Sein

kostenlos

Bewusstsein intelligent leben

sein.de

Wahrheit

Unsichtbar geführt: In Kontakt mit der eigenen Essenz

Pendeln: Ein Werkzeug zur Erforschung der Wirklichkeit?

Die Quelle der Spiritualität: Können wir wissen, was Gott ist?

11
2017
NO. 267

THERAPEUTISCHES INSTITUT BERLIN
Seit 1986

Spirituelle und therapeutische Ausbildung
unter Leitung eines tibetischen Meditationsmeisters
und Psychotherapeuten mit jahrzehntelanger
Ausbildungserfahrung

Ausbildungsbeginn im Januar 2018

Psychologisch- Spiritueller Berater
2 Jahre

Integrativer Gestalttherapeut
4 Jahre

Rygtsin Gyaltsen
Larampa Geshe (Tibet. Meditationsmeister)
von der Klosteruniversität Sera

Nessim Behar-Kremer
Facharzt für psychotherapeut. Medizin

Bärbel Behar-Kremer
Körpertherapeutin, Heilpraktikerin,

Gründerpaar des tibetisch-buddhist. Zentrum, Bln. www.tibetzentrum-Berlin.de

030 / 8335051 www.tib-gestalt.de

Buchverlosung

Sein verlost drei Exemplare der CD **„Temple At Midnight"** des Künstlers **Miten**.

Deva Premal und Miten sind am **2.11.2017** auch zu einem **Konzert in Berlin**, im Konzertsaal der Universität der Künste (UdK): Hardenbergstr. 33, 10623 Berlin Beginn: 19.30 Uhr, Einlass: 18.30 Uhr.

„Im Gepäck haben sie Mantra-Klassiker und das neue Album „Temple At Midnight", in dem sich Blues- und Folk Einflüsse mit tiefgründigen Songtexten und Mitens charaktervoller Stimme verbinden. Begleitet wird das Duo von dem nepalesischen Bansuri-Meister Manose und weiteren Gastmusikern. Die Musik von Deva und Miten ist eine einzigartige Mischung uralter indischer und tibetischer Mantras mit zeitgenössischen Arrangements."

Weitere Infos unter: **www.soulevents.info**, Tickets: www.eventim.de

Zum Gewinnen einer **CD** bitte bis zum **20.11.2017** eine E-Mail mit dem Stichwort **„Deva & Miten"** unter Angabe des Namens und der Adresse an: **gewinnen@sein.de**

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung des Gewinns möglich.

KARMA Restaurant Berlin
Indische, nepalesische & tibetische Hochlandspezialitäten

täglich von 11.30-23 Uhr, Eisenacher Str. 57, 12109 Berlin-Mariendorf
Tel. 030 - 703 701 71, www.karma-berlin.de

Liebevolle Beziehungen
in der Vorweihnachtszeit

17. - 19. November • Berlin
mit Sabine Parlow
zertifizierter Master Teacher der Tao Academy

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

Abb.: © Konstantin Yuganov-fotolia.com

Abb.: © ally - fotolia.com

© Olga Bessanova – www.behance.net/bessonola

HG: © Olga Bessanova – www.behance.net/bessonola

Rubriken

8-10	Zu Gast in Berlin
13, 19	Selbstdarstellungen 36
18	Online-Vorschau
40	Von Feinden umgeben? Fremdenangst homöopathisch mit der Toxoplasmose-Nosode behandeln – Werner Baumeister
42-43	Lesen & Hören – Buch- und CD-Tipps von Shermin Arif
44	Astrologische Betrachtungen für November – von Mona Riegger
45-50	Programm
51-59	Forum
60-62	Termine
63	Regelmäßige Termine
63-64	Wer macht was
64	Impressum
65	Vermischtes
66	Adressen

Neue Weltbilder
Bewusstsein
Spiritualität
Gesundheit
Sexualität
Therapie
Heilung

Inhalt

4 Global News
Defending the Sacred in Portugal – von Leila Dregger

11 Die Bedeutung der inneren Wahrheit
Was heißt es, aus der eigenen inneren Wahrheit heraus zu leben? Ein Interview von Susanne Homann mit der AMW-Therapeutin Gundula Liebisch

14 Die Quelle der Spiritualität
Carola Hempel im Gespräch mit SEIN über die Grundlagen von Wahrheit und die Verbindung von Wissenschaft, Religion und Philosophie

16 Aus Vertrauen entsteht Wahrheit
Wie zuverlässig kann ich mich auf die Führung aus der geistigen Welt verlassen – von Ellen Hennicke-Weinert

18 Zeitansage
Danke, Papa! – von Simone Forster

19 Tipps
Gesundheitsmesse Zehlendorf

20 „Wenn ich es nur endlich sagen könnte!“
Wir wollen uns so zeigen, wie wir sind. Und doch zögern wir. Warum eigentlich? – von Sabrina Fox

22 Ein Werkzeug zur Erforschung der Wahrheit?
Überlegungen zum sinnvollen Gebrauch des Pendels aus der Sicht eines Geomanten – von Dr. Gregor Arzt

25 Die Kraft der Drachen
Wegbegleiter zu unserer Seele – von Dorothea Müschenborn und Amira Meyer

26 Der Nektar des Lebens
Die Wahrheit der Leere – von Sadhguru

27 Tipps
Lichter in Schöneberg

28 Verbindende Kommunikation
Wie wir miteinander ohne Rechthaberei Konflikte lösen und deren Ursprünge erkennen können – von Ranjita

30 Achtsamkeit im Liebesleben
Wie wir uns tiefer hingeben und unsere Sexualität leidenschaftlicher gestalten können – von Dr. Patricia Heitmann

32 Tipps
YiXue Schule – Lernen fürs Leben

33 Das Abenteuer Meditation
Matthias Grimm über eine der ältesten Methoden der Selbsterkenntnis und ihre vielen Facetten

38 Abenteuer Intimität
Warum Paarbeziehungen oft nicht funktionieren und wie wir das ändern können – von Natalie Viaux

Titelbild: © Freeze Frame Photography - Fotolia.com

Dieser Ausgabe liegt eine Beilage von Plan International, vom Verlag Die Silberschnur sowie teilweise von der Stiftung Rosenkreuz bei. Wir bitten um freundliche Beachtung.

Edito

Die für mich tiefste Wahrheit ist: Hinter allem Elend auf dieser Welt steht die Liebe. Sie steckt in jedem Lebewesen, jedem Stein, jedem Atom. Wir werden von ihr geführt, bis wir sie wieder in uns freigelegt haben. Dass wir auf dem Weg Richtung Liebe nicht nur Höhen, sondern auch viele Tiefen erleben, steht auf einem anderen Blatt. Ich selbst habe seit acht Jahren Neurodermitis, und auch wenn ich weiß, warum ich sie habe und was sie ist – einfach Schmerzenergie, die sich auf dem sanftest möglichen Weg aus mir herausbewegt, also ein Geschenk – ist es manchmal kaum aushaltbar. Ich will dann einfach nur noch sterben. Seit einigen Jahren bekomme ich nachts ab und zu so etwas wie Durchsagen. In meinen Worten: Lehrstunden. Diese Lehrstunden sind eigentlich immer aufbauend und positiv. Nach einem schrecklichen Juck- und Kratz-Sonntag, an dem ich die geistige Welt nur noch gebeten hatte: „Macht mich entweder gesund oder lasst mich sterben, aber diese Hölle hier will ich nicht mehr“, kamen auf einmal in der Nacht folgende Informationen: „Das Leben, wie du glaubst, dass es ist, also letztlich von der Liebe gesteuert, ist eine Lüge. Alles ist in der Hand einer bösen Macht, die dir diese Öffnungen der Liebe nur gegeben hat, um dir diese Erfahrungen wie eine Wurst vor die Nase zu halten, damit du ihnen hinterherrennst. Es ist alles Betrug, es geht nur darum, dich zu quälen. Daran hat diese Macht Spaß.“ Ich war aufgrund des ständigen Juckens, das auch in der Nacht noch anhielt, so in Verzweiflung, Resignation, Frustration, vom Leben enttäuscht und innerlich am Wanken, dass mich das doch ziemlich aushebelte und ich erstmal in ein Loch fiel. Die Info – energetisch sehr massiv – verstärkte alle meine aktuellen Gefühle. Doch irgendwas in mir ließ sich nicht vereinnahmen und sagte: Stopp, hier läuft etwas völlig schräg. Und dann konnte ich es erkennen: Diese lebensverneinenden Infos hatten zwar eine ziemliche Kraft, aber alle Infos, die ich über die Liebe bekommen hatte, waren mit dem Gefühl der Liebe verbunden – und damit für mich als hundert Prozent wahr identifizierbar. Denn die Wahrheit ist kein reiner Gedanke, sondern immer auch ein tiefes Gefühl von Richtigkeit. Alles andere ist fehlgeleiteter Verstand und keine Information höherer Ebenen.

Jörg Engelsing

Defending the Sacred – in Portugal

von Leila Dregger

Was 2016 mit den friedlichen Protesten von Standing Rock in Nord-Dakota begann, könnte jetzt zu einer planetarischen Bewegung wachsen. „Defend the Sacred" - das Heilige verteidigen - wurde zum Leitmotiv vieler Proteste weltweit. Ob in Palästina, Kolumbien oder Deutschland, Aktivisten nutzen Gebet, Kunst, Meditation und Rituale in Protestaktionen und Widerstandscamps, um zu beschützen, was ihnen heilig ist: Flüsse, Wälder, Menschenrechte, die Freiheit. Im August 2017 versammelte das Heilungsbiotop 1 Tamera in Portugal Aktivisten aus Europa, Nord- und Südamerika und dem Nahen Osten, Vertreter indigener Gruppen verschiedener Kulturen, der internationalen Frauenbewegung und Intellektuelle sowie viele Jugendliche, um Erfahrungen auszutauschen, über die Möglichkeiten einer globalen Bewegung zu sprechen und mit einer ganz speziellen Aktion ein Zeichen zu setzen.

Es gibt Menschen, für die ist der Strand von Odeceixe der schönste der Welt. Die Natur hat hier, an der vizentinischen Küste Südportugals, eine Perle geschaffen. Zwischen den Distrikten Alentejo und Algarve, dort, wo der Fluss Seixe in Mäandern in den Atlantik mündet, erstreckt sich eine Sandbank. Im August ist sie voller Touristen. An diesem Samstag, dem 12. August 2017, haben sie die Gelegenheit, Teil von etwas Größeren zu sein, einer politischen Kunstaktion und eines lebendigen, sichtbaren Gebetes, das die Küste vor der geplanten Ölbohrung* schützen soll.

Ein Teil des Strandes ist seit dem frühen Morgen mit Markierband abgetrennt, Menschen schreiten durch den Sand, legen mit Steinen eine Form aus, die zu groß ist, um sie aus Augenhöhe zu erkennen. Es scheint sich um etwas außerordentlich Wichtiges zu handeln, gemessen an der ernsthaften und unermüdlichen Entschlossenheit trotz praller Sonne. Am späten Nachmittag dann winden sich fünf Busse durch Odeceixes Gassen in Richtung Strand. Wenig später gehen Menschen zur Sandbank, die ganz offensichtlich keine normalen Urlauber sind: Aktivisten und Künstler, Schamanen, Indigene aus Nord- und Südamerika, aus Afrika und Indien, Palästinenser und Israelis Arm in Arm, einige tragen Musikinstrumente.

Alternativen zum System der Zerstörung

Wer sich am schnell errichteten Infozelt erkundigt, erfährt: Die über 200 Menschen aus 35 Ländern nehmen derzeit im nah gelegenen Friedensforschungszentrum Tamera am Treffen „Defend the Sacred" teil. Das Motto „Das Heilige verteidigen" entstand im letzten Jahr in der Indianerreservation Standing Rock in Nord-Dakota, USA. Dort stemmten sich Sioux und andere Stämme sowie an die 20.000 Unterstützer aus aller Welt gegen den Bau einer geplanten Pipeline, die die Grabstätten zerstörte und etwas noch Heiligeres zu vernichten drohte: die Trinkwasservorräte, die Grundlage des Lebens. Die Aktivisten sahen sich nicht als „protesters", sondern als „protectors", ihre strikt gewaltfreie Haltung berührte Menschen weltweit, ihr Slogan „Mni Wiconi – Wasser ist Leben" wurde viele tausend mal zitiert. Zwar setzte Donald Trump den Bau der Dakota Access Pipeline (DAPL) doch noch durch. Die

Aktionen und Gebete des indigenen Protests aber initiierten eine weltweite Bewegung. Eine Bewegung von Menschen, die das Heiligste verteidigen – das Leben – und nach Alternativen zum gegenwärtigen System der Zerstörung suchen. Nachahmer fanden sich in vielen Ländern, darunter Kolumbien, Brasilien, Israel-Palästina. Und jetzt auch in Portugal.

„Die Welt hat uns beigestanden. Jetzt stehen wir euch bei", sagt eine kraftvolle ältere Frau in ein Mikrofon. Es ist Ladonna Bravebull Allard, die zu den Initiatoren der Protestcamps von Standing Rock gehört. Ein junger Mann fügt hinzu: „Damit unser Nein Wirkung zeigt, müssen wir wissen, wozu wir Ja sagen." Martin Winiecki ist einer der Gastgeber des Treffens *Defend the Sacred* und gehört zur jungen Leitungsgeneration von Tamera, einer Gemeinschaft, die sich darauf spezialisiert hat, eine gesellschaftliche Alternative auszuarbeiten.

Vernetzte Krisen

Tamera, ein wenig mehr als eine Stunde von Odeceixe entfernt, ist ein internationales Friedensforschungszentrum mit fast 200 Mitarbeitern vieler Nationalitäten und Altersstufen, ein werdendes „Heilungsbiotop". Die Gemeinschaft wurde 1978 in Deutschland gegründet und zog 1995 nach Portugal. Die Vision der Gründer – des Soziologen und Psychoanalytikers Dr. Dieter Duhm und der Theologin Sabine Lichtenfels – war es, ein umfassendes Modell für eine Friedenskultur aufzubauen. Dieter Duhm: „Die Krisen unserer Zeit sind so vernetzt und verbunden, dass sie nicht einzeln gelöst werden können. Diese Arbeit kann nur auf der Grundlage einer funktionierenden Gemeinschaft gelingen." Die Menschheit habe sich getrennt von den universellen Kräften des Lebens. Um zu überleben, müssen wir uns wiederverbinden. Ein Vorgang, den er humane Revolution nennt.

„Vertrauen ist die ursprünglichste und wirksamste Heilkraft des Lebens. Die erste Aufgabe einer Gemeinschaft ist es, Vertrauen unter ihren Teilnehmern zu schaffen." Wohl keine andere Gemeinschaft investiert so viel Zeit, Aufmerksamkeit und Wissen in den Aufbau von Vertrauen und Transparenz unter ihren Mitgliedern. Das tägliche Forum zum Austausch über Gedanken und soziale Interaktionen, auch von solchen, die normalerweise als privat gelten, ist ein wichtiger Aspekt des Zusammenlebens, ohne den die Gemeinschaft nicht fast vierzig Jahre Bestand gehabt hätte. Gleichzeitig setzt sich die Gemeinschaft unermüdlich für Initiativen aus Krisengebieten ein, sie unterstützt und begleitet sie und beteiligt sich häufig an regionalen und globalen Friedensaktionen. In seinen Unternehmungen folgt Tamera einer Vison: dem Plan der globalen Heilungsbiotope. Es ist die Idee, weltweit Modellsiedlungen zu schaffen, dezentrale Autonomiesysteme in Wasser, Nahrung und Energie, die in allen Aspekten mit den universellen Lebenskräften kooperieren – und die das System der globalisierten Gewalt eines Tages ablösen können. Auf „Defend the Sacred" wird dieser Plan mit indigenen Anführern, Aktivisten und Intellektuellen vieler Länder diskutiert.

Planetarische Modellsiedlung

Wer im Sommer nach Tamera kommt, nach einer Fahrt durch eine Landschaft, die von Wüstenbildung und Waldbrand bedroht ist, hat den Eindruck, in einer Oase zu landen. Wasser füllt die Täler, umgeben von Gärten und Obstbäumen. Wasser war von Anfang an eines der wichtigsten Forschungsthemen in diesem Land, wo der Regen nur im Winter fällt. So war es auch an einer der Wasserquellen – der heutigen Orakelquelle –, dass Sabine Lichtenfels bei ihrem ersten Besuch entschied: Hier soll die planetarische Modellsiedlung entstehen. Rundherum war damals das Land im Sommer ausgedörrt und schlammig im Winter. Unter der Anleitung des Bergbauern und ökologischen Visionärs Sepp Holzer schuf die Gemeinschaft eine Wasserretentionslandschaft - ein System von miteinander verbundenen Gräben, Teichen, Seen, Terrassen und Aufforstungen, die das Regenwasser entschleunigen, ihm Zeit geben, in den Erdboden einzudringen und ihn so wieder fruchtbar zu machen. Der Erfolg dieser Maßnahmen machte Tamera weltbekannt, und auch viele Besucher sehen sofort: In Regionen, in denen Wasserknappheit zu Spannungen, Krieg, Flüchtlingschaos und Katastrophen führt, könnte dieses Beispiel eine Lösung sein. Wasser ist Leben – das indianische Motto ist in Tamera tägliche Realität geworden.

Bei allen Arbeitsgebieten von Tamera – dezentrale solare Energieerzeugung, Kunst, ganzheitliche Heilung, alternative Erziehung, biologisches Bauen und Kommunikation mit Tieren – ist das zentrale Forschungsthema die Liebe.

„Es wird auf der Welt keinen Frieden geben, solange in der Liebe Krieg ist", sagt Sabine Lichtenfels, die auch eine „globale Liebesschule" gründete. „Wir wollen ein morphogenetisches Feld dafür schaffen, die Liebe von der Angst und der Lüge zu befreien. Das schließt natürlich auch die sexuelle Liebe mit ein."

Partnerschaft und freie Liebe gehören in Tamera zusammen und bedingen einander. Liebe und Sexualität werden als zentrales Heilungsthema betrachtet, das alle Menschen betrifft,

egal welchen persönlichen Weg sie wählen – Monogamie, Polyamorie, Zölibat, Homo- oder Heterosexualität. Für Wahrheit und Heilung in der Partnerschaft braucht es neue soziale Formen – und vor allem braucht es die Einbettung in eine Gemeinschaft. Daran arbeitet die Tamera-Gemeinschaft seit fast 40 Jahren.

Solidarität in Liebesfragen

Viele Aktivisten weltweit werden sich derzeit bewusst, dass Bewegungen, Protestcamps oder Widerstandsaktionen oft nicht erst durch äußere Einwirkung, sondern von innen her zerbrechen – oft durch Konflikte, die durch Misstrauen, Machtkämpfe und Spannungen zwischen den Geschlechtern ausgelöst wurden. Der Aufbau von Gemeinschaften mit sozialer Transparenz, Frauen-Empowerment und Solidarität in Liebesfragen könnte dafür Heilmittel sein.

Zehn Tage lang umkreisen die Aktivisten bei aller Verschiedenheit eine gemeinsame Vision. Die ökologisch-technologischen Anlagen von Tamera, die Präsenz einer lebendigen Gemeinschaft bietet auf allen Ebenen Anregungen für eine Zukunftskultur. In Ritualen, Musik und Tiefenaustausch arbeiten die Aktivisten an der seelischen und menschlichen Grundlage einer gemeinsamen Bewegung. Wenn die Vertreter indigener Gruppen über die Wunde der Kolonialisierung sprechen, möchte sich ein Ozean der Tränen ergießen. Was hat der Mensch dem Menschen und der Natur angetan im Namen von Fortschritt, Religion, Ideologie! Wie viel an Kultur, an Leben, an Wissen ging dabei verloren.

Vereinzelt erinnern sich Vertreter indigener Kulturen an das Stammesleben vor der Kolonialisierung durch die westliche Zivilisation, zum Beispiel an andere soziale Formen der Liebe. Vassamalli Kurtaz, Vertreterin vom Volk der Todas aus Süd-Indien, erzählt: „Früher konnten in unserem Stamm verheiratete Frauen ein oder zwei Männer als zusätzliche Liebhaber aussuchen, wenn sie das wollten. Das war in der Tradition verankert und wurde auch von den Ehemännern toleriert. Seit der Kolonialisierung ist das anders. Es gibt heute viele Männer, die ohne sexuelle Erfüllung leben. Dadurch steigt die Spannung in der Gemeinschaft. Der westliche Lebensstil hat unser Zusammenleben ebenso beschädigt wie die Natur, von der wir leben."

Pat McCabe von den Dineh (Navajo, USA) fügt hinzu: „In unserer Tradition streben wir immer den Ausgleich, die Balance der Gegensätze an – Feuer und Wasser, hell und dunkel und eben auch der weiblichen und männlichen Kräfte. Ich bin beeindruckt, wie sehr auch diese Gemeinschaft an dieser Balance arbeitet. Es ist eine tiefe Erfahrung für mich, einen Ort in Europa zu finden, der so eine starke Resonanz auf Positionen hat, die in indigenen Kulturen wichtig waren. Ich reise von hier weg mit dem Gefühl, dass die Wunden der Kolonialisierung heilen können."

Tiokasin Ghosthorse, Musiker und Vertreter der Cheyenne River Reservation, fügt hinzu: „Einst waren wir alle Indigene. Wir haben auf euch gewartet. Willkommen zurück!"

Verschiedene Kulturen miteinander verbinden

Welches Ziel, welcher Plan könnte Friedensgemeinden aus Kolumbien, Initiativen aus Slums in Kenia und Brasilien, Wasser-Aktivisten aus Bolivien, Umweltschützer aus Polen, Initiatoren von Friedenscamps aus Israel-Palästina, Experten aus dem Silicon Valley, Intellektuelle, Künstler sowie Indigene verschiedener Kulturen miteinander verbinden?

Gabriel Meyer-Halevy, israelischer Sänger und Friedensaktivist, kommt direkt vom Sumud-Freiheitscamp. Gemeinsam mit Palästinensern, Israelis und Internationalen haben sie dort in gewaltfreier Aktion ein Dorf in der Westbank wiederbelebt, das die Bewohner vor dreißig Jahren verlassen mussten. „Die israelische Gesellschaft hat sich mehr und mehr in eine Kriegsgesellschaft entwickelt, in der man der Gewalt zujubelt. Ich fühle mich nur noch sicher bei meinen so genannten Feinden. Nur gemeinsam gibt es eine Lösung des Konfliktes."

Sein bester Freund, Sami Awad, Lehrer für Gewaltfreiheit und Direktor des Holylandtrust in Bethlehem, Palästina, fügt hinzu: „Unsere Frage ist nicht mehr: Wie beenden wir die Besatzung Israels? Sondern: Wie sieht das Leben nach der Besatzung aus? Wir brauchen eine ökologische und gemeinschaftliche Vision, in der auch die Kernfragen des Menschen von Religion und Liebe einen Platz haben. Je mehr Begeisterung und Glaube sich auf diese Vision richtet, desto schneller und friedlicher kann die Besatzung tatsächlich vorbeigehen."

Besatzung durch ein globales System der Gewalt

Könnte dieser Plan für alle Krisenregionen gelten? „Wir leben", wie ein Ex-Banker aus England es ausdrückt, „ja alle unter Besatzung: unter der Besatzung durch ein globales System der Gewalt." Könnte es sein, dass der Aufbau dezentraler Gemeinschaften in allen Klima- und Kulturregionen ein Ziel wäre, für das es sich lohnt zusammenzuarbeiten? Dass Gesellschaftsmodelle für friedliches Zusammenleben, für ökologisch nachhaltige Versorgung mit Energie, Nahrung und Wasser die Lösung sind, so dass immer mehr Regionen unabhängig werden von der globalisierten Versorgung? Mit dieser Vision gibt es eine Fülle von Gesprächsstoff: Wie leben die Menschen darin? Wie sehen soziale Formen für die Liebe dort aus? Wie heilt man zerstörte Landschaften? Wird es noch Religionen geben? Was heißt Gerechtigkeit und wie sieht eine regionale und gerechte Ökonomie aus?

Die Luft auf dem Treffen in Tamera flirrt vor lauter Lust auf Zukunft – doch können wir ihr wirklich folgen? Oder bleibt es nur ein Traum, der vorbeigeht, wenn das Treffen zu Ende ist? Es entsteht der Wunsch, eine starke Manifestation für das Leben zu setzen, eine weithin sichtbare Willenserklärung, die im gesellschaftlichen Mainstream verständlich ist.

Sie zeigt sich ganz konkret am Strand von Odeceixe. Die eigentliche Aktion startet um halb sieben. John Quigley, ein weltweit agierender Umweltaktivist und Künstler, hat ein Bild auf

dem Strand vorbereitet, das wir mit unseren Körpern ausfüllen werden. Mit Drohnen soll es aus der Luft gefilmt werden und dann durch Internet und Presse weit verteilt werden: Eine Manifestation unserer gemeinsamen Absicht, unseres Neins zur Ölbohrung und allen anderen Formen globalisierter Zerstörung der Natur und unseres Jas zur Zukunft: „Não ao furo – sim ao futuro – Defend the sacred.“** Und in der Mitte ein gigantischer Delphin.

Was nun folgt, ist eine Zeremonie, ein Ritual: Wir reihen uns auf und gehen schweigend im Gänsemarsch in das vorbereitete Bild hinein. Auf dem Weg schreiten wir vorbei am Ort des heiligen Wassers, symbolisiert von Sabine Lichtenfels, und am Ort des heiligen Feuers, symbolisiert von Ladonna Brave Bull. Tiokasin trommelt einen einprägsamen Rhythmus. Jeder wird an einen Platz geführt, um mit anderen einen Buchstaben zu formen oder – wie in meinem Fall – die Schnauze des Delphins.

Doch bald wird klar: Das Bild ist sehr groß. Zu groß, um es mit den 250 Menschen aus Tamera und den weiteren etwa 150 Aktivisten der Region zu füllen. Wir brauchen doppelt so viele, mindestens, um auch nur ansatzweise fertig zu werden. Was sollen wir tun? Soll all die Vorbereitung umsonst gewesen sein? Müssen wir aufgeben – wie so oft schon?

Wechsel im Glaubenssystem

„Bittet die Menschen um uns herum, mitzumachen“, ruft John uns zu. Und das tun wir. Wir singen und winken und rufen den Touristen um uns herum zu, sich spontan anzuschließen. Sie schauen – und zögern. Schließlich sind es ihre Ferien. Doch dann kommen sie doch, Dutzende, schließlich Hunderte. Kinder ziehen ihre Eltern mit. Paare und Gruppen, Surfer und Sonnenanbeter lassen alles hinter sich und reihen sich in das Bild ein und werden mit Jubelrufen und Applaus empfangen. Und sie sind, wie eine Mutter von zwei Kindern sagt, glücklich, Teil sein zu können bei dieser Aktion für Mutter Erde. „Schließlich ist es auch unsere Erde.“ Ernst und still werden ihre Kinder, auch sie ergriffen von unserer gemeinsamen Zeremonie.

Und dann haben wir es geschafft. Es müssen fast 1000 Leute sein. Die Letzte, die das Bild betritt, ist Tokata Iron Eyes, 14 Jahre alt, Jugendsprecherin aus Standing Rock. Zusammen mit anderen Teenagern formt sie das Auge des Delphins. Als sie anfängt zu singen, wird die Menge sehr still. Es fühlt sich so an wie ein Wechsel im Glaubenssystem. Wenn das gelingt, warum sollte dann nicht noch viel mehr gelingen? Zum Beispiel, die Ölbohrung zu stoppen.

Leila Dregger wurde Agraringenieurin, weil sie für Lebensmittelgerechtigkeit eintrat und Landkommunen gründen wollte; sie wurde Journalistin, um über weltweite Alternativen zu berichten, sie schrieb Theaterstücke, um mit Kunst und Poesie die Welt zu verändern, gab eine Frauenzeitschrift heraus, um der weiblichen Stimme mehr Wirkung zu geben. Sie lebt und arbeitet vor allem im Heilungsbiotop 1 Tamera in Portugal.
Info und Kontakt über leila.dregger@snafu.de

Mehr Infos auf **www.tamera.org**, **defendthesacred/tamera.org**

Bücher:
Leila Dregger: Tamera – ein Modell für die Zukunft
Dieter Duhm: Terra Nova – globale Revolution und Heilung der Liebe

* Unter dem Druck der europäischen Sparpolitik und der Ölindustrie verkauften die verschiedenen Regierungen Portugals die Rechte zur Ölexploration an nationale und internationale Firmen. Hier, vor einer der schönsten naturbelassenen Küsten Europas, soll ab dem kommenden Jahr nach Öl gebohrt werden, mit allen Risiken für die Natur, Fischerei und Tourismus.
** „Nein zur (Öl-)Bohrung, ja zur Zukunft. Das Heilige verteidigen.“

Onlinevorschau und Zeitansage auf S.18

www.tamera.org

25 Jahre
AYURVEDA-KUREN IM HOCHLAND VON SRI LANKA

Jetzt zusätzlich 100 € Jubiläumsrabatt

Greystones-Villa
AYURVEDIC HEALTH CARE RESORTS SRI LANKA

INNERE RUHE FINDEN HEILUNG ERFAHREN NEUE KRAFT SCHÖPFEN

Innere Ruhe finden: Die Greystones-Villa liegt inmitten eines tropischen Gartens im südöstlichen Hochland von Sri Lanka. Diese von grünen Hügeln geprägte Region wird aufgrund ihres ausgleichenden Bioklimas auch »health triangle« genannt.

Heilung erfahren: Bereits seit 1992 und unterstützt durch ein hochkarätiges Ärzteteam bietet die Greystones-Villa ayurvedische Reinigungskuren (Panchakarma) oder aufbauende Rasayana-Kuren unter deutschsprachiger Leitung an. Das Therapiekonzept beruht auf den vier Säulen Behandlungen, Medizin, Ernährung sowie Yoga mit Meditation. Diese Elemente ergänzen sich wirksam und verstärken durch ihr Zusammenspiel die Heilkraft der Kur.

Neue Kraft schöpfen: Neben täglichen Massagen und Anwendungen genießen Sie eine feine ayurvedisch-vegetarische Küche mit frischen Zutaten aus dem eigenen Garten oder vom Markt. Buddhistische Mönche und Hindu-Priester aus den umliegenden Tempeln unterstützen den Kurerfolg der Gäste mit Zeremonien und Gesängen, stets auch begleitet durch die liebevolle Fürsorge des gesamten Greystones-Teams.

www.greystones-villa.de

Telefon: 07 11/2 34 81 44 Nandhi Ayurvedic Therapies GmbH, Christophstr. 5, D-70178 Stuttgart

Akram Vignan – der stufenlose Weg zur Selbst-Realisation

Informationsabend am 5. Dezember um 19.00 Uhr

- Wer bin Ich?
- Wer ist der wahre Handelnde?
- Was bedeutet wahre Befreiung?
- Was ist Selbst-Realisation?

Wenn Du Dir eine dieser Fragen stellst, dann bist Du bei Akram Vignan richtig.
Akram Vignan ist eine im Westen noch recht unbekannte Herangehensweise, um zur Selbst-Realisation zu gelangen und Frieden auch im weltlichen Leben zu erfahren. Ursprünglich stammt dieser Weg aus Indien, ist aber seit einigen Jahren auch in Deutschland bekannt geworden. Er legt einfache und anwendbare Prinzipien dar, die zur Freiheit von Sorgen und Konflikten führen.

Der Eintritt in diesen Weg beginnt mit einer einzigartigen Zeremonie – 'Gnan Vidhi' genannt. Dort wird auf subtilster Ebene die Identifikation mit der Idee: „Ich bin dieser Mensch, diese Persönlichkeit, dieses Verhalten, dieser Körper" getrennt. Von tief innen erwacht das Gewahrsein: „Wer ICH wirklich bin".
Akram Vignan ist ein stufenloser Weg, weil man direkt und ohne Umwege, durch das, was in der Zeremonie Gnan Vidhi geschieht, bei sich selbst ankommt. Es gibt keine Notwendigkeit mehr, etwas im Außen zu suchen. Die Suche ist vorbei.

Die Gnan-Vidhi-Zeremonie, durchgeführt vom gegenwärtigen Atmagnani Pujya Deepakbhai, findet in Deutschland einmal jährlich statt:

Gnan Vidhi vom 20. bis 22. April 2018 in Willingen/Sauerland
Nach dieser Zeremonie gibt es Angebote, um die Wirkung, die veränderte Sicht und das Gewahrsein zu stabilisieren und zu vertiefen. Regional gibt es unverbindliche, kostenlose Informationsabende, bei denen du prüfen kannst, ob dies dein Weg sein könnte. Menschen, die die Zeremonie erlebt haben, berichten von ihren Erfahrungen.

Wir laden Dich herzlich dazu ein! Jai Sat Chit Anand
(Gewahrsein des Ewigen ist Glückseligkeit)

Infoveranstaltung in Berlin: Dienstag, 5.12.2017, um 19.00 h
Hotel Sylter Hof, Kurfürstenstr. 114-116, 10787 Berlin
U Wittenbergplatz
Anmeldung: Marion 030 - 40 50 28 92

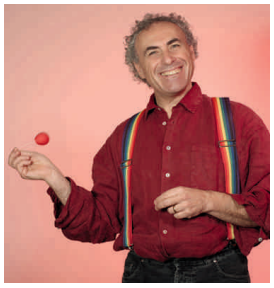
Weitere Termine, Orte und Informationen:
www.akram-vignan.de
Wöchentliche Online-Veranstaltungen: www.akram-vignan.de, Rubrik Einführung

Sein Brandenburg
Redaktion

Lydia Poppe
0331-2731575
lydia@sein.de

www.sein-brandenburg.de

Der Clown in uns – Mit Lebenswitz zur Lebenslust



mit David Gilmore

Das Lachen ist ein wesentlicher Teil unserer wahren Natur. Humor ist ein Mittel, unser Gleichgewicht und unseren Gleichmut immer wieder zu finden. In unseren täglichen Geschichten und gelernten Haltungen steckt eine Urkomik. Sie bewusst zu inszenieren, befreit uns aus ihrer Macht, setzt Energien frei und gibt Impulse für eine humorvolle Haltung im Alltag.

Wochenendkurs: Der Clown in uns – Mit Lebenswitz zur Lebenslust
Fr. 10. bis So. 12. November, Sa. 9.30-18 Uhr – So. 9.30-16 Uhr (nur Sa./So. auch möglich) zu finden hier:
http://davidgilmore.com/index.php/termine/43-der-clown-in-uns-mit-lebenswitz-zurlebenslust-4?date=2017-11-11-18-00

Erlebnisabend: Der Clown in uns -
Mit Lebenswitz zur Lebenslust Fr. 10. November 2017, 18-22 Uhr
http://davidgilmore.com/index.php/termine/45-der-clown-in-uns-mit-lebenswitz-zurlebenslust-2?date=2017-11-10-18-00

Ort: Kochbar-Berlin
Joachim-Karnatz-Allee 47 10557 Berlin

Anmeldung: goldberg@davidgilmore.com
www.davidgilmore.com

die kraft des lachens

YIN-YANG-Energie-Ausgleich für alle

Die biologische Lebensenergie besteht in allen Lebewesen aus zwei Energiefeldern, YIN und YANG. Für die Gesundheit ist es unerlässlich, dass sich die Yin-Yang-Energie in dem jeweils benötigten Ausgleich befindet.
Bereits vor mehr als 4.000 Jahren haben chinesische Ärzte Krankheiten mit dem Ausgleich von Yin und Yang erfolgreich behandelt. Inzwischen sind die Akupunktur und das Zeichen für Yin und Yang weltweit bekannt. Da ich seit langem auf Energiebehandlungen spezialisiert bin, begann ich vor 2 Jahren eine Methode zu entwickeln, mit welcher der Yin-Yang -Ausgleich auf energetische Art zustande kommt. Meine Yin-Yang-Energie-Ausgleich-Methode ist besonders vielseitig anwendbar und leicht zu erlernen. Sie wirkt in wenigen Minuten, unterstützt jegliche Therapie und ist eine große Hilfe in Krisensituationen. So konnte ich damit z.B. bei einer alten Dame in drei Minuten den Puls von 110 auf 85 herabsetzen.

Seminar: So., 19.11., 10-20.30 Uhr Investition 160 €, Teilnahmebestätigung

Vortrag: Fr., 17.11., 18.30–20.30 Uhr Strahlenschäden und Strahlenschutz, Teilnahme frei!
Seminar: Sa., 18.11.,13.00–20 Uhr: Radiästhesie-Ausbildung, Messung von Geopathogenen Störfeldern und Verträglichkeitstests 130 €
Seminar: Mo., 20.11. YIN-YANG-Energie-Ausgleich, Wiederholung vom Sonntag
Ort: Görrestraße 28, l.Seiteneingang, Berlin-Friedenau, nahe U- & S-Bahn Bundesplatz.
Termine: Vereinbarungen für Einzeltermine mit Dorothea Gerardis-Emisch bis zum 28.11. sind möglich.
Handy: **0160 9700 7347**
Infos, Flyer & Anmeldung: E-Mail: dorogem@gmail.com

Die tiefgründigen Meditationsanweisungen des Mahamudra

Mit Khamtrul Rinpoche

Der 9. Khamtrul Rinpoche (geb. 1982) ist ein herausragender Lehrer aus der jüngeren Generation von Meistern der Drukpa Kagyü-Tradition des tibetischen Buddhismus. Er wird anhand eines kurzen Textes über die tiefgründigen Meditationsanweisungen des Mahamudra lehren - eine einfache und direkte Methode, um über unsere konzeptuelle dualistische Fixierung hinauszugehen und zur unveränderlichen, lichtvollen Natur unseres Geistes zu gelangen.

Khamtrul Rinpoches Präsenz und seine Ausstrahlung von Frieden und Mitgefühl schaffen die perfekte Atmosphäre für den Empfang dieser tiefgründigen Belehrungen. Er ist in Begleitung von Tokden Achö und Tokden Tutop Nyima, die Meditationssitzungen anleiten werden. Tokdens – wörtlich übersetzt, „Verwirklichte" – sind praktizierende Yogis, die ihr gesamtes Leben dem Retreat und der Meditationspraxis widmen.

Retreat mit Khamtrul Rinpoche und den Tokdens
Fr, 8.12. 18 Uhr – So, 10.12., 14 Uhr | 170 € / erm. 120 €

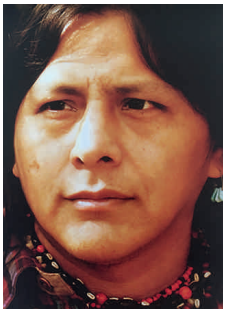
Ort: Dharma Mati – Rigpa-Zentrum,
Soorstr. 85, 14050 Berlin, S-Bhf Westend

Info, Anmeldung: Holger Sieler
Tel.: **030 - 23 25 50 10**
www.rigpa.de

Timoteo

Schamane aus dem Amazonas wieder in Berlin vom 1.-3. Dez.

„Suche nach der Wahrheit in deinem Herzen, denn dort allein kannst du sie finden."



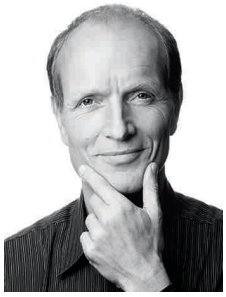
Vergiss alles, was du je über einen Schamanen gelesen oder gehört hast. Ich entspreche nämlich keinem gängigen Klischee oder den bekannten Vorstellungen eines Schamanen. Ich wurde geboren, um zu heilen, auf eine einzigartige Art und Weise.
Meine angeborene Fähigkeit, organische, psychische und spirituelle Störungen wahrzunehmen, wurde zwar von meinem schamanischen Vater und vielen anderen Lehrern geschult. Du jedoch bist es, der mit mir zusammen einen heiligen Raum der Heilung kreiert. Deine Freude und dein Frieden wächst durch das Vermehren deiner Energie, deines Selbstausdrucks und deiner Liebe.
Ich binde dich nicht an mich oder mache dir Vorschriften, sondern ich bestärke dich, damit du zu deiner eigenen Wahrheit und einer für dich stimmigen Lebenshaltung findest.

Timoteo lebt bei Bern und spricht Deutsch.

Schamanische Einzelsitzungen
vom 1.12. bis 3.12.2017 in Berlin-Westend

Anm: Michaela Chakraborty
Tel.: **0177 - 392 88 50**
www.mysterio.ch

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**

Workshop Eckhart Tolle Teachings

Bist du gelangweilt von deinem Leben, erschöpft? Fragst du dich, wo eigentlich das Abenteuer stattfindet? Nun, dies ist deine Chance!

Bisher warst du vollkommen identifiziert mit deinen Gedanken, deinen Gefühlen und Emotionen - deinem Schmerzkörper. In diesem Seminar kannst du lernen, dich aus der Identifikation mit dem Schmerzkörper zu befreien und neue Wege zu gehen. Und so zu einem Segen für dich selbst und die Menschen um dich herum zu werden.

Das werden wir tun: Meditation, Körperarbeit, Atemübungen, Tanz, Schreiben, Stimmübungen, Partner- und Kleingruppenübungen. Die Übungen sind gut in den Alltag integrierbar.
Inspiriert von Eckhart Tolles Arbeit hat Evert van de Ven (Life-Coach und Autor: Eckhart Tolle. Sein Leben, seine Lehre) hunderten von Menschen dabei geholfen, in den Moment der Gegenwart zu kommen und sich ganz auf ihn einzustimmen.

Daten: 24., 25. und 26. Nov. 2017, Freitag 19.30 - 21.30 Uhr
Samstag und Sonntag 10.30 Uhr-17.30 Uhr

Ort: Pilateslab-Berlin, Choriner Str. 31, 10435 Berlin
Preis: 195 €, early bird bis 1. November 160 €

Anm./Info: Thomas Zerbst, thomaszerbst@web.de
Tel: 0176 48 68 76 84 (www.declou.com)

Darshan mit Prembuddha

„Beende die Suche als Jemand, denn du selbst bist das, was gefunden werden möchte. Beende die Suche als eine Idee, als Glaube, als persönliches geschichtenerzählendes Ich. Was bleibt, ist Stille, Friede, und das Ende der Sehnsucht.“ Prembuddha, 2017

Termine:
Fr, 24.11. Abend-Darshan 20 bis 21.30 Uhr
Sa, 25.11. Tages-Darshan 13 bis 15.30 Uhr und 16 bis 18.30 Uhr
Sa, 25.11. Abend-Darshan 20 bis 21.30 Uhr
So, 26.11. Tages-Darshan 13 bis 15.30 Uhr und 16 bis 18.30 Uhr
So, 26.11. Abend-Darshan 20 bis 21.30 Uhr

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

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

Alle Infos unter: www.prembuddha.com
E-mail: padmaji@gmx.net
Tel. Padma Deutschland **0165 81 87 01**
Tel. Padma Schweiz **0041 (0) 78 708 78 95**

Silvester-Retreat mit Prembuddha
im Oderbruch vom 30.12.2017 bis 2.1.2018

OYATE` - THA - TACAN`SINA

Medizinmann vom Stamm der Numakaki-Mandan kommt nach Berlin, 23.-26. November

„Wenn der Funke im Herzen der Menschen im Gebet wieder zur wärmenden Flamme wird, öffnet sich das Tor zu tiefem inneren Frieden und spirituellem Wachstum.“

Vortrag: Fr, 24.11.,19 Uhr
„Begegnung mit Mutter Erde“
Ort: Zenit Buchhandlung,
Pariser Str. 7, 10719 Bln
Beitrag: 25 €

Indianische spirituelle Weisheit erleben:
- Einzelsitzungen Donnerstag
- Familien- Kindheits- und Problemaufstellungen am Freitag
- Heilzeremonien Samstag
- Gast Teilnahme in der Ausbildungsgruppe Samstag & Sonntag

Info und Anmeldung:
Peta`po B.Nicolas,
Tel: 030 85 60 08 68
Email: petapo.feuernebel@web.de

Samarpan

Satsang in Berlin 23.–27.11.2017

„Jede Schwierigkeit, die für mich und dich auftaucht, ist solch ein großartiges Geschenk! Denn dadurch erweitert sich das Mitgefühl in uns.“ Samarpan

Im Satsang können wir in uns das erkennen, was nicht dem Wandel der Zeit unterworfen ist.

Die Gespräche mit Samarpan lassen uns diese innere Freiheit erfahren und in Frieden mit dem sein, was ist. In der Stille des Augenblicks kommen wir in Kontakt mit dem, was wir sind: ungeteiltes ewiges Sein.

Tipp:
Weihnachts- und Neujahrsretreat Hof Oberlethe (Nähe Oldenburg)
21.12.-2.1.2018 (kann auch pro Woche gebucht werden)
Info und Anmeldung Retreat: 0700-738 732 87,
retreats@samarpan.de

Satsang in Berlin

Ort: Zeltinger Str. 23 (S1-Bhf-Frohnau)

Zeiten: Täglich um 19.30 Uhr, Einlass ab 18.30 Uhr

Info: Tel.: 030 401 59 24
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!

Weitere Infos unter www.samarpan.de

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 **35.000 Absolventen** aus 5 Kontinenten können davon zeugen.

Gesang-Seminar 15.-16. Mai 2018
Musik-Verstehen-Seminar 18.-20. Mai 2018

Infos: **www.musik-verstehen.de**
Anmeld.: 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

Liebe Anzeigenkunden,
Das Jahr neigt sich schon wieder dem Ende zu ... Wir bitten Sie, den vorgezogenen **Anzeigenschluss** für die Januar-Ausgabe zu beachten. Dieser ist am **7. Dezember 2017** (Kleinanzeigen/Termine bleibt 10. Dez.) Die Januar-Ausgabe erscheint am 21.12.2017.
Die Redaktion

Die Bedeutung der inneren Wahrheit

Was bedeutet es, aus der eigenen inneren Wahrheit heraus zu leben? Und was kann man tun, um das zu erreichen? Ein Interview von ***Susanne Homann*** *mit der AMW*-Therapeutin* ***Gundula Liebisch****.*

Abb: © bluedesign - Fotolia.com

Wie einfach wäre doch unser Leben, wenn es nur eine Wahrheit gäbe! Oder gibt es die vielleicht sogar? Gibt es eine tiefe innere Wahrheit, die uns lenkt und leitet, auf die wir bauen können, die uns nicht verlässt und uns Sicherheit gibt, die völlig unabhängig ist von Prägungen und Vorstellungen? Von unseren Konditionierungen, von Religion oder Kultur? Ja, es gibt sie! Wer diese Wahrheit einmal in sich entdeckt hat, steht mit beiden Beinen fest auf dem Boden seiner Realität und wird von ihr wie von einer unsichtbaren Hand ständig geführt.

Gundula, wenn ich fünf Menschen um Rat frage, bekomme ich oft fünf verschiedene Antworten, die sicher alle aufrichtig gemeint sind. Aber wie finde ich die für mich richtige Antwort?

Das kommt darauf an. In der Regel sind die meisten Menschen leider nicht mit ihrem tiefsten Inneren verbunden. Mit dem Teil, der alles weiß. Aber jeder Mensch trägt dieses ursprüngliche Naturell – so nenne ich es – in sich. Man könnte es auch als seine „Essenz" bezeichnen. Das ist das, was jedem Menschen zu eigen ist, aber oft eben leider nicht entdeckt. Dazu kommt, dass dieses ursprüngliche Naturell in den meisten Fällen verfälscht wird durch frühkindliche Prägungen und Konditionierungen, zum Beispiel durch Familie, Kindergarten und Schule, später durch andere Erwachsene oder eben auch durch Religion und Kultur.

Aber wie finde ich dann heraus, was MIR wirklich entspricht, was für MICH wahr ist, damit es mir gutgeht?

Das Wichtigste ist erst einmal, dass ich das auch wirklich herausfinden möchte. Zu viele von uns sind in ihren Vorstellungen gefangen und tun – zum Teil über Jahrzehnte – Dinge, von denen sie glauben, dass sie zu ihnen gehören oder ihnen entsprechen. Wenn ich den Mut habe, auf das Wissen, die Wahrheit meiner Essenz zurückzugreifen, ihr zu vertrauen, werde ich Stück für Stück mehr an sie herankommen. Sie zeigt sich mir dann. Und dann kann ich beginnen zu hinterfragen: Ist das wirklich der Beruf, der mir entspricht? Aus MIR heraus? Bin ich am richtigen Wohnort? Lebe ich in einer Partnerschaft, die mir wirklich entspricht? Das Unglück vieler Menschen, mit denen ich seit über zehn Jahren arbeite, kommt daher, dass sie leider überhaupt nicht (mehr) hinterfragen, ob sie einen Zugang zu ihrem ursprünglichen Naturell haben, ja mehr noch, dass sie gar nicht wirklich darum wissen, dass es dieses Naturell gibt.

Wie kann ich denn mein Naturell, meine Essenz erkennen?

Über das Gefühl. Über das ureigene innere Gefühl, welches mit dem Körper verbunden ist. Die meisten Menschen sind jedoch von ihrer Physis abgeschnitten. Sie spüren weder wirklich ihren Körper noch ihre *wahren* Gefühle. Dadurch geben sie weder ihrem reichen Gefühlsraum noch ihrer Physis, dem „Tempel unserer Seele", die notwendige Bedeutung, den Wert, der ihnen zukommt – selbst wenn sie regelmäßig Sport treiben oder sich um ihre Schönheit kümmern. Um seine Essenz zu erkennen, ist es notwendig, dass man wieder zu fühlen beginnt. Das hat nichts mit Gedanken oder Mentalem zu tun. Auch nicht unbedingt mit etwas Energetischem, auch wenn dies sicher eine Rolle spielt. Es geht um ein tiefes inneres Gefühl, etwas, was ganz mit mir verbunden ist. Mit mir als dem Men-

* **A**rbeit **m**it dem **W**esenskern

schen, der ich jetzt bin, *in diesem Körper*. Dort muss man ansetzen. Insbesondere am Becken, denn dort ist das Naturell verankert. Weil sie glauben, dass dieses Naturell nicht in Ordnung ist, halten die meisten Menschen dort besonders fest, haben dort auch die stärksten Ängste.

Wie kann ich dieses Naturell befreien, ganz praktisch?
Körperarbeit ist hier ein guter Ansatz, denn sie hilft, den Körper zu öffnen. Aber es sollte eine Arbeit sein, die wirklich tief geht, die den Menschen ganz erreicht. So kommt er langsam an seine – verdrängten – Gefühle heran. Und wenn diese Gefühle auch von dem behandelnden Therapeuten ernst genommen werden, fühlt sich der Mensch gesehen und erkannt. Dann beginnt er, seinen Empfindungen ganz langsam wieder mehr zu vertrauen. Dadurch kommt er in Kontakt mit sich selbst, seiner Essenz und seiner inneren Wahrheit. Das ist für viele eine unglaubliche Erleichterung, oft eine regelrechte Befreiung.

Aber warum machen Menschen dann überhaupt erst zu und unterdrücken damit ihre Wahrheit?
Die meisten von uns glauben – und das ist ganz tief verankert, leider – sie müssten ihr wahres Naturell verbergen. Sie haben oft schon sehr früh gelernt, dass es keinen Platz hat, nicht sein darf, nicht erwünscht ist. So haben sie begonnen, eine Rolle zu spielen – und natürlich eine, von der sie gespürt haben, dass sie in allen Lebensbereichen gut funktioniert. Für viele ist diese Rolle sogar schon zu einer Identität geworden. Das ist sehr tragisch, denn so begegnet man sich nicht mehr von wahrem Naturell zu wahrem Naturell, sondern von Rolle zu Rolle, von Maske zu Maske. Und man hat – wie eben schon erwähnt – sogar Angst vor dem Wahren. Und das geht in alle Bereiche hinein: in die Partnerschaften, Familien, Firmen und Betriebe, ja bis in die Politik.

Wie sähe das zum Beispiel in einer Partnerschaft aus?
Nehmen wir eine Frau, die sich einen Partner wünscht. Wenn sie ihr natürliches Naturell nicht kennt oder verbirgt, wird sie nach einem Partner Ausschau halten, der dies ebenso tut. Das heißt, ihre Maske trifft auf die Maske des Mannes. Wenn eine Partnerschaft beginnt, versuchen beide, ihre Masken aufrechtzuerhalten. Das schafft mit der Zeit großes Leid, denn die Wahrheit beider Personen kann nicht leben. So versiegt die Liebe oder zeigt sich erst gar nicht richtig, denn Liebe ist immer mit der Wahrheit verbunden, ja, sie basiert auf ihr.

Und was wäre im besten Falle möglich?
Wahrheit, Glückseligkeit und Liebe – wenn beide ihr wahres Naturell zeigen und leben. Dann geht es auch nicht mehr darum, ob man „zueinander passt", sondern dass die Essenzen resonieren. Geschieht das, gibt das Auftrieb, Inspiration, Kraft und Energie im Miteinander. Man lässt den anderen, so wie er *wirklich* ist, und zeigt sich *selbst* ebenso. Und wenn man spürt, dass sich die Beziehung verändern muss oder dass die gemeinsame Zeit vielleicht zu Ende geht, dann spüren es beide. Dann gibt es auch kein Leid, dieses ewige Hin und Her, dieses unbedingte Festhalten aneinander, sondern beide spüren die Wahrheit. Das wird beiden gut tun und lässt sogar Liebe in einer Trennungssituation fließen.

Das fühlt sich wunderbar an, sehr leicht und frei. Hilft die Verbindung zur inneren Wahrheit auch im Bereich der Gesundheit?
Unbedingt, ich würde sogar sagen, sie ist essentiell wichtig dafür. Denn was passiert mit einem Menschen, der seine innere Wahrheit verdrängt? Er arbeitet gegen seine wahre Natur, und das ist fatal. Wir wissen, dass in jedem Menschen Energie fließt, pure Lebensenergie. Wenn diese Energie nicht frei fließen kann, fängt sie an zu stauen. Es entwickeln sich Blockaden, diese führen oft zu Schmerzen. Dann werden leider oft die Schmerzen durch Medikamente unterdrückt, damit man sich besser fühlt, aber damit fließt die Energie noch nicht. Es wäre viel wichtiger herauszufinden, warum und wo die Energie blockiert ist. Das heißt: In welchem Bereich bin ich mit meiner inneren Wahrheit nicht im Einklang? Und hier sind wir wieder bei den Gefühlen. Krebs ist meines Erachtens die stärkste Unterdrückung der Lebensenergie, hier wird die eigene nicht gelebte Wahrheit am stärksten sichtbar. Wenn diese Menschen gelernt hätten, zu fühlen und damit auf sich zu hören, wären viele solche Diagnosen vermeidbar oder zumindest erste Blockaden schon im Vorfeld viel besser erkennbar.

Das bedeutet, sich immer und in jeder Situation ganz ernst zu nehmen?
Unbedingt! Vor allem die Gefühle. Sich immer wieder zu fragen, ob das, was man tut, wirklich der inneren Wahrheit entspricht. Und dann Dinge langsam verändern, richtigstellen. Für SICH. Und keine Angst davor haben. So viele Menschen haben Angst vor Veränderungen und bleiben in ihren Sicherheitszonen. Dies ist verständlich, nur bringt es sie nicht weiter. Hier möchte ich Mut machen: Veränderungen sind nichts Schlimmes, sie können Spaß machen. Sie machen das Leben leichter und viel erfüllender.

Wie kannst du da so sicher sein?
Weil ich es selbst erlebt habe. Ich habe vor Jahren in einer Körperarbeit, in der ich ganz tief mit mir verbunden war, plötzlich mein wahres Naturell, mein Wesen, meine Essenz gesehen, und erkannt, dass ich ganz anders bin, als ich zu sein dachte. Das hat mich sehr erschreckt, weil ich das Gefühl hatte, ich verliere meine Identifikation, meinen Anker, alles. Es hat mich zutiefst bedroht, aber ich hatte den Mut, weiter zu gehen, Schritt für Schritt. Und heute kann ich sagen: Es hat sich gelohnt.

Kann man erkennen, dass ein Mensch seine innere Wahrheit lebt, mit ihr verbunden ist?
Ja, denn er wird eine ganz positive Ausstrahlung haben, ehrlich und wahr. Er handelt und lebt authentisch – und das spürt man. Und für jeden, der sich so etwas wünscht, ist es eine Freude, solch einen Menschen um sich zu haben, denn er steckt an und macht Mut, selbst auch so zu sein und zu leben.

Kann denn eine Gesellschaft, in der jeder seiner Wahrheit folgt, funktionieren?
Natürlich, gerade dann erst richtig. Dann käme überhaupt erst ein Fluss hinein. Viel Überflüssiges würde wegfallen, alles Materielle bekäme einen wirklichen Wert und Beziehungen würden erblühen. Wenn das von Anfang an gelehrt und gelebt würde, dann hätten wir eine andere Welt …

Gundula Liebisch, die Begründerin der „Arbeit mit dem Wesenskern", arbeitet als AMW-Therapeutin und Ganzheitlicher Coach / AMW. Sie leitet im Institut für ganzheitliche Entwicklung und Bewusstsein (IFEB) in Dresden die Fachbereiche Persönlichkeitsbildung sowie Bildung & Erziehung.

Kontakt über gundula.liebisch@if-eb.com

Susanne Homann arbeitet als Steuerberaterin und Ganzheitlicher Coach.

Kontakt über mail@susannehomann.de, **www.susannehomann.de**

Vortrag
„Die Bedeutung der inneren Wahrheit für Gesundheit und Wohlbefinden"
Mi, 22.11.2017, 19.30 Uhr
Ort: Bodhicharya Deutschland e.V., Kinzigstr. 25-29, 10247 Berlin.
Der Eintritt ist frei.
Referentinnen: **Gundula Liebisch**, **Dr. Lydia Koch**, Fachärztin für Innere Medizin und Kardiologie, AMW-Therapeutin

www.susannehomann.de
http://if-eb.com

Ausbildung zum Bewusstseins-Coach/Therapeut RPT – Reference Point Technique

RPT ist Bewusstseins-Coaching im Einklang mit der Weisheit der erleuchteten Meister und wissenschaftlichen Methoden der Traumaheilung. Die effiziente Methode setzt direkt bei den Ursachen im Bewusstsein an, die zu Problemen und einschränkenden Symptomen in Körper und Geist führen: Traumamuster klären sich und das höhere seelische Bewusstsein wird freigelegt.

So befähigt RPT jeden Menschen, wieder in Einklang zu kommen mit seinem wahren Selbst. RPT Coaches/Therapeuten verhelfen ihren Klienten in vergleichsweise kurzer Zeit dazu, wieder bewusste Eigenmacht zu entwickeln und ein gutes Selbstwertgefühl aufzubauen.

Die Seminare richten sich an Coaches, Heilpraktiker, Therapeuten und eignen sich auch bestens für motivierte Berufsanfänger und Privatpersonen.

Die umfangreiche Ausbildung zum RPT Coach/Therapeuten beinhaltet u.a.

- die Kenntnis von Instinktmustern – Trauma hängt immer mit Überlebensinstinkten zusammen
- Klärung von Heilblockaden
- Steigerung echter Ressourcen und seelischer Qualitäten
- Arbeit mit pränatalen Schlüsselmomenten in der Entwicklung – die „Pränatale Heldenreise“
- Klärung körperlicher und spiritueller Themen, u.v.a.m.

Die Ausbildung geht über zwei Jahre und kann individuell angepasst werden. Ausführliche Informationen zu RPT gibt es bei einem der kostenlosen Infoabende sowie auf der Webseite.

Der nächste Ausbildungszyklus beginnt mit Level 1 am 1. – 3. Dezember 2017

Oya Erdogan RPT Professional Coach und Trainer
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Einzelsitzungen und Seminare

Kostenloser Infoabend:
Montag, 27. November 2017,
19 Uhr in der RPT Praxis
Leonhardtstr. 13, 14057 Berlin

Infos und Anmeldung bei
Oya@rpt-berlin.com
Tel.: 030-31 99 85 43
www.rpt-berlin.com

Zwei Jahre Wachsen und Lernen – Jetzt! Nächster Zyklus erst 2021

DGfS Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen
Anerkannte Weiterbildung in Systemaufstellungen (DGfS)

Wir laden dich ein, dich auf einen Einweihungsweg zu begeben und bei dieser Aus- und Weiterbildung „Integrative Systemische Therapie und Familienaufstellung“ dabei zu sein.

Echten Kontakt erfahren … Ankommen bei dir selbst … deine Herzenswärme strahlen lassen … deine Kraft leben … dich verbunden und getragen wissen …

Im Mittelpunkt dieser zwei Jahre steht die wunderbare Aufstellungsarbeit.

Du erlebst anhand eigener Themen und den Themen anderer Teilnehmer das heilsame Spektrum dieser Arbeit. Diese Erfahrungen laden dich ein innerlich zu reifen und in tiefen Kontakt mit dir und deiner Seele zu kommen. Von hier aus kannst du dich dem Mensch-Sein mit allen Möglichkeiten an tiefer Liebe zu dir und der Welt öffnen und Versöhnendes und Heilendes erfahren.

Um das Heilungsspektrum zu erweitern, verbinden wir die Aufstellungsarbeit mit wirksamen Möglichkeiten der **Traumatherapie**:
Ein besonderer Weg ist **Aqua-Release®-Healing**. Im körperwarmen Wasser gehalten zu werden oder selbst jemanden zu halten ist eine tiefe Erfahrung. Losgelassen und gehalten können seelische Wunden heilen, pränatale Erfahrungen auftauchen und du fühlst dich getragen von Mutter und Vater.

Die Geburt, als erste Erfahrung auf der Welt, prägt lebenslänglich. Um mit Urvertrauen ins Leben gehen zu können, gehen wir noch einmal zurück von der Empfängnis bis zur Zeit deiner Geburt und fügen Heilsames hinzu.

Wir zelebrieren ein Schwitzhüttenritual und arbeiten mit Elementen aus dem geistigen Heilen.

Meditation und ein dreitägiges Retreat mit Enlightenment Intensive laden dich ein, ganz bei dir anzukommen und dich einer spirituellen Dimension zu öffnen.

Von einem erfahrenen Leitungsteam begleitet erfährst du mehr darüber, wer du bist und wie du Heilendes auf den Weg bringen kannst. Du lernst aus Verletzungen und Schicksalsschlägen Kraft zu schöpfen, um deinen Weg zu gehen und andere Menschen auf ihrem Weg therapeutisch und menschlich zu begleiten

Alfred Ramoda Austerman
Diplompsychologe,
Heilpraktiker, Lehrtherapeut
für Systemaufstellungen
(DGfS)

Bettina Austermann
Diplomsozialpädagogin,
Heilpraktikerin für Psych.,
Lehrtherapeutin für
Systemaufstellungen (DGfS)

Beginn: 24.-26.11.2017 (Entscheidungsseminar)

Infoabende, jeweils 20 Uhr
im Aquariana
Am Tempelhofer Berg 7D
Mo 6.11. u. Mo 20.11.

IFOSYS-Institut
www.ifosys.de
Tel.: 030 - 69 81 80 71

Die Quelle der Spiritualität

*Können wir wissen, was Gott ist? Und ist diese Quelle aller Schöpfung für jeden das Gleiche? **Sein** sprach mit der Autorin **Carola Hempel** über die Grundlagen von Wahrheit und die Verbindung von Wissenschaft, Religion und Philosophie.*

Carola Hempel ist Sprecherin des Studienkreises für Empirische Evolutionsforschung. Sie arbeitet in der Wirtschaft im Bereich Personalführung und Personalmanagement und entwickelte in diesem Zusammenhang ein Personalauswahlverfahren auf der Basis der großen ethischen Kernlehren der alten Philosophien.

Info und Kontakt: **Tel.: 030-367 521 74** oder info@evolutionskreis.de **www.evolutionskreis.de**

Carola Hempel: Die Quelle der Spiritualität – die Verbindung von Wissenschaft, Religion und Philosophie, Silberschnur Verlag 2017

Sie haben ein Buch über die Quelle der Spiritualität geschrieben. Was ist diese Quelle?

Als Quelle wird allgemein sprachlich das Primordiale – das uranfängliche Licht – im Chaos bezeichnet. Den Ausdruck dieses Lichtes nehmen wir mit den sieben Spektralfarben – die auch als die sieben Evolutionsprinzipien der Schöpfung bezeichnet werden – wahr. In den alten heiligen Kern-Lehren des Brahmanismus, Zoroastertum, Buddhismus und Christentum wird diese Quelle jeweils als „Prinzip" gesehen und „ES" genannt.

Lebt diese Quelle, ist sie ein Wesen?

Wäre uns Menschen die genaue Wahrheit über dieses uranfängliche Licht bekannt, wären wir wohl aufgrund dieses Wissens nicht mehr in der Inkarnation auf Erden! Aus eingeweihten spirituellen Kreisen, die Kontakt zur geistigen Welt haben, wissen wir, dass selbst die aufgestiegenen geistigen Wesen diese Frage nicht beantworten können. Selbst für diese weit entwickelten Wesen ist das, was „Wahrheit" ist, von ihrem Entwicklungsstand her noch so weit weg, dass sie diese Urquelle nicht erklären können. Da das Universum unendlich ist – oder scheint – werden darüber wohl nur die ganz wenigen kosmischen Wesenheiten konkreter etwas wissen, die direkt – so die alten Lehren – am Throne Gottes wirken.

Wie definieren Sie denn in ihrem Buch Wahrheit?

Nun, es gibt einen Ursprung, der gern als „absolute erste Ursache" bezeichnet wird. Das können wir uns bildlich wie eine in sich ruhende Eizelle vorstellen. Entsteht in ihr eine erste Zellteilung, ist das der Beginn des Schöpfungsprozesses, der in aufeinander abgestimmten Schritten erfolgt, deren Gesetzmäßigkeiten, da sie belegbar sind, wir als „wahren Ablauf" bezeichnen. Dies erkannten bereits die Wissenschaftler des vorletzten Jahrhunderts und nannten es „das bioenergetische Gesetz der fortschreitenden Entwicklung".

Was ist das genau?

Aus der ersten wird die zweite Zellteilung usw., bis aus unzähligen Zellteilungen das stoffliche Endresultat entsteht – man denke nur an eine menschliche Eizelle, aus der nach unzähligen weiteren Zellteilungen im Endprodukt ein Mensch entsteht. All die dafür nötigen Schritte der Entwicklung unterliegen bestimmten Naturgesetzen, die damit vorhersagbar sind, was wir dann eben als „Wahrheit" deuten – bis vielleicht neuere Erkenntnisse der Forschung uns eines Besseren belehren.

Wieso gibt es so viele verschiedene Sichtweisen in den verschiedenen Lehren und Wegen?

Die absolute Wahrheit ist ein unabänderliches Naturgesetz und wird auch „Ethik des Lebens" genannt. Das individuelle Verständnis des Einzelnen über die Ethik wird mit dem Begriff „Moral" beschrieben, diese ist eben persönlich, oft auch vom Zeitgeist abhängig, daher veränderbar. So gibt bzw. gab es zu verschiedenen Zeiten unterschiedliche moralische Vorstellungen und Werte über die Ethik – die Naturgesetze des Lebens.

Ist demnach Moral eine Gefahr für die Wahrheit?

Ja, denn wird über die Ethik aus persönlicher, also moralischer Erkenntnis bzw. Erfahrung berichtet, entstehen daher zwangsweise verschiedene individuelle Ansichten. Sie führen in der Regel zur Trübung der ursprünglichen Wahrheit der Ethik durch verschiedene Aussagen. Sie schaffen damit die Grundlagen von (neuen) veränderten philosophischen sowie esoterischen Lehren und Inhalten, die dann oft nicht den ursprünglichen

Abb: © Anne Mathiasz - Fotolia.com

www.evolutionskreis.de

Grundlagen, die wir Wahrheit nennen, entsprechen. Das alles ist letztendlich eine Frage der individuellen Bewusstseinsreife!

Also ist es sehr schwierig zu erkennen, was wirklich Wahrheit ist ...

Aus diesem Grunde haben die großen Religionsgründer über ihre allgemeinen Lehren hinaus das hohe eingeweihte Wissen immer „geheim" gehalten und nur an gut vorbereitete, ausgebildete Schüler weitergegeben. In alten Zeiten mussten die ausgewählten Schüler als Nachfolger ihrer Lehrer darum die ihnen gegebenen wahren Lehren auswendig lernen und sie an ihre Nachfolger genau so weitergeben. Auch heute noch gibt es Gruppierungen – insbesondere in England und Schottland – wie die „ursprüngliche Theosophie", die „I Am Activity" und die „Authentic Bridge to Freedom", wo das Wissen unverändert auf diesem Wege weitergegeben wird. Anderen heiligen Gruppierungen liegen alte schriftliche Texte vor, an denen die Schüler unserer Zeit ausgebildet werden. Ein anderer Weg ist die Wissensweitergabe durch (Channel-)Medien, die diese Lehren direkt von der geistigen Welt empfangen, und deren Durchsagen dann niedergeschrieben werden. Derartige wahrhaftige und reine Texte sind jedoch auch noch heute sehr selten, weil sie nur über ganz speziell ausgebildete, sogenannte „glasklare Medien" an die Menschen weitergegeben werden. Derartige Medien sollen – nach Aussagen der obigen Gruppen, die alle von der geistigen Welt direkt geleitet und geführt werden – in hundert Jahren weltweit nur zirka zwölfmal entstehen.

Was wäre ein Beispiel für dieses Wissen?

Zum Beispiel die Lehren über die Kräfte hinter den Naturgesetzen, deren äußere Lehren wir im Brahmanismus, Zoroastertum, Buddhismus und Christentum finden. Das wäre beispielsweise das Prinzip des Kreises – alles, was du aussendest, kommt irgendwann wieder zu dir zurück. Oder das Prinzip von Ursache und Wirkung – was auch das Prinzip des Karma genannt wird.

Es gibt ja jede Menge spiritueller Literatur, die sich auch mit den universellen Lebensgesetzen und Ähnlichem befasst. Was halten Sie davon?

Dazu möchte ich erst einmal anmerken, dass ein jeder die Wahrheit in sich selbst finden muss, man kann nicht alles in Büchern nachlesen. Natürlich gibt es gute Bücher, die einen dabei unterstützen. Leider bauen nicht alle auf den vorgenannten wahren Grundlagen des alten ursprünglichen Wissens auf. Daher öffnen diese Bücher inhaltlich nicht den Weg zur Quelle, dem Ziel der Esoterik – der Vereinigung mit der Wahrheit, der Quelle, der Ur-Energie durch Versenkung, was die Inder „Yoga", wir in unseren Breiten sprachlich „Gott" nennen. Zudem werden die alten Original-Quellen durch Fehldeutungen und Missverständnisse über den Weg der Interpretation leider immer mehr verdeckt. Das führt dazu, dass die Erklärungen, wie die ursprünglich klaren Wege zur Wahrheit zu gehen sind, in vielen dieser Bücher fehlen. Aber gerade diese Inhalte sind wesentlich, um durch innere Erkenntnisse und Entwicklung voranschreiten zu können.

Warum nun Ihr Buch?

Aufgrund der heutigen Sehnsucht nach heiligem Wissen und Fragen wie „Wo kommen wir her? Wie entwickle ich mich weiter? Wie komme ich wieder zum Grund meines Seins?" wollte ich das alte Wissen neu und präzise zusammentragen und umfassende Erkenntnisse aus unserer aktuellen Wissenschaft zur Erklärung hinzuzufügen, um die Gesamtinhalte der geistigen Lehren besser nachvollziehen zu können.

Demnach führt Ihr Werk zu Gott ...

Was ist denn Gott? So etwas gilt es erst einmal zu klären, wenn man so eine Frage beantworten will. Aus vorägyptischer Zeit gab es einen künstlichen Begriff, der bereits in sich das heiligste Wissen für den enthält, der diese Worte mit Tiefenschärfe und nach dem kosmischen Gesetz „von innen nach außen" erkennt und liest.

Als Naturgesetz des Lebens wurde es „die Lehren des THOHT" genannt. Aus diesem Begriff wurde dann phonetisch Thoth, daraus Thodd, letztendlich „Gott". Der Begriff „Gott" steht für den Ursprung der Lebensenergie, die das ganze Universum erfüllt – und für keine Person, was sich schon aus der hier dargestellten Begriffsfindung „Gott" ergibt. Die großen alten Eingeweihten in den westlichen Breiten nannten diese Energie, „den Willen zum GUTTHEN", aus dem die Kurzform „das GUTTHE" und schließlich spannenderweise wiederum phonetisch der Begriff „GOTT" wurde. Wegen vieler Unklarheiten bezüglich solcher Begriffe im Bereich der Spiritualität war es aus meiner Sicht unbedingt nötig, ein Buch zu schaffen, in dem wieder auf die Grundlagen der Quellen der großen Religionen, ihre philosophischen Lehren und ihre Wege hingewiesen wird. Besonders war mir wichtig, auch die Begrifflichkeiten, die im philosophisch-esoterischen Bereich benutzt werden und oft durch Interpretationen verwässert bzw. völlig verändert wurden und werden, wieder in ihrer richtigen Bedeutung zu erklären, damit mehr Klarheit über ihre Inhalte und ihre Wege entsteht.

Hilft mein Buch nun auf dem Weg zu Gott?

Ja, die darin dargestellten Lehren helfen, mehr Klarheit für sich selbst und das eigene Umfeld zu finden. In dem Buch sind zudem Übungen beschrieben, die uns zurück zum Ursprung führen, also zu Gott in uns.

Aus Vertrauen entsteht Wahrheit

Wahrheit ist auf einer tiefen spirituellen Ebene kein Produkt unseres Denkens, sondern etwas, das wir fühlen können. Sie entsteht durch schrittweises Vertrauen in dieses Gefühl. Der Weg dahin ist allerdings manchmal einer, auf dem genau diese Gefühle und damit das Vertrauen auf dem Prüfstand stehen …

von Ellen Hennicke-Weinert

Bevor ich mich den Informationen, die ich von meinen Freunden aus der geistigen Welt erhalten habe, hingeben und ihnen folgen konnte, war es ein langer Weg. Während dieser Zeit habe ich immer sehr bewundert, wie viel Langmut sie mit mir hatten und dass sie meine Fragen immer und immer wieder geduldig beantwortet haben. Sie waren nie beleidigt, wenn ich Zweifel hatte, und drängten mich nie, wenn ich zögerte, um meine inneren Gefühle zu erforschen, bevor ich den nächsten Schritt ging.

Vor gefühlten Ewigkeiten (real vier Jahre) hatte ich meine erste Begegnung mit unseren plejadischen und arcturianischen Helfern. Danach wurde ich lange Zeit von den Wesenheiten Eva und George begleitet, die mir viele energetische Heil-Anwendungen zeigten und mich Schritt für Schritt darin unterrichteten. Ihre Wahrheit über Heilung wurde für mich zur anwendbaren Gewissheit, weil ich erlebte, dass Gutes geschah. Dass ich mich darauf überhaupt einließ, sie an meinen Patienten mitwirken zu lassen und ihre Methoden zu übernehmen, entsprang dem Gefühl von Liebe, das ich in ihrer Gegenwart empfand.

Verunsicherung

Eines Tages kam zu mir eine Patientin nach einem Schlaganfall (plötzliche Durchblutungsstörung im Gehirn gefolgt von Lähmungserscheinungen). Sie hatte sich bereits gut rehabilitiert, aber die gesamte linke Körperhälfte war weniger empfindungsreich und auch langsamer als die rechte. Aus meinem Unterricht in Anatomie, Physiologie und Pathologie entstand in meinem Kopf ein Bild von den Grundzügen und Charakteristika eines Schlaganfalles. Dennoch leitete mich ein intensiver Impuls im Herzen dazu an, nicht die Schäden im Kopf der Patientin zu behandeln, sondern meine Hände auf ihren Herz-Bereich zu legen. Eva und George waren an meiner Seite, griffen jedoch nicht ein. Ich spürte sie beobachtend hinter mir. Hmmm? Wenn sie mein Tun nicht korrigieren, sondern nur zuschauen – prüfen sie, ob ich es allein hinbekomme? *schluck* Kann ich das? Ich kann ja jetzt schlecht zur Patientin sagen „Äh… tut mir leid. Ich hör dann mal lieber wieder auf."

Ich blieb beim eingeschlagenen Weg und begann viel Trauer zu fühlen, die unter meinen Händen den Herzbereich der Frau verließ. Sie hatte eine Träne im Augenwinkel, wirkte dabei aber insgesamt stabil. Nachdem alle Trauer-Energien abgeflossen waren, kam Wut zum Vorschein. Ihr gesamter Solarplexus schien voll damit zu sein. Ich las in ihrem Gesicht nichts außer etwas Anspannung und blieb auf Kurs. Es floss lange und viel aus ihr heraus. Die Wut war offenbar so lange da gewesen, dass

Abb: © Lakshmi - Fotolia.com

immer neue Schichten zutage traten, die sich weit über den Solarplexus hinaus in die rechte (nach dem Schlaganfall war es ihre intakte) Körperhälfte ausgedehnt hatten, ohne jemals abgeflossen zu sein.

Darf ich mein Kopfwissen mal ablegen?

In diesem Moment schlug die Frau die Augen auf und sagte mit einigermaßen panischer Stimme: „Ich fühle meine rechte Seite nicht mehr!“ Adrenalin schoss durch meine Adern und in Windeseile scannte ich ihre objektiven Vitalfunktionen, den energetischen Zustand ihres Hirns und die beteiligten Meridiane. Dabei konnte ich die Hände nicht von ihrer Leber wegnehmen – ich wusste instinktiv, wenn ich diese Wut-Energie jetzt loslasse, so dass sie sich frei ihren Weg suchen kann, dann bekomme ich sie nicht mehr unter Kontrolle.

Ich brachte, so gut es ging, meine Mimik unter Kontrolle und versuchte die Frau mit Worten zu beruhigen. „Gib mir einen Moment Zeit – das geht gleich vorbei!“ Ich betete, dass sie sich nicht von mir verunsichert fühlte, und suchte Kontakt zu Eva und George. Die beiden schüttelten den Kopf, und eine Sekunde lang befürchtete ich, dass dieses Kopfschütteln bedeutete, sie könnten nichts mehr für mich und die Patientin tun. Ich riss innerlich die Augen auf: „WAAS?!“ Einen Herzschlag später nahm ich wahr, dass Eva eine Geste machte. Sie wies mit dem Kopf in Richtung der Energien über der Leber. Ich holte tief Luft und wappnete mich, trotz allen inneren Widerstreits, auf Kurs zu bleiben. Dabei verspannte sich mein Magen unwillkürlich immer mehr. Fragen jagten durch meinen Kopf: „Darf ich in einem solchen Moment meine schulmedizinisch angelegte Ausbildung vergessen und meinem Gefühl folgen? Darf ich meiner Wahrnehmung der beiden Plejadier und ihren Gesten vertrauen? Was ist, wenn die sich mit menschlichen Krankheiten nicht gut genug auskennen und die Mittel und Wege auf ihrem Planeten für uns Menschen nicht die richtigen sind? Was ist, wenn die beiden MICH überschätzen? Vielleicht stimmt alles, was sie über uns Menschen wissen, aber ich bin noch gar nicht weit genug, um es korrekt umzusetzen?“

Auch der Verstand kann hilfreich sein

Bevor noch weitere wenig hilfreiche Fragen in meinem Kopf auftauchten, mahnte ich mich zur Ruhe. Mein Verstand produzierte einen Kompromiss, der mich innerlich zur Ruhe brachte. Erstes Argument: Eva und George haben mich noch nie fehlgeleitet. Wohlwollen ist ihre Natur. Sie lassen mich nicht wissentlich etwas Falsches tun. Zweites Argument: Die Körperfunktionen der Frau sind stabil und ihre Empfindungen müssen nicht zwangsweise eine körperliche Ursache haben. Drittes Argument: Ich gebe mir weitere sieben Minuten – drei sind wahrscheinlich durch meinen inneren Widerstreit bereits vergangen. Zehn Minuten ist das Maximum, was ich mir erlauben kann, ohne einen Notarzt zu rufen. Viertes Argument: OHNE die Wut-Energien stehen die Chancen der Patientin in allen Lebensbereichen wesentlich besser, als wenn die zerstörerischen Kräfte sich tiefer in sie reinfressen können, weil ich im falschen Moment loslasse…

Konzentriert stürzte ich mich in meine verbleibenden sieben Minuten und kanalisierte alle Liebes- und Heilenergie, die ich zu geben imstande war. Ich fokussierte mich auf das Licht in mir, brachte es zum Glühen und Leuchten und lenkte es weiter zu der Patientin. Ich schaffte es sogar, nebenbei noch ein paar beruhigende Sätze zu murmeln. Die Wut-Energien begannen, sich zu sortieren und zu formieren. In meiner Konzentration schloss ich die Augen und gab wirklich alles, was mir damals möglich war.

Plötzlich gab irgendetwas unter meinen Händen nach. Ich öffnete die Augen und sah mehrere Dinge gleichzeitig – die Wut-Energien hatten die Form und Anmutung einer fremden Präsenz angenommen und wurden gerade von dem Licht verdampft, das von mir ausging. Eva und George flankierten das Geschehen, als würden sie darüber wachen, dass nichts Fremdes zurückkehren kann. Die Patientin hatte die Augen weit aufgerissen und sagte tonlos: „Es ist weg!“

Sie sah meinen fragenden Blick und sprach weiter: „Das Gefühl, dass ich krank bin, ist weg! Ich hatte immer latent das Gefühl, dass irgendwas in mir nicht stimmt, sich irgendeine Krankheit in mir breit macht. Das ist weg!“ Ein paar Tränen rannen ihr über die Wangen.

Ich gab ihr Halt und Trost und Taschentücher. Während ich ihre Wange streichelte, konnte ich spüren, dass in ihrem Kopf eine neue Freiheit und Leichtigkeit herrschte. Dennoch besorgt fragte ich sie, ob sie denn ihren Körper wieder spüren könnte. Überrascht sah sie mich an und horchte in sich hinein. „Es ist alles da! Alles!“ Sie bewegte nacheinander alle Gliedmaßen und berichtete, dass es kribbelte, als würde alles wieder aufwachen, was eingeschlafen war.

Wie stark kann ich der geistigen Welt schon vertrauen?

Ich sandte ein Stoßgebet des Dankes an Eva und George. Als die Patientin gegangen war, kamen mir die Tränen – alle Anspannung löste sich, und ich versuchte mit meinen beiden Lehrern Kontakt aufzunehmen. Behutsam spürte

RAC® Raycleaner™
Real Active Care
RAC-Raycleaner, der perfekte Strahlenschutz gegen
• schädliche Erdstrahlen
• Elektrosmog
• P.W.L.-Strahlen
• Radioaktive Strahlen
Beste Testergebnisse: „sehr gut“ mit Meridian-Energie-Messung, Segmentardiagnostik und Biofeedback-Messung.
RAC-Anhänger für unterwegs
Mittlerer RAC für kleine Wohnungen
Großer RAC für große und zweigeschossige Wohnungen und Häuser
RAC 150 für Hotels, Heime, Schulen, Kliniken, Mehrfamilienhäuser sowie für Obst- & Gemüse-Anbau (für größere Ernten, bessere Qualität)
info@geopathology.org
Tel. 0160 9700 7347
www.geopathology.org

ich ihren Trost, aber auch ihre Anerkennung zu mir hinüberfließen. Nicht weil ich so grandios gehandelt hatte, sondern weil ich mein eigenes inneres Hindernis überwunden hatte. Die Frage ist immer wieder: Folge ich meinem Gefühl und meinen Wahrnehmungen, auch wenn es unlogisch oder sogar gefährlich erscheint? Und: WIE treffe ich meine Entscheidungen, und stehe ich dann zu ihnen?

Als ich begriff, wie tief die beiden in mich geschaut hatten, war ich plötzlich heilfroh, dass ich anfangs dachte, die vermeintliche Prüfungssituation drehe sich um die Techniken, die ich von ihnen gelernt hatte – und nicht darum, wie stark ich schon vertrauen kann. Außerdem wurde mir klar, dass jemand, der sich ehrlich und herzlich darüber freut, wenn ich mehr Selbst-Vertrauen gewinne, ein echter Freund sein muss. Einer, dem ich als Person und Seele am Herzen liege.

Nicht jedes meiner Erlebnisse mit meinen geistigen Freunden war so dramatisch, jedoch wuchs von Mal zu Mal in mir die Erkenntnis, dass es sich um zuverlässige Wesen mit integren Absichten handelt. Aus diesen positiven Erfahrungen wuchs Vertrauen und aus dem Vertrauen wurde das Anerkennen der größeren Wahrheit: Wir sind nicht allein. Uns wird geholfen, wenn wir es zulassen. Wenn wir unsere Selbstzweifel loslassen, können wir viel mehr bewegen, als wir bisher immer dachten. Nach und nach wurde diese Wahrheit zu einer tiefen Gewissheit. Mein Glaube wird nicht mehr so oft erschüttert und muss sich nicht immer wieder neu vor meinem Hirn rechtfertigen oder beweisen. Er ist einfach da. Tragfähig und hundertfach geprüft.

PS: Im Laufe von zwei weiteren Monaten verschwanden bei meiner Klientin alle Symptome der linken Körperhälfte.

Abb: Causalux-Fotografie

Ellen Hennicke-Weinert arbeitet in ihrer Praxis in Potsdam mit einer Vielzahl therapeutischer Ansätze. Von Aura-Chirurgie bis Rückführungshypnose sind alle Therapieformen wahrnehmend, intuitiv und individuell an den Klienten angepasst.
Inzwischen hat sie auch ein Buch veröffentlicht: „Du bist dein eigener Kanal“ (Books on Demand 2015) zeigt mit Humor, Leichtigkeit und praktikablen Anleitungen einen Weg (zurück) zur persönlichen Intuition und Selbstliebe – beste Voraussetzungen, das eigene Potential zu erkennen und zu nutzen.

Infos und Kontakt über **www.SiebenSonne.com**

Nächste Workshops:
„Heilige geheilte Weiblichkeit“ am 18. November 2017
„Glaubenssätze auflösen“ am 10. Januar 2018

www.SiebenSonne.com

WWW.SEIN.DE

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

Meditation und Herzgesundheit

Die US-Herzgesellschaft empfiehlt zur Prävention von Herzkrankheiten Meditation, auch wenn die Anzahl von beweiskräftigen Studien zu wünschen übrig lässt. Immer mehr wissenschaftliche Studien belegen die positiven Wirkungen von Meditation und Achtsamkeitsübungen.

Aus der Rubrik „News“

Erneuerbare Energien weltweit auf dem Vormarsch

Erneuerbare Energien legen im weltweiten Energiemix zu. Die Internationale Energie-Agentur (IEA) rechnet in fünf Jahren mit einem Anteil von 30 Prozent.

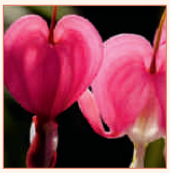
Aus der Rubrik „News“

Ratgeber Müllvermeidung und Recycling

Mit 625 Kilogramm jährlichem Abfall pro Person liegt Deutschland weit über dem normalen Durchschnitt in der EU. Wie 80 Prozent des Hausmülls eingespart werden können, verrät eine kostenlose Broschüre zu den Themen Müllvermeidung und Recycling.

Aus der Rubrik „News“

Das Herzensgebet



Mit dem Herzensgebet ist uns ein großer Schatz in die Hände gelegt. Es ist einfach, praktisch und eröffnet uns tiefste Einblicke in unser wahres Wesen. Wir gewinnen schrittweise Einsichten und betrachten von einem neuen Standpunkt aus uns und unsere Verbundenheit mit der ganzen Schöpfung.

Aus der Rubrik „Regional Brandenburg“

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

Bildnachweise:
Meditation: © Mitchel Joyce Lizenz: cc-by-nd
Erneuerbare Energien: Photovoltaik © Gregor Tatschl Lizenz: cc-by-nd
Müllvermeidung: © Herr Herrner Lizenz: cc-by-nd
Herzensgebet: © pexels.com

ZEITANSAGE

Danke, Papa!

von Simone Forster

Hand aufs Herz: Wann habt ihr euren Vater das letzte Mal in den Arm genommen und gesagt „Danke für alles, was du für mich getan hast“? Das wird bei dem einen oder anderen vermutlich schon eine Weile her sein. Was mich betrifft, so habe ich vieles, wofür ich meinem Vater dankbar bin: Ich konnte ihn jederzeit um Rat fragen, wenn mir etwas auf dem Herzen lag. Er hat mich gestärkt, getröstet, ermutigt, beruhigt, wann immer es nötig war. Und wenn eine wichtige Matheklausur anstand und ich am Vorabend völlig planlos zu ihm kam, hat er sein Feierabendbierchen, seinen Tatort oder seine Zeitung stehen und liegen gelassen und mir geholfen. Überhaupt war er immer für mich da, wenn ich ihn brauchte. Jetzt habe ich selbst eine kleine Tochter und hoffe, dass ich all die Dinge, die mein Vater mir mit auf den Weg gegeben hat, auch bei meiner Kleinen beherzigen kann. Was das ist? Eine Portion Gelassenheit und Bescheidenheit in allen Lebenslagen, das großzügige Verschenken von Zuwendung und Zeit, das Schaffen von Geborgenheit und tiefem Vertrauen und natürlich das Geben von Liebe im Überfluss.

Selbstverständlich ist jeder anders und so manch einer mag gerade Stress mit seinem Vater fühlen oder schon lange kein Wort mehr mit ihm geredet haben. Aber egal, in was für einem Verhältnis wir zu unseren Vätern stehen, wir sollten uns vor Augen führen, dass wir nur diesen einen haben. Ich richte meine Worte an den Himmel, wenn ich jetzt sage: „Danke Papa, dass du für mich da warst. Danke, dass es dich gab, und danke, dass ich durch dich so geworden bin, wie ich bin.“ Was ich nun tun werde? Mich ins Auto setzen, zwei Stück Kuchen kaufen und zu meiner Mutter fahren. Und wenn ich sie fest gedrückt habe, werde ich ihr zuflüstern: „Danke!“ Denn für Mamas gilt das Gleiche wie für Papas. Sie sind einmalig auf dieser Welt. Was möchtet ihr euren Eltern gerne sagen, wenn ihr sie das nächste Mal seht?

simone-forster@gmx.net

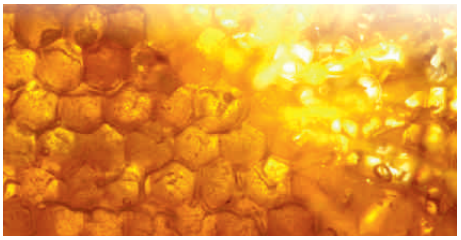
Geld neu (plastisch) denken

Vorträge und Ringgespräch mit Thomas Brunner, Johannes Stüttgen und Daniel Schily

Das Geld ist ein soziales Gestaltungsmittel. Im Moment zerstört es viel. Die Natur.
Die Seele der Menschen, die sich in der Arbeit verkaufen (müssen). Wenn wir mit ihm die ökologischen Schäden heilen und die Kreativität der Menschen zur Anwendung bringen wollen, dann müssen wir es selber gestalten.
Ihm zu einer neuen Form verhelfen. Keine ausgedachte. Eine stimmige Form. Eine mit der Natur und der Natur des Menschen übereinstimmende Form. Eine Freiheitsgestalt. Ein Kunstwerk.

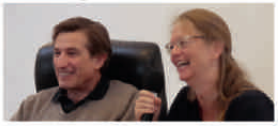
18. November 2017, 14.00 bis 21.30 Uhr
Ort: GLS-Bank in der Schumannstraße 10, 10117 Berlin, U- und S-Bahn Friedrichstraße.

Ermöglichungsbeitrag:
20 Euro (inkl. Café, Kuchen und Buffet)



Mehr Infos und Kontakt:
OMNIBUS für Direkte Demokratie
Tel.: 030-42 80 43 90
Email: berlin@omnibus.org
www.omnibus.org/fileadmin/o/pdf/Veranstaltungen/Geld-neu-denken.pdf

Spirituelles Enneagramm & Selbst-Erfahrung
Christian Meyer & Angelika Winklhofer



Die Leidenschaft der Fixierung, die Dich bisher versklavt hat, kommt zur Ruhe. Dann findest Du den Frieden und die Liebe, die Du in Wahrheit bist.

mehr Infos: www.spirituelles-enneagramm.de

Fr 3. – So 5. Nov
Enneagramm II - ARCHETYPEN
A. Winklhofer & C. Meyer
Berlin
Fr 18 Uhr - So 13 Uhr
Zentrum zeit-und-raum
150 €

Fr 15. Dez SchnupperKurs
Enneagramm - EINFÜHRUNG
A. Winklhofer
Michendorf
Fr 10 Uhr - 16 Uhr
Praxis Winklhofer
75 € (6 cme Pkt.)
NEU

Fr 15. – So 17. Dez
Enneagramm II - SUBTYPEN
A. Winklhofer
Michendorf
Fr 18 Uhr - So 13 Uhr
Praxis Winklhofer
150 € (16 cme Pkt.)
NEU

Di 9. Jan 18
START JAHRESGRUPPE
„Der Heilige Weg" | A. Winklhofer
Michendorf
Di 19.15 - 21.45 Uhr
Praxis Winklhofer
20 €/Abend, Paket (10x) 180 €

Do 10. – So 13. Mai
Enneagramm I - EINFÜHRUNG
A. Winklhofer & C. Meyer
Berlin
Do 10 Uhr - So 13 Uhr
Statthaus Böcklerpark
240 €, Wiederholer: 140 €

Neun Farben der Stille
A. Winklhofer & C. Meyer
Die verdichtete Essenz von fast 20 Jahren Erfahrung. Du bist eingeladen, dich selbst auf dieser abenteuerlichen Reise zu entdecken.
Hardcover, 512 S. € 29,90
ww.zeitundraum.org/shop

Erlebnisabend & Heilseminar mit Viola Schöpe

anerkannte Seminarleiterin des Körper-Spiegel-Systems® von Martin Brofman

Die Heiltechnik „Das Körper-Spiegel-System" ist eine sanfte, tiefgehende und effektive Heilmethode, die jeder erlernen kann.

Sie erforscht die Beziehung zwischen deinem Körper, deinem Bewusstsein und deinem Leben und gibt die Möglichkeit, innere Einstellungen zu erkennen und Heiltechniken zu erlernen, die den Heilungsprozess ermutigen, um Harmonie und Gesundheit wieder zu erlangen. Das Körper-Spiegel-System wurde von Ph.D. Martin Brofman entwickelt, der sich selbst von Krebs im Endstadium heilte.

Viola Schöpe ist eine erfahrene Heilerin, die sich selbst von Allergien und Skoliose heilte und seit 23 Jahren diese Heiltechnik lehrt.

„Erlerne dich selbst und andere zu heilen"

Erlebnisabend in Berlin
Wann: 24. November, 20 Uhr

Wochenend-Heilseminar in Berlin
Wann: 25.-26. November
Wo: Aquariana, 10965 Berlin-Kreuzberg, Am Tempelhofer Berg 7d

Info und Einzelbehandlung bei:
Viola Schöpe
Tel.: **+49 (0)351 802 50 55**
+49 (0)178 562 37 23
Email: violaschoepe@web.de
www.koerper-geist-heilung.de

Gesundheitsmesse Zehlendorf

Die Messe Alternative Heilmethoden findet am 25.11.2017 im Bürgersaal Zehlendorf statt. An Messeständen und mit abwechslungsreichen Vorträgen präsentieren hier zahlreiche Einrichtungen und Spezialanbieter ihre Fachgebiete und Dienstleistungen im Bereich Körper, Geist und Seele mit dem besonderen Fokus auf Alternativen zu konventionellen Produkten und Dienstleistungen und dem Schwerpunkt Naturheilverfahren. Es geht um präventive Vorsorge, Regeneration, Naturkosmetik, Entspannung, Wellness, Erholung, natürliche Ernährung, Nahrungsergänzungen, Naturheilkräuter, Öle, Düfte, Energiearbeit, Massagen, Heil- und Edelsteine, Sport, Yoga, Pilates, Qi Gong, Cantienica, Reiki, Astrologie, Ayurveda, TCM, Accessoires und vieles mehr. Angeboten werden auch themenspezifische Vorträge, umfangreiche Beratungen, Infos zu individuellen Therapieangeboten, kostenlose Gesundheitschecks – und natürlich gibt es auch besondere Weihnachtsangebote.

Ort: Bürgersaal Zehlendorf, Teltower Damm 18, 14169 B.
Zeit: Samstag, 25.11.2017 von 10-17 Uhr
Mehr Infos über office@vonpaczkowski.de und auf **http://zehlendorf-guide.de/altern-heilmethoden-2017**

„Wenn ich es nur endlich sagen könnte!“

Viele von uns möchten sich gerne wahrhaftig ausdrücken. Wir wollen authentisch sein, die Wahrheit sagen, uns so zeigen, wie wir sind. Und doch zögern wir. Warum eigentlich?

von Sabrina Fox

„Das habe ich doch schon hundert Mal gesagt! Warum hörst du mir eigentlich nie zu?“ Die Mutter schaute gereizt auf ihren 14-jährigen Sohn. Der warf den Kopf nach hinten und schnaufte: „Ich habe doch nur gefragt!!!“

Ich saß im Zug und hinter mir eine fünfköpfige Familie, deren Gespräche ich schon seit knapp 200 Kilometern mitbekam. Ich suchte nach meinen Ohrstöpseln, denn der gereizte Gesprächston hinter mir fühlte sich mittlerweile wie ein Presslufthammer an: viele dumpfe Schläge, die einen Stück für Stück zermürben. Die Familie hinter mir war nicht unsympathisch. Doch der Unterton war schon so zum Automatismus geworden, dass er den einzelnen Familienmitgliedern sicher gar nicht mehr auffiel. Selbst die Kommentare der vierjährigen Tochter begannen gereizt zu klingen.

Als durch meine Ohrstöpsel Ruhe einkehrte, erinnerte ich mich daran, dass ich diesen Ton auch sehr gut aus meiner Kindheit kannte. Glücklicherweise ist er völlig aus meinem Leben und Umfeld verschwunden.

Wie wir etwas sagen, warum wir etwas sagen oder warum wir etwas *nicht* sagen – all das trägt entscheidend zu unserem Wohlbefinden bei. Und nicht nur zu unserem. Wir verbreiten damit eine Stimmung. Eine, die entweder wertschätzend, freundlich und herzlich ist, oder eben eine, die gereizt, ungeduldig und arrogant klingt.

Die inneren Barrieren aufdecken

Der Grund, warum wir oft nicht das sagen, was uns am Herzen liegt, sind innere Barrieren in Form von negativen Erfahrungen, die wir einmal gemacht haben, als wir uns offen zeigten. Dadurch haben wir uns eine bestimmte Art der Kommunikation angewöhnt, die Nähe und Wahrheit nicht immer zulässt.

Als ich vor fünfundzwanzig Jahren anfing, Vorträge zu geben, saß einmal eine zarte Frau vor mir. Sie hatte Tränen in den Augen, als sie mir erzählte, dass sie zu sensibel für diese Welt sei und jede Nacht dafür betete, dass ihre Umgebung das endlich verstünde. Eine andere Besucherin schilderte mir, dass sie bei Obdachlosen vorbeigeht und ihnen den Gedanken schickt: „Die Engel sind mit dir.“ Als ich sie fragte, was sie sonst noch machte, meinte sie: „Mehr braucht es nicht.“

Ich verstand die Herausforderung. Ich hatte damals eine ähnliche: Ich wollte zwar, dass sich Dinge im Inneren ändern – aber ohne dass ich im Außen etwas tun muss. Natürlich kann ich mich innerlich verändern und dann ändern sich auch meine äußerlichen Umstände – hauptsächlich aber deswegen, weil ich mich anders verhalte. Und wenn ich mich anders verhalte, dann teile ich mich meiner Umgebung anders mit – nicht nur mit meinem energetischen Feld, das natürlich von anderen erspürt werden kann, sondern auch mit dem, was ich sage und tue. Wie wir uns ausdrücken, kann entscheidend verbessert werden. Aber wie bei allem braucht es Übung.

Das damit zusammenhängende Thema „Kommunikation“ wird gerne in Managerseminaren unterrichtet. Fast immer mit einem Manipulationshintergrund: „Was muss ich sagen, damit ich kriege, was ich will?“ Es braucht aber – finde ich – Kommunikation auf Seelenebene. Es gilt, unsere Intuition (die Sprache unserer Seele) mit unserem Verstand zusammenzubringen. Ohne unsere Seele – ohne die Basis unseres Seins – ist unser Verstand eben einfach nur eine Software ohne stabil laufende Hardware.

„Nur nichts anmerken lassen“

Kommunikation hat mich schon immer fasziniert. Mein Vater war Alkoholiker und die Kommunikation mit ihm dem-

Abb: © SENTELLO - Fotolia.com

entsprechend gestört. Meine Mutter mit heute 90 Jahren war eine Frau ihrer Zeit: abhängig von den wirtschaftlichen Verhältnissen, die ihr Mann ihr zugestand. Unsicher in den Möglichkeiten ihrer eigenen Freiheit. Ängstlich. Geprägt von ihrer katholischen Erziehung und geknebelt mit dem Versprechen: „Bis dass der Tod euch scheide." Was dann auch passierte, als sie 65 Jahre alt war. Mich wirklich mitzuteilen habe ich nicht gelernt. Wenn es meiner Mutter schlecht ging und ich sie danach fragte, behauptete sie, alles sei gut. So vertraute ich meiner sich entwickelnden Wahrnehmung nicht mehr, denn ... Mütter lügen ja nicht. Die Themen, die ich von meiner Mutter übernahm, waren „Durchhalten, durchhalten, durchhalten" und „Nur nichts anmerken lassen". Beides keine idealen Begleiter für ein offenes Leben. Ich merkte sehr viel später, dass ich mich für das Wohlbefinden von allen Lebewesen im Umkreis von zehn Kilometern verantwortlich fühlte und dass ich in jedem Kommentar eine Aufforderung hörte, etwas zu tun. Ich war früher sehr rechthaberisch und häufig in Verteidigungsstellung. Wahrhaftigkeit war ein Fremdwort für mich. Ich verhielt mich eher nach dem Motto: „Welche Art Frau hätten Sie denn gerne?"
In erster Linie – und das merkte ich erst sehr viel später – wollte ich eben auch manipulieren. Es ging mir nicht wirklich darum zu verstehen, WARUM der Andere seine bestimmte Meinung hat. Ich wollte ihn nur überzeugen, sich meiner anzuschließen.

Sinn machte meine Art der Gesprächsführung nicht. Sinn ist etwas anderes:
S – Sich zeigen
I – Interessiert bleiben
N – Nicht automatisch verteidigen
N – Nachfragen

Was heißt das?

S wie Sich zeigen

Das macht wahre Seelen-Kommunikation aus: Ich zeige mich so, wie ich bin, und nicht so, wie ich gerne sein möchte. Also wenn mich früher jemand fragte: „Du hast nicht wirklich Lust da mitzugehen, oder?" hätte ich sofort mit einem „Wie kommst du denn darauf! NATÜRLICH freue ich mich mitzugehen" abgewehrt. Das hatte damals verschiedene Gründe: Manchmal wollte ich den Fragenden nicht enttäuschen, manchmal traute ich mich nicht zu sagen, was ich wirklich wollte, und manchmal wusste ich nicht mal, was ich wirklich wollte.

I wie Interessiert bleiben

Das heißt Zuhören und Erspüren. Wir nehmen nicht nur mit unseren Ohren Information auf. Nein, unser ganzer Körper ist eine Antenne: Erspüre ich beim Gegenüber eine Unruhe? Eine Ablehnung? Eine Verweigerung? Angst? Sorgen? Angestrengtheit? Und besonders wichtig: Warum hat derjenige so eine Meinung? Was steckt dahinter? Was wünscht er/sie sich von mir? Kann ich ihn unterstützen? Braucht es meine Klarheit oder einfach nur meine Akzeptanz, damit mein Gegenüber und ich anders empfinden oder denken?

N wie Nicht automatisch verteidigen

Viele Sätze erspürte ich früher als Angriffe. „Wie, ich bin nicht pünktlich? Ich bin die Pünktlichkeit in Person! Und wenn ich es mal nicht bin, dann liegt das an dem blöden Verkehr!" Ich hörte selbst die harmloseste Feststellung („Es ist kalt hier.") als Appelle, sofort etwas dagegen zu unternehmen. In meinem spirituellen Training bekam ich vor Jahren die Aufgabe, mich ein Jahr lang „nicht zu verteidigen". Natürlich sprachen die Lehrer nicht von einem körperlichen Angriff, sondern von eben diesen Situationen, in denen ich mich verbal angegriffen fühlte. Daran hielt ich mich und stellte relativ schnell Folgendes fest: Alles, was man mir vorwirft, stimmt irgendwie. „Du denkst nur an dich!" Ja, stimmt. Das passiert. „Du hörst mir nicht zu!" Ja, gelegentlich schweife ich ab.
Erst als ich den Wunsch aufgab, „unangreifbar" zu werden, und nicht mehr jeden Kommentar als Angriff gegen mein Selbstwertgefühl empfand, konnte ich meine Schattenseiten erkennen. Jeder von uns ist manchmal mehr und manchmal weniger bewusst. Erleuchtung (Wachheit) ist – mal erreicht – kein automatischer Dauerzustand. Wir sind manchmal wach und manchmal leider nicht.

N wie Nachfragen

Wenn ich etwas nicht verstehe, dann frage ich nach. „Wie bist du denn zu dieser Meinung gekommen?" – „Was hat dich bewogen, das so zu sehen?" Es ist mir wichtig, nachvollziehen zu können, warum jemand eine bestimmte Meinung hat. Ich habe festgestellt, dass ich so ziemlich jede Meinung verstehen kann. Das heißt nicht, dass ich sie teile. Es heißt nur, dass ich nachvollziehen kann, wieso jemand in seinem Leben mit seinen Erfahrungen zu diesem Ergebnis gekommen ist.
Als ich dieses Jahr wieder anfing, Workshops zu geben, fragte ich mich, was mich zur Zeit am meisten faszinierte, und es war die Möglichkeit, durch gesunde Kommunikation ein gesünderes Leben zu erschaffen: Kommunikation mit SINN und auf Seelenebene. Dabei gilt es, Blockaden zu erkennen und zu lösen. Dabei erforschen wir durch eine geführte Meditation unsere Vergangenheit und erkennen, wann und warum wir damals bestimmte Entscheidungen getroffen haben. Entscheidungen, die zu Blockaden wurden und die ein Update brauchen. Es ist faszinierend, den Moment zu beobachten, wenn es den Teilnehmern plötzlich wie Schuppen von den Augen fällt: „Jetzt verstehe ich den Grund, warum ich da nichts sage!"

Warum gehe ich so oft in eine Verteidigungsstellung?

Warum bin ich häufig aggressiv? Wie drücke ich mich aus? Wie reagiere ich? Wo zeigen sich meine Barrieren? Wie kann ich mehr Heilung und weniger Streit erschaffen? Wie löse, wie beende ich immer wiederkehrende Dramen? Wie erschaffe ich in meiner Familie und meinem beruflichen Umfeld mehr Leichtigkeit?
Dies sind Fragen, deren Beantwortung neue Wege und damit neues Werkzeug brauchen. Wir, als unendliche Seelen, erspüren die Sehnsucht nach mehr Klarheit. Und wenn wir die SINN-Fragen im Hinterkopf behalten und sie benutzen, dann verändert sich unser Austausch. Gerade in der heutigen Zeit der starken gegensätzlichen Meinungen ist es wichtig, dass wir zuhören und uns gleichzeitig klar ausdrücken. Wir brauchen die Meinung anderer nicht zu verteufeln und mit unserer nicht hinter dem Berg zu halten. Es geht um eine gesunde Art der Kommunikation, denn die erschafft Klarheit. Und Klarheit in unserem Leben beruhigt. Nicht nur uns selbst, sondern auch unsere Umgebung.
Es ist möglich. Und es ist einfacher, als wir uns das vorstellen.

Sabrina Fox
beschäftigt sich seit über 25 Jahren mit ganzheitlichen Themen. Sie ist Bestseller-Autorin von über einem Dutzend Büchern, Referentin und Coach. Sie absolvierte Ausbildungen als klinische Hypnosetherapeutin, Mediatorin, Konflikt-Coach und studierte Bildhauerei, Gesang und Rhythmus. Davor arbeitete sie als Moderatorin für das deutsche Fernsehen.

Workshop:
„Wie sage ich es" – endlich befreit sprechen
Der Sehnsucht der Seele folgen –
Das Herz spüren –
Barrieren auflösen

9. und 10. Dezember 2017 in Berlin

Info und Anm. über Claudia van de Kamp unter
Tel. 0151-220 903 27
oder
claudia@sabrinafox.com
www.sabrinafox.com

www.sabrinafox.com

Ein Werkzeug zur Erforschung der Wahrheit?

Überlegungen zum sinnvollen Gebrauch des Pendels aus der Sicht eines Geomanten

von Dr. Gregor Arzt

Nicht wenige Menschen nutzen privat oder als Therapeuten, Forscher und Heiler ein Pendel. Wann und wie ist es sinnvoll, mit Hilfe eines Pendels Fragen an die geistige Welt zu stellen? Wie verlässlich können die so erhaltenen Antworten sein? In diesem Beitrag möchte ich aus der Perspektive meines Arbeitsgebietes, der Geomantie, auf das sachgemäße Verhältnis von eigenverantwortlichem Handeln und Forschen und der bewussten Inanspruchnahme von Hilfe aus der geistigen Welt durch Pendeln eingehen und dazu einige orientierende Regeln nennen.

Einfache radiasthetische Pendelubung

Zum Pendeln reicht es, an einen üblichen Wohnungstürschlüssel ein Stück Bindfaden von 15-20 Zentimeter Länge zu knoten, das Fadenende zwischen Daumen und Zeigefinger zu nehmen und das so gefertigte Pendel anzuheben, dass es frei schwingen kann. Eine einfache erste Übung damit wäre: Man hält die Pendelspitze in ein bis drei Zentimeter Abstand über einen Bleistift, der auf dem Tisch oder dem Boden liegt. Wenn man dann beginnt, langsam die Spitze des Pendels entlang des Stiftes zu bewegen, wird man feststellen, dass das Pendel an den Enden des Stiftes jeweils in charakteristischer Weise „wie von allein" in eine bestimmte Schwingung versetzt wird, auch an der Mitte des Stiftes. Hier befindet man sich auf der Ebene der energetischen Eigenschaften des untersuchten Gegenstandes, des Stiftes. In diesem Fall macht man eine Erfahrung mit den polarisierten Enden des Stiftes – „männlich/yang" bzw. „weiblich/yin" – und der neutralen Übergangszone in der Mitte. Diese Erfahrung kann man an jedem einigermaßen länglich geformten Gegenstand wiederholen. Von hier aus ist es nicht weit zum konventionellen Rutengehen, wo man stehende Energiefelder der Erde, wie etwa Wasseradern oder Gitternetze, durch Überschreiten systematisch erkundet.

Wer oder was bewegt das Pendel?

Wenn man beginnt, mit dem Pendel oder der Rute zu üben, hat man bald ein unwiderlegbares Evidenzerlebnis: Man spürt eindeutig, dass man selbst nicht der absichtsvolle, intentionale Urheber der entsprechenden Bewegung des Gerätes ist, das man in Händen hält. Diese Erfahrung muß man gemacht haben, wenn man irgend etwas Sinnvolles über das Pendeln bzw. Radiästhesie allgemein sagen möchte. Urteile ohne diesen Erfahrungsweg sind von vorneherein unsachgemäß. Doch wer oder was bewegt denn nun das Pendel, wenn ich es nicht selber mache?

Diese Frage hat früher immer wieder zu Spekulationen geführt, ob es nicht einen letztlich naturwissenschaftlich erklärbaren Zusammenhang zwischen Materialeigenschaften des Pendels und seiner Umgebung geben könnte – etwa bei Stahlruten eine Reaktion auf das Erdmagnetfeld. Aus der Praxis des Rutengehens können wir heute mit einiger Sicherheit sagen, dass das Material ei-

Abb: © fergregory - Fotolia.com

ner Rute, eines Schwingstabes (Biotensor) oder eines Pendels relativ unwichtig ist. Es sollte bei Ruten nur möglichst biegsam bzw. beim Pendeln zweckdienlich geformt sein. Diese Einsicht erspart teure Anschaffungen von Geräten, die einem durch aufwändige Materialien leichteres und genaueres Arbeiten suggerieren. Dank der Entwicklung und Verbreitung der Kinesiologie – dem gezielten therapeutischen Arbeiten mit dem Muskeltonus, der als Rückmeldung über den funktionellen Zustand des Körper-Seele-Geist-Systems interpretiert wird – können wir heute sagen, dass das Pendeln und Rutengehen eine Form der angewandten Kinesiologie ist. Die Geräte werden auf der physischen Ebene durch minimale, kaum wahrnehmbare Muskeltonusschwankungen bewegt. Doch wer oder was verändert nun meinen Muskeltonus?

Das kann nun nur noch übersinnlich beobachtet und nicht mehr physikalisch gemessen werden. Beim Rutengehen stärken oder schwächen die durchschrittenen stehenden Erdstrahlenfelder den Energiekörper des Rutengängers. Das überträgt sich auf den Muskeltonus. Wenn ich aber mit dem Pendel am Ort bleibe und Fragen an die geistige Welt sende, dann inkorporiert sich kurzzeitig ein Geistwesen ganz gezielt in die Muskelgruppe, die ich ihm für den Erhalt der Antwort zur Verfügung stelle. Diese Form des Pendelns würde ich im Unterschied zum radiästhetischen Pendeln mentales Pendeln nennen: eine sehr einfache Dialogform zwischen mir und einem Geistwesen. Das kann ein Engel, ein Verstorbener, ein Naturgeist, vielleicht auch mein eigenes höheres Selbst sein. In meiner geomantischen Arbeit nutze ich diese Möglichkeit in vielfältiger Weise, sobald ich Hilfe und Führung aus der geistigen Welt brauche.

Klare Zeichen vereinbaren

Wer zum ersten Mal so mit dem Pendel üben möchte, frage zunächst in Richtung des eigenen Schutzengels: Welche Reaktion des Pendels bedeutet „ja"? – und beobachte, was geschieht. Man wiederhole die Anfrage für das „nein". Die geistige Welt wird sich zukünftig dann dieser beiden Bewegungsweisen des Pendels bedienen, wenn sie eine Antwort signalisieren will – eine Art Klopfzeichencode.

Was konnen wir durch mentales Pendeln erfahren?

Man darf nicht zu viel vom mentalen Pendeln erwarten, denn dieser Code führt uns nicht zu einem ganzheitlichen Erleben der geistigen Welt, wie es sich aus dem Erüben der übersinnlichen Wahrnehmung etwa als Imagination (geistiges Bild), Inspiration (sprachähnliche Mitteilung) und Intuition (lebendiges Denken) über Jahrzehnte dann ergibt. Es kann einen auch auf Ab- und Holzwege führen, man kann sich beim „Auspendeln" von Jahreszahlen und Inkarnationsfolgen in eine bedeutungslose Scheinpräzision versteigen, wo ein einfaches Verstehen eines Themas in seiner Relevanz für heute wichtiger gewesen wäre. Dennoch ist gerade das Pendeln eine wunderbare Möglichkeit, das Geführtwerden durch die geistige Welt geradezu leiblich kennenzulernen und sich ihm immer erfolgreicher anzuvertrauen – wenn es sachgemäß angewendet wird, parallel zur Ausbildung der übersinnlichen Wahrnehmung. Dazu einige Regeln und Erläuterungen:

1.) Welches Geistwesen sich meldet und wie weise seine Antworten sind, hängt von der Qualität der gestellten Fragen und von der Reinheit der Motive des Fragenden ab.

Eine gut gestellte Frage signalisiert der geistigen Welt, dass der Fragende bereit ist mitzudenken und sich aufrichtig Mühe gibt. Sie ist wie ein Mitarbeiterausweis, den man dem Pförtner zeigt. Der Pförtner kann dann jemanden aus der entsprechend sachkundigen Abteilung holen. Fragen aus reiner Neugierde werden an die Abteilung „bunte Visionen ohne Gehalt" weitergeleitet.

Gemeinschaftsbildung nach Scott Peck

Workshop in Berlin
1.-3. Dezember 2017

mit Götz Brase und Hannelore Ingwersen

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

Kosten: 100 bis 200 EUR (Selbsteinschätzung)
Infos & Anmeldung: 08624-8795962 oder gemeinschaftsbildung@t-online.de

Buchtipp:
Scott Peck, Gemeinschaftsbildung
Der Weg zu authentischer Gemeinschaft
Eurotopia Verlag, 2. überarbeitete und erweiterte Auflage 2012
ISBN 978-3000382619
17,90 EUR

www.gemeinschaftsbildung.com

zehlendorf-guide.de/altern-heilmethoden-2017

25.11.2017
Bürgersaal Zehlendorf
Teltower Damm 18

Alternative Heilmethoden
Messe der Naturheilverfahren

freier Eintritt!

Wohlfühlen
und Gesundheit
stehen bei uns im Vordergrund!

SelbstHeilung.me
Selbstheilung ist Versöhnung mit sich selbst

Du hast alles, was Du brauchst.
Es fehlt nichts, um heil, ganz und gesund zu sein.

Beratung / Coaching in allen Fragen aus dem Klang der Melodie deines Lebens
♥ Selbstheilung lernen ♥ Leben lernen ♥ Recht lernen ♥ Ernährung lernen ♥
♥ Unternehmer sein lernen ♥ SelbstHeilungKammer nutzen ♥
♥ alle 14 Tage ein Zusammensein ♥

Psychoenergetik nach Schellenbaum
mit
Ingrid Weissbach & Daniel Morf

Ausbildung beim Fachverband Dt. Heilpraktiker

Hoher Selbsterfahrungsanteil.
Praxisorientiertes Arbeiten.

Beginn Januar 2018

030 - 3 23 30 50
www.heilpraktiker-berlin.org

Flyer bitte anfordern: iweissbach@web.de

Dr. Gregor Arzt
ist seit 2002 hauptberuflich Geomant und betreibt Geomantie intuitiv seit der Kindheit. Ausbildung in Radiästhesie bei Reinhard Schneider und Eike Hensch, in Geomantie bei Marko Pogacnik. Seit 2010 leitet Gregor eine dreijährige berufsbegleitende Ausbildung „spirituelle Erdwissenschaften" – Geomantie mit Gruppen in allen Regionen Deutschlands. Er lehrt Geomantie als einen geistigen Schulungsweg für alle, die die Erde lieben und gerne im Freien zusammen mit Engeln, Elementarwesen und Menschen üben, forschen und heilen möchten.

In diesem Winter beginnt ein **neuer Ausbildungszyklus** mit Seminaren, die an wechselnden Orten zwischen Ostsee, Berlin und Sachsen stattfinden werden. Schnupperseminare Pendeln, Rutengehen und das leibliche Geführtwerden durch die geistige Welt: **1.-3.12.2017** in Lohmen/Sächsische Schweiz, **15.-17.12.2017** an der Ostsee bei Wismar.

Info und Kontakt
über das Institut für Geomantie unter
Tel.: 033876-901 47
oder 0179-546 35 11
gregorarzt@hotmail.de
www.undinenhof.de

Ernsthafte Wege in der Geistesforschung wie zum Beispiel in der Geomantie unterscheiden sich von konventioneller Forschung im Wesentlichen nur dadurch, dass man von vorneherein weiß, auf die Mithilfe der geistigen Welt angewiesen zu sein. Die Geistwesen sehen es gerne, wenn wir als ihr „Juniorpartner" möglichst engagiert dabei sind, und brauchen auf lange Sicht auch unsere Hilfe. Doch was macht eine gute Frage an sie aus?

Man stellt sie, wenn man in einem lebensförderlichen Arbeitszusammenhang weiterkommen möchte. Bevor man sie stellt, sollte man sich schon möglichst gut in das Thema eingearbeitet haben, damit man selbst und die geistige Welt den Kontext gut verstehen kann. Ich nehme dafür ein Beispiel aus meiner geomantischen Arbeit. Wenn ich über einer Landkarte pendeln möchte mit der Frage, an welcher Stelle eine Heilungsarbeit nötig ist, muss ich die Landkarte zuvor möglichst sorgfältig studiert und besser noch die Gegend selbst intensiv erkundet haben, denn die geistige Welt kann sich im Physischen nur über das orientieren, was ich ihr über meine eigenen Tagsinne zukommen lassen kann. Ich muss dafür ein intensives inneres Abwägen und Erfühlen lernen, um zu erkennen, wann der Zeitpunkt für eine Anfrage an die geistige Welt mit dem Pendel überhaupt reif ist.

Immer wieder sollte ich dabei meine Motive prüfen: Überwiegen egoistische Ziele? Will ich „groß rauskommen" mit den Ergebnissen?

2.) Eine vorurteilslose, gelassene, mutige und demütige Grundhaltung ist unerlässlich.

Die erhaltenen Antworten sollen akzeptiert werden, auch wenn sie den eigenen Wünschen und Neigungen widersprechen. Wenn man unangenehme Antworten wieder in Frage stellt, ziehen sich auch die geeigneten Ratgeber nach und nach wieder zurück. Wir brauchen uns nur vorzustellen, wie es uns selbst gehen würde, wenn jemand uns oft um Rat bittet und sich dann nicht an die erteilten Ratschläge hält.

3.) Immer, wenn es hauptsächlich um eine Entscheidung geht, die für den eigenen Lebensweg als einen Weg des Erübens von Freiheit bedeutsam ist, darf nicht gependelt werden.

Diese Regel schützt das Entwicklungsziel des einzelnen Menschen wie auch das der Menschheit: Freiheit in Liebe. Sie ist besonders sensibel zu handhaben. Wer schon bei einer einfachen Frage wie „Soll ich mit dem Rad zur Arbeit fahren oder zu Fuß gehen" zum Pendel greift, entmündigt sich selbst.

4.) Es ist verboten, sich in die Privatsphäre anderer ungebeten einzumischen.

In meinem Metier darf ich beispielsweise bei einem Nachbarschaftsstreit nichts über die Motive des Nachbarn erfragen. Ich kann meinen Klienten nur anbieten, mit ihnen zusammen vor der eigenen Türe zu kehren, denn das kann sich indirekt auch schon positiv aufs nachbarschaftliche Verhältnis auswirken. Hält man sich nicht an diese Regel, kann das negative Folgen haben, die auf den Urheber unweigerlich zurückfallen. Ich bin daher auch unsicher, ob man das Pendel zum Beispiel als Arbeitgeber in Personalfragen einsetzen dürfte.

5.) Wenn es um Wissen geht, das ganz klar in der diesseitigen, weltlichen Sphäre entstanden und zugänglich ist über Bücher, Datenbanken oder hier lebende Menschen, die man befragen kann, darf nicht gependelt werden.

So ist beispielsweise das „Auspendeln" einer Liste von Homöopathika im Gegensatz zu einer fachgerechten Anamnese unverantwortlich und nur im Notfall als Akutverordnung vertretbar. Allgemein darf nicht gependelt werden, wenn Faulheit als Grundmotiv vorliegt. Man sollte, wie gesagt, seine Motive, warum man gerade pendelt, kennen und jederzeit vertreten können.

6.) Das Kriterium für erfolgreiche Arbeit mit dem Pendel ist, ob die Ergebnisse der Arbeit der Förderung des Lebens in Freiheit und Liebe auf der Erde dienlich sind.

Man wird jetzt vielleicht fragen, wo man das Pendel denn überhaupt guten Gewissens noch einsetzen darf. Ich selbst benutze es fast ausschließlich in geomantischen Arbeitszusammenhängen als ein Handwerkszeug in ganz gezielten Situationen. Wenn ich beispielsweise ein geistiges Bild erhalte, eine Imagination während der übersinnlich-meditativen Erforschung eines örtlichen Heilungsthemas, und nicht sicher bin, was das Bild bedeutet, biete ich der geistigen Welt eine mögliche Interpretation an und frage dann mit dem Pendel, ob sie richtig ist. Wenn ich eine gut gestellte Frage formuliert und „abgesendet" habe, frage ich gerne mit dem Pendel nach, ob es noch eine bessere geben würde/gibt. Ich verdanke der Erfindung des Pendels über die Jahre sehr viel, denn sein Gebrauch hält mich zu gedanklicher Klarheit an und vertieft mein Vertrauen in die geistige Welt.

Privat nutze ich das Pendel, wenn ich beispielsweise jemandem eine Flasche Wein schenken möchte, denn ich bin kein Weinkenner und glaube auch nicht, dass mir ein Weinkenner bei der Auswahl helfen könnte. Ich stelle mich also vor das Regal im Laden, verbinde mich mit der Person, die ich beschenken möchte, pendele dann durch, ob und wenn ja, wie viele geeignete Flaschen vorhanden sind, und wenn es keine weiteren Kriterien gibt, muss ich unter den in Frage kommenden Flaschen dann wieder selber wählen.

www.undinenhof.de

Die Kraft der Drachen

Wegbegleiter zu unserer Seele

von Dorothea Müschenborn und Amira Meyer

Abb: © Olga Bessanova – www.behance.net/bessonola

Drachen wirken auf viele Menschen aller Altersstufen faszinierend. Sie sind als Fabelwesen aus Mythen, Sagen, Legenden und Märchen vieler Kulturen bekannt. Bis in die Neuzeit wurden sie als wirklich existierende Tiere angesehen. Drachen symbolisieren die Schöpfungsurkräfte der Erde und des Universums. In Europa waren sie eher als feuerspeiende, vernichtende Ungeheuer gefürchtet. Im Gegensatz dazu werden sie in der asiatischen Mythologie als Gottheit oder Glückssymbol geachtet und wertgeschätzt. In der chinesischen Geomantie, dem Feng Shui, werden spezielle Kraftlinien, die über die Erde verlaufen, Leylinien genannt und wegen ihrer feurigen Eigenschaften als Drachenlinien bezeichnet.

Sind Drachen nun Fabelwesen oder real erfahrbar?

Drachen sind urweltliche Lebenskräfte des Universums und des feurigen Kerns unseres Planeten und halfen bei der Erschaffung der Erde mit ihren Landschaftsräumen und einer Vielzahl von Wesenheiten in der materiellen und feinstofflichen Welt. Die Naturwesen folgten den Drachen in der weiteren schöpferischen Gestaltung und setzten kreative Ideen und Impulse von Mutter Erde um. Drachen, wie auch Naturwesen, existieren allerdings auch ganz real in anderen Ebenen des Bewusstseins, parallel zum menschlichen Bewusstsein. Im jetzigen Seelenlichtzeitalter, wo die Menschen immer mehr erwachen und sich der Seele zuwenden, werden die Schleier dünner und die Welten öffnen sich wieder füreinander. Unzählige Wesen sind in der Seelenwelt vorhanden: Es gibt Mischwesen, Hybride, in allen Größen, Formen, Schattierungen und Elementen. Der Schöpfung von kreativen Wesenheiten sind keine Grenzen gesetzt. Sie stammen aus den lichtvollen wie auch den dunklen Ebenen. Der Drache kann ein vernichtendes Ungeheuer sein, der karmische Pläne erfüllt, aber auch himmlisch, heilig, mit einer unbeschreiblichen Weisheit. Sich mit der letztgenannten Form von Drachen zu verbinden und sie um Unterstützung zu bitten, ist ein großes Geschenk. Wir können die Drachenenergie vielfältig nutzen, unter anderem als Türöffner zu unserem Herzen und und unserer Seele.

Wie können wir mit Drachen in Kontakt treten?

Wir können mit Drachen über eine seelengeführte Meditation in Kontakt treten, das heißt, die Seelenwelt gibt Ablauf und Inhalt des Prozesses während des Verlaufs der Meditation den Anleitenden durch. Gemeinsam mit Drachen, himmlischen Wesen und Naturwesen arrangiert die Seelenwelt für die Teilnehmer maßgeschneidert das, was sie gerade benötigen. Wenn der Geist und die Gedanken zur Ruhe kommen, ist das der ideale Augenblick, himmlische Wesen einzuladen und das Reich der Drachen zu betreten. Sie können ihr Schwingungsfeld verändern und haben die Möglichkeit, sich so anzupassen, dass sie für uns wahrnehmbar, erlebbar und spürbar werden.

Die Energie der Feuerdrachen kann zum Beispiel unterstützen, negative Überzeugungen, Einstellungen und Blockaden loszulassen oder unsere Herzensenergie der Liebe zu entfachen. Die Drachen haben unbeschreibliche Weisheit, sie sind großartige Beschützer, geben Mut und Kraft. Sie sind ideale Reisebegleiter, um auf ihrem Rücken in andere Welten und Dimensionen zu fliegen. Durch unsere Begegnung kann auch eine Verbindung zu den eigenen Drachenanteilen der Seele stattfinden: der weiblichen Schöpferkraft. Es ist die Urkraft allen Seins, die in Klarheit liebevoll Neues erschafft.

Durch die Drachen erfuhr ich, Amira Meyer, wie sehr meine Seele in vergangenen Leben mit der Drachenkraft und den Naturwesen verbunden war. Sie haben mich bei vielen Selbstheilungsübungen kreativ unterstützt. Besondere Momente sind für mich immer, auf dem Rücken eines Drachen an besondere himmlische Orte gebracht zu werden, zu denen man sonst keinen Zutritt hätte. Die Welt der Drachen kann für jeden ein großes Abenteuer bereithalten.

Ich, Dorothea Müschenborn, liebe es, mit Drachen auf Reisen zu gehen: Einem kleinen goldenen Drachen lag zum Beispiel daran, mir neue Blickrichtungen zu zeigen – und mit welcher Hingabe und Unerschütterlichkeit er seine Aufgaben wahrnahm! Er ließ mich seine Weisheit und Wahrheit spüren, die sein ganzes Sein erfüllte. Es gab keinen Zweifel an seinem Sein und seiner Liebe zu allem. Diese Sicherheit und Selbstverständlichkeit dehnte sich sofort in meinem gesamten Körper aus. Mit der Kraft der Drachen zu arbeiten ist wirklich sehr besonders.

Dorothea Müschenborn unterstützt Menschen, ihr Seelenpotential zu entfalten und ihr Herz für die Naturwesen und Mutter Erde weiter zu öffnen.

Amira Meyer ist Autorin des Buchs „Die Natur spricht" und gibt Workshops, um den Menschen verborgene Welten der beseelten Natur nahezubringen.

Sa, 11.11.: Das Feuerelement und die Kraft der Drachen
So, 12.11.: Tag der Offenen Tür des Tao Healing Centers mit „Die wundersame Welt der Drachen und Naturwesen."
Fr, 1.12. & 12.01.: Erlebnismeditation für Mutter Erde und die Naturwesen
Mo, 4.12.: Entdeckungsreise zu Ihrem persönlichen himmlischen Wesen
Fr, 15.12.: Den Drachen reiten

Wo: Tao Healing Center, Akazienstraße 27, 10823 Berlin

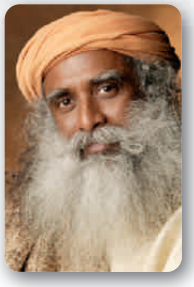
Mehr Infos und Anm.
Tel.: 030-604 989 88
goldenlightcenter@drsha.com
amira.meyer@goldnatur.de
www.Goldenlightcenter.de
www.Goldnatur.de

www.Goldenlightcenter.de

Der Nektar des Lebens

Die Wahrheit der Leere

von Sadhguru



Inner Engineering
Book Launch & Sadhguru in conversation with Palina Rojinski am 12. November 2017, 14-16.30 Uhr im Tempodrom, Möckernstraße 10, 10963 Berlin
Mehr Infos und Tickets auf **www.sadhguruinberlin.com**

Nächstes Inner-Engineering-Programm am 23.-26. November im Palisa, Palisadenstr. 48 10243 Berlin
Free Intro Talk am Do, 23. November, 18.30-19.30 Uhr

Info und Kontakt:
Tel.: 030-208 967 05
oder germany@ishafoundation.org
www.ishagermany.org/ie
www.innerengineering.com

www.sadhguruinberlin.com

Arjuna fragte einst Krishna, „Was ist diese Wahrheit, von der du sprichst, im Wesentlichen? Ich verstehe es nicht." Krishna sagte, „Das Wesentliche an der Wahrheit ist, wenn du etwas trinkst, das aussieht wie Amritam (Nektar), dann wird es zu Visham (Gift). Wenn du etwas trinkst, das aussieht wie Visham, dann wird es zu Amritam."

Die eine Sache, die du in deinem Leben nicht willst, ist Leere. Der Grund, warum du all die Strapazen bezüglich Bildung, Familie, Beruf, Geld und all die Probleme in deinem Leben auf dich nimmst, ist, dass du irgendwie verhindern willst, dass dein Leben leer ist. Darum geht es, und zwar um jeden Preis. Aber wenn du bewusst leer bist, dann ist das der ultimative Nektar des Lebens. In deiner normalen Wahrnehmung ist es jedoch das absolute Gift. Niemand will es. Aber wenn du es trinkst, wird es in dir zu Nektar.
So vielen Dingen, von denen du dachtest, sie seien der Nektar, bist du hinterhergerannt – Wissen, Geld, Macht, Liebe oder was auch immer es war. Aber was haben sie dir gebracht? Die eine oder andere kleine Freude haben sie dir beschert, aber letztendlich wirst du dich irgendwann einmal umdrehen und dein Leben ist vorüber. Indem du damit beschäftigt bist, dem sogenannten Nektar nachzujagen, verpasst du das Leben. Und all die Bitterkeit und alles Leiden in der Welt entstehen bloß, weil die Menschen diesen Dingen hinterherrennen, nicht wahr? Aber wenn du dich für das entscheidest, was aussieht wie Gift, dann wird dein Leben zu Nektar werden. Das ist das Wesentliche an der Wahrheit.

Das Göttliche braucht die Leere

Du brauchst leeren Raum, wenn das Göttliche in dich hineinfließen und sich in dir manifestieren soll. Andernfalls wird es nur eines geben, deinen tückischen Verstand. Nur wenn Leere entsteht, kann auch das Göttliche entstehen. Augenblicke der Liebe, Freude und des Friedens hast du immer nur in Momenten der Leere erlebt – alle schönen Erlebnisse sind dir nur in Momenten der Leere geschehen. Aber logisch und mental gesehen, ist Leere genau die Sache, die du nicht willst. Sie sieht aus wie Gift, aber sie ist der Nektar.
Wenn du der Selbsterfüllung hinterherrennst, dann wird daraus ein ewiges Rennen. Dann wirst du niemals erleben, was es heißt, erfüllt zu sein. Es gibt drei Arten, auf die du versuchst, Selbsterfülltheit zu erleben. Du willst, dass deine Taschen voller Reichtum sind. Du willst, dass dein Kopf voll ist, du willst alles wissen. Du willst, dass dein Herz voll ist, du willst lieben und du willst, dass die Menschen dich auch lieben. Das sind die drei Arten, auf die du versuchst, Erfüllung zu erleben. Angenommen, ich gebe dir alles Geld der Welt, wären deine Taschen dann voll oder würde noch etwas hineinpassen? Es passt noch etwas hinein, nicht wahr? Es liegt in der Natur der Dinge, dass deine Taschen nicht voll werden können. Wenn ich alle Bibliotheken der Erde zusammenfasse und in deinen Kopf hineinschütte, wäre dein Kopf dann voll? Nein, es passt noch immer etwas hinein. Die Natur der Dinge ist so beschaffen, dass dein Kopf nicht voll werden kann. Wenn du die gesamte Bevölkerung als Teil von dir selbst wahrnimmst und sie liebst, wäre dein Herz dann voll oder gäbe es darin noch Platz für ein neugeborenes Kind? Es gäbe noch Platz, das kann also auch nicht voll werden. Wenn du also der Erfüllung hinterherrennst, dann wirst du für immer rennen. Aber du wirst niemals erfüllt sein.
Die Leere hingegen ist immer vollkommen. Das, was leer ist, ist vollkommen leer. Es ist niemals nur halb leer. Es gibt keine unvollständige Leere. Um das zu sehen, braucht es Bewusstsein, und erst dann erkennt man, was der Nektar des Lebens ist. Ansonsten verwechselst du das Gift mit dem Nektar und verschwendest dein Leben damit, ihm hinterherzurennen. Dieses Wissen ist die Grundlage spirituellen Lebens. Die Leute denken, dass jemand auf dem spirituellen Weg alles aufgegeben hat. Er hat gar nichts aufgegeben. Er ist auf eine Goldmine gestoßen. Keine Probleme, kein Unsinn.

Abb: © pixelkorn - Fotolia.com

Lichter in Schöneberg – Wege zu innerer Balance

Neun Center öffnen am 12. November von 13 bis 19 Uhr ihre Türen

Es sind Oasen der Entspannung in unserer hektischen Zeit: Orte in Berlin-Schöneberg zum Auftanken, Kraft schöpfen und solche, die gezielt Wege in eine innere Balance aufzeigen. Welches der individuell richtige Weg für einen Menschen ist, lässt sich am Sonntag, den 12. November, ausprobieren. Neun Center, die Wege zu einem gesunden und glücklichen Leben anbieten, veranstalten an diesem Tag ein Programm mit gemeinsamer Einstiegsmeditation, einem Abschlusskonzert und offenen Türen zum Schnuppern in den Zentren. Das Angebot reicht von Yoga über Qigong, Aikido, Selbstverteidigung, Klangmassagen, Soul-Wellness-Meditationen mit Tao-Kalligrafie bis hin zu EyeContactExperiment-Sessions.

Für Renate Spielvogel führt der Weg zur inneren Balance über Entspannungstechniken und Meditation. „So lernt man sich selbst kennen, lieben und akzeptieren“ sagt die Leiterin der Herzensblume. Auch Julia Hasenfuß setzt „Im Baum“ auf Selbstempathie: „Wir kreieren sichere Räume für Entwicklung und Sein durch empathischen Kontakt, gewaltfreie Kommunikation und Berührbarkeit.“

Meditation und Übungen mit Fokus auf die Seele bietet das Tao Healing Center. „Wir nutzen das System von Soulfulness, um mit der Seele in Einklang kommen“, sagt Leiterin Dorothea Müschenborn. „Innere Zufriedenheit und Harmonie entstehen, wenn wir die Seele nähren.“

Kampfkunst zur Selbstverteidigung ist ebenfalls ein Weg, der über den Kontakt mit dem eigenen Inneren führt. „Mit Aikido lernen wir, Angriffsenergien ruhig zu begegnen und sie zu führen“ ist Peter Saager, Leiter des Aikido Dojo TomoSei, überzeugt. Clarissa Henke, Leiterin des Aikido am Park, beschreibt es so: „Aikido ist das Einlassen auf einen Prozess, bei dem sich Körper und Geist gemeinsam entwickeln können.“

Auch Qigong führt zur inneren Balance. Parichard Holm, Qigong-Lehrerin im Tai Chi Matrix, sagt: „Qigong hat langsame, fließende Bewegungen und eine tiefe regelmäßige Atmung, um Geist und Emotionen zu vereinen.“

Yogacharya Ananda Leone, Leiter der Yoga Akademie Berlin, erläutert den von ihr gelehrten Weg: „In der Praxis von śivaśakti yoga paart sich kraftvolle Dynamik mit hingebungsvollem Loslassen und bringt so in die innere Mitte.“ Die Weisheit von der Beschaffenheit des Universums und der Welt, die Kabbalah, wird am Kabbalah Center Berlin als der Pfad gesehen, auf dem wir Erfüllung, Klarheit, Verständnis und Freiheit in unserem Leben erschaffen. Und speziell für Männer gibt es das Village Community Center, „ein geschützter Ort, an dem Begegnung zelebriert wird", wie der Gründer des Zentrums, Kai Erhard, ausführt.

Die Programme der teilnehmenden neun Center finden Sie jeweils auf den individuellen Center-Webseiten und auf Facebook unter: http://bit.ly/2gg5AgO

Aikido am Park, Meraner Str. 31, 10825 Berlin, www.aikido-am-park.de
Aikido-Dojo TomoSei, Hauptstr. 26, 10827 Berlin, www.tomosei-aikido.de
Herzensblume, Eisenacher Str. 46, 10823 Berlin, www.herzensblume.de
Kabbalah Center Berlin, Hauptstr. 27, 10827 Berlin, berlin.kabbalah.com
Parichard Holm (Veranstaltung im Kabbalah Center Berlin), www.taichimatrix.com
Spielraum Gewaltfrei – im Baum, Belziger Str. 53, 10823 Berlin, www.im-baum.de
Tao Healing Center, Akazienstr. 27, 10823 Berlin, www.goldenlightcenter.de
Village Communit Center, Kurfürstendamm 31/32, www.village.berlin
Yoga Akademie Berlin, Wartburgstr. 52, 10823 Berlin, www.yogaakademie.de

Verbindende Kommunikation

Sowohl bei Paaren als auch in Gemeinschaften treten immer wieder Konflikte auf. Das ist ganz natürlich, denn Menschen finden sich – von einer höheren Warte betrachtet – vor allem zusammen, um miteinander zu wachsen. Und das heißt eben auch, miteinander Konflikte zu lösen und deren Ursprünge zu erkennen. Dabei helfen Selbsterkenntnisprozesse und eine Kommunikation, die verbindet, anstatt das eigene Rechthabenwollen zu transportieren.

von Ranjita

Wer kennt das nicht? Frisch verliebt, fühlt man sich stark zueinander hingezogen, will viel Zeit miteinander verbringen. Man sehnt sich nach immer mehr Nähe – bei manchen bis hin zur Symbiose. Am liebsten möchte man alles gemeinsam machen. Das erfüllt besonders am Anfang einer Beziehung unser Bedürfnis nach Liebe und Verschmelzung. Nicht selten führt diese Phase zu einer Überanpassung an den Partner und bedingt die teilweise Aufgabe der Individualität. Wenn das eine Weile andauert, sorgt einer der beiden dafür, dass durch eine Auseinandersetzung wieder mehr Distanz hergestellt wird, damit man sich für eine Zeitlang um sich selber kümmern kann.

Denn jeder braucht mal Zeit für sich, zum Alleinsein oder für Unternehmungen mit anderen, um Bedürfnisse zu befriedigen, die der Partner nicht erfüllt. Hier liegt eine wesentliche Herausforderung in der Kommunikation: Anstatt das Bedürfnis nach Alleinsein zu vermitteln, bricht man unbewusst einen Streit vom Zaun, um wieder Abstand zu schaffen. Der stärkste Impuls, um Distanz herzustellen, ist, den anderen zu beschuldigen. Man sagt und tut Dinge, die den Partner wegrücken lassen. Wie das Wort Auseinander-Setzung schon bildhaft ausdrückt: Man setzt sich nicht zusammen, sondern auseinander, also entfernt sich, um die Nichtübereinstimmung ertragbar zu machen. Der Partner fühlt sich daraufhin zu Unrecht mit Schuld beladen, ist verärgert und rückt noch weiter vom anderen ab. So hat man indirekt eine Situation herbeigeführt, die wieder mehr Distanz gewährleistet – allerdings ohne dass die zugrunde liegende Thematik erkannt und geheilt wurde. Dann brauchen die Beteiligten etwas Zeit oder ein klärendes Gespräch, manchmal auch Sex, damit die Verbindung wieder hergestellt werden kann.

Beziehungen als Wachstumsgemeinschaft

Der Tanz zwischen einerseits mehr Nähe – und damit mehr Liebe – und andererseits Distanz bzw. Getrenntsein wiederholt sich in Beziehungen unzählige Male. Aus meiner langjährigen Erfahrung als Paartherapeutin verstehe ich Beziehungen nicht als die Erfüllung eines Liebestraumes, sondern als Wachstumsgemeinschaft. Die Liebe soll einen sicheren Raum schaffen, damit alte Muster angestoßen und geheilt werden können. In allen Beziehungen können wir lernen, mehr zu lieben und das, was uns zurückhält, zu heilen. Eine der großartigsten Chancen, Liebe zu vermehren, bilden die Partnerschaft und die Familie. Die Partner haben das Po-

Abb: © Ella Sarkisyan - Fotolia.com

tential, sich unbegrenzt in Liebe, Achtsamkeit und Bewusstheit sowie Akzeptanz und Wertschätzung zu entwickeln, um heil und ganz zu werden, bis hin zur Aufgabe des eigenen Egos. Selten jedoch nutzen die Partner die Liebe wirklich für die gemeinsame Entwicklung, vielmehr zerstören sie sie oft ungewollt und scheibchenweise, bis wenig übrig bleibt. Manchmal wird sie dann sogar durch den Gegenpol ersetzt: Hass – er entspricht der größtmöglichen Angst vor der Hingabe an die Liebe.

Wieviel Liebe ist möglich, bevor Verlustangst eintritt?

Noch ein anderer Impuls kann nach einiger Zeit der liebevollen Verbundenheit zu Distanz, Abstand und Trennung führen. Denn jeder erwachsene Mensch hat im Innersten Angst vor Liebe. Das Ausmaß dieser Angst ist individuell verschieden und wird bestimmt durch die Menge der Liebe, die wir in frühen Jahren erlebt haben, bevor der erste Liebesverlust eintrat. Die Anhäufung von Verletzungen und Traumata lässt entsprechend wenig Raum für Liebe im Herzen übrig. Im Laufe unseres Lebens führt uns unser Höheres Selbst zu Menschen und Gelegenheiten, die zur Heilung des Herzens und zur Ganzwerdung beitragen. Gute Kommunikation spielt in diesem Prozess eine entscheidende Rolle.

Verbindende Kommunikation

Seit vielen Jahren hat sich die Gewaltfreie Kommunikation (GFK), die Methode von Marshall Rosenberg, verbreitet. Ihm gebührt größte Anerkennung für sein Bestreben, Bewusstheit und Frieden in die Kommunikation zu bringen. In der GFK erforscht man unter anderem die hinter den Worten verborgenen Bedürfnisse. Das ist ein sehr hilfreicher Weg, mehr Ehrlichkeit in Beziehungen zu bringen. Häufig ist mit der Mitteilung eines Bedürfnisses ein Konflikt jedoch noch nicht gelöst, wenn die unbeabsichtigt angestoßenen Muster nicht verstanden werden. In der Wachstumsgemeinschaft möchte aber die Liebe gerade die alten Verletzungen heilen.

Leider verlangt das Erlernen der GFK langjährige Übung und überfordert die Menschen häufig, wenn sie bereits verletzt oder verärgert sind. Aus meiner Praxis bei der Schlichtung von Streitigkeiten habe ich deshalb die „verbindende Kommunikation“ entwickelt. Diese Methode ermöglicht, Konflikte zur Herzöffnung zu verwenden. Sie leitet die Beteiligten dazu an, die Chancen zum gemeinsamen Wachstum zu nutzen. Aus diesem Grunde beginnt die verbindende Kommunikation bei einem selbst. Tief in uns liegt das Wissen um unsere negativen Gefühle anderen Menschen gegenüber. Man erforscht bei sich selbst, welches Thema durch den anderen möglicherweise getriggert wurde. Zum Beispiel kann man sich fragen: „Wann habe ich das zum ersten Mal gefühlt? Woran erinnert mich das?“ Mit der Bewusstwerdung der Ursache ist der erste Schritt zur Heilung getan. Gute Kommunikation sollte schon frühzeitig bei der Verbindung mit den eigenen Gedanken und Gefühlen ansetzen.

Verantwortung für die eigenen Gefühle übernehmen

Der sicherste Impuls, Nähe herzustellen und mehr Liebe zuzulassen, entsteht durch das Ausdrücken eines echten Gefühls, für das man die hundertprozentige Verantwortung übernimmt. Dabei ist darauf zu achten, dass niemandem die Schuld für das eigene Gefühl zugeschrieben wird. Man teilt sich selbst und dem anderen gegenüber seine Gedanken und Gefühle ehrlich mit, ohne offene oder versteckte Bewertungen, ohne Forderungen oder die Erwartung, dass der andere anders sein soll. Das erschafft eine Öffnung des Herzens und dadurch Nähe zu sich und zu dem anderen.

In der Verbindenden Kommunikation verbindet man sich daher als Erstes mit seinem Unwohlsein einem anderen Menschen gegenüber und versucht, die Ursache des negativen Gefühls zu erkunden. Das tut man durch die Übung „Weg zum inneren Frieden“, in der man ohne die Gegenwart des anderen in seinem eigenen Bewusstsein sucht, was der Ursprung für die negativen Gefühle ist. Durch die Erkenntnisse während der Übung stellt sich innerer Frieden ein. Meistens sind allein dadurch schon viele Unstimmigkeiten gelöst. Durch die Bearbeitung von Problemen bei sich selbst erweitert sich unser Bewusstsein. Auf einmal versteht man die ganze Situation von einer höheren Warte aus und die aufgewühlten Gefühle kommen zur Ruhe. So kann man sich auch wieder mit dem anderen zusammensetzen und neu verbinden. Durch die Selbsterkenntnis öffnet sich das eigene Herz und man kann ohne aufgestauten Ärger reden.

Zu Beginn eines klärenden Gesprächs steht die heilsame Äußerung: „Es tut mir leid.“ Diese Worte wirken wahre Wunder in Bezug auf die Wieder-Verbindung mit einem Menschen. Der Satz wird von beiden gesprochen, ohne einen nachfolgenden ergänzenden Nebensatz oder Bezugnahme zum Konflikt. Mitgefühl mit sich selbst und das Mitgefühl des Partners tragen zur Heilung bei. Nach dem klärenden Gespräch erlebt man sogar mehr Nähe mit dem anderen und empfindet mehr Liebe als vor dem Konflikt. So kann Liebe ständig weiter wachsen.

Heilung und Liebe in allen zwischenmenschlichen Bereichen

Das gleiche Prinzip liegt Problemen zwischen Gemeinschaftsmitgliedern zugrunde, denn die Gemeinschaft ist wie eine Ersatzfamilie. Auch dort begegnen sich Menschen, die ihre persönlichen Verletzungen nicht genügend bearbeitet und geheilt haben. In Gemeinschaften wird – zum Leidwesen vieler Mitglieder – sehr viel Zeit für das Äußern, Erforschen oder Ausleben solcher Prozesse aufgewendet. Deshalb bieten wir in unserer Gemeinschaft in Aloha am See die Verbindende Kommunikation als verbindliches Training an. Dabei lehren wir Methoden zur Übernahme der Verantwortung für die eigenen Gedanken, Gefühle und Handlungen sowie Meditationen zur emotionalen Reinigung und Heilung. Die Teilnehmer erlernen Techniken, ihre eigenen Gedanken und Gefühle wahrzunehmen und nicht auf andere abzuladen. Sie üben, selber zu fühlen und die Ursachen ihrer Muster zu erkennen. Sie erleben das befreiende Gefühl, Verantwortung für ihre Gedanken und Gefühle zu übernehmen, und profitieren von der Selbsterkenntnis, die damit verbunden ist. Im Verlaufe dieses Erkenntnisprozesses erfahren sie die Ermächtigung, die damit einhergeht, Schöpfer ihrer Realität zu werden. Wenn ich erkenne, inwiefern ich selbst verantwortlich bin bei Problemen mit anderen, und lerne, wie ich diese bereinigen kann, dann erfahre ich auch, dass ich meine Realität selbst kreiere und dass ich sie verändern kann.

Dr. Heide-Maria Koubenec (Ranjita) hat als Paartherapeutin zwanzig Jahre lang in Kalifornien gewirkt. In ihrer Praxis und als Leiterin des „clearing committee“ in einer spirituellen Gemeinschaft hat sie die Verbindende Kommunikation und Body-Enlightenment entwickelt. Sie ist Begründerin der Gemeinschaft Aloha am See ~ Zentrum für Lebensfreude in Wusterwitz (Nähe Brandenburg a.d. Havel).

Buch
Ranjita: Atemlos durchs Leben. SehnSucht nach Glück, tao 2016.

Das nächste **Aloha-Basistraining** mit verbindender Kommunikation findet am **19.-28. April 2018** in Aloha am See statt.

www.ranjita.de
www.aloha-am-see.de

www.ranjita.de

Achtsamkeit im Liebesleben für mehr Leidenschaft und Hingabe

Woran denkst du beim Sex? Was sagst du dir eigentlich innerlich? Tauchen Sätze auf wie „Was muss ich heute noch alles erledigen?", „Findet er mich überhaupt attraktiv?", „Es dauert ja ewig, bis ich komme"? Dies sind typische Gedanken, die viele Frauen von ihrem Liebes(er)leben ablenken – und oft sind sie unbewusst. Es lohnt sich darum, solche Sätze einmal bewusst wahrzunehmen und eine Strategie für mehr Achtsamkeit im Liebesleben zu entwickeln, um sich mehr entspannen und hingeben zu können.

von Dr. Patricia Heitmann

Erfüllung durch Sex ist eines der menschlichen Grundmotive. Darum ist die Sexualität häufig ein Dauerthema in Beziehungen – vor allem, wenn die Erwartungen der Beteiligten auseinandergehen. In vielen Beziehungen ist das Liebesleben aber eher enttäuschend als erfüllend. Dies zeigt auch eine australische Studie aus dem Jahr 2003 sehr anschaulich: Von 9134 Frauen (und 10173 Männern) zwischen 16 und 59 Jahren hatte über die Hälfte der Frauen (54,8 Prozent) kein Interesse an Sex (zum Vergleich: 24,9 Prozent der Männer). Mehr als ein Viertel der Frauen (28,6 Prozent) hatten keinen Orgasmus und empfanden Sex als nicht lustvoll (27,3 Prozent). Besonders interessant: Mehr als jede dritte Frau (35,9 Prozent) fand ihren Körper unattraktiv (Männer: 14,2 Prozent). Negative Gedanken über den eigenen Körper – und dadurch meist kein Interesse an Sex – haben Frauen also in einem viel höheren Maße. Es lohnt sich daher vor allem für Frauen, sich die eigenen Gedanken rund um das Thema Sex und den eigenen Körper einmal bewusst zu machen und – falls sie negativ und abwertend sind – aufzulösen. Denn liegt die Aufmerksamkeit permanent auf diesen negativen Gedanken, kann frau sich weniger auf eigene Körpersignale konzentrieren und somit auch keine Lust erfahren. Doch was kann frau nun konkret tun, um sexuell zufriedener zu werden?

Achtsamkeit als Schlüssel

Wie in vielen Lebensbereichen ist Achtsamkeit auch zentral für ein erfüllendes Liebesleben. Die Fähigkeit, im Hier und Jetzt zu leben und die eigene Aufmerksamkeit auf den Moment zu richten, ist wichtig, um glücklich zu sein. Doch dies gelingt vielen Frauen anscheinend gerade beim Sex nicht. Sie werden häufig durch eigene negative Gedanken abgelenkt. Das kann dann dazu führen, dass sie keinen Orgasmus erleben oder sich nicht entspannen. Diesen Zusammenhang zeigten bereits zahlreiche Studien auf wie beispielsweise eine Forschungsarbeit aus Frankreich: Frauen, die beim Sex weniger präsent sind, haben demnach seltener regelmäßig Orgasmen,

Buch:
Raygan, R. & Heitmann, P. (2017). Das FAQ der Meditation. Was du über Meditation wissen solltest, BoD Norderstedt

Abb: © olly - Fotolia.com

sind generell sexuell unzufriedener und haben ein vermindertes sexuelles Verlangen. Die Forscherinnen und Forscher haben drei typische innere Barrieren ausgemacht: Unaufmerksamkeit, ein negatives Selbstkonzept und Symptome von Depression. Nachfolgend möchte ich einen möglichen Weg für die Schulung der Aufmerksamkeit und die Auflösung eines negativen Selbstkonzeptes aufzeigen, damit frau eine erfüllende Sexualität leben kann.

Das Ausschalten kritischer Stimmen

Die folgenden Hilfen zu mehr Achtsamkeit stammen aus meiner eigenen kleinen Forschungsarbeit und speziell aus einem Interview mit einer Expertin für die Grundkomponenten positiven sexuellen Erlebens. Es geht um eine solide Grundlage für eine erfüllende Sexualität und das Erleben eines Orgasmus mit dem Partner beziehungsweise der Partnerin. Es sind konkrete Tipps, wie frau kritische innere Stimmen ausschalten kann, die ich mit einigen Aussagen der Expertin aus dem Interview veranschauliche. Sie sollen nicht als Orgasmus-Zauberformel verstanden werden, sondern als Inspiration für einen sanfteren Umgang mit sich selbst.

Schritt 1: Die richtige Atmosphäre

Damit der Fokus der Aufmerksamkeit auf das Hier und Jetzt gelenkt werden kann, ist die „richtige" Atmosphäre wichtig. Meist ist das ein Ort, an dem frau das Gefühl von Aufgehoben-Sein beziehungsweise des Frei-Seins hat, wie zum Beispiel das eigene kuschelige Bett. Wie auch immer die Umgebung konkret aussieht, es sollte ein Wohlfühlfaktor spürbar sein. So entsteht für die Frau eine höhere Wahrscheinlichkeit, sich auf ihre eigenen Körpersignale konzentrieren zu können, anstatt von einer störenden Umgebung abgelenkt zu werden.

Schritt 2: Küssen und andere Aktivitäten

Eigene Aktivitäten können sehr gut Ablenkung von den eigenen Gedanken verschaffen. Also nicht nur abwarten, was das Gegenüber macht, sondern auch mal selbst die Dinge in die Hand nehmen. Dies können kleine Spielereien sein wie das Andeuten von Küssen, aber sich kurz vor dem Kuss wieder zurückzuziehen. Insbesondere Küsse können helfen, die Lust zu steigern, wie die Expertin im Interview herausstellte: „Für mich ist Küssen ein großer Antörner. Dadurch steigert sich die Erregung, und das senkt Hemmungen. Und je mehr ich küsse, desto wahrscheinlicher ist es, dass ich auch erregter werde und die negativen Stimmen leiser werden oder sogar ganz weg sind." Auch Aktivitäten helfen, in den „Flow", also ein gedankenloses Einlassen in den Moment zu kommen. Durch das Handeln besteht eine größere Wahrscheinlichkeit, mit einer Sache zu „verschmelzen" als durch bloßes Re-agieren. Das kennt jeder zum Beispiel vom Sport: Durch den aktiven Einsatz des ganzen Körpers sind die Gedanken vollkommen auf den Moment fokussiert – es bleiben praktisch keine mentalen Kapazitäten mehr übrig, um noch an etwas anderes zu denken.

Schritt 3: Stimmen beobachten und stoppen

Oft sind es abwertende Sätze, die frau sich sagt, wie etwa „Ich bin zu fett". Oder der Zweifel dominiert: „Wie sehe ich jetzt wohl aus? Was wird er wohl denken?" In so einem Fall wird ein Realitätscheck vorgenommen, das heißt, es wird beobachtet, was wirklich passiert. Die Expertin sagt sich dazu innerlich: „Guck

SCHÖNEBERG

Sexological Bodywork und Somatische Sexualberatung

Für mehr Lust, Genuss und Lebenskraft

Entdecke und erweitere in der Berührung deine Sexualität. Erkunde im Gespräch deine Fragen und Themen rund um deine sexuelle Identität, Beziehungsleben und sexuelle Gesundheit. Mit somatischem Lernen findest du in deinem Körper ein sinnlich-bewusstes Zuhause und zum authentischen Ausdruck deines sexuellen Wesens. Lebe mehr Freiheit, Kreativität, Tiefe und Intimität in deinem Sein.

Coaching, Beratung, Workshops, Ausbildung
Bodywork und Massagen

Mareen Scholl
ENTER_space
Bautzener Str. 3, 10785 Berlin

Tel. 0176 - 10 320 742
post@enter-space.net
www.enter-space.net

Anzeigen

BERLIN

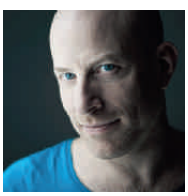
Sexological Bodywork Christopher Gottwald

Liebe Machen Retreat
23.-26.11. in Berlin

Sexological Bodywork Einführungskurs
1.-3.12. in Berlin

Die 3 schönsten Sachen der Welt
Vortrag am 13.12. in Berlin

Einzelsessions Sexological Bodywork
Termine unter gutentag@christopher-gottwald.de



Christopher Gottwald
Sitzungen und Workshops
für bewusste und
genussvolle Sexualität
Info & Anmeldung:
renate@christopher-gottwald.de
www.christopher-gottwald.de

POTSDAM

Tantramassage in Potsdam

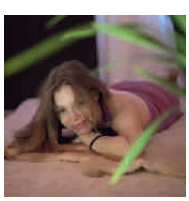
Lass dich fallen in die Arme der Geborgenheit.

Sei ganz du, sei ganz frei.

Eine Tantramassage im SAMADHI ist wie eine Liebeserklärung an dich selbst. Denn Tantra IST die Sprache der Liebe.

Im SAMADHI findest du den Raum für deine ganz persönliche sinnliche Reise.

Erlebe dich neu.



Daniela Pflug
Studio SAMADHI
Stephensonstraße 16
14482 Potsdam

Tel. 0152 - 06 05 23 41
daniela.potsdam@freenet.de
www.tantramassage-potsdam.de

POTSDAM-MITTELMARK

Schamanischer Zugang zu spiritueller Sexualität

Chuluaqui ist die ursprüngliche Lebenskraft-Energie (Ki, Chi oder Prana). **Quodoushka** entsteht, wenn zwei Chuluaqui in vollständiger Verschmelzung zusammenkommen. Ihre Summe ist größer als die Summe der zwei ursprünglichen Energien.

STELL DIR VOR, SEXUALITÄT IST NATÜRLICH, HEILIG UND WUNDERSCHÖN!

- ein Training in 3 Stufen -
Q1 9.-12. November 2017
Q2 16.-19. November 2017
Q3 voraussichtlich 2019

Karsten Guschke, Johanna Nickl
Tel. 033841 - 796 067
oder 033846 - 90 667
info@lust-und-wissen.de
www.lust-und-wissen.de
im ZEGG, Bad Belzig

BERLIN

Sodasi's Tantra Massage In Berlin

At the forefront of Sodasi's Tantra massage service is a professionalism and expertise which has gained her a reputation as being a leading Tantra masseuse in Germany.

Sodasi has initiated many people into this form of bodywork and continues to do so.

Clients come out delighted after their Tantric journey, with many claiming to have found a new clarity in their bodies and sexual lives – a clarity that they look forward to exploring in their personal lives.

Outcall and Incall
Options available

Please call Sodasi at
Tel. 0152 - 28 32 11 11

www.tantramassagein
berlin.com/sein-special/

Dr. Patricia Heitmann ist Life-Coach für ein Liebes-Leben und arbeitet zu den Schwerpunkten Work-Love-Balance, Beziehungscoaching und Selbstliebe. Nach ihrer Promotion im Fach Chemie widmet sie sich nun der Erforschung der Liebe – auf ganz individueller Ebene im Coaching.

Achtsamkeitstraining mit der „Key Meditation"-App: Gedanken kennen lernen und den eigenen Körper achtsamer mit dem Bodyscan wahrnehmen. Download bei Google Play und im Apple App Store.

Info und Kontakt:
Tel. 0176-301 220 80
coaching@liebes-leben.berlin
www.liebes-leben.berlin

mal ohne Emotion drauf. Was siehst du gerade? Was ist jetzt hier Fakt? Rennt der Mann weg? Rümpft er die Nase? Nein! Also, dementsprechend ist es vollkommen unnötig, sich jetzt solche Gedanken zu machen!" Die Stimme ist dann oft sofort still. Nach dem Motto: „Hast ja recht, akzeptiert." Humoristisch könnte die Stimme noch hinzufügen: „Ich bin hier hingekommen. Der findet mich also attraktiv. Das Blut ist eh im Penis. Ich könnte auch eine Papiertüte tragen statt nackt zu sein und es würde keinen Unterschied machen."
Problematisch ist oft, dass die Stimme der eigenen Gedanken sehr aufdringlich sein kann. Dann empfiehlt es sich, die Stimme zu verändern – zum Beispiel, indem die Lautstärke runterreguliert wird. Oder die Stimme soll nur noch Siezen oder mit einem amüsanten Dialekt sprechen, so dass sie nicht mehr ernst genommen werden kann. Der Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt.

Schritt 4: Die Lust einladen

Das Gegenüber zu beobachten und selbst eine Erlaubnis für Sex zu geben, ist häufig allein nicht ausreichend, um in Stimmung zu kommen. Ebenso wichtig ist die Lust auf Sex. Deshalb wird im Bewusstsein eine neue, positive Stimme etabliert, die den Spaß an der Lust ins Spiel bringt. Die könnte sich so anhören: „Ja, ich bin jetzt hemmungslos, und das passt auch so. Ich pfeif´ auf all die negativen Stimmen, die es mir vermiesen wollen. Ich will jetzt meinen Spaß. Und ich habe keinen Bock, mir den Spaß durch mich selber verderben zu lassen. Ich mach' das jetzt einfach".

Schritt 5: Sex-Werte und Einstellungen überprüfen

Die eigenen negativen Gedanken haben ihre Grundlage in unseren Werten. Daher sollte frau sich die Frage stellen, was sie über Sex denkt, und vor allem, wofür sie Sex hat. Geschieht sexuelles Verlangen eher aus einer negativen Motivation heraus wie „Ich will meinen Partner halten, damit er nicht fremdgeht"? Oder aus einer positiven Motivation wie zum Beispiel „Ich will Spaß haben". Die Werte sollten bestenfalls positiv und möglichst stark sein für eine hohe Motivation und Hingabe.

Schritt 6: Das eigene Selbstkonzept optimieren

„Glaub nicht alles, was du denkst." Dieser Gedanke ist entscheidend, wenn es um Achtsamkeit und das Ausschalten von kritischen Gedanken geht. Schließlich entstehen Gedanken beziehungsweise Gefühle durch das Hinzufügen eigener Bedeutungen – meist durch gute oder schlechte Erinnerungen. Mit einem Selbstbild wie „Ich bin Herrin über meine Gedanken" erkennt frau dies an und kann eigene Gedanken lenken, anstatt Opfer ihrer Emotionen zu sein.

Weitere Schritte für mehr Hingabe und Leidenschaft

Speziell für den Bereich Sexualität gibt es noch weitere Perspektiven, die die Lust und Hingabe fördern. Dazu zählen das Vertrauen in die Fähigkeiten des Partners oder der Partnerin, Leidenschaft in eine Beziehung zu bringen. Oder das „Drehen" eines eigenen anregenden, inneren Films, um auf Touren zu kommen. Anatomische Voraussetzungen spielen ebenfalls eine Rolle, um durch gekonnte Beckenbodenbewegungen die Reizung des G-Punktes zu ermöglichen.
Achtsamkeit ist in jedem Fall ein wichtiger Bestandteil, um das Loslassen in Beziehungen zu lernen und um Vertrauen in einer Beziehung aufzubauen. Eine Möglichkeit, um Achtsamkeit zu trainieren und das eigene Gehirn positiv zu fokussieren, ist die Meditation. Besonders gut eignen sich Meditationsformen, die eine Kombination aus der Betrachtung eigener Gedanken und der Schaffung von mehr Körperbewusstsein sind, wie die „Key Meditation" (siehe Infoteil). Mit der Zeit kann so die Achtsamkeit sogar von alltäglichen Lebensbereichen in das Liebesleben „hinüberschwappen" und mehr Bewusstsein im Raum der Beziehung kreieren.

www.liebes-leben.berlin

YiXue Schule – Lernen fürs Leben

Ein Seminar für Kinder ab sechs Jahren und ihre Eltern und Verwandten mit dem spirituellen Lehrer Wei Ling Yi

Um die ganzheitliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen zu fördern, entwickelte der Weisheits- und Gesundheitslehrer Wei Ling Yi einen modernen Pädagogikansatz, der sie in ihrer gesamten Persönlichkeit wahrnimmt und unterstützt – sowohl in der Entwicklung der Gesundheit, Intelligenz und Lernfähigkeit als auch in der emotionalen Kraft ihres Herzens.
Dieses Seminar richtet sich speziell an Kinder, weil sie generell sehr offen sind und daher sehr leicht Energien aufnehmen, die ihre Entwicklung behindern können. Der menschliche Körper ist ein großes Kommunikationsnetzwerk. Ähnlich wie ein Computer, leiten unsere Nervenbahnen ständig Impulse an unser Gehirn weiter. Wie eine Satellitenantenne nehmen wir Informationen aus unserer Umgebung auf. Darunter befinden sich auch Informationen, die ungesund sind und unser emotionales Gleichgewicht beeinträchtigen können. Wenn Kinder über einen längeren Zeitraum aus ihrem inneren Gleichgewicht geraten, können in den Nervenbahnen Blockaden entstehen. Sowohl Ärzte als auch Pädagogen finden häufig keine Lösung für das dann oft unruhige Verhalten der Kinder. Im Alter von 6 bis 16 Jahren lassen sich die Nervenbahnen jedoch sehr leicht wieder öffnen. Wenn Kinder entsprechende Methoden erlernen und regelmäßig anwenden, sind sie dadurch in der Lage, ungesunde Informationen loszulassen. Um die Nervenbahnen wieder durchgängig zu machen, entwickelte Wei Ling Yi unter anderem die ganzheitliche Methode „Sitzen auf dem Lotus", den die Teilnehmer des zweistündigen Workshops unter anderem auch praktizieren werden. Ziele und Wirkungen der Übungen sind die Steigerung von Gesundheit, Vitalität und Stabilität, die Verbesserung der Konzentration und Lernfähigkeit und die Entfaltung von Kreativität und Intuition. Für die Kinder ist es in dem Seminar zudem möglich, eine direkte Energieregulierung von Wei Ling Yi über die Hand (Lotushand) zu bekommen.

Ort: Pestalozzi-Fröbel-Haus, Haus 1, Musiksaal/2. Etage Karl-Schrader-Str. 7-9, 10781 B.-Schöneberg

Zeit: Sonntag, 19.11.2017, 11-13 Uhr

Kosten: Auf Spendenbasis

Info und Anm. bei Sandra Tyra unter **Tel.: 030-609 772 63** oder yixue.schule.berlin@gmail.com **www.yixue.de**

www.yixue.de

Das Abenteuer Meditation

Meditation ist ein Weg zu sich selbst. Egal ob als reines Sitzen und Sich-dabei-selbst-Beobachten oder als eine der vielen aktiven Bewegungsformen – all diese Wege wollen uns letztlich in unsere Mitte führen. ***Matthias Grimm*** *über eine der ältesten Methoden der Selbsterkenntnis und ihre vielen Facetten*

Abb: © Konstantin Yuganov-fotolia.com

Seit einigen Jahren ist das Interesse an Meditation in den westlichen Gesellschaften enorm gewachsen. Inzwischen gibt es eine Vielzahl von Angeboten – von ganz strengen, regelorientierten Ansätzen bis zum modischen Lifestyleauftritt. Die lächelnde Frau im Lotussitz inmitten einer heilen Landschaft in Anzeigen und Meditationsapps ist Ausdruck eines Milliardenmarktes mit all seinen vielfältigen Ausprägungen. Das große Interesse nährt sich sicherlich aus der Suche nach einem Identitätsgefühl und einem Lebenssinn parallel zu den zunehmenden Anforderungen einer immer stärker auf Optimierung ausgerichteten Lebenswelt. Dazu kommt, dass in unseren weitgehend säkularisierten und auf trockenen Materialismus reduzierten Gesellschaften die komplexen Antworten und Leitlinien der bisherigen spirituellen Systeme abhanden gekommen zu sein scheinen. Heutige Meditationspraxis hat sich daher vielfach von den religiösen Wurzeln gelöst und versucht, die Menschen dort abzuholen, wo sie gerade stehen, und dabei eigene Türen zu einem erweiterten Seinsraum zu öffnen.

Meditation ist gesund

Die Entwicklung in den neuropsychologischen Forschungszweigen hat Meditation und Entspannungstechniken als Forschungsgegenstand entdeckt und dabei erstaunliche Erkenntnisse erbracht, die die Beschreibungen uralter Weisheitstexte immer mehr bestätigen. Meditation, über längere Zeit praktiziert, hat beispielsweise Einfluss auf Blutdruck, Herzschlag, Schmerzempfindung und -bewertung. Sie kann die Sicht auf die Dinge grundlegend verändern und Optionen freisetzen, an die der Praktizierende bisher nicht gedacht hatte.

Wir wissen zum Beispiel, dass unsere Sicht der Welt durch die Filter der Bewertungen aus unseren Erfahrungen, anerzogenen Wertesystemen, kulturellen Regeln und Vorurteilen gefärbt ist. Diese Filter haben wir tief in unsere Systeme eingeschrieben. Sie haben uns früher möglicherweise geschützt, aber irgendwann eine Eigendynamik entwickelt und sind schließlich einfach unhinterfragt erstarrt. Meditationspraxis ist in der Lage, diese Filter und Programmierungen zu erkennen, aufzulösen und neu zu organisieren. Diese Neuprogrammierung basiert auch auf der Fähigkeit unseres Gehirns, bis ins hohe Alter Verschaltungen neu anzulegen und damit die Struktur des Geistes zu wandeln. Diese lernende Neuroplastizität ist sozusagen die Hardwareseite, die die geistige Formung begleitet. Da diese Programmierung bis in tiefe Körperebenen eingeschrieben ist, spielt die Verbindung zum gesamten Körper in der Meditationspraxis eine große Rolle.

Was passt zu mir?

Wer nach Meditationstechniken sucht, wird sich heute mit einer verwirrenden

Matthias Grimm
ist psychotherapeutischer Heilpraktiker und bietet Entspannungstrainings, Achtsamkeitspraxis und Körpermeditation sowie Paararbeit an.

Info und Kontakt
unter
Tel.: 030-690 014 53
oder
see@lebensforscher.de
www.lebensforscher.de

www.lebensforscher. de

Vielzahl von Angeboten und Möglichkeiten konfrontiert sehen. Vielfalt ist per se erst einmal nichts Schlechtes, offeriert sie doch passende Formen für fast jeden. Es ist jedoch nicht ganz einfach, das eigene optimale Tor zum Einstieg in die Meditation zu finden. Neben der Meditationsart sind der Zeitrahmen und die Persönlichkeit des Lehrenden Kriterien, die dabei wichtig sein können. Vielleicht ist es für Einsteiger auch eine gute Idee, persönliche Auswahlkriterien zu erstellen, welche die Angebote schon mal vorab sortieren: Was möchte ich neu in mein Leben bringen? Suche ich Entspannung, mehr Freude am Leben, mehr Erkenntnis der eigenen Position im Leben? Befinde ich mich in einer spirituellen oder weltanschaulichen Tradition und sind dort schon Anknüpfungslinien für meine Praxis? Welchen Zeitrahmen, welchen Ortsradius möchte ich mir ermöglichen? In welchem sozialen Rahmen, Geschlechter- und Altersrahmen finde ich Angebote? Möchte ich alleine oder mit Partner oder Freunden einsteigen?

Hast du deine Wahl eingekreist, wirst du nicht umhinkommen, einfach mal eine Möglichkeit auszuprobieren und dich einzulassen. Es kann sein, dass du mit einer Yogaklasse, einem Entspannungstraining oder einfacher Achtsamkeitspraxis beginnst. Die meisten Anbieter geben die Möglichkeit, Schnupperkurse zu besuchen. Du lernst das Klima, den Ansatz, eine Gruppe und die Art der Anleitung kennen. Wahrscheinlich kommst du schnell zu einem vorläufigen Ergebnis, ob dir diese Gruppe zusagt. Verlass dich da durchaus erst mal auf dein Bauchgefühl und bleib eine Weile bei einem Angebot, das dich anspricht. Wiederholung und Sich-Einlassen sind allerdings wesentlich für eine spürbare Entwicklung. Mach gerne ein paar vergleichende Versuche, aber schau, dass du dann auch irgendwo Anker wirfst. Eine der ersten Versuchungen und Schwellen ist nämlich das „Hopping" querbeet durch die Angebote. Du kannst dich in diesem Oberflächensurf schnell verlieren, ein paar Kicks mitnehmen, aber wirst so nicht in die Tiefe des angebotenen Erfahrungsraums vordringen.

Eigene Muster erkennen

Meditationstechniken helfen, dich in in einen Bewusstseinszustand zu versetzen, der größer und umfassender ist als der permanente Film, der in deinem Kopf stattfindet. Dieses innere Hamsterrad dreht sich fortwährend um Dinge, die scheinbar real sind. Wir kennen das alle sehr gut: Scheinbare zukünftige Möglichkeiten werden aus dem Bausatz deiner bisherigen Erfahrungen erzeugt und geben vor, Realität zu werden. In den meisten Fällen leben wir damit allerdings in einem Nebel über den eigentlichen Vorgängen und Optionen.

Eine der ältesten bekannten Meditationstechniken, um all diese Muster in sich wertungsfrei wahrzunehmen – und damit letztlich zu demaskieren –, ist die Vipassana-Meditation, eine Praxis einfacher Beobachtung. Sie wird seit tausenden von Jahren praktiziert. Vipassana ist im engeren Sinne eine Praxis stillen Sitzens. In der erweiterten Praxis ist beobachtende Aktion mit Atem, Bewegung und Tönen möglich. Das klingt erst mal unkompliziert, aber wer das die ersten Male praktiziert, wird erfahren, wie laut Stille sein kann. Lärmende Gedanken, Ablenkung, Langeweile: das volle Programm des Hamsterrades im Inneren. Das Erlernen von Gelassenheit, Hingabe, Aufmerksamkeit und Ausrichtung ist da ein hilfreicher Begleiter.

Diese Mutter der Meditationen hat mittlerweile viele Nachfahren. In meiner eigenen und der Praxis, die ich in Gruppen vermittele, schätze ich den Einstieg über aktive und körperorientierte Meditationstechniken. Aktive Meditationspraxis ist für viele Teilnehmer erst einmal ein Paradox – geht es doch um die Erfahrung von Stille – und eine verblüffende Erfahrung. Doch mit den aktiven Meditationsvarianten gelingt es uns schnell, die Verbindung zu den verschiedenen Ebenen unseres Körperbewusstseins herzustellen und uns so mit unserem Körper wieder Stück für Stück gefühlsmäßig „zu verpartnern". Diese Grundlage kann uns auf dem Weg zu einer viel weiteren Bewusstheit – über unseren Körper hinaus – unterstützen, die uns in den verkopften modernen Lebenswelten meist verloren gegangen ist.

Weitere Meditationsformen

Unter der Vielzahl von Möglichkeiten scheinen mir verschiedene Meditationstechniken aus dem OSHO-Feld schnell nachvollziehbar und sehr wirksam. OSHO-Meditationen schöpfen aus dem reichen Erfahrungsschatz alter Weisheitslehren der hinduistischen, buddhistischen und Sufi-Linien und

meditation und entspannung
aktive und stille meditationspraxis / achtsamkeitspraxis und körpermeditation / körpermeditation für paare // atemarbeit: quantum light breath / pranayama / verbundener atem / chakraatmung / soundmeditation // bewegungspraxis: kundalinimeditation / latihan / dynamische entspannung / fünf tibeter mit kayakalpas // entspannung: progressive muskelentspannung / yoga nidra / bodyscan
lebenensforscher.de

haben deren Essenz vom Überbau der religiösen Konzepte befreit. So haben wir moderne und wirkungsvolle Werkzeuge für eine Praxis unserer Zeit. Auch hier ist der wesentliche Teil achtsames Handeln und Erfahren.

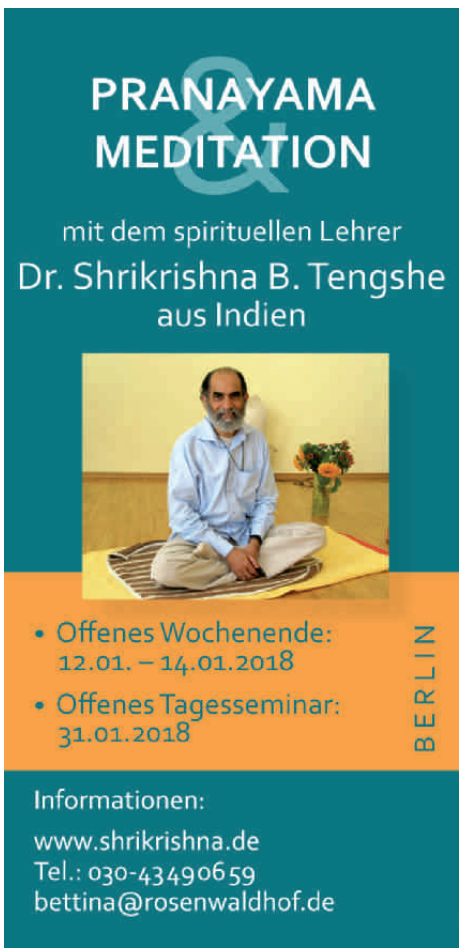
Diese Meditationen haben einen klaren Rahmen in der Zeit und der Struktur. Der Praktizierende erhält so ein wunderbares Gefäß, seiner momentanen Thematik zu begegnen und sie zu transformieren: die Gefühle, Gedanken, Konzepte, das ganze Theater einfach kommen lassen, nicht unterdrücken, ohne Identifizierung und Bewertung wahrnehmen. Indem wir dem, was auftaucht, keine Aufmerksamkeit geben, bekommen wir dessen wahre Dimension zurück. Sie sind dann einzuordnender Teil unserer Geschichte und können sogar kreative Helfer sein. So erfolgt die oben erwähnte Neuprogrammierung als Update über die alten, erstarrten Strukturen.

Auch Atem, Bewegung und Stimme sind für mich wesentliche und wirksame Bestandteile dieser und weiterer Meditationen. Atem ist unsere essentielle Verbindung zur Welt. Atemarbeit ist eine ganz zentrale Technik. Durch bewussten Einsatz des Atems kommen wir in Verbindung mit dem Fluss unserer Energie. Wir können auch über den Atem unsere Energie aufbauen oder beruhigen. Der Atem steht in direkter Verbindung zu unserem vegetativen Nervensystem und kann die Energiezustände steuern. Atem ist aber auch das Medium, das uns wirklich in den Augenblick zu bringen vermag. Was fühle ich in diesem Augenblick? Was fühle ich mit meinen Nasenlöchern, was im Gaumen? Wie füllen sich meine Lungen, wie bewegt sich mein Bauch? Wie erlebe ich Ausdehnung und Kontraktion?

Atem, Bewegung und Stimme

Meditationen mit der Stimme basieren auf der Atemmeditation. Mit dem langen Ausatmen beginnt dieser Atem zu vibrieren und Summen, Laute oder Vokale zu erzeugen. Diese Vibrationsstrukturen gehen mit Körperzonen in Resonanz. Das Erspüren, was für Empfindungen an diesen Orten auftauchen, war über die Jahrtausende gleichzeitig eine Kartographierung von Wirkorten der Lebensenergie. Die innerste Architektur von Mantren, Worten und Namen ebenso wie Musik gründet auf dieser Wirkung. Bewusste Bewegung ist ein weiterer Schritt in der aktiven Meditationspraxis. Diese Bewegung kann einer vorgegebenen Choreographie folgen oder das Ergebnis eines tief unbewussten Impulses sein. Es geht einfach darum, im Fluss der Bewegung zu sein und zu beobachten. Eine Zentrierungspraxis, bewusstes Stehen und eine daraus entstehende Gehmeditation sind darüber hinaus wichtige Übungen, um den eigenen Körperraum im großen universellen Raum wahrzunehmen. Ich setze dafür gerne Variationen der absichtslosen Bewegungspraxis Latihan, Sufi-Bewegungen wie die OSHO NoDimensions oder Schütteln ein. In der yogischen Praxis würden fließende Yogastile wie VinyasaFlow eine ähnliche Bewegungsbewusstheit unterstützen.

Meditation nutzt immer Techniken, die bewährt und hilfreich sind, um dich mit den Höhen und Tiefen der Realität zu verbinden. Aber es sind nur Werkzeuge, Hilfsmittel, die dir helfen, deine Wahrnehmung zu schulen und zu weiten. Sie helfen, einen allverbundenen Zustand zu verankern, der sich immer mehr auf alle Lebensbereiche ausweiten lässt. Regelmäßige Praxis ist dazu eine wichtige Voraussetzung, denn das System lernt. Die Werkzeuge werden dann irgendwann einmal überflüssig. Der vorher nur beim Praktizieren erfahrene Meditationszustand ist schließlich mitten im Leben da. Jeder Zustand ist dann eine Quelle von Entfaltung und Kreativität in vollkommen neuer Bewusstheit.



Anzeigen

ÜBERREGIONAL

Dunkelretreats & Das Innere Kind heilen

Heilung seelischer Wunden, Schattenarbeit, Erwachsen-Werden, das SELBST leben, den Pfad der Weisheit gehen, Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsschulung

Aufstellungen, Innere-Kind-Arbeit, Dunkelretreats, Hypnose, TimeWaver Med, Heilfasten, Meditation, Tai Chi

Dipl.-Vet.-Med. Saskia John
Heilpraktikerin & Autorin
Traum-, Trauma- und Integrationsarbeit
Begleitung in Krisen
Beethovenstr. 49, 14513 Teltow
Tel.: 03328 - 33 214 33
saskia.john@me.com
www.saskiajohn.de

BERLIN

TARA ROKPA Therapie Übung Meditation

Tara Rokpa ist eine einzigartige Kombination von meditativen, kreativen und therapeutischen Methoden zur inneren Entwicklung und menschlicher Reifung, erarbeitet von dem tibetisch-buddhistischen Meditationslehrer Akong Rinpoche in Zusammenarbeit mit westlichen Psychotherapeuten.

Einführung in den Tara Rokpa Prozess
Vortrag und Seminar
8.-10. Dezember 2017 in Berlin

Kontakt in Berlin:
Ulrike Müller-Glodde
Tel. 030 - 68 32 79 32

Überregional:
Tel. 0241 - 87 24 53
info@tararokpa.de
www.tararokpa.de

Ein Jahr miteinander auf dem Weg

Jahrestraining "Sexuelle Heilung & heilendes Miteinander" mit Elke Jari

Es war einmal eine Zeit vor unserer Heilung

Mit verwirrtem Kopf, verletztem Herzen und verspannten Genitalien lebten wir Sex, Romanzen und Beziehungen oder hielten uns von allem fern, das damit zu tun hatte. Gemeinsam war uns allen, dass in unserer Kindheit einiges schiefgelaufen war. Viele hatten körperlichen oder seelischen Missbrauch erlebt, auch wenn wir uns nicht mehr daran erinnern konnten. Uns hatten Vorbilder für ein gesundes Miteinander gefehlt. In unserer frühesten Kindheit waren wir zu wenig gehalten und zu kurz oder gar nicht gestillt worden, weil unsere Eltern nicht wussten, wie wichtig das für unser ganzes Leben sein würde, oder weil wir ohnehin unerwünscht waren. Zeigten wir Gefühle, wurden wir ausgelacht oder bestraft. Sprachen wir unsere Wahrheit aus, vermittelte man uns, nicht richtig zu sein. Früh lernten wir, uns auf eine bestimmte Art zu verhalten, um etwas von der Liebe und Beachtung zu bekommen, nach der wir uns sehnten.

Als wir in die Pubertät kamen, wurde es noch viel schlimmer. Unsere Sexualität entwickelte sich in einer Welt, in der Sexualität nicht Ausdruck intimer Liebe war, sondern als Beziehungskitt, Sucht-, Beruhigungs-, Tausch- und Schmerzmittel oder Machtinstrument missbraucht wurde. Unsere Einsamkeit wuchs. Selbst in Begegnungen blieben wir zutiefst einsam und unerfüllt. Wir versuchten unseren Schmerz durch "harmlose" Drogen wie Essen, Fernsehen, Sport, Arbeiten, Schlafen oder Rauchen im Übermaß zu mildern oder gebrauchten Alkohol, Medikamente und harte Drogen. Einige entdeckten Sex, Romanzen oder Beziehungen als Betäubungsmittel. Viele benutzten eine Mischung aus all dem.

Wann immer wir nicht fähig waren, unserer Trauer oder Wut zu begegnen, flüchteten wir, wichen uns aus. Mit der Zeit verloren wir so den Kontakt zu unserem Körper, unseren wahren Gefühlen, unseren Herzenswünschen und gesunden Bedürfnissen. Wir meinten, mehr Sex, mehr Schokolade oder die Liebe eines bestimmten Menschen zu brauchen, obwohl wir noch immer das kleine Kind waren, das sich danach sehnte, gehalten und gestillt zu werden. Wir dachten, alles würde gut, wenn wir nur erfolgreicher, attraktiver oder freundlicher wären, aber eigentlich wollten wir so geliebt werden, wie wir waren. So zogen wir genauso verstörte Partner an, die unsere Glaubenssätze über Mannsein und Frausein, Beziehungen und Sexualität noch weiter vertieften. Später wechselten wir die Partner oder verkeilten uns in nicht erfüllenden, aussichtslosen Beziehungen. Wir steckten fest oder drehten uns im Kreis zwischen Beziehungskämpfen, Trennungsversuchen, kurzlebigen Affären, Drei- bis Vielecksbeziehungen, sexuellem Desinteresse, gefährlichen Vorlieben, verzweifelten Experimenten, unverbundenem Sex, Isolation, zwanghafter Selbstbefriedigung, Depression, Aggression, Resignation, Einsamkeit, Schuldzuweisungen, Zerstörung anderer oder Selbstzerstörung... bis eines Tages der Moment kam, in dem wir von allem endgültig genug hatten.

Was immer uns an diesen Punkt gebracht hatte, nun waren wir zu Veränderungen bereit.

Das neue Jahrestraining mit Elke Jari startet im März 2018.

Es läuft über ein ganzes Jahr an einem Abend in der Woche von 19-22 Uhr.

Information und ausführliche, kostenlose Broschüre unter **Tel. 030-39 03 00 56**

Der Weg der Heilung

Wie sah nun der Weg unserer Heilung aus? Was veränderte sich? Wir begaben uns in eine Gruppe von Menschen, die trotz aller Unterschiedlichkeit als gemeinsames, verbindendes Ziel die eigene Heilung hatten. Grundlage dieser Gruppe waren die Schritte des heilenden Miteinanders. Es gab dort Menschen, die die Schritte gegangen waren und geheilt wurden. Das gab uns Mut und Zuversicht. Oberste Autorität der Gruppe war ein liebendes großes Ganzes, wie auch immer wir ihn, sie, es verstanden. Wir durften uns mit allen Licht- und Schattenseiten zeigen, erkannten unsere Gaben ebenso wie die Aufgabe, die Anteile in uns, die wir in unserer Kindheit für ein bisschen Zuwendung, Sicherheit oder Autonomie geopfert hatten, wiederzubeleben, zu integrieren, nach Hause zu holen. Wir fanden eigene gesunde Grenzen und lernten, uns vor Grenzüberschreitungen zu schützen. Wir wählten ein zärtliches Tempo statt rasendem Stillstand, denn in der Vergangenheit waren wir oft so blockiert gewesen, dass wir uns nur noch in extremen Dingen fühlen konnten. Hier ging es nicht um neue erotische Kicks, sondern um ganzheitliche Heilung.

Wir machten die heilsame Erfahrung ehrlicher Begegnungen zwischen Männern und Frauen und konnten so die unerträgliche Wunde des fehlenden gegenseitigen Verständnisses schließen, die unsinnige Feindschaft beenden.

Wir lernten auf allen Ebenen unterstützende Werkzeuge kennen, mit deren Hilfe wir uns, auch wenn wir ins Schlingern gerieten, immer wieder stabilisieren konnten. Geistig arbeiteten wir mit den Schritten und den Umgangsformen des heilenden Miteinanders, mit Sharings, mit dem Enneagramm und Texten zum Thema. Auf spirituelle Ebene

stellten wir eine kraftvolle Beziehung zu unserer höheren Macht, unserem inneren Berater, her – wie auch immer wir Gott verstanden. Gebet und Meditation, Stille und Besinnung halfen uns dabei. Wir baten um Gelassenheit gegenüber den Dingen, die wir nicht ändern können, um den Mut, die Dinge zu ändern, die wir ändern können, und um die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.

Auf der körperlichen Ebene lernten wir, die blockierte Energie wieder ins Fließen zu bringen. Körperwahrnehmungsübungen, Atem, Stimme, Bewegung und achtsame, einfühlende Berührungen halfen uns, in unseren Körper zurückzukehren, fühlend im Hier und Jetzt zu sein. Wir bekamen wieder Zugang zu unseren Gefühlen und ließen jahrelang aufgestaute Gefühle abfließen. Wir lösten allmählich die Blockade zwischen Herz und Genitalien, stellten die Verbindung zwischen beiden wieder her, sodass Sexualität nichts Abgespaltenes mehr war, sondern sinnlicher, beseelter Ausdruck unserer Liebe in verbindlichen Partnerschaften. Und nur eine Art von vielen, Liebe zu zeigen. Wir lernten, nährenden, liebevollen Körperkontakt ohne Sexualität zu genießen, und erkannten, dass wir in der Vergangenheit oft Sexualität und das Bedürfnis nach liebevollem Kontakt verwechselt hatten. Manche machten eine Weile Ferien von mechanischem Sex, um tiefer zu gesunden und von den negativen Erfahrungen der Vergangenheit Abstand zu bekommen und um in dieser Zeit neue Perspektiven zu entwickeln.

Die heilende Erfahrung der Gruppe

Die Gruppe war ein wunderbar unterstützendes Übungsfeld für alles, was für die Heilung zu lernen war. Ein Jahr miteinander auf dem Weg zu sein, war eine sehr kraftvolle Erfahrung. Wir sahen, dass nicht nur uns alleine Leid widerfahren war, und das befreite uns aus der Isolation. Wir freuten uns miteinander über unsere Fortschritte und nahmen Anteil an unseren Rückschritten. Wir durften miteinander lernen, wir duften voneinander lernen: Über verletzte Kleinkinder in uns, über das Licht des Bewusstseins in uns, über das Menschsein. Wir wurden zu gesunden Freundschaften und gegenseitigem Verständnis fähig. Wir machten gründlich und furchtlos Inventur in unserem Inneren. Wir wurden bereit, dem Schmerz der Vergangenheit zu begegnen und entdeckten dahinter unsere ursprüngliche Lebensfreude, unsere tief verbundene Lust. Mit all dem vertrauten wir uns mindestens einem anderen Menschen an. Oft jemandem, der wie wir auf dem Weg der Heilung war.

Wir lernten, uns selbst zu lieben und aus unserer Ganzheit heraus für uns zu sorgen. Wir begriffen, dass Selbstliebe sowie die kraftvolle Beziehung zu unserer Höheren Macht uns befähigten, uns ganz zu zeigen, und waren nicht länger zu Versteckspielen, Halbwahrheiten und Lügen bereit. Wir fanden unsere innere Würde wieder und entdeckten uns als liebenswerte, wertvolle Menschen hinter dem, was wir nach und nach erlösten. Das veränderte auch unseren Blick für andere Menschen.

Wir adoptierten unser inneres Kind und begannen, die Verantwortung für das zu übernehmen, was in unserem Leben geschieht. Nach und nach entwickelte sich unser achtsamer, bewusster Kern und begann in unserem Leben zu wirken. Wir schlossen Frieden mit unserer Vergangenheit, mit denen, die uns, sowie denen, die wir verletzt hatten, vor allem mit unseren Eltern, wo immer es möglich war. Oft erschien uns diese Aufgabe zunächst unlösbar. Wir übten uns in Dankbarkeit, Wertschätzung, Verzeihen und Um-Verzeihung-Bitten – Fähigkeiten, die zuvor nicht unbedingt unsere Stärke gewesen waren.

Wir begegneten dem Tabuthema Tod und lernten daraus für unser Leben. Wir fegten unsere inneren Räume vom Keller bis zum Dachgeschoss aus und erkannten, dass es keinem gesunden Partner zuzumuten war, mit uns zusammen zu sein, bevor wir nicht wesentliche Schritte zu unserer Heilung gemacht hatten. Wir wollten "lieber keinen als irgendeinen". Wir wurden gelassen und vertrauten darauf, dass wir unseren Partner finden würden, wenn wir zu uns selbst gefunden hatten: Wir sahen, dass wir zunächst Nähe zu uns selbst herstellen und uns zuerst fragen mussten: "Wer bin ich hinter meinen Mustern? Auf welche Weise will ich gehen?", bevor wir fragten: "Mit wem will ich gehen?", weil wir sonst immer wieder Chaos stifteten.

Wenn wir in bestehenden Beziehungen blieben, sahen wir ein, dass wir mit unserer Heilung nicht warten konnten, bis auch unser Partner bereit war, sondern dass sich unsere Beziehung bereits verbesserte, wenn nur einer von uns den Weg ging. Wir entdeckten, dass uns die einst für unser Überleben wichtig gewesenen Verhaltensmuster an einem glücklichen Miteinander gehindert hatten. Deshalb eigneten wir uns allmählich neue Verhaltensweisen an, die Nähe zuließen. Ein ganzes Jahr erschien vielen von uns zunächst als eine lange Zeit, und in Verbindlichkeit waren wir auch nicht gerade geübt ... Nun erlebten wir, dass die Heilung ihre Zeit brauchte, und wir wurden es uns wert, uns endlich selber ernst zu nehmen und sie an die erste Stelle in unserem Leben zu setzen. Manche Schritte fielen uns leicht, für andere brauchten wir sogar länger als ein Jahr.

Schnupperabende:

11. u. 25. November und 16. Dezember

jeweils Sa, 19-22 Uhr
Kosten: 10 €
Ort: Sprengelhaus
Sprengelstraße 15
13353 Berlin
1. Hof, Tür links,
2. OG, Tür rechts

Ein Jahr miteinander auf dem Weg

Nachdem wir eine Weile einmal wöchentlich trainiert hatten, fühlten wir uns schon viel besser, nicht länger verzweifelt oder von unstillbarer Sehnsucht gequält. Allmählich fühlten wir uns alleine wie auch zusammen mit anderen Menschen so wohl, dass wir nicht mehr nach dem oder der Richtigen suchten. Und dann fanden wir oft jemanden, mit dem wir all die Schritte des Trainings im Alltag leben konnten.

Seit wir das Geschenk der Heilung empfangen haben, sind wir zu Geliebten des Lebens geworden, bereit zu lebendigen, verbindlichen Partnerschaften. Das heißt nicht, dass wir uns nun nie wieder traurig oder wütend fühlen, aber unser Umgang damit wie auch mit Gefühlen der Freude und der sexuellen Lust hat sich verwandelt. Durch unsere tägliche Praxis mit den Schritten tragen wir auch zur Heilung derer bei, die noch leiden. Und weil wir nicht gestorben sind, lieben wir noch heute.

Abenteuer Intimität

Warum Paarbeziehungen oft nicht funktionieren und wie wir das ändern können

von Natalie Viaux

Leben ist Beziehung. Zu sein bedeutet in Beziehung sein, denn ohne Beziehung gibt es keine Existenz. Himmel und Hölle sind keine Orte, sondern Zustände in unseren Beziehungen. Wahrscheinlich haben auch Sie irgendwann einmal Herzen gebrochen und auch Ihr Herz ist nicht unversehrt. Dabei hatte wahrscheinlich alles so schön begonnen: Romantische Erfahrungen bedingungsloser Hingabe, Angenommensein und sinnliche Leidenschaft begleiten uns durch die Phase der Verliebtheit. Das Prinzip beruht auf Gegenseitigkeit und funktioniert blendend, solange unser Hormonhaushalt seinen Beitrag leistet. Sobald die körpereigenen Wunderdrogen Oxytocin, Serotonin und Adrenalin jedoch auf das normale Level zurückfallen, bleiben oft nur unerfüllte Sehnsüchte. Wir entdecken seltsame Eigenschaften am anderen und frustrierendes reaktives Verhalten an uns selbst. Fordert die Liebe plötzlich ihren Tribut?

In Bezug auf unser Selbst und die Liebe sind wir oft unwissende Laien. Die wahre Liebe ist ein Skotom für uns, ein blinder Fleck. Wir sprechen oft von unterschiedlichen „Charaktereigenschaften" und akzeptieren, dass Liebe weh tut. Wir wissen wenig über unsere Partner und meist noch viel weniger über uns selbst. Eine unbewusste Liebesbeziehung ist darum erst einmal ein ergebnisoffener Prozess: Wenn du Glück hast, hebst du ab Richtung Himmel – oder du setzt die Sache voll in den Sand. Nach einem meist kurzen Hoch kommt es oft zu Letzterem.

Unbewusste intime Beziehungen unterliegen zudem auch einer Art Wiederholungsschicksal – wiederkehrend sind sie verbunden mit Qual, Selbstzweifeln, Trennung und gebrochenen Herzen. Denn diese Art zu lieben ist geprägt von subtilen und manipulativen Mustern und Konzepten, die uns wiederum leider nicht bewusst sind. Der Grund, warum wir immer wieder diese Dramen inszenieren, liegt darin, dass wir in unseren Beziehungen einen Sparring-Partner wählen, einen Spiegel, der so „freundlich" ist, uns unsere eigenen Schatten und damit das eigene Wachstumspotenzial vor Augen zu führen. Wir sollten dankbar sein, aber stattdessen wird es genau jetzt meist sehr kompliziert.

Die Entscheidung für Wachstum

Das Prinzip der Entwicklung von unbewusst zu bewusst ist dabei ganz einfach: eine Entscheidung. Eine Entscheidung für den Mut zur Selbstreflexion. Eine Entscheidung für differenzierte Betrachtung und die Rücknahme vielleicht sogar sehr bequemer Projektionen vom anderen zu sich selbst. Eine Entscheidung, in die eigene Kraft zu gehen und aktiv zu gestalten, statt passiv zu hoffen und zu (er)warten. Eine Entscheidung, den Kreislauf von Anklage und Jammern, Rechtfertigen und Verteidigen zu durchbrechen. Eine Entscheidung für achtsames Kommunizieren und Handeln. Eine Entscheidung für Wachstum außerhalb der Komfortzone. Liebe ist ein Angebot, gemeinsam zu wachsen.

Unsere Beziehungen sind, wie alles im Leben, einem kontinuierlichen Wandel unterworfen: Auf die Verliebtheitsphase folgt ganz natürlich die Phase des „Machtkampfes". Die Verliebtheit zeigt

Abb: © closeupimages - Fotolia.com

nur das Potenzial, das in der Beziehung steckt. Wir suchen uns genau den Partner aus, der nach Ablauf einer gewissen Zeit die eigenen Bedürfnisse garantiert NICHT erfüllen wird. Nicht aus Ignoranz oder Bösartigkeit, sondern weil er (noch) nicht kann, weil dem noch etwas entgegensteht. Wir hängen dann fest in einem unglücklichen Prozess von Sehnsucht nach Nähe, versuchter Annäherung, Abgelehntwerden, Rückzug und Frustration. Wir fühlen uns unverstanden, ungeliebt, vernachlässigt … Sie kennen das alles.

Doch Sie haben nicht den falschen Partner gewählt. Im Gegenteil. Unbewusst haben Sie den perfekten Partner gewählt. Denn die Bedürfnisse der Partner sind jeweils wechselseitig miteinander verbunden. Die eigenen Bedürfnisse sind das persönliche Wachstumspotenzial, das, was sich entwickeln und heilen möchte. Unser Partner ist der Komplementär in dieser Konstellation. Das, was wir am anderen attraktiv finden, ist das, was wir selbst noch entwickeln oder wiedergewinnen möchten. Das, was wir am anderen ablehnen, steckt auch tief in uns selbst und möchte heilen. Wenn es uns gelingt, unter der Konfliktebene die tiefer liegende emotionale Bedürfnisebene zu erkennen, und wir nicht frustriert resignieren, ausweichen oder alles hinwerfen, können wir gemeinsam der wahren Liebe begegnen.

Beziehungsarbeit oder Loslassen

Nur: Wie können wir den unbewussten Prozess in einen bewussten Prozess transformieren und beispielsweise die Erkenntnis, dass in jeder Kritik des Partners ein Funke Wahrheit steckt, produktiv umsetzen? Wie können wir handeln, bevor es zu spät ist und die gegenseitigen Verletzungen und der Frust so groß sind, dass nur noch Trennung als Ultima Ratio bleibt?

Erst einmal müssen wir uns darüber klar sein, was wir überhaupt wollen. Denn wenn wir zu der Erkenntnis kommen, dass Wachstum gemeinsam nicht mehr möglich, die Frustration auf der einen und die Resignation auf der anderen Seite zu groß ist, ist das Einleiten einer Veränderung durch das Beenden der Beziehung durchaus eine erwägenswerte Alternative. Die Kunst liegt in der Differenzierung: Wann trägt die Beziehung noch und sind die Arbeit für die Beziehung und der damit verbundene Aufwand eine sinnvolle Herausforderung, und wann ist es besser, ein bewusstes und respektvolles Ende zu bereiten und loszulassen?

Wenn wir zu der Erkenntnis gelangen, dass die Beziehung es wert ist, sich dafür einzusetzen, dann braucht es die Entscheidung, sich auf diesen Weg auch voll einzulassen. Es bedeutet letztlich, einen Raum zu schaffen, in dem keine Schutzmuster mehr nötig sind und das eigene unbewusste Verhalten reflektiert und Schritt für Schritt transformiert wird, um echte und erfüllende Begegnungen zu ermöglichen. Wir können unsere Beziehungen kreativ und vollkommen neu gestalten, wenn wir uns auf diesen Prozess einlassen. Dann können Intimität und wahre Begegnung stattfinden.

Eine tragfähige Struktur schaffen

Das Wissen darüber, wie man mit dem eigenen Partner eine tragfähige Struktur und Neuausrichtung der Beziehung erschafft, ist erlernbar. Man kann es trainieren wie einen Muskel. Und: Wie beim Autofahren oder im Yoga lernt es sich auch in Beziehungen am besten mit einem zuverlässigen und erfahrenen Guide. Zwei sehr erfahrene Beziehungs-Guides, die Paartherapeuten Hedy und Yumi Schleifer aus den USA, kommen in diesem November nach Berlin und stellen ihre Methode, die Encounter-centered Couples Therapy (EcCT) vor (frei übersetzt: begegnungsfokussierte Paartherapie), ein integratives Beziehungsmodell, das die Bereiche Paartherapie, Philosophie, Klinische Studien, Organisationsmethodik und Beziehungs-Neurobiologie verbindet.

In ihrem Workshop „Adventure in Intimacy“ wird durch sieben Prinzipien und Rituale ein kreativer Prozess eingeleitet, der Paare inspiriert, nicht nur ein gutes Team zu sein, sondern eine intime und erfüllende Basis miteinander zu entwickeln. Grundlage sind drei unsichtbare Verbindungsstellen, die über Gelingen und Scheitern einer Beziehung entscheiden: Erstens der Beziehungsraum – die Chemie zwischen beiden Partnern. Zweitens die Brücke in die Welt des anderen – das, was die Verbindung zwischen zwei Menschen herstellen kann. Und drittens die Begegnung selbst – die Art und Weise, wie wir uns begegnen.

Letztlich geht es darum, all die Vorstellungen über uns und den anderen hinter uns zu lassen und uns ohne sie quasi nackt zu begegnen. Denn erfüllende Intimität kann nur stattfinden in diesem Raum jenseits aller Vorstellungen von Richtig und Falsch. Dort, wo wir bei uns sein können und uns nicht verlieren, wo wir uns zeigen können, nackt und in unserer Unperfektheit, und genau darum füreinander perfekt sind. Dort, wo wir keine Maske mehr tragen und alle Schutzmuster abgelegt haben, können wir uns öffnen und bedingungslos hingeben. Dort werden unsere Wunden heilen. Wenn wir diesen Raum kreieren und eine Entscheidung für die Liebe treffen können, dann nutzen wir das volle Potenzial einer Beziehung.

Hedy und Yumi Schleifer

Natalie Viaux
arbeitet als Imago-Therapeutin mit Paaren, Generationen und Teams.

www.imagotherapyberlin.de
www.yfftcc.com

Workshop
„Adventure in Intimacy“ mit Hedy und Yumi Schleifer
Sa, 18. und So, 19. November,
Ellington Hotel,
Nürnberger Str. 50-55,
10789 Berlin
550 € pro Person
inkl. Catering

Der Workshop richtet sich exklusiv an Paare und interessierte Psychotherapeuten (mit Partner) und findet in deutscher Sprache statt.

Mehr Infos unter
Tel.: 0172-414 16 56
oder talk@imagotherapyberlin.de

Anm. unter
http://beziehungsraum.eu/anmeldung

Ein **Video** mit Hedi Schleifer gibt es auf
www.hedyyumi.com/about-us/ted-talk

www.imagotherapyberlin.de

http://beziehungsraum.eu/anmeldung

von Werner Baumeister
Homöopathische Antworten am Puls der Zeit

Von Feinden umgeben?

Fremdenangst homöopathisch mit der Toxoplasmose-Nosode behandeln

Wie kam das Mittel zu mir?

Neulich in meiner Praxis sagte eine Klientin Folgendes: „Wenn man Ihre Artikel liest, ist es unglaublich, wie genau die passenden kollektiven Themen Sie immer wieder geradezu anfallen." Stimmt, dachte ich und erinnerte mich sofort an meinen diesjährigen Sommerurlaub auf Kreta, in dem mich eine Wildkatze geradezu angefallen hatte. In der ersten Panik hatte ich mir reflexartig die homöopathische Toxoplasmose-Nosode bestellt, dann aber doch beiseite gelegt und bis zu diesem Moment vergessen. Die Klientin hatte mit ihrer Bemerkung nun den Spurensucher in mir aktiviert und ich staunte nicht schlecht, als ich bei meiner Recherche auf das zentrale homöopathische Thema von Toxoplasmose stieß: „Xenophobie", übersetzt: Fremdenangst, Fremdenhass, Fremdenfeindlichkeit. Homöopathisch thematisiert Toxoplasmose also das Wahlkampfthema Nr. 1 des Jahres 2017 – und das nicht nur in Deutschland! Eine Spur, der es sich in meinen Augen lohnte zu folgen. Nachträglich also noch mal ein dickes Dankeschön an die kretische Wildkatze.

In welcher Lebenssituation holt mich Toxoplasmose ab?

Dieses Mittel hat mir ein unglaubliches Geschenk gemacht, denn ich war in einen Zustand geraten, in dem ich komplett alles, was an mich als homöopathischer Arzt in Gestalt neuer Klienten herantrat, als bedrohlich und feindlich wahrnahm. Für mich war in diesem Zustand klar: Ich lasse meine Mailbox ausgeschaltet, lasse keine neuen Leute, die ich nicht kenne, auf meine Workshops. Jeder ist in diesen Zeiten, in denen immer mehr Menschen unter enormen Druck geraten und dann oft durchdrehen, potentiell für mich gefährlich. Das hat mich in einen Zustand geführt, in dem ich mich schließlich fragte, wie ich überhaupt finanziell über die Runden kommen soll. Am eigenen Leib durfte ich dann erfahren, was für ein unglaublicher Blockadelöser homöopathische Toxoplasmose sein kann (Leitsymptom: Feststecken in Ängsten!). Bezogen auf meine aktuelle Praxissituation hat sich die Blockade innerhalb eines Tages nach Arzneieinnahme aufgelöst. Ich mache wieder Termine, gehe wieder ans Telefon. Ich merke, dass der Bann gebrochen ist. Ich kann mich ebenso für neue Klienten öffnen wie auch problemlos meine Workshops halten, ohne mich gefährdet zu fühlen! Gleich mit aufgelöst hat sich eine sehr schmerzhafte Blockade meiner Halswirbelsäulenmuskulatur – auch ein kollektives Thema, wie mir scheint. Toxoplasmose brachte über Nacht wieder Stabilität in meine wackelige Halswirbelsäule und mich an einen Punkt, an dem ich mit Yoga weiter an diesem Thema arbeiten kann. Deutlich spürbar weg ist auch ein tiefes Unsicherheitsgefühl im Nacken, durch das ich drei Tage praktisch nur im Sitzen schlafen konnte (Toxoplasmose-Leitsymtom: hartnäckige Probleme im Schulter-Nackenbereich sowie Lendenwirbelsäulen-Verspannungen, die sich mit anderen Mitteln nicht beheben lassen).

Was ist der aktuelle Wissensstand zur Toxoplasmose?

Will man ein homöopathisches Mittel im Kern begreifen, dann sollte man sich die Signatur des Ausgangsstoffes gründlich ansehen. Hier die

Abb: © Sushi - Fotolia.com

Zusammenfassung meiner Wikipedia-Recherche: Toxoplasma gondii, ein weltweit verbreiteter parasitärer Erreger (Verwandter des Malariaerregers) ist ständig auf der Rundreise durch verschiedene Säugetiere, vermehrt sich aber nur im Darm der Katze. Geschätzt macht jeder Zweite von uns eine meist unbemerkte Toxoplasmose-Infektion durch, die sehr schleichend und unscheinbar chronisch werden kann (bei bis zu 70 Prozent der Menschen in den westlichen Ländern!). Wissenschaftliche Studien lassen vermuten, dass Parasiten wie Toxoplasma innerhalb ihres Lebenszyklus möglicherweise das Verhalten der infizierten Menschen verändern. Der Erreger besitzt nämlich die Fähigkeit, über Zystenbildung in die Dopamin-Signalwege (Glückshormon, Antriebssteigerung; Motivation) seines Wirts (Mensch) einzugreifen. So könnte bei hoher Durchseuchung einer Bevölkerung (in Deutschland eben diese zirka 70 Prozent) eine massenhafte Modifikation der Persönlichkeitsmerkmale sogar zu kulturellen Veränderungen führen. Zwischen latenten Toxoplasma-Infektionen und folgenden Persönlichkeitscharakteristika wurden Korrelationen festgestellt: introvertiert misstrauische Haltung mit verminderter Offenheit für Neues; Gefühle von Unsicherheit und Selbstzweifel; manische Depression; gesteigerte Risikobereitschaft, Regelbruch.

Das homöopathische Profil von Toxoplasmose

Hochaktuell und messerscharf am Nerv der Zeit, so würde ich das folgende homöopathische Profil der Toxoplasmose beschreiben: Furcht, von fremden, unbekannten Menschen, also andersartigen Individuen angegriffen zu werden! Verlangen nach Rückzug aus dem anhaltenden Gefühl heraus, Fremden misstrauen zu müssen und sich grundsätzlich hüten zu müssen vor allen Einflüssen wie auch vor jeglichen „Eindringlingen“ aus dem äußeren Umfeld. Diese Wachsamkeit gegenüber Fremden kann bis zur oben erwähnten Xenophobie führen und sich zu einer Furcht vor Menschen entwickeln, die nicht der eigenen Vorstellung von „normal“ entsprechen. Sehen wir jemanden, der nur ein bisschen andersartig oder fremd ist, kommt uns vielleicht der plötzliche Gedanke, dass diese Person massiv gefährlich werden oder uns sogar töten könnte. Wir gewähren daher nur denjenigen „Einlass“, bei denen wir uns sicher fühlen oder glauben, dass wir sie subtil in eine „sichere“ Person verwandeln können, die uns dann in unserer Wachsamkeit sogar unterstützen kann.

Toxoplasmose ebnet Natrium den Weg

Nach meiner nächsten Toxoplasmoseeinnahme klingelt es kurz vor Mitternacht. Mein Nachbar steht vor der Tür, es geht ihm nicht gut, er möchte einfach reden, entschuldigt sich ständig für den nächtlichen Überfall. Seit Jahren sind wir Nachbarn und erst jetzt erfahre ich, dass er Kriegsreporter ist. Er erzählt mir von den Bildern von IS-Folterkellern, die in einer Art inneren Schublade landen, die er, so sagt er, nie mehr öffnen wird, um nicht daran – wie viele seiner Kollegen – kaputtzugehen. Ich bin perplex, denn bevor mich das Leben 1988 etwas unsanft auf den homöopathischen Pfad brachte, befand ich mich in der Ausbildung zu genau diesem Beruf: Kriegsberichterstatter. Jetzt bin ich homöopathischer Arzt. Eigentlich, so mein Nachbar, haben wir doch beide dieselbe Aufgabe: den Menschen zuhören, wenn sie ihre Geschichte erzählen. Und dann hat er auch noch ein Geschenk für mich im Gepäck. Ohne zu wissen, dass ich seit Monaten verzweifelt versuche, ein allergisches Hautekzem in den Griff zu bekommen, erzählt er mir von Natrium, das ihm eine homöopathische Ärztin verschrieb, worauf seine jahrelange schreckliche Neurodermitits für immer verschwand. Ich begriff sofort, dass das Salz, welches unseren tiefsten Verlassenheitsschmerz thematisiert, auch meine Haut wird heilen können und überhaupt erst wirken kann, nachdem Toxoplasmose darüber liegende Hass- und Angstblockaden weggeräumt hat. Hierzu auch ein passendes Klienten-Feedback aus meiner Praxis: „Vor der ersten Einnahme von Toxoplasmose war ich teilweise aggressiv, teilweise war ich gerade dabei, konsequent Grenzen zu ziehen und mal mein Wohlergehen in den Vordergrund zu stellen und nicht das der anderen. Die Härte, die damit einherging, war nach der Einnahme weg. Werner Baumeister hatte mir so ein bisschen was über Toxoplasmose erklärt, unter anderem, dass das Mittel mit der Abwehr gegenüber Fremdem bis hin zum Fremdenhass assoziiert wird. Nach der zweiten Einnahme kam ich nachts in eine totale Verzweiflung, in der ich nur noch nahezu hoffnungslos nach „oben“ heulte: `Ich kann nicht mehr, warum hilft mir denn niemand?` Dabei wurde mir Folgendes klar: Ich war gerade in die Zeit der ersten Wochen meines Lebens regrediert, in der ich in meinem eigenen Zimmer in meinem Bett lag, mich fürchterlich allein fühlte, nach meinen Eltern rief und niemand kam. Das Gefühl, total wertlos und ungeliebt zu sein (denn sonst würde ja jemand kommen), wurde riesengroß. Über diesen tiefsten Schmerz, nämlich den, nicht geliebt zu werden, entwickeln sich irgendwann als Schutz und Abwehr gegen das Fühlen des Schmerzes Wut und Hass. Unsere Wut auf Fremde(s) ist letztlich nichts anderes als eine Projektion, die sich im Kern auf unsere Eltern und letztlich auf Gott richtet (ich will meinen eigenen Schmerz nicht fühlen, darum bekämpfe ich andere und füge ihnen Schmerz zu), von denen wir uns irgendwann einmal alleine gelassen gefühlt haben. Toxoplasmose gräbt sich einen Weg durch diese Wut und löst sie auf, so dass wir wieder in Kontakt mit den Randbereichen unseres tiefsten Schmerzes kommen.“

Natrium, also einfaches Salz, hilft uns jetzt, im Blick zurück auf diese Ur-Wunde nicht steckenzubleiben. Es ermöglicht uns, noch einmal in primäre Kindheitsgefühle einzutauchen, und gibt uns die Kraft, diese bewusst nachzuerleben und so zum Ausdruck zu bringen. Diese „Klartextkommunikation“ erlöst uns davon, das Verdrängte immer weiter verschlüsselt über Symptome und Projektionen darstellen zu müssen.

Von Feinden umgeben?

Feindbilder homöopathisch überwinden

Fünf November-Workshops

Natrium, die tiefstwirkende homöopathische Arznei, wartet eigentlich immer im Hintergrund auf seinen Einsatz. Denn mit dem damit verbundenen ersten tiefen Verlassenheitsschmerz können wir uns erst versöhnen, wenn Wut- und Hass-Blockaden gelöst sind durch Feindbild-Nosoden wie Toxoplasmose und Lyssinum (Tollwut-Nosode). Den Schmerz, den keiner noch mal spüren will, den tun wir anderen an, was man Krieg nennt. Der Motor, der uns dabei antreibt, ist Fremdenangst und Fremdenhass (den wir mit Toxoplasmose auflösen können). Unterstützt werden die Nosoden auch von den homöopathischen Skorpionmitteln aus der Spinnenfamilie. Sie sind angezeigt, wenn wir in eine gefühlt feindliche und bedrohliche Welt schauen wie ein Panzerfahrer, dem auch nur dieser reduzierte Tunnelblick zur Verfügung steht. Der Workshop beinhaltet die lebendige Darstellung obiger Arzneien sowie die Erstellung eines homöopathischen Profils für jeden Teilnehmer.

Termine: Sa, 4.11., Wiederholung am Sa, 11.11. & So, 12.11. & Sa, 18.11. & Sa, 25.11. Jeweils 13-19 Uhr, 90 Anmeldung erforderlich
Ort: Kreuzberg
Reichenberger Str. 114
Tel.: 0172 - 391 25 85

Abb.: © Irma Alex Fotografie

Die Wahrheit ist ein kostbares Gut. So viele wollen sie besitzen, berühren, verdrehen, beflecken und bis zur Unkenntlichkeit verzerren. Es gibt viele Sichtweisen auf sie, und dennoch ist die Wahrheit einmalig. Ein Wunschtraum, dass sie unantastbar sei.

Lesen & Hören

In Extremo
40 wahre Lieder
Vertigo Berlin, 2017
Doppel-CD, 17,99 Euro

Best Of

Seit über 20 Jahren gibt es nun schon "In Extremo". Die Berliner Gruppe, die aus sieben Mitgliedern besteht, gründete sich im Jahr 1995 und gilt mit über 1,5 Millionen verkauften Tonträgern als erfolgreichste Mittelalterrockband Deutschlands. Über die Jahre haben sie immer wieder neue Ideen eingeflochten, haben aber das Kunststück geschafft, sich und ihrem Musikstil immer treu zu bleiben.
Die Gruppe wurde vor allem bekannt, weil sie verschiedenste Texte des europäischen Mittelalters oder der frühen Neuzeit und mittelalterliche Melodien und Instrumenten (wie Schalmeien, Sackpfeifen, Drehleier, Harfe, Rahmentrommel) mit modernen Klängen wie Schlagzeug, Bass und E-Gitarren kombinierten.
"In Extremo" verwendeten so schon Texte aus der Liedersammlung Carmina Burana und den Merseburger Zaubersprüchen bis hin zu Gedichten von François Villon, Johann Wolfgang von Goethe oder Frank Wedekind aus neuerer Zeit. Gesungen wird unter anderem auf Deutsch, Mittelhochdeutsch, Althochdeutsch, Altfranzösisch, Lateinisch, Isländisch, Hebräisch und Gälisch. Eine unglaublich erfolgreiche Symbiose aus altem Lied- und Textgut und neu Erschaffenem. Aber natürlich schreibt die Gruppe auch eigene Texte, die zu Songs verarbeitet werden. Galten die Musiker zu Anfang noch als Exoten und waren Pioniere dieses neuen Musikgenres, finden sich ihre Lieder inzwischen sogar in den Charts wieder.
Ein erster Blick ins Booklet zeigt, dass die Jungs tatsächlich nicht jünger geworden sind, aber nach wie vor für ihre Musik brennen. Mit dem Album "40 wahre Lieder" setzen sie sich quasi selbst ein musikalisches Denkmal: Hier finden sich 40 ausgewählte Stücke, die sie persönlich aus jeder Schaffensperiode der Band zusammengetragen haben, sie erstrecken sich auf alte Songs bis hin zu neuen Werken. So finden sich hier Stücke wie: Spielmannsfluch, Herr Mannelig, Merseburger Zaubersprüche II, Küss mich, Erdbeermund, Liam, Störtebeker, Sterneneisen oder Belladonna.
Und für die wahren Fans der Mittelalterrockband gibt es noch was Besonderes, neben der Doppel-CD mit Studioversionen der Lieder, gibt es "40 wahre Lieder" auch in bebilderten Versionen: Es ist eine zusätzliche Fassung als Fan-Box erschienen, bestehend aus den CDs plus drei DVDs oder zwei BluRays mit den Jubiläumskonzerten auf der Loreley aus dem Jahr 2015, der WDR-Doku und bisher noch unveröffentlichten Mitschnitten.
Fazit: Ein feuriges Best Of nach 22 Jahren "In Extremo", die bei einigen altgedienten Fans wohl Erinnerungen an vergangene Mittelaltermärkte, längst dahingezogene Sommer und durchgetanzte Abende mit der damals noch nicht so bekannten Gruppe wiederauferstehen lassen wird. Der auf dem Doppelalbum vorgestellte Querschnitt aus 22 Jahren ist eine gelungene Zusammenstellung und Umsetzung, die dafür sorgt, dass man die Füße nicht stillhalten kann und direkt die Liste der nächsten Konzerttermine durchforsten will.

Ina Wunn
Barbaren, Geister, Gotteskrieger
Die Evolution der Religionen – entschlüsselt
Springer Verlag, 2017
ISBN: 978-3-662-54773-1
372 Seiten, 24,99 Euro

Religiöse Evolution

Ina Wunn ist nicht nur Professorin für Religionswissenschaften an der Leibniz-Universität Hannover, sie sticht auch dadurch heraus, dass sie zuvor schon in Biologie, Paläontologie und Geologie promovierte. Eine nur auf den ersten Blick widersprüchliche Fächerkombination. Für viele vielleicht ein Spannungsfeld, für Interessierte eine Bereicherung – anders wäre so ein Werk wie das Vorliegende wahrscheinlich nie entstanden.
Als Ina Wunn vor über 20 Jahren anfing sich mit dem Ursprung der Religionen zu befassen, war sie nach der ersten Durchsicht der gesammelten Informationen ratlos. Was man über steinzeitliche Riten und den damaligen Glauben wusste - von Tierverehrung bis hin zu angeblichem Kannibalismus und Göttinnenkult – fußte meist nur auf Mutmaßungen und Vergleichen mit Naturvölkern, was sich für die studierte Paläontologin Ina Wunn oftmals als schlichte Fehldeutungen (zum Beispiel kultische Interpretation, obwohl es nur Tierfraß durch Höhlenhyänen war) entpuppte. Aus der Bronzezeit gibt es aber rekonstruierbare Religionsmodelle, und so schlussfolgert sie, dass es auch schon ältere Vorläufer-Religionen gegeben haben muss. Ihrer Theorie zufolge durchlaufen auch Religionen eine Evolution – ähnlich der biologischen Evolution. Was im Umkehrschluss bedeutet: Hat man erst ein funktionierendes Modell der religiösen Evolution zur Hand, kann im Grunde jede heutige große Religion auf ihre Wurzeln zurückverfolgt werden.
Ina Wunn beginnt ihre Arbeit mit der Fragestellung, ob sich Religionen – unabhängig von der Entwicklung des Menschen – selbst im Laufe der Jahrtausende ändern. Und falls ja, welche Umweltbedingungen und Gesetzmäßigkeiten (zum Beispiel Naturgegebenheiten, Ökonomie, politisches und soziales Umfeld) hierauf Einfluss nehmen. Damit ihr Modell der religiösen Evolution, mit dem sie die Religionen der Vorzeit rekonstruieren will, nicht am Ende auf tönernen Füßen steht, ist es für Ina Wunn allerdings unabdingbar, zunächst den schwammigen Begriff der Evolution zu packen und wissenschaftlich zu definieren. Ausführlich und mit scharfer Feder führt sie ihre Leser/innen durch die Geschichte und die Erkenntnisse der Evolutionstheorie. Sie belegt, dass Religionen den gleichen evolutionären Gesetzmäßigkeiten folgen wie Flora und Fauna und zieht Vergleiche über das Aussterben, die Neuentstehung, Vererbung, Abzweigung von Varianten oder Weiterentwicklung von Religion.
Fazit: Ein packendes wissenschaftliches Buch, das ein weites Forschungsspektrum abdeckt. Allerdings natürlich keine leichte Lektüre für zwischendurch, diesem Werk muss man seine volle, wache Aufmerksamkeit zukommen lassen und wird dafür mit vielen Erkenntnissen und Aha-Erlebnissen beschenkt. Die Forschung von Ina Wunn ist gerade auch im Angesicht der heutigen weltpolitischen Lage wichtig und interessant. Für Leser/innen des Buches gibt es vom Springer Verlag aus noch einen wirklich besonderen Service, den es herauszuheben lohnt: Im Buch findet sich ein Code, mit dem man sich das eBook hierzu herunterladen und auf seinen elektronischen Geräten lesen kann.

Marc Munden
National Treasure
Polyband, 2017
Blu-ray, 192 Minuten, 16,99 Euro

Wer kennt die Wahrheit?

Aus Großbritannien kommen ja in den letzten Jahren einige sehr gute, düstere (Krimi-)Serien. Zum Beispiel „Broad Church", „Luther", „Happy Valley" oder „Marcella". Mit der mehrfach preisgekrönten Drama-Mini-Serie „National Treasure" greifen der Autor Jack Thorne und der Regisseur Marc Munden ein brisantes Thema auf, das in ähnlicher Weise vor ein paar Jahren im Vereinigten Königreich für Aufruhr sorgte, als aufgedeckt wurde, dass die TV-Größe Jimmy Savile und andere Berühmtheiten über Jahre sexuellen Missbrauch ausübten.

Die Story: Paul Finchley (gespielt von Robbie Coltrane) ist ein beliebter TV-Comedian. Und obwohl seine glanzvollen Tage längst hinter ihm liegen, ist er noch immer eine Legende. Jeder kennt und liebt ihn und seine Scherze – er ist quasi ein „National Treasure", ein Nationalheiligtum. Doch plötzlich kommen Vorwürfe auf, Paul soll vor 20 Jahren mehrfache Vergewaltigungen begangen haben. Sein Ruf, seine Ehre, seine Freiheit und natürlich auch seine Familie stehen auf dem Spiel. Seine Frau Marie (Julie Walters), mit der er seit 41 Jahren verheiratet ist, seine drogenabhängige und depressive Tochter Dee (Andrea Riseborough) und andere Vertraute, wie zum Beispiel sein alter Kompagnon Karl, müssen für sich herausfinden, wo sie stehen, was sie vielleicht wussten und an welche Wahrheit sie glauben können... Amüsante Nebeninfo: Der Autor der Serie ist Jack Thorne, der zusammen mit J.K. Rowling und John Tiffany das Drehbuch des Theaterstücks „Harry Potter und das verwunschene Kind" verfasst hat. Neben Robbie Coltrane, dem Hagrid aus dem Potter-Universum, begegnen die Zuschauer mit Julie Walters der Schauspielerin der Molly Weasley aus allen Potter-Filmen.

Fazit: Eine vielschichtige Serie über (Familien-)Geheimnisse, Intrigen und Bigotterie in der hohlen, glitzer-bunten Welt des Showbusiness. Robbie Coltrane, Julie Walters und Andrea Riseborough brillieren in ihren Rollen – mal diabolisch wirkend oder erfüllt von Zweifeln, Wut, Selbsthass, dann wieder sympathisch, voller Vertrauen, während die Wahrheit langsam enthüllt wird.

Heidi Benneckenstein
Ein deutsches Mädchen
Klett-Cotta, 2017
ISBN: 978-3608503753
252 Seiten, 16,95 Euro

Leben in einer Neonazi-Familie

Heidi wächst in einer Parallelgesellschaft in Deutschland auf. Sie und ihre Geschwister sollten abgehärtet werden. Der Vater dominierte, die Mutter gehorchte: Entsagung, emotionale Kälte, Manipulation und verlangter bedingungsloser Gehorsam prägten ihre deutsche Kindheit. Neue Kleidung oder Spielsachen gab es nicht, sie sollten lernen, klaglos mit wenig auszukommen. Heidi, das Kind Heidrun Redeker, wurde in völkischen Ferienlagern gedrillt und abgehärtet. Für sie war es vollkommen selbstverständlich, dort als Holzsägearbeit Deutschland in den Grenzen von 1933 auszusäbeln und zu wissen dass die Nationalhymne drei Strophen hat. Sie wuchs in dem steten Bewusstsein (und der ständigen kindlichen und vom Vater geförderten Angst) auf, dass jeden Tag der Krieg losbrechen könne. Ihr magischer Realismus war erfüllt von Flugzeugen, fallenden Bomben und einem täglich möglichen Einmarsch der US-Amerikaner. Wie so etwas möglich ist? Wenn man es nicht anders kennt, dann hält man die dysfunktionale Familie, in der man groß wird, für normal. Die Härte innerhalb der Familien und der Ausbildungslager hat System: "Du bist nichts, dein Volk ist alles!" Es gilt der Grundsatz der gewollten Uniformität statt der Individualität. Der Erfahrung Heidi Benneckensteins nach ist der "Nährboden für rechte Gesinnung [...] fast immer persönliche Unzufriedenheit". Dennoch - auch Frauen als Bindeglied in Gemeinschaften sind zu beachten, die nach außen selbstbewusst und sympathisch auftreten und daheim die klassische untergeordnete Hausfrauenrolle gemäß nationalsozialistischem Familienmodell annehmen: Starker Mann, untertänige Frau, hörige Kinder. Viele von Heidis ehemaligen "Kameraden" aus den Nazi-Ferienlagern gehören heute zur rechten Elite oder sind in den völkischen Siedlungsprojekten im ländlichen deutschen Raum vertreten. Heidi war ein zurückhaltendes, ruhiges und schikaniertes Kind, das in Angst groß wurde. Sie mutiert nach der Scheidung ihrer Eltern zu einem vorlauten Teenager-Gör ohne Halt, das sich als Nazi beweisen will. Es ist – trotz aller vorausgehender Nazi-Ausbildung – eine bierselige und orientierungslose Radikalisierung. Dennoch hat dieses voller Wut und auch voller Naivität umhertaumelnde Mädchen immer wieder Berührungspunkte mit hochrangigen Nazis und sogar über Ecken mit dem NSU. Man kann fast sagen, es ist ihr großes Glück, dass die Münchner Nazi-Szene sich während dieser Lebensperiode von ihr gerade gegenseitig zerfleischte, die Führungsgrößen einsaßen und sich niemand wirklich zielführend des Mädchens annahm. Heidi Benneckenstein beschreibt in ihrem Buch Vernetzungen, Abläufe, langfristige Pläne und Strukturen und zeigt, welch breiten Rückhalt der Nationalsozialismus ungebrochen inmitten unserer Gesellschaft hat – gerade auch im Bildungsbürgertum und unter Akademikern. In ihrer Erinnerung verleiht sie Szene-Aktivisten menschliche und sympathische Seiten und zeigt damit, dass man nicht den Fehler begehen darf, die neu erstarkende Rechte als die Idee von ein paar Minderbemittelten abzutun. Ebenso berichtet sie von der Verlagerung der rechten Schreckensszenarien: Wuchs sie noch mit der "Weltverschwörung", gebildet aus "dem Judentum" und "den Amerikanern", als Feindbild auf, ging es nach und nach immer hysterischer um die angebliche "Islamisierung Deutschlands". Letztendlich fand sie durch eine Schwangerschaft und die Liebe zu ihrem Mann die Kraft auszusteigen und auch anderen dabei zu helfen. Als die Wahrheit über den NSU-Terror ans Licht kam, brachte dies sie dann dazu, noch mehr an die Öffentlichkeit zu treten und dieses Buch über ihre Erfahrungen zu schreiben.

Fazit: Ein mutiges und aufschlussreiches Buch, das deutlich macht: Wer denkt, dass die rechte Szene nur aus ein paar springerstiefeltragenden, dummen Glatzen besteht, irrt sich gewaltig und wird hier viel zur Planung einer neuen deutschen Elite erfahren. Wer sowieso gut informiert ist, findet hier die Lebensgeschichte einer jungen Frau – manchmal schimmert trotz allem noch das verlorene, naive Kind hindurch –, die den Mut fand, die geschlossene Indoktrination durch ihr Umfeld zu überwinden. Sie zeigt aber auch ganz deutlich: Die Wahrheit ist, dass Nazis sich nicht im dunklen Kämmerlein verstecken oder in ihren aufgebauten Parallelgesellschaften bleiben. Sie wirken bewusst in die Öffentlichkeit der deutschen Gesellschaft hinein, um rechte Gesinnung zu normalisieren und zu legitimieren – dies gilt es zu benennen und dagegen anzutreten.

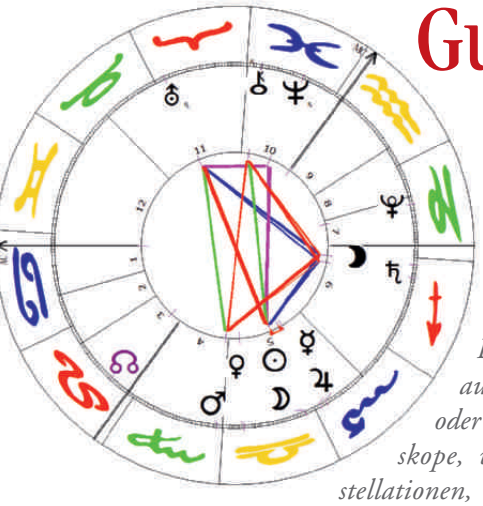
Shermin Arif, 38, liest und lauscht leidenschaftlich für die SEIN-Leser.

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

Gute Zeiten, schlechte Zeiten – astrologisch –

von Mona Riegger©



Neumond am 19.10.17, um 21.12 Uhr, Berlin

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 November

Während ich diesen Text schreibe, schickt sich der Oktober an, doch noch ein klein wenig golden zu werden. Pünktlich zum Neumond am 19.10. wird aber ein Wetterumsturz prognostiziert, was – astrologisch gesehen – nicht verwundert. Der Neumond steht in exakter Opposition zu Uranus und zeigt damit an, dass es bis zum nächsten Neumond am 18.11., nicht nur wettermäßig unbeständig bleibt .

Uranische Neumondphasen sind erfahrungsgemäß aufregend. Ob aufregend im Sinne von erlebnisreich, spannend, bewegend oder doch eher nervenaufreibend, beunruhigend bis dramatisch, bleibt abzuwarten. Es gibt im Neumondhoroskop aber einige Hinweise darauf, dass die positiven Varianten überwiegen.

Wie schon im letzten Text beschrieben, aktiviert dieser Neumond – zumindest in unseren Breitengraden – ganz besonderes das 5. Haus. Nicht nur, weil der Neumond dort steht, sondern auch Merkur, Venus, Mars und Jupiter. Die Themen des 5. Hauses, wie Kinder, Liebesleben, Hobbys, Spiel, Vergnügen, lassen sich unter den Oberbegriffen „Lebenslust“ und „schöpferischer Selbstausdruck“ zusammenfassen.

Kommt Uranus (Plötzliches, Außergewöhnliches) hinzu, verlagert sich der Tenor in Richtung Veränderung. Ob dies nur ein kurzfristiges Ausbrechen aus der Routine des Alltags bedeutet oder mit Entscheidungen für größere Lebensveränderungen einhergeht, – alles was die Lebensqualität über kurz oder lang zu erhöhen vermag, hat jetzt jedenfalls Hochkonjunktur.

Einen Wermutstropfen gibt es aber dennoch! Mars steht im Quadrat zu Saturn, was anzeigt, dass in Bereichen, die dem Mars zugeordnet werden, mit Behinderungen und Blockaden gerechnet werden muss. Dies betrifft vor allem kräftezehrende, sportliche Betätigungen, aber auch ganz allgemein den Arbeitsbereich sowie Konfliktsituationen.

Die eigenen Grenzen austesten zu wollen, ist unter Mars/Saturn keine sonderlich gute Idee. Besser wäre es, mit seinen Kräften zu haushalten und in strittigen Angelegenheiten eher auf Schlichtung zu setzen als auf Angriff. Im Arbeitsleben kann Mars/Saturn zwar das Durchhaltevermögen stärken, wer sich aber schon länger ausgebremst oder „fehl am Platze“ fühlt, könnte den Sinn im Durchhalten jetzt auch gänzlich verlieren und sich zur Kündigung entschließen.

In der nächsten Neumondphase (ab 18.11.) steht Mars im Quadrat zu Pluto. Eine wesentlich passendere Konstellation, um Dinge, die einem am Herzen liegen, aktiv anzugehen und durchzufechten! Auch sonst eignet sich der Skorpion-Neumond bestens, um Unangenehmes nicht mehr länger vor sich herzuschieben, sondern tatkräftig aus der Welt zu schaffen.

Das zweite Neumondhoroskop des Monats hat einen Wassermann-Aszendenten und Uranus, der Herrscher des Wassermanns, wird somit zum Phasenherrscher für die Zeit vom 18.11. bis zum 18.12. Dies bedeutet, dass die Zeichen weiterhin auf Veränderung, Erneuerung und Befreiung stehen (Wassermann), Befreiung von unguten Lebensumständen, die zu sehr binden und somit unfrei machen (Skorpion).

Was in der ersten Hälfte des Monats vielleicht nur spielerisch angedacht wurde, kann sich in der zweiten Hälfte schon als konkretes Vorhaben manifestieren. Fürs Konkrete ist in der Astrologie allerdings der Planet Saturn „zuständig“. Er befindet sich nun gut 2,5 Jahre im Zeichen Schütze und wird am 20.12. ins Zeichen Steinbock wechseln. Diese Abschlussphase Saturns kann einen enormen Druck erzeugen, weil viele Entwicklungen und Projekte zu Ende gebracht werden müssen. Saturn, der antike Herrscher des Wassermanns, und Uranus, der sogenannte „neue“ Herrscher, stehen derzeit im Trigon zueinander. Dieser harmonische Aspekt unterstützt Vorhaben, die Alt und Neu in Einklang bringen. Wenn Altbewährtes bleiben darf und gewürdigt wird, erstrahlt das Neue in umso hellerem Glanz. „Leicht zu leben ohne Leichtsinn, heiter zu sein ohne Ausgelassenheit, Mut zu haben ohne Übermut, - das ist die Kunst des Lebens.“ Theodor Fontane

Wichtige Konstellationen im November

Vollmond Stier/Skorpion – exakt am 4.11. um 6.23 Uhr MEZ

Sonne Trigon Neptun – exakt am 3.11.
Gute Zeit für: Ausspannen, Seele baumeln lassen, sich musisch-künstlerisch betätigen, sich einen Wunsch erfüllen.

Venus Oppos. Uranus – exakt am 4.11.
Gute Zeit für: Ausbruch aus der Routine des Alltags, plötzliche oder spannende Begegnungen, Abwechslung im Liebesleben, neues Hobby. Schlechte Zeit für: Langweilig gewordene Beziehungen.

Venus Konj. Jupiter – exakt am 13.11.
Gute Zeit für: Ausgehen, jemanden kennen lernen, sich verlieben, sich etwas Besonderes gönnen, Freundschaften pflegen. Schlechte Zeit für: Trübsal blasen und Askese.

Neumond am 18.11. um 12.41.57 Uhr
Gute Zeit vor Neumond für: Meditation, In-sich-Gehen, Abschluss mit Altem. Gute Zeit nach Neumond für: Neubeginn aller Art.

Mars Quadrat Pluto – exakt am 19.11.
Gute Zeit für: Konfliktvermeidung durch Loslassen, Instinktsicherheit beweisen, Dinge auf den Punkt bringen, spirituelle Kampfsportarten. Schlechte Zeit für: Destruktive Machtspiele, manipulatives Handeln, Heimlichkeiten.

Merkur Konj. Saturn – exakt am 28.11.
Gute Zeit für: Blockaden und Hindernisse erkennen, Unangenehmem nicht mehr aus dem Weg gehen, sich in eine Sache vertiefen, Kündigungen aussprechen. Schlechte Zeit für: Unbeschwertes Miteinander.

Für wichtige Vorhaben im November
Eher gute Zeiten: 4., 10., 17., 25.-27. Eher schwierige Zeiten: 1.-2., 15., 22.-23., 30.

Gute Zeiten, schlechte Zeiten – astrologisch
Mi, 29. November 2017, 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 und Herausgeberin des astrologischen Online-Magazins "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

©flickr/titanium22

PROGRAMM anzeigen

Aktuelle Veranstaltungen in Berlin und Umgebung

programm@sein.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: Mi, 1. November und Mo, 13. November 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

Den Geldfluss aktivieren und in Fülle leben: Erlaub dir reich zu sein!

Intensivseminar in Berlin

Stell dir vor, es gibt einen Teil deiner Persönlichkeit, der dir erlaubt, dass es dir finanziell und auch sonst sehr gut geht. Der dich begleitet und die entscheidenden Weichen stellt. Neugierig? Dann lass dich darauf ein, denn es ist Zeit, das Leben von seiner leichten Seite kennenzulernen.

Inhalte:
- Auflösen von belastenden Emotionen
- Zielbestimmung; Erkennen von einschränkenden Prägungen, Selbstsabotage, Einflüssen und deren Umwandlung; Bewusstwerdung und Neubestimmung von unbewussten Verhaltensweisen
- Kinesiologischer Muskeltest und energetische Korrekturen
- Öffnen von Kanälen und Resonanzen für die Erreichung deiner Ziele
- Der Zusammenhang von Geld und Selbstwert
- Übungen und Techniken um unabhängig den Geldfluss aktivieren zu können

Seminarleitung und Einzelsitzungen:
Anicca Anaïs Vogt, M.A.
Systemische Familientherapeutin und Kinesiologin,
HP für Psychotherapie

Termin 4.11.

Termin 2.12.

Wo? Institut innenmehr
Am Tempelhofer Berg 7d
10965 Berlin
Im 2. OG des Hinterhauses

Wann ? Sa, 4.11. und 2.12.
jeweils 10-18 Uhr
(voneinander unabhängige Termine)

Tel.: 030 23 91 80 82
GesundheitundSein.de

Feinstoffliche Energie erleben

mit Agnes Schertenleib

Erleben Sie in Tagesseminaren, Stufe für Stufe, die unterschiedlichen Energiequalitäten der sieben Chakren.

In geführten Meditationen wird eine direkte Verbindung zur göttlichen Quelle, über den Aufbau einer Lichtröhre, hergestellt. In dieser direkten Verbindung spüren Sie, wie sich Ihre Energiefrequenz erhöht, Blockaden aufgelöst werden und eine Stärkung von Körper, Geist und Seele stattfindet.

Probieren Sie es aus.
Fühlen Sie den Energiefluss, indem Sie das Symbol betrachten oder die Hand darauf legen.

Termin und Ort auf Anfrage

Info und Anmeldung:
Heilpraxis für Psychotherapie
Supervision, Trosttherapie und Lichtmeditation
Tel.: 033677 - 62 89 34
Agnes.Schertenleib@T-Online.de
www.feinstoffliche-energie-erleben.de

Hypnotherapie bei akuten und chronischen Schmerzen

mit Annetta Höhn

Einer Umfrage des Bundesministeriums für Gesundheit im Jahr 1998 zufolge gaben nur 9% der Bevölkerung an, im vergangenen Jahr keine Schmerzen gehabt zu haben. So nimmt der Anteil Hilfe suchender Schmerzpatienten auch in der hypnotherapeutischen Praxis immer mehr zu.

Neben der Vermittlung von Basiswissen über Entstehung und Aufrechterhaltung von Schmerz beleuchtet das Seminar auch die Wechselwirkung zwischen Psyche und Körper (soma).

Mittels hypnosystemischer und -analytischer Techniken (Milton Erickson, Gunther Schmidt) wird der Fokus weg vom Schmerz gelenkt und das Symptom kann "Leibwächter" und Kontaktmittler zum "inneren Heiler" werden.

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine abgeschlossene Hypnose-Grundausbildung.

4. und 5. November

Termine: 4./5. November,
jeweils 10-18 Uhr
Preis: 350 €
Ort/Info/Anmeld.:
Institut Christoph Mahr
Katharinenstr. 9, 10711 Berlin
Tel.: 89 72 20 79

www.emdr-und-hypnose-berlin.de

Systemaufstellungen und Körpertherapie

Weiterbildung, Seminare & Einzelarbeit mit Johannes Schmidt

Sie haben Konflikte in der Familie oder in der Partnerschaft, Sorgen um die Kinder, gesundheitliche Probleme oder Schwierigkeiten im Beruf?

Neben Familien-Aufstellungsseminaren und Aufstellungen in der Einzelarbeit biete ich therapeutische Körperarbeit an, um mit der besonderen Fähigkeit meiner Hände Blockaden zu diagnostizieren und sanft zu lösen.

Einzelaufstellungen: 220 €/2Std.
In Berlin und Dresden, Termine nach Absprache

Familienstellen-Seminare
4.-5. November, Berlin
2.-3. Dezember, Dresden
220 € mit Aufst./60 € Stv., nur mit Anm.
Fortbildungstage:
8.-12. November, Berlin, 380 €,
Gesamtprogramm siehe www.aufstellungstage.de
Erfahrungsabende:
24.11. Wie Liebe gelingt, Dresden
11.12. Aufstellungsabend Berlin
12.12. Heilkreis Dresden,
jeweils 18-21 Uhr, 40 €, mit Anmeldung

4.-5.11. Seminar Familienstellen, Berlin
24.11. Wie Liebe gelingt, Dresden

Termine, Infos, Anmeldung:
Johannes Schmidt, Heilpraktiker,
Praxis für Systemaufstellungen
und Körpertherapie

10717 Berlin, Prinzregentenstr. 7
Tel.: 0176 - 80 89 38 94

kontakt@johannes-schmidt.info
sekretariat@akkadeus.de
www.johannes-schmidt.info

Wie Liebe gelingt

Familienaufstellung, karmische Aufstellungen und Traumatherapie

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.

Ausblick - 2 Jahre Wachsen und Lernen:
Familienaufstellung / Integrative Systemische Therapie, ab 24.11.2017 neue Ausbildungs- und Wachstumsgruppe in Berlin
Infobroschüre anfordern unter: ifosys@msn.com

Alfred Ramoda Austermann,
Diplompsychologe/Heilpraktiker
Bettina Austermann,
Diplomsozialpädagogin/HP für Psychotherapie,
beide Lehrtherapeuten(DGfS).

Infoabend 6. November

Nächste Termine:
im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d
Offene Abende: 21.11., 12.12., 20 Uhr
Wochenendseminare:
1.-3.12.2017 und 16.-18.2.2018
Infoabende zur Weiterbildung:
Mo 6.11. und 20.11., 20 Uhr

Informationen und Anmeldung:
IFOSYS - Institut für Systemaufstellungen und Traumatherapie

Tel.: 69 81 80 -71, Fax: -72
Email: ifosys@msn.com
www.ifosys.de

Kraftvolle Gruppenheilungen mit Anna in Berlin

Nondualität trifft auf Energieklärung und seelische Heilung

Die Universalität des Wirkens, welche sich in meinen vielfältigen Arbeitsfeldern zeigt, erschafft jene Ganzheitlichkeit, die jedem Einzelnen eine weitergreifende Loslösung von seiner leidvollen Ich-Identifikation ermöglicht. Die meisten Menschen erfahren die hierbei fließende hohe Energie als unmittelbar transformierend und heilend.
In der Gruppen- und Einzelarbeit wird vollkommen intuitiv und präzise jene Schwingungsebene getroffen, die zur größtmöglichen Heilung führt. Die von Gott gegebene geistheilerische Gabe vollzieht sich auf allen Ebenen des Wirkens und ist das, was die Begegnungen so segensreich und nachhaltig macht.

Teilnehmerstimmen 2017
„Liebe Anna, danke für diese Reise und all die wunderbaren Geschenke am gestrigen Abend. Ich habe keine Worte... und bin so erfüllt."
„Ich danke dir für die heutige Sitzung. Jeden Satz, den du aus meinem Seelenprogramm heraus formuliert hast, konnte ich unterstreichen. Es gab nichts, wo ich einen Widerstand gespürt habe. Manchmal konnte ich lachen..."
„Die Kontinuität und deine Geduld sind Balsam für mich... du kennst meine Seele besser als ich und ich bin sehr dankbar für alle Heilungen, die durch dich geschehen durften. Sie waren unbeschreiblich!"

Aktuelle Termine in Berlin
- „Healing Intensive" Tagesseminar am 12.11.
- Herbst-Stille-Retreat vom 24. bis 28.11. an der Mecklenburgischen Seenplatte
- „Awakening Intensive" Tagesseminar am 9.12.
- „Der Meisterweg" – neue Jahresgruppe in Berlin ab 10.12.
- Einzelcoaching u. Behandlungen in Wilmersdorf
- Gruppenheilungen dienstags um 19.30 Uhr

ab Di, 7. November

Gruppenheilung
öffentliche Veranstaltung
Einlass um 19.15 Uhr

Zen-Shiatsu-Schule
Wittelsbacherstr. 16
10707 Berlin
Info & Kontakt:
www.BeingNonStop.com

beingnonstop

Energetische Physiologie

Chakrenprozessgruppe für Frauen

An sieben Terminen treffen wir uns im gehaltenen Frauenkreis, um über den feinstofflichen Körper und die sieben Chakren eine innere Landkarte unserer energetischen Physiologie zu entwickeln und zu vertiefen.
Jedes Chakra ist mit biographischen Themen verbunden, die wir hier erkennen und integrieren können. Auf der materiellen Ebene lernen wir die Verbindung unserer Organe und unseres Drüsensystems mit ihnen kennen. Tiefer und lebendiger in unsere Körper und unsere Biographien zu tauchen, kann uns unterstützen, die Lebensenergie zu erhöhen, unsere Selbstfürsorge zu kultivieren und Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Wir arbeiten mit Bewegung, Berührung, Teachings und der Weisheit des Frauenzirkels.

Dienstags ab 7. November

7. November -19. Dezember
Dienstags 19-21.45 Uhr, 140 €
Ort: AntaraYoga
Berliner Allee 81, 13088 Berlin

Selma Okuducu
FrauenHeilKunde
Email: info@selmaokuducu.com
Selmaokuducu.com

Wohin mit meiner Wut? – das Potenzial unserer Gefühle

Therapeutisches Wochenende – mit Anita Timpe und Rolf Tensfeldt

Heftige Gefühle wie Wut und Aggressionen sind für viele Menschen ein Problem. Es fällt ihnen schwer, sich diese Gefühle einzugestehen und erst recht, sie zu zeigen. Wut wird als etwas Negatives gesehen und als Folge davon unterdrücken wir diese starke, kreative Energie. Das bleibt nicht ohne Folgen, denn auch andere Gefühle wie Freude oder Liebe können nicht mehr frei fließen.
Mit unserem Seminar unterstützen wir die Teilnehmer, wieder einen Zugang zu ihrer Wut zu bekommen und einen positiven, kraftvollen Umgang damit kennenzulernen. Wenn Sie mehr vom Potenzial Ihrer Wut entdecken und neue Erfahrungen damit machen wollen, dann nehmen Sie Kontakt zu uns auf.

Die Seminarleiterin Anita Timpe ist Autorin des Buches »Ich bin so wütend – Nutzen Sie die positive Kraft Ihrer Wut«.
2. Auflage 2014, ISBN 9783735760227.

10.-12. November

Anmeldung: Anita Timpe
Praxis Hornstraße 2, 10963 Berlin
Tel.: 030 - 25 29 78 70
Telefonische Sprechzeiten:
Di. 17-18 Uhr und Fr. 14-15 Uhr
www.iptb.de
www.naturkraftrituale.de

Kostenlose Vorgespräche
nach Vereinbarung.

Heilpraktiker für Psychotherapie

Neue Vorbereitungskurse im Herbst und Frühjahr

In meinen halbjährlichen 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 Erfahrung.

Im Kurs erhalten Sie
- kompaktes Wissen zur Psychiatrie/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

Infotermin:
Mo, 13. November, 18 Uhr

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

Biodanza Embodiment Somatic Movement

Klinische Tanztherapie

Die Teilnahme an dieser Gruppe ist für Menschen geignet, die einen intensiven heilenden Wachstumsprozess durch Tanz und Bewegung anstreben. Inhalte der Arbeit sind: Tanz, Körperarbeit, Entspannung und andere kreative Mittel.

Nach dieser Fortbildung können die Inhalte weitergegeben bzw. in die Arbeit in sozialen oder Heilberufen integriert werden. In dieser Fortbildung werden theoretische Grundlagen und Praxis vermittelt und ein Musiksetting gegeben.

Tanzen in Berlin dienstags 19.30-21.30 Uhr
Dernburgstr. 50, 14057 Bln., S-ICC Messe Nord
Tanzen in Spandau montags 19 bis 21 Uhr
Fritsch Akademie, Streitstr. 24, 13587 Berlin
Nächstes Wochenende 17./18. November
Minotaurus - der Weg aus Angst zu Lebensmut

laufende Termine Mo. u. Di.
WE 17./18. Nov.

BIODANZA-SCHULE-BERLIN
Guiomar Morales
Tel.: 030 - 21 45 77 70
guiomar.biodanza@gmx.net
www.biodanza-schule.de

Fortbildung: 20.-21. Januar 2018

EMDR & Hypnose

Erfahren, Erlernen, Anwenden

Am 25./26. November startet die Hypnose-Grundausbildung (3 Wochenenden).
Die nächste EMDR-Ausbildung (2 Wochenenden) beginnt im Februar 2018.

Nähere Informationen können Sie unserer Website entnehmen:
www.emdr-und-hypnose-berlin.de oder Sie besuchen unseren kostenlosen Infoabend am Mittwoch, den 22. November um 19 Uhr.

Infoabend Mi. 22. Nov.

Ort/Info/Anmeldung:
Institut Christoph Mahr
Katharinenstr. 9, 10711 Berlin
Tel.: 89 72 20 79
www.emdr-und-hypnose-berlin.de

Kennst Du endlich Deine Lebensaufgabe?

Nein? Dann wird es Zeit!

Natürlich wäre es am besten, wenn Du Deine Lebensaufgabe selbst finden würdest, das ist klar!

Würdest Du sie gern konkret bis zum allerletzten Umsetzungsdetail wissen?

Dann hilft nur eine klare Rücksprache mit Deiner Seele!

Sie ist die Einzige, die Deine Lebensaufgabe exakt kennt.

Stephan Möritz baut eine "Standleitung" zu Deiner Seele auf und befragt sie direkt und ohne Umwege nach Deiner Lebensaufgabe.

Über 800 Menschen hat Stephan bereits ihre einzigartige, individuelle, authentische Lebensaufgabe benannt!

Buche Deinen Telefontermin zu Deiner Lebensaufgabe – mit Geld-Zurück-Garantie – unter:
www.Bei-Anruf-Lebensaufgabe.de

fortlaufend – Deine Lebensaufgabe konkret bis ins letzte Umsetzungsdetail

Kontakt:

Tel.: 033230 - 20 390
www.Bei-Anruf-Lebensaufgabe.de
info@deine-lebensaufgabe.de

Bei-Anruf-Lebensaufgabe.de
konkret · praxisnah · überraschend

Plejaden-Einweihungen nach der Inka-Tradition:

Qoto Kuna Karpay

Die Plejaden spielen in der Kosmologie der Inka und Paqos, der Weisheitshüter aus den Hochanden von Peru, eine große Rolle. Dieses Geschwistergestirn bringt die Kraft des Lichtes zu uns und zu Mutter Erde "Pachamama".

Wir fühlen uns durch die Verbindung mit diesen Sternen wieder mehr in uns zu Hause. Die Plejaden-Einweihung hilft uns, tiefsitzende Ängste loszulassen und verschüttetes Potenzial für uns wieder zu entdecken. Diese Einweihung stärkt unsere Bestimmung in dieser Welt und gibt uns die Kraft und Erdung, diese zu leben. Mit diesen wunderbaren Riten bringen wir das Licht in unsere Seele zurück.

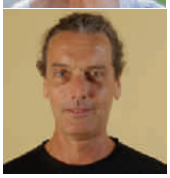
Annette Assmy,
ausgebildet bei den Paqos, Serena Anchanchu zur Erdenhüterin - Pampamesayok
zertifiziert durch Dr. Alberto Villoldo in Lichtheilung und Energiemedizin (u.v.m.)

Einweihung 24.-26. November

Kursleiterin und Anmeldung:
Annette Assmy

Tel.: **0176-61 31 53 06**
a.assmy@gmx.net
www.chaskawisdom.com
Kosten: 210 €

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



Rebalancing Einführungswochenende in Berlin

mit Neeten M. Hendrich und Salila E. Fuchs

Diese Einführungstage haben zum Ziel, die Technik des Rebalancing in ihren verschiedenen Dimensionen kennen zu lernen. Rebalancing ist eine tiefe, strukturelle Körpertherapie, die den Menschen unterstützt, wieder in Balance mit sich selbst zu kommen.

Wir arbeiten mit einer einzigartigen Synthese aus verschiedenen Massagemethoden, tiefer und sanfter Faszienarbeit, Gelenkmobilisation, Energie- u. Atemarbeit, Körperbewusstseinsschulung sowie Arbeit mit Emotionen und deren Ausdruck.

Wir leiten seit 19 Jahren Rebalancing-Trainings in Deutschland, Schweiz, Taiwan, China und Israel.

25.-26. November

Mehr Info:
www.rebalancing-training.com

Tel: 0160-152 91 89

Ort: Osteopathisches Zentrum
Stresemannstr.21, 10963 Berlin

SIA
Systemische IntegrationsArbeit

Raindrop Technique Ausbildung

Sanfte Massage-Technik mit reinen, hochwertigen ätherischen Ölen

In dieser Ausbildung erlernen Sie die Raindrop Technique®, die sowohl auf körperlicher als auch emotionaler Ebene unterstützt.

Die hochwertigen ätherischen Öle werden wie Regentropfen auf die Wirbelsäule aufgebracht, sanft aufgefedert und mit verschiedenen Techniken eingearbeitet.

In der Raindrop Technique vereinen sich verschiedene Elemente aus der Massage mit überlieferten, energetischen Techniken der Lakota-Indianer und umfangreiches Heilwissen über ätherische Öle.

Dozenten:
HP Katharina Uhlmann und Maria Kunzelmann
Kosten: 200 € mit eigenen Ölen, 245 € ohne eigene Öle

27./28. November

Datum: 27./28. Nov., 10 - ca. 17 Uhr
Seminarort:
Klinik Maria Heimsuchung
Breite Straße 46/47, (im Kavalierhaus 45)
13187 Berlin (Pankow)
Kontakt und Infos:
Tel.: 09548-98 08 03
www.heilpraxis-wachenroth.de

Darshan-Intensiv

mit OM C. Parkin

Darshan steht für die direkte Schau des Göttlichen und ist eine Einladung deines Innersten, wach und empfänglich dem Herzen zu lauschen. Möchtest du dem Weisheitslehrer OM C. Parkin Auge in Auge begegnen?

Am ersten Dezemberwochenende lädt Gut Saunstorf – Ort der Stille in das moderne Kloster und zu vier Darshans mit OM ein. Es sind deine Fragen, die dein Herz öffnen und weiten. Die Antworten von OM haben den klaren Geschmack kompromissloser Wahrheit und unendlicher Zartheit wahrer Berührbarkeit.

Sie helfen dein schon immer vorhandenes Wissen mit klaren Worten für dich hörbar, sichtbar und fühlbar werden zu lassen. Von Schwierigkeiten und Ablenkungen der Oberfläche wirst du zurück in die Tiefe deiner SELBST geführt.

1.-3. Dezember

Datum: 1.-3.12.2017

Ort, Info & Anmeldung:
Gut Saunstorf
Tel.: 038-424 22 30 60
Email: info@gut-saunstorf.de
www.kloster-saunstorf.de

Aufstellungen im Oderbruch mit Holm Andree Jochmann

Wenn wir als Kind auf diese Welt kommen, sind die Augen der Eltern unser erster Spiegel. In diesen Augen suchen wir ein "Ja" zu uns selbst. Sind die Eltern gefangen in einem schweren Schicksal, dann ist dieser Spiegel blind. Es ist dann, als ob er "Nein" zu uns sagt. Dieses Nein begleitet uns durch das Leben und verdirbt jede Beziehung und jede Freude.
Eine Aufstellung macht den alten Spiegel blank und vor allem größer, so dass wir auch die Ahnen darin sehen. Es ist, als ob sie winken und lächeln, und von allen zusammen bekommen wir das "Ja", das wir für ein gutes Leben brauchen.

Termine:
8.-10. Dez. 2017 und 9.-11. Feb. 2018
Fr. 19.30 bis So. 15 Uhr, Kosten: 180 €
bzw. 90 € für Beobachter,
jeweils inkl. Übernachtung

8.-10. Dezember

Ort: Mühlenhof Wilhelmsaue
Oderbruch, Regionalbahn
ca. 50 Min. ab Lichtenberg

Anmeldung: Andree
Tel.: 0173 - 569 24 43

BeFree Tantra Festival an Silvester „Im Zauber von 1001 Nacht"

Gut Frohberg, Nähe Dresden

Das Alte klingt zauberhaft aus, das Neue beginnt energiegeladen. So feiern Singles und Paare mit vielen tantrischen Angeboten den Jahreswechsel.

Tantra Neugierige und bereits Erfahrene sind willkommen bei tantrischen Ritualen, bei Tanz, Spiel, reinigender Atem- und Energiearbeit, bei Familienaufstellungen und einem einmaligen Silvester-Event.

Die „Best of" aus dem BeFree Erfahrungsschatz, Neuheiten und Überraschungen verweben sich zu einem üppigen Tantra Büffet unter der Leitung des eingespielten BeFree Tantra Teams. Eine frühzeitige Anmeldung wird empfohlen, um sich einen Platz zu sichern.

Ausführliche Informationen auf der Website mit bebilderten Berichten: www.befree-tantra.de

28. Dez.-2. Jan.

Termin: 28.12.17 - 02.01.18

Leitung: Regina Heckert und Team

Info/Anmeldung: BeFree Institut
Tel.: 06344-95 41 60,
Email: kontakt@befree-tantra.de

Geburtsvorbereitung mit ACHTSAMKEIT – MBCP
Weniger Stress durch Achtsamkeit – MBSR-Kompaktkurs

Geburtsvorbereitung mit Achtsamkeit
Mindfulness Based Childbirth and Parenting
nach Jon-Kabat-Zinn und Nancy Bardacke
8.1. bis 5.3.2018 Mo 18:30
(9 mal 2½-3 Stunden, Übungstag und Nachtreffen)
Der 1. Termin ist ein offener Abend und eignet sich auch als Information über den Kurs.
Dieser wird von Krankenkassen bezuschusst.

Kompaktkurs in Sizilien
Weniger Stress durch Achtsamkeit
MBSR nach Jon Kabat-Zinn
21.4.-28.4.2018
8 mal 2 ¼ Stunden
und ein Übungstag in Berlin

MBCP ab 8. Januar
MBSR Kompakt 21.-28.4.

Dr. Clarissa Schwarz
Hebamme, Lehrerin,
Gesundheitswissenschaftlerin
Tel.: 030-251 86 44
clarissa.schwarz@gmail.com
www.clarissa-schwarz.de

BenefitMassage-Schule® – Die Schule für ganzheitliche Massage in Berlin

Ausbildung in ganzheitlicher Massage mit Zertifikat

Erlernen Sie an 10 Wochenenden Intuitive Massage, Fußreflexzonenmassage, Ayurvedische Massage, Klassische Massage, Tiefe Bindegewebsmassage (Faszienbehandlung) und Ganzheitliche Gelenkbehandlung (Joint Flow).

Die Ausbildung richtet sich sowohl an Einsteiger als auch an Profis, die ihre Kenntnisse erweitern oder vertiefen möchten, und bietet Ihnen den idealen Einstieg für eine haupt- oder nebenberufliche Tätigkeit.
Wir vermitteln Theorie und Praxis umfassend, ganzheitlich, individuell und praxisnah.

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

Nächstes Ausbildungsmodul:
Intuitive Massage
12.-14. Januar 2018
Übungsabend: 31. Januar 2018

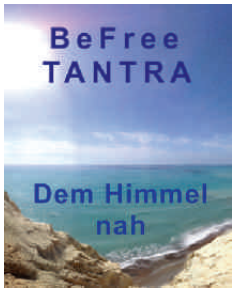
Die BenefitMassage®-Schule bietet auch **einzelne Module** und **Fachfortbildungen** zu diversen Massageformen an. Auf Anfrage schicken wir Ihnen gerne unsere BenefitMassage®-Broschüre zu .

nächstes Ausbildungsmodul

12.-14. Januar 2018

40 Jahre ganzheitliche Gesundheit

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



BeFree Tantra: Jahrestraining & Ausbildung 2018

Gut Frohberg, Nähe Dresden/ Meissen

Jeder Mensch hat das Potenzial, erfüllt zu leben und zu lieben. Wer längere Zeit am Ball bleibt, kann es schneller entfalten und wird reich beschenkt durch tiefe und berührende Erfahrungen.

Ob die vier Etappen des Jahrestrainings oder die Ausbildung zum/zur BeFree TantralehrerIn gewählt werden: Die Früchte des tantrischen Weges zeigen sich direkt durch Steigerung der L(i)ebenskraft und -qualität, sowie durch fundiertes Wissen und lebenslängliche Zufriedenheit rund um Liebe, Sexualität und Partnerschaft. Fast wie nebenbei wird beträchtliche zusätzliche Energie freigesetzt durch die Versöhnung mit Familie, früheren Partnern und der Vergangenheit.

Ausführliche Informationen anfordern oder auf befree-tantra.de
100 € GUTSCHEIN bei Anmeldung bis 30.11.*
*Pro Person ist nur 1 Gutschein einlösbar.

Leitung: Regina Heckert & Team

Info & Anmeldung:
Tel.: 06344-95 41 60

Email: kontakt@befree-tantra.de

---

14. Yogalehrerausbildung mit Stefan Datt & Team

kompletter Ausbildungskurs – traditionell und modern

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 2018 (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. Gastsprecher-programme, schriftliche Abschlussprüfung und Zertifikat.

Kursgebühr: 1080 € inkl. Script, Prüfungsgebühren und Zertifikat (Bildungsprämie nach Absprache möglich)

Yoga-Wochenende: ab 240 € inkl. Unterkunft, Verpflegung und Yogaunterricht

13. Januar - 22. April 2018

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

Heilsames Schreiben Kompaktausbildung 2018

Ingeborg Woitsch

Expressive, imaginative und meditative Schreibprozesse intensivieren das Leben und lassen die eigene Geschichte besser verstehen.

Der Kompaktkurs umfasst Grundlagen und Praxis des Heilsamen Schreibens, der Schreibtherapie sowie kreativer Biografiearbeit. Hier finden Sie inspirierende Schreib-Impulse für Ihren persönlichen Weg.

Die vielseitigen poesie-therapeutischen Erfahrungen ermöglichen auch eine professionelle Anwendung des Schreibens in Ihrem jeweiligen Berufsbereich.

HEILSAMES SCHREIBEN umfasst insgesamt 8 Wochenenden. Der Abschluss wird mit einem Zertifikat bescheinigt.

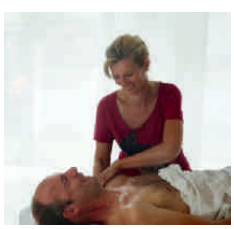
Beginn 23.-25. Februar 2018

Info und Anmeldung:
Ingeborg Woitsch
Schreibwerkstatt für Poesietherapie und Biografiearbeit. HP Psychotherapie

ORT: Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d

Tel.: 030-84 41 92 85

www.ingeborgwoitsch.de



Ausbildung Massage-und Wellnesstherapeut/in

Qualifizierte Ausbildung in schöner Atmosphäre, mit Zertifikat!
Ihr lernt eine professionelle, fließende Massage mit einem großen Repertoire an Massagetechniken. Hot Stone Massage, Fußreflexzonenmassage, klassische Massage, Ganzheitliche Massage, Aromaölmassage, Gelenkmobilisation. Ein wertvoller Teil der Ausbildung ist Existenzgründung. Körperhaltung und innere Ausrichtung sind fester Bestandteil. **Nur eine liebevoll gegebene Massage berührt in der Tiefe.**

3 Wochenenden 2018
24./25. Februar
3./4 März
17./18. März
plus WE Fußreflexzonenmassage und Hot Stone Massage (im Preis enthalten)
Kosten: 990 Euro Frühbucher 960 Euro
Ort: Akademie für Wellness und Prävention
Herberger Weg 14, 14167 Berlin
Weitere Infos:
www.massage-ausbildung-in-berlin.de

24.-25. Februar

Akademie für Wellness und Prävention

Dagmar Bengen-Leeker, Heilpraktikerin
Andreas Leeker, Massage-und Wellnesstherapeut

Tel: 030-61 20 33 96

www.massage-ausbildung-in-berlin.de

FORUM anzeigen

Kompetenz in Berlin und Umgebung

forum@sein.de

MOVE UND MEDITATION

Silvia Rodeck unterrichtet seit über 21 Jahren Bewegung, Tanz, Stimme und Yoga und ist ausgebildet im Berufsverband der Deutschen Yoga-Lehrer) BDY/EYU

„Sie vereint ihren Yogastil mit Sanftheit und Energie, mit Atem und Stimme, welcher dadurch zu einem besonderen Erlebnis wird."

Mit diesem ausgleichenden und geschmeidig fließenden Yoga kannst du in Frieden, mit Freude und Genuss und vielen Inspirationen, krafttankende Yogastunden erleben.

„Silvesteryoga"
29.12.2017-1.1.2018 in Wittbrietzen/Beelitz

„Tauche in die Stille des Winters"
23.-25.2.2018 in Golzow

Silvia Rodeck
s.rodeck@basisyoga.de
www.basisyoga.de

INTEGRATIVE KÖRPERARBEIT
Für Menschen, die zur eigenen Entwicklung bereit sind. Durch Übungen und integrierende Techniken machen wir Gedanken, Gefühle und Verhaltensmuster bewusst. Wir üben die Wahrnehmung und entwickeln die Verantwortung für unsere Handlungen. Stabilisierung, Flexibilität, Kommunikation und Kontakt mit uns selbst und den anderen.

Gruppe für Integrative Körpertherapie
ab April 2018

Fortlaufendes Morgentraining
zur Beweglichkeit und Kraft
dienstags und freitags 9-10 Uhr

Workshops, Kurse und Einzelsitzungen
nach Vereinbarung
Ich spreche Deutsch, Italienisch und Spanisch

nicadanza - bewegung und tanz
Heilpraktik für Psychotherapie
Körperarbeit - Tanz- und Gestalttherapie
Kommunikation - Ausdruck - Tango

Schröderstr. 4, 10115 Berlin
Tel.: 030 - 83 03 86 35
raum@nicadanza.com
www.nicadanza.com

BERATUNG UND COACHING

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.com
www.die-hexenschule.com

Bewegungen der Seele
In der Aufstellungsarbeit geht es um die Bewegungen in deiner Seele. Solche, die belasten und krank machen, und diejenigen, die lösen und in der Seele etwas wieder in Fluss bringen. Es geht auch um die Ur-Gestalten (Archetypen), die in jeder Seele, auch in deiner, hausen. Was auch immer dein Anliegen ist – die Frage lautet: Was in deiner Seele will jetzt angeschaut und heimgeholt werden?

Termine in der Buchhandlung Zenit
Offener Aufstellungsabend
9.11., 19 Uhr
Aufsteller 50 € - Stellvertreter 15 €
Aufstellungstag
25.11., 10-18 Uhr
Eigene Aufstellung 150 € - Stellvertreter 40 €
Aufstellungen in Einzelarbeit
nach Vereinbarung

Dipl.-Psych. Christoph Droß
Familien- und Systemaufstellungen, Aufstellungen in Einzelarbeit, psychologische Beratung

Habelschwerdter Allee 17, 14195 Berlin

Tel.: 030 - 49 78 76 72
kontakt@seelen-bewegung.de
www.seelen-bewegung.de

Mediale-Kraft-Berlin
Einzelarbeit & Potentialentfaltung

- Mediale Beratung, Coaching
- system. Aufstellungen
- REIKI & Heilbehandlungen
- Seminare, Vorträge
- Meditation

Bitte anmelden und Termin vereinbaren

Seminare

4.11.	**Familienbande & Ahnenkraft** Aufstellung, Tages-Seminar, Sa 10-17
7.11.	**Erlebnis-Vortrag:** „Von der Intuition zur Medialität" 19.30 Uhr, 10 €
14.11.	**Ich-bin-es-wert!-Training** „Gesundes Abgrenzen, 19.30 Uhr
21.11.	**Übungsabend** „Mediales Arbeiten mit Kristallen", 19.30 Uhr
25./26.11.	**Medialität & Sensitivität** Basic-Seminar, Sa/So 10-18 Uhr

Mirca Preißler
Mediale Lebensberaterin/Coach, Systemische Aufstellungsleiterin, REIKI-Meisterin, Meditationsleiterin, Akhesy®-Lehrerin, Seminarleiterin

Praxis: Mediale-Kraft-Berlin
Raum für Körperarbeit
Pestalozzistr. 3, 10625 Berlin-Charlottenburg
Tel.: 030 - 814 520 285
kontakt@mediale-kraft-berlin.de
www.Mediale-Kraft-Berlin.de

BERATUNG UND COACHING FORTSETZUNG

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 zu 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
Minutenpreis: 2,00 €

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

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**

Ich ziehe deine Schwerter
Kennst du das? Du erinnerst dich an etwas und es versetzt dir heute noch einen Stich. Dieses Schwert, was da sticht, ziehe ich dir.
Einfach und wirksam.
Unsere prägenden Schwerter und Stiche wurden meist in der Herkunftsfamilie gesetzt und wirken sich in eigener Elternschaft und allen Lebensbereichen einschneidend und bestimmend aus.

Frank hat die außergewöhnliche Gabe, hohe Energien und neue Informationen so bereitzustellen, dass „Schwerter gezogen" und deine Lebenskraft und Lebendigkeit befreit werden.
Das Neue wartet auf dich.
Dieser wundervolle Prozess ist sofort spürbar.

Probiere es einfach aus.
Die Feedbacks sind großartig.

Frank Heuser
Ich ziehe deine Schwerter

Termine per Tel.
direkt online buchbar
Ersttermin 45 Min - 78 € incl. MwSt.
Mit Geld-zurück-Garantie

www.frankheuser.com

Paar-und Einzelberatung
Amor schläft...?

Beziehung und Sexualität in
der Lebensmitte und im Alter.

Sie wünschen sich eine gute Beziehung und Sexualität in der Lebensmitte und im Alter?
Sie möchten wieder Lebendigkeit, Lebensfreude und Intimität spüren?
Dann lassen Sie uns mit unter anderem spiritueller Begleitung (Nährsystem nach Ursa Paul) auf Entdeckungsreise gehen!

Paar- und Einzelberatung
Dipl.-Psych. Brigitte Pintag-Heeg

Tel.: 030 - 8 31 66 42
0151 - 55 64 93 96
b.pintag@gmail.com
www.paarberatung-bpintag.com

Lesen im morphischen Feld
Wann immer man das Gefühl hat „stecken zubleiben" oder die Ereignisse, die einem begegnen, nicht richtig einzuordnen weiß, kann ein Blick aus der erweiterten Wahrnehmung sehr hilfreich sein. Im morphischen Feld finden Sie Antworten auf Fragen zu allen Lebensbereichen, ob beruflich, familiär, partnerschaftlich oder zum persönlichen Entwicklungsweg. Gern lese ich für Sie!

Herzintegration
Ihr Herz ist nicht nur ein Organ, sondern es kann alles, was es berührt, wandeln und transformieren. Im Rahmen der MFL®-Arbeit nutzen wir oft die Herzintegration zur Heilung von noch nicht gelösten Themen. Durch das wahrhaftige Ansehen und die vollendete Annahme heilen alle alten Wunden. Gern unterstütze und begleite ich Sie bei Ihrem persönlichen Herzintegrationsprozess.

Lesen im Morphischen Feld,
MFI® & Die Herzintegration

Marion Augustin
Tel.: 030 - 36 28 44 92
0151 - 15 31 37 62
ma@schoepfungscoaching.de
www.gutes-gelingen.de
Buchen Sie Ihren Termin!

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

BERATUNG UND COACHING FORTSETZUNG

Gestalt- und Traumatherapie
Möchtest du mehr Liebe in deinem Leben spüren? Stolperst du dabei immer wieder über vergangene Erlebnisse, deine Bewertungen oder Wut? Dann geht es dir wie vielen Menschen. Um weiterzukommen, benötigt es manchmal neue Ideen. Gerne begleite ich dich auf deinem Weg zu mehr Freude mit gestalt- und traumatherapeutischen Methoden.

Nachfolgend die Ziele meiner Arbeit. Wenn du das Gefühl hast, sehr weit davon entfernt zu sein, bist du bei mir richtig.

Freude
Liebe und der
Glaube an das, was du wirklich bist

Raum zum Sein Berlin
Yvonne Irle

Hohenfriedbergstr. 10A
10829 Berlin

Kostenloses Erstgespräch
Tel.: 0176 - 99 85 33 12
www.raum-zum-sein-berlin.de

Aufstellungen & Schamanismus
Energiemedizin
Ausbildungen, Seminare, Einzelarbeit
- Aufstellungen zu allen Themen
- Despachos/Gebetsbündel
- Rituale
- Medizinarbeit mit der Natur
- 7 Generationen-Klärung
- Auflösung karmischer und energetischer Muster

Schamanische Aufstellungen
26./27. November in Berlin

Ausbildung
schamanisch-systemisches Aufstellen
Beginn ab März 2018

TSEWA - Catarina Skirecki
Dipl. Sozialpädagogin, Dipl. Designerin
Paqo der Inkatradition

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

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

---

Tatsachen verschwinden nicht, nur
weil wir diese ignorieren oder verdrängen!
- Erschöpfung
- Depression
- Trauer
- Trennung
- Mobbing

Statt mit Auffälligkeit, Störung oder Krankheit zu reagieren, wollen Sie jetzt etwas ändern!

Vereinbaren Sie einen kostenlosen Telefontermin um herauszufinden, ob ich die Richtige für SIE bin!

Ich biete Ihnen:
- individuelles Einzelcoaching
- Lesen in morphischen Feld
- schamanische Energiearbeit
- Resilienz-Seminar 18.-26.11.17

Urtakien
Regina Hockwin-Thalmann
Gesundheitspädagogin
Coach, Medium

Tel.: 030 - 8145 3927
info@urtakien.de
www.urtakien.de

Namaste, ich bin Wanda.
Intuitive Healer, Empathisches Medium
und ich spreche zu dir von einem Ort der bedingungslosen Liebe.

In dem Moment einer spirituellen Sitzung gebe ich mich ab an etwas Höheres (ein höheres Bewusstsein) und lasse über mein hochschwingendes Energiefeld Heilenergie zu dir fließen.

- Chakra-Balancing
- Chakra-Analysis
- Chakra- & Aura-Reading
- Spiritual Seminars

Neben dem intensiven Studium des Buddhismus (9 Jahre) lerne ich seit 2014 bei dem international bekannten spirituell-schamanischen Medium Nishigandha Naila Khan.

WANDAFULHEALING
Termine nach Vereinbarung
Spirituelle Arbeit telefonisch als Fernsitzung und in meinem spirituellen Atelier in Berlin

Tel.: 0159 - 01 03 52 11
030 - 54 88 05 77
wandafulhealing@gmail.com
www.wandafulhealing.com

Mediale Lebensberatung
Familien-, Systemaufstellungen
Walking-In-Your-Shoes
Rückführungen
Reiki-Behandlungen
Reiki-Einweihungen
Bonding
Aura-Chirurgie mit A. Schmellentin
Medialität und Intuition

Einzelsitzungen, Seminare, Telefonberatungen

Aufstellungen und Walking-In-Your-Shoes
2.11., 19-22 Uhr, **22.11.**, 10-13 Uhr

Kostenloser Info-Abend
8.11. mit Medialität-Live-Demo

Mediale Kurzberatung
16.11. 30 min/30 € im Adhara Büchertempel

Workshop: „Mach(t) dein Leben leichter"
18.11. Intuition, Weg der neuen Zeit

Ute Franzmann
HP für Psychotherapie
exam. Krankenschwester

Heilpraxis
Auerstr. 26, 10249 Berlin-Friedrichshain
U-Bahn Weberwiese

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

GANZHEITLICHE HEILKUNDE

Praxis für
Energiearbeit &
Spirituelle Lebensberatung
Psychische und körperliche Blockaden sind oftmals ein Ausdruck von unverarbeiteten Gefühlen aus der Kindheit oder wurden aus der Ahnenreihe übernommen.
Im Energiefeld werden all die belastenden Gefühle, Glaubenssätze, Verhaltensmuster und abgespaltenen Seelenanteile aus dem eigenen Leben und der Vorfahren durch mein sensitives Erkennen erfasst und geklärt. In einem Raum von Liebe wird wieder die göttliche Ordnung in Verbindung mit dem Höheren Selbst und der Herzensenergie hergestellt.

- individuelle Heilmeditationen & Energiearbeit
- spirituelle Lebensberatung (auch telefonisch)

Nicolle Gabel
Heilpraktikerin

Schillerstr. 10A
12207 Berlin-Lichterfelde

Tel.: 030 - 43 07 05 50
info@nicollegabel.de
www.nicollegabel.de

GANZHEITLICHE HEILKUNDE FORTSETZUNG

Meditation
Massage
Sexualität

Hawaiianische Körperarbeit
und tantrische Rituale

Du bist die Frau und der Mann
Deines Lebens!
Liebevolle Geborgenheit und echte Zeit für Dich! Sanfte und kräftige Berührungen, leise und laute Momente, die Dir helfen, Dich selbst zu spüren und zu verehren, die Dich Deiner Wahrheit und Freude näherbringen.

Du bist das größte Abenteuer, das Du Dir vorstellen kannst - magst Du Dich zeigen und genießen? Es gibt so viel zu entdecken - bist Du neugierig?

My Temple
Lomi Lomi & Tantra

www.lomimassage-berlin.de
www.mytemple.de

Tel.: 0151 - 21 55 54 27
info@mytemple.de

Wir freuen uns auf Dich

Traumatherapie
Katharina Fertig

- Somatic experiencing
- Transgenerationales Trauma
- Coaching
  und mehr

Einzelsitzungen und Seminare

Transgenerationales Trauma

Kriegsfolgen im persönlichen und familiären Kontext
- erkennen
- lösen
- ntegrieren

Leichter umgehen mit belastenden Familienthemen

Katharina Fertig
Heilpraktikerin
für Psychotherapie

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

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

Praxis für Prana-Heilung
nach Master Choa Kok Sui®

18./19. November - PRANA 1 - P1
2./3. Dezember - PRANA 3 - P3
10. Dezember -eintägig - PRANA-Selbstheilung
Vorträge, weitere Angebote siehe Webseite

Prana-Anwendungen gerne auf Anfrage

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

- 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

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

WER BIST DU? Die spirituelle Suche und auch das alltägliche Leben dient ausschließlich der SELBSTERKENNTNIS und dem ERWACHEN. Allein die Identifikation mit „Ich" und dem Körper erzeugt das Leid in allen Lebensbereichen. Mein Sein & Wirken, in den Einzelterminen und diversen Events, ist auf dieses ERWACHEN ausgerichtet – auf die „Heilung der ersten Ursache"... die Trennung... die niemals stattgefunden hat! Keine Methode oder Technik kann diesen Frieden bringen.

Die „Heilung" liegt jenseits des Verstandes! Erkenne, wer du bist! Wer bist DU?

Event-Highlights im November/Dezember
4./5.11. & 2./3.12. Satsang & Stille-Event
15.11. & 20.12. Family-Satsang
18./19.11. & 8.-10.12. „erwachter Trommelbau"
25./26.11. Kreativ-Workshops (Xmas-Geschenke)
Jeden Montag „Worte der Wahrheit"
Jeden 1. & 3. Freitag offener Satsang-Abend

Mario Hirt
spiritueller Lehrer

Tel.: **030 - 609 38 337**
0173 - 232 95 00
praxis@mariohirt.de
www.mariohirt.de

Weitere Veranstaltungen
siehe Homepage/Facebook

GANZHEITLICHE HEILKUNDE FORTSETZUNG

Professionelle Hypnosetherapie
Hypnose, die wohl älteste Heilmethode der Menschheit, ist ein schnell wirksames und effizientes Heilverfahren mit langer Tradition. Oft stellen sich verblüffend schnell die erhofften Erfolge ein.

In meiner Praxis für Psychotherapie und Hypnose in Berlin behandle ich Menschen mit Schlafstörungen, Angst- und Panikstörungen, Trauma, Depression, Phobien und Menschen in Lebenskrisen.

Lin Müller
Heilpraktikerin für Psychotherapie,
ausgebildete Hypnotherapeutin, Kinesiologin

Weitere Infos unter:
www.lin-mueller.de
hypnose.berlin@gmx.de
Terminvereinbarung:
Tel.: 0179 - 706 19 70

DunkelLiebe – Krise als Geschenk
mit Christian Sonnenschein

„Ich zeige dir, welches Geschenk hinter deiner Krise auf dich wartet."

Du fragst dich:
„Warum passiert mir das jetzt?
Was habe ich falsch gemacht?
Warum (immer) ich?"

Du steckst nach einem schockartigen „Querbeschleuniger" gerade in einer akuten Krise und weißt nicht mehr weiter.

Schockartige Querbeschleuniger sind unerwartete Schicksalsschläge, existentielle Erlebnisse, Trennungen, Krankheiten, der Verlust einer Arbeitsstelle oder Schwierigkeiten mit der Verarbeitung von spirituellen Erfahrungen.

Christian Sonnenschein
Heilpraktiker für Psychotherapie

Tel.: 0173 - 899 15 10
Telefonische Soforthilfe
bei akuten seelischen Krisen

Jetzt Termin online buchen:
www.dunkelliebe.com

Hypnosetherapie
- Entdecken Sie das Geheimnis Ihres Unterbewusstseins.
- Finden Sie einen neuen Partner, einen neuen Job und stärken Sie Ihr Selbstbewusstsein.
- Überwinden Sie Selbstzweifel, Unsicherheiten, Ängste, Zwänge und Phobien.
- Gewichtsreduktion ohne Hungergefühle ist mit Hypnose möglich.
- Meistern Sie neue Lebensumstände und Umorientierungen.
- Finden Sie Ruhe und Entspannung oder lassen Sie sich in ein früheres Leben zurückführen.

Termine für die besonderen **Klang-Meditationen** finden Sie auf meiner Webseite.

Hypnosepraxis Livingmind
Natascha Griesinger
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Hypnosetherapeutin

Goldammerstr. 34, 12351 Berlin
Tel.: 030 - 25 81 63 23
info@mit-sicherheit-griesinger.de
www.mit-sicherheit-griesinger.de

Tiefgehende Energieheilung
Der Weg aus dem Schmerz
Alexandra Reimann behandelt mit ihrer klaren, lichten Energie Menschen, die ihre körperlichen und seelischen Blockaden und Schmerzen auf den tiefsten Ebenen lösen und heilen möchten. Sie nimmt mit den Händen sofort wahr, wo genau im Körper die Ursache des Problems liegt. Der Schmerz sitzt oft an einer anderen Stelle als die Quelle. Sie führt dann gezielt Energie zu, bis die Selbstheilung maximal angeregt ist.

Wann ist eine Behandlung sinnvoll?
- plötzlich auftretende Krankheiten/Schmerzen
- chronische Schmerzen
- Verspannungen und Blockaden
- Müdigkeit und Niedergeschlagenheit
- Burnout

Auch als Fernbehandlung, wenn Sie außerhalb Berlins wohnen.
Gern erklärt Ihnen Frau Reimann den genauen Ablauf. Fragen Sie einfach nach!

Alexandra Reimann
Energieheiler & Coach

Praxis: Otto-Suhr-Allee 94
10585 Berlin

Tel.: 030 - 40 74 40 60
0176 - 30 67 46 10
www.alexandra-reimann.com

Gruppenevent: Sound Healing
jeden 2. Sonntag im Monat, 18.30-20 Uhr

Praxis für achtsamkeitsbasierte Psychotherapie & Traumatherapie
- Somatic Experiencing
- EMDR (HeilprG)
- Integrative Bindungsorientierte Traumatherapie bei Säuglingen und Kleinkindern
- Krisenintervention
- Achtsamkeitstraining (auch **Gruppe**)
- Burnout- & Stressmanagement (auch **Gruppe**)

Wenn die Achtsamkeit etwas Schönes berührt, offenbart sie dessen Schönheit.
Wenn sie etwas Schmerzvolles berührt, wandelt sie es um und heilt es.

Thich Nhat Hanh

Ines Finke
HeilpraktikerIn für Psychotherapie
Burnout-BeraterIn

Einzelsitzungen und **Gruppen**

Tel.: 0151- 226 50 748
info@hp-psychotherapie-inesfinke.de
www.hp-psychotherapie-inesfinke.de

Shiatsu - Mechthild Sachsenweger

Energetische Shiatsu-Körperarbeit
- hilft, Ihr inneres Gleichgewicht wiederzufinden,
- löst Spannungen bei Stress (z.B. Schultern, Nacken, Rücken)
- bringt Klarheit in Krisenzeiten und unterstützt Sie bei Ihrer persönlichen Entwicklung,
- begleitet Sie während einer Schwangerschaft.

Sie werden sich spürbar leichter, wohlig entspannt und belebt fühlen.
Pro Sitzung 60 €

Mechthild Sachsenweger
Shiatsu (GSD anerkannt)
Physiotherapeutin
Transformationstherapeutin (nach Robert Betz)

Limastr. 2, 14163 Berlin

Tel.: 0170 - 3 10 71 73
msachsenweger@t-online.de

GANZHEITLICHE HEILKUNDE FORTSETZUNG

Ayurveda Wellness auf 4 Etagen mit Hofgarten und Dachterrasse
- Geschenkgutscheine in unserem Shop
- jeden Monat neue Massage-Angebote!
- Massagen schon ab 25 €
- Samstags Vipassana-Meditation
- MBSR-Kurse Achtsamkeitsmeditation seit 4.10.
- **neuer Yogakurs ab 2.11.**, 18 Uhr (8 Termine)
- **Vortrag: „Erkältungskrankheiten im Herbst vorbeugen" 14.11.**, 19 Uhr
- Ayurveda-Shop: Gewürze, Tee, Bücher u.v.m.
- Ayurveda Wellnesstage und Schönheitstage
- Ayurveda-Massagen mit warmem Kräuteröl
- Shirodhara - der ayurvedische Stirnölguss
- Reissäckchen-Massage
- Ayurvedisches Dampfbad und Sauna
- Ayurveda-Kosmetik
- Ayurvedische Ernährungsberatung
- Klangschalenmassage und -meditation
- Vermittlung von Kuren in Sri Lanka

Surya Villa
Ayurveda Wellness Zentrum

Rykestraße 3, 10405 Berlin

Raumvermietung für Kurse und Seminare

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

Neulich
bei einer Rückenmassage
Die Folgen seiner lange zurückliegenden Schulterverletzung kann ich nicht umkehren - ein schlaffer rechter Arm mit wie zum Schwur versteifter Hand. Dennoch habe ich bei der Rückenmassage voller Mitgefühl auch seinen Arm und seine Hand massiert, mit der Intention, ihm das Gefühl wiederzugeben, sie sind Teil seines Körpers.

Mit tief bewegter Stimme sagte er:
„Ich habe viele Behandlungen bekommen.
So wurde ich noch nie berührt."

In einer Wohlfühlatmosphäre, in der die Aufmerksamkeit ganz dir gehört, widme ich mich insbesondere auch den Verspannungsklassikern Nacken, Schultern und unterem Rücken.

Jeder ist einzigartig, möchte so gesehen, auch so berührt sein.

senSietief - Dietmar Else
Körpertherapeut, Yogalehrer
Gottschalkstraße 8, 13359 Berlin

Tel.: **030 - 494 63 29**
kontakt@senSietief.de
www.senSietief.de

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

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

AUSBILDUNGEN UND TRAININGS

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 seit Oktober 2017
Einstieg noch möglich

Zusätzliche Lerngruppen in supportiver Psychotherapie und Lebensplananalyse

Nächste Info-Abende
Mi, 1. & Mo, 13. November, jeweils 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

Berliner Heilpraktiker Institut

Heilpraktiker-Ausbildung

- Praxisbezogene Prüfungs- und Berufsvorbereitung
- Kostenloser Gastunterricht in laufender Ausbildungsgruppe
- Individuelles Prüfungstraining
- **Vormittagsgruppe seit September**
- **Wochenendgruppe ab Januar**
- Einstieg in laufende Gruppen jederzeit möglich

Ausbildung in Naturheilkunde und Körpertherapien

- Atem- und Bewegungstherapie
- Shiatsu-Ausbildung
- Breuß-Massage
- Biodynamische Massage
- Fuß- und Handreflexzonentherapie

Wir freuen uns auf Sie
Hanne Edling, Jens Edling, Angela Borack

Berliner Heilpraktiker Institut

Belziger Str. 69/71
10823 Berlin-Schöneberg

Tel.: 030 - 3 06 25 74

buero@berliner-heilpraktiker-institut.de

www.berliner-heilpraktiker-institut.de

Grundausbildung Aura-Sehen n. R. Strücker
Jeder Mensch hat ein Energiefeld, das ihn umgibt und durchdringt: die Aura. Alle persönlichen Infos, Ereignisse, Fähigkeiten und Probleme körperlicher, psychischer & geistiger Art sind als Schwingungsmuster, einengende Gedankenkonzepte und Blockaden in unserer Aura vorhanden. Jeder Mensch kann lernen, dies wahrzunehmen. Die einjährige Ausbildung beginnt am 11. und 12. November und wird mit zehn Ausbildungstagen fortgesetzt.
Infoabende: 2.11., 9.11., 19 Uhr, kostenfrei

Ausbildung Feng Shui und Geomantie
Es wird ein ganzheitliches Verständnis für die Verbindung/Kommunikation zwischen Mensch und Raum vermittelt. Wir schulen unsere Wahrnehmung, um Energiefelder zu erleben. Die theoretischen Grundlagen des Feng Shui/der Geomantie werden vermittelt und Übungen zur Vertiefung angewendet. Auf Exkursionen vertiefen wir unsere Erfahrungen. Die Ausbildung beginnt am 10. und 11. März und wird mit jeweils einem Wochenende fortgesetzt.
Infoabende: 17.11., 19.1., 16.2., 19 Uhr, kostenfrei

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.

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

Harmony power
Deine Heilpraktikerschule

Unsere Berater- und Heilpraktiker-Ausbildungen
- Heilpraktiker-Grundstudium medizinisch, ab 99 € mtl.
- Grundstudium HP-Psychotherapie, ab 99 € mtl.
- Grundstudium Heilpraktiker und Psychotherapie, ab 195,- € mtl.
- Heilpraktiker-Studium „Klassik": Grundlagen und Naturheilkunde, ab 333 € mtl.
- Heilpraktiker Psychotherapie Grundlagen und Therapien, ab 291 € mtl.
- Gesundheits-, Ernährungs- und Lebensberater, ab 289 € mtl.

Wenn du mehr willst, dann buche das:
- „Harmony power Heilpraktiker"-Studium: einzigartige Heilpraktiker-Komplett-Ausbildung aus Medizin, Psychologie, Psychotherapie, Naturheilkunde und Huna, ab 349 € mtl.

HARMONY POWER
DEINE HEILPRAKTIKERSCHULE
Eberswalder Str. 30
10437 Berlin

Info: 030 - 44 04 84 80
info@harmony-power.de
www.harmony-power.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
6., 13., 27. Nov. & 2., 11. Dez. offen für alle
20. Nov. & 18. Dez. von Mann zu Mann
Anmeldung und Vorkenntnisse sind nicht nötig.

14-tägiger Intensivkurs an 7 WE in Berlin
3. Februar bis 1. Juli 2018
500 € Bildungsprämie für Berufstätige möglich

Angebote auf Anfrage
zu Coaching, Beratung, Training
für Einzelpersonen, Gruppen und Unternehmen

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 UND TRAININGS FORTSETZUNG

Traumatherapie am igf
Neben der Basis- und Weiterbildung, welche bis zur international anerkannten Zertifizierung als „Gesprächs- & Focusingtherapeut" führen, bietet das igf ab Frühjahr 2018 auch eine Weiterbildung zum Thema Trauma an: **„Focusingorientiert, integrale Traumatherapie" (FITT)**, sowie eine Traumagruppe an.
Die Ausbildung ist konzipiert für Menschen, die bereits eine Therapeutenausbildung und zumindest Focusingvorkenntnisse haben.

In der Weiterbildung zum **focusingorientiert, integralen Traumatherapeuten** können Sie, die Teilnehmenden, neben viel Selbsterfahrung mehr Sicherheit und Knowhow zur therapeutischen Begleitung von Menschen mit Trauma erwerben.
In zwölf Wochenendseminaren wird in kleiner Gruppe (6-9 Personen), focusingorientiert wichtigen Themen zum Schwerpunkt Entwicklungstrauma, also frühe Verletzungen in unserem Leben, viel Raum gegeben.

Mehr Infos zur Ausbildung entweder auf den Seiten des igf (igf Berlin – Ausbildung), auf der eigens erstellten Webseite zum Thema Trauma (auch für Klienten): **www.traumaheilung-care.de** oder natürlich gerne persönlich im Institut (igf).

Institut für integrale Gesprächs- und Focusingtherapie (igf) Oliver Kreim
Waldstr. 11, 16567 Mühlenbeck
Tel.: 033056 - 28 50 46
www.focusing-igf.de

Körper der Gnade
Neue Fortbildung
mit Tiamat S. Ohm

2018 in Berlin

info@emotional-dance-process.de
Einführungstage 2017 in Berlin & Hamburg

Emotional Dance Process®

Folgt dem Impuls,
der Kreativität
und neuen Möglichkeiten

EDP Berlin
Daniela Büche, Tel. 0157 - 37 04 07 10

Emotional Dance Process®
HeilKunst in Bewegung
EDP Office Deutschland Schweiz
Tiamat S. Ohm
Tel. 0049 (0)6172 - 4 99 79 73
www.emotional-dance-process.de

Maßgeschneidert zum Heilpraktiker
Vormittags-, Abend-
und Wochenendkurse

4.11. Workshop „Kunst der Berührung"
7.11. Erlebnisabend: Ganzheitliche Massage
15.11. Start Ausbildung Traumatherapie
18.11. Kraft der Steine - Energie zum Anfassen
28.11. Kostenl. Infoabend Heilpraktikerausbildung

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

Winkels Akademie
Die Schule für Naturheilkunde und Wellness

Was wir euch bieten:
- Umfangreiches Kursangebot
- Unterricht durch praxiserfahrene DozentInnen
- Begleitung bis zum Berufsstart
- Flexible Ausbildungstermine
- Kostenlose Wiederholungstage
- Schülerrabatte
- Wohlfühlatmosphäre

Klein – fein – flexibel
Gern beraten wir dich persönlich!

Winkels Akademie GmbH
Bleibtreustraße 6
10623 Berlin

Tel.: 030 - 312 41 26
info@winkels-akademie.de
www.winkels-akademie.de

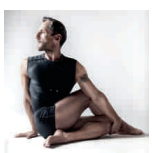


Foto © Anne Hamann

4.11. Spezialklasse Yogatherapie ‚Gelenke' mit Boris Patek
12.11. Masterclass Hatha Yoga mit Ferri Djabbari
18.11. Workshop Yoga at Home mit Boris Patek
24.11. LNB Schmerztherapie & Engpassdehnung mit Jagata Schaad & Ferri Djabbari
25.11. Ayurvedische Selbstmassage mit Jagata Schaad
26.11. Meditation, Ruhe und Frieden in sich selbst finden mit Anna Trökes

Yogalehrerausbildung Februar-Sept. 2018
- Yogaphilosophie und -praxis
- Grundkenntnisse der Anatomie
- Aufbau und Wirkung der Asanas
- Verständnis für die Arbeit mit Menschen
- Psychologische Hintergründe
- Östliche und westliche Herangehensweise
- Chakren- und Energiearbeit, Meditation
- Ayurveda-Grundausbildung
- Unterrichtsgestaltung/Lehrerassistenz

Early Bird II bis 31.12.17

Informationstermine zur Ausbildung:
11.11. & 25.11., 18-18.45 Uhr

Yoga & More
41 Yoga-Kurse pro Woche, Einsteigerangebot:
10 Tage Yoga für 10 €

Yoga- & Pilates-Kurse, Ayurveda, Massagen, Ladengeschäft
Wilmersdorfer Str. 98, 10629 Berlin
Tel.: 030 - 76 90 20 30
Weitere Infos auf: **www.yoga-more.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

AUSBILDUNGEN UND TRAININGS FORTSETZUNG

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

CORE ENERGETICS® BERLIN

Core Energetics Ausbildungsinstitut
Core Energetics öffnet den Zugang zu unserem Innersten (dem CORE)

Wenn Schmerzen und Symptome dich mit dem Körper hadern lassen, wenn Vorstellungen, wie du sein sollst, dich einengen, ist die Lebensfreude blockiert. Das Entdecken deines wahren Wesenskerns führt zurück zum Frieden in dir.

Verfestigte Strukturen werden als Abwehrmechanismen erkennbar, körperpsychotherapeutische Übungen wandeln nachhaltig alte Muster und befreien unser CORE.

Aktuelle Seminare 2017

11./12.11. Ja! zur Lebensfreude
16./17.12. Öffne dein Herz

Institut für Körperpsychotherapie (EABP)
Hedy Geimer-Lorusso

Damaschkestraße 25
10711 Berlin

Tel.: **030-318 033 89**
institut-info@core-energetics.de
www.core-energetics.de

BERLINAKUPUNKTUR SCHULE

Die **Berlinakupunktur Schule** wird von dem Gedanken getragen, die klassische Akupunktur weitreichender zu etablieren.

Wir orientieren unseren Unterricht an 20 Jahren Praxiserfahrung und lehren die Behandlungssysteme, die sich bewährt haben. Mit den Grundlagen in Theorie und Praxis schaffen wir einen soliden Start in die eigene Berufstätigkeit.

Wir bieten Ihnen Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene, erfahrene Dozenten und fundiertes Wissen zur Philosophie der chinesischen Medizin.

Als Community Acupuncture Schule bieten wir Ihnen außerdem eine flexible Kursgebühr. Zwischen einem Minimal- und Maximal-Betrag können Sie die Höhe Ihrer Kursgebühren selbst festlegen.

Neue Kurse, Dauer 1 Jahr:
Beginn A-Kurs: 9.1.18, B-Kurs: 16.1.18

Seminare, jeweils Sa & So 10-16 Uhr:
Shen-Akupunktur 11. & 12.11.17
5 Elemente 9. & 10.12.17

Infos & Kontakt unter:
olivia@berlinakupunktur-schule.com
www.berlinakupunktur-schule.com

守中 SHOU ZHONG

Ausbildungen in Chinesischer Medizin
- Praxisorientierter Unterricht ergänzt mit angeschlossener Lehrpraxis
- Unterricht berufsbegleitend an Wochenenden
- Als Abschluss Erwerb eines AGTCM-Diplomes

Fachbereiche: Akupunktur, Arzneimitteltherapie, Tuina, Qi Gong, Geburtshilfliche Akupunktur

Tag der Chinesischen Medizin
11.11.17, 11-18 Uhr

Infoabende
12.12.17, 20 Uhr & 11.1.18, 19 Uhr

Beginn der Ausbildungen
Akupunktur: 1.2.18 (Frühbucher bis 15.12.17)
Qi Gong: 16.2.18
Arzneimitteltherapie: 1.2.19

Shou Zhong – Aus- und Weiterbildungszentrum für Chinesische Medizin

Belziger Str. 69-71
10823 Berlin, am Rathaus Schöneberg

Tel.: 030 - 29 04 46 03
shou.zhong@t-online.de
www.abz-ost.de

Geomantie
Spirituelle Erdwissenschaften
Der geistige Schulungsweg in der Natur.

Intensives Wahrnehmungs, Meditations- und Heilertraining in der Landschaft.

- Hausuntersuchungen
- Seminare

Ausbildung Geomantie
Neuer Dreijahreskurs beginnt

Info-Abende 17. und 23.11.17, 19.30 Uhr
Praxis H. Arzt, Holsteinische Str. 44, 10717 Berlin-Wilmersdorf, Eintritt frei, tel. Anmeldung erbeten

Schnupperseminar
1.-3.12.17, Sächsische Schweiz

Institut für Geomantie
Dr. Gregor Arzt
Undinenhof, Bauernende 25
Barnewitz, 14715 Märkisch Luch

Tel.: **033876 - 901 47**
0179 - 546 35 11
gregorarzt@hotmail.de
www.undinenhof.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

BERLIN NEWS und KLEINANZEIGEN

Termine 60–62
regelm. Termine 63
Wer macht was 63–64
Vermischtes 65
Adressen 66

© Jürgen Fälchle - Fotolia.com

... einfach und kostengünstig auf unserer Internetseite schalten: www.sein.de Tel.: 26 32 02 30

"Berlin NEWS" sind kostenfrei und unterliegen redaktioneller Auswahl. Einsendungen (max. 800 Zeichen) bitte mit Bild an news@sein.de

MITTWOCH 1.11.2017

7.30h: DYNAMISCHE MEDITATION im Haus Lebenskunst von montags bis freitags um 7.30h, 5 €, weitere Informationen: www.haus-lebenskunst.de

20h: Aus der Mitte Leben! Beziehung - Kontakt - Haltung. Achtsamkeitsbasierte Selbsterfahrung mit dem Schwert, www.schwertweg-berlin.de

DONNERSTAG 2.11.2017

20h: Buddhistischer Vortrag mit Lama Dechen Rinpoche ´Was heißt hier Erleuchtung?´, B-Gneisenaustr. 111, 1. OG, ☽ 033838-30985

BERLIN NEWS

Adhara Büchertempel
Spirituelle Fachbuchhandlung

Veranstaltungen im Adhara Büchertempel

Der Adhara Büchertempel bietet im November Veranstaltungen zu diversen Themen an.

Termin: Sa, 4. November, 11-17 Uhr Heilpraktiker-Erlebnistag kostenfrei, Spenden willkommen
Fr, 17. November, 19 Uhr, 7 € Metall-Element-Abend und Traumreise mit Bernd Monecke
Mi, 22. November, 19 Uhr, 8 € Harfengesang mit Saventurin
Do, 30. November, 19 Uhr, 7 € Buchlesung „Werde zur besten Version deines Selbst" mit Tanja Schade-Strohm
Ort: Adhara Büchertempel Proskauer Str. 13, 10247 Berlin
Info: &Anmeldg.: 030 - 47 47 47 40 **www.adhara.de**

19.30h: DEVA PREMAL & MITEN KONZERT Temple At Midnight Tour Konzertsaal der UdK Hardenbergstr.33, 10623 Berlin Beginn 19.30 Uhr/Einlass 18.30 Uhr Tickets: www.eventim.de Veranstalter: www.soulevents.info

FREITAG 3.11.2017

9h: SPENDENYOGA - Ashtanga Vinyasa Yoga & Entspannung - BiSee, Bizetstr. 43, mit Mareike - www.ziel-begleitung.jimdo.com

19.30h: HU-Gesang: Das höchste Gebet der Seele und Liebeslied an Gott. Dauer 20 Min. ECKANKAR Berlin, Friedbergstr. 45, ☽ 322 8277

19.30-21h: Offener Aufstellungsabend, Sigrid Scherer, Wilmersdorf, Prinzregentenstraße 85, vorh. Anmeldung, ☽ 5306 2874

BERLIN NEWS

Engel-Channelings

Engelmedium Marianne Ammann gibt persönliche Channelings. Diese Botschaften werden auf CD gebrannt. Außerdem kann an diesem Tag tief in diese wundervollen Energien eingetaucht und die verschiedenen Lichtenergien können gespürt werden. Wer sich nach Frieden sehnt oder auch nur mal zum Schnuppern dabei sein möchte, ist herzlich willkommen.

Termin: So, 5. November, 11-17 Uhr
Eintritt: 90 €
Ort: Praxis Lecorquille Kulmerstr. 18 10783 Berlin
Info: und Anmeldung: **www.engel-channeling.de**

20h: Satsang mit Muni-Total LOVE- Neidenburger Allee 13, 14055 Berlin Beitrag 15 €, Info: ☽ 069-285 146, Ishtadeva www.muni-satsang.de

SAMSTAG 4.11.2017

11-17h: Heilpraktiker-Erlebnistag, Adhara Büchertempel, www.adhara.de, Eintritt frei, Spende willkommen

11h: Satsang Intensive mit Muni-TOTAL LOVE 11-13.30, 15.30-18 Uhr, Yogazentrum Stiller Ozean Paretzerstr. 17, 10713 Berlin, Beitr. 45 €, 1/2 Tag 25 €, ohne Anm. ☽ 069-285 146 Ishtadeva www.muni-satsang.de

14h: Jahreskreisritual Samhain/Ahnenfest, 35 €, Remise Reinickendorf, ☽ 0170-215 9159, www.schamanischeHeilarbeit.de

15h: ´Manifestation des Herzenspotentials´ - Channeling und Meditation zum Vollmond mit den Erzengeln. Dagmar Bolz: ☽ 8596 7688

SONNTAG 5.11.2017

11h: Engelseminar mit Channelings & Eintauchen in wundervolle Energien. Kulmerstr 18, Praxis www.engel-channeling.de, ☽ 0171-793 5384

11h: Satsang Intensive mit Muni-TOTAL LOVE- 11-13.30 Uhr, 15.30-18 Uhr, Yogazentrum Stiller Ozean Paretzerstr. 17, 10713 Berlin Beitr. 45 €, 1/2 Tag 25 €, ohne Anm. ☽ 069-285 146 Ishtadeva www.muni-satsang.de

12h: Biodanza: Offene Sonntagsmatinee, Rheinstraße 45-46, Berlin-Steglitz, Anmeldung und Infos: ☽ 0177-528 7573

19h: Vollmondtrommeln afr. bras. Rhythmen live, freies Tanzen barfuß, Lebenskunst Mehringdamm 34, 2. Hof 5. OG, Xberg, Informationen: vollmondtrommeln.de

MONTAG 6.11.2017

18.30h: Meditieren lernen, 12 €, Schamanischer Heilraum, Remise Reinickendorf, www.schamanischeHeilarbeit.de, ☽ 0170-215 9159

19h: Faszien, ein Schlüssel zur Gesundheit? PostFascialTechnik (PFT)® - manuelle Faszienbehandlung. Vortrag/Demonstration, kostenlos. Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, www.RalfWelti.de

19.30h: ´Gespräche der Stille´, Christian Meyer, Satsang, Zentrum zeit-und-raum, Grunewaldstr. 18 HH, 10823 Berlin, U7 Eisenacherstr., www.zeitundraum.org/zentrum

20h: Gefühlsschule, offene Gruppe zum Kennenlernen, einfach kommen! 12 €, Schbg., Welserstraße 5-7, SF, www.martinrubeau.de, ☽ 0170-345 6763

20h: Infoabend: Zwei Jahre Wachsen und Lernen Aus- und Weiterbildung Familienaufstellung / Systemische Therapie beginnt ab November 2017 mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d ☽ 69 81 80 71, www.ifosys.de

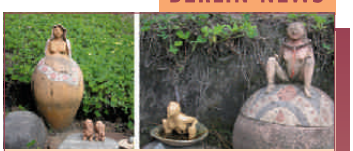
DIENSTAG 7.11.2017

18h: Volkslieder aus Europa: erlernen, verstehen, singen, „Haus am Mierendorffplatz" Ecke Lise-Meitner-Str., Eintritt 1 €

18.15h: AFTERWORK BIODANZA im Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 15 € inkl. Eintritt zu COME TOGETHER - Tanz & Begegnung ab 20h, www.haus-lebenskunst.de

19h: Tinnitus. Vortrag von Olaf Grüneis, Heilpraktiker. Solmsstr. 36, Kreuzberg. Bitte anmelden bis 12 Uhr ☽ 0176-5591 7943

BERLIN NEWS



Offener Frauenkreis

Angelehnt an die neue Frauenbewegung „Erwachte Weiblichkeit" können in diesem geschützten Kreis der Frauen persönliche Erfahrungen, Erlebnisse und Informationen zum Thema Spiritualität ausgetauscht werden. Ein wichtiger Bestandteil des offenen Frauenkreises ist die Wiederentdeckung der weiblichen Spiritualität. Seit der Zeitenwende 2012 ist der Ruf nach einer neuen, weiblichen Dimension des Seins und des Umgangs mit uns selbst, der Erde und dem Universum zu vernehmen.

Termin: Mo, 13. November, 18.30Uhr
Mi, 13. Dezember, 18.30Uhr
Eintritt: 5 € für Raummiete
Ort: Atelier Healing Arts im Erde-Museum, Weichselstr. 52, 12045 Berlin
Info: Tel. 0176 - 21 84 45 70 info@atelier-healingarts.de **www.atelier-healingarts.de**

20h: Spiritueller Abend - die Geistige Welt erleben! Einführung-Übungen-Demo mit Maria und Dannie. Ort: Lovers Space, Choriner Str. 20, Berlin-Mitte. Informationen: ☽ 0163-159 1117, www.spiritsoul.eu

20h: Off. Abend Fam/Syst. Aufstellungen, Dana Ruthmann HP, Wehneltsteig 5, B-Siemensstadt, ☽ 0176-9674 3749 www.ruthmann-dana.de

20h: COME TOGETHER - Tanz & Begegnung im Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 5-7 €, www.haus-lebenskunst.de

MITTWOCH 8.11.2017

18h: Auf der Suche nach dem verlorenen Glück, Vortrag VHS Zehlendorf, Onkel-Tom-Str. 14, Info beim Dozent: ☽ 813 5421

18.45h: MEINE ALTERNATIVE im Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 10 €, HEUTE: Zeit zum Fühlen, www.haus-lebenskunst.de

19h: Vortrag: Meine Räume und Ich - Feng Shui und Geomantie mit Gabriele Wächter, im Forum Gesundheit Neukölln, Weserstr. 175, 12045 B, 15€, Anm. ☽ 8596 2087

BERLIN NEWS

Einladung zum Erlebnisabend

Einladung zu einem heilsamen und tief berührenden Abend mit Dorothée Hauck (Reconnective Healing®) und Angelika Krath (Coaching für Hochsensible), voller Inspiration und als Raum zum Entdecken neuer Möglichkeiten für ein lebendiges, verbundenes Leben im Gleichgewicht. Die Vorträge „Aus vollem Herzen hochsensibel" und „Rückverbindung zum ursprünglichen, individuellen Potential" werden durch das Erspüren der kraftvollen Frequenzen von Reconnective Healing® und einer entspannenden Meditation, die ins Herz führt, abgerundet.

Termin: Fr, 17. November, 19-21 Uhr
Eintritt: frei
Ort: Zentrum für Alexandertechnik Auguststr. 65, Berlin-Mitte
Info: &Anmldg. Tel. 0179 - 4902313 oder Tel. 030 - 43 73 18 90 **www.reconnect-berlin.com**
www.wunderbar-empfindsam.com

DONNERSTAG 9.11.2017

18h: Räucherkreis: Seminar und Praxis auf Spendenbasis. Anmeldung: ☽ 4405 3037, Mehr Info: www.annapurath.com

19h: Familien- und Systemaufstellungen: ´Bewegungen der Seele´. Dipl.-Psych. Chr. Droß. Ort: Zenit, Pariser Str. 7, seelen-bewegung.de

19.30h: ´Gespräche der Stille´, Christian Meyer, Satsang, Zentrum zeit-und-raum, Grunewaldstr. 18 HH, 10823 Berlin, U7 Eisenacherstraße, www.zeitundraum.org/zentrum

20h: Buddhistischer Vortrag mit Lama Dechen Rinpoche ´Alle Lebewesen sind gütig!´, B-Gneisenaustr. 111, 1. OG, ☽ 033838-30985

FREITAG 10.11.2017

9-10h: ASHTANGA VINYASA YOGA & ENTSPANNUNG - jeden Freitag - BiSee, Bizetstr. 43, mit Mareike - www.ziel-begleitung.jimdo.com

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

Anzeigenschluss 10. November 17
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

17.30h: Synergetische Aufstellungen bei HP Psych. Heike Sansoni, Bamberger Str. 48a in Schöneberg, ☽ 0177-240 4257, www.synergetik-berlin.de

18h: Erfüllte Beziehungen. Offene Gruppe. Aufstellen von inneren Anteilen. Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7D, 10965 Berlin. www.erlebens-raum.de, ☽ 0175-908 1668

18.30h: Ohne Lesebrille leben... Seminar mit Übungen zur Verbesserung unserer Sehkraft Heilpr. Kirsten Koschig, ☽ 2146 2995

19h: Vortrag: Der wissenschaftliche Aufbau des Menschen aus ganzheitlicher Sicht. Café Jespresso, Wiesbadener Str. 33, Information: www.evolutionskreis.de

19.30h: ´Tiere als göttliche Herzöffner´ ECK Licht und Ton Gottesdienst bei ECKANKAR Berlin, Friedbergstr. 45, ☽ 322 8277

SAMSTAG 11.11.2017

10-18h: 1. Berliner Walking-In-Your-Shoes Gruppe, im Fresh 30, Neue Steinmetzstraße 6 10827 Berlin-Schöneberg, Vorh. Anmeldung bei hermannjbach@web.de

10-18h: Fam/Syst. Aufstellungstag, Dana E. Ruthmann HP, Wehneltsteig 5, Berlin-Siemensstadt, ☽ 0176-9674 3749, www.ruthmann-dana.de

10-19h: HELDENMARKT - Verbrauchermesse für nachhaltigen Konsum, Luckenwalder Str. 4-6, 10963 Berlin, www.heldenmarkt.de

BERLIN NEWS

Yoganandas Cosmic Chants

Paramahansa Yogananda beschrieb seine Cosmic Chants als „Lieder der Seele, die man singt, um in Verbindung mit Gott zu gelangen". Die meisten zeichnen sich durch einen kurzen Text mit einer einfachen Melodie aus, die leicht zu lernen und mitzusingen ist. Dabei soll sich der Singende ganz auf seine Hingabe zu Gott konzentrieren. An diesem spirituellen Konzertabend gibt es eine Mischung aus reinem Zuhören und aktivem Mitsingen.

Termin: Sa, 18. November, 19 Uhr
Gesang Alexandra Marisa Wilcke
Tabla Ravi Srinivasan
Sitar Sebastian Dreyer
Keyboard/Saxophon: C. Wecke
Eintritt: 12/10 € erm., bis 16 Jahre 5 €
Ort: Kirche zum Heilsbronnen Heilbronner Str. 20, 10779 Bln.
Info: **www.marisa-music.com/html/termine.html**

11h: Einzigartig: Alexander Technik & Quantenfeld-Aufstellung. Nachhaltige Transformation auf psych.-phys. & spirit. Ebenen. Heute u. morgen, 12.11. Einzelstd. 90 min. ☽ 7667 9809, www.art-of-transformation.de, www.monika-scholz-alexander-technik.eu

15h: 11:11:1 Channeling und Meditation zur Lichtportal-Öffnung mit den Aufgestieg. Meister/innen u. Erzengeln. Dagmar Bolz: ☽ 8596 7688

18h: BIODANZA - Die ganze Fülle des Lebens erfahren und tanzen! Infos und Anm. bei Elke, ☽ 01525-422 2207, tanz-biodanza.berlin

SONNTAG 12.11.2017

10-18h: HELDENMARKT - Verbrauchermesse für nachhaltigen Konsum, Luckenwalder Str. 4-6, 10963 Berlin, www.heldenmarkt.de

11h: MEIN(E) SEELENPARTNER. Tagesseminar mit Energiearbeit in Schöneberg zur Klärung ganz individueller Anliegen. 89 €, vorh. Anm. erford.: www.aura-coach.de

MONTAG 13.11.2017

18h: Die Kunst des Liebens (nach E. Fromm), Vortrag VHS Wilmersdorf, Prinzregentenstr. 33, Info Dipl. Psych. V. Rudolph, ☽ 813 5421

20h: Gefühlsschule, offene Gruppe zum Kennenlernen, einfach kommen! 12 €, Schönebg., Welserstraße 5-7, SF, www.martinrubeau.de, ☽ 0170-345 6763

20h: NADA BRAHMA MEDITATION im Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 5 €, www.haus-lebenskunst.de

DIENSTAG 14.11.2017

19h: Autogenes Training Präventionskurs, 14., 21., 27.11.2017, Di 19-21h, S/U Friedrichstraße, Infos und Anmeldung: www.claudiakunze.de

19h: Vortrag Ayurveda: Erkältungskrankheiten im Herbst vorbeugen und lindern. Surya Villa, Rykestr. 3, 10405 Berlin, ☽ 4849 5780

19h: Rheuma und Arthrose. Vortrag von Olaf Grüneis, Heilpraktiker. Solmsstr. 36, Kreuzberg. Bitte anmld. bis 12 Uhr ☽ 0176 5591 7943

19.30h: Where is Happiness? Du kannst nicht glücklich werden, du kannst nur glücklich sein, kostenlos, Adidam Buchladen, Pestalozzistr. 39, 10627 B. ☽ 4508 7201, www.adidam.de

19.30h: LIEBE & LEBENSKUNST im Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 13 €, www.haus-lebenskunst.de

MITTWOCH 15.11.2017

19.30h: Offener Abend BIODANZA: Aus Lust am Leben komm tanzen! Allein, zu zweit, mit vielen. Ohne Vorkenntnisse! Geisbergstr. 34, 10777 B-Schöneberg, www.bettina-biodanza-berlin.de, ☽ 03328-307 7774

DONNERSTAG 16.11.2017

19h: Abschied und Veränderung. Nichts ist von Dauer auf dieser Welt. Wie können wir konstruktiv damit umgehen? Vortrag und Meditation. R.Y. Center, Sigmaringer Str. 25, Wilmsdf., ☽ 781 3059

19.30h: SALON KUNST & LEBEN im Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 5 €, www.haus-lebenskunst.de

19.30h: ´Gespräche der Stille´, Christian Meyer, Satsang. Zentrum zeit-und-raum, Grunewaldstr. 18 HH, 10823 Berlin, U7 Eisenacherstraße, www.zeitundraum.org/zentrum

20h: Buddhistischer Vortrag mit Lama Dechen Rinpoche ´Die Fehler der Selbstsucht betrachten´, B-Gneisenaustr. 111, 1. OG, ☽ 033838-30985

FREITAG 17.11.2017

10h: (Familien)AUFSTELLUNGEN in Schöneberg, 2h/30€, ohne Anm., Losverfahren, Crellestr. 43, 10827 Bln, Infos: ☽ 0176-3161 3251, www.aura-coach.de

17h: & Sa 14-18h: Magnified Healing Einweihung mit Kwan Yin und den Erzengeln. Dagmar Bolz: ☽ 8596 7688, seelenpotential.com

19h: Vortrag/Gesprächsrunde: Hochsensible Menschen im Beruf, 12 €, Elisabeth Heijenga, Anm: ☽ 8507 5228, atembefreiung-berlin.de

19-21h: Erlebnisabend mit Dorothée Hauck, Reconnective Healing®, www.reconnect-berlin.com und Angelika Krath, Wunderbar Empfindsam, Coaching für Hochsensible, www.wunderbar-empfindsam.com, Berlin-Mitte, Auguststr. 65, im Zentrum für Alexander-Technik, Eintritt frei

19h: Lauschendes & heilsames Singen mit Gitarrenbegleitung, Nachbarschaftsheim Schbg., Holsteinische Str. 30, Detlef ☽ 0179-291 0726

Einfach alkoholfrei.
www.weiss-institut.de

19h: Film: Leben nach dem Leben. Patienten berichten von ihren Nahtoderfahrungen. Gesprächsrunde und Meditation. R.Y. Center, Sigmaringer Str. 25, Wilmersdf., ☽ 781 3059

19h: Metall-Element Abend mit Bernd Monecke, www.adhara.de, Eintritt 7 €, im Adhara Büchertempel

19h: HEILSAMES SINGEN, Singkreis mit Carien Wijnen zum Auftakt des WE-Seminars, Infos: www.healingvoice.de

BERLIN NEWS

Die Weisheit der Seele nutzen

Wer lernt, mit seiner Seele zu kommunizieren, ihre Kraft und Weisheit zu nutzen, kann ihr enormes Potential wiederentdecken und sich auf einen inneren Heilungsprozess begeben. Großmeister Wei Ling Yi lehrt als herausragender Weisheits- und Gesundheitslehrer weltweit wirkungsvolle Methoden der Energie- und Heilarbeit aus der Weisheitskultur der YiXue-Lehre. Sie ermöglichen es jedem Menschen gerade im Alltag, das eigene Energieniveau anzuheben und sich das heilsame Tor zur Seele und zum Kosmos zu eröffnen.

Termin: So, 19. November, 14-19 Uhr
Eintritt: 36 € (Ermäßigung möglich)
Ort: Pestalozzi-Fröbel-Haus Karl-Schrader-Str. 7, 10781 Bln.
Info: R. Mersiowsky 030 - 6097 7263 lotushaus-berlin@yixue.de **www.yixue.de**

19.30h: HU-Gesang: Das höchste Gebet der Seele und Liebeslied an Gott. Dauer 20 Min. ECKANKAR Berlin, Friedbergstr. 45, ☽ 322 8277

SAMSTAG 18.11.2017

10h: ´Aura & Chakren wahrnehmen´-Kurs für jede/n Sa+So in www.Praxis-Berlin-Friedenau.de mit Iljana Planke ☽ 0152-5243 9891

11h: Einzigartig: Alexander Technik & Quantenfeld-Aufstellung. Nachhaltige Transformation auf psych.-phys. & spirit. Ebenen. Heute u. morgen, 12.11. Einzelstd. 90 min. ☽ 7667 9809, www.art-of-transformation.de, www.monika-scholz-alexander-technik.eu

15h: Workshop ´Heilendes Tönen´. Töne sind Worte des Herzens, 15 €, Elisabeth Heijenga, Anmeldg. ☽ 8507 5228, www.praxis-heijenga.de

18.30h: dance your heartbeat, Biodanza in der ufaFabrik Tempelhof, www.biodanza.berlin

19.30h: Lieder von nah und fern - Melodien und Gesänge von Abchasien bis Island mit den Singfrauen Berlin und Winterthur (CH), Heilig-Kreuz-Kirche, Zossener Str. 65. Abendkasse: 18.30, VVK 15 €/10 € (erm.) unter www.singfrauen-berlin.de, ☽ 80 58 82 15

20h: Mitsingkonzert in der Martin-Luther-Kirche mit den Raduga-Chören Berlin und München, Eintritt 12 € (8 €), klang-der-seele.de/raduga/berlin/mitsingkonzert.htm

SONNTAG 19.11.2017

10h: BenefitYoga® und Berührung - erlebe die entspannende Wirkung von BenefitYoga® in Verbindung mit Berührung. ☽ 813 1040, www.wegdermitte.de

BERLIN NEWS

Alternative Heilmethoden
Messe der Naturheilverfahren

Messe Alternative Heilmethoden

An 60 Messeständen und mit über 40 abwechslungsreichen Vorträgen präsentieren Einrichtungen und Spezialanbieter ihre Fachgebiete und Dienstleistungen für Körper, Geist und Seele mit dem besonderen Fokus auf Naturheilverfahren. Schwerpunkte sind Alternativen zu konventionellen Produkten und Dienstleistungen. Angeboten werden themenspezifische Vorträge, umfangreiche Beratungen, individuelle Therapieangeboten, optimale Behandlungen, kostenlose Gesundheitschecks sowie besondere Weihnachtsangebote. Ziel ist es, mit Experten persönlich ins Gespräch zu kommen und sich gezielt über die Themen Wohlfühlen und Gesundheit zu informieren.

Termin: Sa, 25. November, 10-17 Uhr
Eintritt: frei
Ort: Bürgersaal in Berlin-Zehlendorf Teltower Damm 18, 14169 Bln.
Info: **zehlendorf-guide.de/altern-heilmethoden-2017/**

16.30h: Meditationskonzert: Jeder Ton ein Leben! Zen-Shakuhachi in der Tradition Icchoken (Jap.) Eintritt frei, www.zenarts.jimdo.com

17h: KUSCHELPARTY: Entspannung, Geborgenheit und Nähe genießen. Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 2. HH 5. OG, www.kuschelparty-markus.de

18h: Friedenstänze in Friedrichshain, Auferstehungskirche, Friedenstr. 83, Nahrung für Körper, Herz und Seele, Infos ☽ 9148 1515

18.30h: Weltweite Meditation für den Frieden in der Welt und für die Erde. Jeweils am 3. Sonntag des Monats. R.Y. Center, Sigmaringer Str. 25, Wilmersdf., ☽ 781 3059

18.30h: Kanon Singen Querbeet + Stimmbildung, Friedrichsh. anmeld. bis 17.11. stimme@birgitwagner.de, www.birgitwagner.berlin/kanon

MONTAG 20.11.2017

19h: Heilkonzert durch die Welt der Energie und Informationsfelder mit Katharina Felice und Paula Heruth, www.naturheilpraxis-heruth.de

19.30h: ´Gespräche der Stille´, Christian Meyer, Satsang. Zentrum zeit-und-raum, Grunewaldstr. 18 HH, 10823 Berlin, U7 Eisenacherstraße, www.zeitundraum.org/zentrum

19.30h: Der Weg zum wahren Leben - Es ist dieser vielfach beschriebene Weg vom Dunkel ins Licht. Was sind die Voraussetzungen, um den Pfad zu betreten? Wo kann der Faden (wieder) aufgenommen werden? Diese und ähnliche Fragen werden in einem Bildervortrag und im Gespräch eine Rolle spielen. Lectorium Rosicrucianum, Richardstr. 66, 12055

20h: Gefühlsschule, offene Gruppe zum Kennenlernen, einfach kommen! 12 €, Schbg., Welserstraße 5-7, SF, Infos: www.martinrubeau.de, ☽ 0170-345 6763

20h: Infoabend:
Zwei Jahre Wachsen und Lernen
Aus- und Weiterbildung
Familienaufstellung / Systemische Therapie
beginnt ab November 2017
mit Dipl. Psych. A. R. Austermann
und B. Austermann
im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d
☽ 69 81 80 71, www.ifosys.de

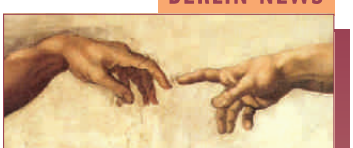
DIENSTAG 21.11.2017

18h: Volkslieder aus Europa: erlernen, verstehen, singen, „Haus am Mierendorffplatz" Ecke Lise-Meitner-Str., Eintritt 1 €

18.15h: AFTERWORK BIODANZA im Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 15 € inkl. Eintritt zu COME TOGETHER - Tanz & Begegnung ab 20h, www.haus-lebenskunst.de

19h: Hashimoto und Störungen der Schilddrüse. Vortrag von Olaf Grüneis, Heilpraktiker. Somsstr. 36, Kreuzberg. Bitte anmelden bis 12 Uhr ☽ 0176-5591 7943

BERLIN NEWS



Tag der offenen Praxis Reconnective Healing®

Fünf 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, 2. Dezember, 14-18 Uhr
Eintritt: frei (ohne Anmeldung)
Ort: 5 verschiedene Praxen in Berlin:
Sandra Lindenau
Deidesheimer Str. 1, 14197 Bln.
Dorothée Hauck, im Zentrum für Alexandertechnik
Auguststr. 65, 10117 Bln.
Daniela Letizia Zenone
Naturheilpraxis
Nehringstraße 12, 14059 Bln.
Tania Ribeiro
Holzmarktstr. 54, 10179 Bln.
Savitri Braeucker
Pestalozzistr. 88 B, 10625 Bln.
Info: www.reconnected-berlin.jimdo.de

19.15h: SELBSTheilende HERZ–LICHT-FÜLLE mit Ishtara im Centro Delfino: Dernburgstr. 59 am Lietzensee (S-Bhf. Messe-Nord), ☽ 485 6454

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, Mehringdamm 34, 5-7 €, www.haus-lebenskunst.de

MITTWOCH 22.11.2017

19h: Ein Abend mit Saventurin, Harfe und Gesang im Adhara Büchertempel, Eintritt 8 €, www.adhara.de,Anmeldung ☽ 4747 4740

20h: CHANTING - LIEDER DES HERZENS AUS ALLER WELT im Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 6 €, www.haus-lebenskunst.de

DONNERSTAG 23.11.2017

18h: Abenteuer Empathie - Jahrestraining Gewaltfreie Kommunikation - Mit Anna Herzog und Janna Sauerteig, 6 Module in Berlin und Uckermark, Beitrag einkommensabhängig. Mehr auf www.annaherzog.de

20h: Buddhistischer Vortrag mit Lama Dechen Rinpoche Die Nutzen von Liebe und Mitgefühl, B-Gneisenaustr. 111, 1. OG, ☽ 033838-30985

FREITAG 24.11.2017

18h: Meditationsreise mit dem Engel der Gnade & Aura-Clearing und Channeling, 20 € o. Anm., Crellestr. 43, 10827 Bln, www.aura-coach.de

19h: SINGKREIS mit Carien Wijnen. Auftakt zum WE-Seminar ´Bewegtes Singen´. Info: www.healingvoice.de

19.30h: ´Die spirituellen Gesetze-Leitfäden des Lebens´ Gesprächskreis bei ECKANKAR Berlin, Friedbergstr. 45, ☽ 322 8277

19.30-22.30h: BRUSTMASSAGE - Workshop für Genuss & Gesundheit, Informationen: www.sonnenkunst.info

SAMSTAG 25.11.2017

9.30h: „Leben, Sterben, Neubeginn" – Themen wie Abschied, Trennung können im Leben auf vielfältige Weise beruflich oder privat an Bedeutung gewinnen. Mit den eigenen Themen eintauchen und mit mehr Klarheit und Zuversicht in den Alltag zurückkehren. Informationen unter: www.leben-sterben-neubeginn.de

10h: Potentiale im Gesicht erkennen! Gesichtsdiagnostik lernen 25./26. Nov. im Bodhicharya Berlin Fried-hain Info: bengt.jacoby@gmail.com

10h: TRADITIONELLE TANTRISCHE SEXUALITÄT AM 25.+26.11.
Sexualität neu entdecken
Sexuelle Heilung
Wie Du sexuelle Energien lenkst und dadurch höchste Ekstase erleben kannst
Theorie und Übungen im geschützten Rahmen ohne Nacktheit. Offen für Paare und Singles.
Weitere Infos & Anmeldung:
www.mein-energiekoerper.de

11h: BenefitYoga® - Lernen Sie Tiefenentspannung, 3-teilig. Folgetermine: Mi. 29.11.17 von 19.30-21 Uhr, So. 3.12.17 von 11-14 Uhr, ☽ 813 1040, wegdermitte.de

11-17h: Workshop: SCHULD – Ausstieg aus einem Konzept. Transformation durch Quantenfeld-Aufstellungen. Kleine Gruppe, in Lankwitz, ☽ 766 79 809, ulrike@art-of-transformation.de

14h: Räucherkreis: Seminar & Praxis auf Spendenbasis. Anmeldung: ☽ 4405 3037 Mehr Info: www.annapurath.com

15h: ´Zu sich selbst stehen in allen Lebensbereichen´ Workshop mit den Lichtwelten. Dagmar Bolz: ☽ 8596 7688

18h: BIODANZA - Die ganze Fülle des Lebens erfahren und tanzen! Infos u. Anm. bei Elke, www.tanz-biodanza.berlin, ☽ 01525-422 2207

SONNTAG 26.11.2017

16-20h: KUSCHELPARTY im Prenzlauer Berg, 1 min. von S-Bahn Prenzlauer Allee; Informationen unter: www.sonnenkunst.info

19h: Meditativer Gedichtabend - Lyrische Gedichte von Rainer Maria Rilke vorgetragen von Andreas Jennrich. Beitrag: 10 €, ☽ 813 1040, wegderrmitte.de

MONTAG 27.11.2017

18h: Was will und was kann die Psychoanalyse? Vortrag VHS Wilmersdorf, Prinzregentenstr. 33, Info Dipl. Psych. V. Rudoplh, ☽ 813 5421

18.30h: Geführte Klangreise, 20 €, Schamanischer Heilraum, Remise Reinickendorf, www.schamanischeHeilarbeit.de, ☽ 0170-215 9159

20h: Gefühlsschule, offene Gruppe zum Kennenlernen, einfach kommen! 12 €, Schönebg., Welserstraße 5-7, SF, www.martinrubeau.de, ☽ 0170-345 6763

20h: DYNAMISCHE MEDITATION im Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 5 €, www.haus-lebenskunst.de

DIENSTAG 28.11.2017

19h: Synergetische Aufstellungen bei HP Psych. Heike Sansoni, Bamberger Str. 48a in Schbg., ☽ 0177-240 4257, www.synergetik-berlin.de

19h: Sinusitis. Vortrag von Olaf Grüneis, Heilpraktiker. Solmsstr. 36, Kreuzberg. Bitte anmelden bis 12 Uhr ☽ 0176-5591 7943

19h: OFFENER KREIS STERBEKULTUR im Haus Lebenskunst, Mehringdamm 34, 8 €, HEUTE: Austausch über Leben & Sterben, www.haus-lebenskunst.de

19.30h: Ego, ist jeder Mensch ein getrenntes Individuum - oder ist das Ego letztlich eine Illusion, unter der wir leiden? Video und Vortrag basierend auf der Lehre von Avatar Adi Da, kostenlos, Adidam Buchladen, Pestalozzistr. 39, 10627 Berlin, ☽ 4508 7201, www.adidam.de

MITTWOCH 29.11.2017

19h: Vortrag/Gesprächsrunde: Hochsensible Kinder. Was brauchen sie? 12 €, Elisabeth Heijenga. Anm: ☽ 8507 5228, atembefreiung-berlin.de

DONNERSTAG 30.11.2017

19h: Buchlesung: Werde zur besten Version deines Selbst, mit Tanja Schade-Strohm, Adhara Büchertempel, www.adhara.de, Eintritt 7 €

20h: Buddhistischer Vortrag mit Lama Dechen Rinpoche ´Mitgefühl in action...´, B-Gneisenaustr. 111, 1. OG, ☽ 033838-30985

Anzeigenschluss
10. November 2017
Geben Sie Ihre Kleinanzeigen kostengünstig über www.sein.de auf.

MONTAGS

MEDITATION
9-10h: Meditation und Bewegung in vollem Gewahrsein montags von 9-10 Uhr, mittwochs von 17-18 Uhr, 12 €, www.andreavonglahn.de

HORMONYOGA
17-18h: Hormonyoga für Frauen nach Dinah Rodrigues, bei Lernen in Bewegung, Weimarer Str. 29, 10625 B, 10-12,50 €, E. Wilkes, Infos: ☽ 0178-603 2279

DIENSTAGS

BERATUNG
17h: Kostenlose Beratung zu Gemeinwohl in der Karriere für ArbeitsSINN- und LernSINN-Suchende, Anmeldung/Info: www.arbeitssinn.com

MITTWOCHS

MEDITATION
17-18h: Meditation und Bewegung in vollem Gewahrsein montags von 9-10 Uhr, mittwochs von 17-18 Uhr, 12 €, www.andreavonglahn.de

YOGA
20h: Yoga basic und relax, Kollwitzstraße 77, nakedseeing.com

DONNERSTAGS

AUFSTELLUNGEN
20.15-22.15h: Offene Abende Aufstellungen jd. 3. Do im Monat, 40 € Dunckerstr. 78, Nähe S-Bhf Prenzlauer Allee, praxis-luederitz.de

FREITAGS

YOGA
16h: Abwechslungsreiche YOGA Workshops mit Stefan Datt bei Lernen in Bewegung, Chburg, 12,50 €, ☽ 38 1080 93, Informationen: www.yoga-berlin.de - All are Welcome!

MEDITATION
20h: Jeden ersten Freitag im Monat Meditation und Channeling Klarheit für die neue Zeit Info/Anm ☽ 2437 6360, www.BibianaWachter.de

MEDITATION
17h: Der gemeinnützige Verein AMORC eV bietet immer freitags eine Einführung in Meditationstechniken an und führt im Anschluss eine Meditation für den Frieden durch. Die Teilnahme ist kostenlos und völlig unverbindlich, www.amorc.de, ☽ 0160-9624 2045

Spirituelle Krisen
Gruppe für Betroffene
02.02.–06.04. freitags 19.00-21.00
im frei-raum e.V.
U-Bahn Eisenacherstraße 43,
Info & Beratung: Gary Rober 0176 - 345 42 013

SONNTAGS

SPIRITUELLE GRUPPE
15-17h: Spirituelle Gruppe lädt ein zum offenen Austausch über heilsame spirituelle Themen mit Texten, jeden dritten Sonntag im Monat in Wilmersdorf, Café Garcon, Fechnerstr. 30

ABNEHMEN

Ganzheitliches Abnehmen! Wenn der Geist versteht warum die Seele das Gewicht braucht kann der Körper loslassen.HP Petra Schnoor-Grothge ☽ 0172-236 35 14

AMBULANTE PFLEGE

Wir pflegen Ihre Lieben zu Hause in Achtsamkeit und Würde. Berlin-weit arbeiten wir in kleinen Stadtteil-bezogenen Teams. Schauen Sie bitte hier: www.care4me.berlin, ☽ 5522 4119

AQUARELAX

Lass Dich sanft im warmen Wasser begleiten. Die Wärme u. Schwerelosigkeit bewirken tiefe Entspannung. Du erfährst Halt, Geborgenheit u. Freiheit. ☽ 0175-908 1668, www.erlebens-raum.de/watsu

AQUA WELLNESS

ASTROLOGIE

astro coaching, Bettina Steinmetz, Tel. Beratung: ☽ 4349 0622, kontakt@astrocoach-in-berlin.de

AUGEN

Ohne Lesebrille leben? Kann man Alters-Weitsichtigkeit wieder verbessern? Seminar 10.11.17 mit Übungen zur Verbesserung unserer Sehkraft Heilpraktikerin Kirsten Koschig, ☽ 2146 2995, www.remise-an-der-marie.de

AURACHIRURGIE

Aurachirurgie nach Gerhard Klügl
und traditionelles Handauflegen
16 Jahre Erfahrung
monatliche Info-Probeabende
HP Anja Herrmann ☽ 03338-398 358
Praxis für Energieheilkunde
Jahnstraße 50 (EG), Bernau
www.praxis-für-energieheilkunde.de

BERATUNG

astro coaching, Bettina Steinmetz, Tel. Beratung: ☽ 4349 0622, kontakt@astrocoach-in-berlin.de

Zurück in Berlin - Liebevolle individ. umfassende Hilfe für Dich von astrolog., energet. Heilmedium und prof. Astrologin seit 40 J. Krisenbegleitung. Gabriele Hirsch, ☽ 2967 6320

AUSBILDUNGEN

2 Jahre Wachsen und Lernen:
Familienaufstellung/
Integrative Systemische Therapie
ab 24.11.2017
neue Ausbildungs-, Wachstumsgruppe,
Infoabende Mo 6.11., 20.11., 20 Uhr
im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d
mit Dipl. Psych. A. R. Austermann
und B. Austermann
☽ 69 81 80 71, www.ifosys.de

BODYWORK

Seelenmassagen, Kuscheln, Deep Trance Massage, Tantra, Coaching, 10% Eröffnungsrabatt, www.seelenmassagen.net

COACHING

Systemisches Coaching für Scanner und Hochbegabte. Klarheit und innere Ruhe finden. Perspektiven entwickeln, www.claudiakunze.de

ERNÄHRUNG & FASTEN

500 Fasten-Wanderungen überall. Ganzjährig. Woche ab 300 €. Auch Früchte-/Basenfasten. Fax ☽ 0631-47 472, www.fastenzentrale.de

´**Für Ihr Wohlbefinden**´, Ernährungsberatung, www.sabine-diehausfee.de, ☽ 9760 0765

FAMILIENAUFSTELLUNG

Lösungsorientierte Familienaufstellungen Einzelarbeit, Roman Löffler (psychoth. HP, Trauma-Fachberater) ☽ 7895 3335 www.dragon-works.de

AUFGESTELLT – Seminar Syst. Aufstellungen und mehr: 25./26.11., Prinzregentenstr. 7, 10717 B., ☽ 8103 1217, www.andreaberreth.de

Therapeutische Aufstellungen Familie, Beruf, Gesundheit, innere Bühne, ... offene Abende und Tagesseminare, www.praxis-luederitz.de

Familienaufstellung und Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten: Di 21.11., 12.12., 20 Uhr, Seminar 1.-3.12. und 16.-18.2. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, ☽ 69 81 80 71, www.ifosys.de

FENGSHUI/GEOMANTIE

Gabriele Wächter - raum für entwicklung - Beratung für Mensch und Raum - Ausbildung, Beratung, Rothenburgstraße 41, Berlin Steglitz, ☽ 8596 2087

Einweihung Hermetik

Franz Bardon
Der Weg zum wahren Adepten
Das Geheimnis der 1. Tarot-karte. Ein Lehrgang wissenschaftlicher Magie in 10 Stufen. Theorie und Praxis der hermetischen Einweihung.
28. Auflage! 428 S. Geb., € 36,00 / E-Buch € 14,99

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. „Im Anfang war das Wort." **Weltweit das einzige Lehrbuch der kabbalistischen Praxis.**
309 Seiten, geb., € 32,00

Frabato
Okkulter Roman aus dem Leben eines Eingeweihten.
215 Seiten, geb. € 19,50

Dr. Lumir Bardon
Erinnerungen an F. Bardon
151 S., € 13,00/E-Buch € 5,99

Rüggeberg-Verlag
www.verlag-dr.de

GEISTIGES HEILEN

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

GESICHTSDIAGNOSTIK

Potentiale im Gesicht erkennen! Gesichtsdiagnostik lernen 25./26. Nov. im Bodhicharya Berlin Fried-hain Info: bengt.jacoby@gmail.com

GOLDEN PATH

Die höhere Frequenz im angeborenen Potenzial freisetzen. GeneKeys Golden Path nach R. Rudd 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

HULA

Hula im Halau lernen, nach tradtionell hawaiianischen Prinzipien. Dienstags für Anfänger und Mittelstufe. Leitung Kumu Hula Monika Lilleike, Kontakt: www.hula-makahikina.de

HUMAN DESIGN SYSTEM

Den Schaltplan deines Lebens entschlüsseln. Einzel- und Paarberatungen, Infoabende, Kurse. Anna Bahlinger, ☽ 792 68 84, www.annabc.de

KARTENLEGEN

Nach Lenormand. Klare ehrliche Legung zu allen Themen mit einer Prise Humor und der Unterstützung der Engel, ☽ 6130 3684 Angela, Steglitz

KINESIOLOGIE

Kinesiologie, Homöopathie, Bioenergetische Regulationstherapie, Kinder & Erwachsene, HP Petra Gundacker, www.heilpraktiker-gundacker.de, ☽ 3117 4975

KLANGTHERAPIE

Klangtherapie mit Klangschalen Gong und Körpertambura, zum Kennenlernpreis 25 €, auch als Geschenckgutschein, ☽ 0157-3431 8642

KONTAKTKUNST

57 jährige Künstlerin sucht lebenslustigen Vegetarier Anfang 50 zum Ausgehen, Theater, Ausstellungen, Tanzen und andere Freizeitbeschäftigungen. Zuschriften bitte gerne an Zaubergarten@sonnenkinder.org

Schloss Tornow
Für Ihre Seminare,
Firmenfeiern, Klassenfahrten
Berlin-Büro: 030 – 83 22 56 19
oder: 0172 – 687 38 29
Tornow liegt ca. 70 km nördl. Berlin

KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

Körperpsychotherapie, sanfte pulsierende Massagen, Nachnähren Roman Löffler (psychoth. HP, Trauma Fachberater), ☽ 7895 3335, www.dragon-works.de

LEBENSAUFGABE

MEDIALITÄT

Medium Eva Ullrich. Ich habe im In- und Ausland meine medialen Fähigkeiten entwickelt und biete Einzelsitzungen mit Jenseitskontakt und spirituelle Lebensberatung an. Als ausgebildete Trauerbegleiterin helfe ich Ihnen durch schwere Zeiten. ☽ 0172-166 0437

MEDIALE BERATUNG

Alana- Seelengespräche, Medium & spirituelle Beratung, Aufstieg durch Schwingungserhöhung, Im Gespräch mit mir sprechen Sie mit Ihrer Seele. ☽ 07672- 481 9961, www.alana-dialoge.com

Channelings, Rückführungen, Karma-, Emotions-, Aura-Klärung, Magnified Healing. Dagmar Bolz: ☽ 8596 7688, seelenpotential.com

MORPHISCHES FELD

Lesen im Morphischen Feld, MFL- & Prozessbegleitung - Im morphischen Feld finden Sie erweiterte Antworten auf Fragen zu allen Lebensbereichen, ob beruflich, familiär, partnerschaftlich oder zum persönlichen Entwicklungsweg. Wunderbar auch zur Unterstützung bei Entwicklungsprozessen. Gern lese ich für Sie! Vereinbaren Sie einen Termin. Marion Augustin, ☽ 3628 4492, ma@schoepfungscoaching.de, www.gutes-gelingen.de

Lesen im Feld von ALLEM was ist & Lesen im morphischen Feld. Bei scheinbar unlösbaren Konflikten, Problemen und Ratlosigkeit kann Ihnen die geistige Welt Klarheit und Lösungen bringen. Stellen Sie Ihre Fragen, ich gebe direkt die Antworten aus der geistigen Welt an Sie weiter. Seien Sie bereit für ein Wunder. Per Telefon oder Skype kommen wir in Kontakt. Pamela Hauth, ☽ 0179-240 5519

PSYCHOSOMATIK

Hilfe bei psychosomatischen Erkrankungen, körperlichen Beschwerden, seelischen Belastungen mit Systemischer Integrations Arbeit und Energiearbeit. Naturheilpraxis Scivias ☽ 0172-236 35 14

REIKI

Reiki Meisterin bietet Einweihungen bis zum Meister/Lehrergrad und Reiki Behandlungen zu fairen Konditionen an. Infos: Anand Purnam ☽ 0157-7342 4013, anandpurnam@gmx.de

SCHAMANISMUS

SCHAMANISCHE HEILWEISEN Krafttiere, Seelenrückholung, Workshops uvm., ☽ 4373 4919, www.katja-neumann.de

Medizinfrau - Gebürtige Indianerin: mediale, therapeutische Sitzung (Englisch, Esp., Deutsch) ☽ 0177-696 9991, www.panterra-performance.de

EnergetischeHeilung.life Schamanische Heilarbeit, Seelenrückführung, Auflösen von Traumata, Aurareinigung, Reiki ☽ 0176-3160 9335, Judith

SCHWITZHÜTTE

Schwitzhütte - Indianische Tradition. Reinigung für Körper, Seele und Geist. Nahe Berlin - Beelitz/Potsdam im Naturschutzgebiet auf einem ländlichen Hof, Info Ingo ☽ 0163-608 0808, www.earthfaces.de

SEMINARHÄUSER

Seeminarhaus.de, direkt am See, Halbinsel, Ruhe und Natur, 1/2h von Bln-Mitte, Jovestr. 23, 15713 Wernsdorf, ☽ 03362-882 088

SINGEN

EINFACH SINGEN, Jeden ersten Sonntag im Monat: 6.11., 3.12. um 16-17.30 Uhr, Charlottenburger Str. 4, 14169 Berlin-Zehlendorf. Wir singen Lieder aus verschiedenen Ländern als Ausdruck friedvollen Miteinanders. Jeder kann mitsingen! www.erikamariarojo.de

SPIRITUELLES MALEN

Kreativitäts- und Potentialentfaltung, Workshops: Intuitives Malen, Porträtmalen, Spiritual Teacher und Künstlerin, Irina Maschirow, ☽ 6570 6411, www.kreativitätsschule.com, www.ganzselbstsein.de

SPIRITUELLES HEILEN

Ganzheitliche Kreativitäts- und Potentialentfaltung, Einzel- und Gruppenarbeit, Irina Maschirow, Spiritual Teacher, HPP, Künstlerin ☽ 6570 6411, www.ganzselbstsein.de, www.kreativitätsschule.com

TELEFONBERATUNG

Sich angenommen fühlen. Alles aussprechen dürfen. Klarheit finden. Auch sehr kurzfristige Termine! www.FindClarity.org, ☽ 1208 7520

TIERKOMMUNIKATION

TK seit 2002 mobil & in Praxis, Info-Abende, Erlernen der TK u.a.m Iljana Planke, www.Mit-Tieren-kommunizieren.de, ☽ 0152-5243 9891

TRAUM

Traumdeutung, Traumarbeit, Seminare, Cornelia Bethke, Informationen unter: ☽ 4748 2904, www.traumpraxis-berlin.de

Reif für die Insel?
Urlaub auf La Palma

Von den Spaniern wird La Palma liebevoll "la isla bonita" (die Schöne) genannt und viele halten sie für die schönste Insel der Kanaren.
Die Finca liegt auf 570m Höhe im sonnenverwöhnten Westen mit weitem Blick über das Meer, inmitten Schatten spendender Palmen. Eine Ferienwohnung und ein Appartement stehen für Sie zur Verfügung.

www.lapalmaferienhaus.de
holger.hansen@lapalmaferienhaus.de
Tel.: 0034 – 9 22 49 12 36

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.)
Amtsgericht Berlin, HRB 98177
One World Verlag Ltd.
69 Great Hampton Street
UK-B18 6EW Birmingham
Company No. 5129732
USt.Id.: DE237017063

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
Tel.: 030 - 79 78 35 28
Tel.: 030 - 78 70 70 78
redaktion@sein.de

UMWELT/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
Tel.: 030 - 26 32 02 30
formatanzeigen@sein.de

FORUM: 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: 5.11.17

ANZEIGENSCHLUSS: 10.11.17

DRUCK: Druckerei Vetters GmbH & Co KG, Radeburg

Verteilte Auflage im Oktober:
23 000 Exemplare

Dieser Ausgabe liegt eine Beilage von Plan International sowie teilweise von der Stiftung Rosenkreuz und dem Verlag Silberschnur 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

WORKSHOPS

VOICE & MOVEMENT, STIMME IN BEWEGUNG, SEMINAR mit CARIEN WIJNEN am 25.-26. Nov., Info: www.healingvoice.de

Potentiale im Gesicht erkennen! Gesichtsdiagnostik lernen 25./26. Nov. im Bodhicharya Berlin Fried-hain Info: bengt.jacoby@gmail.com

Achtsam und gelassen am Arbeitsplatz Selbstregulation entwickeln, Gesprächs- und Zuhörfähigkeiten vertiefen 7./8.10.17 Bad Belzig VHS-Kurs Nr. H17B30174, 25./26.11.17 Werder VHS-Kurs Nr. H17W30174, 18./19.11.17 Kleinmachnow H17K30174, Buchen/Informationen: www. antonia-von-fuerstenberg.de

Leben, Sterben, Neubeginn: 25./26.11. Abschied, Trennung, Neubeginn können auf vielfältige Weise (Lebensereignisse, Kindheitserlebnisse, beruflicher Kontext) im Leben an Bedeutung gewinnen. F. Kruschel, Gestalttherapeut und K. Willenbücher, Trauerbegleiterin öffnen Räume, tief in seine Themen einzutauchen, um mit mehr Klarheit und Zuversicht in den Alltag zurückzukehren, www.leben-sterben-neubeginn.de

Familienaufstellung und Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen bei kompetenten Therapeuten: Di 21.11., 12.12., 20 Uhr, Seminar 1.-3.12. und 16.-18.2. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, ☽ 69 81 80 71, www.ifosys.de

Frau Holle - Die verborgene Göttin. Eine Spurensuche in den Raunächten, Seminar für Frauen 28.12.17-1.1.18 in Strodehne - Westhavelland, Bioverpflegung /Unterkunft 220 €, Seminargebühr 100-200 € (Solidarprinzip) Kontakt: www.marion-werner.de, akelei100@gmx.de (Christina)

SHIATSU-Grundkurs 11.&12.11.17 Nach dem Kurs bist du in der Lage eine entspannende Shiatsumassage zu geben. Gleichzeitig Einstieg zur GSD-anerk. SHIATSU-Ausbildung. Kostenfreier Infoworkshop am 10.11., 18-21h, Mach mit und gewinne einen Grundkurs, www.shiatsu-zentrum.de, ☽ 615 1686

Pura Vida Silvester 2017/18! Biodanza, Rituale für den Übergang. 28.12.17-1.1.18 im Wendland. Feiere mit uns! www.biodanza.de

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

AUSBILDUNGEN

2 Jahre Wachsen und Lernen: Familienaufstellung / Integrative Systemische Therapie ab 24.11.2017 neue Ausbildungs-, Wachstumsgruppe, Infoabende Mo 6.11., 20.11., 20 Uhr im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann ☽ 69 81 80 71 www.ifosys.de

KONTAKTE

Amigos! Lust auf die Insel? Unsere Teneriffa-WG bietet Unterkunft+Kontakte+Tipps+ggf. Jobs. Neugierig? Dann SchreibMir-G@web.de

Frauen 55+, die an Familienfeiertagen etwas gemeinsam unternehmen, z.B. Spazieren gehen, Lichtenrade angenehm, ☽ 7658 9665

Guru (finanziell unabhängig) sucht erwachte Frau (zeitlich unabhängig) für gemeinsame Aktivitäten (weltweit). Was wird wohl das Leben für uns bereit halten? Kontakt per SMS: +49 151-1563 5566

Seelenfreundin gesucht! Welche nette naturverbundene feinfühlige Frau schätzt wie ich (M,46 J, 1,89 m, intellektuell, warmherziges Wesen) den gemeinsamen kreativen Gedankenaustausch und mag es Hobbys und Interessen zu teilen (z.b. Literatur, Kunst, Wissenschaft, Musik, Spiritualität, gemeinsam meditieren, lange Spaziergänge etc.) Chiffre 66557

Guru (finanziell unabhängig) sucht erwachte Frau (zeitlich unabhängig) für gemeinsame Aktivitäten (weltweit). Was wird wohl das Leben für uns bereit halten? SMS: ☽ +49 151-15635566

Spirituelle Gruppe lädt ein zum offenen Austausch über heilsame spirituelle Themen mit Texten, 15-17 Uhr jeden dritten Sonntag im Monat in Wilmersdorf, Café Garcon, Fechnerstr. 30

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 und genießen möchte. Er 43/NR: Der.Mann@lass-es-geschehen.de

JOBS

(Attr)aktive Tantra-Masseurin für Teneriffa gesucht. Bedingung gutes Englisch! Zeit egal. Ausbildung hier möglich: Magnolia-6@web.de

REISEN

Ferien BIODANZA Juli 2018 in Griechenland. ´Sonne, Salz und Wasser auf der Haut´. Kinder sind herzlich willkommen! Mehr dazu unter www.biodanza.berlin

Hawaii 11.-21. Feb. 2018: Spiritueller WS an Kraft- und Heilungsorten,Kontakt mit Delfin- und Walenergien. Dagmar Bolz, Infos ☽ 8596 7688, seelenpotential.com

Tibetreisen Mai und September, je 3 Wo. kleine Gruppen individuell/spirituell, ☽ 3260 8699 helga.tib@web.de

Südalgarve/Portugal, 2 km zum Meer, das andere Veggie-Gäste-Landhaus, separater Yoga/Musikraum, www.casa-d-ouro.ch

Seminar-Reisen und Einzelretreats an den schönsten Orten der Welt. Aktuell: Schweiz, Hiddensee, Uckermark, Provence, Portugal & Griechenland www.erdenhimmel.de, heike@erdenhimmel.de, ☽ 0151-2167 8378

RÄUME

18 & 45 qm helle Räume - www.seminarraum vermietung-berlin-schöneberg.de, Grünblick, tags, abends u.a. Wochenende für Weiterbildung, Therapie, ruhige Körperarbeit, ☽ 215 3189

Praxis tageweise am Volkspark Friedrichshain zu vermieten. Unsere Praxis ist an den Samstagen frei geworden. 85 €/Monat, auch Sa/So möglich: 140 €/Monat, ☽ 0177-235 7658

Aquariana-Zentrum Praxis- und Seminarräume gepflegt, guter Service Fahrstuhl, Parkplätze Am Tempelhofer Berg 7d, Kreuzberg ☽ 69 80 81-0, www.aquariana.de

B-Schöneberg: Seminarraum 45 qm, hell, Teeküche, großer Vorraum. Vermietung Std./Tg./WoE, ☽ 834 096 82, www.martinrubeau.de

Der „Lotus Saal" in Prenzlauer Berg (S Greifswalderstr.), ca. 75qm, kann für Yoga-Events, Seminare & regelmäßige Kurse genutzt werden. www.lotussaal.de, ☽ 4373 4746, info@lotussaal.de

Gr. Räume, Charlottenburg, 70 qm,hell, ruhig. Für WE-Seminare oder Dauerkurse: Yoga, Tai Chi usw. ☽ 0179-944 5549

Helle Räume für ruhige Körperarbeit zu vermieten, 52 und 120 qm, Wilmersdorf, zentral, www.zen-shiatsu-schule.de, ☽ 3266 2832

Ostkreuz, 40 qm Kursraum & Praxisbüro suchen Mietmieter, h/Tg/WE, ab15 €/Stunde, achtsamdurchberlin.de, yoga-berlin-thorsten.de, ☽ 0162-925 7132

Prenzlauer Berg, schöne, helle + ruhige Praxis- und Kursräume (10-73 qm) zu vermieten, Std./Tg./WoE., www.remise-an-der-marie.de

Raum in Coaching-Praxis in Potsdam für freitags zu vermieten. Zentrale Lage am Nauener Tor. 120 € monatlich, www.wisework.eu

Schöner Raum in freundl. Praxis 21 qm z. Fest-Untermiete frei: Di bis 18 Uhr, Mi bis 14 Uhr, Do + WE ganztags. Mind. 1/2 Tag! Chlbrg am U7/S Ring-Bhf Jungf.heide, Körperpsychotherapeutin S. Göttsche ☽ 0176-9686 5751

Futons und Matratzen aus Naturmaterialien, handgefertigt in Berlin

FUTOMANIA
Inh. Vivi-Anne Lehmann
Richard-Wagner-Str. 51
10585 Berlin-Charlottenburg
Tel. 618 46 49 futomania.de

Schöner, ruhiger Seminarraum, ca. 40 qm groß in Wilmersdorf, Erdgeschoss zum Innenhof, stunden- und tageweise, ☽ 883 3680, service@zenit-buch.de, www.zenit-buch.de

Sehr schöner, ruhiger, 126 qm Seminarraum, Parkett, Küche, Vorraum, Tontechnik, an der U-Bahn Eisenacher, ☽ 0176-2016 5261, www.zeitundraum.org/vermietung

www.raumfinderin.de 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!

DIES & DAS

Raus aus dem Hamsterrad! Wege zur eigenen Kraft: Entspannungs-Workshops und mehr... ☽ 4579 8768, www.haase-mediation-berlin.de

WILLST DU DEIN LEBEN ÄNDERN? Dann ändere Deine Gedanken. Wenn Du ´Mary-kan erzählt´ auf youTube anklickst erfährst Du wie das geht. Oder sende eine mail an mary-kan@web.de - einfacher als man denkt und die Veränderungen sind gewaltig

AN- UND VERKAUF

Fit und Gesund mit Wertvoller Nahrungsergänzung Spirulina, Bitterstoffe, Indianertee u.v.m. schnell und günstig bestellen: www.feine-algen.de

Abo

Zum Preis von 43 Euro können Sie 12 Ausgaben des SEIN abonnieren.
Telefonisch unter: Tel. 030 - 78 70 70 78

SEIN-REDAKTION

One World Verlag Ltd.
Akazienstr. 28
10823 Berlin
Tel: 7870 7078
Mo, Di, Do, Fr 10-17 Uhr
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, Sa 11-17h

Daulat Buchhandlung
Wrangelstr. 11-12
12165 Bln
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, Sa 10.30-17h

Stein-Reich
Die Vielfalt der Steine
Tel: 691 55 91
Akazienstr. 6, 10823 Berlin
www.steinreich-galerie.com

Steinall Berlin
Steinbearbeitung
Mineralien und Schmuck
Gärtnerstr. 20, Fhain
Tel: 2701 5956
www.steinall-berlin.de

Vitalkontor
Samariterstr. 38, 10247 Berlin
Tel: 5448 8592
Wasserbelebung
bellicon Mini-Trampoline
Mineralien, Räucherwerk
energetische Produkte uvm
www.vitalkontor.net

Zenit Buchhandlung
Bücher, Veranstaltungen,
Heilpraxis und Cafe
Pariser Straße 7
10719 Berlin
Tel: 88 33 680
www.zenit-buch.de

AUSBILDUNG

fitmedi Akademie
Aus- & Fortbildungen:
Meditation, Achtsamkeit,
Entspannung, Kommunikation,
Stressmanagement,
Mentaltraining etc.
www.fitmedi-akademie.de

Thai Yoga Massage
mit Zertifikat
www.thaiyoga-institut.de
im AUM Yoga Studio Berlin

Thaimassage Ausbildung
Ausbildung Berlin
Andreas Schwarz
Brennerstr. 44, 13187 Berlin
Tel. 0152-2192 6820
thaimassage-ausbildung.berlin

BERATUNG/COACHING

Astrologie/ Rückführungen
Eurythmie als Meditation
in Berlin - Schöneberg
Stefanie Angela Berndt
www.astro-angel.jimdo.com
Tel: 78 89 11 00

Krebs-Beratungsstelle
kranke & Angehörige e.V
Telefon für Krebskranke:
Tel. 891 4049, 893 5429

Buchführung Coaching
einfache Buchführung
Jahresabschluss
Personalabrechnung
Dr. Gudrun Wolf
service@epikur-berlin.de

Essentielle Psychologie -
Lebens- & Berufsberatung
In Frieden mit sich sein
& selbstbewusster leben.
Nina Schneider
www.essentielle-Liebe.de

Ganzheitliche Astrologie
und Biographie-Arbeit
Hendrik J.W. Woorts
14532 Kleinmachnow
Tel. 033203-319811
www.stella-anthroposophica.de

Ganzheitliche Beratungen
Christin Lungwitz Francia
Astrologie und Feng Shui
ClutterClearing Ernährung
Tel: 0157-389 187 13
www.bewusster-freiraum.de

Lesen im Feld von ALLEM
was ist. Stellen Sie Ihre Fragen,
die geistige Welt Antwortet.
Diese gebe ich direkt an Sie
weiter. Tel: 0179-240 5519

Lesen im morphischen Feld,
MFL®: Klarheit in allen
Fragen. Lebensqualität,
Partnerschaft, Berufung.
M. Augustin
Tel: 3628 4492
www.schoepfungscoaching.de

Oase für Licht und Harmonie
www.reich-der-engel.de
Channeln, Energiearbeit
Engel, Lebensberatung
Engelshop, Elexier
www.reich-der-engel.info

Philosophische Praxis
Lebensberatung-Coaching
Moderation-Mentoring
Tel: 0157-7270 1264
www.philosophia-sapientia.de

FRAUEN

EWA e.V. Frauenzentrum
Prenzlauer Allee 6
10405 Berlin
Tel: 442 5542
www.ewa-frauenzentrum.de

Lara – Frauen Krisen-
und Beratungszentrum
Fuggerstraße 19
10777 Berlin
Tel: 216 88 88
www.lara-berlin.de

KÖRPERARBEIT

allahand Massage
Massage, Trancereisen
Grundtonbestimmung
Grimmstr. 19, 10967 Berlin
Tel: 0176-2314 8145
www.allahand-massage.de

An Land & Im Wasser:
Shiatsu, Aguahara, Tanz
Einzel- & Gruppenarbeit
Lao Mari Mälzer (HP)
Tel: 0176-3016 2934
www.tranzform.net

Body & Soul
Tashina Kohler
Hawaiianische und Ayurveda
Massagen, Aqua Wellness
Akazienstr. 27, 10823 Berlin
Tel: 3270 5779

Experimenteller Tanz
Anne Oster
anneoster-tanz.weebly.com
anneoster@rocketmail.com
Tel: 0157-5117 3566

Für den bewussten Mann!
Tantra Yoga Shiatsu
sinnlich und dynamisch
Sensual Balance Maha Kama®
www.sensual-balance.de
www.sensual-entspannung.de
Tel: 0160-265 8962

Ganzheitliche Physiotherapie
Shiatsu, Hara Awareness®
Massage und Reiki
Veronika Faulstich
www.shihare-berlin.net
Tel: 447 18 322

Lomi Lomi Nui
Trad. Hawaiianische Massage
Reclaim Your Body
Recoice and Enjoy
www.lomiforlife.jimdo.com
Tel: 01523-702 2720

Wickinger - Massagen - Berlin
Div. Massage Arten,
Paarmassage Workshops,
Energie Massage, Mobile
Massage, Büromassagen, www.
wickinger-massagen-berlin.de
Tel: 0178-181 76 77

www.sonnenkunst.info
Sexological Bodywork
Shiatsu, Kuschelpartys
Workshops, erfüllte Sexualität
Lass Dich be-rühren!
www.sonnenkunst.info

LEBENSKUNST

YOGAREI
Besondere Angebote von
ANANDAYOGA bis ZEN,
MEDITATION bis SATSANG
Bln, D, Indien
www.yogarei.org

HEILPRAKTIKERINNEN

HeilpraktikerInnen
Bereitschaftsdienst!
An Wochenenden und
Feiertagen von 8-20 Uhr
Tel: 324 18 99

Massage & Schmerztherapie
Hydro-Colon-Therapie
Clemens Santüns
Almstadtstr. 35, Berlin-Mitte
www.massagebewegt.de
Tel: 2654 2537

HP Xenia Gylaris
Pflanzenheilkunde,
Klassische Homöopathie,
Detox-Kuren, Massagen
Tel: 0176-2005 5677
pflanzenheilkunst@gmx.de

Naturheilpraxis Laaser
stressbedingte Erkrankungen
Riemannstr. 12
10961 Berlin
Tel: 2397 9182
0176-2017 7478
www.laaser-naturheilpraxis.de

Heilpraxis Birgitt Paulus
Blockadelösung
Stärkungs-Kuren
Detox-Kuren
Tel: 288 339 25
praxispaulus@aquariana.de

HEILUNG von INNEN
Mind-Body-/Hypnotherapie
HP Stefanie Gründel
Rankestr. 25 - 10789
Tel: 214 77 44 5
www.feel-harmony.de

GANZHEITL. HEILWEISEN

Beziehung auf Seelenebene
heilen, Mobbing auflösen.
Fernbehandlung
Tel: 039400-2222
www.energieheilung-
marienborn.de

Energetisches Feng Shui
Raumakupunktur
für Innen & Außen
für Business & Privat
Schamanische Gartengestaltung
Kirala Hirte
Tel: 0170-586 7929
www.EinfachSein.is

Heilung des Herzens
mit Klang, Energie, Massagen,
und spirituelle Beratung, HPP
www.juttahelmecke
unddelfine.jimdo.com
Jutta Helmecke
Tel: 8431 3552

Hildegard von Bingen
Heilpraxis und Kurse
Daniela Dumann
Nithackstraße 24
10585 Berlin-Charlottenburg
Tel: 3643 0358

THERAPIE

Emotionales Essen
verstehen und überwinden
Katrin Mehner
Tel: 6832 4884
praxis@essdruck.de
www.essdruck.de

Heilkundliche Praxis
für Psychotherapie, Trauma-
und systemische Therapie
Dunckerstr. 78, Prenzl Berg
Tel: 440 36 543
www.praxis-luederitz.de

HPP Dominik Hof Berlin
Psychotherapie
Hermannstr. 48, Berlin
Tel: 202 750 62
dominik.hof@gmx.de
www.hpp-dominikhof-berlin.de

Psychologische Privatpraxis
System. Therapie (DP, HPP)
Mit Herz und Verstand
Tel: 0151-5321 0573
www.find-a-way-
systemik-berlin.de

YOGASCHULEN

Alte indische Yoga Schule
alle Angebote kostenlos
Seit 60 Jahren Yogi Dr. Jain
Yogalehrerausbildung
Astroberatung
Tel: 313 8809
10589 B-Chbg., Herschelstr. 6a
www.yogaschule-jain.de

Durga's Tiger School
Tantra Yoga Kunst
und Schamanismus
200 Std. Yogaausbildung
28.6.-22.7.18 im ZEGG
20.4.-13.5.18 in Tarifa, Spanien
www.durgas-tiger-school.com

Shakti-Yogaloft
Urbanstr. 67, 4. Aufgang
10967 Berlin
Tel: 8185 9242
info@yogalehrer-berlin.de
www.yogalehrer-berlin.de

Yoga & Cure
Yogalehrerausbildung
Yogatherapieausbildung
Yogakurse, Workshops
Ayurveda
Dr. Mohme, www.yogacure.de

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

AYURVEDA IN GOA!
DEVAAYA Ayurveda & Nature
Cure Centre, Goa Indien
Info: andrea@devaaya.com
Tel: 0177-807 4267
www.devaaya.com

eat pray relax . space
Ashram Mallorca
Auszeit-Urlaub für Frauen
Tel: 0234-459 3326
be@ashram-mallorca.com
www.ashram-mallorca.com

Komm mit in die Wüste!
Kameltrekking durch die marok-
kanische Sahara. Ungefährlich,
abenteuerlich, spirituell,
heilend, beglückend.
www.sahara-karawane.de

Schamanische Natur Retreats
in Island & SriLanka
Kraftorte, Landschaften,
Herz, Erde, Kristalle, Licht
Kirala & Brandan
Tel: 0170-586 7929
www.Reisen.bmh-consult.ch

Tiefe Wälder, klare Seen.
3-Zi-Ferienwohnung mit
Sonnenterrasse und Kamin
im Naturpark Stechlin bei
Berlin, Tel: 033082-405 760
www.lischa-z.de

weniger & meer
Hof Jumne, idyllisches
Landhaus mit Bauerngarten
Ayurveda, Fasten, Meditation
www.hofjumne.eu
www.heilpraxis-berlin.net

ÜBERREGIONAL

Seminarhaus Foxberghof
Bus 671 ab Rathaus Spandau
Seminarräume 2 x 130 qm
Tel: 0176-2050 5358
www.foxberghof.de
Hauptstr. 30
14621 Paaren im Glien

Seminarhaus Taubenblau
Raum für kreative Seminare
für bis zu 30 TN
1,5 Std. ab Berlin
Tel. 033365-549867
16248 Lunow-Stolzenhagen
seminarhaus-stolzenhagen.de

Tragen auch Sie sich gegen eine Jahresgebühr von 48 Euro per Internet in unser Adressverzeichnis ein.

Yoga erleben...

Yoga Vidya Berlin-Wilmersdorf

Hatha Yoga, Yin Yoga, Thai Yoga, Mantra Yoga
und vieles mehr ...

2-jährige Yogalehrer-Ausbildung

Beginn ab 15.01.2018 jeweils Montags 18.30 bis 22.00 Uhr

Infotermine zur 2-jährigen Yogalehrer-Ausbildung

14.12.1017, 18:00 Uhr 07.01.2018, 14:30 Uhr.

Easy erreichbar! mit U3 U7 & U9

Pfalzburger Str. 43/44 • Berlin-Wilmersdorf
berlin-wilmersdorf@yoga-vidya.de
yoga-vidya.de/center/berlin-wilmersdorf

YOGA Vidya

Wenn sich Grenzen auflösen & die Zukunft
zu dir spricht,
beginne dein neues Jahr 2018
magisch & kühn.

Weil du es
dir wert bist …

HUMAN RISING
VICTORY

SILVESTER CELEBRATION
mit Andrea & Veit Lindau
in Berlin

Im Kosmos
31. Dezember 2017, Start 13 Uhr
Karl-Marx-Allee 131a, 10243 Berlin

www.human-rising.eu
Infos und Anmeldung