Sein Special

www.sein-brandenburg.de
www.sein.de

Lebenskunst in Brandenburg

Nachhaltigkeit als Experiment: **Ökodorf ZEGG**
Anderes Lebensgefühl: **Projekte auf dem Land**
Heilungswege: **Intuition und Hingabe**

Sein Special Nr. 13

Inhalt

3 Handeln und Wandeln

4 Nachhaltigkeit als Experiment - Ökodorf ZEGG

5 Ein anderes Lebensgefühl – Drei Projekte auf dem Land

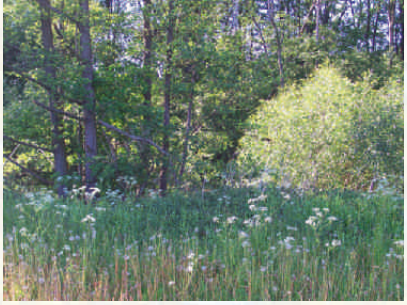
- Weingut Klosterhof Töplitz – ein Traum von gemeinschaftlichem Leben und Arbeiten?
- Im Havelland auf der Suche nach einem „verlorenen" Lebensgefühl
- Landlust? Leben auf dem Land in Brandenburg

12 Heilungswege

- Weibliche Potenz – Sinnlichkeit, Sexualität und Selbstwert
- Beziehung und Resonanz – Begegnungen mit Pferden im Beelitzer Spargelland
- Heilung geschieht von selbst – Intuition und Hingabe

14 Die Qualität des Lebens in Wiesenburg

15 Wie findest du deine Lebensaufgabe?



BRANDENBURG-SPECIAL IMPRESSUM

Das SPECIAL zur SEIN-Ausgabe 212/April 2013 erscheint im:

One World Verlag Ltd.,
Akazienstr. 28 • 10823 Berlin
Tel.: 030 - 78 70 70 78, www.sein.de

HERAUSGEBER und GESCHÄFTSFÜHRUNG:
Eduard Aman (V.i.S.d.P.)

REDAKTION: Lydia Schulte
lydia.schulte@sein.de

ANZEIGEN: Anja Walter
special@sein.de

LAYOUT: Anja Walter

KORREKTUR: Anna Bahlinger

Verteilte Auflage: 36 000 Exemplare

DRUCK: Druckerei Vetters GmbH & Co KG, Radeburg

Titelbild: © leprechaun - Fotolia.com

Liebe Leserinnen und Leser,

der Frühling zeigt sich wieder und mit ihm kommen die Kraniche. Warum sie uns als Titelbild so gut gefallen, lesen Sie in dem wundervollen Text „Kraniche – Boten des Frühlings und des Glücks" auf www.sein-brandenburg.de.
In diesem ersten Brandenburg-Special entdecken wir die Region von ihrer spannendsten Seite. Nachhaltige, ja evolutionäre Projekte und Lebensgemeinschaften kommen mit ihren Visionen und Erfahrungen zu Wort. Heilende und Lehrende geben Einblick in ihre Arbeit.
Zukünftig einmal im Jahr soll ein Special für Brandenburg erscheinen. Bis zum nächsten Mal im Frühjahr 2014 lesen Sie Nachrichten und Termine aus der Region wie gewohnt auf www.sein-brandenburg.de. Hier finden Sie auch die Texte aus diesem Heft in voller Länge und weitere, die wir nicht mit aufnehmen konnten.

Herzliche Grüße aus der Potsdamer Redaktion,
Lydia Schulte

Abb: © Lydia Schulte

Rosenwaldhof
Das stille Seminarhaus und Retreatzentrum im Havelland

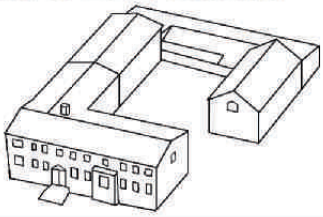
Der Rosenwaldhof liegt still am Waldrand in unmittelbarer Nähe zahlreicher Seen in einem wildromatischen Landschaftsschutzgebiet in der Region Berlin-Potsdam.

Wir bieten ein vielfältiges Seminarprogramm mit den Schwerpunkten Meditation, Achtsamkeit, Yoga und Ayurveda. Die ayurvedisch-vegetarische Küche sorgt für das körperliche Wohl. Schauen Sie in unser Seminarprogramm auf der Webseite
www.rosenwaldhof.de

Auch für einen Urlaub mit Meditation, Natur und vegetarischem Bio-Essen ist der Rosenwaldhof ein idealer Ort.

Unser Haus steht zudem auch Gastgruppen zur Anmietung offen. Wenn Sie Seminarveranstalter sind und Räume für Ihre Seminare suchen, dann treten Sie mit uns in Kontakt!

Rosenwaldhof
Bergstr. 2
14550 Groß Kreutz, OT Götz
Tel: 033207-5668-0
E-Mail: gast@rosenwaldhof.de



Handeln und Wandeln

Wie sich das Land Brandenburg und Potsdam von innen heraus verändern

Infolge meines Berufes bin ich seit Jahren viel in Potsdam und im Land Brandenburg unterwegs. Wenn ich an meine Heimat hier denke, dann fühle ich die Wurzeln und ihre Kraft und es ist, als wenn ich von oben auf das Land Brandenburg wie auf eine riesige Modelleisenbahnfläche blicken kann, auf der zu den vielen leuchtenden Punkten immer mehr und mehr dazu kommen und die auf die eine oder andere Art alle miteinander vernetzt sind.

von Iljana Planke

Abb. © Anette Dröge

Ich höre es von meinen Kundinnen und Kunden, sehe es vor Ort oder beim Vorbeifahren, wie in diesen bald zehn Jahren in den Dörfern und Kleinstädten, in Potsdam und Berlin immer mehr und mehr Menschen aktiv werden und Initiativen entstehen. Für einen anderen bewussten Umgang mit sich selbst, dem Körper, der Nahrung, der Umwelt, den Tieren, mit anderen und der Arbeits- und Lebenswelt.

Ein Beispiel für die Entwicklung: Vor vier Jahren wurde ich zu einem Pferdehof gebeten, auf den ich aber erst spätabends kommen sollte. Die Halterin wollte nicht, dass die anderen mitbekamen, dass sie neben der gängigen Schulmedizin noch etwas anderes ausprobierte. Letztens war ich am hellichten Tag dort, gerufen von zwei anderen Frauen. Und alle, die in den Boxenstall kamen, konnten sich dazustellen und mithören – jetzt war es nicht mehr die komische Ausnahme, sondern die schon bewährte Regel.

Es hat sich in den letzten Jahrzehnten im alternativen Bereich sehr viel getan.

Ganz neue Ansätze und aus der Nachfrage resultierende Wirtschaftszweige haben sich entwickelt, zum Beispiel der ökologische Landbau, die Bio-Branche (von Kleidung, Häuserbau bis hin zu Kosmetik), alternative Behandlungsmethoden, die bewusste vegetarisch-vegane Ernährung, Sanfter Tourismus, freie Bildungs-, Weiterbildungs- und Ausbildungsangebote, ein anderer Fokus in der Berichterstattung, spirituelle Bücher und Filme u.a.m.

Zu jedem der Bereiche könnte ich anhand von Selbstbeobachtetem und Fakten belegen, wie sie sich hier im Lande ausbreiten. Hunderttausende Arbeitsplätze und neue Lebensentwürfe sind entstanden.

Und diese neuen Ideen haben vor allem in der Gesellschaft Fuß gefasst, wurden Normalität und sind dabei, sie von innen heraus zu verändern.

Mir scheint, dass wir wie Puzzleteile mit dem sind, was wir einzeln oder gemeinsam privat, beruflich, gesellschaftlich oder auch politisch tun und kreieren. Wir sind Teile, die zusammen mit anderen etwas Größeres ergeben. Wir verändern uns und unsere Werte und unseren Lebensstil. Das zieht stetig gesellschaftliche und kollektive Veränderungen nach sich. Die wiederum strahlen auf uns Einzelne zurück und beschleunigen den Prozess.

Weil wir so viele geworden sind, geht diese Entwicklung immer schneller. 2009 ging man von rund 70 Millionen „alternativen" Menschen in Europa aus! [1)] Als ich das zum ersten Mal las, konnte ich mir das nicht vorstellen. Im alltäglichen Straßenbild nehme ich nicht wahr, dass es ein Drittel sind. Allerdings bemerkte ich schon sehr oft, dass der erste Eindruck täuscht! Da erzählen mir Menschen, die man äußerlich vielleicht als „Stinos" bezeichnen würde, aber mit denen ich beruflich oder privat ins Gespräch komme, dass sie auf die vegetarische Ernährung umgestiegen sind, dass sie wegen der Neurodermitis der Tochter zu alternativen Therapien gekommen sind oder wie hoch der Stapel spiritueller Bücher ist. Die ihren Hund nicht mehr mit Stachelhalsband erziehen wollen und Alternativen zum industriellen Trockenfutter suchen oder die den sicheren Bürojob aufgegeben haben und jetzt mit ganzem Herz alte Handwerkstechniken vermitteln.

Ich bin dann immer sehr berührt und habe mich bisher jedes Mal über diese Entwicklungen für die Einzelnen und für unsere Gesellschaft gefreut. Ich liebe es sehr, Tag für Tag zu erleben, wie die Vision vieler von einem harmonischen, friedlichen, lebendigen Miteinander mit allem weiter Gestalt annimmt! Auch hier im Land Brandenburg.

Den Text können Sie in voller Länge auf www.sein-brandenburg.de lesen.

1 (Quelle: „Slowcities" www.heuer-dialog.de)

Iljana Planke
Nach vielen Jahren in der Großstadt Berlin über 8 Jahre dörflich in Mecklenburg lebend, seit 13 Jahren Potsdamerin. Seit 2005 erfolgreich selbständig mit eigener „Praxis für Mensch & Tier".

Tel.: 0331 - 704 66 00
www.Mit-Tieren-kommunizieren.de

www.Mit-Tieren-kommunizieren.de

Nachhaltigkeit als Experiment

Ökodorf ZEGG

von Cordula Andrä

Vor drei Jahren habe ich meinen Job als Referentin bei den Grünen aufgegeben, ich wollte zurück zu meinen Wurzeln, zu gemeinschaftlichen Lebensformen und gelebter Ökologie. Erde unter den Füßen spüren, raus aus Berlin und rein ins gemeinschaftliche Leben. Ich meldete mich also als Sommergast im ZEGG an. Das Sommergastprogramm bietet die Möglichkeit mitzuarbeiten und das ZEGG kennen zu lernen. Ich war gerüstet für 5 Stunden Arbeit und eine abendliche Gruppenzeit. Meine erste Arbeitsstation war der Garten. Hier werden Obst und Gemüse nach ökologischen Richtlinien angebaut. Die tägliche Ernte wird für Gemeinschaft und Gäste zubereitet und kommt frisch auf den Tisch. Was übrig bleibt, wandert als Kompost in den Garten. Ich erinnere mich noch gut, wie ich bei 35 Grad auf den Knien Karottenpflänzchen vereinzelte – der Wert jeder einzelnen Karotte stieg an diesem Vormittag erheblich für mich. Ich verstand neu, dass alles Leben voneinander abhängig ist. Ohne Erde, Sonne und Wasser keine Karotte und keine Menschen. Ohne Menschen und ihre Arbeit keine Karotten. Wir sind mit allem verbunden. Dieser so spirituell anmutende Gedanke wird hier eine schlichte Tatsache. Bei den abendlichen Gruppentreffen der Sommergäste bekam ich einen Eindruck davon, was das im Sozialen bedeuten kann. Wir erfuhren, wie Gemeinschaft funktioniert, und profitierten von der Kommunikationskultur des ZEGG. Wir sangen Lieder zusammen, erlebten Forum und freuten uns über Umarmungen und intensive Gespräche. Ich verstand den Ansatz des ZEGG, zu sagen: In Verbindung sein mit der Natur und anderen Menschen gehört zusammen, es geht um das Leben in allen seinen Facetten. Nach einer Woche war ich jedenfalls euphorisch in Verbindung mit allem und mir war klar: Hier will ich bleiben.

Die essbare Landschaft

Das ZEGG ist eine Ansammlung von Gebäuden unterschiedlichster Baustile und wurde lange militärisch genutzt. Die Stasi hat ihre Auslandagenten hier ausgebildet und sich wenig für biologische Vielfalt interessiert. Entsprechend sah es aus, als die Gemeinschaft 1991 einzog: karger Rasen und ein paar Ziernadelbäume. Heute ist das ZEGG üppig bewachsen. Durch jahrelange Bodenverbesserung ist es zu einem kleinen Paradies für Pflanzen, Tiere und Menschen geworden. Es beherbergt eine essbare Landschaft, in der neben anderem Johannisbeeren, Pfirsiche und Kiwis wachsen – es ist eine Idee aus der Permakultur, nachhaltige Lebensräume zu schaffen, die sich selbst erhalten. Es ist beeindruckend zu sehen, welcher Wandel auf dem Gelände stattgefunden hat. Wie die uns umgebende (Kultur-)landschaft aussieht, hat mit unseren inneren Werten und Prioritäten zu tun. Das Gelände hat sich vom Abbild einer totalitären Kultur zu einer lebendigen und vielfältigen Landschaft entwickelt. All das ist eine Form von Heilungsarbeit. Die essbare Landschaft genauso wie die Nutzung der Gebäude, die weiter liebevoll gestaltet und saniert werden.

Ökologisch leben in Gemeinschaft

Inzwischen bin ich tiefer in das Gemeinschaftsleben eingetaucht. Es ist in einer Gemeinschaft leichter, auf Konsum zu verzichten und ressourcenschonend zu wirtschaften. Das fängt damit an, dass wir uns Geräte teilen und mit weniger Waschmaschinen, Musikanlagen oder Telefonen auskommen. Es gibt ein privates Carsharing und entsprechend wenige Autos pro Nase. Teilen gehört dazu, Dinge wiederverwenden ist selbstverständlich. Als Gemeinschaft können wir unsere größeren Ideen leichter in die Tat umsetzen. Obwohl wir materiell mit weniger auskommen als viele andere Menschen, fühlt sich das Leben im ZEGG nicht nach Verzicht an. Ganz im Gegenteil, es bringt eine andere Art von Reichtum und mehr Tiefe in den Alltag.

Die menschlichen Beziehungen sind der große Reichtum einer Gemeinschaft. Zugleich bergen sie große Herausforderungen. Inmitten all der Kontakte und persönlichen Beziehungen ist es manchmal schwierig, nachhaltig mit den eigenen Ressourcen umzugehen. Auch in Gemeinschaft gibt es Stress und Erschöpfung. Viele im ZEGG sind zur Zeit auf der Suche nach Wegen zu mehr Selbstfürsorge und Gelassenheit. Das Experiment heißt: Wie können wir ein gemeinschaftliches Leben schaffen, das uns nährt? Nachhaltige Lebensentwürfe sind in unserer Kultur immer unfertig, es sind Experimente. Sie begegnen besonderen Schwierigkeiten und schaffen ihre Art von Reichtum. Das ZEGG ist eines davon, und ich freue mich jeden Tag darüber, dass das Leben mich an diesen Ort verschlagen hat.

Möglichkeiten zur Mitarbeit findest du hier: www.zegg.de/zegg-gemeinschaft/mitarbeiten-als-gast.html
Mehr über Ökologie im ZEGG: www.zegg.de/zegg-gemeinschaft/oekologie.html

Cordula Andrä ist Presse- und Öffentlichkeitsarbeiterin bei der ZEGG GmbH.
presse@zegg.de
www.zegg.de

www.zegg.de

Abb.: © Zegg

Ein anderes Lebensgefühl

Drei Projekte auf dem Land

Die Artikel finden Sie in voller Länge auf www.sein-brandenburg.de

Weingut Klosterhof Töplitz

Ein Traum von gemeinschaftlichem Leben und Arbeiten?

Ein ökologisches Weingut mit 2,5 Hektar Fläche vor den Toren Berlins – wir konnten es kaum glauben. Eben erst gewünscht, und schon galt es, den Wunsch mit Leben zu erfüllen. In uns überschlug sich alles, was heißt das? Leben auf dem Land? Wer kommt mit? Werden wir jetzt Weinbauern und Gastwirte?

von Grit Wellnitz

Abb: © Grit Wellnitz

Anfang Januar 2012 war klar, dass wir diesen Schritt gemeinsam gehen wollten. Wir bekamen Unterstützung in der Gastwirtschaft von einem jungen Paar aus Berlin. Für die Arbeit auf dem Weinberg kam ein interessierter junger Mann zu uns. Trotzdem überschlugen sich die Ereignisse. Ende April 2012 stand die dann benachbarte Pension zum Verkauf. Eine gute Gelegenheit, um unser Konzept von Wohnen und Arbeiten an einem Ort zu verwirklichen. Die Gebäude waren in einem desolaten Zustand. Wir hatten so schon genug zu tun mit dem Betrieb der Gastwirtschaft und dem Weinberg. Das Projekt, nun bestehend aus mehreren Teilbereichen, nahm immer größere Ausmaße an.

Einige stürzten sich in die Arbeit, ohne zu hinterfragen

In Anderen kam langsam die ersten Fragen: Ist das alles Gemeinschaft? Geht das überhaupt so? Was hat das noch mit unserem Traum zu tun? Wirtschaftliche Zwänge, zu viele Aufgaben, verschiedene Herangehensweisen, unterschiedliche Ziele und Interessen, und das alles neben unseren Berufen und Familien in Berlin… Waren wir schon an unsere Grenzen gestoßen, wurde der Traum zum Alptraum? Dabei wollten wir doch gemeinsam mit Menschen arbeiten und leben, Spiritualität erleben, Tanzen, Stille und Natur genießen und unseren Alltag entschleunigen.

Es gab auch diese schönen Momente – Sonnenuntergänge auf dem Weinberg, gemeinsam im Weinberg arbeiten, Yoga am Morgen, Abende am Feuer, unsere Kinder in freier Natur aufblühen sehen, die Stille, Pferde, Kühe, Wildgänse beobachten, den Wein wachsen und reifen sehen… aber immer wieder gingen sie unter in den Aufgaben und Anforderungen, die uns trieben.

Was tun? Wir begannen uns regelmäßig mit einem Coach zu treffen

Seine ersten Worte waren: „Ein Projekt besteht immer zu 90% aus Beziehungsfragen und nur zu 10% aus Sachfragen." Also galt es unsere Beziehungsfragen zu klären. Wir üben uns nun im Zuhören und lernen gewaltfrei zu kommunizieren. Auch gibt es seit März Treffen nach Scott Peck im Weingut Töplitz, und wir haben einen Raum der Stille und Spiritualität eingerichtet, um jedem von uns die Möglichkeit des Rückzugs einzuräumen.

Unser Ziel ist es weiterhin, im Weingut Töplitz eine Gemeinschaft aufzubauen und den Ort für mehr Menschen zu öffnen. Gemeinsam einen Platz zu entwickeln, an dem ein gesundes Unternehmen wachsen kann und gleichzeitig Erholung und Spiritualität gelebt werden können.

Wenn wir dich/euch mit unserem Erfahrungsbericht angesprochen haben, so freuen wir uns auf euren Besuch, euer Interesse und vielleicht mehr… ∾

Das Team von Weingut Klosterhof Töplitz
Grit Wellnitz
Qualifizierte Praktikerin der Grinberg Methode
www.gritwellnitz.de

Weingut Klosterhof
Töplitz GmbH & Co. KG
Am Alten Weinberg 7
14542 Werder (Havel)
OT Töplitz
Tel. 0160 - 97 46 75 51

Pension Am Alten Weinberg
Am Alten Weinberg 2
14542 Werder (Havel)
OT Töplitz
www.pension-am-alten-weinberg.de

www.weingut-toeplitz.de

Bioresonanztherapie

MedProChi®

Ulrike Schneegass & Kollegen
Berliner Str. 42 • 16540 Hohen Neuendorf • Tel. 03303 - 508 15 50
energiemedizin@medprochi.de • www.medprochi.de

Privatärztliche Leistungen

- Akupunktur
- Bioresonanz
- Bioenergetische Diagnostik und Therapie
- Chirotherapie
- Ernährungsmedizin
- Frequenztherapie
- Infusionsmedizin
- Laser- und Lichttherapie
- Regulations- und Schmerztherapie
- Ästhetische Medizin

Berliner Praxis "Balance" • Karlsruher Str. 7a • 10711 Berlin • Tel. 030 - 89 00 57 20 • www.balance-medicine.com

Im Havelland auf der Suche nach einem „verlorenen“ Lebensgefühl

von Hendrikje Arzt

Abb: © Hendrikje Arzt

Hendrikje Arzt
Medizinstudium (5 J.), seit 20 Jahren Praxis als Heilpraktikerin: Klass. Homöopathie, Seel. Heilarbeit mit Tieren, Traumatherapie, Künstlerisch-musische Arbeit mit Klienten, Biographiearbeit, Lebensberatung, Übungsleiterin VFD, Reittherapeutische Assistentin, Pferdewirtschaftsmeisteranwärterin, 4 Kinder

Undinenhof
Bauernende 25
14715 Märkisch Luch
Tel. 0179 - 5 25 95 51

Auf dem Undinenhof im Havelland können die Besucher der großstädtischen Reizüberflutung in vielfältiger Weise entfliehen. In dieser „wässrigen“ Landschaft entstand das Märchen von der Meerjungfrau Undine. Und genau dieses Wesen, das von den Menschen nicht gehört werden konnte, zu denen es sich hingezogen fühlte, ist zum Sinnbild des Projektes geworden: als Aufforderung, einmal doch in die „sprachlose“ Welt hinein zu lauschen.

Auf einem Bauernhof mit vielen Tieren, die ausdrücklich nicht zum Verzehr gedacht sind, kann der Besucher den Tieren nachspüren und seinen natürlichen Bezug zu Erde, Natur und Tieren wieder finden. Die Tiere laufen frei herum und können von den Besuchern gezeichnet, gemalt oder plastiziert werden. Auch die direkte Kommunikation mit Tieren (Pferden, Minischweinen, Schafen, Hunden, Katzen, Waschbären u.v.m.) kann erlernt werden. Ängste vor Tieren können sich in ungeahnte Wahrnehmungen unserer selbst wandeln. Besucher können besonderen Instrumenten wie dem Hang oder der Schlitztrommel ganz persönliche Töne entlocken und haben dabei auch schon faszinierte Zuhörer aus der Tierwelt gehabt.

Wer mehr der kreativ-handwerklichen Seite des Landlebens nachspüren will, kann spinnen lernen, Wolle mit Pflanzen färben oder die Rohwolle der Hofschafe kreativ bearbeiten (kardieren), kann durch Filzen, Stricken, Häkeln oder andere Handarbeitstechniken wieder in die eigene Kreativität finden. Auch Stoff- und Papierdruck gehört zum Angebot. Es gibt viel zu entdecken, gerade auch für Menschen, die sich vielleicht für unkreativ halten.

Wer es lieber mit besinnlicheren Aktivitäten versuchen will, kann angeleitete Meditationen z.B. zur Wahrnehmung des Havellandes und seiner besonderen Kräfte nutzen.

Das Einfache, das manchmal schwer zu machen ist

Wer erst mal einen halben Tag am Undinenhof reinschnuppern möchte, kann sich den offenen Terminen des gemeinnützigen Vereines Undinenhof e.V. anschließen. Wer mehr will, kann Schnuppertage oder Wochenenden buchen (Gästezimmer, Ferienwohnung im liebevoll eingerichteten Landhausstil). Wer richtig eintauchen will, kann auch seine Ferien auf dem Undinenhof verbringen. Der Hof wurde von den Eheleuten Gregor und Hendrikje Arzt vor 11 Jahren gegründet und mit viel Liebe renoviert. Gregor Arzt ist Geomant und Hendrikje Arzt Heilpraktikerin, beide sind überwiegend heilerisch tätig. Und nebenan ist das Naturschutzgebiet mit den Großtrappen, von denen es nur noch einige hundert Exemplare auf der Erde gibt. Mit etwas Glück können die Besucher sie dort sehen.

„Sie bemerken oft bei ihrer Arbeit, wie groß der Hunger der Menschen nach Verbindung mit den Naturkräften bzw. den eigenen Wurzeln ist und wie wenig dieser durch übliche touristische Angebote auf dem Lande wirklich gestillt werden kann. Oft hilft es, sich durch nichts als bloßes Wahrnehmen der Natur zu nähern, und es überrascht, um wie viel wir durchlässiger werden, wenn wir künstlerisch oder meditativ in der Natur tätig sein können, ohne eben etwas Besonderes von ihr zu wollen. Ja eben das Einfache, das schwer zu machen ist“ (Bert Brecht).

www.undinenhof.de

Ayurvedische Massagen zur Stärkung der Leistungsfähigkeit in Beruf und Alltag!

Diese bewährten jahrtausendalten entspannenden, wohltuenden und gesundheitsfördernden ayurvedischen Ölmassagen bietet Werner Letz nach den Qualitätsrichtlinien des „Verbandes Europäischer Ayurveda-Mediziner und Therapeuten“ in Reetz an.

Seine ayurvedischen Massageangebote gehen von der Ganzkörpermassage über Nacken-, Rückenmassage, Fuß- oder Kopf- bis zur entspannenden Gesichtsmassage.
Bei der Nacken-Rückenmassage werden – auf Sie speziell eingehend – alle tief sitzenden Verspannungen vom Nacken bis zur Hüfte gelöst. Damit werden die Bandscheiben entlastet und zusätzlich eine bessere Versorgung aller Organe erreicht. Diese Massage wird bei eingeschränkten Bewegungen, Verspannungen, Bandscheibenvorfällen, Rheuma, Asthma, Kopfschmerzen, Migräne und Schmerzen des Nackens, des gesamten Rückens und Ischias-Nervs angewendet. Die Regeneration der Wirbelsäule wird angeregt. Die Körperfitness wird gesteigert, und dabei darf der Körper tief entspannen.
Die Anwendungen dienen dabei der Aktivierung und Stärkung der Selbstheilungskräfte und ersetzen nicht die Diagnose oder Behandlung eines Arztes oder Heilpraktikers.

Vereinbaren Sie einen Massagetermin telefonisch oder per E-Mail.

Ayurvedische Massagen & Heilen

Werner Letz
Reppinicher Str. 9
14827 Wiesenburg OT Reetz

Tel.: 033849 - 5 21 15
info@ayurvedische-massagen-und-heilen.de
www.ayurvedische-massagen-und-heilen.de

Landlust?

Leben auf dem Land in Brandenburg

Sind das: Schlechte Busverbindungen, überalterte Dörfer, endlose Ödnis im November, Kulturangebot – Fehlanzeige? Oder doch: Kraniche am Morgen, barfuss frische Minze holen, abendliches Lagerfeuer, Draußenküche und Yoga im Gemeindehaus? Wir haben Ersteres durchlitten und Letzteres genossen. Beides hatte und hat große Bedeutung, beides war und ist Motor, Antrieb für unser Leben und Arbeiten.

Abb: © Birke Soukup

von Birke Soukup

Wir, das sind Birke Soukup, Gemüsegärtnerin und Weiterbilderin, und Jakob Thöne, gelernter Orgelbauer und Tischlermeister.
Entschieden haben wir uns bewusst für das Landleben, für ein Leben und Arbeiten mit Erde, Pflanzen und Menschen, mit Holz, mit Lehm. Und für all das, wofür uns die Stadt zu eng, zu laut, zu voll, zu schnell ist. Für all das, wo das Land uns und unseren Kindern Weite, Spielraum, Freiheit schenkt.
Dennoch haben wir auch erfahren müssen, wie es sich anfühlt, das Leben mit einem ersten Kind auf einem Dorf – ohne Netzwerk, mit wenig Hilfe.
Schnell war klar: Landleben – ja, aber nur gemeinsam mit anderen, im Austausch, in Gemeinschaft. Aus diesen Impulsen ist unser Verein LandBau (www.landbauev.de) entstanden, den wir 2008 mit Freunden und Familie gegründet haben.

Drei lange Jahre hat die Suche nach einem passenden Ort gedauert

Nach einem Ort, an dem wir leben und arbeiten können, der Platz bietet für Menschen, Kinder, Hühner, Gärtnerei, Tischlerei, Workshops…
Auf dieser Suche sind wir kreuz und quer durch Deutschland gereist, haben alte Bauernhöfe und Bauern, Gemeinschaften und Einzelkämpfer getroffen – und sind schließlich in nächster Nähe fündig geworden.
2011 hat der Verein LandBau die Alte Brennerei in Wulkow bei Frankfurt/Oder kaufen können, einen Ziegelbau aus den 1890er Jahren, früher als Brennerei, zuletzt als Kindergarten genutzt.
Das Dorf Wulkow: Ein aktives, umweltbewegtes Dorf. Gegenüber liegen der Ökospeicher (www.oekospeicher.de) mit Bioladen, Kneipe, Gästezimmern und Seminarräumen und der Park mit seinen stattlichen alten Laubbäumen. Nebenan steht die kleine alte Dorfkirche, nebenan wirtschaftet die Demeter-Landwirtin.

Mittendrin wirtschaften wir

Entstanden ist inzwischen – neben den Wohnräumen – eine kleine, ökologisch orientierte Tischlerei; im Entstehen ist ein Lehr- und Schaugarten, in dem zukünftig eine Vielzahl alter Gemüsesorten, Kräuter und Blumen gedeihen sollen. Menschen, die einen Einstieg ins Gärtnern und in die Selbstversorgung suchen, werden hier lernen, mit-tun und sich mit Gleichgesinnten austauschen können.
Was uns besonders freut: Eben gerade ist unser kleiner Hof um eine Familie und zwei Sprachen reicher geworden. Eine japanisch-polnische Familie hat den Weg nach Wulkow gefunden und belebt mit uns gemeinsam die Alte Brennerei.
Für das Dorf Wulkow indes ist Internationalität fast schon normal. Der FÖJler kommt aus Frankreich, der Energieberater aus der Schweiz, die Köchin der Kneipe aus Polen. Und das nächste internationale Workcamp findet im Juli statt…

Herzliche Grüße aus Wulkow!

Birke Soukup ist biologisch-dynamische Gärtnerin und Gartenbauwissenschaftlerin. Sie ist selbständig tätig und arbeitet u.a. als Seminarleiterin und Referentin. Von Juni bis Oktober betreut sie einen Demeter-Marktstand.

Kontakt:
info@landbauev.de

www.landbauev.de

Institut complementärer Heilung - ICH
Spezialisten verschiedener Fachbereiche der complementären Medizin arbeiten zusammen:
- Zahnärztin
- Facharzt für Psychiatrie & Psychotherapie
- Heilpraktiker
- Physiotherapeuten
- Entspannungstherapeuten
- Energieheiler

- Ganzheitliche Zahnmedizin (Störfelddiagnostik, Füllungstherapie, Zahnersatz)
- CMD (Fehlfunktion zwischen Ober- und Unterkiefer)
- Kopfschmerz, Schwindel, Tinnitus
- Burnout, Depression
- Schmerzen, Entzündungen, Allergien oder andere Erkrankungen
- Stoffwechseloptimierung

Institut complementärer Heilung - ICH
Britta Materne
Prager Straße 5
10779 Berlin-Wilmersdorf

Tel.: **030 - 23 63 53 06**
kontakt@i-c-heilung.de
www.i-c-heilung.de

Tag der offenen Tür
Sonntag, 5. Mai, 11-16 Uhr

INSTITUT COMPLEMENTÄRER HEILUNG

300 Spirituelle Filme auf DVD
NEUE WELT SICHT
Weltsicht
Wie Schicksalsgesetze und Schattenprinzip unser Leben bestimmen
Dr. med. Ruediger Dahlke
Tel.: 0331-297 95 96
14480 Potsdam
info@neue-weltsicht.de
www.neue-weltsicht.de

POTSDAM

Praxis für Energiemedizin und Gesundheit

Shiatsu – Regeneration & Energetische Körperarbeit
BodyTalk – Körpersignale hören & durch harmonisierende Vernetzung dem Leben frei zur Verfügung stehen

Lass dich ziehen
von dem leisen Sog dessen,
was du wirklich liebst.
Rumi

Marietta Heuken HP
Eisenhartstraße 6
14469 Potsdam

Tel. 0331 - 27 13 123
info@marietta-heuken.de
www.marietta-heuken.de

Praxis für Osteopathie

In der Praxis für Osteopathie Sandra Hintringer finden Behandlungen für Erwachsene, Säuglinge und Kinder statt. Die osteopathische Therapie erfreut sich zunehmend großer Beliebtheit und kann Linderung bringen bei Symptomen wie zum Beispiel Blockaden durch Geburten, Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen, Burnout oder Sportunfälle. Sandra Hintringer ist Heilpraktikerin, Physiotherapeutin und Mitglied in einem osteopathischen Berufsverband.

Für mehr Gesundheit vereinbaren Sie gleich einen Termin!

Sandra Hintringer
Behlertstraße 29
14469 Potsdam

Tel. 030 - 53 60 98 89
Mobil 0178 - 33 60 460
www.osteopathie-hintringer.de

Klangpädagogische Praxis in Potsdam

Klangpädagogik und Klangmassage

Erleben Sie in entspannter Atmosphäre Angebote zur Stressprävention – Burnout-Prophylaxe – Entspannung – Lernberatung – Lebensberatung – Pädagogische Begleitung in Krisen – Familien-, Einzel- und Gruppenarbeit

Ich freue mich auf Ihren Besuch!

KlangInsel ANANDA
Petra Klug
Leiblstraße 12
14467 Potsdam

Tel. 0331 - 24 37 04 86
petraklug@hotmail.com
www.klangpädagogik-potsdam.de

Constanze Contudo Hypnosetherapie

Hypnose – eine effiziente Methode zur Therapie von Angstzuständen, Schlafstörungen, bei chronischen Schmerzen, aber auch zur Raucherentwöhnung, Gewichtsabnahme sowie zur Problemlösung bei Konflikten und zur Stärkung des Selbstvertrauens.

Special: Stressreduktion und Entspannung mit Hypnose

www.SelbstHeilungsAktivierung-SHA.de

SelbstHeilungsAktivierung
Privatpraxis für Psychotherapie
Zeppelinstraße 47a
14471 Potsdam

Tel. 0331 - 879 08 472
info@SelbstHeilungs
Aktivierung-SHA.de

CoCreate – Heilung und Erfüllung

- NEUES Training: Verkörperlichung Deines Höheren Selbst
- Ausbildung der Hellsinne und tiefe Heilarbeit
- Seelenarbeit – Selbsterkenntnis, Gesundung
- Channeln lernen
- Initiationen in höhere Bewusstseinsebenen
- Geführte Meditationen
- Offene Channelabende

Deine Heilung und das Leben Deiner Seelenaufgabe sind wichtig für unser gemeinschaftliches CoCreieren der neuen Welt. Denn nur Du kannst sie meistern - Deine selbstgewählte, Dich erfüllende Aufgabe.

CoCreate
Dr. Frauke Greil
Lindenstr. 12, 14467 Potsdam
gelbes Seitenhaus im Hof

Tel. 0152 - 29 38 39 23
CoCreate@fraukegreil.com

Herzkohärenz, Biofeedback Craniosacral Integration

„Die meisten Symptome in unserer Zeit haben eine wesentliche Komponente im bewussten Umgang mit den Herausforderungen des Lebens: Erfolgreiches Stressmanagement ist die beste Voraussetzung für Heilung."

Sie sind eingeladen, den nächsten Schritt zur Verbesserung Ihrer persönlichen Lebensperformance zu tun.

Dieter Schrank
Praxis für Therapie&Coaching
Berlin: Buschhaus, Prenzlauer Allee 217, 10405 Berlin
Potsdam: Lamprecht&Partner, Behlertstr. 29, 14469 Potsdam

Tel. 0173 - 899 43 65
ds@therapieundcoaching.de

Naturheil- & Hebammenpraxis Soluna

Sind Sie bereit, sich auf einen persönlichen Heilungsprozess einzulassen? Möchten Sie Ihre Potenziale entfalten?
In meiner Praxis biete ich Ihnen eine ganzheitlich orientierte Heilkunst in geschützter, liebevoller Atmosphäre.

- Holistische Homöopathie
- Yogatherapie und Kurse
- Geistiges Heilen
- Ayurveda- und Klangmassage zum Wohlfühlen
- Mediale Lebensberatung

Yeshi Choedon
Heilpraktikerin, Hebamme
Geiselbergstr. 4, 14476 Potsdam

Tel. 0331 - 97 91 48 39
www.soluna-heilpraxis.de
für Potsdam und Berlin

Tantramassagen und Seminare

Wir bieten:
- Tantra-, Sinnliche, Intim- & Wellnessmassagen
- Beratung, Info-Abende
- Kleine & große Seminare zu Massage, Kommunikation, Sexualität, Selbsterkenntnis
- private Minikurse: Intimmassage

Seminare: So. 14.4. Intim-Massage für den Mann
ab September: Wellnessmassage, Tantraritual, Die Prostata, Der G-Punkt, Mysterium der Weiblichkeit: Betrachten der Vagina, Bauch-/Beckenmassage für Frauen u.a.

Körpertempel
Alt Nowawes 34
14482 Potsdam-Babelsberg

Massagen: 0175 - 29 00 00 6
Seminare: 0331 - 81 71 29 12
www.körpertempel.de

LoveTalks Vortragsreihe

Interaktive Plaudereien aus dem therapeutischen Nähkästchen über Glück und Unglück in Beziehungen und wie Sie selber noch glücklicher werden können.
Jeden letzten Mittwoch im Monat, 19 bis 21.30 Uhr.
- Ein Traum wird wahr...
- Die Schattenseiten der Liebe
- LoveChange – Ich liebe mich
- Betteln vergebens!

...
Mehr Inhalte und Infos auf meiner Homepage.

Beziehungsreisen
Dipl. Psych. Katrin Pfleiderer
Paar- und Sexualtherapeutin
Berliner Str. 102
14467 Potsdam

Tel. 0331 - 27 30 51 71
info@beziehungsreisen.de
www.beziehungsreisen.de

Diese Auflistung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit – Roter Eintrag siehe auch gestaltete Anzeige

Adressen

POTSDAM

AQARIUS, Petra Kuhl, Gutenbergstr. 30, 14467 Potsdam, info@aqarius-haare.de, Tel. 0331 - 979 33 777, www.aqarius-haare.de
Beziehungsreisen, Dipl. Psych. Katrin Pfleiderer, Paar- & Sexualtherapeutin, Berlinerstr. 102, 14467 Potsdam, Tel. 0331 - 27 30 51 71, info@beziehungsreisen.de, www.beziehungsreisen.de
CoCreate, Dr. Frauke Greil, Lindenstr. 12, 14467 Potsdam, gelbes Seitenhaus, Tel. 0152 - 29 38 39 23, CoCreate@fraukegreil.com
Dieter Schrank, Praxis für Therapie&Coaching, Prenzlauer Allee 217, 10405 Berlin, Behlertstraße 29, 14469 Potsdam, ds@therapieundcoaching.de, Tel. 0173 - 899 43 65
EnjoyLifeAgain, Ginger S. Endt, ganzheitliche Massagen & Energie, Wollestraße 27, 14482 Potsdam, Tel. 0331 - 5 888 987, Mobil 0151 - 5 21 76 372, www.enjoylifeagain.de
Hormon Yoga in Potsdam, Donnerstags 20-21.30 Uhr, Shelly Träger, Tel. 0331- 5 81 73 62, 0173 - 90 53 841, www.yogababelsberg.de
KlangInsel ANANDA, Petra Klug, Leiblstraße 12, 14467 Potsdam, Tel. 0331 - 24 37 04 86, petraklug@hotmail.com, www.klang pädagogik-potsdam.de
Körpertempel, Alt Nowawes 34, 14482 Potsdam-Babelsberg, Massagen: 0175 - 29 00 00 6, Seminare: 0331 - 81 71 29 12, www.körpertempel.de
Maja Diana Weingart, Massagen auch in Bremen & Berlin möglich, Tel. 0331 - 87 90 72 50, 0163 - 3 56 63 03, maya.diana@gmx.de
Marietta Heuken HP, Eisenhartstraße 6, 14469 Potsdam, info@marietta-heuken.de, Tel. 0331 - 27 13 123, www.marietta-heuken.de
Neue Weltsicht, Jörg Röttger & Leander von Kraft GbR, An der Parforceheide 16, 14480 Potsdam, Tel. 0331 - 297 2526, www.neue-weltsicht.de
„Praxis für Mensch & Tier“, Iljana Planke, Odenwaldstr. 9, 12161 Berlin, Tel. 0331 - 704 66 00, www.Mit-Tieren-kommunizieren.de
Sandra Hintringer, Behlertstraße 29, 14469 Potsdam, Tel. 030 - 53 60 98 89, 0178 - 33 60 460, www.osteopathie-hintringer.de
SelbstHeilungsAktivierung, Privatpraxis für Psychotherapie, Zeppelinstr. 47a, 14471 Potsdam, Tel. 0331 - 879 08 472, info@SelbstHeilungsAktivierung-SHA.de, www.SelbstHeilungs Aktivierung-SHA.de
Yeshi Choedon, Heilpraktikerin, Hebamme, Geiselbergstr. 4, 14476 Potsdam, Tel. 0331 - 97 91 48 39, www.soluna-heilpraxis.de
Yogaschule Yogayama, Bianca & Udo, Herrmann-Elflein-Str. 18a, 14467 Potsdam, Tel. 0331 - 730 54 55, kontakt@yogayama.de, www.yogayama.de

POTSDAM-MITTELMARK

Ayurvedische Massagen & Heilen, Werner Letz, Reppinicher Str. 9, 14827 Wiesenburg OT Reetz, Tel. 033849 - 5 21 15, www.ayurvedische-massagen-und-heilen.de, info@ayurvedische-massagen-und-heilen.de
Birgit Steinfeldt, Lichtquantenanalyse & Balancierung für Gesundheit & Wachstum von Mensch, Pflanze, Tier, Schlehdornweg 18, 14532 Kleinmachnow, tel. 033203 - 7 91 49, 0177 - 8 10 20 30, www.lebens-architektur.com
Come Together Songs, Hagara Feinbier, Rosa-Luxemburg-Str. 89, 14806 Bad Belzig, hagara@zegg.de, www.come-together-songs.de
Marita Rosowski, HP Psychotherapie, Tel. 03327 - 4 88 48 90, info@lebenslichter-marita-rosowski.de, www.lebenslichter-marita-rosowski.de
Raum zum Ankommen, HP Psych. Sabine Schubert, Wiesenburg, OT Schmerwitz und Berlin-Zehlendorf, Tel. 033849 - 3 09 65, der@RaumzumAnkommen.de, www.RaumzumAnkommen.de
Rosenwaldhof, Bergstraße 2, 14550 Groß Kreutz (Havel) OT Götzer Berge, Tel. 033207 - 5668-0, gast@rosenwaldhof.de, www.rosenwaldhof.de
Secret of Tantra, Dorfstr. 5, 14806 Bad Belzig OT Lübnitz, kontakt@secret-of-tantra.de, Tel. 033841 - 388 123, www.secret-of-tantra.de
Silvia Pinter, Sehtraining, Kinesiologie und Systemische Arbeit, Tel. 0163 - 758 00 23, www.NatuerlichBesserSehen.de, www.Systemische-Kinesiologie.net
Skwanesie-Lodge, Johanna Nickl & Karsten Guschke, Chausseestr. 48a, 14806 Bad Belzig, Tel. 033846 - 90 667/90 547, info@skwanesie-lodge.de, www.skwanesie-lodge.de
Tantramassage Lernen! Leitung: Katharina Ebert, Info & Anmeldung, Tel. 0151 - 466 59 772, seminarbuero@tantramassage-lernen.de, www.tantramassage-lernen.de
Yoga in Stahnsdorf, Ulrike Kunze, im "Jump in" Dorfplatz 11, 14532 Stahnsdorf, Tel. 033203 - 223 94, 0163 - 826 9896, www.lebe-yoga.de
Zegg, Zentrum für Experimentelle Gesellschafts-Gestaltung, Rosa-Luxemburg-Straße 89, 14806 Bad Belzig, Tel. 033841 - 59 51 00, empfang@zegg.de, www.zegg.de

TELTOW-FLÄMING

Gutshaus Wahlsdorf, Schulstraße 2, 14913 Wahlsdorf, www.gutshauswahlsdorf.de, Tel. 033745 - 7 08 52
Schloss Blankensee, Julia Wolters, Blankenseer Dorfstr. 1, 14959

POTSDAM

Majama - Massage-Oase Ankommen, Auftanken

Jede Massage ist eine Reise in deinen Körpertempel und ist eine Auszeit vom Alltag, sie verbindet Körper, Geist, Seele. Die Massage-Rituale kommen aus verschiedenen Traditionen:
Lomi Lomi Nui - zeremonielle hawaiianische Körperarbeit
Tao Massage - meditative, ruhige, sinnliche Heilmassage
Rituelle Verehrung - liebevoll einhüllend, zärtlich, zauberhaft

"Sorge gut für deinen Körper, denn er ist der einzige Ort, wo du leben kannst." Jim Rahm

Maja Diana Weingart
Massagen auch in Bremen und Berlin möglich

Tel. 0331 - 87 90 72 50
Mobil 0163 - 3 56 63 03
maya.diana@gmx.de

Enjoy Life Again ganzheitliche Massagen

gibt energetische Massagen, die eines der ältesten Heilmittel der Welt sind und zu den sinnreichsten Erfahrungen gehören. Mein Schatz ist das Wissen um die Resonanz zwischen Körper, Geist und Seele, so dass Sie bei mir erfahren, warum Sie verspannt sind und vor allem, wo die Ursachen liegen können. Dies zu erkennen ist grundlegend für einen Heilungsprozess und der Ansatz meiner individuellen Massagen für Sie. Schenken Sie sich Erholung und Wohlbefinden, denn ein gesunder Körper spiegelt eine gesunde Seele und Lebensfreude wider.

EnjoyLifeAgain
Ginger S. Endt
ganzheitl. Massagen & Energie
Wollestr. 27, 14482 Potsdam

Tel. 0331 - 5 88 89 87
Mobil 0151 - 52 17 63 72
www.enjoylifeagain.de

TELTOW-FLÄMING

Yoga und Segeln Mallorca 21.-28.9.2013

Eine besondere Woche, eine außergewöhnliche Reise

2 Yogalehrer, 2 Kapitäne, 1 Koch, 2 Katamarane, Sonne, Wind und Meer – Noch 3 Plätze
Tief eintauchen in die Natur und das einfache Sein.
Unterwegs mit der Kraft des Windes, Yoga morgens und abends am Strand.
Flyer unter www.yogayama.de/yogareisen

Wir freuen uns auf Euch!
OM Shanti OM

Yogaschule Yogayama
Bianca und Udo
Herrmann-Elflein-Str. 18a
14467 Potsdam

Tel. 0331 - 730 54 55
kontakt@yogayama.de
www.yogayama.de

Gutshaus Wahlsdorf an der Fläming Skate

Fernab der Stadt am schöneren Ende der Welt, aber mitten im Dorf findet ihr das Seminarhaus Gutshaus Wahlsdorf. Wir haben helle und großzügige Zimmer mit Schlafgalerien. Ein Traum für Kind und Kegel. Duschen und WC sind auf der Etage. Kinderausstattung und ein Kinderspielzimmer gibt es auch. Die Familienzimmer im Gartenhaus haben je ein DZ und EZ mit Dusche und WC. Für Seminargruppen stehen mehrere Seminarräume mit Technik zur Verfügung. Gekocht wird auf Wunsch bio, vegetarisch & vegan! Außerdem gibt es: Selbstversorgerküche, Yogaraum, Saunabereich, Bioimkerei und großer Garten.

Gutshaus Wahlsdorf
Schulstraße 2
14913 Wahlsdorf

Tel. 033745 - 7 08 52
neue_lebenswelt@gmx.de
www.gutshauswahlsdorf.de

In der Ruhe liegt die Kraft Schloss Blankensee

Schloss Blankensee liegt im Naturpark Nuthe Nieplitz bei Trebbin, 30 km südlich von Berlin und 20 km von Potsdam entfernt. Der Schlosspark, von dem preußischen Gartenkünstler Peter-Joseph Lenné entworfen, ist ein kunsthistorisches Kleinod und zu jeder Jahreszeit einen Besuch wert. Eingebettet in dieses kleine Paradies, ist das Schloss ein wunderbarer Ort für Seminare, Workshops und Tagungen.

Das Café ist an Sonntagen von 13-18 Uhr geöffnet.

Schloss Blankensee
14959 Trebbin OT Blankensee
Blankenseer Dorfstraße 1

Tel. 033731 - 32 24 95
Mobil 0172 - 2 40 60 64
info@schlossblankensee.de
www.schlossblankensee.de

REIKI und Schamanische Heilarbeit

Das alte Wissen anzuwenden und zu bewahren, die heilenden Kräfte der Natur den Menschen, Tieren und Pflanzen nutzbar zu machen, Türen und Fenster zu öffnen für spirituelle Erfahrungen – das sehe ich als meinen Weg und meine Aufgabe.
Ich arbeite mit REIKI und schamanischen Reisen, kreiere Räucherungen für die unterschiedlichsten Bedürfnisse, bespreche Wunden und Krankheiten, entwickle Rituale für bedeutende Ereignisse im Leben oder Heilarbeit für Mutter Erde.

Tessa Hannemann
Zum Hundepfuhl 6
14979 Großbeeren
OT Kleinbeeren

Tel. 033701 - 5 57 88
tessahannemann@gmx.de, www.reiki-und-schamanische-praxis.de

POTSDAM-MITTELMARK

Schule für angewandtes schamanisches Wissen

Das schamanische Wissen des Sweet-Medicine-Sundance-Weges vermittelt ein tiefes Verständnis von Natur, Wissenschaft, Psychologie und Philosophie. Es umfasst Energie-Gesetze, zeremonielle Alchemie, Heiltechniken, Kommunikation mit der Natur, Traumarbeit und spirituelle Sexualität.
Jahreskurse in Zeremonialmedizin und -alchemie, Reinigungshütten für Frauen und Männer, spezielle Frauenseminare und -treffen, persönliche Begleitung und Beratung.

Johanna Nickl &
Karsten Guschke
Chausseestr. 48a
14806 Bad Belzig

Tel. 033846 - 90 667/90 547
info@skwanesie-lodge.de
www.skwanesie-lodge.de

Die sinnliche Reise Tantra-Ritual-Massage

Die tantrische Massage ist eine wundervolle Möglichkeit, einen anderen Menschen in sein sinnliches Erleben zu begleiten.
Zeit und Absichtslosigkeit, vor allem in der intimen Berührung, lässt sie entstehen – diese magischen Momente, wo der Mensch – zutiefst mit sich in Kontakt – sich ausdehnen und öffnen darf.

Inhalt: Ganzkörpermassage, Intim-Massage für sie und ihn, und ABS = Atem, Bewegung, Stimme – die 3 Schlüssel zu einer lebendigen Sexualität!

Tantramassage Lernen!
Leitung: Katharina Ewert
Info & Anmeldung
Tel. 0151 - 466 59 772
seminarbuero@
tantramassage-lernen.de
www.tantramassage-lernen.de

Come Together Songs Hagara Feinbier

- Musikpädagogin, Chorleiterin, Workshopleiterin
- Drei Liederbücher und fünf CDs mit gemeinschaftsbildenden und heilsamen Liedern aus aller Welt.
- Jahresausbildung für SingkreisleiterInnen
- Come Together Songfestival
- Offenes Singen jeden 1. Mittwoch im Monat

„Ich möchte vielen Menschen die heilende Kraft ihrer Stimme erfahrbar machen und sie ermutigen, auch im Alltag wieder (miteinander) zu singen. Singen bringt uns in Kontakt zu uns selbst, zu anderen und zu unserem spirituellen Kern."

Come Together Songs
Hagara Feinbier
Rosa-Luxemburg-Str. 89
14806 Bad Belzig

hagara@zegg.de
www.come-together-songs.de

Dein inneres Kind heilen Workshops in Werder

und Einzeltherapie in Geltow

Das innere Kind symbolisiert die im Gehirn gespeicherten Gefühle aus der Kindheit, wie z.B. das Gefühl helfen oder Leistung bringen zu müssen, um geliebt zu werden.
Bei der Arbeit mit dem inneren Kind werden die abgespaltenen Kindheitserlebnisse wachgerufen mit dem Ziel, einen neuen inneren Zugang zu sich zu bekommen.

Marita Rosowski
HP Psychotherapie

Tel. 03327 - 4 88 48 90
info@lebenslichter-marita-rosowski.de
www.lebenslichter-marita-rosowski.de

Ressourcenorientierte Traumatherapie

Ein Trauma kann Ursache für viele Beschwerden sein, selbst wenn Sie keine Erinnerung daran haben. Es kann durch Vernachlässigung, Trennung, sexuelle Gewalt u.a. entstehen. Ich begleite Sie mit Imaginationen, inneres-Kind-Retten und Ressourcen-stärken zu mehr Sicherheit und Wohlbefinden. Kostenloses Erstgespräch!

Raum zum Ankommen
HP Psych. Sabine Schubert
In Wiesenburg, OT Schmerwitz
und in Berlin-Charlottenburg

Tel. 033849 - 3 09 65
der@RaumzumAnkommen.de
www.RaumzumAnkommen.de

Secret of Tantra - Institut für integrale Lebenskultur

Wir, Silvio Wirth und Mara Fricke-Wirth, stehen für ein integrales, zeitgemäßes und fundiertes Tantra-Yoga, das Körper und Seele, Geist und Herz zugleich berücksichtigt. In unseren Seminaren und Jahrestrainings nutzen wir: tantrische Rituale, Meditationen, Yoga, Körper-, Energie- und Atemarbeit, Massage, Kunst, Musik und Tanz.

Ein Highlight 2013 ist unser Open Heart Festival am 8.-12. Mai, bei dem wir mit einer großen Zahl hochkarätiger Referenten im ZEGG einen bunten, schwingenden, sinnlich-spirituellen Space kreieren werden.

Secret of Tantra
Dorfstr. 5
14806 Bad Belzig OT Lübnitz

Tel. 033841 - 388 123
kontakt@secret-of-tantra.de
www.secret-of-tantra.de

HAVELLAND

Altes Wissen - Neue Technik Unsichtbares wird sichtbar

Lichtquantenanalyse aus Ihrem Informationsfeld und energetische Optimierung auf Schwingungsebene.
Vielfältige Anwendungsbereiche zur Harmonisierung von
- Persönlichkeitsentwicklung & Lebensfreude
- Wohnraum, Gebäude & Grundstück
- Projekt- & Prozessbegleitung
- Land- & Forstwirtschaft
- Unternehmen & Beruf
- Seele, Geist & Körper
- Haus- & Nutztiere
- Garten & Gewässer

Birgit Steinfeldt
Schlehdornweg 18
14532 Kleinmachnow
Tel. 033203 - 7 91 49
Mobil 0177 - 8 10 20 30
www.lebens-architektur.com
Siehe Artikel: SEIN März 2012

Psychologische Beratung in Dallgow-Döberitz

Ich biete:
- Psychologische Beratung
- Coaching
- Eft-Training (Klopf-Akupressur)
- Familienstellen in Einzelaufstellung
- Nachhilfeunterricht alle Klassen, Abitur und einige Studien- und Lehrgänge

Britta Grote
Wilhelmstr. 11
14624 Dallgow-Döberitz

Tel. 03322 - 12 47 88
Mobil 0176 - 41 46 53 83
Praxis.Grote@gmx.de
www.Britta-Grote.com

Coaching auf Rädern Erfahre Deine Lebensaufgabe!

Leichte äußere Bewegung erleichtert innere Beweglichkeit. In unseren Gesprächen während einer entspannenden und erkenntnisreichen Rad-Tour erfahre ich von Deinen Seelenführern Deine Lebensaufgabe und teile sie Dir mit.

Es wird dadurch im Leben einiges leichter!

Buche Deine Tour jetzt! – Ich freue mich auf Dich!

WOWIP GmbH
Ansprechpartner:
Stephan Möritz

Tel. 033230 - 203 90
s.moeritz@wowip.de
Nähere Informationen unter:
www.wowip.de/business/CaR.html

Trebbin OT Blankensee, Tel. 033731 - 32 24 95, 0172 - 2 40 60 64, info@schlossblankensee.de, www.schlossblankensee.de
Tessa Hannemann, Zum Hundepfuhl 6, 14979 Großbeeren OT Kleinbeeren, Tel. 033701 - 5 57 88, tessahannemann@gmx.de, www.reiki-und-schamanische-praxis.de

HAVELLAND

Britta Grote, Wilhelmstraße 11, 14624 Dallgow-Döberitz, www.Britta-Grote.com, Tel. 03322 - 12 47 88, Mobil 0176 - 41 46 53 83, Praxis.Grote@gmx.de
"Coaching auf Rädern" - Erfahre Deine Lebensaufgabe! WOWIP GmbH, Ansprechpartner: Stephan Möritz, Tel. 033230 - 203 90, s.moeritz@wowip.de, www.wowip.de/business/CaR.html
Yoga im Finkenkrug, Karl-Marx-Straße 53, 14612 Falkensee, info@yoga-im-finkenkrug.de, Tel. 03322 - 20 24 66, 0151 - 501 602 93, www.yoga-im-finkenkrug.de

OBERHAVEL

MedProChi, Ulrike Schneegass & Kollegen, Berliner Str. 42, 16540 Hohen Neuendorf, Tel. 03303 - 508 15 50, energiemedizin@medprochi.de, www.medprochi.de, Berliner Praxis "Balance", Karlsruher Str. 7a, 10711 B., Tel. 030 - 89 00 57 20, www.balance-medicine.com

BARNIM

Bilder voller Energie, Simone Godschan, Tel. 03334 - 83 81 82, amone@bilder-voller-energie.de, www.bilder-voller-energie.de
Pferdemomente - Seminare & Coaching mit Pferden, Katharina Haupt, Tel. 030 - 61 20 23 25, info@pferdemomente.de, www.pferdemomente.de

UCKERMARK

Artemishof - Ursula Macht, Suckower Straße 28, 17268 Flieth-Stegelitz, Tel. 0179 - 3 94 48 25, ursula.macht@artemishof-flieth.de, www.artemishof-flieth.de
Ira Rienecker, EponaQuest Instruktorin, Tel. 01578 - 429 04 88, www.pferdepraesenz.de
Kundalini Yoga Uckermark, Amrit Dev Jenny Lücke, Kreuzkrugerstraße 3, 17268 Templin, Tel. 039885 - 52 02 55, info@kundaliniyoga-uckermark.de, www.kundaliniyoga-uckermark.de
Schlüsshof, Schlüßhof, 17279 Lychen, Tel. 039888 - 64 40, info@schluesshof.de, www.schluesshof.de

MÄRKISCH-ODERLAND

Naturpraxis Mer Ka Ba, Jenny Solaria Postatny, 15344 Strausberg bei Berlin, Kastanienalle 34 C, Tel. 0178 - 479 28 24, merkaba-naturpraxis@t-online.de, www.merkaba-naturpraxis.npage.de

ÜBERREGIONAL

Institut complementärer Heilung - ICH, Britta Materne, Prager Str. 5, 10779 Berlin-Wilmersdorf, Tel. 030 - 23 63 53 06, kontakt@i-c-heilung.de, www.i-c-heilung.de
Lothar Schwalm, Tel. 033200 - 52652, l.schwalm@gmx.de, www.mbsr-bb.de
Robert Heeß, Begleitung in Berufs- und Beziehungsfragen, Tel. 033 841 - 42 026, jetzt@mann-frau.de, www.mann-frau.de/training/arbeit

UCKERMARK

Auf Tuchfühlung mit der Natur

Gönnen Sie sich eine Auszeit, mit traumhaften Sonnenuntergängen, Hühnergackern, Streichelkatzen, Schafen und langen Spaziergängen durch Wiesen und Wälder, zu stillen Seen und sagenumwobenen Aussichtsplätzen.

Selbst ein Wochenende genügt schon, um die Welt wieder mit anderen Augen zu sehen! Finden Sie heraus, was der Artemishof noch so alles zu bieten hat.

Ich freue mich auf Sie, herzliche Grüße aus der schönen Uckermark!

Artemishof - Ursula Macht
Suckower Str. 28
17268 Flieth-Stegelitz

Tel. 0179 - 3 94 48 25
ursula.macht@artemishof-flieth.de
www.artemishof-flieth.de

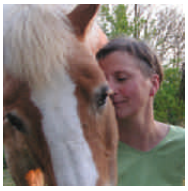
Von Pferden lernen Workshops & Einzelarbeit

Pferden und Menschen respektvoll und gleichwürdig begegnen. Grenzen und Räume wahrnehmen und respektieren. Auf Wahrnehmungen im Körper achten und vertrauen. Die Verbindung zu dir selbst, den Tieren, den Menschen und zum Leben vertiefen. Gegenwärtig sein. In den Spiegel schauen, den die Tiere dir anbieten.

Die Tiere sind mittendrin im Leben. Sie haben sich nicht durch Urteile und Bewertung daraus entfernt.

Ira Rienecker
EponaQuest Instruktorin

Tel. 01578 - 429 04 88
www.pferdepraesenz.de



BARNIM/RUPPINER LAND

Seminarhaus Schlüßhof

Seit 1998 gibt es den Schlüßhof in der heutigen Form als Seminarhaus, als Ort für Ruhe und Besinnung oder auch einfach als Idylle am See. Wir möchten Seminargruppen oder auch Einzelreisenden einen Ort bieten, an dem unterschiedlichste Angebote ihren Platz finden. Die herrliche Alleinlage direkt am Großen Lychensee und warme, freundliche Seminarräume unterstützen perfekt Ihre Arbeit. Überall auf dem etwa 9 ha großen parkähnlichen Gelände – ca. 90 km nördlich von Berlin – finden die Teilnehmer Inseln der Ruhe.

Wir freuen uns auf Sie!!

Schlüßhof
17279 Lychen

Tel. 039888 - 6440
info@schluesshof.de
www.schluesshof.de

Seminare & Coaching mit Pferden in der Natur

Pferde sind besonderer Ruhepol und Kraftquelle. Sie leben ganz im Augenblick und verkörpern Sanftmut, Kraft und Freiheit. Als charmante Meister der Körpersprache lehren sie uns gelassenes und bewusstes Handeln. Im Kontakt mit Pferden stärken Sie Ihre Selbstsicherheit, Ihr authentisches Sein und die Verbindung zur Natur.

Erleben Sie besondere Momente mit Pferden und genießen Sie eine inspirierende Zeit in der Natur!

Pferdemomente -
Seminare & Coaching
mit Pferden
Katharina Haupt

Tel. 030 - 61 20 23 25
info@pferdemomente.de
www.pferdemomente.de

BRANDENBURG/BERLIN

www.mann-frau.de

Anders arbeiten – das geht!

Coaching(-Auszeiten) für UnternehmerInnen und Führungskräfte, die ihr Arbeiten – und damit ihr Leben – überdenken und eventuell verändern wollen.

Geld und Emotionen – 13.-16.6.2013
Die Kraft der Klarheit – 26.-29.9.2013

Robert Heeß
Begleitung in Berufs- und Beziehungsfragen

Tel. 033 841 - 42 026
jetzt@mann-frau.de
www.mann-frau.de/training/arbeit

Tierkommunikation und Seminare

- Tierkommunikation seit 2002 als Haus- und Hofbesuche und in meiner Friedenauer Praxis
- Fundierte Seminare zum „Erlernen der Tierkommunikation", „Reiki für Tiere" u.a. für Sie privat oder als
- Aus- bzw. Weiterbildungsreihe für eine neue berufliche oder ehrenamtliche Tätigkeit!
- Kostenfreie Info-Abende: 9. April und 10. Mai, 19 Uhr

„Praxis für Mensch & Tier"
Iljana Planke
Odenwaldstr. 9, 12161 Berlin

Büro Potsdam:
Tel. 0331 - 704 66 00
www.Mit-Tieren-kommunizieren.de

MBSR Achtsamkeitstrainings

MBSR (mindfulness based stress reduction) ist das am besten wissenschaftlich erforschte mentale Training, welches auf buddhistischen Meditationspraktiken basiert. Die Wirkungen sind u.a.: Besserer Umgang mit Stress und depressiven Zuständen, das Erleben von innerer Ruhe, Stärkung des Immunsystems. MBSR kann unabhängig von einer religiösen Einstellung geübt werden.

Lothar Schwalm bietet seit 10 Jahren MBSR-Kurse in Berlin und Brandenburg an. Auch „Fernkurse" sind möglich.

Lothar Schwalm

Tel. 033200 - 5 26 52
l.schwalm@gmx.de
www.mbsr-bb.de

Heilungswege

Die Artikel finden Sie in voller Länge auf www.sein-brandenburg.de

Weibliche Potenz

Sinnlichkeit, Sexualität und Selbstwert

von Susanne Kohts

Mein Anliegen ist es, Frauen zu ermutigen, sich mit ihrem Selbstwert, Selbstliebe und Liebesfähigkeit zu beschäftigen und mehr Freiheit und Glück zu erlangen. Die Liebe zu mir selbst ist auch die Basis meiner Fähigkeit andere zu lieben. Und dann geht es für uns Frauen auch um das Wieder-Aneignen der eigenen Macht in dem Sinne von Wirksamkeit, Kraft und Selbstwertschätzung.

Ich glaube, dass unsere Welt heute kraftvolle Frauen braucht, die liebevoll und wahrhaftig aus einer inneren Stärke heraus handeln. Wir müssen diese fast verlorene innere Kraft erst wieder entdecken. Eng verbunden mit meiner inneren weiblichen Macht sind die Annahme meiner Sinnlichkeit und Sexualität als Kraftquellen in meinem Leben. Sexuelle Energie ist Lebensenergie, erhält mich gesund und verbindet mich auch mit dem „Göttlichen". Momente, die voll im Hier und Jetzt stattfinden, Momente von Im-Einklang-mit-dem-Universum-Sein. In der Partnerschaft ist die harmonische Übereinstimmung im Sex eine der Grundlagen für echte Nähe und eine dauerhafte und liebevolle Verbindung.

Ermutigung

Ebenso ist der eigene Selbstwert eine Quelle meiner inneren Kraft. Meinen Selbstwert als Frau wachsen zu lassen, war und bleibt in meinem Leben eine spannende Reise. Ich mache immer mal wieder eine „Bestandsaufnahme" meines Selbstwertes: Was an mir und in meinem Leben akzeptiere ich und was nicht? Akzeptieren heißt hier, etwas in mein Herz zu nehmen und wirklich damit zu-frieden zu sein.

Welche Selbstkonzepte habe ich? Was erzähle ich mir über mich selber? Ist das noch aktuell? Als Jugendliche war ich überzeugt, ein Kumpeltyp mit großem Herzen zu sein, aber nicht sehr attraktiv. Später dann merkte ich, dass mein „Bild einer attraktiven Frau" viel zu eng war. Heilsam waren für mich besonders die Frauenräume, in denen wir uns Spiegel gaben und uns unterstützten, unsere weibliche Kraft zu finden. Auch die Antworten von Männern trugen zur Veränderung meines Selbstbildes bei. Ich lernte, meinen Archetyp einer üppigen, dunkelhaarigen und starken Frau entsprechend zu füllen.

Die eigenen Herzenswünsche erfüllen und die Vergangenheit heilen

Ein Meilenstein auf dem Weg zur eigenen Macht war und ist, mir die eigenen Herzenssehnsüchte zuzugestehen. In meinem schamanisch-spirituellen Weg gibt es das Grundprinzip von „self, life, others": Sorge erst für dich, dann für die (Um)welt, dann für die anderen Menschen. Indem ich mir meine Herzenswünsche zugestehe, sammle ich Energie, die dann wie aus einer vollen Schale überfließt und der Umwelt und anderen Menschen zugute kommt. Was braucht mein Herz gerade, um genährt und glücklich zu sein?

Ein anderer Aspekt der Selbstliebe hat ebenso mit Heilung der Vergangenheit zu tun: Das Kennenlernen und Erforschen meiner weiblichen Ahnenlinie. Zunächst war es wichtig, Frieden mit meiner Mutter zu schließen. Auch noch weiter nach hinten zu blicken, zu meinen Ahninnen, war sehr aufschlussreich. Meine Mutter wusste noch einige Geschichten meiner Vorfahrinnen und auch einige Familienaufstellungen waren hilfreich, um zu verstehen, in welcher Linie ich stehe und zu meinem ureigenen Verständnis als Frau. Seit dieser Zeit fühle ich meine weibliche Ahnenlinie oft in meinem Rücken, was sich stärkend und kraftvoll auf mich auswirkt.

Mein Wunsch ist es, Räume zu schaffen, in denen Frauen über ihre Forschungsthemen sprechen, sich austauschen und verbinden können. Für mich ist und bleibt es eine spannende Reise, die noch lange nicht zu Ende ist.

Susanne Kohts Jahrgang 66, leitet gemeinsam mit ihrem Partner die Liebesakademie

Abb: © Zegg

www.liebesakademie.org

Beziehung und Resonanz

Begegnungen mit Pferden im Beelitzer Spargelland

von Anette Dröge

Die Pferde heben die Köpfe und schauen zu uns herüber. Wir nähern uns, betreten die Weide. Die erste Begegnung... Die Tiere bleiben mit etwas Abstand stehen und beobachten uns. Wir tun es ihnen gleich und warten ab. Dann überwiegt doch die Neugier und ein Pferd nach dem anderen nähert sich uns. Pferde nehmen sorgsam und vorsichtig Kontakt auf, sie gehen in Resonanz...

Sie schauen, dann strecken sie ihre Nasen aus, die sind warm und weich und freundlich. Wir nehmen Kontakt auf zu den Pferden – wir treten in Beziehung, vielleicht sogar in Berührung. Sensibel und einfühlsam nehmen die großen Tiere Kontakt auf, neugierig und offen treten sie in einen Dialog. Der schon begonnen hat, als sie uns zum ersten Mal gesehen haben. Hier können wir etwas über uns selber erfahren. Wie treten wir in Kontakt? Genauso aufmerksam und feinfühlig wie die Pferde, die ihren Instinkten folgen?

Abb: © Anette Dröge

Wie gestalten wir unsere Kontakte?
Trauen wir unserem ersten Eindruck, achten wir auf unsere Grenzen, können wir überhaupt jemanden an uns heranlassen oder überspringen wir die ersten Phasen der Annäherung und „fallen mit der Tür ins Haus“? Möchten wir das Pferd im Gesicht gleich streicheln, bevor wir uns haben beschnüffeln lassen?
Pferde nehmen ganzheitlich war, sie gehen in Resonanz mit ihrem Gegenüber. Sie sehen und spüren uns, unsere Körperhaltung, unsere Bewegungen, unsere Stimme und unseren Geruch, er gibt ihnen Aufschluss darüber, wer wir sind und in welcher Stimmung wir uns befinden.
Diese feine Wahrnehmung machen wir uns zunutze, um etwas über uns selbst zu lernen.
Dank dieser Eigenschaften spiegeln die Pferde unser Verhalten völlig wertfrei an uns zurück. Im Dialog mit dem großen Tier werden viele Dinge deutlich spürbar und erfahrbar. Wir können uns ausprobieren und unser Verhalten verändern, neue Wege finden und den Erfolg sofort sehen und fühlen. Diese „gefühlte Wahrheit“ verändert unser Spürbewusstsein und steht uns unmittelbar im Alltag zur Verfügung.
Nachdem die Pferde versorgt und geputzt wurden, beginnen wir mit einfachen Übungen am Boden. Hierbei werden die Pferde geführt. Hier taucht häufig die Frage auf „Wer führt wen?“ Gelingt es mir, das Pferd auf der gewünschten Bahn zu halten, oder lande ich auf wundersame Weise ganz woanders? – Dann hat das Pferd mich geführt ...
Die Umgebung in Körzin ist nicht nur ein guter Ort, um in sehr ländlicher und entspannter Atmosphäre mit den Pferden viel über sich selbst zu erfahren und einen wunderschönen Tag in und mit der Natur zu verbringen, sondern bietet auch reichhaltige Angebote zur weiteren Erholung und Entschleunigung. Wir haben hier die Möglichkeit in einer wundervollen Umgebung mit der Natur auch unserer inneren Natur in Berührung zu sein.

Anette Dröge arbeitet als Coach mit Körperorientierter Psychotherapie, Pferdegestütztem Coaching und Klassischer Homöopathie in eigener Praxis. Mit den Pferden gibt es neben der "Beziehungsschule mit Pferden" auch die Möglichkeit, ein erholsames "Entschleunigungsprogramm auf dem Lande" zu erleben und einen "Kraft-Tag plus Wellness".

Kurzworkshop: So, 14.4.
Basis-Seminar: "Beziehungschule mit Pferden"
Sa & So, 20./21.4.
Hof und Falknerei Falk Witt
Dorfstr. 1, 14547 Beelitz OT Körzin
Tel. 030 - 8 83 82 88, Mobil 0172 - 3 00 45 11

www.anette-droege.de

Abb: © Viola Wörnle

Heilung geschieht von selbst

von Nicole Appel

Begrenzt unser Wissen und Glauben uns so sehr, dass wir Heilung, ohne es zu wissen, verhindern? Wir stellen uns selbst mit allem, was wir wollen, der Heilung in den Weg. Durch Hingabe werden wir auf Passivität reduziert, die den Weg für Neues frei macht. So kann ich aktiv nichts für Heilung tun, außer aufzuhören ihr im Wege zu stehen.

Erst als ich die Hoffnung aufgab, jemals genug zu wissen und zu bewirken, stellte ich fest, dass ich keine heilenden Hände habe und nie haben werde. So sehr ich es mir während der Behandlung auch gewünscht habe, das Heilen lag weder in meiner Hand noch in meinem persönlichen Wollen. Ganz im Gegenteil, jeder Wunsch zu heilen und alles für Heilung zu tun, entfernte mich vom tatsächlichen Heilungsprozess.

Begrenzung durch Wissen, Glauben, Wollen

Die menschliche Ganzheitlichkeit ist immer begrenzt von individuellem Wissen und Glauben. Deshalb werde ich während der Behandlung früher oder später immer in eine Situation kommen, in der es nicht mehr weitergeht. Das ist der Punkt, an dem das Geforderte meine Möglichkeiten übersteigt. An diesem Punkt ist mein Fachwissen ausgeschöpft und mein Glaube an mehr begrenzt. Es scheint aussichtslos, eine Hoffnung entsteht. Mit dem Wollen, dass Heilung geschieht, versuche ich meine fachlichen Begrenzungen zu übergehen. Doch dies misslückt, da das Wollen sehr stark ist und Widerstände erzeugt, die gegen meine eigenen Begrenzungen rebellieren. Hier befinde ich mich in einem Kreislauf, in dem die Begebenheiten nicht so angenommen werden, wie sie sind. Der Kreislauf wird aufrecht erhalten, indem das Wollen weiterhin versucht, in seinem eingeschränkten Rahmen Lösungen zu finden, und den Ist-Zustand der Situation ignoriert.

Hingabe

Um überhaupt einen Schritt weiterzukommen, muss ich mich dem Punkt der Aussichtslosigkeit stellen und ihn mit all meinen Begrenzungen wahrnehmen. Nur eine einzige Möglichkeit bleibt, die Hingabe. Sie scheint gegen die menschliche Natur zu verstoßen, denn sie ergreife ich erst, indem ich mich mit meinem begrenzten Wissen und Glauben vollkommen loslasse und aufgebe. Die Hingabe an das Geschehen ist so schwer, da sie die letzte aktive Handlung darstellt, die ich ausführen kann. Alles, was dann folgt, liegt nicht in meiner Macht. Jetzt beginnt das Eigentliche zu wirken. Ich kann nur zusehen, wie es mich lenkt und führt. Plötzlich wandelt sich die aussichtslose Situation in einen Aussichtsturm und beschert mir eine neue, ungeahnte Perspektive.

Kommunikation durch Intuition

Die intuitive Kommunikation ergänzt spontan mein Fachwissen in dem Augenblick, in dem ich mich öffne und bereit bin zuzuhören. Meist gilt die auftauchende Information nur für diese eine Behandlung. Ich empfinde sie nicht als Wissen, das gelernt werden kann, sondern als eine aufsteigende kurze und kompakte Information. Meine Aufgabe ist es, eine passive Empfangsstation zu sein und das intuitiv Gesendete an den Empfänger weiterzuleiten. Die Weiterleitung geschieht ohne eine Einmischung meinerseits, urteilsfrei und offen. Die immerwährende Voraussetzung ist es also, aufmerksam und im Hintergrund zu bleiben.

Nicole Appel
Physiotherapeutin
Mobile Privatpraxis
für Osteopathie und
Mentale Palpation
Coaching für Therapeuten
Schmiedegasse 10
14469 Potsdam
Tel. 0331 - 625 63 725
0176 - 25 44 93 03

www.osteopathie-appel.de

Die Qualität des Lebens in Wiesenburg

Nach 22 Jahren Ortserneuerung erhält die Gemeinde Wiesenburg im Südwesten Brandenburgs eine Auszeichnung nach der anderen: 2010 Goldmedaille des Wettbewerbs „Unser Dorf hat Zukunft“, 2011 Silbermedaille im europäischen Wettbewerb Entente florale, 2012 Europäischer Dorferneuerungspreis… Was hat Wiesenburg richtig gemacht? Die Künstlerinitiative „Kunst-Perle Fläming“ untersucht die Lebensqualität in der ländlichen Gemeinde und präsentiert ihre Ergebnisse mit einer Ausstellung und einer Veranstaltungsreihe.

von Barbara Stützel

Barbara Stützel, Schauspielerin, Sängerin, lebt seit 2001 im ZEGG, Bad Belzig und ist Mitveranstalterin der diesjährigen Wiesenburger Kunsttage. Als Mitglied der Kunst-Perle-Fläming bereichert sie das kulturelle Leben im Hohen Fläming seit 2003 durch Theater-Musikveranstaltungen & genreübergreifende Experimente.

Wiesenburg – eine ländliche Gemeinde, viele weit verstreute Ortsteile. Man könnte meinen, dass hier, am südwestlichsten Rand von Brandenburg, der Hund begraben liegt. Zumindest die Wölfe breiten sich hier aus. Aber neben den Wölfen kommen auch immer mehr Stadtflüchtlinge in die „Perle des Fläming“, die Qualität des Lebens spricht sich herum. Menschen die hierherziehen, suchen ein Leben, das noch Verbindung fühlen lässt – mit der Natur und mit den Menschen, mit denen man seinen Lebensraum teilt. Besonderes Merkmal von Wiesenburg: die bürgernahe Verwaltung. Mit Bürgermeisterin Barbara Klembt an der Spitze wurde hier über Jahrzehnte eine Ortstruktur geschaffen, die Mitsprache fördert und Anreize zu Begegnung und Eigenverantwortung schafft. So begann nach der Wende eine Ortserneuerung, bei der Wünsche der Bewohner immer wieder zu Impulsen für den Prozess der Erneuerung wurden. Der Kern Wiesenburgs wurde betont, Baulücken geschlossen, Fassaden und Dächer saniert. Einrichtungen der Versorgung im Ort wurden verbessert. Die Möglichkeit zur Mit-Gestaltung zog seither viele Menschen an: vor allem Menschen, die Lust haben, ihr Leben jenseits des Mainstreams selbst zu definieren – Künstler, ökologisch und sozial eingestellte Kleinunternehmer und andere alternativ Denkende. Die gleichzeitige Ansiedlung zweier großer Lebensgemeinschaften im Hohen Fläming 1991 (ZEGG und Suchthilfe Synanon) förderte ebenfalls den Zuzug von Menschen, deren Initiativen vor allem auf eine Qualität des Miteinander angelegt sind.

Aus all diesen Komponenten entsteht seither organisch-chaotisch ein Netzwerk, wovon andernorts Regionalplaner nur träumen: In immer neuen Gruppierungen erfinden Initiativen Projekte, und Menschen inspirieren sich gegenseitig. So entstanden in der Region eine Erzeugerverbrauchergemeinschaft und ein Bioladen, ein genossenschaftlich getragener Bahnhof, Musiker-Autoren-Künstlertreffs, Theaterprojekte, Wildnisschule und Naturführungen, eine Bürgersolargenossenschaft, ein Internationaler Kunstwanderweg, eine Freie Schule und ein Waldkindergarten, verschiedene offene spirituelle Gruppen und Angebote (von kreativ über buddhistisch bis hin zu schamanisch), Selbsthilfegruppen und Seminarzentren, eine Regionalwährung u.a. Regelmäßige Veranstaltungen wie Regionaltreffen, Fläming MusikFest, Offene Gärten, ein Blumenmarkt und die Wiesenburger Schlossparknacht schaffen Treffpunkte und Inspiration.

Eine der entstandenen Gruppierungen ist die Kunst-Perle-Fläming, ein Zusammenschluss von Künstlern, der seit 10 Jahren in der ehemaligen Reithalle des Schlosses (heute Kunsthalle) thematische Ausstellungen und Veranstaltungen kreiert. Das Thema im Frühjahr 2013: „Ortserneuerung und Lebensqualität“. Wie blicken Künstler auf all die Veränderungen, die in den letzten 22 Jahren in Wiesenburg geschehen sind? Es soll nicht nur um eine Dokumentation der baulichen Veränderungen gehen, sondern um ein Bewusstwerden der Lebensqualität, die durch die gemeinsamen Prozesse für die Ortserneuerung entstanden ist. Dies alles durch Kunst sichtbar zu machen heißt, auch die Zwischenräume zu Wort kommen zu lassen: die menschlichen Begegnungen und die allgemeine Erhöhung der Lebensqualität im Raum Wiesenburg. Wo Bürger in Prozessen beteiligt sind, identifizieren sie sich stärker mit dem Geschehen. Und so gibt es in der Reihe der die Ausstellung begleitenden Veranstaltungen selbstverständlich auch Angebote zum aktiven Mitwirken – und natürlich sind Gäste aus der weiteren Umgebung immer herzlich willkommen.

Kunst-Perle-Fläming
Kunstausstellung vom 4. Mai bis 16. Juni
täglich von 15-18 Uhr, Sa/So 13-18 Uhr
29. April Schreibwerkstatt
4. Mai Vernissage, anschließend kulinarische Tafel
11. Mai Kleiner literarischer Ortsrundgang
20. Mai „Sich versöhnen“, ein MitsingKonzert
23. Mai Vortrag: „Lebensqualität – hier und jetzt“
8. Juni Einfach Leben – Musik, Texte, Performance
16. Juni Finissage
22. Juni Tagessymposium „Welt im Wandel“
27. Juni Vortrag: „Land zum Leben – Landschaft und Lebensqualität“
11. August Erdforum
15. August Vortrag: „Energiewende von unten – mit Bürgerbeteiligung gelingt sie“
19. September Vortrag: „Wirtschaft, die gut tut“
www.kunst-perle-flaeming.de

Abb: © Barbara Stützel

www.saltovitale.eu

Wie findest Du Deine Lebensaufgabe?

Viele Jahre habe ich in der Großstadt gelebt, erst vor ein paar Jahren bin ich ins Brandenburger Land gezogen, eine der besten Entscheidungen meines Lebens. Der Brandenburger lässt viele Lebenseinstellungen zu. Auch gibt es hier noch ein ehrliches „Miteinander" und nicht nur ein von Hektik geprägtes „Nebeneinander". Äußerlichkeiten sind nicht so wichtig. Ob im Restaurant oder auf Dorffesten, hier kannst Du dich geben, wie Du wirklich bist. Diese Haltung schafft in Brandenburg Luft zum Atmen und Leichtigkeit zum Leben. Und es ist diese Leichtigkeit, die mir Raum für meine Lebensaufgabe gibt.

von Stephan Möritz

Abb: © maria_22 - Fotolia.com

Bereits in jungen Jahren habe ich Dinge ausgesprochen, die sich nur durch eine „Anbindung" erklären ließen. Seit acht Jahren liegt nun mein Fokus auf dieser „Anbindung". Meine Erfahrungen aus 22 Jahren Berufstätigkeit im Verkauf haben mich immer wieder zu persönlichen Entwicklungen angespornt und sorgen noch heute für Bodenständigkeit in meinen Coachings.

Erfahrungen auf meinem bisherigen Weg

Die Lebensaufgabe ist eng mit der wiederkehrenden Inkarnation der Seele verbunden. Unsere feinstoffliche Seele schlüpft immer wieder in eine stoffliche Hülle, d.h. in einen Körper, um Erfahrungen und Erkenntnisse zu sammeln. Jede Inkarnation ist mit einer Lebensaufgabe verknüpft. Und mit der Erreichung der Lebensaufgabe dient meine Seele einer übergeordneten Gesamtseele und/ oder dem Göttlichen.

Was habe ich aber auf der stofflichen, körperlichen Ebene vom Erreichen meiner Lebensaufgabe?

Aus meiner Erfahrung wird das Leben immer angenehmer, wenn ich meine Lebensaufgabe lebe. So ist für mich geklärt: Macht mir mein Leben Spaß und sind die Dinge leicht, bin ich auf dem Weg meine Lebensaufgabe zu erfüllen. Macht es keinen Spaß oder wird es kompliziert, wechsle ich die Richtung.

Aber wohin? Am Anfang unseres Lebens wissen wir noch, warum wir auf die Erde gekommen sind, können es aber nicht ausdrücken. Mit zunehmendem Alter verlieren wir unsere Anbindung an dieses Wissen. Irgendwann haben wir alles vergessen und fragen uns vielleicht, warum wir hier sind. Ab diesem Moment begeben sich manche von uns auf die Suche nach dem Warum und unserer Lebensaufgabe.

Die Aufgabe für unser Leben ist von Anfang an in unserem Inneren hinterlegt. Sie existiert in uns wie eine Blaupause unseres Idealzustands. Unsere Mitmenschen haben manchmal Zugang zu unserer Lebensaufgabe und spiegeln sie uns, oft, ohne es zu wissen. Jeder dieser Spiegel hilft uns beim Finden und Erfüllen unserer Lebensaufgabe. Je mehr Spiegel wir bewusst wahrnehmen, desto genauer und schneller erkennen und erfüllen wir unsere Lebensaufgabe.

Die Wegweiser zu unserer Lebensaufgabe sind also unsere Mitmenschen.

Manche unserer Mitmenschen haben einen bewussten Zugang zu den Lebensaufgaben anderer. Im Weiteren nenne ich diese Menschen „Seelen-Pfadfinder".

Gibt es Voraussetzungen, damit ein Seelen-Pfadfinder die Lebensaufgabe eines Anderen sehen kann?

Ja, die gibt es. Der Suchende muss seine Lebensaufgabe erfahren wollen und der Seelen-Pfadfinder muss die nötige Energie bereitstellen können, damit die Sicht auf die Lebensaufgabe von dem Suchenden freigegeben wird.

Woher kommt die Energie? Anfänglich entnimmt der Seelen-Pfadfinder die Energie seinem System, was recht anstrengend ist. Warum macht er das? Häufig spüren diese Menschen einen Drang, diese Aufgabe zu erfüllen. Sie sind dankbar, wenn ihnen jemand zuhört und sie zulässt.

Erst mit der Zeit erschließt sich dem heranwachsenden Seelen-Pfadfinder seine Fähigkeit und er beginnt sie bewusst einzusetzen. Jetzt lernt er auch, die notwendige Energie durch sich und den Gesprächspartner strömen zu lassen, ohne seinen eigenen Energievorrat aufzubrauchen. Im letzten Stadium seiner Entwicklung verbleibt beim Seelen-Pfadfinder immer ein Teil der strömenden Energie. Ab diesem Zeitpunkt empfindet der Seelen-Pfadfinder keine Anstrengung mehr bei seinem Tun. Es fließt. Seelen-Pfadfinder sind dafür da, dir deine Lebensaufgabe zu zeigen. Ich wünsche dir viel Erfolg und Freude auf diesem spannenden Weg!

Stephan Möritz
Gesellschafter der WOWIP GmbH,
Business Coach,
Diplom-Kaufmann

Tel.: 033230 - 203 90
s.moeritz@wowip.de
www.wowip.de

www.wowip.de

den
menschen
in
seiner
gesamtheit
sehen

AQARIUS
Natürlich schön!

Gutenbergstr.30 14467 Potsdam
0331 97933777

aqarius-haare.de

Lichtnahrungsprozess jetzt schon in 3 Tagen möglich!

Viele Menschen spüren immer mehr, dass die Nahrungsaufnahme in der heutigen Zeit dem Körper mehr Energie entzieht, als sie ihm gibt. Dennoch haben unsere Körperzellen von Kindheit an das Programm, unsere Energie vorrangig über die Nahrung aufzunehmen. Jasmuheen hat als Pionier der neuen Zeit 1993 erstmalig den Lichtnahrungsprozess gechannelt und die Nahrungsaufnahme für 21 Tage völlig aufgegeben. Jenny Solaria Postatny, Bioenergietherapeutin und Naturpraktikerin, hat in ihren Channelings eine besonders verkürzte Form des Lichtnahrungsprozesses übermittelt bekommen. Jetzt kann man den Lichtnahrungsprozess von 21 Tagen endlich auf nur 3 Tage verkürzen! Während dieser 3 Tage darf man hoch energetisiertes Wasser trinken. Die stetig steigende Erdfrequenz und somit immer höher steigende Pranadichte machen die Verkürzung möglich. In Jenny Solarias speziellen 3-Tages-Seminar reinigt man zuerst seinen Lichtkörper. Somit ist dann auch der Weg frei, um das besonders reine Prana der neuen Zeit aufnehmen zu können. Prana atmen alle Lebewesen in die Zellen hinein. Prana ist einfach überall um uns herum. Nur verstopfen oft die Kanäle oder Prana ist vielerorts in keiner guten Qualität vorhanden (Großstädte). Aber auch ungesunde Lebensweisen, ein negatives Umfeld u.a. entziehen uns Prana (Energie).

Eine einfache Umstellung auf Pranaatmung reicht jedoch alleine nicht aus. Die hauptsächliche Arbeit im 3-Tages-Seminar besteht darin, jeder einzelnen Körperzelle und unserem Energiefeld mitzuteilen, dass wir jetzt die „Richtung" in der Nahrungsaufnahme wechseln. Doch der Erfolg der Pranaumstellung hängt sehr stark vom bereits vorhandenen Zellbewusstsein ab. Einige Teilnehmer konnten ihre Zellen erstmalig auf ca. 80% Pranaaufnahme umprogrammieren. In jedem Fall leistet Jenny Solaria in Ihrem Seminar einen wertvollen Beitrag für den Lichtkörperprozess jedes Teilnehmers. Selbstverständlich kann man nach dem Seminar problemlos zu fester Nahrung zurückkehren und später auch jederzeit selbständig wieder auf Prana umstellen. Für jeden Teilnehmer sind die 3 Tage ein besonders intensives Erlebnis! Dennoch erfordert die längerfristige Nahrungsumstellung auf Prana auch einen weitestgehend geheilten Emotionalkörper. Denn Prana ist reine, bedingungslose Liebe, und erst wenn wir diese vollkommen annehmen können, ist der Lichtnahrungsprozess abgeschlossen.

Auch hier liegt daher ein weiterer Schwerpunkt im 3-Tages-Lichtnahrungsseminar, welches im gesamten deutschsprachigen Raum gebucht werden kann.

Unterstützend wirkt zusätzlich die neue Trance-Tiefenentspannungs-CD von Jenny Solaria Postatny, um die neue Energie in den Zellen besser stabilisieren zu können.

Naturpraxis Mer Ka Ba
Internationales Zentrum für geistig emotionales Heilen
Kastanienallee 34 C, 15344 Strausberg bei Berlin

Tel.: 0163 - 68 088 91
merkaba-naturpraxis@t-online.de
www.merkaba-naturpraxis.npage.de