Songs und Filmmusik mit Gästen das Programm. Ein Abend für Genußlauscher und Entdecker!

Termin: Fr, 30. September, 20 Uhr
Eintritt: VVK 18 € zzgl. Gebühr, AK 20 €
Ort: Studiokirche Berlin
Firlstr. 16, 12489 Berlin
Info: **www.stefaniejohn-cello.de**

19h: Lauschendes & heilsames Singen mit Gitarrenbegleitung, Nachbarschaftsheim Schönebg., Holsteinische Str. 30, Detlef ☽ 0179-291 0726

19h: Hochsensible Menschen im Beruf. Vortrag/Gesprächsrunde, 12 €, mit Hp Elisabeth Heijenga, Anm.: ☽ 8507 5228, atembefreiung-berlin.de

19h: ´Klärung u. Heilung der Gefühle´ - Channeling u. Meditation zur Mondfinsternis/zum Vollmond. Dagmar Bolz: ☽ 8596 7688

19.30h: HU-Gesang: Das höchste Gebet der Seele und Liebeslied an Gott. Dauer 20 Min. Eckankar Berlin, Friedbergstr. 45, ☽ 322 8277

20h: Zwischen Buddhismus und Psychotherapie - Meditation & Austausch,offene Gruppe im Aquariana,Kreuzberg; Infos:aquariana.de/seminarseiten/orlowski.html, janorlowski@yahoo.de

SAMSTAG 17.9.2016

10-18h: 1. Berliner
Walking-In-Your-Shoes Gruppe
im Fresh 30, Neue Steinmetzstraße 6
10827 Berlin-Schöneberg
Vorh. Anmeldung bei
hermannjbach@web.de

10h: Shinrinyoku - Im Wald baden. Eine geführte Zeit in der waldnahen Natur. Informationen: www.igt-berlin.org

10h: BenefitYoga® - Lernen Sie Tiefenentspannung, 3 Teile. Folgetermine: Mi. 19.9. (19.30 - 21 Uhr), Sa. 24.9. (10-14 Uhr), ☽ 813 1040, wegdermitte.de

10h: Kleiden sie sich gekonnt, mit Herzenslust. In einer verbindenden Atmosphäre nähern wir uns mit Meditation, Selbstwahrnehmungsübungen und modernen Typanalysemethoden unseren verschiedenen Wesensanteilen. Stil-Workshop einmal anders. Für Frauen. www.die-aufhueb scherin.de ☽ 0178 984 659 88 Gisela Krätzig

10h: Matrix & Quantenheilungsseminar ~ Matrix for you ~ ist eine leicht zu erlernende Methode, bei der körperliche, geistige u. seelische Blockaden gelöst werden können. Bring Deine Lebensenergie wieder ins fließen! Seminar 17./18.9. www.praxisgesundsein.de info@praxisgesundsein.de www.PraEntSel.com ☽ 0152-561 88 561

10-18h: Hakomi-Tagesworkshop „Wer bin ich?“, 60 €, nähe S+U Warschauer Str. (F'hain), Infos + Anmeldung: ☽ 612 17 90, www.sushigong.de

18h: Event: Lange Nacht der Religionen. Halbstündig wechselndes Programm. R.Y. Center, Sigmaringer Str. 25, Wilmersdf., ☽ 781 3059

19h: Chanting mit Swaramandala - Spirituelle Lieder aller Traditionen. Infos und Anmeldung, ☽ 813 1040, wegdermitte.de

20-2h: ZEIT-LOS auf Reisen: Tanz-Party, Ort heute: Mala Junta, Kolonnenstr. 29, Sberg, Info ☽ 0179-395 4185, fb: Oscar V. Akazie

SONNTAG 18.9.2016

11.45h: Lebensfreude tanzen: BIODANZA, allein, zu zweit, mit vielen. 2 Std. wunderbare Begegnungen 12 €, Bln-Schöneberg, Geisbergstr. 34, www.bettina-biodanza-berlin.de

18h: DIE KUSCHELPARTY: Entspannung, Geborgenheit und Nähe genießen. WAMOS, Hasenheide 9, HH 4. OG, U-Hermannpl., www.die-kuschelparty.de

18h: BHAJAN u. KIRTAN SINGEN mit Klaus u. Saija, Shakti Yogaloft, 10967 Berlin, Urbanstr. 67, 2. Hof rechts U Hermannpl., Spendenbasis

19h: Vollmondtrommeln afr. bras. Rhythmen live, freies Tanzen barfuß, Lebenskunst Mehringdamm 34, 2. Hof 5. OG, vollmondtrommeln.de

BERLIN NEWS

Wanderlust mit Karmahike

Zunehmende Arbeitsbelastung und ständige Erreichbarkeit veranlassen immer mehr Menschen, nach Wegen des Ausgleichs und der Entspannung zu suchen. Wandern und Yoga sind die perfekte Kombination, um Kraft zu tanken und sich eine Auszeit vom stressigen Berufs- und Familienalltag zu gönnen. Karmahike bietet Day-Hikes und Wander- und Yoga-Retreats ganz ohne Chichi. Denn Karmahike ist eine Symbiose aus Wandern und Yoga und bietet die einzigartige Kombination aus zwei sich ergänzenden Aktivitäten, die für jeden geeignet sind.

Termin: Day-Hike 18. September / 16. Oktober
Wochenende in der Uckermark 22.-25. September
Eintritt: Day 30 €, WE 380 €
Ort: Brandenburg
Info: info@karmahike.com
www.karmahike.com

MONTAG 19.9.2016

18.30h: Herbst-Tagundnachtgleiche Jahreskreis-Meditation mit Räucherung 5 € Stargarder Str. 68, P´Berg ☽ 9487 2072, info@aromatorium.de

19.30h: Gnosis, die Erkenntnis Gottes, ist eine Kraft, die sich jedem Menschen, unabhängig von religiösen Systemen, mitteilen kann. Was bedeutet es, Gnosis innerlich zu erfahren? Gemeinsamer Austausch auf Basis des Herzens. Lectorium Rosicrucianum,12055, Richardstr.66

20h: BREATHING HEART SUFI MEDITATION im Haus Lebenskunst in Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 5 €, www.haus-lebenskunst.de

DIENSTAG 20.9.2016

19h: Sinusitis. Vortrag von Olaf Grüneis, Heilpraktiker. Solmsstr. 36, Kreuzberg. Bitte anmelden bis 12 Uhr ☽ 0176-5591 7943

19.15h: SELBSTheilend HERZ - KRAFT SEIN mit Ishtara im Centro Delfino: Dernburgstr. 59 am Lietzensee (S-Bhf. Messe-Nord), ☽ 485 6454

19.30h: LIEBE & LEBENSKUNST im Haus Lebenskunst in Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 13 €, Thema heute: Authentische Bewegung. www.haus-lebenskunst.de

20h: Klangreise – Workshopreihe im Aquariana. Mit Klängen ursprünglicher Instrumente und Obertongesang die innere Welt entdecken. Schnuppertermine: 20.9. und 27.9., 20 Uhr. christoph-steinmetz.de

BERLIN NEWS

BiSee yoga & cafe

Eröffnung - Café BiSee

Neu ist das BiSee Yoga & Cafe im Komponistenviertel: Als sozial, ökologisch, nachhaltig und biologisch arbeitendes Projekt bietet es ein kreatives Angebot für aufgeweckte Weißenseer. Dennis, Julia und Marta schaffen Raum für Yoga, Pilates, Kinder- und Tanzkurse, Theaterworkshops oder Lesungen zu ausgewählten Themen. Ergänzt wird das bunte Programm durch temporäre Ausstellungen, Kochkurse und mehr - einfach vorbeischauen! Ein Team von über 15 Lehrern aus ganz Berlin sorgt für vielfältigen Urlaub vom Alltag.

Termin: Öffnungszeiten siehe Webseite
Ort: BiSee – Yoga & Cafe
Bizetstraße 43
13088 Berlin
Info: **www.bisee-yogacafe.de**
www.facebook.com/YogacafeWeissensee

MITTWOCH 21.9.2016

11h: Familienaufstellung mit Oliver Küster im Prenzlauer-Berg, Tango-Raum, Hagenauer Str. 11, www.familien-aufstellungen.net, ☽ 6663 9474

19h: Infoabend AKUPUNKTUR & TCM INTENSIVLEHRGANG (ab Feb. 2017), Lausitzer Str. 26a, 10999, ☽ 611 3940, akupunkturseminare-berlin.de

19.30h: BIODANZA tanzen heißt das Leben lieben! Offener Abend 15 €, ohne Vorkenntnisse einfach mittanzen, Schöneberg, Geisbergstr. 34, www.bettina-biodanza-berlin.de

20h: Lesung und Gespräch mit HARALD ALEXANDER KORP: AM ENDE IST NICHT SCHLUSS MIT LUSTIG.- Humor in der Sterbebegleitung. Eintritt 7 € Kartenvorverkauf im Dharma-Buchladen Akazienstr. 17 Schöneberg. ☽ 784 50 80, www.dharma-buchladen.de

DONNERSTAG 22.9.2016

18.15h: Aufstellungen intensiv: Schöneberg, Bamberger Str. 48a, HP Psych. Heike Sansoni, synergetik-berlin.de, ☽ 0177-240 4257

19h: ´Erntezeit´ - Channeling u. Meditation mit den Aufgestieg. Meister/innen u. Erzengeln zum Herbstbeginn. Dagmar Bolz: ☽ 8596 7688

20h: BIODANZA. Tanz Deine Lebendigkeit! mit Elke und Silvia im UCW Wilmersdorf, www.biodanza.berlin

FREITAG 23.9.2016

HOLOTROPES ATMEN

mit Rachel Bongartz & Karin Bergmann
Fr-Sa 23.-24. September 2016
Lotus Saal BERLIN
movingtowardswholeness@gmail.com
Tel.: 0157 - 70 75 27 01

18h: Wir laden herzlichst ein zum kostenfreien SHIATSU-Infoworkshop, Einführung in die SHIATSU-Behandlung mit Infos zur Ausbildung. Mach mit und gewinne einen Shiatsu-Grundkurs. ☽ 615 1686 www.shiatsu-zentrum.de

18h: Erlebensraum. Deiner Sehnsucht auf der Spur. Übungen, Begegnung, Prozessbegleitung, Innere Achtsamkeit mit der Körperpsychotherapie HAKOMI. Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7D. Beitrag: 15 €, www.erlebensraum.de, ☽ 0175-908 1668

18.30h: Geführte Klangreise, 20 €, Schamanischer Heilraum, Remise Reinickendorf, www.schamanischeHeilarbeit.de, ☽ 0170-215 9159

19.30h: Die alltäglichen Hilfen des Heiligen Geistes erkennen Gesprächskreis Eckankar Berlin, Friedbergstr. 45, ☽ 322 8277

SAMSTAG 24.9.2016

9h: Einführungstag: Methoden der Garten- & Naturtherapie. Infos: www.IGT-Berlin.org

9h: Erlernen der Tierkommunikation für jede/n (Sa+So) mit Arbeitsmappe in Friedenau! www.Mit-Tieren-kommunizieren.de, ☽ 0331-704 6600

11h: Astrologiekurs im Frauentreff Praxis Gustav-Müller-Str. 11, 10829 B. Gastbeitrag 6 € ☽ 788 911 00, www.astro-angel.jimdo.com

11-17h: Women Healing Circle, erlebe Tanz, Gespräch und Berührung als Medizin, 70 €, Kreuzberg, www.lilith-beratung.de

12h: SYSTemische StrukturAufstellungen mit Lotta Gothe. Am 24.9. ab 12 Uhr in Neukölln. Mehr Infos & Anmeldung: mail@lotta-gothe.de

12h: WORKSHOP HEILUNG durch SELBSTLIEBE für Frauen, 30 €, Hp Elisabeth Heijenga. Infos/Anmldg.: ☽ 8507 5228, www.praxis-heijenga.de

13h: „Tag der offenen Reconnection Praxis“: Reconnective Healing®-Praktizierende empfangen Gäste. Infos, Austausch, Kennenlernen, http://reconnected-berlin.jimdo.com

14h: Jahreskreisritual Herbsttag- und Nachtgleiche, 35 €, Remise Reinickendorf, www.schamanischeHeilarbeit.de, ☽ 0170-215 9159

14h: Sex ohne Partnerschaft - na, und? Alte Wunden und Moral leben wir noch jetzt - Löse den Knoten! Workshop. 75/85 €, Anm.: www.EnergetischesCoaching-Berlin.de, ☽ 0176-3161 3251

15.30h: Biodanza INKLUSIV. Tanz mit all Deinen Herausforderungen! ufaFabrik www.biodanza.berlin

16h: Raja Yoga Meditation. 2-tägiger Basiskurs: 24.9., 16.30 & 25.9., 10.30, R.Y. Center, Sigmaringerstr. 25, Wilmdf., Anmeldg. ☽ 781 3059

16h: LESUNG: Wasser, Erde, Mensch. Texte aus der Natur (Tobias Perlick). Diese Lesung kann Türen öffnen für eine vertiefte Beziehung zur Erde in ihren unterschiedlichen Erscheinungen, und für einen neuen Blick auf uns selbst als Teil des Erdenorganismus. Stadtteilzentrum, Fehrbelliner Str. 92, 10119 Berlin (Prenzl. Berg), ☽ 448 16 91

BERLIN NEWS

Einladung zum Räucherkreis

Das Räuchern zu spirituellen und Heilzwecken ist in unserem Kulturkreis fast gänzlich in Vergessenheit geraten. Der Räucherkreis möchte das wertvolle Wissen um die Wirkung vieler einheimischer und exotischer Pflanzen weiter vermitteln. Alle Wünsche und Bedürfnisse sind willkommen. Es wird gemeinsam gegessen, geräuchert, meditiert, gebetet, geredet – für eine bessere Welt. Jeder sollte eine Kleinigkeit zu essen für das gemeinsame Buffet mitbringen.

Termin: So, 2. Oktober, 12-18 Uhr
Eintritt: frei, Spenden willkommen
Ort: Prenzlauer Berg
Info: & Anmeldung 030 - 440 53 037 oder 0176 - 558 49 250
www.annapurath.com

18.30h: dance your heartbeat BIODANZA in der ufaFabrik! www.biodanza.berlin

20-2h: ZEIT-LOS auf Reisen: Tanz-Party, Ort heute: PHYNIXtanzt, Hasenheide 54, Xberg, Info ☽ 0179-395 4185, fb: Oscar V. Akazie

SONNTAG 25.9.2016

15h: Workshop für Frauen: Die weibliche, spirituelle Kraft stärken. R.Y. Center, Sigmaringer Str. 25, Wilmersdf., ☽ 781 3059

16-20h: KUSCHELPARTY im Prenzlauer Berg, 1 min. von S-Bahn Prenzlauer Allee, Informationen unter: www.sonnenkunst.info

18h: Friedenstänze in Friedrichshain Auferstehungskirche, Friedenstr. 83. Eintauchen in die Fülle des Lebens. Info ☽ 8620 7078

MONTAG 26.9.2016

19.30h: Gesprächsabend. Offener Austausch über alles, was einem nach innerer Heiligung suchenden Herzen entspringt. Lectorium Rosicrucianum, 12055, Richardstr. 66

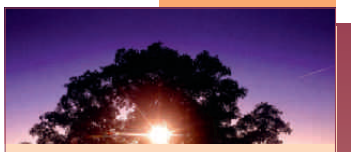
DIENSTAG 27.9.2016

18.15h: AFTERWORK BIODANZA im Haus Lebenskunst in Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 15 € inkl. Eintritt zu COME TOGETHER - TANZ & BEGEGNUNG ab 20h. Thema heute: Indian Summer - unsere einzigartige Schönheit. www.haus-lebenskunst.de

19h: Hashimoto und Schilddrüsenfunktionsstörungen. Vortrag von Olaf Grüneis, Heilpraktiker. Solmsstr. 36, Kreuzberg. Bitte anmelden bis 12 Uhr ☽ 0176-5591 7943

20h: COME TOGETHER - TANZ & BEGEGNUNG im Haus Lebenskunst in Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 5-7 €, www.haus-lebenskunst.de

BERLIN NEWS



Berliner Zeremonie für unsere Wurzeln

Das Wurzelzeremonialteam Christina Müller (creationxp.de) und Ulrike Weiland (kreis-des-lebens.de) lädt zum 10. Mal herzlich ein, gemeinsam mit interessierten Berlinern die Mysterien unserer Wurzeln in der germanischen Weltenesche unserer Vorfahren zu erspüren und gleichzeitig tiefe emotionale Blockaden zu erlösen. Es können Windlichte, Blüten, Früchte, Samen, Steine, Totholz, Knochen, Symbole und Materialien für Wasser- und Feuerkraft, Zwerge und Elfenfiguren sowie Trommeln und Rasseln mitgebracht werden. ❮❯

Termin: Mo, 3. Oktober, 14-20 Uhr
Eintritt: frei
Ort: Fischerinsel
Treff am Kreativhaus
Fischerinsel 3, 10179 Berlin
Info: www.creationxp.de/Wurzelritual

MITTWOCH 28.9.2016

11h: Familienaufstellung mit Oliver Küster im Prenzlauer-Berg, Tango-Raum, Hagenauer Str. 11, www.familien-aufstellungen.net, ☽ 6663 9474

18-19h: Heilen lernen in 5 Minuten, 50 € Best Western, Schlossstraße/Albrechtstraße 2, 12165 Berlin www.modernegesundheit.com Tel. ab 14 Uhr: ☽ 02832-989 9017

19.30-21h: Grabovoi®-Business-Training, 50 € Best Western, Schlossstraße/Albrechtstraße 2, 12165 Berlin www.modernegesundheit.com Tel. ab 14 Uhr: ☽ 02832-989 9017

19.30h: BIODANZA tanzen heißt das Leben lieben! Offener Abend 15 €, ohne Vorkenntnisse einfach mittanzen, Schöneberg, Geisbergstr. 34, www.bettina-biodanza-berlin.de

20h: CHANTING - LIEDER DES HERZENS AUS ALLER WELT im Haus Lebenskunst in Kreuzberg, Mehringdamm 34, 2. HH, 6 €, www.haus-lebenskunst.de

20h: Lesung mit CHRISTA SPANNBAUER: DENKEN MACHT GLÜCKLICH. Wie gutes Leben gelingt. Eintritt 7 €, Kartenvorverkauf im Dharma-Buchladen Akazienstr. 17, Schöneberg, ☽ 784 50 80, www.dharma-buchladen.de

DONNERSTAG 29.9.2016

19h: Ehrlichkeit und Freundschaft. Vortrag mit Meditationsübungen. R.Y. Center, Sigmaringer Str. 25, Wilmersdf., ☽ 781 3059

FREITAG 30.9.2016

Fr-So, 30.9.-2.10.2016 Röntgenblick-Methode & Grabovoi® inkl. Business-Training Best Western, Schlossstraße/Albrechtstraße 2, 12165 Berlin www.modernegesundheit.com Tel. ab 14 Uhr: ☽ 02832-989 9017

18h: Trommel-Workshop: Rahmentrommel intuitiv spielen, 20 €, Remise Reinickendorf, www.schamanischeHeilarbeit.de, ☽ 0170-215 9159

18h: CHANNELING von ENGEL-ENERGIEN. Meditationsreise + Lichtsäule. 20 € ohne Anm./Crellestraße 43 in Schöneberg, www.EnergetischesCoaching-Berlin.de

19.30h: Liebt die Seele Wandel und Veränderung? Gesprächskreis Eckankar Berlin, Friedbergstr. 45, ☽ 322 8277

20h: Zwischen Buddhismus und Psychotherapie-Meditation & Austausch, offene Gruppe, Aquariana, Kreuzberg, Infos: aquariana.de/seminarseiten/orlowski.html oder janorlowski@yahoo.de

So, 2.10.2016 Grabovoi®
Russische Heilmethoden
inkl. Business-Training
Best Western
Schlossstr./Albrechtstr. 2
12165 Berlin
Tel. ab 14 Uhr: ☽ 02832 - 989 9017
www.modernegesundheit.com

BERLIN NEWS

BODY IQ Festival

Die Somatische Akademie Berlin richtet das zweite BODY IQ-Festival mit über 30 Workshops zur bewussten Körperwahrnehmung aus. Diesjähriger Fokus: Das Spannungsfeld von individuellem Lernen und kollektivem Miteinander. Der Körper besitzt eine Intelligenz jenseits der Ratio, die im Grundrauschen des Alltags oft verloren geht. Das Body IQ Festival vereint somatische Methoden, um die körperliche Präsenz und Lebendigkeit für sich und mit anderen zu erleben. Angesprochen sind alle mit professionellem Interesse sowie Laien, die die eigene Körperwahrnehmung bewusst schulen, erforschen und reflektieren wollen. ❮❯

Termin: Fr-So, 14.-16. Oktober
Eintritt: Festival 160-260 €
1 Tag 60-100 €
Ort: Somatische Akademie Berlin
Paul-Lincke-Ufer 30
10999 Berlin
Info: www.bodyiq.berlin/home-de

MONTAGS

TANTRISCHE ABENDGRUPPE
19-22h: Tantrische Abendgruppe, montags mit Tanz, Körperarbeit + tantrischen Übungen, www.advaita-tantra-berlin.de, ☽ 0157-808 99 822

FELDENKRAIS
19h: Feldenkrais ab 26.9. im Westend. Einschränkende Gewohnheitsmuster lösen sich auf und Energien werden frei für Neues, Infos: ☽ 0176-3767 9372

DIENSTAGS

KURS IN WAHREM LOSLASSEN
19h: www.bewusstheitsgruppen.de Ein Kurs in wahrem Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit. ☽ 0171-704 9808

BUDDHISTISCHER MEDITATIONSKURS
19h: BUDDHISTISCHER MEDITATIONSKURS offener Kurs zur Schulung des Geistes. Infos/Anm. unter ☽ 0176-6308 1384, www.shenpen deutschland.org

DONNERSTAGS

BIODANZA
20h: Biodanza am Walther-Schreiber-Platz: Tanze Dein Leben nach Herzenslust, offene Gruppe, Infos + Anmeldung: ☽ 0177-528 7573, info@heike-biodanza-berlin.de

FREITAGS

AUFSTELLUNGSABEND
19h: Offener Aufstellungsabend mit Sigrid Scherer, CHW, Lietzenburger Str. 44 (U 1, 2, 3) www.wandlungen.net, vorh. Anm., ☽ 530 628 74

HEILPFLANZEN
19-20.30h: Heilpflanzen - Offener Abend mit Tee, Räucherwerk, Ölen, Hydrolaten & Büchern. www.aromatorium.de

SONNTAGS

SANT MAT MEDITATION
9.45h: Sant Mat Meditation auf Licht u. Klang im Inneren, Videovortrag u. Gespräch kostenlos: Mediteum, Hasenheide 9, 2HH, U-Hermannplatz

ENTSPANNUNG
13-17h: Entspannung finden im Augenblick. Workshop, offene Kleingruppe, jeder 1. + 3. So, ☽ 4579 8768, www.haase-mediation-berlin.de

SPIRITUELLE GRUPPE
15-17h: Spirituelle Gruppe, offen und tiefgründig, Text und Gespräch, jeden 1. und 3. Sonntag im Monat in Wilmersdorf, Café Garcon, Fechnerstr. 30

Anzeigenschluss 10. September 16
Geben Sie Ihre Kleinanzeigen kostengünstig über das Internet auf.
www.sein.de „Anzeigen schalten"
Benötigen Sie dennoch Kleinanzeigen-Formulare? Fordern Sie sie telefonisch bei uns an. Tel. 030 - 78 70 70 78

IMPRESSUM

„SEIN" erscheint monatlich für den Großraum Berlin im One World Verlag Ltd., Akazienstr. 28 • 10823 Berlin
www.sein.de

HERAUSGEBER:
Eduard Aman (V.i.S.d.P.)

GESCHÄFTSFÜHRUNG:
Eduard Aman
Tel.: 030 - 78 70 70 78
Fax: 030 - 7 88 35 20
email: aman@sein.de

THEMENREDAKTION, NEWS:
Jörg Engelsing, Shermin Arif, Anna Bahlinger, David Rotter
Tel.: 030 - 78 70 27 42
Tel.: 030 - 78 70 70 78
redaktion@sein.de

REDAKTION UMWELT u. WIRTSCHAFT:
Eduard Aman
Tel.: 030 - 78 70 70 78
aman@sein.de

PROGRAMMREDAKTION:
Andrea Streckfuß
Tel.: 030 - 78 70 27 41
programm@sein.de

FORMATANZEIGEN:
Anja Walter
formatanzeigen@sein.de

FORUMREDAKTION:
Anja Walter
Tel.: 030 - 26 32 02 30
forum@sein.de

KLEINANZEIGEN:
Anja Walter
Tel.: 030 - 26 32 02 30
Bitte über www.sein.de aufgeben

BUCHSEITENREDAKTION:
Shermin Arif

LAYOUT/SATZ:
Annett Löffler, Anja Walter, Andrea Streckfuß, Shermin Arif

VERTEILUNG:
Klaus-A. Ruppert
berlin@harmonie-des-seins.net

LEKTORAT:
Anna Bahlinger

REDAKTIONSSCHLUSS: 5.9.16

ANZEIGENSCHLUSS: 10.9.16

DRUCK: Druckerei Vetters GmbH & Co KG, Radeburg

Verteilte Auflage im August:
23 000 Exemplare

Dieser Ausgabe liegt eine Beilage von Plan International sowie teilweise von Yoga Sky bei.
Wir bitten um freundliche Beachtung.

z.Zt. gilt Preisliste Nr. 7 vom 1.3.2015
Fordern Sie die Mediadaten an!

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt der Verlag keine Haftung. Es gelten die in den Redaktionsräumen aushängenden Geschäftsbedingungen. Die veröffentlichten Beiträge/Anzeigen/Beilagen geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Wir behalten uns das Recht vor, Beiträge und auch Anzeigen nicht zu veröffentlichen.

ISSN 1432 - 9913

ASTROLOGIE

Astrologische Beratung, Paarhoroskope, Transitvorschau unter ☽ 2199 6146, 0178-634 4832

AQUA WELLNESS

AUSBILDUNGEN

Thai Yoga Massage Ausbildungen & Workshops & Thai Massagen & Shiatsu im AUM Yoga Studio Berlin mit Frank Wiegand, www.thaiyoga-institut.de Infos & Termine: ☽ 0177-651 3353

BOWEN-THERAPIE

ISBT-Bowen-Therapie Fachfortbildung:
Info Di, 6.9. und 20.9, 19 Uhr
Andrea Kargel-Schwanhäußer
Krumme Str. 3, 10585 Berlin
☽ 341 1831

COACHING

www.coachinginstitut.berlin Im November 2016 startet unsere EASC zertifizierte Ausbildung zum Coach, 11 Blöcke, 370 Stunden, anerkannt als Bildungsurlaub, mit Volker Tepp im Coachinginstitut Berlin, 10551, Waldstraße 32, ☽ 3675 1717, info@coachinginstitut.berlin

FÜHRUNGSKRÄFTECOACHING
Prozesse gestalten:
Self Management,
Strategieentwicklung,
Change Management.
Systemisch-ganzheitlich,
ziel-& lösungsorientiert,
strukturiert.
Kontaktieren Sie mich
für ein kostenloses Vorgespräch:
Kay S. Quart
www.hr-strategie.de
☽ 0163-393 0944

ENERGIEARBEIT

REIKI Behandlungen nach Mikao Usui. Einweihung und Behandlungen in Kundalini Reiki nach Jacobson. Anna Bause, Infos: ☽ 2886 7878, aba-reiki@mail.de

Energetikerin bietet Energie-Aufbau-&-Harmonisierung sowie Cranio-Sacral-Treatments zur EntSpannung im freien Fluss an, Termine/Infos bei Ina Zimmermann: ☽ 0171-525 9880

ESSSTRESS

überessen - unkontrollierbar Genesung ohne Diäten Unterstützung im offenen Raum f. Betroffene und Interessierte: willkommen@heidimarg.com

FAMILIENAUFSTELLUNG

Familienaufstellungen seit 1995 in Berlin, Göttingen, USA u.a. Weiterbildungen Ltg. Harald Homberger, www.familienstellen-berlin.de
Lösungsorientierte Familienaufstellungen Einzelarbeit, Roman Löffler, www.dragon-works.de
Familienaufstellungen im Akkadeus, Dr. Renate Wirth, Seminare, Einzelaufstellungen, Weiterbildung. ☽ 3010 4657, www.aufstellungstage.de
Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten: Di. 13.9., 11.10., 20 Uhr, Seminar: 23.-25.9. und 11.-13.11. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, www.ifosys.de, ☽ 69 81 80 71

FASTEN

Heilfasten-Kur nach Hildegard von Bingen vom 10.-15.10.2016. Täglich von 10-15 Uhr mit Wanderungen, Körperübungen, Meditation. Infos und Anmeldung unter ☽ 0172-236 3514 HP Petra Schnoor-Grothge

FENGSHUI / GEOMANTIE

raum für entwicklung, Beratung und Ausbildung, Gabriele Wächter, ☽ 8596 2087, gw@gabriele-waechter.de

GOLDEN PATH

Die höhere Frequenz im angeborenen Potenzial freisetzen. Activation/Venus/Pearl Sequence in Einzelbesprechungen und Workshops. Anna Bahlinger, ☽ 792 68 84, www.annabc.de

HARA AWARENESS

Hara Awareness® Massage: Einzelsitzungen, 9er-Serien und Workshops. Veronika Faulstich, ☽ 4471 8322, www.shihare-berlin.net

HATHORKONZEPT©

Ausbildung ab Oktober zum Transformations-Coach-HK©. Neues Wissen/Heilung/Fortschritt. Psychologie, Kinesiologie, Astrologie. Gitta Wenzel, ☽ 853 6679, www.kinesiologie-selbsthilfe.de

HEILEN

Willst DU dein Leben leben? Heilerin, energetischer Coach und Medium gibt dir Raum und Unterstützung, um in deine Fülle, in deinen Frieden und in deine Kraft zu kommen, Stefanie Bache ☽ 0178-187 7723, www.your-moments-of-life.de

HEILERIN

Heilerin Elke Schunorth, Fernbehandlungen. Möchten Sie in Ihrem Leben etwas verändern? ☽ 02632-499 642

HILDEGARDHEILKUNDE

Hildegard Heilkunde Ausbildung in der Ganzheitsmedizin, Beginn 13.10., 8 Abende, HP Daniela Dumann, Infos: ☽ 3643 0358, www.hildegard-von-bingen-berlin.de

KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

Körperpsychotherapie, sanfte pulsierende Massagen, Nachnähren Roman Löffler (psychoth. HP, Trauma Fachberater) www.dragon-works.de

MEDIALE BERATUNG

Channelings, Rückführungen, Karma-, Emotions-, Auraklärung, Magnified Healing. Dagmar Bolz: ☽ 8596 7688, seelenpotential.com

MEDITATION

Montagmorgen-Meditation 8-9 Uhr als kraftvoller Start in die Woche und Mittwochabend-Meditation 19-20 Uhr, nahe Senefelderplatz, Infos unter ☽ 0178-187 7723, Stefanie Bache

MORPHISCHES FELD

Lesen im Morphischen Feld, MFI® & Prozessbegleitung, Marion Augustin, ☽ 3628 4492, ma@schoepfungscoaching.de, www.gutes-gelingen.de

MUSIK

Spielen auf dem Hang. Lerne das Hang kennen, lerne, auf dem Hang zu spielen. Ich begleite dich durch meine Hang-Landschaft, ixatnamm@gmx.de, ☽ 0174-169 9899, Micha
Abenteuer Harmonium, preiswerte Schnupperkurse in Neu-Westend, Info: ☽ 0172-430 3344, Lea, harmonium-safari@web.de

SCHAMANISMUS

Schamanische Heilweisen für kleine und große Menschen, Tiere und Orte! Seelenrückholung, Workshops, www.katja-neumann.de, ☽ 4373 4919

SCHWITZHÜTTE

Schwitzhütten-Zeremonie in der Tradition der Native Americans in Gottsdorf (bei Luckenwalde): Mutter Erde ganz nah, verbinden wir uns über unsere Seele mit dem Geheimnis des Lebens. Wir reinigen uns und unser Herz findet Heilung. Nä. Termin: 8., 9. Oktober. Weitere Infos bei Johanne unter ☽ 788 31 29 oder www.magie-der-heilsamen-beruehrung.de

SEELENHEILUNG

Rita Beulker Geistheilerin, Hypnosetherapeutin www.coach.de.tl, ☽ 2067 1985 Akasha Lesungen, Hypnose–Abnehmen usw. Seelenrückverbindung

SINGEN

Abenteuer Harmonium, preiswerte Schnupperkurse in Neu-Westend, Info: ☽ 0172-430 3344, Lea, harmonium-safari@web.de

TIERKOMMUNIKATION

TK seit 2002 mobil & in Friedenauer Praxis, Erlernen der TK, Info- & Übungsabende! www.Mit-Tieren-kommunizieren.de ☽ 0331-704 6600
Was braucht ihr Tier als Hilfe bei Problemen? ☽ 2199 6146 oder 0178-634 4832

URCHRISTENTUM

Die Lehre der Gottes- und Nächstenliebe des Jesus von Nazareth an Mensch, Natur und Tieren. Information: ☽ 09391-504 135, www.gabriele-verlag.de
Lernen Sie die Lehren des Freien Geistes kennen. Er offenbarte und offenbart sich durch Gabriele, die Er Seine Prophetin und Botschafterin nennt, www.radio-universelles-leben.de

WALKING-IN-YOUR-SHOES

Durch körperliche Bewegung im Raum - das Erleben einer Entdeckungsreise - werden tiefe Muster und Blockaden sichtbar. Eine unkomplizierte Methode mittels Empathie zu Erkenntnis zu gelangen, Infos: www.wiys-institut.org

YOGA

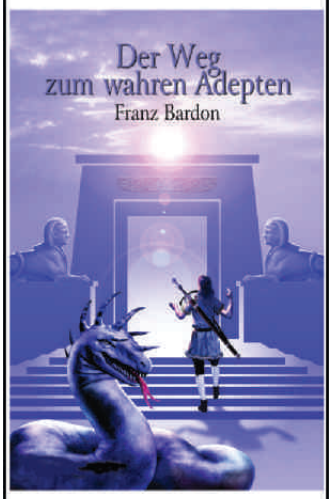
Hatha-Yoga, Yoga-Lehrer-Ausbildung
mit dem indischen Yogi Dr. Jain
Wege zur Erleuchtung, Tel. 313 88 09

46 Jahre Unterrichtserfahrung

- Aura-Diagnose
- Ayurvedische Massage
- Astrologische Lebensberatung
- 7-Chakra-Therapie
- Unterricht einzeln o. in Gruppen

www.yogaschule-jain.de
Herschelstr. 6a, 10589 Bln.-Charlottenburg

★ Einweihung ✱



Franz Bardon
Der Weg zum wahren Adepten
Das Geheimnis der 1. Tarot-karte. Ein Lehrgang wissenschaftlicher Magie in 10 Stufen. Theorie und Praxis der magischen Entwicklung. Die Magie ist das einzige Abwehrmittel gegen die Sklaverei der elektronischen Spionage. **27. Auflage!**
393 Seiten, geb., € 36,00

Die Praxis der magischen Evokation
Das Geheimnis der 2. Tarot-karte. Kontakt mit Engeln der geistigen Hierarchie. Beschreibung aller magischen Hilfsmittel und von 660 Wesen der Hierarchie.
560 S., geb., € 40,00

Der Schlüssel zur wahren Kabbalah
Das Geheimnis der 3. Tarot-karte. Theorie und Praxis der kosmischen Sprache. **Weltweit das einzige Lehrbuch der kabbalistischen Praxis.**
309 Seiten, geb., € 32,00

Frabato
Autobiog. Roman
Aus dem Leben eines Eingeweihten. Über Shambhala, die weiße Loge, die Hierarchie der Eingeweihten, die Weltregierung. 215 Seiten, geb. € 19,50

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

WORKSHOPS

10.30h MännerSeminar, 8./9. Okt., Ohlauer Straße - „Wut, Kraft gleich Energie“ - spielerisch, besinnend, austauschend, neues ausprobierend, Muster erkennen, sich kraftvoll spüren... Wie kann ich im Alltag diese schlummernde Kraft mehr für mich nutzen? Infos und Anm.: Frank Kruschel , www.potential-entfalten.com, ☽ 0176-2317 8506

2. Berliner Kuschelwochenende 22. + 23. Okt. - Vom Denken ins Fühlen, vom Kopf in den Körper kommen - 2 Tage für 100 €, Frühbucher 70 €, Infos und Anmeldung nur unter kuschelparty@web.de oder ☽ 0151-28 78 75 29

Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten Di 13.9., 11.10., 20 Uhr, Seminar: 23.-25.9. und 11.-13.11. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, www.ifosys.de, ☽ 69 81 80 71

Inspirationen für den Großen Wandel von Gutes Gelingen. Mit interessanten Veranstaltungen, Vorträgen, Workshops, Ausbildungen, Begegnungen und mehr. Ein lebendiges Netzwerk voller Überraschungen. Schauen Sie mal rein! www.gutes-gelingen.de

Kleiden Sie sich gekonnt, mit Herzenslust. In einer verbindenden Atmosphäre nähern wir uns mit Meditation, Selbstwahrnehmungsübungen und modernen Typanalysemethoden unseren verschiedenen Wesensanteilen. Stil-Workshop einmal anders. Für Frauen. www.die-aufhuebscherin.de oder ☽ 0178 984 659 88, Gisela Krätzig

Neue berufliche Perspektiven Mit professionellem und integriertem Kurskonzept das eigene Berufsprofil klären und neu aufstellen, www.ingrid-kaisers.de ☽ 6548 7881; www.luecking-mewald.de, 7492 7413

SHIATSU-Grundkurs 24.+25.9.16 für Anfänger_innen. Nach dem Kurs bist du in der Lage eine entspannende Shiatsumassage zu geben. Gleichzeitig Einstieg zur GSD-anerk. SHIATSU-Ausbildung. Kostenfreier Infoworkshop am 23.9., 18-21h, Mach mit und gewinne einen Grundkurs, www.shiatsu-zentrum.de ☽ 615 1686

AUSBILDUNGEN

www.Die-Ausbildung.eu Hier bildet Dich Deine eigene Seele aus. Informationen und Preise: ☽ 033230-20390

„Liebe & Erfolg“– Beginn des neuen Jahres-Trainings in den essenziellen Fähigkeiten des Lebens, mit Frank Fiess und Team am 16.-18.9. im Haus Lebenskunst, Informationen unter ☽ 2529 8700 oder www.frankfiess.de

KONTAKTE

Alchemie, Magie, Kabbala Suche Interessierte zum Aufbau von Gruppen, Seminaren. Weihungen und (Heil)Behandlungen, ☽ 0151-7110 1449

Auszeit-Urlaub-Neubeginn? Und Lust auf die Insel? Die Teneriffa-WG bietet Unterkunft & Tipps. Interesse? Dann: SchreibMir-G@web.de

Er sucht die liebevolle, ausgeglichene Sie für eine dauerhafte Beziehung. Ich bin 46 Jh., 1,72m, 68kg, NR, attraktiv ☽ 01590-219 3892

Gottesbotschaften an die innere Menschheit: www.ich-bin-liebetroepfchen-gottes.de

HP Psych., w., 44, sucht für Auffrischung von Ausbildungsinhalten Übungspartner, www.karen-winter.jimdo.com

Hypnose & Meditationen, Klangmassagen, Stärkung des Selbstbewusstseins, Gewichtsreduzierung, ☽ 2581 6323, www.Mit-Sicherheit-Griesinger.de

KRYON-Channelings (durch Lee Carroll): Wir suchen Menschen aus Berlin und Umgebung zum Austausch und zur Diskussion, die ebenso begeistert sind wie wir von diesen Botschaften! Kontakt: KRYON@o2online.de

Lichtarbeit zum Segen für d. Erde u. alles Leben in Zusammenarbeit mit Lichtwesen, Anrufungen, Visualisation, u.a. ☽ 465 9926

Netter sinnlicher Mann sucht nette sinnliche Frau f. netten sinnlichen Massagen-Austausch. Vorher Kennenlern-Kaffee? G-Punkt1@web.de

Partner finden im
www.lotuscafe.de
bewusst://spirituell://:lebensfroh

SPIRITUELLE Gruppe, offen u. tiefgründig, Text und Gespräch, jeden 1. u. 3. Sonntag im Monat 15-17h in Wilmersdorf, Café Garcon, Fechnerstr. 30

Spirituelle WoE-Gemeinschaft (Byron-Katie-Work) auf großem Waldgrundstück mit Garten Nähe Potsdam sucht Teilnehmer, die sich mit Wald- und Gartenarbeit und handwerklichen Tätigkeiten einbringen möchten. ger.lach@gmx.de

Suche Glücksbringerin mit Sommersprossen (35-50). Starker Mann (43/182/NR) freut sich auf Dich: der.Fels@sonnenkinder.org

Suche sympathische Frau ab 40, die erotische Tantra-Massage empfangen / genießen möchte. Er 43/NR: Der.Mann@lass-es-geschehen.de

JOBS

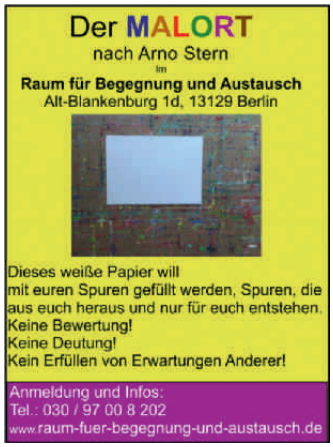
Attr. Lady mit sehr gutem Dt. + Englisch für Tantra-Massagen auf Teneriffa. Ausbildung hier möglich. Bitte Mail an: Magnolia-6@web.de

Freie Schule Charlottenburg in Berlin sucht: GrundschullehrerIn mit dem I od. II Staatsexamen, Teilzeit od. Vollzeit möglich. SekI LehrerIn für die Fächer WAT, Geschichte/Pol. Bildung, Geografie, Physik, Mathematik, Englisch und Sport: Voraussetzung für eine Bewerbung ist das 1./2. Staatsexamen, Master od. Diplom, Teilzeit od. als Minijob Bewerbungen gerne per Mail: info@freie-schule-charlottenburg.de

WOHNEN

Auszeit-Urlaub-Neubeginn? Und Lust auf die Insel? Die Teneriffa-WG bietet Unterkunft & Tipps. Interesse? Dann: SchreibMir-G@web.de

Biete Zimmer mit Blick auf den Lietzensee ab 15.10., möbliert oder unmöbliert. h.schaefer@berlin.de



REISEN

eat, pray & relax – Auszeit-Urlaub für Frauen Meditation, Ausflüge, Gespräche, Seelenraum. SEI Teil einer spirituellen Urlaubs-Oase, www.ashram-mallorca.com

GENUSSVOLLES ENTSCHLACKEN FÜR LEIB & SEELE, Usedom, ärztl. begl. Basenwoche mit meditativem Singen, www.Basenfasten-plus-Usedom.de

Hawaii Feb. 2017: Spiritueller Workshop an Kraft- und Heilungsorten, Verbindung mit Wal- und Delfinenergien. Dagmar Bolz: ☽ 85967688, seelenpotential.com

SÜDALGARVE/Portugal, 2km zum Meer, das andere Veggie-Landhaus, B&B oder Apartment für Individualreisende, www.casa-d-ouro.ch

RÄUME

1 Raum, ca 50 qm, in Alt-Blankenburg (Pankow), für Kurse, Vorträge, Seminare, ... ab 5 €/Std., ☽ 9700 8202, www.raum-fuer-begegnung-und-austausch.de

18 & 45 qm helle Räume – www.seminarraum vermietung-berlin-schöneberg.de, Grünblick, tags, abends u.a. Wochenende für Weiterbildung, Therapie, ruhige Körperarbeit, ☽ 215 3189

Ab 5 €/Std. Raumnutzung 46 & 18 qm, für Seminar/Therapie/HP, 10777 Schöneberg, an Bhf U4, www.careandshare.de, ☽ 03328-309181

Aquariana-Zentrum
Praxis- und Seminarräume
gepflegt, guter Service
Fahrstuhl, Parkplätze
Am Tempelhofer Berg 7d, Kreuzberg
☽ 69 80 81-0
www.aquariana.de

Biete Apartment f. 1-2 Pers. mit Bad, Küche, Terrasse in Ch´burg (Messe-Nähe), ruhig, für Berlin-Besucher, ☽ 3061 2726

Bieten 2 schöne Räume + Küche/Bad für Body Treatments, Coaching, so wie Yoga, Qi Gong oder Ähnliches in ruhiger Bestlage Berlin Mitte: ☽ 28 04 04 28

Gr. Räume, Charlottenburg, 70 qm, hell, ruhig. Für WE-Seminare oder Dauerkurse: Yoga, Tai Chi usw. ☽ 0179-944 5549

Haben Sie als Raumanbieter noch freie Kapazitäten? Lassen Sie sich finden in unserem Portal! Suchen Sie noch einen Raum für Einzelsessions oder Ihre Veranstaltungen? Schauen Sie auf unsere Webpräsenz! www.gutes-gelingen.de

Helle Gruppenräume für Körperarbeit zu vermieten, 52 und 120 qm, Wilmersdorf, zentral, www.zen-shiatsu-schule.de, ☽ 3266 2832

Naturheilpraxis in guter Lage Berlin-Charlottenburg sucht Nachfolger. Technische Ausstattung: Bauer Saunarium, Colon Alpha Darmspülgerät, Hochtongerät, Schumann 3D Platte, Kangenwassergerät, Behandlungsliege, Wäschetrockner, Geschirrspüler. Zwei große Behandlungsräume (Parkettboden), ein Colon-Hydro-Therapie-Raum, Dusche-Toilette, Patiententoilette, Büroraum mit Küche. Ganz oder teilw. abzugeben. ☽ 0176-5215 2591

Prenzlauer Berg, schöne, helle + ruhige Praxis- und Kursräume (10-73 qm) zu vermieten, Std./Tg./WoE., www.remise-an-der-marie.de

Schöner 100-qm-Raum (Parkett) am Hermannplatz für Bewegung, Seminare u.ä. tags u WE zu vermieten www.chachachicas.de, ☽ 7870 6481

Schöner Raum in freundl. Praxis 21qm z. Fest-Untermiete frei: Di bis 17.45h, Mi + WE ganztags, Do bis 14h, mind. 1/2 Tag, Chlbrg am U7/S Ring-Bhf. Jungf.heide, Körperpsychotherapeutin S. Göttsche ☽ 0176-9686 5751

Sehr schöner, ruhiger, 126 qm Seminarraum, mit Parkett, Küche, prof. Tontechnik, verkehrsgünstig an der U-Bahn, ☽ 0176-2016 5261, www.verein-bewusst-sein.de/bewusstsein_Raum-Vermietung

Tauben Blau Seminarhaus: Räume für Seminare, Retreats, Workshops vor der Kulisse des Nationalsparks Unteres Odertal nahe Berlin, www.seminarhaus-stolzenhagen.de

Wunderschöne Räume mit Garten & Außenpodest im Prenzl. Berg. Buchen Sie jetzt und erhalten Sie 10% Rabatt bei der ersten Anmietung, www.studiovermietung-berlin.de

X-Berg: wunderschöne Räume, Dielen, Du/WC, Teek., h/Tg/WE/längere Seminare, ideal für Bewegung/Beratung, Infos: ☽ 8961 2318, www.mariposa-vermietung.de, info@mariposa-vermietung.de

DIES & DAS

16. Alegria Biodanza Festival im Wendland. 8.-11. Sep. in Proitze. Everybody is welcome! www.biodanza-festival.de/proitze

Gemüsekisten aus der Uckermark! regional, saisonal, biozert. Gemüse, Salate, Kartoffeln, Obst, Säfte... Lieferung frei Haus oder zu zentralen Sammelpunkten innerh. Bln.s, Mindestbestellwert 15 €. Angebotslisten u. Bestellungen, tel. unter ☽ 03987-200704, AB

AN- UND VERKAUF

Fit und Gesund
mit Wertvoller Nahrungsergänzung
Spirulina, Bitterstoffe,
Indianertee u.v.m.
schnell und günstig bestellen:
www.feine-algen.de

ADRESSEN

SEIN-REDAKTION

One World Verlag Ltd.
Akazienstr. 28, 10823 Berlin
Tel: 7870 7078, Mo-Fr 10-17h
mail@sein.de, www.sein.de

HANDEL

Adhara Büchertempel
Proskauer Str. 13
10247 Berlin
Tel: 4747 4740
www.adhara.de
Mo-Fr 10.30-18.30, Sa11-17h

Aromatorium
Kräuter, Düfte, Bücher
Stargarder Str. 68
10437 Berlin
Tel.: 9487 2072
www.aromatorium.de

Daulat Buchhandlung
12165 Berlin
Wrangelstraße 11-12
Tel: 791 18 68
info@daulat.de
www.daulat.de

Dharma Buchhandlung
10823 Berlin
Akazienstraße 17
Tel: 784 50 80
www.dharma-buchladen.de
Mo-Fr 10-19, Sa 10-16h

Mandala Buchhandlung
10435 Berlin
Husemannstr. 27
Tel: 441 2550
www.mandala-berlin.de
Mo-Fr 10-18.30, Sa 11-15 Uhr

Mondlicht Buchhandlung
Oranienstr. 14, 10999 Berlin
Tel: 618 3015
www.mondlicht-berlin.de
Mo-Fr 10-19.30 Uhr
Sa 10.30-17 Uhr

playstixx
Liebesspielzeugshop und Manufaktur - für Frauen und alle die sie lieben...
BLN-Kreuzbg, ökologisch & umweltfreundlich orientiert
www.playstixx.de

Stein-Reich
Die Vielfalt der Steine
Akazienstr. 6, 10823 Berlin
Tel: 691 55 91, Fax: -38 91

Vitalkontor
Samariterstr. 38, 10247 Berlin
Tel: 5448 8592
Wasserbelebung
bellicon Mini-Trampoline
Mineralien, Räucherwerk
energetische Produkte uvm
www.vitalkontor.net

www.wasserkontor.de
Analysen, Filter, Wirbler
Karaffen, Trinkflaschen
EM, Jentschura Salze, Xylit
Bötzowstr. 29
Tel: 4473 7670
Mo-Fr 10-19, Sa 10-18 Uhr

AUSBILDUNG

fitmedi Akademie
Aus- & Fortbildungen:
Meditation, Achtsamkeit, Entspannung, Stressmanagement, Kommunikation, Mentaltraining etc.
www.fitmedi-akademie.de

HathorKonzept®-
Transformations-Coaching-HK®
Psychologie/Kinesiologie/
Astrologie/geistiges Wissen
www.kinesiologie-selbsthilfe.de

Kinesiologieausbildung
mit Zertifikat, 1-2 Jahre
seit 2000: Berlin & Hamburg
M. Ordyniak,
Tel: 791 1641
www.kinesiologieschule.de

BERATUNG

A1-Führungskräftecoaching
systemisch-ganzheitlich
Self-/Changemanagement
Kay S. Quart
www.hr-strategie.de
Tel: 0163-393 0944

Krebs-Beratungsstelle
kranke & Angehörige e.V
Telefon für Krebskranke:
Tel. 891 4049
Angehörige: 893 5429
Krebs-Krisen-Tel: 8909 4119

Berufliche Orientierung
Integrales Coaching
kostenloser Info-Termin:
Clemens Feuerherdt
Tel: 0176-1500 1061
kontakt@core-expression.de

BISEXUALITÄT: z-bi.de
Beratungen, Therapie
Welserstr. 5-7
10777 Berlin-Schöneberg
info@z-bi.de
Tel: 03328-3077 773

Klangarbeit und Coaching
Lorenz Elias Keller
Mühsamstr. 64
10249 Berlin
elias@coresonance.de
Tel: 239 236 49

Konfliktbearbeitung
Konflikte bearbeiten
und gesund bleiben.
Restorative Circles
mit Uwe Pieper
www.konfliktbearbeitung.org

Lesen im morphischen Feld, MFL®: Klarheit in allen Fragen. Lebensqualität, Partnerschaft, Berufung.
M. Augustin, Tel: 3628 4492
www.schoepfungscoaching.de

Praxis für psychologische Beratung Berlin
Therapie Coaching Gruppen
Tel: 58 91 53 26
www.psychologische-beratung-in-berlin.de

Professionelle Webpräsenz
für Therapeuten:
individuell, authentisch
und kostengünstig
tel. Erstberatung gratis
www.webdesign-robert-jung.de

Unerfüllter Kinderwunsch
Annnehmen was ist
Kopf-Bauch-Balance
Leben im Jetzt zentriert
Marlis Grzymek-Laule
Tel: 0160-550 8084
www.marlis-grzymek-laule.at

FRAUEN

EWA e.V. Frauenzentrum
Prenzlauer Allee 6
10405 Berlin
Tel: 442 5542
ewa.ev@arcormail.de
www.ewa-frauenzentrum.de

Lara – Frauen Krisen- und Beratungszentrum
Fuggerstraße 19
10777 Berlin
Tel: 216 88 88
beratung@lara-berlin.de
www.lara-berlin.de

Neue berufliche Perspektiven
Professionelle, ressourcen-orientierte Begleitung
www.ingrid-kaisers.de,
Tel: 6548 7881
www.luecking-mewald.de,
Tel: 7492 7413

KÖRPERARBEIT

Body & Soul, Tashina Kohler
Hawaiianische und Ayurveda Massagen, Aqua Wellness
Akazienstr. 27
Tel: 3270 5779
tashinamail@web.de

Ganzheitliche Physiotherapie
Shiatsu, Hara Awareness®
Massage und Reiki
Veronika Faulstich
www.shihare-berlin.net
Tel: 447 18 322

Grinberg Methode
bodywork
in Charlottenburg
Svenja Cussler
Tel: 0172-808 88 52
www.cussler.eu

Mareen Scholl ENTER_space
Sexological Bodywork
und Bewusstseinsarbeit
Einzel-/Paararbeit/Beratung
Workshops & Ausbildung
Friedrichshain & Kreuzberg
www.enter-space.net
Tel: 0176-1032 0742

Polyamorie/ Sexological Bodywork
Beratung und Körperarbeit
Christopher Gottwald
www.christopher-gottwald.de
FB: christopher gottwald – polyamorie, gutentag@christopher-gottwald.de

Reichianisches Atmen
Das Atmen als energetischen Prozess erleben
Den Panzer schmelzen
Informationen:
Tel: 0175-609 1926

HEILPRAKTIKERINNEN

HeilpraktikerInnen
Bereitschaftsdienst!
An Wochenenden und Feiertagen von 8-20 Uhr
Tel: 324 18 99

HPP Dominik Hof Berlin
Psychotherapie
& Psychosomatik
Primär- und Körperpsych.
www.hpp-dominikhof-berlin.de
Tel: 202 750 62

Shiatsu & Akupunktur, TCM
Heilpraxis Angela Limberg
Schmerztherapie LnB
Streustr. 121
Weißensee
www.heilpraxis-limberg.de
Tel: 453 10 954

GANZHEITL. HEILWEISEN

Akupunktur für die Seele
TCM, Dao mein Weg
mit Qi-Gong, Shiatsu
Muthesiusstr. 4
12163 Berlin
Tel: 796 5975
Mobil: 0163-312 56 54
www.akupunktur-tcm-berlin.de

Besprechen/Böten
auch Ausbildung m. Einweihung
Praxis in Waidmannslust und Wilmersdorf
Marina Schumacher
Tel: 9786 9903
www.praxis-kleine-haende.de

Glücklich sein - Gesund für`s Leben:
Tierheilpraxis
(Bioresonanz, Energetische Heilweisen, Tierkommunikation, Tierpsych. Beratung)
Hartel: 2006 6180
www.gluecklich-sein.info

Pferdemomente
Coaching mit Pferden für Selbstvertrauen, Klarheit, Kraft und Lebensfreude
Katharina Haupt
Tel: 6120 2325
www.pferdemomente.de

THERAPIE

Gesprächs- und Focusingtherapie
Ganzheitlicher Ansatz
Stefanie Lutz HPG
Tel: 01575-897 8721
www.stefanie-lutz.de

Heileurythmie
hochwirksame anthroposophische Bewegungstherapie
Praxis im Botanischen Garten
Kostenübernahme durch KK möglich, Tel: 3675 1599

hilfedurchhypnose.berlin
Hypnosetherapie
Stressbewältigung
Coaching/Motivation
HypnoReisen für Neugierige
Fantasiereisen für Kinder

Hypnosetherapie und
Klangmeditationen
Selbstbewusst Sein
Tel: 2581 6323
mit-sicherheit-griesinger.de
Natascha Griesinger

KörperPsychotherapie
Core-Energetik, TRE
kostenloser Info-Termin:
Clemens Feuerherdt
Tel: 0176 1500 1061
kontakt@core-expression.de

Ressourcenorientierte Traumatherapie
Marina Schumacher
HPG, HP Psychotherapie
Tel: 9786 9903
www.praxis-kleine-haende.de

System. Familienaufstellung
Einzelaufstellungen und offene Gruppe, Themensonntage
Marina Schumacher
Tel: 9786 9903
www.praxis-kleine-haende.de

YOGASCHULEN

Alte indische Yoga Schule
Seit 60 Jahren Yogi Dr. Jain
Yogalehrerausbildung,
Astroberatung, Tel: 313 8809
Herschelstr. 6a, 10589 Berlin
www.yogaschule-jain.de

Maigold Yoga & Massage
Kopenhagener Str. 16
10437 Berlin
www.maigold-berlin.de
info@maigold-berlin.de
U/S Schönhauser Allee

Shakti-Yogaloft
Urbanstr. 67, 4. Aufgang
10967 Berlin, Tel: 8185 9242
info@yogalehrer-berlin.de
www.yogalehrer-berlin.de

Yoga in Waidmannslust
Bewegung Atem Entspannung
Gruppen, versch. Termine
Nimrodstr. 26, 13469 Berlin
www.serowy-yoga-musik therapie.de, Tel: 411 0144

ZENTREN

Aquariana
Praxis- und Seminarzentrum
Am Tempelhofer Berg 7d
10965 Berlin-Kreuzberg, Tel: 69 80 810, www.aquariana.de

Spielraum Bousset
Yoga, Atemgruppen, Energie-Arbeit, (OLHT)® Massage, Alexandertechnik, Satsang
Zeltinger Str. 23, 13465 Berlin
T: 401 59 24, www.bousset.de

ufafabrik: KulturCentrum
Cafe, Salon, Seminare...
Viktoriastr. 10-18, 12105 Bln
Tel: 75 50 30
U6-Ullsteinstraße
www.ufafabrik.de

REISEN

Ashram Mallorca
für Frauen, eat, pray & relax
Tel: 0234-459 3326
be@ashram-mallorca.com
www.ashram-mallorca.com

AYURVEDA IN GOA!
DEVAAYA Ayurveda & Nature Cure Centre, Goa Indien
Info: andrea@devaaya.com
Tel: 0177-807 4267
www.devaaya.com

La Gomera Valle Gran Rey
Villa Lakshmi - Schöne Ferien mit Meerblick & Spirit
Massagen, Bodywork & mehr
Tel. 0034-922 807 160
premsvaha@hotmail.com

NEPAL
Wandern - Erleben - Erfahren
Selbsterfahrung durch individuelle Trekkingtour
Tel: 6956 4601
travel.dev@gmail.com
www.opentrailtreks.com

Tiefe Wälder. Stille Seen.
Ferien/Meditation/Retreat im Naturpark Stechlin
bei Berlin/Oberhavel
Tel: 033082-405760
www.lischa-z.de

www.lehmbaukurse.de
in Theorie und Praxis
mit Kost und Logis 3 Tage/350 €
vor Usedom in einem kl. Dorf
im www.der-kastanienhof.de
Beatrice Tel: 0178-198 7624

ÜBERREGIONAL

Dresden: Gästezimmer
& Raumvermietung, zentral, preiswert & schön.
Osho Zentrum Dresden
www.osho-meditation-dresden.de

Seminarhaus Foxberghof
Bus 671 ab Rathaus Spandau
Seminarräume 2 x 130 qm
Tel: 033230-51350
Tel: 0176-2050 5358
www.foxberghof.de
Hauptstraße 30
14621 Paaren im Glien

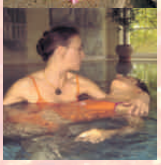
SeminarHausWeserblick. jimdo.com bei Hameln direkt an der Weser, 6000qm Garten
Semiarraum 55 qm mit sep. Behandlungsraum, mit Rundumversorgungspaket für 10 Personen zu mieten
0177-632 9391 Alois Schräder

Tragen auch Sie sich gegen eine Jahresgebühr von 48 Euro per Internet in unser Adressverzeichnis ein.

Heilsame Berührung

Body & Soul in Berlin

Ayurveda, Entschlacken, Erneuern, Regenerieren



- *Abhyanga-Ayurveda-Ölmassage zweihändig und Synchronabhyanga*
- *Shirodhara – Stirnölguss*
- *Abhyanga und Shirodhara*
- *Samvahana – eine königliche Sinnesreise speziell für Frauen, verjüngend*
- *Hawaiian Body Flow Massage zwei- und vierhändig*
- *Paar-Rituale – verbindend u. beglückend*
- *Aqua-Wellness – eintauchen in die Gelassenheit des Seins*

Geschenk-Gutscheine

Tashina Kohler
Akazienstr. 27, 10823 Bln
Tel. 030 - 32 70 57 79,
Mobil 0176 - 271 621 71
tashina@web.de

Herzlich Willkommen

www.LotusCafe.de

Forum für ganzheitliche Partnersuche

Hier findest Du Partner für die Liebe, das Leben, den Urlaub, für Alltag, Geschäft, Beruf, Projekte, Meditationen, Freundschaft, Austausch und Kommunikation.

Anklicken, Anschauen, Ausprobieren!

MEDITATIONSLEITER-AUSBILDUNG mit Stefan Datt

ab 30.10.2016 · 6 x sonntags 120,- €

mit Zertifikat

Lernen in Bewegung e.V. Berlin

Lernen in Bewegung
Weimarer Str. 29 · 10625 Berlin
T. 030-38 10 80 93 · yoga@yoga-berlin.de
www.yoga-berlin.de · www.yogafestival.de

Kommen Sie zu Ihrer „Quelle des Lebens":

Genießen Sie einen herzerfrischenden Tag!

Infos zu Gesundheit und Heilung:

Produkte, Empfehlungen, Vorträge, Workshops

Erleben Sie Musik und Kunst

Heil-Sitzungen und Jenseits-Kontakte

Verpflegung: vom beliebten Restaurant „Merlin"

medizinundbewusstsein

Quellen des Lebens

Kongress in Königstein
25.-27. November 2016
www.medizin-bewusstsein.de

FREIKARTE

zum Besuch der MESSE
„Medizin und Bewusstsein – Quellen des Lebens"
im „Haus der Begegnung"
(Bischof-Kaller-Str. 3), 61462 Königstein

TAGESKARTE

(für Freitag oder Samstag oder Sonntag)
Der Besuch von Highlight- und Kongress-Veranstaltungen wird an der Tageskasse extra bezahlt
Veranstalter:
„Lebens(t)räume u. „Obsentic" (W. u. J. Maiworm)