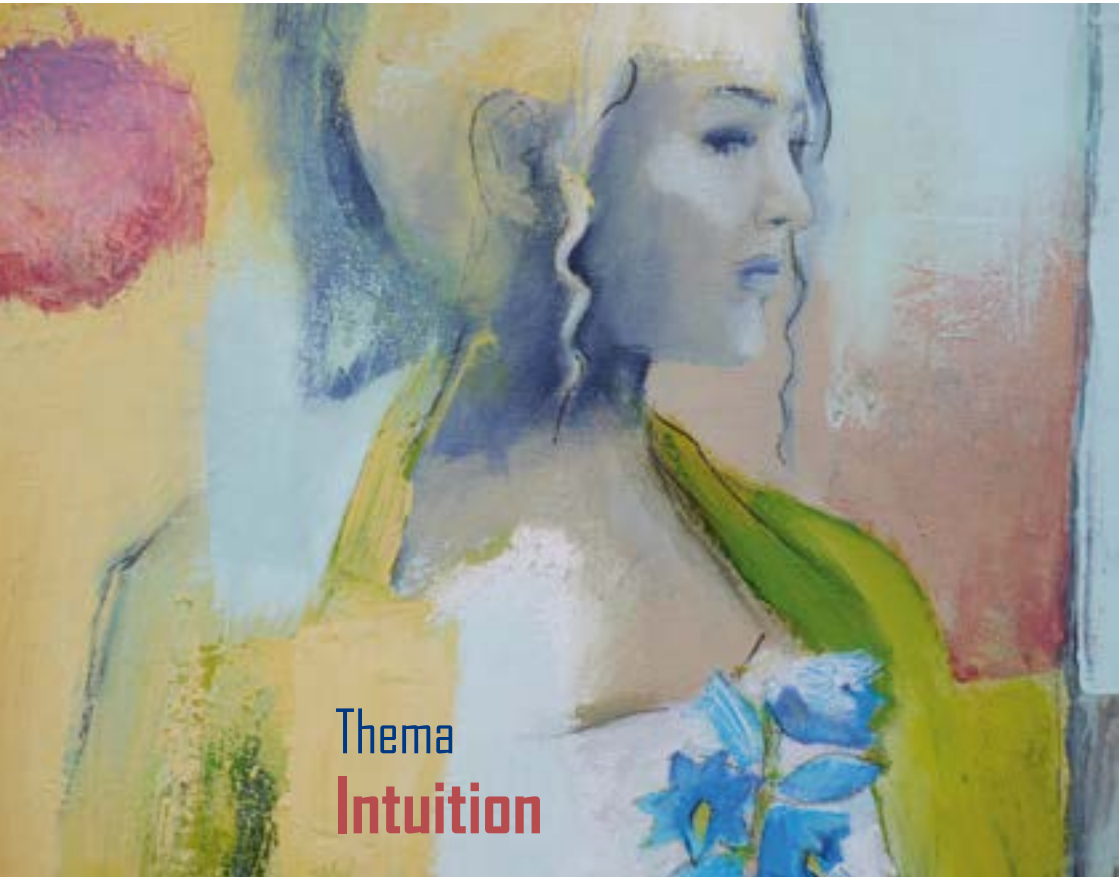


# Weite Horizonte

Neue Wege | Gesundes Leben | Spiritualität



## Thema Intuition

„Intuition (Ausschnitt)“ von Ruth Alice Kosnick

zum Thema

**Intuition und Sicherheit in  
der Medizin**

Armin Risi

**Die Wendezeit ist real**

Kunstprojekt

**Walfahrt –  
eine Reise zu 13 Vertreterinnen  
des Rates der europäischen  
Großmütter**

# TAG DER NATURHEILKUNDE

Bundesweite Aktionstage

So. 18. Okt. 2020

Bürgerhaus Kronshagen  
Kopperpähler Allee 69  
24119 Kronshagen  
11 – 18 Uhr • Eintritt frei

Gongkonzert von Martin Bläse – Silberschmiedemeister aus Wangels

## VORTRÄGE:

14 Uhr:

### Smart-City

Peter Hensinger  
aus Stuttgart (diagnose:funk)

16 Uhr:

### Das menschliche Mikrobiom

Veranstalter:

**Naturheilverein  
Kiel u. U. e.V.**

[www.naturheilverein-kiel.de](http://www.naturheilverein-kiel.de)

## UMWELT GESUND GESTALTEN



## Thema „Intuition“

|   |    |  |     |
|---|----|--|-----|
| Hypnose und Trancearbeit – der wissenden Intuition aufmerksam lauschen    | 18 | Natur und Inspiration  | 56  |
| Intuition – die unsichtbare Kraft   | 20 | Gesundheit und innere Haltung  | 66  |
| (Um)Wege zur Intuition – mit innerer Führung durch die Wirren dieser Zeit | 26 | ChiYou Eigen-Shiatsu   | 70  |
| Fühl Dich frei!   | 59 | Artischocke (Cynara cardunculus) – die Lehrmeisterin des intuitiven Gärtnerns  | 72  |
| Kennst Du das?  | 60 | Kontinuität und Verwandlung  | 74  |
| Intuition/Bauchgefühl   | 62 | Schlaf gut!  | 76  |
| INTUITION   | 63 | Effektive Mikroorganismen, EM  | 78  |
| Was hat die Zirbeldrüse mit Intuition und Schöpferkraft zu tun?           | 64 | Walfahrt – eine Reise zu 13 Vertreterinnen des Rates der europäischen Großmütter   | 82  |
| Intuition und die Akascha Chronik   | 67 | Ich tue das, was mir Freude macht  | 87  |
| Neue Ratgeber braucht die Welt oder warum es lohnt, zu üben!              | 68 | Geomantie Hans Hansen  | 88  |
| Das, was wir wahrnehmen, ist immer nur ein Teil des großen Ganzen         | 81 | Eintauchen in das Meer des Wissens   | 90  |
| Wie komme ich in meine Intuition?   | 92 | Vom roten Faden der Weiblichkeit ...   | 94  |
| <b>Portraits   Berichte</b>   |    | Was ist Energiearbeit/Reiki?   | 95  |
| Ruth Alice Kosnick  | 6  | Geomantie Jahresgruppe in Kiel – Eine Reise durch die Dimensionen von Erde und Kosmos  | 96  |
| Armin Risi: Die Wendezeit ist real  | 8  | Intuition und Entspannung  | 97  |
| Dr. med. Harald Lemke, lè hai lóng  | 14 | Alle Welt spricht vom Klimawandel und nun von der Corona-Krise – doch wie steht es um das Klima im menschlichen Miteinander? | 98  |
| Intuition und Sicherheit in der Medizin                                   | 15 | Der Zunderschwamm – ein spezieller Helfer für die Haut   | 100 |
| Seelenkontakt erleben   | 17 | <b>Rubriken</b>  |     |
| Ein Programm, das berührt und bewegt                                      | 22 | Inhaltsverzeichnis   | 3   |
| Die Kunst, einander wirklich zu berühren                                  | 25 | Impressum & Editorial  | 4   |
| Die Erde ruft – Sabine Bevendorff   | 28 | Kalender September   Oktober   November  | 32  |
| Gesunden, heilen und auf dem eigenen Weg mit Freude weitergehen           | 29 | Kalender regelmäßige Termine   | 45  |
| Raus aus der Zuckerfalle – endlich zuckerfrei mit der Weiss-Methode       | 30 | Kleinanzeigen  | 47  |
| Young-Living-Öle: Anja Schnoor, Regina Tybussek, Anja Wölk, Finja Lüdtker | 54 | Kompetenz   Erfahrung   Vertrauen  | 48  |
|   |    | Adressenverzeichnis  | 67  |

Holm 45  
24392 Süderbrarup  
Tel. 04641 9862191  
mobil 0172 9825298  
info@laengert-verlag.de

**Auflage:** 6.500 Exemplare, klimaneutral auf chlorfrei gebleichtem Bilderdruckpapier, gestrichen mit migrationsarmen Farben.

**Layout:** Längert-Verlag

**Anzeigenverwaltung | Mediadaten:**  
Längert-Verlag | Tel. 04641 9862191  
mediaberatung@laengert-verlag.de

**Vertrieb:**  
Verteiler über die Anzeigenkunden im Adressverzeichnis, auf Messen und als PDF-Download auf den Seiten [www.weite-horizonte.de](http://www.weite-horizonte.de) und [www.laengert-verlag.de](http://www.laengert-verlag.de)

**Erscheinungstermine:**  
vierteljährliche Erscheinungsweise bis zum 5. des aktuellen Monats.  
Herbstausgabe: September | Oktober | November  
Winterausgabe: Dezember | Januar | Februar  
Frühlingausgabe: März | April | Mai  
Sommerausgabe: Juni | Juli | August

**Redaktions- und Anzeigenschluss:**  
Winterausgabe: 1. November  
Frühlingausgabe: 1. Februar  
Sommerausgabe: 1. Mai  
Herbstausgabe: 1. August

Wir weisen darauf hin, dass die Redaktion nur bedingt für die Inhalte der Anzeigen und Beiträge verantwortlich ist.



## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

zuerst möchten wir uns vielmals für das verspätete Erscheinen dieser Herbstausgabe entschuldigen. Wir hatten einen Computersystemzusammenbruch. Leider gab es keine zeitnahe Datensicherung und wir mussten unsere Festplatte einen Tag vor der Datenabgabe bei der Druckerei in die Datenrettung geben. Es sind fast alle Daten unbeschädigt zurückgekommen. Allerdings hat es über zwei Wochen gedauert, bis wir wieder bedingt einsatzfähig waren. Die Situation hat viel Energie, Nerven, Kraft und Geld gekostet, doch wir haben es geschafft und Sie halten die Herbstausgabe, wenn auch verspätet, in den Händen.

Happy Birthday Weite Horizonte-Magazin – der erste Geburtstag sollte eigentlich mit dieser Ausgabe auf der Messe Weite Horizonte am 19. und 20. September im TÖZ in Eckernförde gefeiert werden. Leider fällt die Messe wegen der derzeitigen Gesundheitsverordnungen aus. Trotzdem sind wir überglücklich, dass uns unsere Kunden, Autoren und Leser im letzten halben Jahr die Treue gehalten haben. Viele unserer Kunden hatten geschlossen und somit keine Einnahmen zu verzeichnen. Trotzdem wurde unser Magazin unterstützt, damit wir weiterhin erscheinen konnten.

Mit großer Dankbarkeit und auch ein wenig stolz blicke ich auf ein Jahr zurück, das uns alle in Atem gehalten und uns gleichzeitig völlig ausgeknockt hat.



Mit dem Herzen denken und mit dem Verstand fühlen.

Dankbarkeit empfinde ich dafür, dass die vielen Menschen, mit denen wir Kontakt hatten, ruhig geblieben sind, keine Angst hatten und vertrauensvoll in die Zukunft schauen. Stolz macht es mich, dass es so viele Menschen gab, die sich selbst treu geblieben sind, sich nicht verrückt gemacht und unglaublich tapfer weitergemacht haben. In unserem Freundes-, Familien-, Bekannten- und Geschäftskreis ist niemand ernsthaft erkrankt, gestorben oder in die Insolvenz gegangen. Ich hoffe, dass es in Ihrem Umfeld ähnlich verlaufen ist und Sie alle weiterhin gesund und munter sind.

Die befreundete Künstlerin Ruth Alice Kosnick aus Elmshorn hat uns für diese Geburtstagsausgabe ihr Bild „Intuition“ für die Titelseite zur Verfügung gestellt. Da unser Titel im Querformat erscheint, konnten wir nur einen Ausschnitt davon zeigen, deshalb sehen Sie es hier noch einmal in ganzer Größe im Hochformat.

Mit freudiger Erwartung gehen wir den nächsten Messe-Events im hohen Norden entgegen. Im November sind es die Heilsam-Messe in Glücksburg und die Lebensfreude Messen in Kiel.

In dieser Ausgabe finden Sie einige Artikel von Ausstellern der Heilsam-Messe in Glücksburg. Informieren Sie sich bei uns im Vorfeld und freuen Sie sich auf ein persönliches Treffen in der Rudehalle in Glücksburg.

Armin Risi war so freundlich, uns einen großartigen Artikel über die neue Wendezeit in Anlehnung an die Voraussagen des Nostradamus zu überlassen, der aus seinem diesjährig überarbeiteten Buch

Das Titelbild  
in ganzer  
Größe:  
Intuition von  
Ruth Alice  
Kosnick.



„Gott und die Götter – Die prophezeite Wiederkehr des vedischen Wissens“ aus dem Govinda Verlag stammt.

Das Thema der Herbstausgabe ist die Intuition. Wir sind überwältigt, wie gut sich in unserem ersten Weite Horizonte-Jahr die Themen aneinander fügten. Vielleicht war es Intuition, vielleicht aber auch eine übergeordnete Führung. Ich persönlich freue mich sehr, dass es sich so gefügt hat.

Haben Sie einen wunderschönen Herbst, entdecken Sie ihre Intuition und lassen Sie sich von ihr führen, denn im tiefsten Innern wissen wir: Alles hat seinen Sinn und wird endlich gut.

In herzlicher Verbundenheit

Ihre



# Ruth Alice Kosnick

## Vita

Die Künstlerin Ruth Alice Kosnick studierte an der Kunsthochschule Lerchenfeld in Hamburg Architektur. Nach ihrem Diplom wandte sie sich mehr und mehr der Kunst zu. Seit 1996 ist sie in diversen Einzel- und Gruppenausstellungen vertreten und seit 2004 selbstständig als freischaffende Künstlerin. Neben Malerei, Druckgrafik, Skulpturen und Plastiken hat sie mehrere Projekte für Kunst im öffentlichen Raum realisiert. Außerdem produziert sie Videos für ihren YouTube-Kanal „Alice-ART“ und hat bisher sechs Bücher publiziert. Weitere sind in Vorbereitung.

Durch ihre Vielseitigkeit ist sie spezialisiert auf Auftragsmalerei für Firmen und Privatpersonen. 2018 erhielt sie den Kulturpreis der Stadt Elmshorn.

Nähere Informationen finden Sie unter [www.ruthalice-kosnick.de](http://www.ruthalice-kosnick.de)



Sturmflut-Dalben von Ruth Alice Kosnick



Heringe



Warten



Jolanda is dreaming

Verwoben

Zitronen



Die Künstlerin in ihrem Atelier in Elmshorn.

# Die Wendezeit ist real



Die heutige Wendezeit ist kein Wunschdenken des New Age und nicht einfach eine moderne Idee. Die Seherinnen und Seher der früheren Zeitalter sahen den aktuellen großen Zeitzyklus sowie dessen Ende in der heutigen Zeit voraus – und damit den Beginn eines neuen Zeitalters. Was sich gegenwärtig ereignet, bekommt Sinn und Zusammenhang, wenn wir es im Licht der großen Zyklen betrachten. Neben allen negativen Zukunftsbildern beschreiben Prophezeiungen aus aller Welt auch eine nicht-lineare Veränderung, und zwar durch einen tiefgehenden Bewusstseinswandel, der sehr plötzlich geschehen werde. Es ist erstaunlich und ermutigend zu sehen, welche verblüffenden positiven Prophezeiungen für unsere heutige Zeit bestehen.

## Der große 5000-Jahre-Zyklus

Die Menschen der früheren Zeitalter waren nicht primitiv, sondern schöpften aus geistigen Urquellen. Sie verfügten über ein zeitloses Mysterienwissen (im Sanskrit „Veda“ genannt), das wir heute in einer neuen Ganzheitlichkeit und Aktualität wieder entdecken.

Eine Schlüsselinformation aus der altindischen Veda-Überlieferung besagt, dass die Menschheitsgeschichte in unterschiedlichen Yugas (Zyklen und Unterzyklen) verläuft. Gemäß dieser Zyklenbeschreibung leben wir in einem dunklen Zeitalter, genannt Kali-Yuga, das vor rund fünftausend Jahren begann und in der gegenwärtigen Phase in ein neues, lichtvolles Zeitalter übergeht.

Der Begriff Kali-Yuga bedeutet „Zeitalter der Spaltung“. Der astronomische Startpunkt dieses Zeitalters wurde durch eine Konstellation markiert, die um Mitternacht vom 17. auf den 18. Februar des Jahres 3102 v. Chr. am Himmel zu sehen war. Dieser Zeitraum von rund 5100 Jahren ist wiederum Teil viel größerer Yuga-Zyklen, die in den indischen Schriften detailliert beschrieben werden.

## Das Zeitwissen der Mayas

Interessanterweise sagte jenseits des Ozeans eine andere uralte Zivilisation genau dasselbe voraus: die Mayas in Mittelamerika. Ihr Kalender beschreibt ebenfalls einen großen Zyklus, der vor rund 5100 Jahren begann. Dieser Zyklus dauert gemäß dem Maya-Kalender 13 Baktun-Perioden zu je 144 000 Tagen und endete an der Wintersonnenwende 2012.

Das ominöse Datum des 21.12.2012 bedeutete nicht, dass zu diesem Zeitpunkt irgendein Wunder oder eine Katastrophe geschehen würde. Es markierte einfach den Endpunkt des alten und den Beginn eines neuen Zeitalters, mit einer entsprechenden Übergangszeit vor und nach diesem Datum, die insgesamt rund 50 Jahre dauert. 1987 fand in diesem Zusammenhang die erste globale Meditation statt, die „Harmonische Konvergenz“, 25 Jahre vor 2012.

## Spaltung ermöglicht das Lügen

Das Kali-Yuga bewirkte eine Spaltung auf allen Ebenen: eine Zerstörung der gleichwertigen

von Armin Risi\*

*\*Dieser Artikel basiert auf Inhalten aus Armin Risi Buch „Gott und die Götter – Die prophezeite Wiederkehr des vedischen Wissens“, das im Govinda-Verlag erschienen ist. Eine überarbeitete Neuauflage ist für den Sommer 2020 geplant.*

**Armin Risi** (geb. 1962): Lebte als Mönch für achtzehn Jahre in vedischen Klöstern in Europa und Indien; seit 1999 freischaffender Schriftsteller und Referent; ist Autor von drei Gedichtbänden und neun Grundlagenwerken zum aktuellen Paradigmenwechsel, unter anderem: Der radikale Mittelweg (2009/2016), „Ihr seid Lichtwesen“ – Ursprung und Geschichte des Menschen (2013, 6. Auflage 2019), Gott und die Götter – Die prophezeite Wiederkehr des vedischen Wissens (2020)



[www.armin-risi.ch](http://www.armin-risi.ch)  
[www.theistic-network.org](http://www.theistic-network.org)

Beziehung von Frau und Mann, Konflikte zwischen Stämmen und Völkern und später auch Kriege zwischen Religionen und Nationen.

Zudem führte das Kali-Yuga zu einer Spaltung von Innen und Außen. Dadurch wurde es möglich, etwas anderes zu sagen, als man denkt, d. h. zu lügen, weil die meisten Menschen im Kali-Yuga nicht mehr hellichtig sind. Das Kali-Yuga wird deshalb auch „Zeitalter der Lüge“ genannt. Lüge, nicht Gewalt, ist das typische Merkmal dieses Zeitalters. Gewalt gab es schon in früheren Zeitaltern, aber die Gewaltherrscher der damaligen Zeit logen nicht, weil Lügen sinnlos gewesen wäre, denn die Menschen hätten es sofort erkannt.

## Diabolisch und symbolisch

Das Wort diabolisch, das wir als Synonym für „teuflich“ gebrauchen, bedeutet wörtlich „spaltend“. Es setzt sich zusammen aus den beiden altgriechischen Wörtern dia- („auseinander, entgegengesetzt“, wie in diametral und Diagonale) und einer Ableitung vom Verb bállein, „stellen, werfen, setzen“. Alles, was dem Geist der Spaltung entspringt, ist dia-bolisch.

Das, was dieses Spaltende und Trennende überwindet, wird sym-bolisch genannt (syn: „zusam-

men; verbindend, gemeinsam“, wie in Synthese, Sympathie, Symphonie). Symbolisch bedeutet aber nicht einfach allegorisch oder metaphorisch (bildhaft oder gleichnishaft). Der Begriff „symbolisch“ bezieht sich auf alles, was das Trennende überwindet und aufzeigt, wie das Relative mit dem Absoluten verbunden ist. Heilige Schriften und religiöse Lehren kann man also sym-bolisch oder dia-bolisch auslegen ...

## Jahrzehnte der Wende

Nach fünf Jahrtausenden leben wir heute in den Jahrzehnten der großen Wende. Indianische Traditionen sprechen von einem Übergang von der „vierten Welt“ in die „fünfte Welt“ – und jede dieser irdischen „Welten“ ist grundlegend verschieden vom vorherigen Weltzeitalter.

Ohne Wissen um die indischen und indianischen Kalendersysteme sagte auch Nostradamus (1503–1566), der einflussreichste Seher Europas, für die heutige Zeit eine grundlegende Veränderung voraus: „Ich beginne mit der gegenwärtigen Zeit [...] und schaue weit darüber hinaus bis zu dem Ereignis, das, gemäß sorgfältigsten Berechnungen, zu Beginn des siebten Jahrtausends [d. h. zu Beginn des dritten Jahrtausends n. Chr.] stattfinden wird. [...] Dann [nach letzten Wirren und Konflikten]

beginnt zwischen Gott und den Menschen ein universeller Friede (une paix universelle).“ Dies schrieb Nostradamus unverschlüsselt in seinem Vorwort zum zweiten Teil seiner Prophezeiungen, formuliert als persönlicher Brief an den damaligen König von Frankreich, Heinrich II.

Nostradamus sah mit seiner paranormalen Begabung voraus, dass es rund 500 Jahre dauern wird, bis – zu Beginn des dritten Jahrtausends – eine neue Zeit beginnt. Er nennt es eine Zeit des „universellen Friedens zwischen Gott und den Menschen“, was bedeutet, dass die Menschen dank eines Bewusstseinswandels zu einem überkonfessionellen Frieden finden werden.

### Wie Nostradamus seine Hellsichtigkeit tarnen musste

„In einigen Berichten über das Leben des Nostradamus ist zu lesen, dass er sich fürchtete, von der Inquisition wegen Häresie [Irrlehre, Gotteslästerung] verfolgt zu werden. Aber weder Prophetie noch Astrologie fielen in diese Kategorie. Er wäre nur dann in Gefahr gewesen, wenn er Magie praktiziert hätte, um beides [Prophetie und Astrologie] zu unterstützen.“ (engl. Wikipedia: Nostradamus)

Kritiker bezeichnen Nostradamus als Scharlatan und Plagiator, weil er astrologische Informationen von anderen Autoren übernahm und selbst immer wieder behauptete, er arbeite astrologisch. Dabei war Astrologie überhaupt nicht seine Stärke. Heute ist bekannt, dass das von ihm erstellte Horoskop für Kronprinz Rudolf von Habsburg von 1565 voller Fehler ist.

Wenn wir jedoch wissen, dass Prophetie und Astrologie keine Anklagepunkte darstellten, wird klar, warum Nostradamus seine Prophezeiungen sehr oft mit astronomischen und astrologischen Angaben versah. Bekannte Astrologen der damaligen Zeit bezeichneten Nostradamus – nicht zu Unrecht – als Dilettanten der Astrologie, aber diese



Kritik muss Nostradamus sehr recht und genehm gewesen sein. Sie lenkte von seiner medialen Hellsichtigkeit ab, denn diese Praktik wäre ihm als Teufelsbeschwörung ausgelegt worden.

Heutige Kritiker verwenden den Fakt, dass Nostradamus astrologische Daten aus anderen Büchern abschrieb und in den eigenen astrologischen Arbeiten Fehler machte, dazu, ihre Vorurteile und ihr eigenes Weltbild zu bestärken. Sie verkennen damit Nostradamus' Genialität sowie die damalige Situation, die ihn zu solchen Schutzbehauptungen zwang.

### Universeller Friede – und der Impuls aus Indien

1987 veröffentlichte John Hogue das Buch „Nostradamus – Jahrtausendwende: Was bringt uns die Zukunft?“, das in viele Sprachen übersetzt wurde. Interessanterweise erschien dieses Buch gerade im Jahr der „Harmonischen Konvergenz“, ohne dass der Autor sich dessen bewusst war. Eine schöne Synchronizität.

In diesem Buch schrieb John Hogue: „Unter den Prophezeiungen des Nostradamus finden sich ca. sechzig Vierzeiler, die eine Art Chronik der spirituellen Leitfiguren von heute und deren Bewegungen darstellt. [...] Innerhalb dieser sechzig Vierzeiler sind acht Hauptschlüssel angegeben, woran die kommende neue Religion zu erkennen sein wird, was sie lehren wird und welche Gruppe oder Person den visionären Anstoß zu diesem Neuen

Zeitalter geben wird.“ Der erste Hauptschlüssel, den er auflistet, lautet: „Aus Osten kommend, blüht die Lehre im Westen!“

John Hogue hatte vieles nur spekulativ interpretiert, aber entdeckte als erster dieses wichtige Element des „universellen Friedens“: den Impuls aus Osten, aus Indien. Nostradamus war hellstichtig und sah zukünftige Ereignisse auf der ganzen Welt voraus, weshalb seine Prophezeiungen in ihrer Vielschichtigkeit auch für die heutige Zeit von großer Relevanz sind.

### Die zwei Gaura-Verse

Die erste Lebenshälfte des Nostradamus überschneidet sich mit der Gegenwart des Yuga-Avatars in Indien: Caitanya Mahaprabhu (1486–1534), genannt Gaura, der „Goldene Avatar“. Der Yuga-Avatar ist die göttliche Inkarnation für den jeweils laufenden Zyklus oder Unterzyklus, und Mahaprabhu bedeutet „großer Lehrer“ (das Wort Maha finden wir auch in Mahatma, „große Seele“). Er wurde auch Channa-Avatar genannt, der „verhüllte Avatar“, weil er sich nicht als Avatar offenbarte. Aus historischer Sicht war er ein Mystiker, Ekstatiker und hinduistischer Reformator.

Die entsprechenden Prophezeiungen der Sanskritschriften und lokalen Traditionen sagten, dass er eine globale Wirkung habe, die sich aber erst in späteren Jahrhunderten offenbaren werde. Genau dasselbe erkannte auch Nostradamus. Er widmete „Gaura“ und dem Brückenschlag von Osten nach Westen zwei Vierzeiler: in Zenturie 1 Vers 96 und in Zenturie 3 Vers 94. Mit dieser einfachen Codierung von plus 2 und minus 2 (1.96 / 3.94) zeigte Nostradamus, dass diese zwei Verse zusammengehören und dass nur diese zwei Verse direkt das besagte Ereignis beschreiben. (Das Hauptwerk des Nostradamus besteht aus 10 Kapiteln, genannt Zenturien, „Hundert-Einheiten“, weil jedes Kapitel, mit Ausnahme des siebten, 100 Verse zu je vier Zeilen enthält. Hinzu kommen kurze Ansätze einer 11. und 12. Zenturie.)

In 3.96 schrieb Nostradamus, hier in wörtlicher Übersetzung aus dem Französischen:

**In fünfhundert Jahren wird man mehr [d. h. weltweit] Beachtung schenken Ihm, der das Ornament seiner Zeit war. Dann auf einmal wird es große Klarheit geben, Was die Menschen durch dieses Zeitalter sehr glücklich machen wird.**

Nostradamus bezeichnet diese besondere Person als „Ornament seiner Zeit“. Die meisten Nostradamus-Interpreten meinen, Nostradamus habe damit sich selbst gemeint. Aber Nostradamus beschrieb sich selbst immer sehr bescheiden und hätte sich nie als „Ornament seiner Zeit“ bezeichnet. Er fand bereits zu seinen Lebzeiten hohe Beachtung, nicht erst fünfhundert Jahre später, und es ist auch nicht ersichtlich, wie seine Prophezeiungen die Menschen „auf einmal ... sehr glücklich“ machen sollen.

Das Wort „ornement“, wie Nostradamus es schrieb, enthält die Silbe or, was im Hebräischen „Licht“ und im Französischen „Gold“ bedeutet. „Gold“ im Sanskrit heißt gaura, ebenso im Bengali, der Sprache Mahaprabhus, wo gaura als „gohr“ ausgesprochen wird, was sich mit dem französischen or reimt.

„Ornement“ erscheint in den rund 1000 Prophezeiungsversen des Nostradamus nur ein einziges Mal, nämlich hier in 3.94. Aber auch im Parallelvers 1.96 erscheint dieses or-Element, und zwar gleich doppelt (ornées d'oreilles), und in 1.96 nennt Nostradamus den Namen Gaura lautmalersisch als qu'aura (= qui aura, „der haben wird“). 1.96 lautet in wörtlicher Übersetzung:

**Derjenige, der haben wird die Aufgabe zu zerstören Tempel und Religionen, die verändert wurden durch Fantasie [Spekulation, Willkür].**

**Eher den Steinen als den Lebenden wird er etwas zuleide tun**

**Durch Sprache, die geschmückt ist von zufriedengestellten Ohren (ornée d'oreilles rassaisies).**

Dieser Vers bezieht sich auf Gaura, den Goldenen Avatar, aber auch auf die Person, die bewirkte, dass Caitanya Mahaprabhu fünfhundert Jahre später weltbekannt wurde: Swami Prabhupada (1896–1977), der Gründer der modernen Krishna-Bewegung. Nostradamus gab diesem Vers in der ersten Zenturie die Position 96, und Prabhupada das Geburtsjahr ist 1896!

Auch Indien hörte gesamthaft erst 1986 von Caitanya Mahaprabhu: anlässlich seines 500. Erscheinungstages. Fünfzig und auch noch zwanzig Jahre zuvor war der Caitanya-Erscheinungstag nur ein kleines lokales Fest gewesen.

**„In fünfhundert Jahren“, d. h. heute!**

Diese Prophezeiungen dürfen nicht missverstanden werden. Es geht hier nicht um die Propagierung einer neuen religiösen Institution oder um einen Personenkult, sondern um spirituelle Impulse und Inhalte, die über bestimmte Personen vermittelt wurden.

Was Nostradamus voraussah, stimmte: Die Person, die das Ornament seiner Zeit war, d. h. der Zeit um das Jahr 1500, wurde erst 500 Jahre später weltbekannt. Mahaprabhu war während seiner Präsenz auf Erden von vielen als Yuga-Avatar erkannt worden, aber in den folgenden Jahrhunderten lebte die Erinnerung an ihn nur in einem kleinen Kreis von Eingeweihten weiter, die aber wussten, dass die Impulse, die „Gaura“ in die Welt gebracht hatte, zur gegebenen Zeit eine weltweite Wirkung entfalten würden. Und fünfhundert Jahre später war es soweit.

Durch erstaunliche Fügungen wurde ich Anfang 1981, mit 18 Jahren, Novize und dann Schüler der

hinduistischen Krishna-Tradition. 1986 reiste ich zum ersten Mal nach Indien ... zum 500. Geburtstag von Caitanya Mahaprabhu! Die Gaura-Verse des Nostradamus entdeckte ich erst in der Mitte meiner Mönchszeit von 18 Jahren und veröffentlichte die Entschlüsselung im Buch „Gott und die Götter – Das Mysterienwissen der vedischen Hochkultur“, das 1995 erschien. (Die 10. vollständig überarbeitete Neuauflage ist für den Sommer 2020 geplant.)

### Klarheit und Paradigmenwechsel

Was mich an Mahaprabhus Lehren faszinierte, war die Klarheit, die sie vermittelten. In den letzten dreißig Jahren war es mir ein Anliegen, diese Klarheit weiter auszuformulieren, auch unabhängig von Begriffen der indischen Philosophie. Wenn ich heute von einem „radikalen Mittelweg“ spreche (mit der Unterscheidung von Polarität und Dualität und der Beschreibung des Zusammenhangs von Nondualität und Individualität, Einheit und Ganzheit usw.), dann ist diese Klarheit eine direkte Übersetzung der Lehren Caitanya Mahaprabhus.

Vers 3.94 erwähnt die Klarheit, 1.96 den Paradigmenwechsel. Nostradamus sah die Notwendigkeit, die Verfälschung und den Missbrauch von „Tempeln und Religionen zu zerstören“ (auch von Wissenschafts- und Finanztempeln), aber auf eine gänzlich friedvolle und gewaltlose Weise: „Eher den Steinen als den Lebenden wird er etwas zuleide tun“. Dies bezieht sich auf alle Lebewesen, was bedeutet, dass der Bewusstseinswandel auch ein neues ökologisches Bewusstsein mit sich bringen wird, nicht zuletzt in der Ernährungsweise der Menschen.

Und tatsächlich: Der von Nostradamus vorausgesehene weltweite Impuls aus Indien bewirkte in den letzten fünfzig Jahren auch eine große Stärkung der vegetarischen Bewegung. Heute erkennen wir, dass dies einer der wichtigsten konkreten Schritte in der Rettung des Planeten

ist – wie von den indischen Schriften sehr deutlich vorausgesagt wurde.

Überwindung des Kali-Yugas bedeutet auch Überwindung der Spaltung zwischen den Religionen, was zu einer neuen, überkonfessionellen Spiritualität führen wird, wie sie im Kern von allen Religionen und Traditionen gelehrt wird – als

Schlüssel zu einer zukunftsfähigen menschlichen Gesellschaft und zu einem verantwortungsvollen Umgang mit der Schöpfung. Nostradamus sah diese Entwicklung schon vor fünfhundert Jahren voraus: „Dann beginnt zwischen Gott und den Menschen ein universeller Friede (une paix universelle).“

**Armin Risi**

## Gott und die Götter: Die prophezeite Wiederkehr des vedischen Wissens

**Das Veda-Standardwerk von Armin Risi – jetzt in vollständig überarbeiteter Neuauflage!**

Die Menschen der früheren Zeitalter waren nicht primitiv, sondern schöpften aus den geistigen Urquellen und verfügten über ein zeitloses Mysterienwissen (im Sanskrit «Veda» genannt), das heute, im Zyklus der Zeiten, wieder ins Bewusstsein der Menschen tritt.

Eines der erstaunlichsten Zeugnisse hierfür sind die Sanskrit-Schriften der altindischen (vedischen) Hochkultur. Armin Risi entschlüsselt diese heiligen Texte im Licht der ursprünglichen Mysterientradition und formuliert hier auf eine einzigartige Weise, was bisher nur Veda-Eingeweihten bekannt war. Diese sahen schon vor Jahrtausenden das gegenwärtige dunkle Zeitalter voraus, ebenso wie dessen Ende in der heutigen

Zeit. Dann, so sagten sie, werde auch das Veda-Wissen wieder weltweit zugänglich.

Aus dem Inhalt:

**Ursprung und Aufbau des Universums**

**Höherdimensionale Welten**

**Die geistige Herkunft des Menschen**

**Die Hochkulturen im Zyklus der Zeiten**

**Die Lichtwesen und die Dunkelmächte**

**Prophezeiungen für die heutige Zeit**

**Karma, Maya, Atma, Yoga-Religion und Spiritualität**

**Innere Einweihung und Selbsterkenntnis**



ISBN: 978-3-906347-90-5  
Erstauflage Oktober 1995,  
10. Auflage Sommer 2020  
(vollständig überarbeitet,  
mit neuem Untertitel);  
gebunden, 416 Seiten  
Govinda-Verlag  
24,00 €

«Gott und die Götter»: ein Standardwerk für die Pioniere des neuen Zeitalters – denn in der heutigen Wendezeit ist das älteste Wissen der Menschheit auch das neueste: zeitlos, revolutionär, zukunftsweisend.

## Dr. med. Harald Lemke, lè hai lóng



von Dr. med. Harald Lemke,  
lè hai lóng

### Moin Moin & Hallo,

für den Norddeutschen bereits der Worte zuviel, für den zugezogenen Berliner grad noch in Ordnung. Aber es wollen 2000 Zeichen geschrieben sein, so will ich mit Worten nicht geizen.

Nachdem ich im Gegensatz zu den meisten meiner einstigen Schulkameraden keinerlei blassen Schimmer hatte, wohin es mit mir mal gehen soll, schlitterte ich da gemütlich in ein Magisterstudium Soziologie mit Nebenfächern Philosophie & Psychologie.

Da der Großteil der Familie medizinisch vorbelastet war, konnte ich in meiner Sturm- und Drangzeit kaum der „Tradition“ Folge leisten. Wie es das Schicksal so wollte, spezialisierte ich mich dann aber in Kultursoziologie, belegte die Reihe „Vergleichende Philosophie: Indien, China, Griechenland“, begann mein Training in einem selteneren Stil des Tai Chi usw. Unter all diesen Eindrücken wuchs der Wunsch, mich den Ostasiatischen Therapie- bzw. Heilverfahren zuzuwenden.

Neben dem dann anschließenden Medizinstudium widmete ich mich bereits unterschiedlichen Akupunkturstilen und medizinischen Traditionen, was über einen prägenden Zeitraum zu überdimensionaler Verwirrung führte und dazu, dass ich mich dem Ziel der Unifizierung all jener verschwor bzw. dem Erkennen des EINEN Kernes in Allen.

Freilich war das größtenwahnsinnig, was ich glücklicherweise auch irgendwann erkannte, und mir wurde klar, dass Diversität ein Segen ist.

Hierdurch ist meine praktische Tätigkeit nun dann auch wesentlich geprägt. Multiple Schulen finden

je nach Fall Anwendung. Klassische Techniken sind moderneren, ausschließlich abhängig von klinischer Wirksamkeit und nicht einer spezifischen Schuldoktrin, gleichgestellt. Weniger konventionelle Therapieoptionen finden ebenso Anwendung wie auch in der Moderne ge- und überprüfte. Subjektive Diagnoseverfahren werden durch objektive unterstützt und ergänzt. Behandelt wird klassisch mit Metallnadeln (ob Körper- oder Ohrakupunktur), Lasernadeln (schmerzfrei sowohl in der Ohr- als auch Körperakupunktur), Symbolen, informierten Trägern, Kräutern und vielem mehr, ausschließlich abhängig vom Zustand der zu mir Kommenden und der klinischen Erfahrung.

Erfolgreiche Therapie hat dabei nur eine Chance im Dialog zwischen Hilfesuchenden und den Hilfegebenden.

Im Gegensatz zur vollkommen freien Auswahl einer Leistung im Bereich der Wellnesstherapie unterliegt die medizinische Therapie jedoch letztlich und am Ende der informierten, sich aus subjektiver wie objektiver Diagnostik und Erfahrung abgeleiteten Entscheidung der die Therapie Durchführenden. Jene ist geleitet vom Ziel, die je Einzelfall optimalsten Behandlungsergebnisse zu erzielen. In diesem Sinne: alles erdenklich Beste!

## Intuition und Sicherheit in der Medizin

**Intuitiv wusste ich, dass ich in meinem allerersten Artikel dieses Jahres besser nicht auf die Chinesische Astrologie bzw. Astrologie im Allgemeinen eingehe und lieber meine Finger von der Jahres-„Vorhersage“ lasse – doch offen gestanden war es weniger meine Intuition, die mich gegen das Thema „Astrologie in der Chinesischen Medizin“ hatte entscheiden lassen, als vielmehr bewusste Reflexion.**

### Und damit sind wir auch mitten im Thema.

Auch in der Medizin kann Intuition eine besondere Rolle spielen, in der Wissenschaft ohnehin. Große Durchbrüche sind wohl oft auf eine jene zurückzuführen, doch an der bewusst reflektierten Fleißarbeit dazwischen und danach führt in den meisten Fällen kein Weg vorbei.

### Es ist wohl ähnlich, wie man von der Erleuchtung behauptet:

*„Vor der Erleuchtung Holz hacken und Wasser holen.  
Nach der Erleuchtung Holz hacken und Wasser holen.“*

Das Leben hat da so seine eigenen Spielregeln und das Universum ohnehin.

Im klinischen Alltag hilft die Intuition uns hier und da aus und kann auch einmal den Durchbruch bringen, doch meist basiert die klinische Arbeit auf all der zuvor und währenddessen geleisteten Fleißarbeit.

Man muss sein Handwerkszeug gut erlernt haben – und in dem einen oder anderen Fall darf man dann guter Hoffnung sein, dass die Intuition in einem vorhanden ist, so dass das Unterbewusste seine Verknüpfungen am Bewusstsein vorbei zu vollbringen vermag und einem jene (hoffentlich) „spontan“ eingibt.

Freilich haben die meisten von uns auch schon einmal eine Intuition gehabt, die sie als uns von „höherer Macht“ eingegeben wahrnehmen.

Aber da ist es wohl wieder wie mit dem allen bekannten Witz:

„Oh Herr. Schenk mir doch endlich den Lottogewinn“... und nach wiederholtem Flehen kam die Antwort: „Dann spiel doch endlich Lotto, Du Idiot“.

Man muss also in den meisten Fällen schon selbst die Vorarbeit geleistet haben bzw. leisten, damit Intuition und Glück eine Chance haben, hin und wieder zum Zuge zu kommen. Und an dieser Stelle verzichte ich nur zu gern auf einen Exkurs, was von vielen der gängigen Ausbildungen im Land zu halten ist.

In der Chinesischen Medizin helfen uns Beobachtung und Modelle, Krankheitsprozesse zu verstehen und Therapie zu „steuern“ und jene wollen gut erlernt sein.

So wie da einst Isaac Newton durch den leichten Schlag des fallenden Apfels auf seinen (vermutlich nicht „Hinter“-)Kopf, so lautet eine der Geschichten, auf die bahnbrechende Idee der Gravitation gekommen sein soll, haben die Menschen früher ihre Erkenntnisse ganz einfach aus Erfahrung und Beobachtung gewonnen.

Ich muss den Wind nicht mit Studien nachweisen, um selbst zu wissen, dass jener meine Haut streift, ich muss die Sonne nicht mit Studien beweisen, um zu wissen, dass jene meine Haut verbrennen kann. Und jeder, der einmal stark gefroren hat, weiß, dass die Kälte im Körper eine Weile „verweilen“ und einen gar krank machen kann.





Man benötigt keine großen pathophysiologischen Erklärungen, um diese simplen Erfahrungen zu machen und zu verstehen.

Die einen fokussieren sich auf Viren, Bakterien, Pilze etc., die anderen auf pathogene Faktoren wie Hitze, Kälte, Nässe und Schleim.

Die einen sprechen davon, eine Immunisierung mittels Impfungen und Co. aufbauen zu wollen, die anderen empfehlen Qigong und Kräuter zum Stärken des Wei Qi (Abwehr-Qi).

Die einen wollen Bakterien und Viren irgendwie „killen“, die anderen reden davon, pathogene Faktoren zu transformieren oder auszuleiten. Die einen versuchen Zell- und Immunprozesse bis ins Detail aufzuschlüsseln, während die anderen schon früh Modelle mit dem Ziel der Therapie entwickelt hatten und jene über die Empirie modifizierten.

Ein besonders interessantes Modell ist das der Meridiane, ohne an dieser Stelle erläutern zu müssen, ob jene wirklich existieren und was deren Korrelat aus moderner Sicht womöglich sein könnte. Modern lernen wir in den gängigen Schulen im wesentlichen das Konzept der 12 Meridiane, jeder soll mit einem Organ assoziiert sein, mit bestimmten Emotionen, klimatischen Faktoren etc.

Und gemeinhin lernen wir, dass wir die Akupunkturpunkte dieser 12 Meridiane mittels welcher Modalität auch immer als therapeutische Schlüssel nutzen können, ähnlich wie das Anschlagen der Tasten auf einem Klavier bestimmte Töne bzw. Harmonien und damit Effekte bzw. Stimmungen im Zuhörer erzeugt. Letzteres Beispiel ist auch ein

gutes, um zu verdeutlichen, warum nicht immer dieselbe Therapie bei jedem auch kalkuliert immer dasselbe Ergebnis zu vollbringen vermag. Nicht in jedem/er Zuhörer/in löst dasselbe Klavierstück auch immer dieselbe bzw. eine vergleichbare Reaktion aus.

Dass es darüber hinaus vor der Mao-Zeit-geprägten TCM klassische Modelle weit über die 12 Meridiane hinaus gab, wird oft ignoriert. Jene werden vielleicht erwähnt, aber oft weiß keiner so recht, was mit ihnen anzufangen ist, und schon gar nicht, wie jene therapeutisch einzusetzen sind. Am Ende können wir alle nur das unterrichten und anwenden, was wir selbst einmal gelernt (und hoffentlich begriffen) haben.

Jeffrey Yuen (und freilich andere) hat (haben) der Akupunkturwelt sowohl Bedeutung als auch Therapieoptionen über diese anderen Systeme nahegebracht. Das Modell der Krankheitsentwicklung ist hierbei ganz hervorragend geeignet, sich vor Augen zu führen, warum manches im Leben eher schlechter als besser wird, und was der/die Einzelne bestenfalls vorbeugend tun kann.

Ich brauche keine Intuition, um zu wissen, dass ich meine Zeichenzahl für diesen Artikel bereits wieder verbraten habe, und reflektiert weiß ich, dass ich mich im nächsten Artikel den verschiedenen Meridiansystemen näher zu widmen habe und ihrer Bedeutung im Verlauf von Krankheit und Gesundheit.

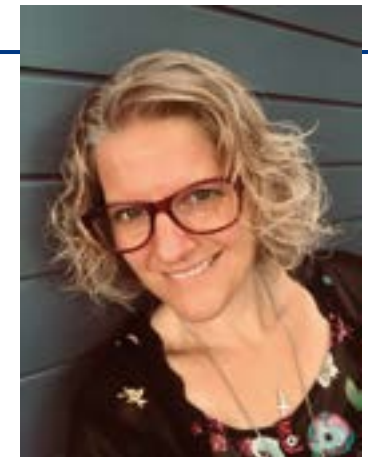
Bis dahin: alles erdenklich Beste.

**Praxis für Ostasiatische Heilverfahren & Integrative Medizin** – privatärztlich & Selbstzahler – Dr. med. Harald Lemke  
Bahnhofstrasse 11, 1. Stock  
24340 Eckernförde, praxislemke@googlemail.com, Tel: 04351 4829152

## Portrait

# Seelenkontakt erleben

**Ich glaube daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemandem empfangen kann, ist, gesehen, gehört, verstanden und berührt zu werden. Das größte Geschenk, das ich geben kann, ist, den anderen zu sehen, zu hören, zu verstehen und zu berühren. Wenn dies geschieht, entsteht Kontakt.**  
(Virginia Satir)



von Marion Carnehl

Das Leben sucht sich immer wieder neue Möglichkeiten, uns zu erreichen. Das geschieht oft anders als in unserer Vorstellung. Durch einen persönlichen Zusammenbruch begab ich mich auf einen völlig unbekanntem Weg. Wie ich heute weiß – auf den Weg meiner Seele. Schon viele Leben habe ich als Heilerin verbracht. Ich habe „heilende Hände“, bin mit vielen Hellsinnen gesegnet und von meinen Geistführern umgeben, beschützt und begleitet. Mit Hilfe meiner Sinne und Fähigkeiten kann ich Blockaden fühlen, karmische Blockaden auflösen und in meiner Arbeit mit ganz anderen Sinnen zur Seite stehen.

Ich folge den „Anweisungen“ meiner geistigen Mannschaft und dem, was ich fühle und wahrnehme. Oft verblüffe ich mit Wissen, welches mir eigentlich unbekannt sein sollte.

Im Bereich der energetischen Heilarbeit sehe ich vor meinem inneren Auge die Ursachen von körperlichen oder seelischen Leiden und darf diese Blockaden dann in die Auflösung bringen.

Leichtigkeit kann entstehen!

Wenn ich mit einem Klienten in der Hypnose arbeite, begeben wir uns mit ihm zusammen in eine „Blase“ – einen geschützten Raum, in dem er die Richtung vorgibt und ich ihn begleite. Hier leite ich ganz sanft unsere gemeinsame Reise an. Oft gehen wir gemeinsam in Trance in alte Leben, wo Glaubenssätze und Blockaden entstanden sind. Auch hier lasse ich mich von meiner Intuition leiten und sehe die Bilder, die mein Klient erlebt. Wer sich in meine Hände begibt, beschreitet den Weg zu sich selbst und in seine ursprüngliche Kraft.

Fühlen Sie sich immer wieder leer und unwohl? Sie wissen nicht, woher das kommt? Dann lassen Sie uns gemeinsam auf Ihre innere Reise gehen.



Energetische Heilarbeit | Lebensberatung | Hypnose

Heilraum Kiel | Marion Carnehl  
Schwefelstraße 9 | 24118 Kiel  
info@heilraum-kiel.de | www.heilraum-kiel.de

# Hypnose und Trancearbeit – der wissenden Intuition aufmerksam lauschen

**Wir kennen im Alltag viele natürliche Trancezustände. Hier erhalten wir in der Regel einen Zugang zu unserem Unbewussten mit seinen vielen Möglichkeiten und damit zu einer körpereigenen Intelligenz, die in uns wohnt und derer wir uns im Alltag nicht bewusst sind. So tauchen scheinbar ganz zufällig neue Bilder und Ideen und in Krisen Lösungswege und -möglichkeiten auf. Trancezustände sind eine natürliche Fähigkeit des Menschen. Sie richten die Aufmerksamkeit der Person nach innen und erlauben, in Kontakt mit unserem intelligenten inneren Wissen zu gehen, zu dem wir im Wachbewusstsein wenig Kontakt haben.**



von Michaela Knorr

Körpertherapeut\*Innen kennen einige dieser Zustände in Behandlungen. Nicht nur, dass die Behandler\*Innen sich manchmal in bestimmten „Behandlungs-Trance-Zuständen“ wiederfinden, auch deren Klient\*Innen kommen in einen Zustand, der dem Körper und dem Geist häufig einen neuen Zugang zu sich bietet. Wo Behandlungen an Grenzen stoßen, kann die Hypnosearbeit hier eine wesentliche und effektive Erweiterung bieten. In dieser Form der Hypnose geht es vorrangig um das Finden neuer und eigener Zugänge und Lösungen. Wir reisen imaginär außerhalb oder innerhalb des eigenen Körpers, dabei werden die unbewussten Anteile in uns zur Mitarbeit angesprochen, wir können hier auch vom Kontakt mit unserer inneren Körperintelligenz sprechen. Eine freundliche Nebenwirkung ist in der Regel ein tieferer Entspannungszustand, der mit einer niedrigeren Muskelspannung, einer Verringerung des Blutdrucks und einer regelmäßigeren Atmung einhergeht.

Dabei gibt es keinen Kontrollverlust. Der/die „Reisende“ erlebt die hypnotische Begleitung in vollem Bewusstsein, keineswegs fremdbestimmt und immer mit eigener Kontrolle.

Über die Aktivierung einer Trance wird der Zugang zu enormen inneren Kräften und Selbstheilungsmechanismen möglich. So öffnen wir die Tür zum Unbewussten. Hier ist alles gespeichert, was wir erlebt haben und erleben, alles Unwillkürliche wird von dort gesteuert. Durch Hypnose können verdeckte und unbewusste Mechanismen aufgedeckt und verändert werden. Hypnose wirkt also durch Veränderung und Erweiterung des Bewusstseins. Trance- und Körperreisen eignen sich in wunderbarer Weise zur Lösung von Problemen, zur Stärkung der eigenen inneren Potentiale und Fähigkeiten, aber auch um neue Zugänge zum Lernen zu eröffnen. Wir können diese Methoden in der Einzelarbeit und auch in der Arbeit mit Gruppen anwenden.

In der Einzelarbeit eignen sie sich besonders zur Behandlung von chronischen oder somatischen Beschwerden. Wir können hier aber auch auf eine besondere Weise die Selbstheilungskräfte aktivieren und so z. B. Wege finden, auf Entzündungen und Schmerzen zu reagieren. In der Gruppenarbeit lässt sich der Lernstoff einfacher vertiefen oder neue Lerneinheiten lassen sich besser verankern.



In den Körperreisen fokussieren wir die Aufmerksamkeit innerhalb unseres eigenen Körpers und reisen auch hier in Begleitung mit Hilfe unseres Unbewussten, unserer höheren inneren Intelligenz. Der/die Reisende schaut entweder direkt in Körperbereiche hinein, die problematisch sind (somatische Beschwerden, Schmerzen etc.), um zu überprüfen, was es hier zu tun gibt, oder ist in diversen Körperräumen unterwegs, die für die Besserung oder Heilung verschiedenster Anliegen relevant sein können. Diese Hypnoseform gibt neue Möglichkeiten, spielerisch und kreativ Lösungen und Wege zu finden und im Körper zu verankern, die uns aus Problemen herausführen.

Mehr Information zu diesem Thema und Kurse für interessierte Körperarbeiter\*Innen finden Sie unter:

<https://schule-fuer-shiatsu.de/kurs-buchen/kursprogramm/kursprogramm-shiatsu/21-hypnose-und-trance.html>

oder Sie wenden sich an uns unter:  
schule@fuer-shiatsu.de

Autorin: Michaela Knorr  
Heilpraktikerin mit Schwerpunkt Shiatsu, Hypnose und Phytotherapie  
Shiatsulehrerin (GSD)  
Dipl. Sportwissenschaftlerin  
Kontakt: info@kitao-freiburg.de



## DIE KRAFT DER HYPNOSE

**Hypnose und Trancearbeit**  
Eine Weiterbildung in vier Teilen  
für Shiatsu-, Craniosacral- und andere  
Körpertherapeut\*innen!

**SA 06. – SO 07. FEBRUAR 2021**  
(dieser Kurs ist auch einzeln buchbar)

**DI 06. – SO 18. APRIL 2021**  
(dieser Kurs ist bedingt einzeln buchbar)

**FR 02. – SO 04. JULI 2021**

**SA 25. – SO 26. SEPTEMBER 2021**



**SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG**  
Schule der verheirateten Kinde

Infos & Anmeldung: [www.schule-fuer-shiatsu.de](http://www.schule-fuer-shiatsu.de)  
040 4301885 | [schule@fuer-shiatsu.de](mailto:schule@fuer-shiatsu.de)

# Intuition – die unsichtbare Kraft



von Ina Brodersen

**Sie halten im Moment dieses Magazin in ihren Händen und lesen diesen Artikel – was hat dazu geführt, dass sie sich gerade dafür entschieden haben – ihre Intuition?**

Jeder von uns kennt Intuition und wir verwenden diesen Begriff mit vielen Umschreibungen: 6. Sinn, innere Stimme, Bauchgefühl, Ahnung oder Riecher sind nur einige Beispiele. Was aber bedeutet Intuition konkret? Das Wort stammt ab vom lateinischen *intueri*: „anschauen, betrachten, erwägen“.

Anders ausgedrückt:

**spontanes ganzheitliches Erkennen oder Wahrnehmen und auf dieser Basis Entscheidungen treffen.**

Einfach zu wissen, dass eine Entscheidung – das kann eine banale Alltagsentscheidung oder auch eine große Lebensentscheidung sein – für mich richtig ist. Der Verstand will diese Entscheidungen vielleicht oft nicht hören und setzt ziemlich viel daran, diese innere Sicherheit ins Wanken zu bringen. Wenn er es schafft, bedauern wir im Nachhinein oft, dass wir uns anders entschieden haben, obwohl wir es doch „besser wussten“.

Oder aber wir nehmen die innere Stimme gar nicht erst wahr. Gründe hierfür können mangelnde Achtsamkeit, Angst oder auch Stress sein:

- Mangelnde Achtsamkeit heißt, nicht in der Gegenwart zu leben, sondern entweder in der Vergangenheit oder in der Zukunft, jedoch nicht im gegenwärtigen Augenblick. Wie oft schalten wir im Alltag auf den „Autopilot-Modus“ und laufen so durch den Tag, ohne im wahrsten Sinne des Wortes geistesgegenwärtig zu sein.

- Angst blockiert unsere innere Stimme durch ausgeschüttete Stresshormone, wir sind wie in einem engen Tunnel.
- Und unter Stress und Hochspannung ist unser Unterbewusstes ein schlechter Ratgeber, da der Kopf es selten ausreden lässt.

Doch gerade hier liegt ein Unterschied zwischen dem systematischen bzw. rationalen und dem intuitiven Denken und Entscheiden. Beim rationalen Denken greift unser Gehirn auf alles zu, was wir in diesem Moment bewusst wahrnehmen können, was aber nur ein kleiner Teil dessen ist, was wir tatsächlich in jedem Moment an Informationen empfangen. Unser Unterbewusstsein dagegen arbeitet mit weitaus mehr Informationen und kann so auch komplexe Aufgaben und Herausforderungen besser lösen. Natürlich ist systematisches und rationales Denken wichtig und gut, nur oft reicht es eben nicht aus und kann wunderbar ergänzt werden durch unsere innere Stimme, in der ein so großes Potenzial liegt, das in einer zurzeit doch noch sehr rational fokussierten Welt schnell zu kurz kommt.

Schon Einstein stellte fest:

**„Der intuitive Geist ist ein heiliges Geschenk und der rationale Verstand ein treuer Diener. Wir haben eine Gesellschaft erschaffen, die den Diener ehrt und das Geschenk vergessen hat.“**

Intuition hat also viel mit Wissen zu tun, ein Wissen, dass „einfach da“ ist. Für mich spielen

hier noch weitere Aspekte eine Rolle: Vertrauen und Glauben. Es gibt viele Situationen, in denen wir spontan wissen, was richtig ist, was uns guttut, was die für uns beste Entscheidung ist. Doch direkt nach diesem ersten Impuls schaltet sich der Verstand bzw. unser Ego ein und will uns einflüstern, dass unsere Wahrnehmung trügt. Wir werden unsicher, fangen an zu zweifeln und fragen uns: „Ist das jetzt wirklich so, bilde ich mir da nicht etwas ein?“ Hier kommen Vertrauen und Glauben ins Spiel. Wenn es uns gelingt, in solchen Momenten weiter im Vertrauen zu bleiben, dass das, was ich spontan wahrgenommen habe, richtig und wahr ist, dann folge ich auch meiner Intuition. Ich vertraue mir einerseits selbst und ich vertraue auch auf innere oder geistige Führung. Und das hat etwas mit Glauben zu tun: ein inneres Wissen haben, geführt zu werden, auch wenn ich dieses nicht äußerlich belegen kann (und auch gar nicht muss!). Auf diese Weise im Vertrauen und im Glauben zu sein bringt inneren Halt und ein Gefühl von Verbundenheit.

Manchmal dauert es auch länger, bis sich zeigt, dass eine intuitiv getroffene Entscheidung richtig war. Auch in solchen Momenten gilt es, darauf zu vertrauen und daran zu glauben, dass sich scheinbar lose Punkte irgendwann in der Zukunft zu einem Bild verbinden, dass Sinn macht und stimmig für uns ist. Gestützt durch diese Art von Halt lassen sich das Leben und das eigene Schicksal klarer, leichter, mutiger und bewusster gestalten, was sich in meiner Tätigkeit des biografischen und Karma Coachings immer wieder zeigt. Gerade das Thema Intuition bildet einen Schwerpunkt in meiner Arbeit und zieht sich wie ein roter Faden durch Coachings und Seminare.



Wenn Sie mehr über meine Ansätze, mich und meine Arbeit kennenlernen möchten, dann rufen Sie mich gerne an. Ich freue mich sehr darauf, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen und mich mit Ihnen auszutauschen!



**Es wird Zeit – Ich bin bereit**

Bewusstseinsentwicklung  
& Transformation

Biografieberatung  
& Karma Coaching

Team- und  
Organisationsentwicklung

Ina Brodersen  
Möhlbarg 15  
24354 Rieseby/Norby  
[www.fermate-beratung.de](http://www.fermate-beratung.de)

## Ein Programm, das berührt und bewegt

Häufiger haben wir das Gefühl, dass Kinder in dieser Zeit „aus der Reihe tanzen“ und manche von uns sie als „schwierig“ empfinden. Vielleicht geht es auch darum, Kindern wieder mehr gerecht zu werden, Kindern in ihrem intuitiven Verhalten mehr Raum zu geben.

Um Kindern, die als besonders herausfordernd erlebt werden, besser gerecht werden zu können, bedarf es anderer Wege und das Öffnen und Einlassen auf neue „Möglichkeitenräume“ innerhalb der Entwicklungsbegleitung. Das Ausdrucksverhalten von Kindern weist uns häufig bereits auf einen wichtigen Bedarf hin. Dies zu erkennen ist ein wichtiger Baustein in einer gelingenden Begleitung und kann so viel Spaß machen.

### Samurai-Programm

Die Reifung des Körperschemas und die damit verbundene gesamte Persönlichkeitsentwicklung ist ein wichtiger Grundbaustein für eine gesunde und freudvolle Entwicklung. Mit Übungen kann sich die Aufrichtung, die in einem unmittelbaren Zusammenhang mit der Konzentrationsfähigkeit steht, lebendig entfalten. Die individuelle und die intuitive Handlungs-, Bewegungs- und Verhaltensvielfalt werden entdeckt, gestärkt und weiterentwickelt.

Das Samurai-Programm ist ein neurophysiologisches Entwicklungsprogramm, das die traditionelle westliche Expertise der Schulmedizin mit der ganzheitlichen östlichen Sicht auf die Entwicklung des Kindes sinnvoll verbindet. Das Samurai-Programm stellt das Ergebnis jahrelangen interdisziplinären Wirkens und Forschens von Fachkräften aus Wissenschaft und Praxis dar. Es integriert fernöstliche, neurophysiologische und entwicklungspsychologische Erkenntnisse derart, dass die Übungen direkt an die Bedürfnisse der Kinder bzw. an ihren individuellen Entwicklungsstand anknüpfen.



In diesem Sinne vereint das Samurai-Programm Innovation und Tradition.

Speziell für Kinder im Kindergartenalter (ab 3 Jahren) wurde ein Programm konzipiert, das auf bewusstes (Hin)Spüren und somit auf die Wahrnehmungsebene und Bewegungsfreude fokussiert. So unkompliziert und spielerisch die Durchführung, so komprimiert und vielschichtig sind die Hintergründe. Magisches Denken, Rollenspiel, Berührung, Bewegung und tiefensensibler Druck – alles findet seinen „Platz“.

Im Schulprogramm wird dieser Nachreifungsprozess zweistufig begleitet und unterstützt. Innerhalb des Kindergartenprogramms steht neben der neurophysiologischen Reife die Bewegungsfreude im Mittelpunkt.



### Fit für die Schule – stark fürs Leben

„Fit für die Schule – stark fürs Leben“ ist so besonders, da es dem individuellen Entwicklungsstand jedes Kindes Rechnung trägt. Mit Übergang in die Schule benötigen viele Kinder noch Unterstützung dabei, die „richtige Haltung“ für das Lernen zu finden. Hier setzt das Samurai-Programm „Fit für die Schule – stark fürs Leben“ sinnvoll an.

Die Grundschüler lernen die Techniken als Eigenbehandlung, aber auch als Partnerübungen. Das befähigt sie, sich selbst zu helfen und andererseits zu spüren, wie wohltuend und hilfreich ein/e MitschülerIn sein kann. Durch die zielgerichteten Übungen entwickeln die Schüler eine aufrechte Haltung, die sie beim erfolgreichen und freudvollen Lernen unterstützt. Dadurch werden die Kinder handlungssicherer und verbessern sowohl ihre Körperhaltung als auch die grob- und feinmotorische Koordination.

Zudem verbessert das Samurai-Programm die Wahrnehmung der eigenen Grenzen – und der Grenzen der anderen. Dadurch entsteht ein achtsamerer und respektvollerer Umgang miteinander. Eingebettet ist das Programm „Fit für die Schule – stark fürs Leben“ in eine Geschichte, die die Kinder in die japanische Vergangenheit – zu den Samurai – entführt. Dieser Hintergrund hilft den Schülern dabei, einen leichteren Zugang zum Programm zu finden.

### Aufrecht durchs Leben – Kinder in Balance

„Bewegung“ ist das zentrale Thema des Samurai-Programmes „Aufrecht durchs Leben – Kinder in Balance“. Wobei das Thema Bewegung nicht in einem sportlichen Kontext zu sehen ist, sondern vielmehr darin, dass Kinder ihre Bewegungsvielfalt und ihren Bewegungsradius besser ausschöpfen lernen. Es geht darum, dass Kinder ihre Muster weiter differenzieren und auch in Gruppen aufrechterhalten können.

Durch Bewegung machen Kinder nicht nur neue Erfahrungen, sondern vollziehen gleichzeitig elementare Entwicklungen im Bereich ihrer Wahrnehmung. Sie erlangen die Kompetenz, sich ohne äußere Bewegung (nötig zu haben) innerlich bewegen (denken) zu können. Erst im Zusammenhang mit dieser Kompetenz ist es Kindern möglich, konzentriert zuhören zu können und ruhig am Arbeitsplatz zu verharren.

Das Samurai-Programm „Aufrecht durchs Leben – Kinder in Balance“ setzt genau an dieser Reifungsstufe an. Es bietet viele neue Ideen und Angebote. Im Rahmen verschiedener Stundenbilder werden kurze sowie umfangreichere Kurskonzeptionen vorgestellt.

## Aufrecht durchs Leben – Kinder in Balance Samurai-Programm für Minis Kindergartenkinder – fit für die Schule!

Das Samurai-Programm für Minis ist leicht zu erlernen und lässt sich später in vielen Situationen und Handlungsfeldern einsetzen. Ob zu Hause oder im Kindergarten, ob als Bildungsangebot oder zum Überbrücken von Wartezeiten – immer wieder ist es eine kleine faszinierende Reise zum eigenen Körper und zum eigenen „Ich“. Die Übungen laden die Kinder ein, sich und ihr Gegenüber mit all ihren Sinnen wahrzunehmen, achtsam miteinander umzugehen und die unterschiedlichen Grenzen zu bemerken und zu akzeptieren. Auch wenn kein großflächiger „Raum“ zur Verfügung steht, können Kinder intensive Wahrnehmungserfahrungen machen, die sie nähren und im Nachhinein zufrieden und ruhig werden lassen.



Durch das Programm führen uns zwei japanische Kinder: Kenji und Yukiko. Sie zeigen uns Unterschiede zwischen dem Leben in Europa und in Japan und führen durch die gezeigten Übungen. Dieser Hintergrund hilft den Kindern dabei, einen leichteren Zugang zum Programm zu finden.

Es macht einfach Spaß, mit Kindern gemeinsam auf eine Entdeckungsreise zu gehen, die sowohl von Spaß geprägt ist, als auch wichtige Grundlagen noch weiter ausreifen lässt und es den Menschen in der zunehmend herausfordernden Welt leichter macht, bei sich zu sein.

Mehr Informationen zu diesem Programm finden Sie:  
für die Kindergarten-Kurse auf:  
<https://schule-fuer-shiatsu.de/kurs-buchen/kursprogramm/kursprogramm-shiatsu/20-samurai-kindergarten.html>  
und für die Kurse im Grundschulalter auf:  
<https://schule-fuer-shiatsu.de/kurs-buchen/kursprogramm/kursprogramm-shiatsu/fit-fuer-die-schule-stark-fuers-leben-21.html>  
und  
<https://schule-fuer-shiatsu.de/kurs-buchen/kursprogramm/kursprogramm-shiatsu/aufrecht-durchs-leben-das-samurai-programm-21.html>  
oder Sie wenden sich einfach an uns unter:  
[schule@fuer-shiatsu.de](mailto:schule@fuer-shiatsu.de)

## Portrait

# Die Kunst, einander wirklich zu berühren

**Wir Menschen sind soziale Wesen. Wir brauchen Nähe, auch körperliche Nähe, Austausch und das Gefühl, verstanden zu werden und angenommen zu sein. Dann können wir entspannen und einfach wir selbst sein.**



von Cornelia Weiß,  
Diplom-Psychologin  
& Breema-Lehrerin

Der Schlüssel für jede wirkliche Begegnung ist Präsenz. Das bedeutet, im gegenwärtigen Moment ganz wach da zu sein. Sich also für die tatsächliche Erfahrung zu öffnen, die gerade jetzt ist, statt gedanklich abwesend zu sein oder bei Vorstellungen darüber, wie das Leben sein sollte.

### Wie kann das gelingen?

In der Breema-Körperarbeit, bei der über das Körperliche ein ganzheitliches Berühren und Berührtwerden geschieht, gibt es eine wunderbare Einladung: Bevor wir mit dem anderen Menschen in körperlichen Kontakt gehen, dürfen wir innehalten und erst einmal mit uns selbst in Kontakt kommen, zunächst mit unserem eigenen Körper. Wir halten die Aufmerksamkeit beim Atem, beim Gewicht, bei der Haltung. Wir bringen also Verstand und Körper zusammen. Dadurch werden wir vollständiger in uns selbst. Wir entspannen uns in den gegenwärtigen Moment hinein. Das ist die Praxis während der gesamten Behandlung. Wenn das Gefühl als unterstützende Energie hinzukommt, sind wir in uns selbst geeint und unser Bewusstsein weitet sich. Dann können wir uns selbst und einander frei von vorgefassten Vorstellungen wirklich erleben. Dann findet Berührung auf einer sehr tiefen Ebene unseres Daseins statt.

Eine wirkliche, nährende Berührung, das können auch Momente einer tiefen Verbindung mit der Natur oder mit einem Tier sein. Oder das herzliche Lächeln, das wir im Vorübergehen mit einem Fremden austauschen.

Das kann das Schauen in die Augen sein und die Dichte eines offenen, heilsamen Gesprächs, bei dem beide sich selbst und den anderen wirklich sehen, verstehen und annehmen wollen.

### Und das kann natürlich Körperkontakt sein.

Wenn wir genau hinspüren, können wir den Unterschied wahrnehmen zwischen mechanischen Berührungen und Berührungen, die uns wirklich innerlich berühren, weil der andere innerlich wirklich beteiligt ist.

Wie vielen Menschen aber fehlt der Mut oder das Bewusstsein dafür, überhaupt in Körperkontakt zu gehen oder eben wirklich von Herzen daran beteiligt zu sein. Das reicht bis in die nächsten Beziehungen. Das reicht für viele sogar schmerzlich bis in das, was eigentlich „Liebe machen“ sein könnte.

Einander wirklich zu berühren ist eine Kunst. Eine Kunst, die wir lernen können. Sie bringt uns tiefer in Verbindung mit uns selbst und hilft uns, das Leben mit offenem Herzen zu leben.



**Das Samurai-Programm**

FÜR MINIS – DAS KINDERGARTEN-PROGRAMM  
SA 24. – SO 25. OKTOBER 2020

FIT FÜR DIE SCHULE – STARK FÜR'S LEBEN  
DO 18. – FR 19. FEBRUAR 2021

AUFRECHT DURCHS LEBEN  
SA 20. – SO 21. FEBRUAR 2021

Keinerlei Vorkenntnisse erforderlich!



SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG

Infos & Anmeldung: [www.schule-fuer-shiatsu.de](http://www.schule-fuer-shiatsu.de)  
040 4301885 | [schule@fuer-shiatsu.de](mailto:schule@fuer-shiatsu.de)

## (Um)Wege zur Intuition – mit innerer Führung durch die Wirren dieser Zeit

In meinen frühesten Erinnerungen sehe ich mich als Kind intuitiv und spontan auf alles zugehen. Am Morgen erwachte ich mit einer neugierigen und freudigen Offenheit für den Tag und das, was er bringt. Und so ging ich weiter mit spielerischer Leichtigkeit von Moment zu Moment. Mein Wegweiser waren meine Freude und meine kindlichen Bedürfnisse. Ich hatte ein gutes Gespür für Menschen, erkannte sie hinter dem, was sie vorgaben zu sein. Doch was sie erzählten, war etwas anderes als das, was ich spürte. Und so begann ich mehr und mehr an meiner Wahrnehmung zu zweifeln, stellte in Frage, was ich fühlte, bis ich nicht einmal mehr meine echten Bedürfnisse wahrnehmen konnte und glaubte, mit mir stimme etwas nicht.

Ich erinnere mich noch an einen Morgen in meiner Kindheit, ich war etwa 10 Jahre alt, an dem ich aufwachte und erschrocken feststellte, dass mir meine Freude abhandengekommen war. Vermutlich war das auch der Tag, an dem meine Intuition sich verabschiedet hat. Ich habe sie mir Stück für Stück abtrainiert, habe gelernt, rationale Entscheidungen zu treffen und meinem Verstand die Führung zu überlassen. Ich schreibe bewusst „Ich habe“, weil ich der Überzeugung bin, dass ich nicht Opfer dieses Geschehens bin, sondern es bewusst oder unbewusst mitgestaltet habe. Und damit meine ich nicht als Täter, also im Sinne von schuldig. Es wurde mir vorgelebt und ich habe es übernommen. Kinder lernen durch Nachahmung und meine Seele war damals nicht stark genug, mich dem zu widersetzen. Ich sollte noch einen Umweg nehmen. Und spätestens in der Schule diente es meinem Erfolg und meinem Überleben. So lernte ich, meinen Wert an Schulnoten und materiellen Dingen zu messen. Dass darüber meine Freude abhandenkam, habe ich erst sehr viel später wirklich verstanden.

Es war im Alter von etwa 30 Jahren, dass mich das Buch „Die Wolfsfrau“ rief, meine Intuition wieder zu erwecken und meine verlorene Freude zu finden. Und so machte ich mich auf die Suche und auf den Weg zurück zu mir. Das ist nun über 20 Jahre her und ich bin sicherlich noch lange nicht am Ende des Weges angekommen.

Lieder waren mir dabei auf meinem Weg schon immer wesentliche Helfer und Wegweiser. Es sind Text und Melodie in dieser besonderen Verbindung, die mein Herz und meine Seele berühren und mir die Richtung weisen, indem sie meine vergrabenen Gefühle ansprechen und in mir singen. Ihr Weg führt am Verstand vorbei direkt ins Unterbewusstsein. Nach Kinderliedern waren es die Lieder von Reinhard Mey und Joan Baez, Lieder des Folkrock und der Friedensbewegung mit Blick auf die politischen und sozialen Probleme der 70er-Jahre. Später sang ich im Eckernförder Musicalchor und trat beispielsweise mit dem sozialkritischen Musical „Linie 1“ auf der Stadthallenbühne auf. Als auch diese Lieder meine Seele nicht mehr nährten, begegnete ich durch Gila Antara Liedern, die meinem Weg eine neue Richtung gaben.

Indem sie den Raum der Seele öffnen, schaffen diese Lieder eine Grundlage für ein neues Bewusstsein, das mir hilft, den Blick zu weiten und das Leben aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Damit zeigen sie mir den Weg durch den Dschungel ungefühlter, abgespaltener Gefühle und machen mir Mut, auch meine Schatten anzusehen und ehrlich und wahrhaftig mit mir anwesend zu werden. Sie lehren mich auch, dass ich, wenn ich wieder Freude in meinem Leben erfahren möchte, auch den Schmerz zulassen muss, von dem ich mich ebenfalls abgetrennt habe.



Foto: Ingrid Schmuck

Und so melden sich eben immer wieder auch Zweifel und Ängste, wenn neue Entscheidungen anstehen und Gefühle und Verstand unterschiedliche Signale senden. Dabei neigt der Verstand dazu, einfache Lösungen zu wählen, die sich bereits in der Vergangenheit bewährten und schnell zu Ergebnissen führen. Doch diese Abkürzung führt nur zu vorübergehender Erleichterung und lässt uns weiter im Hamsterrad unserer Vorstellungen und Illusionen kreisen, bis sich dasselbe Thema in neuer Verpackung zeigt. Auch Konzepte wie Schuld und Scham sind Lehrerinnen, die mir zeigen, wo ich mich von mir selbst abtrennt habe. Damit lassen sie mein mühsam erbautes Selbstbild auf schmerzhaft Weise immer wieder ins Wanken geraten und schenken mir die Möglichkeit, mich neu zu entdecken.

Das Singen und Tönen hilft mir, meine Orientierung an Konzepten und Vorstellungen aufzugeben, mich nach innen zu wenden und meine innere Wahrnehmung zu schulen. Das bedeutet für mich gleichzeitig eine Verschiebung meiner Aufmerksamkeit weg von Bewertung und Leistungsdruck hinein in eine präsenste Gegenwärtigkeit und Wachheit. So nähere ich mich Schritt für Schritt wieder meiner Intuition und meinem ehrlichen authentischen Sein und verbinde mich mit der göttlichen Kraft, die uns alle führt. Damit verändert sich auch meine Stim-

me, denn jede innere Befreiung bedeutet auch ein Stück mehr Freiheit für die Stimme und wird somit nach außen hörbar.

Sabine Bevendorff



Deine Stimme führt dich  
in deine ureigene Kraft

Singkreise & -seminare  
CDs  
Stimmbildung & -entfaltung  
Rituale & Naturcoaching

[www.sabinebevendorff.de](http://www.sabinebevendorff.de)

Es gibt viele interessante und gute Bücher zum Thema Intuition. Doch über dieses Wissen nicht mehr nur zu reden, sondern anzuwenden, was wir in den vergangenen Jahren gelernt haben, ist meiner Meinung nach jetzt überlebensnotwendig.

Die aktuelle Krise, die sich nicht nur auf Corona beschränkt, fordert uns heraus. Eine Flut von sich teilweise widersprechenden Nachrichten überrollt uns, Hygieneregeln und sich täglich ändernde Handreichungen und Maßnahmenkataloge überfordern unseren menschlichen Verstand, der gar nicht in der Lage ist, die Komplexität dieses Themas zu erfassen. Habe ich am Anfang noch versucht, zu verstehen und mir eine Meinung zu bilden, so spüre ich inzwischen mehr das Bedürfnis nach Rückzug, in mich zu gehen und Hingabe an eine größere Kraft zu üben, die uns trägt und führt. In all dem wächst in mir das Vertrauen, dass es eine andere Wahrheit gibt als die, die uns erzählt wird.

Für mein Empfinden stehen wir vor einem Quantensprung der menschlichen Entwicklung. Es ist an uns, diese Chance zu nutzen, nicht den Verwirrungen dieser Zeit zu erliegen, sondern uns unserer Verantwortung bewusst zu werden, uns für die innere Führung zu öffnen und entsprechend zu handeln.

Unser Verstand ist begrenzt und kann nur das erfassen, was er bereits kennt. Die Intuition hingegen ist in der Lage, auch größere und neue Dimensionen zu erfassen. Wenn wir unseren Verstand wieder an seine ursprünglichen Aufgaben erinnern und damit die Intuition wieder einen angemessenen Platz im menschlichen Leben bekommt, bin ich davon überzeugt, dass sie uns sicher durch die Wirren dieser Zeit führen und uns helfen wird, uns wieder in den Kreis des Lebens einzubinden.

Unsere Intuition zu schulen ist meiner Meinung nach für unser Fortbestehen als Menschheit unerlässlich.

Singen ist für mich der Weg, der darüber hinaus auch meine tiefe Freude wieder lebendig werden lässt.

## Die Erde ruft – Sabine Bevendorff

**Die Erde ruft. Sie ist für mich die Urmutter allen Seins. Ihr Ruf ist eine Einladung, innerlich leer zu werden, uns von ihr berühren zu lassen, ihrem Herzschlag zu lauschen und empfänglich zu werden für das, was das Leben für uns bereithält. Wir können ihre Geschenke nur empfangen, wenn es in uns still wird, unsere Sinne sich wieder öffnen und unser Blick sich weitet für das, was hinter der Fassade verborgen liegt.**

Die Lieder in diesem Album entstanden überwiegend aus dem Raum naturmystischer Erfahrungen, aus Begegnungen mit der Natur und meinem Erleben im Jahreskreis. In ihrer Unterschiedlichkeit von lebhaft und bewegt bis ruhig und besinnlich berühren diese Lieder ganz verschiedene Aspekte unseres Seins, singen von der bunten und lebendigen Vielfalt unseres MenschSeins und berühren das emotionale Erleben in Zeiten von Veränderung und Wandlung.

Als wertvolle, hilfreiche und stärkende Begleiter durch die Transformationsprozesse dieser Zeit machen sie dir Mut, dich für deine innere Führung zu öffnen, deinen eigenen Platz einzunehmen, mit deinem Tun und Sein dem Leben zu dienen und darin dein natürliches Potenzial und deine wirkliche Kraft zu entfalten.

Kontakte und Infos unter [www.sabinebevendorff.de/cds](http://www.sabinebevendorff.de/cds)



## Gesunden, heilen und auf dem eigenen Weg mit Freude weitergehen

Seit dem Jahr 2000 ist das Ehepaar Textor/Simon gemeinsam in Eckernförde tätig. Ihr Lebensmotto "Gesunden, heilen und auf dem eigenen Weg in Freude gehen" geben sie an die Menschen weiter, die zu ihnen kommen. Auf vielerlei Weise zeigen sie, wie es möglich wird, den passenden Weg zu finden und weiterzugehen.



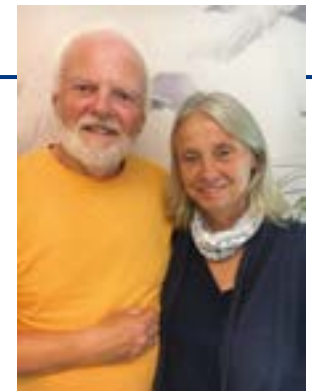
Helga Simon bietet in kleinen Gruppen **Yoga** und in Einzelarbeit **Aura- und Energiekörperausgleichungen** an.

Henning Textor ist seit 27 Jahren als Heilpraktiker tätig. Seine Schwerpunkte liegen in der **Heilpraxis** und in der Diagnose mittels **Irismikroskopie** und **Biotensor**.

Die von ihm ausgetesteten Methoden und Heilmittel helfen dem Patienten, Körper, Geist und Seele zu harmonisieren, Blockaden aufzulösen, die den Körper ausbremsen, und in ein Fließgleichgewicht (Homöostase) zu kommen. Bei einem Energiemangel gehen die Organe in einen degenerativen Zustand über, bei überfließenden Energien kommt es zu Allergien und Entzündungen. Was jeder Mensch braucht, ist

individuell unterschiedlich. Homöopathische und ayurvedische Mittel, Urtinkturen von Heilpflanzen, Mineralien, Enzyme und Aminosäuren (**Orthomolekulärtherapie**) können dabei helfen.

Nosoden von Viren, Bakterien und Toxinen spüren krankmachende Informationen auf, die im Bindegewebe oder in der Zelle abgespeichert sind, und machen sie über aktive Reaktionen wieder sichtbar und ausleitbar. Abwehr- und Selbstheilungskräfte werden so optimal stimuliert. Gewebeübersäuerung führt oft zu Muskelhartspann, Wirbelblockierungen und zu einem Beckenschiefstand. Bei diesen Problemen oder bei Unfallfolgen setzt Henning Textor gezielte Griffen oder Griffkombinationen aus der **Chiropraktik** ein, die zur Wiederherstellung der Mobilität der Wirbel führen, damit die Energie und das Blut wieder störungsfrei fließen können.



Henning Textor und Helga Simon

Die Arbeit seiner Frau Helga am Energiekörper, der im und um den physischen Körper liegt, rundet die Behandlung ab.



HEILPRAXIS  
HENNING TEXTOR

IRISDIAGNOSE  
ORGONOTHERAPIE  
NOSODENTESTUNG  
ORTHOMOLEKULARTHERAPIE  
CHIROPRAKTIK

HENNING TEXTOR  
HEILPRAKTIKER  
HOLM 15  
24340 ECKERNFÖRDE  
TEL./FAX: 04351 726766

# Raus aus der Zuckerfalle – endlich zuckerfrei mit der Weiss-Methode

Wer zuckerfrei nach der Weiss-Methode lebt, verzichtet nicht gänzlich auf Zucker. Wir unterscheiden zwischen natürlichem Zucker und industriell verarbeitetem, raffiniertem, weißem Zucker. Zucker an sich ist gut und wichtig. Unser Körper besteht größtenteils aus diversen Zuckerverbindungen. Er verbraucht ständig Energie, damit wir lachen, laufen, denken und atmen können. Der Treibstoff dafür ist Zucker. Diesen Treibstoff gewinnt der Körper aus allen natürlichen Nahrungsmitteln und stellt ihn den Körperfunktionen zeitlich versetzt zur Verfügung. Wir können dem Zucker dankbar sein, er ist Bau- und Treibstoff unseres Lebens.

## Warum kein Industriezucker?

Das Problem beim Zucker beginnt, wenn er dem Körper in veränderter Form zugeführt wird. Der industriell verarbeitete, raffinierte, weiße Zucker ist nahezu vollkommen frei von Nährwerten. Dieser Zucker kann dick machen, schadet den Zähnen und ist mitverantwortlich für so manches Unwohlsein, das uns plagt, wie zum Beispiel Menstruationsbeschwerden, Kopfschmerzen oder Schlaflosigkeit.

## Die Menge macht's. Unser Körper braucht Zucker. Unbedingt.

Aber niemand braucht Zucker in den Mengen, wie wir ihn heute konsumieren. 100 bis 200 Gramm nimmt der Bundesdeutsche täglich zu sich, und das wohlgerne hauptsächlich in Form von industriellem, raffiniertem Zucker. Der jährliche Pro-Kopf-Verbrauch liegt bei 36 Kilogramm. Die Weltgesundheitsorganisation WHO empfiehlt maximal neun Kilogramm pro Jahr, das sind 25 Gramm täglich.

## Ist ein Leben ganz ohne Industriezucker möglich?

In unserer Welt der Industrialisierung von Lebensmitteln lässt sich die Einnahme von Zucker nicht gänzlich vermeiden. Selbst in Buttermilch, Naturjoghurt oder Wurst werden kleinste Mengen Industriezucker zugesetzt. Auch wer bewusst auf Zucker verzichtet, konsumiert täglich ca. vier bis acht Gramm Industriezucker. Diese Menge kann

unser Körper jedoch problemlos verarbeiten, im Vergleich zu den 100 bis 200 Gramm, die wir normalerweise täglich zu uns nehmen und die fast zwangsläufig süchtig machen und schleichend schädliche Nebenwirkungen auf unseren Organismus haben.

## Was sind natürliche Zucker?

Wer zuckerfrei nach der Weiss-Methode lebt, hat eine Zuckerbehandlung im Weiss-Institut gemacht und danach die Ernährung umgestellt. In den ersten vier Wochen nach der Behandlung raten die Weiss-Therapeuten zu einem sparsamen Gebrauch von Stevia- oder Xylitprodukten in natürlicher Form. Danach kann man allmählich wieder andere natürlich gewonnene Zucker als Süßungsmittel in die Ernährung integrieren, z. B. Honig, Ahornsirup, Birkenzucker, Kokosblütensirup etc. Natürlich alles in Maßen. Mit diesen natürlichen Zuckern arbeitet die Weiss-Methoden-Küche wahlweise bei den Rezepten. Wenn Sie ein kostenfreies eBook haben möchten, melden sie sich bei uns und wir senden Ihnen ein kostenfreies Rezeptbuch per Mail.

## Machen Sie Ihre Mahlzeiten zur „Quality time“

Um eine Mahlzeit richtig zu verdauen und alle Nährstoffe gut aufzunehmen, sollte unser parasympathisches Nervensystem aktiv sein, das für Ruhe und Erholung sorgt. Wenn unser sympathisches Nervensystem, das für Leistung und Aktivität sorgt, aktiv ist und wir in diesem Zustand essen, kann



unser Körper die Nährstoffe nicht richtig aufnehmen und gut verdauen.

Machen Sie es wie die Franzosen oder Italiener: Zelebrieren Sie Ihre Mahlzeiten als echte Quality time.

Die folgenden Fakten über das Einstellen des Süßigkeiten- und Zuckerkonsums können Ihnen dabei helfen:

- Ihr Immunsystem wird stärker (d. h. weniger Infektionen).
- Magen- und Darmbeschwerden verringern sich und die Verdauung funktioniert besser.
- Ihr Körper nimmt Mineralien und Vitamine besser auf.
- Ihre Konzentrationsfähigkeit steigt.
- Ihre Lebensenergie steigert sich.
- Ihr Schlaf ist tiefer und erfrischender (d. h. Ihnen steht mehr Energie für den Tag zur Verfügung).

## Erfahrungsbericht:

### Mein Mann hat 12 Kilo verloren und ich 5,5 Kilo

Unser neuer Lebensabschnitt, der von meinem Mann und mir, begann am 12.8.2010. Nach einem Weiss-Seminar hat für uns ein neues Leben begonnen. Gesunde Ernährung, mehr Energie und keine schlechten Gedanken, das darf ich nicht, oder auf das muss ich verzichten. Nein, wir haben ehrlich keine Lust mehr auf Produkte mit Zucker. Nutella-Brötchen werden den Kindern zwar gestrichen, aber das Messer abschlecken tun wir nicht mehr. Wir haben auch unsere Essensmengen reduziert dank der Weiss-Methode.



Der Erfolg bis jetzt ist unbeschreiblich und daran sieht man, dass man auch ohne unnötigen Zucker glücklich sein kann.



Mein Mann hat 12 Kilo verloren und bei mir sind es 5,5 Kilo. Und vor allem reduzieren sich auch die Zentimeter um den Körper. Es fällt uns gar nicht schwer, uns gesund zu ernähren. Wer es nicht selbst probiert, kann es nicht glauben, aber es geht leicht und wir sind überglücklich und machen so weiter. Wir können nur raten, selbst diesen Schritt zu machen, es lohnt sich. Wanda und Stefan B.

Endlich Schluss mit der Sucht!

**Zuckerfrei**  
Rauchfrei  
Leben ohne Alkohol  
Einfach Abnehmen

Behandlungstage in  
**Eckernförde**  
und in  
**Hamburg**

Infos und Anmeldung:  
**04351 - 482 49 00**

[www.weiss-institut.de](http://www.weiss-institut.de)





# KALENDER im September KALENDER

## September

01.09., Altenholz

Öffentliches Channeling mit Christiane Larissa Apel  
20–21.30 Uhr, Ausgleich 20 €, Anmeldung erforderlich. Kontakt: info@larissa-apel.de, Tel.: 0431 88784981, www.larissa-apel.de

03.09., Jörl

Treffen der Schamanischen Heilkünstler,  
19 Uhr, Praxis für Energieheilung, Jürgen und Bettina Dahlke, Paulsgabe, 24992 Jörl, 12 €. Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

04.09., Eckernförde

Offener Singkreis  
19–21 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr.4, 24340 Eckernförde (Ort u. Vorbehalt, siehe Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

05.09., Hürup

Workshop „Aku-Taping“ Grundkurs  
10–16 Uhr, 150 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

05.–06.09., Hürup

Seminar „Fußreflexzonen-therapie“,  
10–17 Uhr/10–14 Uhr, 260 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

06.09., Hasselberg

Seminar „Die Ernte des Sommers – Früchte und Beeren in Garten und Knick“. Apfel, Holunder, Hagebutte, Schlehe, Mispel, Himbeere und Brombeere sind bei uns in vielen Gärten, Knicks und Wäldern zu finden. Ihnen werden wir uns an diesem Vormittag ausführlich widmen. 10–14 Uhr, ALCHEMILLA

Heilpflanzenseminare und Kräuterwerkstatt. Kontakt: Maren Axt, Tel.: 04643 186928, alchemilla@maren-axt.de

06.09., Aschau

Geomantie-Tagesseminar „Das Meer und das Land“,  
10–16.30 Uhr, 80 €, Kontakt: Maïke Wolfgramm, 01522 9847233, maïke.wolfgramm@yahoo.de, geomantie-kiel-schleswig-holstein.de

08.09., Hürup

Info-Abend im ascendium,  
19 Uhr, kostenfrei, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

09.09., Giekau

Wandlungsgruppe für eine neue Zeit. Wir arbeiten gemeinsam zum Thema Bewusstseinswandel, Energieanhebung, aus der Essenz schöpfen und Neues kreieren, 19–21 Uhr, 18 €, Anmeldung erforderlich, Heilpraxis Uta Koepchen, 24321 Giekau, Ölbohm 10, Tel.: 04381 4167159, www.utakoepchen.de

08.09., Kiel

Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft, Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19 Uhr, Raum an der Michaeliskirche, Wulfsbrook 29, 24113 Kiel, 14-tägig, Kosten: 28–32 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 01577 5398645, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

09.09., Kiel

Offener Singkreis, 19.30–21.30 Uhr, Gemeinschaftshaus am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel, (Ort u. Vorbeh. s. Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

10.09., Kosel

BREEMA®: Die Kunst, präsent zu sein

Seminar mit Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. & Breema-Lehrerin), 10.00–12.00 Uhr, Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 15 €, bitte anmelden. Kontakt: cornelia\_weiss@hotmail.com oder Tel.: 04354 8098609, www.cornelia-weiss.de

12.09., Hürup

Workshop „Aromatherapie für Kinder“,  
10–16 Uhr, 110 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

12.–13.09., Jörl

Schamanische Heilkunst, Verbindung zur Natur. Wir lernen auf unterschiedliche Weise, uns mit Bäumen zu verbinden, stellen Salbe her, Ihr erfahrt von Jürgen, wie ein Bienenvolk agiert, könnt Bienenstockluft atmen u. v. m., jew. 10–16 Uhr, Praxis für Energieheilung, Jürgen und Bettina Dahlke, Paulsgabe, 24992 Jörl, 200 bzw. 170 €. Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

13.09., Kiel

Offene Geomantiegruppe Kiel  
10–12.30 Uhr, 10 €, Kontakt: Maïke Wolfgramm, 01522 9847233, maïke.wolfgramm@yahoo.de, geomantie-kiel-schleswig-holstein.de

14.09., Eckernförde

Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“, Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19.30 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 14-tägig, 25–30 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

17.09.–20.09., Hamburg

Ausbildung im Lesen der Akasha Chronik, Do.–Sa. 10 bis ca. 17 Uhr, So. 10–16 Uhr, mit Birgit Uttama Conrad, Zassenhausweg 71, 22589 Hamburg. Infos/Kontakt/weitere Termine: Tel.: 040 41912560, info@birgit-conrad.de, www.birgit-conrad.de

17.09., Jörl

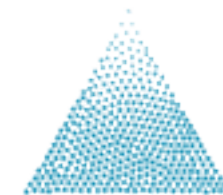
Neumond-Schwestern. Komm zu uns in den Kreis von liebevollen Frauen, die sich gegenseitig unterstützen und Gutes tun, erwecke die Göttin in dir



## Online-Seminar

Unser kostenloses siebenwöchiges Online-Seminar gibt einen Einblick in Lehre und Ziel der Rosenkreuzer

[www.rosenkreuz.de/seminar](http://www.rosenkreuz.de/seminar)



# LOGON

das neue Online-Magazin  
des Goldenen Rosenkreuzes

Wie von der Spitze eines Berges, wirft LOGON einen neuen Blick auf die Entwicklung des Menschen und den Wandel der Gesellschaft im 21. Jahrhundert, der in Religion, Kunst und Wissenschaft sichtbar wird.



[www.logon.media](http://www.logon.media)

**Persönlicher Kontakt**  
**0163 4874680**

Goldenes Rosenkreuz  
Zentrum Kiel  
Andreas Gayk-Str. 23–25  
kiel.info@rosenkreuz.de

[www.rosenkreuz.de](http://www.rosenkreuz.de)

Bitte erfragen Sie bei den angegebenen Adressen, ob und unter welchen derzeit gültigen gesetzlichen Bestimmungen die Termine stattfinden. Wir wünschen unseren Kunden und unseren Lesern eine gesunde und behütete Zeit.

Ihre Dagmar Längert, Redaktion

19 Uhr, Praxis für Energieheilung, Jürgen und Bettina Dahlke, Paulsgabe, 24992 Jörl, 20 €. Kontakt: [www.göttinnen-yoga.de](http://www.göttinnen-yoga.de), Tel.: 04607 253

17.09., Kiel  
Regiotreffen von Shiatsu-PraktikerInnen, Thema: Gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit – Planen/ Organisieren/Durchführen, Erfahrungsaustausch/ Behandlungsaustausch. Infos/Kontakt: Maritta Kuhr-Paulsen, Tel.: 0431 787287, [kuhr.paulsen.shiatsu@gmail.com](mailto:kuhr.paulsen.shiatsu@gmail.com)

18.09., Eckernförde  
Offener Singkreis  
19–21 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr.4, 24340 Eckernförde (Ort u. Vorbehalt, siehe Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendoff, Tel.: 04351 879756, [www.sabinebevendoff.de](http://www.sabinebevendoff.de)

18.09., Bordesholm  
Seminar: Bäume und ihre Heilkräfte, Lindenblüten wirken fiebersenkend, Weidenrinde lindert Schmerzen und Auszüge aus Kastanien haben eine stabilisierende Wirkung auf die Venen. Während dieses Seminars werden wir Heilpflanzen u. a. zu Salben und Tinkturen verarbeiten. Wenn Sie sich für die Verwendung von Rinden, Harzen, Baumblättern und -blüten interessieren, sind Sie herzlich eingeladen, dieses Naturheilkundeseminar zu besuchen, 16–19 Uhr, Kosten: 40 €, Dozentin: Kora Duda, Heilpflanzenschule Kräuterwelten. Anmeldung Tel.: 04322 885633 oder [balance.duda@gmail.com](mailto:balance.duda@gmail.com), [www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de](http://www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de)

22.09., Jörl  
Druidisch-schamanisches Ritual zum Jahreskreisfest der Herbst-Tag-und-Nachtgleiche  
18 Uhr, bitte anmelden, bring eine Kleinigkeit für ein veg. Buffet mit, Praxis für Energieheilung, Jürgen und Bettina Dahlke, Paulsgabe, 24992 Jörl. Kontakt: [www.göttinnen-yoga.de](http://www.göttinnen-yoga.de), Tel.: 04607 253

22.09., Kiel  
Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft  
Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19 Uhr, Raum an der Michaeliskirche, Wulfsbrook 29, 24113 Kiel, 14-tägig, Kosten: 28–32 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 01577 5398645, [kontakt@juergenwillmann.de](mailto:kontakt@juergenwillmann.de), [www.juergenwillmann.de](http://www.juergenwillmann.de)

23.09., Reesdorf  
Wanderung: Früchte des Herbstes im Eidertal  
Die Wildfrüchte schmücken jetzt die Sträucher. Brombeere, Vogelbeere, Holunder, Weißdorn – essbar und gesund oder giftig? Sie erfahren, welche Heilpflanze das Herz und welche die Augen stärkt, wo sich viele Vitamine verstecken und warum die Vogelbeere auch Eberesche heißt. Und wie immer im Herbst: Der Brombeermann und seine Geschichte, 17–19.30 Uhr, Treffpunkt: 24241 Reesdorf, Parkplatz am Eiderweg, Leitung: Kora Duda, Kosten: 10 €, Anmeldung Tel.: 04322 885633 oder [balance.duda@gmail.com](mailto:balance.duda@gmail.com), [www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de](http://www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de)

23.09., Kiel  
Offener Singkreis  
19.30–21.30 Uhr, Gemeinschaftshaus am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel, (Ort u. Vorbeh. s. Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendoff, Tel.: 04351 879756, [www.sabinebevendoff.de](http://www.sabinebevendoff.de)

23.09., online  
Offenes Klangcode Singen  
20 Uhr, kostenlose Veranstaltung. Kontakt: Elisabeth UH. Westermann, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, Tel.: 0173 9086560/04641 5989583, [info@DAO-THA.com](mailto:info@DAO-THA.com), [www.DAO-THA.com](http://www.DAO-THA.com)

26.09., Kosel  
BREEMA® – Das Leben feiern

Seminar mit Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. & Breema-Lehrerin), 18–21 Uhr, Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 25 €, bitte anmelden. Kontakt: [cornelia\\_weiss@hotmail.com](mailto:cornelia_weiss@hotmail.com) oder Tel.: 04354 8098609, [www.cornelia-weiss.de](http://www.cornelia-weiss.de)

26.–27.09., Hürup  
Seminar „Hypnose-therapie“ Aufbaukurs 1  
10–18 Uhr, 3 WE, je WE 240 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, [info@ascendium.de](mailto:info@ascendium.de), [www.ascendium.de](http://www.ascendium.de)

26.–27.09., Hürup  
Seminar „Kiefergelenksbalance“  
10–18.30 Uhr/10–18 Uhr, 284 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, [info@ascendium.de](mailto:info@ascendium.de), [www.ascendium.de](http://www.ascendium.de)

27.09., Schleswig  
Offene Geomantiegruppe Schleswig  
10–12.30 Uhr, 15 €, Kontakt: Maike Wolfgramm, 01522 9847233, [maike.wolfgramm@yahoo.de](mailto:maike.wolfgramm@yahoo.de), [geomantie-kiel-schleswig-holstein.de](http://geomantie-kiel-schleswig-holstein.de)

28.09., Eckernförde  
Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft  
Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19.30 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 14-tägig, 25–30 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, [kontakt@juergenwillmann.de](mailto:kontakt@juergenwillmann.de), [www.juergenwillmann.de](http://www.juergenwillmann.de)

29.09., Süderbrarup  
Klangcode: 7. Regionalveranstaltung „Gruppensession Zirbeldrüse“,  
19 Uhr, Beitrag: 35 €, ermäßigt 28 € pro Person, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d. Kontakt: Elisabeth UH. Westermann, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, Tel.: 0173 9086560/04641 5989583, [info@DAO-THA.com](mailto:info@DAO-THA.com), [www.DAO-THA.com](http://www.DAO-THA.com)

29.09., Kiel  
Seminar: Der Ruf des Lichtes im Menschen  
19.30 Uhr, Tiefgreifende Wandlungen in der Welt beunruhigen uns Menschen und drängen uns zur Suche nach neuen Antworten. Diese Antworten sind bereits in unseren Herzen vorhanden, denn dort liegt als geistiges Prinzip die Möglichkeit zu einem ganz neuen Beginn verborgen. Goldenes Rosenkreuz, Andreas-Gayk-Str. 23–25, Kiel, 0163 4874680, [www.rosenkreuz.de/kiel](http://www.rosenkreuz.de/kiel)

29.09., Flensburg  
Seminar: Der Ruf des Lichtes im Menschen  
19.30 Uhr, Tiefgreifende Wandlungen in der Welt beunruhigen uns Menschen und drängen uns zur Suche nach neuen Antworten. Diese Antworten sind bereits in unseren Herzen vorhanden, denn dort liegt als geistiges Prinzip die Möglichkeit zu einem ganz neuen Beginn verborgen. Aktivitetshuset, Norderstr. 49, Flensburg, 0163 4874680, [www.rosenkreuz.de/kiel](http://www.rosenkreuz.de/kiel)

## Oktober

02.10., Eckernförde  
Offener Singkreis  
19–21 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr.4, 24340 Eckernförde (Ort u. Vorbehalt, siehe Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendoff, Tel.: 04351 879756, [www.sabinebevendoff.de](http://www.sabinebevendoff.de)

**Ihre Quelle  
für Esoterik und Geschenke**

Getrud Bareiss  
Waitzstr. 41 A • 24105 Kiel  
Dienstag-Freitag 9.00-16.00 Uhr  
Samstag 9.00-13.00 Uhr

Bitte erfragen Sie bei den angegebenen Adressen, ob und unter welchen derzeit gültigen gesetzlichen Bestimmungen die Termine stattfinden. Wir wünschen unseren Kunden und unseren Lesern eine gesunde und behütete Zeit.  
Ihre Dagmar Längert, Redaktion

02.–04.10., Hürup  
Seminar „Lomi Lomi Nui Massage“  
16–21 Uhr/2-mal 10–18 Uhr, 285 €, ascendium  
– Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung,  
Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup.  
Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de,  
www.ascendium.de

04.–17.10., Kronsgaard  
Mayr-Kneipp-Kur im Landhaus Ostseeblick in  
Kronsgaard. Kontakt: Naturheilverein Kiel und Um-  
gebung e. V., Königsweg 25, 24103 Kiel, Tel. 0431  
67939672, www.naturheilverein-kiel.de

04.10., Eckernförde  
Mit klarem Blick durch das Jahr 2020  
Astrologische und systemische Aufstellungen für  
deine Potentialentfaltung nutzen, mit Anja Wölk,  
24340 Eckernförde, Tel.: 0172 312298, info@  
anja-woelk.de, www.anja-woelk.de

04.10., Kiel  
Offene Geomantiegruppe Kiel  
10–12.30 Uhr, 10 €. Kontakt: Maïke Wolfgramm,  
01522 9847233, maïke.wolfgramm@yahoo.de,  
geomantie-kiel-schleswig-holstein.de

06.10., Kosel  
BREEMA®: Die Kunst, präsent zu sein  
Seminar mit Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. & Bree-  
ma-Lehrerin), 10.00–12.00 Uhr, Praxis für inneren  
Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 15 €, bitte  
anmelden. Kontakt: cornelia\_weiss@hotmail.com  
oder Tel.: 04354 8098609. www.cornelia-weiss.de

06.10., Altenholz  
Öffentliches Channeling mit Christiane Larissa Apel  
20–21.30 Uhr, Ausgleich 20 €, Anmeldung erfor-  
derlich. Kontakt: info@larissa-apel.de, Tel.: 0431  
88784981, www.larissa-apel.de

06.10., Kiel  
Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft

Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und  
Austausch für Männer, 19 Uhr, Raum an der Mi-  
chaeliskirche, Wulfsbrook 29, 24113 Kiel, 14-tägig,  
Kosten: 28–32 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann,  
Tel.: 01577 5398645, kontakt@juergenwillmann.de,  
www.juergenwillmann.de

06.10., Kiel  
Seminar: Das Vergängliche und das Ewige im  
Menschen  
19.30 Uhr, Weisheitslehrer aller Zeiten erinnern die  
Menschen an ihren göttlichen Ursprung. Der Grund-  
gedanke dieser „Lichtlehren“ – von Zarathustra,  
Buddha, Krishna, von den Gnostikern oder Urchris-  
ten – zeigt die Existenz zweier Schöpfungsfelder  
auf. Goldenes Rosenkreuz, Andreas-Gayk-Str.  
23–25, Kiel, 0163 4874680, www.rosenkreuz.de/kiel

07.10., Flensburg  
Seminar: Das Vergängliche und das Ewige im  
Menschen  
19.30 Uhr, Weisheitslehrer aller Zeiten erinnern  
die Menschen an ihren göttlichen Ursprung. Der  
Grundgedanke dieser „Lichtlehren“ – von Zarathu-  
stra, Buddha, Krishna, von den Gnostikern oder  
Urchristen – zeigt die Existenz zweier Schöpfung-  
felder auf. Aktivitätshuset, Norderstr. 49, Flensburg,  
0163 4874680, www.rosenkreuz.de/kiel

07.10., Kiel  
Offener Singkreis  
19.30–21.30 Uhr, Gemeinschaftshaus am Moor-  
wiesengraben 22, 24113 Kiel, (Ort u. Vorbeh. s.  
Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendorff,  
Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

09.10., Jörl  
Treffen der Schamanischen Heilkünstler  
19 Uhr, Praxis für Energieheilung, Jürgen und  
Bettina Dahlke, Paulsgabe, 24992 Jörl, 12 €.  
Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

09.–11.10., online  
Klangcodeseminar: Ausbildungskurs für die Arbeit  
an der Zirbeldrüse bei Mensch und Tier  
9.10. 10 Uhr bis 11.10. 16 Uhr, regulärer Preis 390  
€, vergünstigter Preis 280 € wegen Corona.  
Kontakt: Elisabeth UH. Westermann, DAO-THA  
Klangcode Akademie, Atlas in Balance, 24392  
Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, Tel.: 0173  
9086560/04641 5989583, info@DAO-THA.com,  
www.DAO-THA.com

11.10., Geltinger Birk  
Geomantie-Tagesseminar „Die Urkräfte“  
10–16.30 Uhr, 80 €. Kontakt: Maïke Wolfgramm,  
01522 9847233, maïke.wolfgramm@yahoo.de,  
geomantie-kiel-schleswig-holstein.de

12.10., Eckernförde  
Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft  
Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und  
Austausch für Männer, 19.30 Uhr, ImPulse Seminar-  
haus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 14-tägig, 25–30  
€/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 04351  
768222, kontakt@juergenwillmann.de,  
www.juergenwillmann.de

13.10., Kiel  
Seminar: Der Mensch – ein vielschichtiges Wesen  
19.30 Uhr, Der Mensch ist eine komplexe Welt  
im Kleinen – empfänglich für die verschiedenen  
Energien und Vibrationen. Grobstoffliches und  
Feinstoffliches, Sterbliches und Unsterbliches,  
Gegenwart und uralte Vergangenheit durchdringen  
sich. Goldenes Rosenkreuz, Andreas-Gayk-Str.  
23–25, Kiel, 0163 4874680, www.rosenkreuz.de/kiel

14.10., Flensburg  
Seminar: Der Mensch – ein vielschichtiges Wesen  
19.30 Uhr, Der Mensch ist eine komplexe Welt  
im Kleinen – empfänglich für die verschiedenen  
Energien und Vibrationen. Grobstoffliches und  
Feinstoffliches, Sterbliches und Unsterbliches,  
Gegenwart und uralte Vergangenheit durchdringen  
sich. Aktivitätshuset, Norderstr. 49, Flensburg, 0163  
4874680, www.rosenkreuz.de/kiel

14.10., Kiel  
Galerie: Peter-H. Volkmann: „Gesunder Darm?  
Gesunder Mensch!“  
Naturheilverein Kiel und Umgebung e.V.,  
Königsweg 25, 24103 Kiel, Tel. 0431 67939672,  
www.naturheilverein-kiel.de

14.10., Giekau  
Wandlungsgruppe für eine neue Zeit  
Wir arbeiten gemeinsam zum Thema Bewusst-  
seinswandel, Energieanhebung, aus der Essenz  
schöpfen und Neues kreieren, 19–21 Uhr, 18 €,  
Anmeldung erforderlich. Heilpraxis Uta Koepchen,  
24321 Giekau, Ölböhm 10, Tel.: 04381 4167159,  
www.utakoepchen.de

Bitte erfragen Sie bei den angegebenen Adressen, ob und unter welchen derzeit gültigen gesetzlichen Bestimmungen die Termine stattfinden. Wir wünschen unseren Kunden und unseren Lesern eine gesunde und behütete Zeit.  
Ihre Dagmar Längert, Redaktion

**LICHTPUNKTE**

Hier bekommst du  
Bücher zum Thema  
• Yoga • Spiritualität • Gesundheit

• Schmuck • Edelsteine • Kleidung  
• Alles zum Räuchern  
• Feder/schmuck  
• Hexen- und Schamanenkram

Partnerin des Schirmer Verlags und Satraam Versands  
Öffnungszeiten siehe Text.

Bettina Dahlke · Paulsgabe 11 (B 200) · 24992 Jörl  
www.göttinnen-yoga.de

14.10., online  
Offenes Klangcode Singen  
20 Uhr, kostenlose Veranstaltung. Kontakt: Elisabeth UH. Westermann, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, Tel.: 0173 9086560/04641 5989583, info@DAO-THA.com, www.DAO-THA.com

15.10., Kiel  
Regiotreffen von Shiatsu praktikerInnen  
Thema: Gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit/Planen/Organisieren/Durchführen, Erfahrungsaustausch/Behandlungsaustausch. Infos und Kontakt: Maritta Kuhr-Paulsen, Tel.: 0431 787287, kuhr.paulsen.shiatsu@gmail.com

16.10., Eckernförde  
Offener Singkreis  
19–21 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr.4, 24340 Eckernförde (Ort u. Vorbehalt, siehe Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

16.10., Jörl  
Neumond-Schwester. Komm zu uns in den Kreis von liebevollen Frauen, die sich gegenseitig unterstützen und Gutes tun, Verbindung zur großen Mutter und Schwester Lady Gaia.  
19 Uhr, Praxis für Energieheilung, Jürgen und Bettina Dahlke, Paulsgabe, 24992 Jörl, 20 €. Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

17.10., Dollerupholz  
Seminar: „Die Kraft aus den Wurzeln“  
Jetzt ist die Zeit, in der wir Wurzeln ernten und ihre geballte Wirkkraft nutzen können. Wir bestimmen und sammeln verschiedene Heilpflanzen- und Wildkräuterwurzeln, erfahren ihre Zubereitungsart und vielleicht finden wir auch „Zauberwurzeln“, die wir als Amulett nutzen können. 10–14 Uhr, ALCHEMILLA Heilpflanzenseminare und Kräuterwerkstatt.

Kontakt: Tamara Graf, Tel.: 0177 2996495, graf@dollerupholz.de

18.10., Kronshagen  
Tag der Naturheilkunde, „Umwelt bewusst gestalten“, bundesweite Aktionstage  
11–18 Uhr, Gongkonzert mit Martin Bläse – Silberschmiedemeister aus Wangels, Vorträge um 14 Uhr: Smart City von Peter Hensinger aus Stuttgart (diagnose:funk), 16 Uhr: das menschliche Mikrobiom, Stände, Aktionen, Vorträge, Essen. Naturheilverein Kiel und Umgebung e.V., Königsweg 25, 24103 Kiel, Tel. 0431 67939672, www.naturheilverein-kiel.de

18.10., Hürup  
Workshop „Diagnostik mit Bäumen, Farben und Intuition“  
10–17 Uhr, 90 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

20.10., Kiel  
Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft  
Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19 Uhr, Raum an der Michaeliskirche, Wulfsbrook 29, 24113 Kiel, 14-tägig, Kosten: 28–32 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 01577 5398645, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

20.10., Kiel  
Seminar: Auf dem Weg zum Licht  
19.30 Uhr, Wenn wir lernen, die Kräfte und Energien zu unterscheiden, die unser Leben beeinflussen, dann werden wir fähig, uns der wahren Liebe, der „ersten“ Liebe wieder zuzuwenden. Nur aus dem geistigen Urprinzip in unseren Herzen kann diese Unterscheidung gelingen. Goldenes Rosenkreuz, Andreas-Gayk-Str. 23–25, Kiel, 0163 4874680, www.rosenkreuz.de/kiel

21.10., Flensburg  
Seminar: Auf dem Weg zum Licht  
19.30 Uhr, Wenn wir lernen, die Kräfte und Energien zu unterscheiden, die unser Leben beeinflussen, dann werden wir fähig, uns der wahren Liebe, der „ersten“ Liebe wieder zuzuwenden. Nur aus dem geistigen Urprinzip in unseren Herzen kann diese Unterscheidung gelingen. Aktivitätshuset, Norderstr. 49, Flensburg, 0163 4874680, www.rosenkreuz.de/kiel

21.10., Kiel  
Offener Singkreis  
19.30–21.30 Uhr, Gemeinschaftshaus am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel, (Ort u. Vorbeh. s. Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

22.–24.10., online  
Dao-Tha Klangcode Therapie  
Ausbildung zur Arbeit mit Menschen, 22.10. 10 Uhr bis 24.10. 16 Uhr, Preise wie im 1. Halbjahr.  
Kontakt: Elisabeth UH. Westermann, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, Tel.: 0173 9086560/04641 5989583, info@DAO-THA.com, www.DAO-THA.com

22.10.–25.10., Hamburg  
Ausbildung im Lesen der Akasha Chronik  
Do.–Sa. 10 bis ca. 17 Uhr, So. 10–16 Uhr, mit Birgit Uttama Conrad, Zassenhausweg 71, 22589 Hamburg. Infos/Kontakt/ weitere Termine: Tel.: 040

41912560, info@birgit-conrad.de, www.birgit-conrad.de

24.10., Neumünster  
Licht im Moor – eine Wanderung gegen den Herbstblues  
Der Herbst ist da. Morgens ziehen feuchte Nebelschwaden über die Wiesen und Felder. Die Blätter fallen von den Bäumen. Die Tage sind kurz. Kommt Ihnen diese Jahreszeit etwas trist vor? Sie würden gerne Ihre Stimmung aufhellen? Dann kommen Sie mit mir hinaus in die Natur. Ich lade Sie zum Lichtauftanken ins Moor ein. 10–12.30 Uhr, Treffpunkt: Parkplatz am Dosenmoor in 24536 Neumünster, Leitung: Kora Duda, Kosten: 10 €, Anmeldung Tel.: 04322 885633 oder balance.duda@gmail.com, www.heilpflanzen-schule-kraeuterwelten.de

24.–25.10., Rabenholz bei Gelting  
Seminar: Das Heilvermögen des Körpers durch Schwingung entfalten

An zwei Tagen lernen Sie mit zwei Therapeutinnen Ihren Körper mit Schwingung, Meditation und Rhythmus in die Entspannung, ins Gleichgewicht und in die Selbstheilung zu führen. Klangcodes: Atlas- und Wirbelsäule in Balance mit Dagmar Längert, Bewegungsmeditation – Rhythmus, Atem und Entspannung, Biodynamisches Gehen mit Ulrike Wilkening. Seminargebühr 265,- €, Übernachtung im Einzel- und Doppelzimmer möglich. Das Seminar findet auf dem Seminarhof von Bettina von Rosen, Knorr 1 in Rabenholz in der Nähe von 24395 Gelting statt. Infos und Anmeldung bis zum 9. Oktober bei Dagmar Längert, 04641 9862191, kontakt@klangcode.de

24.–25.10., Hürup  
Start Wochenendausbildung „Heilpraktik für Psychotherapie“  
09.30–15.30 Uhr, 220 € je WE, ascendium – Die Neue Schule für

Bitte erfragen Sie bei den angegebenen Adressen, ob und unter welchen derzeit gültigen gesetzlichen Bestimmungen die Termine stattfinden. Wir wünschen unseren Kunden und unseren Lesern eine gesunde und behütete Zeit.  
Ihre Dagmar Längert, Redaktion



**Arbeit mit Klangcodes**

Atlas- und Wirbelsäulenbalancing  
Harmonisierung der Psyche  
Anregung der Selbstheilungskräfte und Zirbeldrüse

Dagmar Längert  
Holm 45 | 24392 Süderbrarup  
kontakt@klangcode.de  
04641 9862191 | 0172 9825298  
www.klangcode.de

# KALENDER im Oktober

Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

24.–25.10., Jörl

Schamanische Heilkunst, Energieheilung  
Wir lernen Löcher in der Auraschicht zu entdecken und zu füllen, lernen wahrzunehmen, wie unsere Energie gerade ist und wie wir sie ggf. anheben können, lernen energetische Verbindungen, die uns nicht mehr dienlich sind, zu kappen, u. v. m., jew. 10–16 Uhr, Praxis für Energieheilung, Jürgen und Bettina Dahlke, Paulsgabe, 24992 Jörl, 200 bzw. 170 €. Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

25.10., Schleswig

Offene Geomantiegruppe Schleswig  
10–12.30 Uhr, 15 €. Kontakt: Maïke Wolfgramm, 01522 9847233, maïke.wolfgramm@yahoo.de, geomantie-kiel-schleswig-holstein.de

26.10., Eckernförde

Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft  
Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19.30 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 14-tägig, 25–30 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

27.10., Kiel

Seminar: Das wahre Lebensziel des Menschen  
19.30 Uhr, Der ursprüngliche Mensch besaß gewaltige schöpferische Gaben, mit denen er die Kräfte der Ursubstanz zu gestalten vermochte. Unsere Hingabe ermöglicht einen tiefgreifenden Verwandlungsprozess, der die „Religio“ erneut zustande kommen lässt. Goldenes Rosenkreuz, Andreas-Gayk-Str. 23–25, Kiel, 0163 4874680, www.rosenkreuz.de/kiel

28.10., Flensburg

Seminar: Das wahre Lebensziel des Menschen  
19.30 Uhr, Der ursprüngliche Mensch besaß gewaltige schöpferische Gaben, mit denen er die Kräfte der Ursubstanz zu gestalten vermochte. Unsere Hingabe ermöglicht einen tiefgreifenden Verwand-

lungsprozess, der die „Religio“ erneut zustande kommen lässt. Aktivitätshuset, Norderstr. 49, Flensburg, 0163 4874680, www.rosenkreuz.de/kiel

30.10., Eckernförde

Offener Singkreis  
19–21 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr.4, 24340 Eckernförde (Ort u. Vorbehalt, siehe Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

31.10., Kosel

BREEMA® – Das Leben feiern  
Seminar mit Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. & Breema-Lehrerin), 14.00–18.30 Uhr, Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 35 €, bitte anmelden. Kontakt: cornelia\_weiss@hotmail.com oder Tel.: 04354 8098609, www.cornelia-weiss.de

31.10.–01.11., Hürup

Seminar „Psychokinesiologie“  
09.30–17.30 Uhr, 280 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

31.10.–01.11., Hürup

Seminar „DETOX – Reinigen, Entgiften, Ausleiten“  
10–17 Uhr, 230 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

## November

01.11., Jörl

Druidisch-schamanisches Ritual zum Jahreskreisfest Samhain  
18 Uhr, bitte anmelden, bring eine Kleinigkeit für ein veg. Buffet mit, Praxis für Energieheilung, Jürgen und Bettina Dahlke, Paulsgabe, 24992 Jörl, Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

01.11., Kiel

Offene Geomantiegruppe Kiel  
10–12.30 Uhr, 10 €, Kontakt: Maïke Wolfgramm, 01522 9847233, maïke.wolfgramm@yahoo.de, geomantie-kiel-schleswig-holstein.de

# KALENDER November

03.11., Hürup

Vortrag „Epigenetik“ mit Silke Köstens  
19 Uhr, kostenfrei, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

03.11., Hürup

Start der Ausbildung „Ganzheitliche Gesundheitsberatung“  
2-mal monatlich 9–11.30 Uhr, 90 € monatlich, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

03.11., Altenholz

Öffentliches Channeling mit Christiane Larissa Apel  
20–21.30 Uhr, Ausgleich 20 €, Anmeldung erforderlich. Kontakt: info@larissa-apel.de, Tel.: 0431 88784981, www.larissa-apel.de

03.11., Kiel

Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft  
Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19 Uhr, Raum an der Michaeliskirche, Wulfsbrook 29, 24113 Kiel, 14-tägig, Kosten: 28–32 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 01577 5398645, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

03.11., Kiel

Seminar: Helfende Kräfte auf dem Befreiungsweg  
19.30 Uhr, Es gibt eine universelle Bruderschaft, die der Menschheit hilft, den nächsten Schritt der Entwicklung zu vollziehen: ein erleuchtetes Seelenbewusstsein zu entfalten, das für die Eindrücke und Schwingungen der göttlichen Welt vollkommen offen ist. Goldenes Rosenkreuz, Andreas-Gayk-Str. 23–25, Kiel, 0163 4874680, www.rosenkreuz.de/kiel

04.11., Flensburg

Seminar: Helfende Kräfte auf dem Befreiungsweg  
19.30 Uhr, Es gibt eine universelle Bruderschaft, die der Menschheit hilft, den nächsten Schritt der Entwicklung zu vollziehen: ein erleuchtetes Seelenbewusstsein zu entfalten, das für die Eindrücke und Schwingungen der göttlichen Welt vollkommen offen



„Jede Krankheit  
basiert auf Energiemangel!“  
0172 4360491

[www.institut-lebensfreude.eu](http://www.institut-lebensfreude.eu)

**Alles ist möglich**

Bianca und Michael Rochelmeyer  
Satower Weg 16  
24357 Götheby-Holm  
Tel. 04354 996910  
info@alles-ist-moeglich.eu

[www.alles-ist-moeglich.eu](http://www.alles-ist-moeglich.eu)



ist. Aktivitetshuset, Norderstr. 49, Flensburg, 0163 4874680, [www.rosenkreuz.de/kiel](http://www.rosenkreuz.de/kiel)

04.11., Kiel

Offener Singkreis

19.30–21.30 Uhr, Gemeinschaftshaus am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel, (Ort u. Vorbeh. s. Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, [www.sabinebevendorff.de](http://www.sabinebevendorff.de)

04.11., Kiel

Tempeldienst

19.45 Uhr, Goldenes Rosenkreuz, Andreas-Gayk-Str. 23–25, Kiel, 0163 4874680, [www.rosenkreuz.de/Kiel](http://www.rosenkreuz.de/Kiel)

07.11., Hürup

Tagesworkshop „Immunsystem – Wie bleiben wir gesund?“

10–16 Uhr, 110 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, [info@ascendium.de](mailto:info@ascendium.de), [www.ascendium.de](http://www.ascendium.de)

07.–8.11., Hürup

Seminar „Reiki Grad 1“

10–18 Uhr, 230 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, [info@ascendium.de](mailto:info@ascendium.de), [www.ascendium.de](http://www.ascendium.de)

07.–8.11., Hürup

Start der Weiterbildung „Systemische Gesprächsführung“

09–17 Uhr/10–16 Uhr, 6 WE, 220 € je WE, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, [info@ascendium.de](mailto:info@ascendium.de), [www.ascendium.de](http://www.ascendium.de)

07.–08.11., Kiel

Geomantie-Jahresgruppe, Transformation I

10–16.30 Uhr, Waldhaus in Kiel, Kontakt: Maike

Wolfgramm, 01522 9847233, [maike.wolfgramm@yahoo.de](mailto:maike.wolfgramm@yahoo.de), [geomantie-kiel-schleswig-holstein.de](http://geomantie-kiel-schleswig-holstein.de)

08.11., Hürup

Workshop „Psychosomatik – Wenn dein Körper zu dir spricht“

10–17 Uhr, 120 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, [info@ascendium.de](mailto:info@ascendium.de), [www.ascendium.de](http://www.ascendium.de)

08.11., Bokel

Seminar: Heilpflanzen zur Stärkung der Abwehrkräfte

Sie lernen einige Heilpflanzen kennen, die das Immunsystem stabilisieren und dadurch vor Erkältungskrankheiten schützen können. Einige von diesen Pflanzen finden Verwendung in der Küche, z.B. Meerrettich, Knoblauch und Zwiebel, andere wachsen und gedeihen im Kräuterbeet. Gekonnt und gezielt eingesetzt entfalten sie eine therapeutische Wirkung und werden sogar als pflanzliche „Antibiotika“ bezeichnet, 09.30–13.30 Uhr, Kosten: 40 €, Dozentin: Kora Duda, Heilpflanzen- und Kräuterwelten. Anmeldung Tel.: 04322 885633 oder [balance.duda@gmail.com](mailto:balance.duda@gmail.com), [www.heilpflanzen-schule-kraeuterwelten.de](http://www.heilpflanzen-schule-kraeuterwelten.de)

09.11., Eckernförde

Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19.30 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 14-tägig, 25–30 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, [kontakt@juergenwillmann.de](mailto:kontakt@juergenwillmann.de), [www.juergenwillmann.de](http://www.juergenwillmann.de)

10.11., Hürup

Info-Abend im ascendium

19 Uhr, kostenfrei, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr.

57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, [info@ascendium.de](mailto:info@ascendium.de), [www.ascendium.de](http://www.ascendium.de)

10.11., Kiel

Seminar: Der Schüler im Kraftfeld der Geistesschule 19.30 Uhr, Gerufen von der Sehnsucht der Präerinnerung, gedrängt von der ersten Einsicht in die tieferen Zusammenhänge seines Lebens, kann sich der suchende Mensch in einen Geist-Seelembewussten Menschen verwandeln. Goldenes Rosenkreuz, Andreas-Gayk-Str. 23–25, Kiel, 0163 4874680, [www.rosenkreuz.de/kiel](http://www.rosenkreuz.de/kiel)

11.11., Flensburg

Seminar: Der Schüler im Kraftfeld der Geistesschule 19.30 Uhr, Gerufen von der Sehnsucht der Präerinnerung, gedrängt von der ersten Einsicht in die tieferen Zusammenhänge seines Lebens, kann sich der suchende Mensch in einen Geist-Seelenbewussten Menschen verwandeln. Aktivitetshuset, Norderstr. 49, Flensburg, 0163 4874680, [www.rosenkreuz.de/kiel](http://www.rosenkreuz.de/kiel)

11.11., Giekau

Wandlungsgruppe für eine neue Zeit

Wir arbeiten gemeinsam zum Thema Bewusstseinswandel, Energieanhebung, aus der Essenz schöpfen und Neues kreieren, 19–21 Uhr, 18 €, Anmeldung erforderlich. Heilpraxis Uta Koepchen, 24321 Giekau, Ölböhm 10, Tel.: 04381 4167159, [www.utakoepchen.de](http://www.utakoepchen.de)

11.11., online

Offenes Klangcode Singen

20 Uhr, kostenlose Veranstaltung. Kontakt: Elisabeth UH. Westermann, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, Tel.: 0173 9086560/04641 5989583, [info@dao-tha.com](mailto:info@dao-tha.com), [www.DAO-THA.com](http://www.DAO-THA.com)

12.11.–15.11., Hamburg

Ausbildung im Lesen der Akasha Chronik

Do.–Sa. 10 bis ca.17 Uhr, So. 10–16 Uhr, mit Birgit Uttama Conrad, Zassenhausweg 71, 22589 Hamburg. Infos/Kontakt/weitere Termine: Tel.: 040 41912560, [info@birgit-conrad.de](mailto:info@birgit-conrad.de), [www.birgit-conrad.de](http://www.birgit-conrad.de)

13.11., Eckernförde

Offener Singkreis

19–21 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr.4, 24340 Eckernförde (Ort u. Vorbehalt, siehe Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, [www.sabinebevendorff.de](http://www.sabinebevendorff.de)

14.11., Hasselberg

Seminar: „Gewürze für Leib und Seele“

Wir lernen an diesem Seminarvormittag Gewürze aus aller Welt mit allen Sinnen und ausführlich kennen und verwenden sie in einem praktischen Teil, 10–14 Uhr, ALCHEMILLA Heilpflanzenseminare und Kräuterwerkstatt. Kontakt: Maren Axt, Tel.: 04643 186928, [alchemilla@maren-axt.de](mailto:alchemilla@maren-axt.de)

14.–15.11., Jörl

Schamanische Heilkunst, Runenmagie

Wir stellen ein eigenes Runenset her, weihen es, fühlen in jede Rune hinein und lernen verschiedene Arten der Deutung kennen, jew. 10–16 Uhr, Praxis für Energieheilung, Jürgen und Bettina Dahlke, Paulsgabe, 24992 Jörl, 200 bzw. 170 €. Kontakt: [www.göttinnen-yoga.de](http://www.göttinnen-yoga.de), Tel.: 04607 253

14.–15.11., Giekau

Ausbildung Quantenheilung – Basiswochenende Heilpraxis Uta Koepchen, 24321 Giekau, Ölböhm 10, Tel.: 04381 4167159, [www.utakoepchen.de](http://www.utakoepchen.de)

Bitte erfragen Sie bei den angegebenen Adressen, ob und unter welchen derzeit gültigen gesetzlichen Bestimmungen die Termine stattfinden. Wir wünschen unseren Kunden und unseren Lesern eine gesunde und behütete Zeit.  
Ihre Dagmar Längert, Redaktion

Das Magazin | 6. Ausgabe 20/21  
Winter | Dezember | Januar | Februar  
*weite Horizonte*  
Neue Wege | Gesundes Leben | Spiritualität

Das Thema der Winterausgabe:

## Stille

Redaktions- und Anzeigenschluss für die  
Herbstausgabe ist der 1. November

Tel. 04641 9862191

[weite-horizonte@laengert-verlag.de](mailto:weite-horizonte@laengert-verlag.de)

17.11., Kiel  
Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft  
Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19 Uhr, Raum an der Michaeliskirche, Wulfsbrook 29, 24113 Kiel, 14-tägig, Kosten: 28-32 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 01577 5398645, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

18.11., Kiel  
Offener Singkreis  
19.30–21.30 Uhr, Gemeinschaftshaus am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel, (Ort u. Vorbeh. s. Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

19.11., Kiel  
Regiotreffen von Shiatsu-PraktikerInnen  
Thema: Gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit – Planen/ Organisieren/Durchführen, Erfahrungsaustausch/ Behandlungsaustausch. Infos/Kontakt: Maritta Kuhr-Paulsen, Tel.: 0431 787287, kuhr.paulsen.shiatsu@gmail.com

19.11., Kiel  
Vortrag von Kerstin Andresen: „Generationenübergreifende Traumatisierung“  
Naturheilverein Kiel und Umgebung e. V., Königsweg 25, 24103 Kiel, Tel. 0431 67939672, www.naturheilverein-kiel.de

20.11., Kosel  
BREEMA® – Das Leben feiern  
Seminar mit Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. & Bree- ma-Lehrerin), 18.00–21.00 Uhr, Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 25 €, bitte anmelden. Kontakt: cornelia\_weiss@hotmail.com oder Tel.: 04354 8098609, www.cornelia-weiss.de

20.–22.11., online  
Klangcode Therapie Ausbildung zur Arbeit am Tier  
20.11. 15 Uhr bis 22.11. 16 Uhr, Preise wie im 1. Halbjahr. Kontakt: Elisabeth UH. Westermann, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, Tel.: 0173 9086560/04641 5989583, info@DAO-THA.com, www.DAO-THA.com

20.–21.11., Hürup  
Seminar „Wirbelsäulentherapie nach Dorn&Breuß“  
16–21 Uhr/10–18 Uhr, 190 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

22.11., Kaltenhofer Moor  
Geomantie-Tagesseminar „Vergehen und Träumen“  
10–16.30 Uhr, 80 €. Kontakt: Maïke Wolgramm, 01522 9847233, maïke.wolgramm@yahoo.de, geomantie-kiel-schleswig-holstein.de

23.11., Eckernförde  
Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft  
Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19.30 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 14-tägig, 25–30 €/Monat. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

24.11., Jörl  
Treffen der Schamanischen Heilkünstler  
19 Uhr, Praxis für Energieheilung, Jürgen und Bettina Dahlke, Paulsgabe, 24992 Jörl, 12 €. Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

27.11., Eckernförde  
Offener Singkreis  
19–21 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr.4, 24340 Eckernförde (Ort u. Vorbehalt, siehe Homepage), 14-tägig. Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

27.–29.11., Hamburg  
ChiYou Eigen-Shiatsu für Rücken, Nacken und Kopf  
Schule für Shiatsu Hamburg, mit Antje Tittelmeier, Infos und Anmeldung unter www.schule-fuer-shiatsu.de

28.11., Hürup  
Workshop „Worte wirken“  
10–16 Uhr, 100 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

28.11., Hürup  
Workshop „Aromatherapie für Senioren“  
10–16 Uhr, 110 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

29.11., Hürup  
Workshop „Alles ist Energie – Erkenntnisse aus der Quantenphysik“  
10–17 Uhr, 110 €, ascendium – Die Neue Schule für Heilpraktik, Bewegung, Weiterbildung, Hauptstr. 57, 24975 Hürup. Kontakt: Tel.: 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

29.11., Schleswig  
Offene Geomantiegruppe Schleswig  
10–12.30 Uhr, 15 €. Kontakt: Maïke Wolgramm, 01522 9847233, maïke.wolgramm@yahoo.de, geomantie-kiel-schleswig-holstein.de

30.11., Kosel  
BREEMA®: Die Kunst, präsent zu sein  
Seminar mit Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. & Bree- ma-Lehrerin), 10–12 Uhr, Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 15 €, bitte anmelden. Kontakt: cornelia\_weiss@hotmail.com oder Tel.: 04354 8098609. www.cornelia-weiss.de

## Regelmäßige Termine

### Montag

Jörl: Kundalini Yoga  
17 Uhr, Einstieg jederzeit möglich, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl. Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

Flensburg: monatlicher Luna Yoga® Kurs  
Beginn der neuen Halbjahresgruppe am 19.10.2020, 18–20 Uhr, Praxis für weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit. Kontakt: Kerstin Rogge, Tel.: 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Lübeck: Aufstellungsabend Neues geistiges Familienstellen – Neue Lösungen finden  
19 Uhr, SoulgyM, Ratzeburger Allee 67a, 23562 Lübeck. Termine: 07.09., 21.09., 05.10., 19.10.,

02.11., 16.11., 30.11., ca. 14-tägig, 80 €. Neue geistige Lebensschule, Schule für „neues geistiges Familienstellen“, www.lebensberatung-eybe.de. Kontakt: Holger Eybe, Anm. Tel.: 04525 5012500, Last-Minute-Anm.: 0160 99680096

Jörl: Göttinnen Yoga  
19 Uhr, Einstieg jederzeit möglich, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl. Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

Eckernförde: Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft  
Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19.30 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 14-tägig, 25-30 €/Monat. Termine: 14.09., 28.09., 12.10., 26.10., 09.11., 23.11.2020. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

### Dienstag

Jörl: Kundalini Yoga  
09 Uhr, Einstieg jederzeit möglich, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl. Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

Silberstedt: 2-wöchentliche Luna Yoga® Kurse bei der VHS, 17.15 Uhr, Anmeldung über die VHS Silberstedt. Kontakt: Kerstin Rogge, Praxis für weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, Tel.: 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Eckernförde: Hatha Yoga mit Brigitte Greiff  
18.30–20 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde. Kontakt: Tel.: 04351 7674833, brigitte.greiff@web.de, www.Yoga-Individuell.net

Ahrensböck: Aufstellungsabend Neues geistiges Familienstellen – Neue Lösungen finden  
19 Uhr, Lichtenstein, Am Goldberg 6, 23623 Ahrensböck-Grebenhagen. Termine: 08.09., 22.09., 27.10., 10.11., 24.11., ca. 14-tägig, 80 €, Neue geistige Lebensschule, Schule für „neues geistiges Familienstellen“, www.lebensberatung-eybe.de. Kontakt: Holger Eybe, Anm. Tel.: 04525 5012500, Last-Minute-Anm.: 0160 99680096

Kiel: Männergruppe Mann Sein in Gemeinschaft Mentaltraining, Meditationen, Inspirationen und Austausch für Männer, 19 Uhr, Raum an der Michaeliskirche, Wulfsbrook 29, 24113 Kiel, 14-tägig, Kosten: 28–32 €/Monat, Termine: 08.09., 22.09., 06.10., 20.10., 03.11., 17.11.2020. Kontakt: Jürgen Willmann, Tel.: 01577 5398645, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

Eckernförde: Stille Meditation (Shine) 20.20–21.20 Uhr, eine halbe Stunde in Stille SEIN, offene Laiengruppe, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde. Kontakt: Ulrich Gappel, Tel.: 04351 7674832, info@impulseseminare.de

## Mittwoch

Eckernförde: Hatha Yoga mit Brigitte Greiff 18.30–20 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde. Kontakt: Tel.: 04351 7674833, brigitte.greiff@web.de, www.Yoga-Individuell.net

Hamburg: Aufstellungsabend Neues geistiges Familienstellen – Neue Lösungen finden 19 Uhr, Tabita-Kirchengemeinde, Griegstr. 1a, 22763 Hamburg-Othmarschen. Termine: 02.09., 16.09., 30.09., 14.10., 28.10., 11.11., 25.11., ca. 14-tägig, 80 €, Neue geistige Lebensschule, Schule für „neues geistiges Familienstellen“, www.lebensberatung-eybe.de. Kontakt: Holger Eybe, Anm. Tel.: 04525 5012500, Last-Minute-Anm.: 0160 99680096

Jörl: Kundalini Yoga 19:30 Uhr, Einstieg jederzeit möglich, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl. Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

Kiel: Offener Singkreis 19.30–21.30 Uhr, Gemeinschaftshaus am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel, (Ort u. Vorbehalt, siehe Homepage). 14-tägig, Termine: 09.09., 23.09., 07.10., 21.10., 04.11., 18.11.2020.

Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

Kiel: Gedankentausch 19.30 Uhr, Goldenes Rosenkreuz, Andreas-Gayk-Str. 23–25, Kiel, spirituelles Gespräch jeden 1. Mittwoch im Monat, www.rosenkreuz.de/kiel

Giekau: Wandlungsgruppe für eine neue Zeit Wir arbeiten gemeinsam zum Thema Bewusstseinswandel, Energieanhebung, aus der Essenz schöpfen und Neues kreieren, jeden 2. Mittwoch im Monat, 19–21 Uhr, 18 €, Anmeldung erforderlich, Termine: 09.09., 14.10., 11.11. Heilpraxis Uta Koepchen, 24321 Giekau, Ölböhm 10, Tel.: 04381 4167159, www.utakoepchen.de

## Donnerstag

Tarp: Wöchentlicher Luna Yoga® in Tarp 16.30–18 Uhr, Einstieg jederzeit möglich, Praxis für weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit. Kontakt: Kerstin Rogge, Tel.: 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Eckernförde: Hatha Yoga mit Brigitte Greiff 17.30–19 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde. Kontakt: Tel.: 04351 7674833, brigitte.greiff@web.de, www.Yoga-Individuell.net

Eckernförde: Aufstellungsabend Neues geistiges Familienstellen – Neue Lösungen finden 19.30 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde. Termine: 24.09., 08.10., 12.11., 80 €, Neue geistige Lebensschule, Schule für „neues geistiges Familienstellen“, www.lebensberatung-eybe.de. Kontakt: Holger Eybe, Anm. Tel.: 04525 5012500, Last-Minute-Anm. Tel.: 0160 99680096

## Freitag

Eckernförde: Hatha Yoga mit Brigitte Greiff 16.30–18 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde. Kontakt: Tel.: 04351 7674833, brigitte.greiff@web.de, www.Yoga-Individuell.net

Eckernförde: Offener Singkreis 19–21 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr.4, 24340 Eckernförde (Ort u. Vorbehalt, siehe Homepage), 14-tägig, Termine: 04.09., 18.09., 02.10., 16.10., 30.10., 13.11., 27.11.2020. Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

## Monatlich

Kiel: Shiatsu-Jahresgruppe Einmal monatlich treffen für 2,5 Stunden zum Behandlungsaustausch, Neuzugänge mit Vorerfahrung erwünscht, Termine und Kosten auf Anfrage. Infos/Kontakt: Maritta Kuhr-Paulsen, Tel.: 0431 787287, kuhr.paulsen.shiatsu@gmail.com

## 2021

Grundausbildung in Heilpflanzenkunde Beginn: 26. März 2021 Die Grundausbildung in Heilpflanzenkunde vermittelt ein umfangreiches Wissen über die Heilpflanzen und ihre Anwendung. Die Teilnehmer\*innen lernen, Heilpflanzen zu bestimmen, sie sachgerecht zu verarbeiten und gemäß ihren therapeutischen Einsatzmöglichkeiten anzuwenden. Die gesamte Ausbildung besteht aus zwei Modulen, die jeweils vier Lerneinheiten umfassen. Der Unterricht findet einmal im Monat statt, beginnt stets am Freitagnachmittag und endet am Sonntag. Veranstalter: Heilpflanzenkunde Kräuterwelten – Kornelia Duda. Anmeldung Tel.: 04322 885633 oder balance.duda@gmail.com, www.heilpflanzenkunde-kraeuterwelten.de

## Kleinanzeigen

### Entspannungsmassagen & Bewegungstherapie:

Neu in Eckernförde: **Fußreflexzonenmassagen, Rhythmische Einreibungen, Strömungsmassagen, Heileurythmie**, Arjana Gertrud Stöcker, Gasstraße 5, 24340 Eckernförde, 04351 7262203, 0179 4694642.

### Shop:

**Ihre Quelle für Esoterik und Geschenke**, Gertrud Bareiss, 24105 Kiel, Waitzstr. 41a, Di.–Fr. 9–16 Uhr, Sa. 9–13 Uhr.

### Unterricht:

**Shiatsu Unterricht für Paare auf der Liege**, auch ohne Vorerfahrung möglich. Grundtechniken der Rücken- und Vorderseite. 3 Termine von jeweils 2 Stunden, Termine nach Vereinbarung, Preis auf Anfrage, Marienbader Str. 21, 24146 Kiel, Telefon: 0431 787287, kuhr.paulsen.shiatsu@gmail.com



### Klangschalen zu verkaufen

Zwei fast neue Klangschalen (für Gelenke/Körperlich 21,5 cm Durchmesser und Kopf/Mental 12 cm Durchmesser) mit zwei Klöppeln (Filz und Leder) und einem Saughalter für die freie Arbeit, Neupreis 220,- € für 160,- € inklusive Versand 0172 9825298.

### Kleinanzeigen aufgeben:

**Private Kleinanzeigen** pro Zeichen 10 Cent

**Geschäftliche Kleinanzeigen** pro Zeichen 15 Cent

Redaktionsschluss 1. November 2020, mediaberatung@laengert-verlag.de

Bitte erfragen Sie bei den angegebenen Adressen, ob und unter welchen derzeit gültigen gesetzlichen Bestimmungen die Termine stattfinden. Wir wünschen unseren Kunden und unseren Lesern eine gesunde und behütete Zeit.  
Ihre Dagmar Längert, Redaktion





**Martina Zeller**  
theta your light

Mit der ThetaHealing®  
Technik in die Freiheit  
Sitzungen & Seminare

Gerne begleite ich dich auf deinem Weg zu mehr Wohlbefinden, Leichtigkeit und Fülle, indem wir gemeinsam deine blockierenden Glaubensmuster erkennen und lösen.



**Martina Zeller**  
Ruhbergstraße 9  
24119 Kronshagen  
Telefon: +49(0)1628989750  
theta@martina-zeller.de  
[www.martina-zeller.de](http://www.martina-zeller.de)

**Neue geistige Lebensschule**  
Systemisch-karmische  
Lebenshilfe aus den  
Erkenntnissen vom  
neuen geistigen  
Familienstellen



**Hamburg / Lübeck / Eckernförde**

- Wochenendworkshop "Wie Liebe gelingt - der Schlüssel zu glücklichen Beziehungen"
- Familienaufstellungen in Gruppen und in Einzelarbeit
- Telefonische Familienaufstellungen
- Jahresausbildung zum "neuen geistigen Familienaufsteller"
- Fortbildung für Familienaufsteller
- Systemisch-karmische Beratung
- Vorträge zum Thema Familienaufstellungen - Schicksal - Karma

**Holger Eybe**  
Bahnhofstraße 5  
23623 Ahrensböök  
04525 - 5012500



[www.neue-geistige-lebensschule.de](http://www.neue-geistige-lebensschule.de)

**Visionäre  
Craniosacral  
Arbeit®** des Milne Instituts

**CRANIAL 1 (C1)**  
DO 3. – SO 6. SEPT. 2020  
mit Christina Krönert

Übersetzung ins Englische  
durch Gabriele von Schroeter



**cranio**  
CRANIO HAMBURG  
Schule der berührenden Künste

Weitere Info und Anmeldung unter: 040 4301885  
[www.cranio-hamburg.de](http://www.cranio-hamburg.de) | [mii@cranio-hamburg.de](mailto:mii@cranio-hamburg.de)

**dōTERRA**  
Wellness Advocate



Wenn Sie Interesse an natürlichen Lösungen zur Verbesserung Ihrer Gesundheit und Ihres Wohlbefindens haben, lernen Sie unsere reinen CPTG-zertifizierten ätherischen Öle und Produkte kennen. Düfte können mehr als nur gut riechen – sie lösen Gefühle in uns aus und können ungeahnte Wirkungen auf Körper, Geist und Seele entfalten. Die besonderen Öle von dōTERRA sind einzigartig in ihrer Qualität und bieten somit schier endlose Einsatzmöglichkeiten – aromatisch, innerlich und äußerlich. Wir, Saskia Beu und Mareile Frei, sind ihre kompetenten Ansprechpartnerinnen rund um den Einsatz der ätherischen Öle.

**Saskia Beu**  
0177 8405422  
beuwulf@aol.com  
[www.frauDuft.com](http://www.frauDuft.com)  
Aroma Coach,  
Aromatouch Trainerin,  
Wellness Advocate

**Mareile Frei**  
0176 43014433  
mareilefrei@gmx.de  
[www.mareilefrei.de](http://www.mareilefrei.de)  
Aroma Coach,  
Yoga Lehrerin  
Wellness Advocate



**Pioniere der Liebe  
Tantra- und Beziehungs-Workshop  
für Einzelpersonen und Paare  
27.-29. November 2020**



Liebe braucht das Vertrauen und den Mut zur Herzöffnung und zur Berührbarkeit. Wandle Dein Beziehungsverhalten von Bedürftigkeit oder Unnahbarkeit zu bedingungsloserer Liebe und nutze das tantrische Feld für Bewusstsein und Heilung von alten Strukturen, um Dich

und Deine Beziehung zu Dir, Deinem Körper und zu Deinem Gegenüber neu zu erfahren.

Ort: 24235 Wendtorf

Kosten: Einzelperson 230,- €, als Paar 400,- €, Frühbucher bis 1.10.: 200,- €/375,- €

Julia Fischer, Heilpraktikerin für Psychotherapie

[www.julia-fischer-therapie.de](http://www.julia-fischer-therapie.de)

**Männergruppe „King of Hearts“**



Neue Männer braucht das Land: Erfahre die Kombination von kraftvoller Männlichkeit, BewusstSEIN und Herz durch intensive Selbsterfahrung (systemische Elemente & Körperarbeit) in einer tragenden Gruppe.

Spüre die ursprüngliche „Brüderlichkeit“ und Deine inneren männlichen Archetypen jenseits von Konkurrenz und Bewertung, weg vom Ego hin zu wahrer Authentizität, der Verbindung zwischen Kopf (Verstand) und Herz (Gefühl) und integriere Deine männlichen und weiblichen Anteile, Beziehungs- & Führungsqualitäten.

**Start: Mi 21. Oktober um 19.15 Uhr**  
(7 Treffen jeweils am 2. oder 3. Mittwoch im Monat). Ort: **Medimaris, 24960 Glücksburg**  
Ausgleich: 40,- € pro Abend

Leitung: Julia Fischer, HP Psych. & männliche  
Gastdozenten – Tel. 0176 24713155

[www.julia-fischer-therapie.de](http://www.julia-fischer-therapie.de)

*Kompetenz | Erfahrung | Vertrauen*

**SANFTE WEGE  
IN DIE INNERE FREIHEIT**

Räume für Entwicklung  
und Transformation

Singen und Stimmtraining

Geführte Pilgerreisen

Coaching

Tools und Skills für Männer



**Jürgen Willmann**

Tel.: 04351 768222

[kontakt@juergenwillmann.de](mailto:kontakt@juergenwillmann.de)

[www.juergenwillmann.de](http://www.juergenwillmann.de)

*Hans Hansen*

**Geomantie  
Seminare**

**Ausbildung**  
ab September 2020



Erfahre an 11 Wochenenden die  
Grundzüge moderner Geomantie.

Erspüre die Qualitäten der Erde,  
begegne den Wesen der Natur

Erlerne das Harmonisieren von  
Häusern und Grundstücken.

Schule Deine Selbsterkenntnis  
und Wahrnehmung.

Förderung mit Weiterbildungsbonus  
Quereinstieg mögl., in Blöcken oder  
einzeln buchbar. 210,- € /250,- € / WE

[www.ImPulseSeminare.de](http://www.ImPulseSeminare.de)

Eckemförde, Gasstr. 5  
04351 7674832

[info@impulseseminare.de](mailto:info@impulseseminare.de)



Kompetenz | Erfahrung | Vertrauen




**Shiatsu**  
**EINFÜHRUNGSKURS**  
 Basiskurs A (2 Wochenenden)  
 11. – 13. und 25. – 27. SEPT 2020  
 oder 20. – 22. NOV und 04. – 06. DEZ 2020

**WEITERFÜHRUNGSKURS**  
 Basiskurs B (2 Wochenenden)  
 06. – 08. und 20. – 22. NOV 2020  
 oder 12. – 14. und 26. – 28. MÄRZ 2021


Mit vielen praktischen Übungen machen Sie an den Wochenenden erste Schritte in die achtsame Berührungsförm Shiatsu.


  
**SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG**  
 Schule der berührungsförmigen Massage  
 Infos & Anmeldung: [www.schule-fuer-shiatsu.de](http://www.schule-fuer-shiatsu.de)  
 040 4301885 | [schule@fuer-shiatsu.de](mailto:schule@fuer-shiatsu.de)

 **Britta Lamp**  
 Mein Angebot für Dich:  
 Kartenlegen  
 nach Lenormand und individuell  
 gerne auch telefonisch

*Raindropmassage*  
*Hausbesuche nach Absprache*  
*Anwendung Ätherischer Öle*  
*Energetisches Heilen*  
 mit geomantischem Ansatz und als  
*Energieheiler*

*Smovey-Coach*  
 Buchung für Einzel-, Gruppen- und  
 Betriebssport  
 Verkauf von Smoveys

 **Britta Lamp**  
 0157 733990954  
 elb14611@outlook.de

 **Seminar:**  
**Das Heilvermögen des Körpers  
 durch Schwingung entfalten**

**Seminar vom 24. bis 25. Oktober 2020 mitten  
 in Angeln im schönen Schleswig-Holstein.**

An zwei Tagen lernen Sie mit zwei Therapeutinnen Ihren Körper mit Schwingung, Meditation und Rhythmus in die Entspannung, ins Gleichgewicht und in die Selbstheilung zu führen. Das Seminar findet auf dem Seminarhof von Bettina von Rosen, Knorr 1 in Rabenholz in der Nähe von 24395 Gelting statt.

**Klangcodes: Atlas- und Wirbelsäule in Balance  
 mit Dagmar Längert**

**Bewegungsmeditation – Rhythmus, Atem und  
 Entspannung, Biodynamisches Gehen  
 mit Ulrike Wilkening**

Seminargebühr 265,- €. Übernachtung im Einzel- und Doppelzimmer möglich. Infos und Anmeldung bis zum 9. Oktober bei Dagmar Längert, 04641 9862191, [kontakt@klangcode.de](mailto:kontakt@klangcode.de)

**Sing your Song -  
 Finde dein Herzenslied**

Ich möchte dich unterstützen, in deine eigene seelische Mitte zu finden. Im Singen, im Sein, im Sagen. Meine Mittel sind Stimm- und Gesangsunterricht, Improvisation, Bewegung, Gespräch. Meine Fähigkeit ist das Lauschen auf dein Lied, sei es äußerlich schon hörbar, oder nicht. Dein Weg ist die Sehnsucht.

 **Klangbewegung -  
 EvaMaria Siebert**

Dipl. Gesangspädagogin  
 BSc Psychologie  
 HP Psychotherapie  
 Musikalische-  
 Prozessbegleitung

Bad Oldesloe  
 Tel: 04531-895743  
[www.klangbewegung.org](http://www.klangbewegung.org)  
[klangbewegung@posteo.de](mailto:klangbewegung@posteo.de)

Als weltweit führender Anbieter von ätherischen Ölen sind wir überzeugt, dass alle Menschen und Tiere das Recht auf Wohlbefinden und ein erfülltes Leben haben. Daher möchten wir allen Menschen die Möglichkeit bieten, die lebensverändernde Kraft der ätherischen Öle auch für sich, seine Tiere und seine Familie zu nutzen. Ätherische Öle in dieser Qualität sind ausgezeichnete Begleiter, um Dein volles Potenzial auf allen Ebenen zu entfalten.



## Anja Schnoor

**Körperliches und emotionales Wohlbefinden sind feste Partner. Das eine geht nur mit dem anderen. Ganzheitlich den**

**Körper, die Seele und den Geist zu betrachten, zu verstehen und zu verbinden, ist unbedingt nötig, um Gesundheit und Wohlbefinden auf allen Ebenen zu erzielen. Und nur in einem ganzheitlichen Wohlbefinden ist es möglich, sein volles Potenzial zu entfalten.**

Ich gebe intuitive Massagen und energetische Behandlungen (SatNamRasayan) und begleite meine gesamte Arbeit mit den zauberhaften Pflanzenseelen. Ich bin von Herzen unabhängige Vertriebspartnerin von Young Living, weil ich davon überzeugt bin, dass jeder Mensch auf der Welt wissen sollte, wie wirksam und wichtig es für die Gesundheit ist, sich wieder mit der Natur zu verbinden. Ich begleite, berate und kläre über die Benutzung von ätherischen Ölen auf. Du findest mich außerdem in den sozialen Medien (Facebook und Instagram) und ich gebe auch online Webinare.

Flow Love Life  
Anja und Helge Schnoor Gbr  
anja-schnoor@t-online.de  
0170 1691996  
Young Living ID 3389548



## Regina Tybussek

**Ich bin Regina Tybussek, Aromaeexpertin. Eine progressive Muskeldystrophie verbindet mich seit dem Jahr 2000 mit meinem Rollstuhl.**

**Bis 2012 war ich voll berufstätig als Zahntechnikerin, doch weitere Schicksalsschläge ließen mich den Beruf an den Nagel hängen.**

2016 kamen die ätherischen Öle von Young Living in mein Leben und gaben mir eine völlig neue Richtung. Denn nicht nur die Öle und die anderen Produkte, die alle auf ätherischen Ölen basieren, haben mich in ein ganz neues Bewusstsein geführt, sondern es ermöglicht mir, ein passives oder, wenn gewünscht, ein volles Einkommen zu erzielen und das von zu Hause aus!

Es ist mir zur Herzensangelegenheit geworden, Menschen in meiner Situation und natürlich auch alle anderen an die Hand zu nehmen und zu zeigen, was alles möglich ist.

Ich lade zu gemütlichen Aroma-Nachmittagen/-Abenden ein, wo Du Dich auf Duftreisen begeben kannst. In Workshops zeige ich Dir, wie vielfältig ätherische Öle sein können und was Du alles selbst herstellen kannst.

Wir können uns online treffen, auf Facebook und Instagram bin ich präsent.

Ich freue mich auf Dich:  
Regina Tybussek, Mobil: 0174 5976345  
E-Mail: regina.tybussek@gmail.com  
Young Living ID 10551963



## Anja Wölk

**„Da gibt es eine Stimme, die keine Worte benutzt – höre ihr zu.“ Rumi**

Sicherlich kennst Du das ...  
Plötzlich weißt Du Deinen nächsten Schritt.  
Plötzlich fühlst Du, was zu tun ist.  
Plötzlich hast du eine „Eingebung“ und kannst handeln.

Es öffnen sich die Seins-Ebenen (mental, physisch, psychisch und spirituell) und der Zugang zu dem Inneren ist möglich.

Die Zeit wird immer hektischer und stressiger und viele Menschen verlieren sich und sind gestresst. Die innere Stimme und die Intuition zu hören, ist eine Herausforderung und das ist möglich.

In meiner täglichen Arbeit als Wegbegleiterin der Neuen Zeit weiß ich, dass ich meiner Intuition und „Anbindung zum Höheren Selbst“ (zum Göttlichen in mir) vertrauen kann. Gedanken, Fragen, und Handlungen „fließen durch mich hindurch“ und das unterstützt die Transformation der Probleme und Schwierigkeiten meiner Kunden.

Täglich still werden und achtsam mit sich sein ist eine Entscheidung.

Ätherische Öle und veredelltes Trinkwasser unterstützen meine Arbeit positiv und die reinen Pflanzenseelen werden oftmals intuitiv gewählt. Ich begleite und berate über die Anwendung von ätherischen Ölen und kombiniere in Workshops auch gerne den Duft mit dem Klang.

Als ganzheitliche Wegbegleiterin freue ich mich auf Dich.

Anja Wölk  
Wege zur Balance  
0172 4312298  
kontakt@wege-zur-balance.sh  
www.wege-zur-balance.sh  
Young Living ID 11995477



## Finja Lüdtkke

**Ich bin Finja Lüdtkke, bin een plattdütsche Nordfriesen-Deern. Schon von klein auf an bin ich mit Pferden aufgewachsen. Sie haben mein Herz erobert und begleiten mich schon mein ganzes Leben lang.**

Seit 2018 begleiten mich die Pflanzenseelen von Young Living. Für mich ist es sehr wichtig, sich und auch sein Pferd mit der Kraft der Natur zu begleiten. Denn auch Pferde und ätherische Öle harmonieren wunderbar miteinander. Ich durfte die Raindrop Technique® für Mensch und Tier erlernen. Bei dieser Technik werden neun ätherische Kräuteröle und Ölmischungen mit einer gezielten Massagetechnik in den Körper eingearbeitet.

Diese Technik unterstützt den Körper und den Geist, in Balance und Harmonie zu gelangen. Es ist somit eine wundervolle Wellness-Massage – für uns Menschen und auch für unsere Pferde. Mich hat die Reaktion meiner Stute zutiefst berührt, so dass ich diese wundervolle Technik auch anderen Pferden geben möchte, um sie zu verwöhnen und in Balance und Kraft zu bleiben.

Möchtest Du deinem Pferd etwas Gutes tun und es mit einer wohltuenden Wellness-Massage verwöhnen lassen?

Finja Lüdtkke  
F.luedtke89@web.de  
0151 21668250  
Young Living ID: 14020167

## Natur und Inspiration

Wir waren fünf Geschwister. Wann immer es ging, verbrachten wir die Zeit in unserer grünen Hütte direkt an der Schlei. Unten die Missunder Enge, oberhalb die Kiesgrube und dazwischen die Kühe von Bauer Piepgras. Mehrere Hektar ursprüngliche Angeliter Landschaft. Und wir mittendrin. Ein Brunnen mit Schwengelpumpe für Mensch und Tier, Plumpsklo, Seegrasmatratzen, Petroleumlampen, kein Strom und keine unmittelbaren Nachbarn.

Hört sich romantisch an, doch es war einfach unsere gewohnte Wirklichkeit – meist elternfreie Zone. Rückzugsort von der unfassbaren Welt der Erwachsenen. Heute undenkbar.

Wir hatten tierischen Respekt vor den Elementen. Sie griffen alle nach uns. Bei starkem Ostwind knarrten und rauschten die großen Buchen wie

Ungeheuer rund ums Haus. Hatte der Sturm genug Ausdauer, verirrten sich deutsche Ohrenquallen zu uns. Das war ein Riesenspaß: die Schwestern mit Quallenpudding bewerfen.

Auch die Erde konnte gefährlich sein, vor allem die Kiesgrube. Wenn der Hang rutschte, nahm er dich mit. Oder die Blitze, die den Schäfer auf Kieffoot erwischt hatten. Aber am schlimmsten war es für uns Kinder, wenn in der Nähe Menschen ertranken und wir wussten, dass die Wasserleichen nach zehn Tagen wieder auftauchen mussten.

Alles war ganz dicht beieinander: Sonne und Wolken, Erde und Himmel, Wasser und Feuer, Licht und Schatten. Auch wenn die Angst uns immer begleitete, so strolchten wir doch mit kindlicher Abenteuerlust durch die Natur und vergaßen uns. Höhlen bauen, Versteck spielen, auf Bäume klettern, in der Schlei schwimmen, tauchen, toben. Rüber rudern ans andere Ufer, wo die Freunde waren. Segeln im Opti zu dritt. Und all die Mutproben: Wer traut sich über die Koppel mit den Jungbullen?

Einmal, als wir bei strömendem Regen so schnell rannten, wie wir nur konnten, schlug ein Blitz vor uns ein. Alles erstarrte. Wir auch. Mitten im Lauf. Wie angehoben verharren wir für eine unendliche Sekunde in der Luft. Die Welt erglühte weiß. Bis der Donner kam und uns zu Boden schleuderte. Wie ausgespuckt berappelten wir uns wieder. Rannten immer weiter. Alles ohne Worte. Was geschah, gehörte dazu.



von Frank Hubert Rahdes  
Geomant, Tier-Mensch-Synergetiker  
und Naturschützer

Als Jüngster erlebte ich die Natur in diesen frühen Jahren besonders intensiv. Ich entwickelte ein Gespür für das Licht mit all seinen unendlichen Schattierungen, die mein Gemüt ergriffen. Bei Sonnenschein lachten die Kühe, die Blumen und der Himmel. Auch in mir erstrahlte etwas. Eine einzige dicke Wolke konnte die ganze Welt verdunkeln und eine Böe die ganze Schlei. Schien der Mond mit Kraft, war alles eingetaucht in zähes, milchiges Licht – dunkel und hell zugleich. Sowieso lauerten in der Dämmerung überall Ungetüme und es war gut, nicht allein zu sein. Bei Westwind tanzten die Bäume mit dem Schilf um die Wette. Unterm Hollerbusch machte es zuweilen husch, husch, husch ... Da tanzten nicht nur die Libellen. Jeder Platz war eine eigene Welt. Je nach Wetter- und Stimmungslage wusste ich genau, wo ich gut aufgehoben war.

Natürlich hatten wir keine Begriffe für all das Wesenhafte und Magische. Es war genauso selbstverständlich wie das morgendliche Wasserpumpen für die Kühe, das wöchentliche Lochbuddeln für die Leerung des Fäkalienbottichs oder die tägliche Ration Haferflocken mit Milch.

Je näher das Größerwerden rückte, desto mehr entfernte ich mich vom reinen Empfinden.

Das Verstehen, das Einordnen, das In-Worte-Packen wurde wichtiger. Je mehr Wissen ich ansammelte, desto mehr Kontrolle schien möglich. Das Dunkle und Beängstigende verlor an Macht. Dafür wurde ich mächtiger. Immer öfter traute ich mich, allein loszuziehen. Ruderte ins Schilf, legte meine erste Angel aus. Mittendrin konnte ich vom Schwansener Ufer aus die Rufe der Preußen und Österreicher hören, die in der Böschung auf Schussweite mit den dänischen Truppen lagen, damals im deutsch-dänischen Krieg. Das war auch als Heranwachsender normal für mich, hatten die Menschen hier doch überall ihre Spuren hinterlassen. Abdrücke ihres Seins, die genauso spannende Geschichten erzählen konnten, wie einst die Steine, Pflanzen und Tiere. Und nicht zu vergessen Nis Puck, den Zwerg. Oder war es Ekke Nekkepen? Genau weiß ich das nicht mehr.

Was ich aber mit Sicherheit weiß, ist, dass meine Kindheit in der Natur etwas in mir ausgeprägt hat, was mir mein Leben lang zugutekommt. Als Erwachsener glaube ich, dafür Begriffe zu haben. Da ist erst einmal der Instinkt. Das Riechen des

### geovitale

Praxis für

- Geomantie
- Tier-Mensch-Synergie
- Feinstoffliches Naturerleben



Frank Hubert Rahdes  
Dorfstr. 19  
D-24409 Stoltebüll

+49 (0)170 4893299  
rahdes@web.de  
www.geovitale.com



herannahenden Sturmes. Das Vorausfühlen des Strömungsabbrisses vor der Untiefe. Es ist jenes Witternkönnen, das uns mit den wildlebenden Tieren verbindet.

Dieses auch in uns angelegte animalische Geschick erweitert sich in Situationen, die weniger von Bedrohung bestimmt sind als von Vertrauen und Zuversicht, in so etwas wie eine natürliche Intuition:

Wenn du wach bist in der Natur, spürst du klar und selbstverständlich, es zieht dich hin in diese Kuhle dahinten oder unter den Baum da vorne. Folgst du dieser Eingebung, so wirst du gefunden von Orten und Wesen, die dir mehr geben können als jedes Smartphone – Berührung mit der Anderswelt.

Wenn du wach bist in der Natur, spürst du, das Tier da am Waldrand richtet seine innere Aufmerksamkeit auf dich. Es bietet an, in Kontakt zu treten – mit dir. Ja wirklich, es meint dich. Folgst du der Eingebung, schenkt das Tier dir womöglich seine Hingabe. Es öffnet sich ein Raum für neue Begegnungen.

Wenn du wach bist, wie es deiner Natur entspricht, spürst du, dass es noch einen Augenblick des Wartens bedarf und es kommt der Mensch um die Ecke, der dein Herz erfreut.

*Ja, für mich bedeutet Intuition Herzenssinn – die Fähigkeit und den Mut zu haben, mit dem Herzen zu lauschen und dem Gesang des Lebens zu trauen.*

In diesem Sinne begleite ich heute Menschen, Tiere und andere Wesen dabei, sich gegenseitig wahrzunehmen, sich – wenn gewollt – zu berühren, zu verständigen, miteinander zu spielen, voneinander zu lernen, gemeinsam zu tanzen oder in die Stille zu gehen.

Wer sich ermutigen lassen möchte, seiner eigenen Intuition mehr zu trauen, kann dazu in den folgenden Tagesseminaren mehr erleben:

**Samstag, 12.09.2020**

**Tier-Mensch-Synergie**

Einführung in die Tierkommunikation – Hunde können mitgebracht werden.

**Samstag, 26.09.2020**

**Wonach Mensch und Natur sich sehnen**

Praktische Geomantie – keine Vorkenntnisse erforderlich

Zeiten: 11:00 bis 17:00 Uhr

Kosten: 80,00 €

**Seminarorte:**

In der Nähe von Süderbrarup und Kappeln

**Informationen und Anmeldung:**

0170 4893299

rahdes@web.de

www.geovitale.com

## Thema

# Fühl Dich frei!

**Was hast Du im Leben schon alles gelernt! Lesen und schreiben zumeist, auch rechnen. Vielleicht hast Du gelernt, auf Autoritäten zu hören: auf Deine Eltern, Lehrer, auf Vorgesetzte, Ärzte, Therapeuten.**

**Das war bestimmt in vielen Fällen gut – aber: Deine wichtigste Ratgeberin ist eine andere. Sie ist eine Herausforderung und wenn Du gelernt hast, auf sie zu hören, wird es für die äußeren Autoritäten in Deinem Leben oft unbequem. Vielleicht ist sie Dir deshalb bisher verborgen geblieben und Du darfst sie jetzt für Dich entdecken:**

**Deine Intuition – Deine persönliche, unabhängige Entscheidungshilfe.**

Ihr größter Vorteil: Sie lässt Dich nach Deinen Bedürfnissen leben.

Deine größte Herausforderung: ihr zuzuhören und ihr zu vertrauen.

Das ist manchmal schwer, denn die Intuition meidet den Kopf. Ihr Zuhause ist der Bauch, ihre Quelle das weite Feld des bewussten und unterbewussten Wissens, der Schatz an individueller und kollektiver Erfahrung, den der denkende und lenkende Verstand kaum anzapfen kann. Der wohnt im Kopf und versteht sich als Dein Retter. Das hat er auf Deinem Bildungsweg trainiert. Nun ist er daran gewöhnt, Dir die Richtung vorzugeben. Verliert er die Kontrolle, verlierst Du vermutlich die Nerven.

Deine Intuition dagegen hat mit Sicherheitsdenken und planmäßigem Vorgehen wenig am Hut. Sie weiß, wo sie hinwill, und sie spricht regelmäßig zu Dir – aus Erfahrung und mit Gefühl. Nun ist es Deine Entscheidung, ob Du das Risiko eingehen möchtest, auf sie zu hören. Mit ihr zusammen kannst Du Deine Welt so gestalten, wie sie Dir und Deinen Bedürfnissen entspricht, losgelöst von allen fremden Erwartungen und Konventionen.

Ich wünsche Dir viel Freude und Mut bei der Entdeckung Deiner Intuition und der Gestaltung Deines eigenen, unabhängigen Lebens – vielleicht sprechen wir bald einmal darüber.



von Anette Schnoor

Ich freue mich auf Dich!

 **Anette Schnoor**  
Coach & Familienanwältin



www.anette-schnoor.de

## Kennst Du das?

Vor einigen Tagen überkam mich die Lust, wieder auf meinem Lieblingsspazierweg zu wandern. Es ist ein Weg am Rande des Steilufers in der Nähe des Schlosses Weißenhaus. Man stellt sein Auto auf einem Parkplatz ab und geht zunächst durch einen Buchenwald, der auch gleichzeitig zu einem Ruhewald erklärt wurde. Auf der einen Seite befindet man sich in der Geborgenheit und Stille dieses Waldes und auf der anderen Seite grenzt der Wald direkt an ein jäh abfallendes Steilufer, das unten auf einen teilweise steinigen, relativ schmalen Strand trifft. Daran brechen sich je nach Windlage die Wellen der Ostsee lieblich oder auch hochaufbrausend. Durch die Bäume des schattigen Waldes auf die von der Sonne beschienene und den blauen Himmel widerspiegelnde dunkelblaue See zu blicken, ist unvergesslich! So bot es sich mir vor einigen Tagen an, um mich zu überwältigen, alles vorher Gewesene hinter mir zu lassen und einzig diesen wunderbaren Anblick zu genießen.

Man geht nicht lange durch den „Wald am Meer“ und sieht schon das Ende dieser Szenerie, um dann in ein ganz anderes Bild einzutauchen. Hinter dem Wald führt der Weg direkt an der Kante des hohen Ufers, leicht geschwungen den Wellen des Geländes folgend, kilometerweit in eine Landschaft – links die Felder und rechts weit unten und bis ins Unendliche (irgendwo ist dann wohl die dänische Küste) das Meer .

### Warum beschreibe ich diesen Weg so genau?

Weil mich jedes Mal, wenn ich diesen „Pfad“ gehe – bei Sturm und brausender See oder Sonnenschein und glatter See – diese Naturschau aus allem herausreißt, was mich beschäftigt, bedrückt oder vielleicht gedanklich nicht loslässt. Ich fühle mich zunächst im gedämpften Licht des Waldes eingehüllt in die behütende, aber neue Atmosphäre und erfrischt durch die reine Waldluft. Aber dann auf offenem Feld, mit unbegrenztem Blick auf die Unendlichkeit des Wassers, mit jedem Schritt freier

und unbeschwerter, energetisiert und fast wie neugeboren.

In diesem Zustand, der ein hohes Maß an „Reinheit“ in Bezug auf meine Gedanken und Gefühle hat, fühle ich eine Offenheit für alles Neue, alles Unerwartete, alles Klärende und – ja – Unmenschliche im Sinne von über den Menschen Hinausgehende. Es ist zunächst ein Zustand großer Freude – Freude, in diesem Naturschauspiel eingebunden oder ein Teil dessen zu sein. Es ist so, als ob die Natur mit ihren Elementen – es sind ja tatsächlich die Erde, das Wasser, die Luft, der Wind und das Feuer bzw. die Sonne – direkt zu mir spricht. Ich fühle mich mit allem verbunden.

Wie ich schon sagte:

**Alles Alte ist im Hintergrund und ich stehe bzw. gehe in der Erwartung von etwas „Größerem“, das mich über meinen Horizont hinausträgt.**

An dieser Stelle kommt wohl so etwas wie die Intuition ins Geschehen. Was ist eigentlich Intuition? Kann man ja googeln. Ich zitiere hier einmal einen Abschnitt aus einem Buch eines Rosenkreuzers\*. Er schreibt:

*„Die Menschen sagen: Intuition ist ein unvermittelt aufsteigendes Gefühl, ein von außen kommender spontaner Gedanke, manchmal von prophetischer Art“ ... Also soweit ging es bei mir nicht, aber im weiteren Verlauf des Zitats fand ich mich plötzlich bestätigt: ... „Intuition in vollkommenen Sinn ist der tägliche Umgang mit Gott, ein ununterbrochenes Leben in Christus; wir sagen: ein Sichabstimmen auf die interplanetarische Welt des Lebensgeistes, so dass die Vibrationen aus jener Welt von unserem entsprechend vorbereiteten Körper aufgenommen und unserem Bewusstsein eingeschrieben werden können.“*

Ok, soweit diese Definition. Große Worte – zu groß? Nach meinem Erlebnis im weiteren Verlauf meiner Wanderung konnte ich diese Worte bzw. diese Definition nachvollziehen. Sie gab mir sogar eine Bestätigung.

In diesem oben beschriebenen Zustand der „Gedankenfreiheit“ begann irgendetwas in mir plötzlich ein Gespräch. Ich stellte eine Frage, die dann aus meinem derzeitigen Lebenszustand in mir aufstieg. Ich formulierte diese Frage sprechend, als ob ich mich mit jemandem unterhalten würde. Jetzt muss man sich vorstellen: Ich ging strammen Schrittes auf diesem Höhenweg und redete mit mir selbst. Es waren keine anderen Spaziergänger sichtbar – gut so. Ich war dabei zwar weiterhin ein Teil der mich umgebenden Natur, aber auch sehr konzentriert.

Und es kam eine Antwort. Und auf die nächste Frage kam auch eine Antwort und so ging es weiter. Die Antworten sprach ich auch, aber irgendwie war ich das nicht. Sie kamen intuitiv (!) und meine



Stimme war auch fast ein bisschen anders. Sie war gleichmäßig, die Worte waren verständnisvoll – man kann fast sagen liebevoll.

Ich hatte den Eindruck, es war ein Gespräch mit meinem universellen göttlichen inneren Kern oder man könnte auch sagen mit meinem eigentlichen wirklichen Selbst.

Ich hatte das Gefühl, das ich am Anfang beschrieben habe: ein Teil des Universums zu sein und dadurch mit meinem innersten Wesen mit der „interplanetarischen Welt des Lebensgeistes“ – wie es in dem Zitat hieß – in Einklang zu sein. Die Antworten kamen nicht aus meinem Verstand, sondern – so könnte man es auch sagen – aus dem Herzen.

Das Wort Intuition stammt ja aus dem lateinischen „intuitio“ und bedeutet soviel wie „unmittelbare Anschauung“. Ja, so war es wohl.

\* J. van Rijckenborgh – *Confessio Fraternitatis* R.C. – eine esoterische Analyse



von Maïke Rasmussen

# Intuition/Bauchgefühl

Was ist es, dieses sogenannte „Bauchgefühl“?

Es ist die Fähigkeit, zu Entscheidungen zu gelangen, ohne Gebrauch unseres Verstandes, so kann man auf Wikipedia nachlesen.

Wie oft sagst du: „Mein Bauchgefühl sagt mir dies oder das?“

Wieviele Entscheidungen triffst du aus dem Bauch heraus?

Wichtig für deine Intuition/dein Bauchgefühl ist, dass du darauf vertraust, dass das, was du fühlst, richtig ist. Und je mehr du dich von deiner Intuition leiten lässt, desto mehr lernst du, dir zu vertrauen.

Den größten Raum in unserem Bauch nehmen Dickdarm und Dünndarm ein. Hier werden fast alle Nährstoffe resorbiert, die unser Körper braucht.

Heute ist bekannt, dass ein Mensch deutlich mehr Darmbakterien als Körperzellen besitzt. Es gibt die Darm-Hirn-Achse, die verhaltensbezogene Hirnfunktionen beeinflusst. Diese Verbindung ist deutlich größer als die vom Hirn zum Darm.

Eine große Rolle spielt auch unser enterisches Nervensystem, auch Bauchhirn genannt.

Etwa 70 % unserer immunaktiven Zellen sitzen im Darm.



Daher kann es auch weitreichende Folgen haben, wenn es mit unserem Bauch/unserer Verdauung nicht so richtig klappt. Durch Stress, unausgewogene Ernährung, Zusatzstoffe und vieles mehr kann unser Verdauungssystem empfindlich gestört werden. Manchmal zwickt und zwackt es dann im Bauch oder der Toilettengang klappt nicht so, wie er soll. Darüber redet man meist nicht so gerne.

Wenn im Darm eine Dysbiose oder eine Entzündung vorliegt, kann es zu Erkrankungen wie Neurodermitis und allergischen oder rheumatischen Erkrankungen kommen.

Ein Stuhltest mit den entsprechenden Parametern gibt mir in meiner Praxis Auskunft darüber, wie es deinem Darm geht.

Daraufhin erstelle ich je nach Befund und Symptomen einen individuellen Therapieplan.

**Es ist an der Zeit.  
Höre auf deinen Bauch.**

# INTUITION

Was bedeutet für dich Intuition?

Für mich ist es ein Impuls, ein Bauchgefühl, ein inneres Wissen, es zu wissen, ohne vorher meinen Verstand gefragt zu haben.



Ein von innen Berührtwerden, es ist einfach da, die Entscheidung, der Impuls etwas zu tun, die Gewissheit, hier geht's weiter, dies ist möglich.

Dafür brauchst du Vertrauen zu dir selbst und deinem Leben, die Entscheidung, die aus dem Bauch heraus getroffen wird, nicht zu hinterfragen, sondern ihr zu folgen.

Vertrauen und Mut, zu dir zu stehen, hinaus in die „Welt“ zu gehen! Deine Intuition wird dich auffordern zu leben, dein Leben zu leben, ohne Wenn und Aber. Ohne Ausreden, ich kann gerade nicht, weil ...

Die heutige Zeit, die Energien, die uns gerade „treffen“, rufen nach dir, fordern dich auf: **JETZT!**

Beobachte, wie du durch dieses Magazin blätterst, nimm einen tiefen Atemzug und fang noch einmal von vorne an.

Öffne dein Herz und folge deiner Intuition, beobachte dich, wer oder was „springt“ dich an?

Folge deinem Bauchgefühl, deiner Intuition, auch wenn du noch nicht weißt warum! Ruf die Person einfach an oder schreib ihr und schau, was geschieht!

Auch wenn bereits Kursbeginn war, ruf einfach an, vielleicht kannst du noch einsteigen.

Seelenwege  
Mut zu Entfaltung  
Weibliches Sein

In September (2. Monat) startet eine neue Frauengruppe zum Thema „Entfaltung“. Über einen Zeitraum von neun Monaten werden wir uns einmal im Monat an einem Samstag treffen.

Zusätzlich erhält jede Frau eine Einzel Sitzung im Monat.

In diesen neun Monaten werden wir uns mit unterschiedlichen Themen befassen, die alle zu deiner persönlichen Entfaltung, deiner Wahrnehmung, deiner Weiblichkeit beitragen.  
\*Energiearbeit \*Meditation \*Hypnose  
\*Atemübungen \*Tanz und  
bestimmt noch anderes

Dein Seelenweg ist der Weg  
des Herzens!

Sich fallen lassen und getragen fühlen!  
Sich auf Neues einlassen und wachsen!  
Sich vertrauen und Klarheit erlangen!

LEBEN LACHEN LEICHTKEIT

Termine 2020

Frauengruppe: Thema „Entfaltung“  
Info-Nachmittag 15.08. um 14:00 Uhr  
Beginn September Monat / 90,00€  
1x im Monat Gruppe  
1x im Monat Einzelsitzung

Atemtechnik und Meditation  
bewusste Atmung-auch in der Natur  
4 Termine donnerstags  
19:00-20:30 Uhr Abend/15,00€  
20.08., 10.09., 24.09., 08.10.

Selbstbetrachtung durch Bewegung  
und Farben inkl. Material 90,00€  
max 6 Frauen  
Samstag, d. 29.08. 10:00- ca. 18:00 Uhr

Intuitives Malen 70,00€  
inkl. Material  
lasse Dich von den Farben entföhren...  
ohne Vorgaben  
Samstag, d. 26.09. 10:30 - ca. 16:00 Uhr

Seelenwege  
Impulse und Lebenspraxis  
Susanne Oje  
Am See 8  
24361 Klein Wittensee  
Tel.: 04356-8679177  
info@hypno-energie-praxis.de



Vortrag auf der Heilsam-Messe:

Grundlos erschöpft?  
Nebennierenschwäche und  
ihre Auswirkungen

Tanz aus deiner Mitte:  
Orientalischer Tanz  
Donnerstags 19:30 Uhr

www.maïke-rasmussen.de



Naturheilpraxis  
Maïke Rasmussen  
Heilpraktikerin

- Akupunkt-Meridian-Massage
- Homöopathie
- Energiearbeit
- Phytotherapie
- moderne Darmtherapie

0461 / 160 921 92

Heinrichweg 9  
24976 Handewitt / OT Jarplund  
praxis@maïke-rasmussen.de  
www.maïke-rasmussen.de



# Was hat die Zirbeldrüse mit Intuition und Schöpferkraft zu tun?

“Ich hatte doch gleich so ein Gefühl, dass...“  
Wie oft hast du das schon gesagt und damit dir selbst bewiesen, dass du sie besitzt – die Intuition?

Aber nutzt du sie auch bewusst? Du fragst dich: Wie soll das gehen? Es ist eine einfache Fähigkeit, die wir Menschen alle besitzen. Meistens haben wir allerdings den bewussten Zugang dazu verloren.

Brauchen wir Intuition? Wenn du dir anschaust, mit welcher Flut von gegensätzlichen Einflüssen und Informationen wir es zur Zeit zu tun haben, würde ich sagen: Sie ist unsere wichtigste Eigenschaft, um zu unterscheiden, was wahr für uns ist und welchem Weg wir folgen wollen.

Und wie bekommen wir – wieder – einen bewussten Zugang zu diesem wunderbaren Werkzeug der Unterscheidung?

Zunächst einmal erinnere dich an die Situationen, in denen du „Ahnungen“ hattest, dass etwas anders ist, als es dir im Moment präsentiert wurde. Erwähne dich daran, wie du „wusstest“, dass gleich dieser oder jene anrufen oder vorbeikommen würde, und an die wahrscheinlich zahlreichen Situationen, in denen du Dinge im Voraus „erahnt“ hast. Nimm dir Zeit für diese Erkenntnisse, es lohnt sich, denn dir wird eine Fähigkeit bewusst, die von großem Nutzen für dich sein wird!

**Als Kind war es selbstverständlich für uns, Dinge zu erfühlen und zu erahnen. Diese Eigenschaft ist nicht gefördert worden und daher verkümmert. Jetzt ist eine wunderbare und wichtige Zeit, sie wieder lebendig werden zu lassen.**



Mit Hilfe dieser Eigenschaft werden wir in der Lage sein, unsere Welt zu verändern, denn wir sind Schöpferwesen! Und es ist nicht nur unser „Bauchgefühl“ daran beteiligt, sondern auch in wesentlichen Anteilen unsere Herzensintelligenz. Unser Herz wird uns leiten, es gibt im sprichwörtlichen Sinne den Takt dazu an.

**In den alten Philosophien und den fernöstlichen Weltanschauungen ist immer wieder von der Zirbeldrüse als Sitz der Intuition die Rede. Eine ihrer wesentlichen Eigenschaften ist es, die lineare, mentale Intelligenz mit der Herzensintelligenz zu verbinden. Sie ist außerdem eines der wichtigsten Organe und Hormondrüsen in unserem Körper für ein harmonisches Zusammenwirken aller Körperfunktionen**

Leider ist die Funktion der Zirbeldrüse bei den meisten von uns stark eingeschränkt und gestört. Durch äußere und innere Einflüsse ist sie zu stark verkalkt. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, einer weiteren Verkalkung vorzubeugen, und wesentliche Helfer, um den Prozess rückgängig zu machen und die Zirbeldrüse in ihre natürliche harmonische Funktion zurückzuführen.



von  
Elisabeth Ulrika Westermann

Dao-Tha Klangcodes, mit denen ich arbeite und die du auch für dich selbst singen kannst, wären zum Beispiel in der Lage, dich dabei zu unterstützen, dass dir deine Intuition im Zusammenwirken mit deiner Herzensintelligenz wieder mehr und mehr zur Verfügung steht. Wenn du magst, probiere es einmal aus. Du findest verschiedene Möglichkeiten in meinen Angeboten.

Du wirst selbst erfahren, wie zentral die Rolle der Zirbeldrüse in deinem Körper, deiner Seele und deinem Geist ist. Wenn sie wieder wach wird, entdeckst du auch dein „Schöpfertum“, deine Kreativität auf neue Weise und wirst buchstäblich in die Lage kommen, deine Welt zu erschaffen, so wie du sie dir wünschst.

Ich übertreibe nicht, ich erlebe es im Kleinen in zwischen täglich und bin überzeugt, dass es sich auch im Großen mehr und mehr zeigen wird.

**Intuition und Schöpferkraft sind unsere größten Schätze! Jede/r Einzelne von uns kann an dieser neuen Welt mitgestalten, wenn wir diese Eigenschaften wieder entdecken und nutzen lernen.**

Aktuelle  
Veranstaltungen  
im Singing Heart  
Center Süderbrarup



**Kostenlose Veranstaltung**  
**Offenes Klangcode Singen online:**  
Mi. 23. September, Mi. 14. Oktober,  
Mi. 11. November, jeweils um 20 Uhr

**7. Regionalveranstaltung:**  
Gruppensession Zirbeldrüse  
Beitrag: 35,- €, ermäßigt 28,- € pro Person  
Dienstag, 29. September, 19 Uhr bei mir

**Ausbildungskurs für die Arbeit an der Zirbeldrüse bei Mensch und Tier**  
– **online:** Freitag, 9. Oktober 10 Uhr bis  
Sonntag, 11. Oktober, 16Uhr. Regulärer  
Preis 390,- €, vergünstigter Preis 280,- €  
wegen Corona.

**Dao-Tha Klangcode Therapie Ausbildung zur Arbeit mit Menschen – online:** Donnerstag, 22. Oktober, 10 Uhr bis Sonntag, 24. Oktober, 16 Uhr. Preise wie im 1. HJ.

**Dao-Tha Klangcode Therapie Ausbildung zur Arbeit am Tier – online:** Freitag, 20. November, 15 Uhr bis Sonntag, 22. November, 16 Uhr. Preisgestaltung wie im 1. HJ.

Anmeldungen für Sessions  
bitte direkt unter: **0173 9086560,**  
**info@dao-tha.com**

Anmeldungen für alle anderen Angebote  
bitte über die Website:  
**www.dao-tha.com**

Fragen immer gerne an mich persönlich  
richten. Manchmal kann es etwas dauern,  
bis ich zum Antworten Zeit finde.

## Gesundheit und innere Haltung

Wissen und Verständnis sind Grundvoraussetzungen, um sich ein eigenes Bild zu machen. Auf dieser Basis können wir eigenverantwortlich entscheiden. Wenn es um unsere Gesundheit geht, ist dies von besonderer Bedeutung. Hierfür bieten wir im ascendium den Raum des Lernens und vermitteln fundiertes Wissen aus den Bereichen Medizin, Naturheilkunde und Psychotherapie.

Darüber hinaus bieten wir den Raum, um in einem freudvollen Umfeld die eigene Schwingung anzuheben und zu lernen, wie wir dies anderen ermöglichen

können. Dadurch tragen wir zur Heilung bei. Heilung entfaltet sich dann, wenn das Wissen mit Freude und Liebe an den Ort gelangt, an dem Altes trans-

formiert und wieder in den Fluss des Lebens gebracht werden darf.

Aus aktuellem Anlass liegt in diesem Jahr im ascendium ein Fokus auf den Möglichkeiten, unser Immunsystem zu stärken. Inneres Glück und die Gewissheit, handlungsfähig zu sein, tragen maßgeblich dazu bei. Wir freuen uns, unser Wissen mit Euch und Ihnen zu teilen.

### Monatlich kostenlose Info-Abende

Glücklichsein im Alltag  
Hypnosetherapie  
Worte wirken  
Aromatherapie  
Quantenphysik  
Psychokinesiologie  
Ohrakupunktur  
TCM & Körperakupunktur  
Systemische Beratung  
Massagetechniken  
Reiki  
Detox  
Psychosomatik  
Kiefergelenksbalance  
Craniosacral  
Wirbelsäulentherapie

Ananda Ulrike Best  
Schulleiterin

**ascendium**  
Die Neue Schule für  
Heilpraktik  
Bewegung  
Weiterbildung

Ein Ort des Lernens

- Heilpraktik & Heilpraktik für Psychotherapie
- Ganzheitliche Gesundheitsberatung
- Seminare in 30 Therapieverfahren

... und der Heilung

**www.ascendium.de**  
Hauptstraße 57, 24975 Hürup • Tel.: 04634 / 939 799 0

## Intuition und die Akasha Chronik

Es gibt so vieles zu berichten und zu erfahren über die Intuition und ich habe deshalb in meiner Akasha Chronik gefragt, was zu diesem Zeitpunkt wichtig sei, mitzuteilen. Die Antwort ist nicht wirklich neu und dient mehr als Erinnerung an unsere Fähigkeit, die Intuition verstärkt wieder ins Bewusstsein zu rufen und zu nutzen. Nun die Worte meiner Meister und Lehrer:



von Birgit Uttama Conrad

„Die Intuition ist ein Geschenk für die menschliche Seele auf ihrem Weg. Dieses Geschenk wird wenig beachtet beziehungsweise gerät noch zu oft aus dem Fokus, denn eure Gedankenwelt nimmt sehr viel Raum ein.

Die Intuition ist wie ein Wegweiser für das irdische Dasein. Viele Menschen fragen: „Was soll ich tun, wo soll ich hin, wie kann ich dieses oder jenes erreichen?“

Doch es ist so ... und wie so oft bereits mitgeteilt ... diese Antworten findet ihr in euch selbst.

In jedem Einzelnen.

Das Wichtigste, um wieder besser mit eurer Intuition in Verbindung zu kommen, liegt in der Fähigkeit die Gedanken – euren Geist – zu beruhigen. Die Gedanken sind sehr laut geworden. Beruhigt diese. Ihr kennt bereits viele Methoden, dieses zu tun, wie zum Beispiel das Meditieren oder das Sein in der Stille. So erfahrt ihr den Unterschied zwischen eurer Gedankenwelt und der Intuition. Das zu unterscheiden ist ein wesentlicher Schritt. Dazu gehört jedoch Mut. Denn euer Dasein wird sich dadurch verändern.

Die Gedanken und eure Glaubensmuster sind Werkzeuge eures Egos. Das Ego möchte entscheiden, kontrollieren und bestimmen, was zu tun und zu lassen ist.

Die Intuition aber ist leise, sie ist frei von Ego und

Glaubenssätzen. Als „Werkzeug“ dient sie eurem höheren Selbst und somit zu eurem höchsten Wohle und eurem Seelenplan. Wenn ihr eurer Intuition folgt, lernt ihr, mit den Gegebenheiten des wahren Lebens umzugehen, und erkennt, dass jeder Augenblick im Leben wichtig und kostbar ist. Werdet leise und horcht in euch hinein, dieser leise Funke des Lebens spricht zu euch. Seid mutig und nehmt euch täglich Zeit für diese leise Zwiesprache. Lernt den Unterschied zwischen eurem Ego und eurem tiefen Wissen eures Seelenplans zu erkennen und nutzt dafür den Wegweiser der Intuition. Wir unterstützen euch, eurer eigenen Stimme zu lauschen, um euren gewählten Seelenplan wieder wahrzunehmen.“

Ich biete sowohl Lesungen aus eurer Akasha Chronik an, als auch Ausbildungen im Akasha Chronik-Lesen.

[www.birgit-conrad.de](http://www.birgit-conrad.de)

**AKASHA CHRONIK**  
Lesungen - Ausbildungen - Coaching - Körperarbeit

Birgit Uttama Conrad  
Telefon 040 419 12560  
Mail [info@birgit-conrad.de](mailto:info@birgit-conrad.de)  
Web [www.birgit-conrad.de](http://www.birgit-conrad.de)

# Neue Ratgeber braucht die Welt oder warum es lohnt, zu üben!



von Christiane Larissa Apel

Wer kennt sie nicht, diese Momente, in denen wir ganz einfach wissen, was zu tun oder zu lassen ist. Plötzlich ist sie da, diese Sicherheit. Keine Ahnung, woher sie kommt, welche Quelle sie speist. Wenn wir Glück und vielleicht schon etwas Übung haben in der Wahrnehmung dieser Impulse, können sie stark, deutlich, klar und unmissverständlich sein. Wenn es etwas schlechter läuft, sind die Hinweise zaghaft, vorsichtig, leise und etwas wackelig. „Lass es!“ oder „Ja, ja, unbedingt!“, ohne dass es für das eine oder andere nachvollziehbare Gründe gibt. Häufig nehmen wir diese Hinweise erst rückblickend und oft bedauernd wirklich wahr: „Ach, hätte ich doch! Ich hatte gleich so eine Ahnung!“

## Warum nur folgen wir dieser inneren Stimme so selten?

Weil wir aus der Übung sind. Weil wir uns an Konventionen halten und nicht unhöflich sein wollen. Weil wir keine Veränderungen mögen. Weil wir Angst davor haben, für verrückt erklärt zu werden, wenn wir uns gegen die sachlichen, guten Argumente entscheiden – ganz allein!

## Ganz allein?

Nein, wir sind nicht ganz allein. In diesen Momenten sind wir wirklich verbunden mit uns selbst, mit unserer Seele, unserem Herzen, unserer inneren Weisheit. Wir sind im Kontakt mit unserem Inneren Kind. Unser Inneres Kind weiß um alle unsere Wünsche und Sehnsüchte, auch die, die unter der Oberfläche schlummern. Es spürt Gefahren, die unserer Seele drohen, und riecht den Braten sehr oft lange vor uns, es schiebt uns – gegen alle Regeln – in die Richtung, die wir eigentlich ersehnen. In diesen Momenten pfeift es auf alles, was von uns erwartet wird, was „man“ tut, was richtig und was falsch ist. Es ist dann voller Lebendigkeit, Lebensfreude und wirklich daran interessiert, dass es uns gut geht!

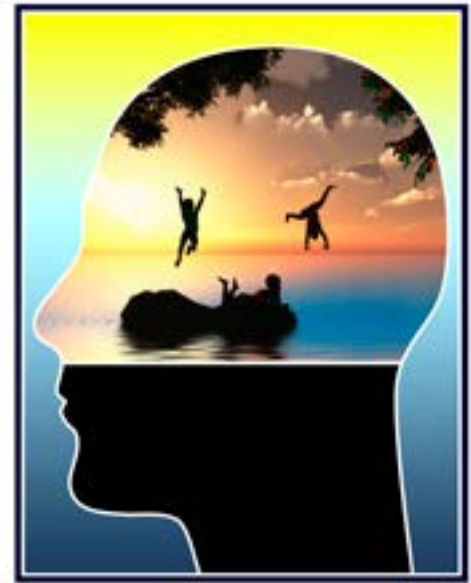


© Maitree Boonkitphuwadon/123RF.com

Wenn wir aus der Übung sind, diese Signale zu hören – na, dann müssen wir es eben trainieren. Hinhören, nach innen lauschen, unserem Atem folgen. Spüren, dass dies der Schlüssel ist, der die Tür zu all unserer Weisheit öffnet.

Fangen wir bei den kleinen Dingen an und arbeiten wir uns vor zu den großen Themen.

Wir können Veränderungen zulassen, neue Wege probieren und einmal bewusst dem überraschenden Impuls folgen. Auch wenn das Thema noch so klein sein mag, es ist ein Anfang.



© sangoiri / 123RF.com

In der vor uns liegenden Zeit werden wir öfter als bisher in Situationen kommen, in denen wir den engen Kontakt zu unserer Intuition dringend nötig haben werden. Die Welt, in der wir leben, verändert sich und wir sind jetzt aufgefordert, sie mitzugestalten und zu erneuern. Wir werden vor Fragen stehen, die wir uns heute noch gar nicht vorstellen können. Die alten Entscheidungsinstrumente, die bekannten Antworten werden uns da nicht mehr helfen. Die Ratgeber müssen andere sein.

Die gute Nachricht ist: Es gibt sie – sie sind da! Wir müssen nur bereit sein, uns zu verändern, und diesen neuen Weg hin zu unserem Innersten zuversichtlich, neugierig und mutig beschreiten. Um dann verwundert festzustellen, dass alle diese Bilder einer neuen Welt bereits in uns liegen und auf uns warten.

Ja, das muss man üben. Aber es wird leichter und klarer und eindeutiger von Mal zu Mal. Und es lohnt.

Es macht das Leben lebenswerter, bunter, stimmiger, harmonischer, glücklicher und ganz einfach sinnhafter.

Auf geht's!

Den ganzen Beitrag finden Sie unter [www.larissa-apel.de/blog](http://www.larissa-apel.de/blog)

Christiane Larissa  
**Apel**

Alltägliche & spirituelle Lebensbegleitung

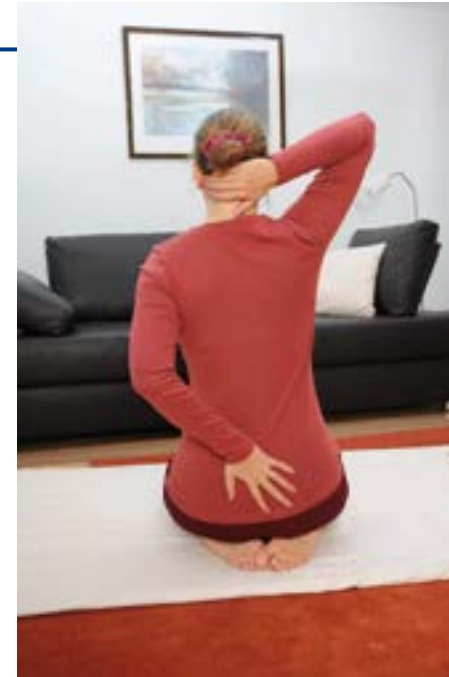
**Aurameisterin,  
Bioenergietherapeutin,  
Elise Mila Trainerin  
Einzeltermine,  
Channelings, Einweihungen,  
Fernbehandlungen  
in Altenholz / Kiel.**

Mehr unter  
[www.larissa-apel.de](http://www.larissa-apel.de)  
[info@larissa-apel.de](mailto:info@larissa-apel.de)  
Tel. 0431 88784981



# ChiYou Eigen-Shiatsu

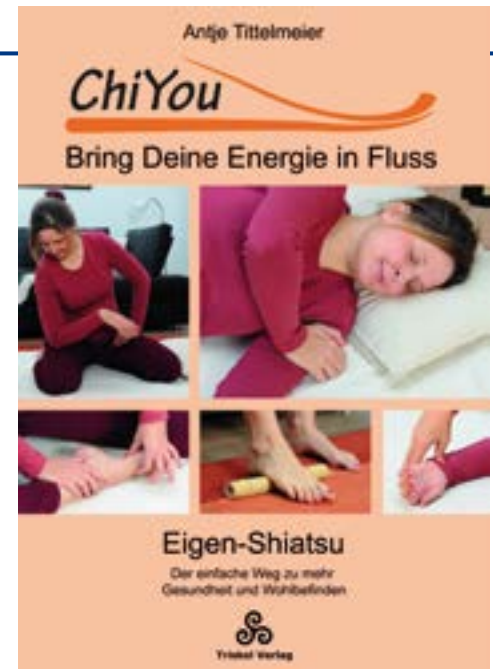
Durch „ChiYou“ können die Meridiane am eigenen Körper wahrgenommen und behandelt werden. Je nach Bedürfnis, je nach persönlicher Wahrnehmung von dem, was gerade „gebraucht“ wird, ist ChiYou ideal, um sich selbst über die Aktivierung von Meridianen und deren Ki-Fluss in eine neue Balance der in uns wirksamen Elemente zu bringen. Es ist ideal, um sich mit der eigenen Intuition dem eigenen Körper und den eigenen Energien zuzuwenden und diese mit Aufmerksamkeit und physischem Kontakt zu aktivieren.



Medizin, große Teile der Theorie wurzeln in der Traditionellen Chinesischen Medizin. Klassisch wird beim Shiatsu auf einer Matte, dem Futon, gearbeitet. Die behandelte Person liegt entspannt und bekleidet auf dem Futon. Durch die Arbeit mit den Meridianen, wie sie auch aus der Akupunktur bekannt sind, werden Blockaden auf physischer und energetischer Ebene berührt und erhalten so den Impuls, sich zu wandeln, zu lösen. In der Hand erfahrener TherapeutInnen ist Shiatsu eine sehr wirksame Methode bei vielerlei Beschwerden und Anliegen.

In manchen Bereichen kann aber die Eigenbehandlung, das ChiYou Eigen-Shiatsu, bereits große Unterstützung bieten. Zugleich ist es eine

Mit einfachen Übungen und Behandlungstechniken werden Akupressurpunkte behandelt, die eine gute Erdung fördern, eine freie Atmung unterstützen und einen gesunden Schlaf fördern. Die Verdauung kann sich regulieren, die Wahrnehmung für das, was gerade Aktivierung benötigt, wird größer oder tiefe Entspannung stellt sich ein. Shiatsu kommt aus der Traditionellen Japanischen



Einladung, die Gesundheit wortwörtlich mit in die eigenen Hände zu nehmen. Die feinstofflichen Bahnen, die unseren Körper versorgen, alles miteinander verbinden und unsere Energien ausgleichen, können wir selbst berühren.

Dabei können manche Berührungen, die wir bereits automatisch, unbewusst machen, durch die Aufmerksamkeit intensiviert werden. Und neue, wenig vertraute Übungen, Dehnungen und Techniken der Aktivierung können mit Leichtigkeit und Spaß, an jedem Ort, zu jeder Zeit praktiziert werden.

Mehr Information dazu unter:  
<https://schule-fuer-shiatsu.de/kurs-buchen/kursprogramm/kursprogramm-shiatsu/chiyou-fuer-den-ruecken-20.html>  
 oder Sie wenden sich an [schule@fuer-shiatsu.de](mailto:schule@fuer-shiatsu.de)



## Artischocke (*Cynara cardunculus*) – die Lehrmeisterin des intuitiven Gärtnerns

Die Artischocke gehört zu der großen Familie der Korbblütler und kommt ursprünglich aus dem Mittelmeerraum. Ihren lateinischen Namen verdankt sie der schönen Nymphe Cynara mit den blauviolettten Augen. Der griechische Gott Zeus verliebte sich in sie, doch Cynara wies ihn ab. In einem Wutanfall verwandelte er sie daraufhin in eine stachelige Artischocke.

Vor zwei Jahren im Herbst betrachtete ich eine Artischocke und ich erkannte die Wesenszüge der Nymphe Cynara in der Pflanze wieder: Sie war sehr schön, wirkte jedoch stolz und unnahbar. Sie war verblüht und ihre Blätter waren trocken und ziemlich pieksig, aber sie hatte eine Ausstrahlung, die mich beeindruckte. Die imposante Pflanze wuchs aufrecht auf einer sonnigen Stelle in einem Garten und trug stolz ihre mit Samen gefüllten Körbchen. Die Samen der Artischocke sind etwas größer als Sonnenblumenkerne. Jeder der schwarzen Samen ist mit federleichten, weißen Haaren ausgestattet. Der Wind trägt sie wie kleine Fallschirme von besonderer Zartheit und Schönheit und verbreitet sie gleichzeitig weit in der Gegend.



Ich nahm ein paar Samen mit und Anfang Februar säte ich sie aus. Die Töpfe mit den kleinen Pflanzen standen zuerst auf der Fensterbank. Im Mai konnte ich fünf Pflänzchen in den Garten auspflanzen. Sie entwickelten sich prächtig. Zunächst bildete sich eine Blattrosette, die im Laufe des Sommers immer

größer wurde. Im ersten Jahr blühen Artischocken nicht, doch auch ohne Blüten waren ihre großen Blätter eine Zierde in meinem Garten. Nun kam aber der Herbst und ich fragte mich, wie ich mit den frostempfindlichen Artischocken umgehen sollte? Soll ich sie abdecken, die Blätter stehen lassen oder abschneiden? Ich informierte mich im Internet und las, dass man die Blätter abschneidet. Nun ging ich an die erste Pflanze und schnitt die Blätter über dem Boden ab, doch ich fühlte mich dabei sehr unwohl. Bei zwei weiteren Pflanzen ließ ich ein paar Blätter stehen. Und als ich zu den letzten Pflanzen kam, war ich sicher, dass es verkehrt ist, die Blätter abzuschneiden. Ich ließ sie also stehen. Den Wurzelbereich deckte ich ordentlich mit Stroh ab und hoffte, dass meine Artischocken den Winter überstehen.

Der Winter war mild, es gab nur ein paar Tage leichten Frost. Im Frühjahr schob ich das Stroh zur Seite, damit die jungen Blätter Licht bekamen, und wartete. Ziemlich schnell war klar, dass die Artischocke, der ich alle Blätter abgeschnitten hatte, eingegangen war. Am besten entwickelten sich die beiden Pflanzen, denen ich alle Blätter gelassen hatte. Sie wuchsen wunderschön und kräftig heran. Das war mir eine Lehre: Die intuitive Entscheidung ist häufig die richtige.

Jetzt im Sommer sind die Artischocken ungefähr zwei Meter hoch und tragen viele Knospen. Bevor sich die Blüten entfalten, werden die Knospen gesammelt und zu einer Mahlzeit zubereitet.



Einige Knospen lasse ich blühen. Die blauviolette Farbenpracht wird sicherlich viele Schmetterlinge und andere Insekten anlocken.

Die Artischocke ist viel mehr als nur eine hübsche Gemüsepflanze. In ihren Blättern schlummern gesunde Stoffe, unter anderem Bitterstoffe und zahlreiche Flavonoide. Sie schützen und stärken die Leber, verbessern ihre Durchblutung, fördern die Gallebildung und wirken sich positiv auf den Cholesterinspiegel aus. Präparate oder Tee aus den Blättern der Artischocke werden bei Verdauungsstörungen, die aufgrund beeinträchtigter Leber- und Gallenfunktion entstehen, empfohlen.

Wer Interesse an einer intensiven Beschäftigung mit Pflanzen hat und sein Wissen über zahlreiche Heilpflanzen und ihre Anwendungsmöglichkeiten erweitern möchte, findet bei der „Heilpflanzenschule Kräuterwelten“ viele abwechslungsreiche Angebote, beginnend mit Kräuterwanderungen über Naturheilkundeseminare bis hin zu der umfassenden Grundausbildung in Heilpflanzenkunde (Beginn 26. 03. 2021). Weitere Informationen finden Sie auf der Website der „Heilpflanzenschule Kräuterwelten“ [www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de](http://www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de). Gerne können Sie mich auch unter der Telefonnummer 04322 885633 anrufen.

**Kräuterwelten  
Heilpflanzenschule  
in Schleswig-Holstein**

**Ausbildung in Heilpflanzenkunde\*  
Kräutererlebniswochen\*  
Augen-Wellness-Seminar  
Naturheilkundeseminare  
Kräuterwanderungen**

\* anerkannt als Bildungsurlaub

[www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de](http://www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de)

**Kornelia Duda**  
Im Wiesengrund 9  
24582 Bordesholm  
Tel.: 04322-885633  
E-Mail: [balance.duda@gmail.com](mailto:balance.duda@gmail.com)



von Hans Peter Maier, Goldenes Rosenkreuz

## Veranstaltungsreihe in Flensburg

# Kontinuität und Verwandlung

**Wir wissen es eigentlich ganz genau: Unser aller Leben – einschließlich der mineralischen, pflanzlichen und tierischen Naturreiche – ist einem permanenten Wandel unterworfen. Und dennoch erhoffen wir stets dauerhafte und bleibende Werte. Veränderungen können uns herausfordern und unser Sicherheitsbedürfnis in Frage stellen, denn alles Bleibende und Wiedererkennbare vermittelt uns mitunter Ruhe und Sicherheit.**

Genau genommen sind wir zwischen den beiden Polen des Wandels und der Dauerhaftigkeit hin- und hergeworfen, neigen aber von unserem Persönlichkeitstyp mehr der einen oder anderen Seite zu.

Für den Moment unseres stofflichen Lebensendes stellt sich wieder die Frage:

Kontinuität oder Verwandlung?

Führen wir unser bisher gelebtes Leben auf einer anderen Energieebene weiter oder verwandelt sich unser Wesen in anderen Dimensionen in eine andere Form?

Tiefgreifende Wandlungen in der Welt beunruhigen uns Menschen und drängen uns zur Suche nach neuen Antworten. Diese Antworten sind jedoch in unseren Herzen bereits vorhanden, denn dort liegt ein mächtiges geistiges Prinzip verborgen – unser göttlicher Ursprung – als Möglichkeit zu einem ganz neuen Beginn.

Dieses Urprinzip wirkt wie ein ewiger Ruf aus einem fernen Reich, der Dimension des Geistig-Göttlichen. Gleichzeitig können wir lernen, die Kräfte und Energien zu unterscheiden, die unser Leben beeinflussen.

Denn als Mensch sind wir eine komplexe Welt im Kleinen und empfänglich für verschiedene Vibrationen, Grobstoffliches und Feinstoffliches, Sterbliches und Unsterbliches, Gegenwärtiges und Uraltes.

Paulus sagt im 1. Korintherbrief 15,51:

*„Siehe, ich sage euch ein Geheimnis: Wir werden nicht alle entschlafen, wir werden aber alle verwandelt werden.“*

Können wir darin die spirituelle Aufgabe des Menschen erkennen, von der stofflichen Seite seiner Existenz zu einem ganz anderen Dasein zu gelangen und ein erleuchtetes Seelenbewusstsein zu entfalten, das für die Eindrücke und Schwingungen der göttlichen Welt vollkommen offen ist?

Die „Lichtlehren“ aller Zeiten – von Zarathustra, Buddha, Krishna, den Gnostikern und Urchristen – gaben zu ihrer Zeit den Hinweis auf die helfenden Kräfte einer universellen Bruderschaft, die die suchenden Menschen dabei unterstützen, den nächsten Schritt einer seelisch-geistigen Entwicklung zu vollziehen, nämlich die

**„Verwandlung des Menschen im Licht“.**

Seminare in Flensburg und Kiel



## Die Verwandlung des Menschen im Licht

## Das Rosenkreuz – Symbol für einen spirituellen Entwicklungsweg

Im Seminar gewinnen Sie einen Einblick in Lehre und Ziel des Goldenen Rosenkreuzes. Sie erfahren etwas über die universelle Kosmologie und Philosophie sowie über praktische Aspekte des Weges einer Geist-Seelen-Entwicklung. Die Fragen zum Sinn des Lebens verbinden den Seminarteilnehmer mit den Weisheitslehren aller Zeiten. Wir laden Sie ein, in sieben Etappen die Möglichkeiten dieses Weges zu entdecken.

Die sieben Themen:

**Der Ruf des Lichtes im Menschen / Das Vergängliche und das Ewige im Menschen / Der Mensch – ein vielschichtiges Wesen / Auf dem Weg zum Licht / Das wahre Lebensziel des Menschen / Helfende Kräfte auf dem Befreiungsweg / Der Schüler im Kraftfeld der Geistesschule**

**jeweils  
19.30 Uhr**

**Dienstags 29.09. / 06.10. / 13.10. / 20.10.**

Kiel, Andreas-Gayk-Str. 23–25

**Mittwochs 30.09. / 07.10. / 14.10. / 21.10.**

Flensburg, Aktivitetshuset, Norderstr. 49

Die Veranstaltungen sind kostenlos.



Goldenes Rosenkreuz

Kiel – Andreas-Gayk-Str. 23–25

0163 4874680

kiel.info@rosenkreuz.de

[www.rosenkreuz.de](http://www.rosenkreuz.de)

# Schlaf gut!

*“Wenn Schlaf keine lebenswichtige Funktion erfüllt, ist es der größte Fehler, den die Evolution gemacht hat”.  
(Dr. Allan Rechtschaffen)*

**Alle bisher erforschten Individuen dieser Erde schlafen, wenn auch unterschiedlich viel. Die Fledermaus zum Beispiel schläft 19 Stunden pro Tag, der tägliche menschliche Schlaf liegt bei 7–8 Stunden.**



von Michaela Jacobs

Dieser Umstand legt nahe, dass der Schlaf für Lebewesen von unglaublicher Bedeutung sein muss. Dennoch ist der Schlaf in unserer Zivilisation das erste, an dem wir sparen, wenn das, was uns wichtig ist, nicht mehr in unseren Tag passt. Die Meinung, Schlafmangel sei für beruflichen Erfolg erforderlich, oder auch, wir würden etwas verpassen, wenn wir mehr schlafen, ist vielen von uns vertraut.

Neueste Schlafforschungen legen allerdings nahe, dass das Gegenteil der Fall ist. Ein gut ausgeschlafener Mensch ist emotional stabiler, belastbarer, leistungsfähiger und fällt sinnvollere Entscheidungen. Er ist gesünder, lebt leichter und mit Freude.

Wie kommt es dann, dass immer mehr Menschen immer weniger und immer schlechter schlafen? Wie kommt es, dass uns offenbar das Gespür dafür abhanden gekommen ist, was wir brauchen, um gesund zu sein?

Durch die technische Entwicklung hat sich unser Lebensstil maßgeblich verändert. Wir sind eingespannt und angespannt. Wir haben zu wenig Tageslicht am Tag und zu viel künstliches Licht am Abend. Oft müssen wir zu früh aufstehen und gehen zu spät ins Bett.

Die Konflikte, die wir am Tage nicht lösen konnten, begleiten uns bis in die Nacht. Die Aufgaben, die uns morgen erwarten, tun das Gleiche.

Die Erfahrung solcher ganz oder teilweise durchwachten Nächte schürt die Angst vor einer weiteren schlaflosen Nacht ...

Erstaunlich schnell gewöhnen wir uns an Leistungseinbußen und halten sie für den Normalzustand. Manche gehen sogar noch weiter: Sie fangen an, Dinge zu tun oder zu lassen, um besser schlafen zu können. Eine Zeit lang mag das auch funktionieren – aber was, wenn irgendwann zu wenig Lebensgefühl übrigbleibt?

Wann bist Du das letzte Mal von allein vor dem Wecker wach geworden und hast Dich erholt und ausgeschlafen gefühlt?

Das nämlich ist der Normalzustand. Eine durchschlafene Nacht ist nicht nur eine gute Nacht. Darauf folgt unweigerlich ein guter Tag.

Ein Tag, an dem Du Dich den Herausforderungen gewachsen fühlst; der von Deiner Kraft und Gelassenheit geprägt sein wird.

Schlaf ist so viel mehr als durchschlafene Nächte.

Meine Erfahrungen mit dem Schlaf begannen sehr früh. Als Kind schon – ich erinnere, dass ich immer die Augen zugehalten habe, damit meine Eltern nicht merken, dass ich nicht schlafe. Ich erinnere mich an das sprichwörtliche Lesen unter der Bettdecke und an die schlaflosen Nächte meines Erwachsenenlebens. Der Schlaf und die Schlaflosigkeit haben mein Leben in so nachhaltiger Weise geprägt, dass ich heute Menschen mit Begeisterung und Erfolg begleite, denen es ebenso geht.

Kernstück meiner Arbeit ist das Schlaftraining. Es kommt harmlos daher, weil es nicht darum geht, eine neue Methode zu erlernen. Vielmehr macht es sich naturgegebene Prinzipien zunutze, die sich ohne großen Zeitaufwand an die eigene Situation anpassen lassen.

Zu erleben, wie Menschen wieder schlafen lernen, dabei sein zu dürfen, wenn sich ihre Tage wieder mit Lebendigkeit füllen, erfüllt mich mit tiefer Dankbarkeit.

EINFACH BESSER SCHLAFEN

DIE SCHLAFBERATERIN

- **Schlaftraining**  
5-Wochen-Konzept zur Schlafförderung  
einzeln oder in Gruppen
- **Vorträge rund um den Schlaf**
- **Schlafplatzuntersuchungen**  
und Messungen elektromagnetischer  
Felder am Schlafplatz bei  
standortbedingten Schlafstörungen

MICHAELA JACOBS

Auf der Höhe 8 • 24357 Fleckeby  
Telefon: 04354 - 2833665

E-Mail: michaelajacobs@versanet.de  
www.die-schlafberaterin-sh.de

# Effektive Mikroorganismen, EM

**EFFEKTIVITÄT** bedeutet, Dinge zu tun, die uns einem Ziel näherbringen, kurz gesagt: die richtigen Dinge tun.

Mikroben haben für den Menschen viele bislang völlig unterschätzte, aber lebenswichtige Aufgaben. Effektive Mikroorganismen bringen uns vielen verschiedenen Zielen näher: biologische Boden- und Pflanzenstärkung, Gesundheit, Wohlbefinden, hygienische Reinigung ohne giftige Chemie, gesunde Tiere, gesundes reines Wasser.

Mikroorganismen spielen für unser Leben eine zentrale Rolle. Wenn Bakterien und andere Mikroben rot wären, würde unser ganzer Planet in dieser Farbe leuchten. Ohne sie wäre Leben undenkbar. Überall dort, wo Effektive Mikroorganismen angewendet werden, geben sie einen Impuls an das jeweilige Milieu ab, der das Zusammenwirken der Kleinstlebewesen vor Ort fördert.

## Bakterien sind Virenfänger

Je besser man sein Mikrobiom, also die Gemeinschaft der Mikroben im Körper pflegt, desto stabiler ist der Organismus.

„Viren sind genetische Informationen in einer Hülle. Sie brauchen lebende Zellen zur Vermehrung, auf deren Oberfläche sie sich anheften. Eine gesunde Bakteriengesellschaft auf den Schleimhäuten, beispielsweise im Rachen und in den Atemwegen, behindert das Anheften von Viren. Zusätzlich gibt es im Darm sogenannte M-Zellen, die mit den Bakterien kooperieren. Sie bewirken, dass Immunzellen über das Blut Eiweiße auf feuchten Häuten wie Auge, in der Nase, Mund, Rachen, Blase usw. bilden. Diese Immunglobuline können sich Viren schnappen und sie neutralisieren. Fehlen die zugehörigen Bakterien im Darm, fehlen auch diese Virenfänger.“

(Auszug aus einem Interview mit Dr. Anne Katharina Zschocke, freie Fachdozentin, Pionierin für Effektive Mikroorganismen, ganzheitliche Mikrobiologie und Bakterienheilkunde)

Unser Immunsystem hängt also unmittelbar mit unserem Darm zusammen. Dieser ist viel mehr als nur ein Verdauungsschlauch. Denn 70 % unserer körpereigenen Abwehr sind dort beheimatet. Im gesamten Verdauungstrakt befinden sich mehr Mikroorganismen, als der Mensch eigene Körperzellen besitzt. Sie sorgen nicht nur für optimale Nahrungsverwertung und die Bereitstellung von Vitaminen und Enzymen, sondern sie wirken auch wie eine Barrierschicht gegen Krankheitserreger und schädliche Stoffe.

Als erstes geht es darum, umzudenken und Bakterien als Partner zu akzeptieren. Zu einem bakteriell gesunden Leben gehört eine Zahnpasta ohne antimikrobielle Stoffe. Es gehört gründliches Kauen dazu, damit die Nahrung in Mund und Magen für die Darmbakterien gut vorbereitet wird. Eine bakterienfreundliche Ernährung, zum Beispiel mit natürlich-milch-sauer eingelegtem Gemüse und ballaststoffreicher Nahrung, ist ebenso hilfreich.

Die Bakterien im Darm vermehren sich abhängig davon, was dort ankommt. Alle synthetischen Zusatzstoffe belasten sie.



Um das Mikrobiom zu stärken, empfehlen wir täglich 30 ml eines EM-Fermentgetränkes einzunehmen.



Ebenso sind ausreichend Bewegung an frischer Luft, gesunde Tagesrhythmen, das Trinken von reinem Wasser und ausreichend Schlaf unterstützend. Darüber hinaus sollte die Umgebung bakteriell gesund sein. Mit

dem EMSana Raumspray lässt sich ein gesundes Raumklima herstellen.

Nun kaufen sich zurzeit viele Menschen Desinfektionsspray, um sich vor Bakterien und Viren zu schützen. Und auch Experten raten zum häufigen Händewaschen. Ist das wirklich sinnvoll?

Es hat sich bewährt, mit Effektiven Mikroorganismen (EM blond) vorsorglich Hände und Gesicht einzureiben und Risiko-Oberflächen in der Umgebung abzuwischen. Das ist eine einfache und



wirksame Virenprophylaxe. Wo in Schulen beispielsweise die Fußböden mit Effektiven Mikroorganismen geputzt wurden, nahm die Zahl der kranken Kinder ab.

Bitte beachten Sie: Hände waschen und desinfizieren sind zweierlei. Viren lassen sich mit den gängigen Desinfektionsmitteln gar nicht auflösen. Beim Desinfizieren werden vor allem Bakterien und Pilze beseitigt und was bleibt übrig: Viren. Gesunde Hygiene heißt, eine passende Mikrobemischung zur passenden Zeit am passenden Ort. Bakterien gehen im Körper in Kontakt mit weißen Blutkörperchen, den sogenannten regulatorischen T-Lymphozyten, die das Immunsystem balancieren. Mikroorganismen können die Gesundheit besser untereinander und mit unseren Zellen regeln als jeder Eingriff.

## Neu im EM-Laden: Zunderschwamm – der Wunderschwamm

Heißhunger auf Süßes verschwindet – das ist nicht die einzige wunderbare Wirkung des Zunderschwamms, ein Vitalpilz, der an Laubbäumen wächst. Seine wertvollen Inhaltsstoffe





sind schon seit Urzeiten bekannt. Der griechische Arzt Hippokrates nannte ihn einen „Segen für die Menschheit“.

Dank seiner **antibakteriellen, antiviralen und fungiziden** Wirkung wird er in hochwirksam aufbereiteter Form vor allem im Magen-Darm-Bereich erfolgreich eingesetzt. Sein positiver Einfluss auf das Immunsystem, den Cholesterinspiegel und den Blutzuckerspiegel ist nur ein kleiner Teil des großen Spektrums an wundersamen Einsatzmöglichkeiten des Zunderschwamms.

Eine Kur mit einem EM-Fermentgetränk (z. B. Multi Impuls oder Green Redox) kann durch die Einnahme von Zunderschwamm-Pulver (ca. 1–2 Teelöffel am Tag, in Wasser eingerührt) optimiert werden.



Zum einen wirkt der Zunderschwamm als Präbiotikum. Er versorgt die Darmbakterien mit guter Nahrung. Zum anderen hat er eine immunstimulierende Wirkung. Dies liegt am hohen Anteil an Beta-Glucan. Dieser Wirkstoff unterstützt die Makrophagen, die sogenannten „großen Fresszellen“. Sie sind Teil unserer Immunabwehr und sorgen dafür, dass krankheitserregende Bakterien und Viren aus dem

menschlichen Organismus entfernt werden.

Für die Herstellung werden ausschließlich Bio-Zunderschwämme aus nachhaltiger deutscher Forstwirtschaft (Mischwälder) verwendet, in enger Kooperation mit den Bayerischen Staatsforsten und den Naturschutzbehörden.

Effektivität beinhaltet aber auch die Frage nach dem Weg. Was kann jeder Einzelne tun, um dem Ziel Gesundheit und nachhaltigem und zukunftstauglichem Lebensstil näher zu kommen?

Im EM-Laden in Barkelsby bieten wir Ihnen eine effektive Beratung und regelmäßige Infoveranstaltungen an, damit Sie mit Leichtigkeit EM in Ihren Alltag integrieren können.

**Am 8. November finden Sie uns auch mit einem Stand auf der Heilsam-Messe in Glückburg.**

**Bei einem spannenden Vortrag erfahren Sie mehr über die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten von EM.**



**Effektive Mikroorganismen**  
EM-Inntal

**Corina Blaase**  
zertifizierte EM-Beraterin

Verkaufsraum:  
Riesebyer Str. 2 - 24360 Barkelsby  
**Tel. 04351 899191**

Unsere Öffnungszeiten  
finden Sie online unter:  
[www.em-inntal.de](http://www.em-inntal.de)

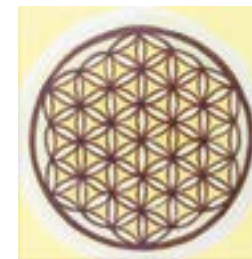
## Intuitiv Deinen Weg gehen

# Das, was wir wahrnehmen, ist immer nur ein Teil des großen Ganzen



von Gesine Hansen

**Stellen Sie sich eine Ameise vor, die über ein großes Gemälde krabbelt, von einer Farbfläche in die nächste, nicht wissend, was sie erwartet. Das große, ganze Bild wird sie immer nur erahnen. Erlauben wir uns die Gewissheit, dass es ein Gesamtbild gibt, eine schöpferische Idee hinter allem, können wir beginnen, unsere Intuition darauf auszurichten. Dieser inneren Stimme zu folgen fällt leichter, wenn wir unsere Wahrnehmungskanäle gut kennen und empfangene Bilder zuordnen und deuten können. Das Vertrauen in die eigene Intuition ist ein erfahrenes Wissen.**



Hier Sicherheit zu erlangen, gibt Selbstvertrauen und eine Richtung im Leben. Vielleicht haben Sie auch schon einmal die Erfahrung gemacht, dass eine

**finden Sie mich auf der Heilsam-Messe in Glücksburg.** Sprechen Sie mich an. Gern unterstütze ich Sie auch in einer Einzelberatung auf Ihrem persönlichen Weg.  
Herzlichst Ihre Gesine Hansen

Verstandesentscheidung, und sie mag sich noch so plausibel angehört haben, dann doch nicht die richtige war? Der inneren Stimme intuitiv zu folgen, heißt oft, Neuland zu betreten und nicht wirklich zu wissen, was kommt. Mein Vorschlag ist es, sich einmal die Erlaubnis zu geben, den Weg erst in dem Moment erkennen zu wollen, in dem der nächste Fuß aufsetzt.

Das Jahresseminar „Sich auf den Weg machen ... Schamanisch inspiriertes Jahr als Weg-Geher-In“ bietet Ihnen einen Erfahrungsraum, um Ihre Wahrnehmung zu weiten und vor einem größeren Bild zu deuten. Empfangene Bilder zu verstehen, die innere Absicht gut zu kennen und intuitiv handeln zu können, schenkt Handlungsspielraum und Selbstheilungskraft. Hier verrät uns die äußere Natur viel über unsere innere Natur und wir dürfen das große universelle Wohlwollen und die Liebe hinter allem kennenlernen.

Nähere Informationen finden Sie auf meiner Homepage [www.weg-geherin.de](http://www.weg-geherin.de) und am **08.11.2020**

„Es ist an der Zeit“  
...ist es Zeit für Dich?  
**Willst Du einen Schritt tun?**  
Hin zu Dir,  
in Deine Bestimmung,  
in Dein Glück?  
**Willst Du etwas verändern  
in Deinem Leben?**  
Klarheit finden,  
ruhig und gelassen sein  
und tun, was Dich glücklich macht?  
**Lass uns ein Stück Weg gemeinsam gehen**

**Gesine Hansen**  
Schamanin und  
Heilpraktikerin für  
Psychotherapie [www.weg-geherin.de](http://www.weg-geherin.de)  
0160 99174410 • [info@weg-geherin.de](mailto:info@weg-geherin.de)  
Praxis: Oskar-Struve-Weg 15 a  
24943 Flensburg/ Adelby



Foto: Laura Calletti

von  
Dagmar  
Längert

## Walfahrt – eine Reise zu 13 Vertreterinnen des Rates der europäischen Großmütter

Das Projekt „Walfahrt“ ist ein soziales Kunstprojekt von Eike Eschholz, das Impulse von hohen ethischen Werten in die Gesellschaft einbringt. Sie stellt das kulturelle Europa mit seinen indigenen Volksgruppen in den Fokus und schafft Öffentlichkeit für einen einheitlichen Geist Europas. Diesen Geist findet sie auf ihren Reisen zu 13 VertreterInnen des „Council of European Grandmothers“. Weise Alte sind die Träger der kulturellen Eigenschaften ihres jeweiligen Landes. Die europäischen Werte wie Toleranz, Gerechtigkeit, Friede, Solidarität, Gleichwert, Freiheit und Menschenwürde sind tief in ihnen verankert und werden durch sie gelebt und transportiert.

Sie beschenken die Gesellschaft mit Weisheit, die den Weg in ein neues Europa ebnen kann. Die Alten sind gelebte Geschichte und verdienen Beachtung, Wertschätzung und Würdigung. Das erfahren sie durch die Öffentlichkeitsarbeit während des Projektprozesses, am Schluss durch die Präsentation der Ergebnisse in Form einer Ausstellung von allen Kunstwerken und durch ein Buch, das die 13 Frauen des „Council of European Grandmothers“ vorstellt, und selbstverständlich darüber hinaus.

Das soziale Kunstprojekt „Walfahrt“ schafft positive Leitbilder und Orientierung für junge und alte Menschen in Europa. 2004 trat der „International Council of Thirteen Indigenous Grandmothers“ zusammen. Dreizehn indigene Großmütter, weise Frauen, kamen aus allen vier Himmelsrichtungen der Erde zusammen, schmiedeten eine historische Allianz, erhoben ihre Stimme und boten der Welt Unterstützung an. Die Weisheit der Alten verschaffte sich Gehör, um einen Wandel im derzeitigen Umgang mit uns und unserem Planeten zu bewirken.



Walfahrt von Eike Eschholz

Tief beeindruckt von diesen Frauen machte sich Eike Eschholz daran, diese starke weibliche Kraft in Frauen und Männern in ihrer Umgebung und auf Reisen durch verschiedene Kulturen und Religionen zu finden und sie dann künstlerisch aufzuarbeiten. Das Projekt „33 Göttinnen“ fand 2015 nach vier Jahren mit einer Ausstellung in der größten Privatgalerie Schleswig-Holsteins/Galerie Carlshöhe sein Ende.\*\*

Inzwischen haben sich auf der ganzen Welt, selbstverständlich auch in Europa, viele Großmütter-Kreise gebildet.

Der „Council of the European Grandmothers“\*\*\* wurde im September 2015 in Meran mit dem Segen

des „International Council of Thirteen Indigenous Grandmothers“ gegründet. Beim zweiten Treffen des Rates der europäischen Großmütter im September 2016 durfte die Künstlerin dabei sein und entschied sich dafür, mit ihnen zusammen an ihrem Projekt „Walfahrt“ zu wirken.

DVD „For the next 7 Generations“ – Dokumentation\*\* Informationen über „Council of the European Grandmothers“ auf [www.helgalanger.de](http://www.helgalanger.de)

### Ziele und Vision

- Einbringen von Impulsen hoher ethischer Werte in die Gesellschaft
- Erinnern an die europäischen Werte wie Toleranz, Gerechtigkeit, Friede, Solidarität, Gleichwert, Freiheit und Menschenwürde



oben: Das Atelier in der Carlshöhe 78 in Eckernförde.

unten: Die Künstlerin und Projektverantwortliche Eike Eschholz.

- Wertschätzung und Würdigung der Alten in der Gesellschaft
- Erschaffen von positiven Leitbildern, Orientierung für junge und alte Menschen
- Verbreitung der Information über den einheitlichen Geist Europas, basierend auf den europäischen Werten
- künstlerische Weiterbildung
- Bewusstseinsweiterung
- Kontakterweiterung/Vernetzung mit Menschen in ganz Europa
- Finanzielle Unterstützung durch Bereitstellung der Gesamtsumme von ca. 77.000 € durch Stiftungen, Sponsoren und Spender, die im Buch „Walfahrt“ genannt werden
- Reisen in 13 europäische Länder zu 13 VertreterInnen des Council of European Grandmothers
- Malen von ca. 66 Bildern
- Veranstaltung mit Präsentation von ca. 66 Bildern und dem Buch „Walfahrt“. Das Buch beschreibt die Reisen, die 13 „Grandmothers“ und zeigt die gemalten Werke mit Worten, die die Essenz der Bildinhalte beschreibt.
- Schaffen von Öffentlichkeit

Foto oben links: Walfahrt Nr. 8 – Griechenland Sofia Foteina-Chatzikokoli

oben rechts: Walfahrt

Inspirationen und Impulse schreiben diese Geschichte weiter und stellen einen gelebten Traum auf den Boden von Mutter Erde.

Eike Eschholz besuchte seitdem jede der Großmütter in ihrem Land und stellte jeder einzelnen vier Fragen:

1. Wer bist Du?
2. Was tust Du?
3. Wo bist Du?
4. Was sagst Du?

Zu jeder Frage hat sie die Antwort in einem Bild festgehalten. Spannende Reisen in 12 Länder wurden bereits von der Künstlerin absolviert und sie hat jede Fahrt mit den gemalten Bildern in einer 16-seitigen Broschüre festgehalten. Nun möchte Eike Eschholz im Herbst 2021 die 13 Großmütter zu einer Konferenz nach Eckernförde einladen. Für dieses Wochenende benötigt sie Sponsoren, die dieses großartige Projekt weiterhin unterstützen. [www.councileugrandmothers.eu](http://www.councileugrandmothers.eu).

Walfahrt Nr. 9 – Irland Mary Grant

Wer mehr über das Walfahrt-Projekt mit Konferenz erfahren und es finanziell unterstützen möchte, ist herzlich eingeladen, sich bei Eike Eschholz zu melden: Telefonnummer 04351 769609, [info@eike-eschholz.de](mailto:info@eike-eschholz.de)

Kontoverbindung: Eike Eschholz, Eckernförder Bank e. G. IBAN DE14 2109 2023 00115650 01, BIC: GENODEF1EFO, Betreff Spende Walfahrt Konferenz.

Wenn eine Spendenbescheinigung gewünscht wird: Natur & Kultur Carlshöhe e.V., Förde Sparkasse, IBAN DE44 2105 0170 1003 1731 74 Verwendungszweck: Konferenz Walfahrt. Die Redaktion Weite Horizonte ist von dem Projekt tief berührt und wird in jeder Ausgabe über den Fortgang berichten.

#### Zur Künstlerin:

Eike Eschholz lebt und arbeitet als Künstlerin in Eckernförde. Ihr Atelier ist im Atelierhaus in der Carlshöhe 78, wo sie neben vielen weiteren Künstlern ihre bekannten Seelenbilder malt. Seelenbilder sind Auftragsarbeiten. Für ein Seelenbild braucht die Künstlerin den Namen und das Geburtsdatum

des Auftraggebers. Das in liebevoller Weise gefertigte Seelenbild enthält Symbole, Formen und Farben, die Informationen über die Elemente der Seele des Auftraggebers, die zum Ausdruck gebracht werden wollen. [www.eike-eschholz.de](http://www.eike-eschholz.de)



#### Zur Carlshöhe:

Das ehemalige Bundeswehrgelände wurde im Februar 2008 durch den Investor Wolfram Greifenberg erworben, knapp ein Jahr später begannen auf dem Areal die Bauarbeiten. Längst sind auf Carlshöhe aus Schwertern Pflugscharen geworden. Und die dynamische Entwicklung des neuen Eckernförder Stadtteils geht ungebremst weiter. Fast täglich werden Wohnungen oder Häuser bezogen und im Carls finden fast täglich Veranstaltungen statt. Und so wird die Carlshöhe von Tag zu Tag mehr zu einem Gesamtkunstwerk, das Menschen anzieht, inspiriert und begeistert. [www.carlshoehe-eckernförde.de](http://www.carlshoehe-eckernförde.de)



# Heilsam

**Info-Messe für  
Alternative Heilmethoden, BewusstSEIN  
& Gesundheit**



**Sonntag 08. November 2020  
von 10-18 Uhr - Rudehalle Glücksburg  
[www.heilsam-messe.de](http://www.heilsam-messe.de)**

*Termin unter Vorbehalt je nach gesetzlichen Bestimmungen*



von Karen Tiedemann

Auf der Heilsam-Messe in Glücksburg

## Ich tue das, was mir Freude macht

Es begab sich, dass ein Mann an einer Baustelle vorüberging. Neugierig näherte er sich drei dort arbeitenden Männern und fragte den ersten, was dieser dort machen würde. „Was für eine dumme Frage!“ erwiderte der. „Jeder Mensch kann doch sehen, dass ich Steine klopfe.“ Der Mann ging weiter zu dem zweiten Bauarbeiter und befragte auch diesen nach seiner Tätigkeit. Der zweite Arbeiter antwortete: „Ich verdiene hier meinen Lebensunterhalt. Es ist mir ganz gleich, welche Arbeit ich verrichte.“ Schließlich erreichte der Mann auch den dritten Bauarbeiter.

Auch ihn sprach er auf die gleiche Weise an wie die anderen Männer. Mit einem strahlenden Lächeln wandte der Arbeiter sich dem Fragenden zu und sagte: „Ich wirke mit am Bau dieses wunderbaren Tempels, der einmal vielen Menschen Freude und Erfüllung bringen wird.“

Alle drei Männer verrichten die gleiche Arbeit, aber mit unterschiedlicher Intention. Lediglich der letzte verrichtet sein Tagwerk mit Freude. Welcher der Männer wird wohl in seinem Leben am glücklichsten sein? „Ich tue nur das, was mir Freude macht“ – das ist ein schöner Anfang. Aber es gibt ja immer wieder Dinge, die wir vielleicht nicht so gern tun, die jedoch erledigt werden müssen. Möglicherweise die Steuererklärung oder der Abwasch oder Wäscheberge bügeln. Sicherlich fällt Dir da spontan etwas ein. Was wäre, wenn wir uns entscheiden, einfach alles, was wir machen, mit Freude zu tun?

Normalerweise vergeht die Zeit bei schönen Dingen gefühlt viel schneller als bei mühsamen Arbeiten.

Vielleicht geht uns Unangenehmes leichter von der Hand, wenn wir es mit Freude tun? Einen Versuch ist es sicherlich wert. Und wenn Du

mit etwas spiritueller Disziplin dranbleibst, kann sich Dein gesamtes Lebensgefühl verbessern.

Ich begleite Menschen auf ihrem persönlichen Entwicklungsweg, helfe Nicht-Gesundheit aufzulösen und unterstütze in aufgabenreichen Lebenszeiten. Die Anregung der Selbstheilungskräfte ist mir ein besonderes Anliegen.

Einen Vortrag zu diesem Thema halte ich auf der Heilsam-Messe im Bühnenzimmer um 10.30 Uhr. ■

*Hosentaschensonne*



*...die immer scheint...*

**Karen Tiedemann**  
Heilerin

*Meine LichtQuelle*

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
| <b>Geistiges Heilen</b>          | Rieloh 8, 25355 Heede  |
| <b>Seminare und Einweihungen</b> | Dorotheenstraße 159<br>22299 Hamburg                                 |
| <b>Reiki · Feng Shui</b>         | Telefon 04123 - 9390043  |
| <b>Ganzheitliche Aufrichtung</b> | <a href="http://www.MeineLichtquelle.de">www.MeineLichtquelle.de</a> |
| <b>Indienreisen</b>              | <a href="mailto:meinlichtquelle@gmx.de">meinlichtquelle@gmx.de</a>   |

# Geomantie Hans Hansen

## Hans Hansen ...

ist langjähriger Berufs-Geomant. Er ist der, mit dem die Erde spricht. Durch seine angeborene Hellsichtigkeit und seine lebenslangen Erfahrungen hat er seine Kanäle und Sinne so weit verfeinern können, dass er mit den Wesenheiten der Natur kommuniziert.

Hans Hansen ist einer der führenden Vertreter moderner westlicher Geomantie und ebenso ein Lehrer für das „Neue Zeitalter“. In den letzten 25 Jahren hat Hans Hansen durch seine Arbeit wesentlich dazu beigetragen, das alte Wissen der Geomantie wieder zu beleben. Zu seinen Lehrern zählen der weltweit agierende Marko Pogacnik und der englische Mysterienlehrer Peter Dawkins ebenso wie Rudolf Steiner mit der Anthroposophie. Seine Geomantie ist ein lebendiges Werkzeug zur eigenen Wahrnehmungsschulung und gibt ungeahnte Einblicke in die Webformen des eigenen und allen Lebens.

## Alles lebt! ... und so auch die Erde.

Sie ist mehr als ein, im Inneren heißer, großer Stein mit einer festen Kruste, auf der das Leben stattfindet! Sie ist ein lebendiges uraltes Wesen, durchdrungen von vielerlei Energien, die auch uns durchdringen und täglich

mit neuer Energie versorgen. Noch mehr: Unser Körper ist ein Geschenk von Mutter Erde. Er ist aus ihr gemacht und genauso durchdrungen wie erhalten von jenen Energien und Qualitäten wie sie selbst. Unser Körper ist das Zuhause unserer Seele – was liegt da näher, als dass Mutter Erde ebenso beseelt ist? Wie könnte es anders sein, als dass Seelen miteinander sprechen? Um sich auszutauschen, voneinander zu lernen und miteinander zu leben.

## Geomantie ist ...

die Weisheits- und Erfahrungslehre, die uns den Zugang eröffnet zu den feineren, nicht-materiellen Ebenen der Erde. Sie gibt es in allen Kulturen, z. B. als Vastu in Indien oder als Feng Shui in China. Mit Geomantie lassen sich Plätze, in denen Menschen ein harmonisches Leben führen können, von solchen unterscheiden, in denen die Energien eher schädigend wirken. Der Mensch hat dieses Wissen in früheren Zeiten für sich genutzt, für die Auswahl von Wohnstätten bis hin zur Gestaltung von Grabanlagen (z. B. Hügelgräbern). Somit ist Geomantie ein Erfahrungswissen, das es versteht, die Kräfte der Erde im Einklang mit Mensch, Kultur und Natur zu gestalten.

## Unsere Seminarreihe,

die eine Ausbildung ist und die wesentlichen Bestandteile der modernen westlichen Geomantie beinhaltet, besteht aus elf Wochenendseminaren. In den beiden ersten Seminaren geht es um die Grundlagen, etwas mehr Theorie und die ersten Wahrnehmungsübungen (September und Oktober). Ab dem dritten Seminar kommt praktisches Arbeiten hinzu. Denn im November beschäftigen wir uns mit Symbolen, die wir in Ton einarbeiten. Diese sogenannten Kosmogramme stärken und harmonisieren die Kräfte. Ab dem fünften Seminar kommen Haus- und Grundstücksheilungen hinzu, wo wir das eigenständige Arbeiten üben. Jedes Wochenende hat ein Thema, mit dem wir uns intensiv beschäftigen, austauschen, üben u. s. w.

“Learning by doing!” bedeutet erfahren, spüren, einfühlen und lernen, die verschiedenen Qualitäten und Wesenheiten in der Natur wahrzunehmen, zu unterscheiden, anzusprechen und damit umzugehen.

## Der Film als DVD



## Das Buch



Wenn Du Dich für Geomantie interessierst, aber keine Ausbildung machen möchtest, kannst Du auch einzelne Seminare nach Absprache oder lediglich die Einsteigerseminare oder das Schnupperwochenende besuchen: Der Quereinstieg in eine laufende Seminarreihe ist nach Absprache (fast) jederzeit möglich!

Wenn Du nur einmal einen Samstagvormittag reinschnuppern möchtest, bist du umsonst dabei.

Für diese Seminare gibt es u. U. einen Weiterbildungsbonus von 50 % der Seminargebühren von der IB-SH !

## Ausbildung & Seminare

- 12.–13.09.2020 Elementare Energien
- 10.–11.10.2020 Gitternetze Strukturkräfte
- 07.–08.11.2020 Kosmogramme
- 05.–06.12.2020 Die Göttin in der Landschaft

11 Wochenenden in einem Jahr, einzeln oder in Blöcken

## Weiterbildungsbonus ggf. möglich

Quereinstieg möglich 210,- € oder 250,- € pro Wochenende

## Urlaubsseminar: Pilgern auf La Gomera

05.–19.04.2021

## Updateseminare

für Wiederholer und Fortgeschrittene. Infos auf unserer Website.

## Offene Gruppe

in Eckernförde jeden 4. Samstag im Monat um 10 Uhr. Treffpunkt: hafenseitiger Eingang der Speicherpassage, Langbrückenstr. 21, bei Hans anmelden.

## Orts- und Hausheilungen

Auftragsarbeiten geschäftlich und privat: Hans Hansen, Niebywesterfeld 10, 24395 Nieby, 0170 3875112

## Infos & Seminaranmeldungen

info@ImPulseSeminare.de • www.ImPulseSeminare.de  
24340 Eckernförde • Gasstr. 5 • 04351 7674832

## Eintauchen in das Meer des Wissens

Jeder Mensch eignet sich im Laufe seines Lebens sehr viel Wissen auf unterschiedlichsten Gebieten an, bildet sich so seine eigene Meinung und baut darauf ein eigenes Weltbild auf. Dabei spielen immer auch Erfahrungen und Erlebnisse aus der Vergangenheit eine Rolle, die bewusst oder unbewusst den inneren Raum des Wissens füllen.



von Antje Tittelmeier

Aber greifen wir nur auf diesen eigenen Wissensschatz zurück, begrenzen wir uns in den Möglichkeiten einer umfassenden Wissensbildung und Weiterentwicklung.

Tiefes Wissen bedeutet verstehen und geht mit dem Herzen in Resonanz. Denn nur, wer die Wahrheit fühlt, nimmt alle Informationen, Fakten und Weisheiten nachhaltig in sich auf. Der eigene Herzraum spielt somit eine entscheidende Rolle bei der Wissensansammlung und Wahrheitssuche. Hier spüren wir sehr deutlich, was der inneren Wahrheit entspricht und welche Informationen nicht mit unserer Herzenergie in Resonanz gehen. Lernen wir also wieder, dem eigenen Herzen zu vertrauen. Lauschen wir seinen Botschaften und lassen wir uns von seinen Impulsen leiten.

Wie ein Kompass führt uns das Herz auf der Reise durch unser Leben. Hören wir auf unser Herz und vertrauen wir unserer eigenen Intuition, werden wir geleitet und geführt und ersparen uns auf diese Weise so manchen Umweg.

Wohl jeder kennt Beispiele aus seinem Leben, in denen es gut war, der Intuition zu folgen. Oder es gab Situationen, in denen man aus einer Eingebung heraus eine andere Entscheidung getroffen hat, die eine Wendung der Ereignisse mit sich brachte, vielleicht sogar vor Schmerz und Leid bewahrt hat. Diese innere Führung ist immer da, wenn wir uns dafür öffnen und bereit sind, der Stimme unseres Herzens zu folgen.

Neben dem inneren Wissen steht aber auch das gesamte Wissen des Universums für uns bereit, das nur darauf wartet, abgerufen

zu werden. Wir können uns bereit machen, uns mit diesem „Meer des Wissens“ zu verbinden und ganz einzutauchen in die Flut der Informationen, der Weisheit und der Offenbarung. Indem wir uns öffnen, weit werden und uns als Kanal bereitstellen, können uns auch Botschaften aus geistigen Ebenen erreichen. Dieser Vorgang wird auch „Channeling“ genannt. Es gibt viele Menschen, die als „Medien“ regelmäßig Informationen auf diesem Weg empfangen und diese dann schriftlich, verbal oder in Form ihrer Kunst weitergeben.

Gerade in diesen Zeiten der Transformation und Schwingungserhöhung intensiviert sich die Anbindung an die lichtvollen Ebenen des Seins. Für jeden von uns. Deshalb tauche auch du ein in das Meer des Wissens! Entdecke neue Möglichkeiten der Wahrheitsfindung!

# Channeling Kongress

Wissen für die Neue Zeit

Online Event 2020

Sichere Dir jetzt Dein Download-Willkommens-Geschenk von 2 Power-Meditationen & einer Meditationsmusik!



Lass uns das Wissen für die Neue Zeit aufnehmen und Transformation erleben ...

Der Channeling Kongress finden online vom 23.-30.Oktober statt!

Jetzt kostenlos anmelden unter:

[www.channeling-kongress.de](http://www.channeling-kongress.de)

# Wie komme ich in meine Intuition?

**Viele Menschen haben es schon gelernt, auf ihr Bauchgefühl zu hören, auf ihre innere Stimme oder auch Intuition. Aber was, wenn nicht? Wenn immer wieder Zweifel aufkommen? Wie kann ich dann Unterstützung erfahren oder sicherer werden?**

Da gibt es viele unterschiedliche Ansätze. Ich kann nur von meiner eigenen Erfahrung erzählen. Um 2000 herum habe ich mich auf meine persönliche spirituelle Heldenreise gemacht.

Zu Anfang fühlte es sich an wie frisch verliebt. Ich konnte die Engel um mich wahrnehmen, was durch meine Reiki Einweihung noch verstärkt wurde. Alle Welt sollte davon erfahren, dass es so etwas wie Gott/das Göttliche wirklich gibt. Aber alle Welt wollte es gar nicht hören. Was für eine Enttäuschung! Erst nach und nach habe ich begriffen, dass jede/r den eigenen Weg geht, das eigenes Tempo hat und nicht alles großartig finden muß, nur weil ich es mache. Das gilt nicht nur für Freunde, sondern vor allem auch für den Partner, der doch mit mir Schritt halten soll.

Ich habe lange um Führung und Intuition gebetet. Zwischenzeitlich war ich sehr ärgerlich, weil es meiner Meinung nach nicht kam, aber irgendwann habe ich begriffen, dass ich nur hinhören muss, aufmerksam sein und lernen darf, die Zeichen zu lesen. Ein Beispiel: Im Jahr 2008 fing ich mit meiner Ausbildung zur Kundalini Yoga Lehrerin an. Ich hatte zuvor schon seit ca. vier Jahren den Wunsch, vegetarisch zu leben, schaffte es aber nicht, es wirklich umzusetzen. Während der ersten Woche unserer Ausbildung wurden wir köstlich vegetarisch bekocht und auf dem Rückweg nach Hause fiel für mich der entgültige Entschluß, es jetzt in die Tat umzusetzen. Wobei ich mir noch unsicher war, wie ich es denn mit Fisch halten wollte. Ja oder nein. Ich bat um Entscheidungshilfe von oben. Und siehe da, zwei Tage später komme ich dazu, wie mein Mann eine Dokumentation über die Überfischung

der Meere sieht und wie schadstoffbelastet die Fische heute sind. Das war die Entscheidungshilfe, die ich brauchte.

Je länger ich Yoga praktizierte, desto klarer wurde auch meine Intuition. Wenn man regelmäßig in Meditation versinkt und sich mit seinem „höchsten Selbst“ verbindet, wird es einfacher, die innere

*Unser "Heiliger Hain". Hier feiern wir die Jahreskreisfeste und viele andere schöne Zeremonien, darfst jederzeit hierherkommen und meditieren, trommeln oder einfach nur SEIN.*



von Bettina und Jürgen Dahlke

Stimme zu hören. Und wenn man dann das Vertrauen entwickelt, dem zu glauben, was man da hört, fällt es auch nicht mehr schwer, ihr zu folgen. Ich will nicht behaupten, dass es bei mir immer zu 100 % funktioniert, meiner Intuition Folge zu leisten, aber es wird immer leichter, ins Vertrauen zu gehen und dem FLOW zu folgen.

Also sei herzlich eingeladen, deiner inneren Stimme Folge zu leisten, traue dich, es wird gut, vielleicht sogar WUNDERVOLL ...



Das Naturmandala ist beim Schamanenstab-Bau-Seminar während eines Rituals entstanden.

Bettina & Jürgen  
Dahlke



Ausbildung  
zum/zur  
Schamanischen  
Heilkünstler/-in

B 200 Nr. 13, 24992 Paulsgabe  
www.göttinnen-yoga.de

## Vom roten Faden der Weiblichkeit ...

... dem tiefen Fühlen und Wissen um die eigene Weisheit und Schoßraumkraft und die unbändige Freude, mich endlich in meinem Körper und allem, was ich so bin und auch nicht bin, liebevoll anzunehmen, mich zu zeigen und mich in meinem Leben zu feiern!

Vor einigen Jahren folgte ich einer unbestimmten Sehnsucht in mir, die sich sehr laut Gehör verschaffte, mir die einen oder anderen Schmerzen bereitete und mich ziemlich ruppig zum Innehalten aufforderte. Mein Leben war doch eigentlich ganz schön und doch machten sich Fragen in mir breit, die Antworten suchten.

Wessen Lebensplänen, Rhythmen, Wünschen und Erwartungen folge ich eigentlich? Wer bin ich überhaupt, einmal abgesehen von dem Bild der Frau, die mich im Spiegel anschaut? Was macht mich aus? Und wie ehrlich bin ich mir und anderen gegenüber?

Und so blieb mir gar nichts anderes übrig, als meinem inneren Ruf zu folgen und mich auf die Suche nach meinen Antworten zu machen.

Also hielt ich mir immer wieder meinen Spiegel vor die Nase und begann, mich durch mich selbst zu sehen und nach und nach die Frau zu fühlen und wahrzunehmen, die sich hinter so einigen Schutzwällen, Widerständen, Ängsten und Ablenkungsmanövern immer wieder gern versteckte.

Wie Hänsel und Gretel folgte ich einer Spur, die sich mir wie ein roter Faden zeigte und mich

aufforderte, noch mehr zu vertrauen und tiefer hineinzufühlen in die Weisheit meines Körpers, meines Schoßraumes, meines weiblichen Seins.

Auf diese Weise öffnete sich ein Raum in mir, der mir dann doch sehr vertraut vorkam und wo ein ganz besonderer Schatz auf mich wartete, um von mir wieder angenommen und gelebt zu werden. Meine ganz individuelle und ursprüngliche Lebens- und Schoßraumkraft.

Beim Schreiben dieser Worte bekomme ich gerade Pipi in die Augen, fühle ich mich doch immer wieder sehr dankbar, reich beschenkt und auch stolz auf mich, so mutig und neugierig meinem Weg gefolgt zu sein und immer weiterzugehen.

Diesem Weg, der uns Frauen wie ein gesponnener roter Faden über Generationen hinweg miteinander verbindet und der sowohl die schönen, kreativen und kraftvollen als auch die oft schmerzhaften und traumatischen Erfahrungen miteinander verwebt. Und ich bin davon überzeugt, dass jede Frau und natürlich auch jeder Mann jetzt in dieser neuen Zeit und auf eine neue Weise wieder Zugang zu ihrer/ seiner ganz individuellen Schöpfer-, Schoßraum-, Lebenskraft und Lebenslust bekommen darf, um sich und sein Leben zu feiern!

Ob in Einzelbegleitung und/ oder beim Luna Yoga® – es beglückt mich immer wieder sehr, Frauen ein Stück weit auf ihrem Weg begleiten, unterstützen und inspirieren zu dürfen, um ins Fühlen zu kommen mit dem, was ist, war und sein kann ...

Mehr zu mir, meiner Arbeit und meinen Luna Yoga® Kursen/ Workshops rund um entspannte Beckenkraft und Lebensfreude findest Du auf meiner Homepage oder natürlich auch gern telefonisch. Ich freue mich auf Dich!



## Was ist Energiearbeit/Reiki?

Eine Reiki-Behandlung regt die Selbstheilungskräfte an und bewirkt eine tiefe Entspannung.

Der japanische Begriff „Reiki“ bedeutet „universelle Lebensenergie“ und bezeichnet sowohl die Behandlungsform als auch die Energie, die über das Auflegen der Hände an Energiepunkten und -bahnen übertragen wird.

So wird einerseits auf der körperlichen Ebene Stress abgebaut und dadurch das Wohlbefinden wiederhergestellt. Andererseits wirkt sich die Energiearbeit auch positiv auf die seelische Ebene aus. Bei der Energiearbeit verbinde ich die Anwendung von Reiki mit meiner empathischen Gabe und löse so energetische Blockaden.



Anschließend nehme ich gerne auch die Ratschläge und Hilfe der Krafttiere oder auch anderer Karten zu Hilfe, um auf jeden Menschen individuell eingehen zu können. Zudem biete ich als Reiki-Lehrerin Einweisungen in die ersten drei Reiki-Grade nach Dr. Usui an.

Gleichzeitig verbinde ich Spiritualität mit Kunst und male sehr unterschiedliche spirituelle Bilder in Aquarell und Acryl. Dabei sind viele schöne Schutzengel, Krafttiere, Runen und Symbolbilder entstanden.



von Sandra Steinke

Vier meiner Kunstkalender sind bereits im Handel über den Verlag Calvendo erhältlich, unter anderem meine „Krafttiere in Aquarell“ und meine „Symbolmalerei“.

Meine Symbole und Binderunen male ich auch gerne auf Steine, die dann als Schutzsteine für bestimmte Situationen im Leben hilfreich und unterstützend einwirken.



**Sandra Steinke**  
Energiearbeit

Reiki-Lehrerin / Reiki-Lehrerin

Keitumer Weg 26  
24941 Flensburg

Termine nach Vereinbarung  
unter 0461/ 9403264

[www.sandrasteinkeenergiearbeit.de](http://www.sandrasteinkeenergiearbeit.de)



## Geomantie Jahresgruppe in Kiel –

### Eine Reise durch die Dimensionen von Erde und Kosmos

Während dieses Jahres werden wir an unserer Transformation und Heilung arbeiten – mit Hilfe der Elementarwesen, geistiger Wesen, von Plätzen mit bestimmter Energie, um dann der Natur, der Erde und allen Mitbewohnern zu helfen, zu heilen und zu transformieren.

Dazu werden wir zunächst unsere Wahrnehmung schulen, um in Kontakt mit den verschiedenen Bereichen, Dimensionen und Wesen treten zu können und ihre speziellen Energien zu spüren. Wir werden lernen wahrzunehmen, wo vielleicht ein Ungleichgewicht oder eine Störung vorliegt und wenn man dann um Hilfe bei der Harmonisierung bitten kann.

Wir werden hierbei Techniken und Erfahrungen anwenden, die ich während meiner Geomantieausbildung bei Hans Hansen, mehrerer schamanischer Ausbildungen, der Ausbildung in der Steinheilkunde von Michael Gienger und der Gestalttherapie in meinem Schatzkästchen gesammelt habe. Ein weiterer Schwerpunkt dieses Jahres wird sein, die neuen Wesen und Energiephänomene, die jetzt auf die Erde gekommen sind, um uns bei unserer Transformation zu unterstützen, kennenzulernen und mit ihnen zu arbeiten.

In diesem Sinne wünsche ich uns ein schönes, fruchtbares und befruchtendes Jahr miteinander!



von Maïke Wolfgramm,  
Geomantielehrerin

Foto: Regine Schmidt



Fotos: Maïke Wolfgramm

#### Termine 2020/2021:

- 07./ 08. November: Transformation I
- 12./ 13. Dezember: Elementarwesen
- 09./10. Januar: mythologische Wesen
- 06./07. Februar: Engel
- 13./14. März: Chakren I
- 10./11. April: Chakren II
- 15./16. Mai: die 3 Göttinnen
- 12./13. Juni: die 3 Götter
- 10./11. Juli: Kultplätze
- 07./08. August: Merkaba I
- 11./12. September: Merkaba II
- 09./10. Oktober: Transformation II

#### Anmeldung und Info:

Maïke Wolfgramm  
01522 9847233  
maïke.wolfgramm@yahoo.de  
Geomantie-kiel-schleswigolstein.de



## Intuition und Entspannung

Intuition, auch als innere Stimme, sechster Sinn oder Geistesblitz bekannt, ist etwas, was wir alle haben und was wir nicht lernen können. Intuition können wir lediglich trainieren, so dass wir uns mehr von ihr leiten lassen können.



von Astrid Röhl

Im Gegensatz zu logischen Entscheidungen, die wir im Alltag sehr oft treffen, ist die Intuition nicht vom Verstand abhängig. Sie bedient sich der Kraft unseres Unterbewusstes, dem Bauchgefühl, gepaart mit der Kraft unseres Herzens, dem Sitz der Liebe.

Bei meiner Tätigkeit als Biodynamische Körpertherapeutin und Heilpraktikerin (Psychotherapie) arbeite ich überwiegend mit Berührung und lasse mich dabei von meiner Intuition leiten. Menschen, die zu mir kommen, haben oft psychosomatische Beschwerden und Schmerzen. Sie können sich im Alltag nicht entspannen und somit wird der Fluss ihrer Selbstheilungskräfte blockiert. Verspannungen treten auf.

Damit ich diesen Menschen mit meiner Berührung durch Massagen, Handauflegen und sanften Streichungen Entspannung geben kann, gehe ich in einen meditativen Zustand und lasse meine Energie zu diesen Menschen fließen. Intuitiv lasse ich mich dabei von meinen Händen führen. Sie scheinen zu wissen, wo Berührung wichtig ist.

Manchmal nehme ich auch ein Stethoskop zur Hilfe. Damit kann ich die Bauchgeräusche eines Menschen hörbar machen. Diese stehen in direktem Zusammenhang mit Verspannungen, die im Körper herrschen.

Ich verbinde mich mit diesen Bauch-Tönen und lasse mich ebenfalls intuitiv von ihnen leiten. Das klingt etwas wie Zauberei, aber es „funktioniert“. Letztendlich kann ich dadurch eine noch tiefere Entspannung des Menschen, den ich behandle, erzielen und tiefere Regionen erreichen.

Selbstverständlich kann es durch meine Berührungen auch zu tiefen Bewusstseinsprozessen kommen, da alle Zellen unseres Körpers Vergangenes in sich gespeichert haben. Erinnerungen, die weggeschoben wurden, können aufsteigen und zudem fühlbar werden. Wandel kann geschehen. Natürlich habe ich in meiner 5-jährigen Ausbildung zur Biodynamischen Körpertherapeutin und in meiner mehr als 15-jährigen Aus- und Weiterbildung in bioenergetischer Heilarbeit viel Handwerkszeug gelernt, doch ohne meine Intuition wäre das, was ich an meine Kunden weitergebe, eher mechanisch und kopfgesteuert. Viele Erfahrungen durfte ich im Laufe meiner Tätigkeit sammeln. Doch was mich immer wieder beeindruckt, ist, dass die Menschen durch meine Berührungen in eine tiefe Entspannung gelangen, in der es ihnen möglich ist, Zugang zu ihrem Unbewussten und zu ihrer Intuition herzustellen.

Wer mehr über meine Arbeit erfahren möchte, möge doch bitte unter [www.heilpriesterin.de](http://www.heilpriesterin.de) schauen.

### Astrid Elonka Röhl

Heilpraktikerin – Psychotherapie



Biodynamische Körpertherapie  
Energetische Massagen  
Bioenergietherapie

24119 Kronshagen \* Ruhbergstr. 9  
0431 5364041 \* 0178 1888396

[www.heilpriesterin.de](http://www.heilpriesterin.de)

# Alle Welt spricht vom Klimawandel und nun von der Corona-Krise – doch wie steht es um das Klima im menschlichen Miteinander?

Ist ein gesundes und harmonisches Miteinander in unseren menschlichen Beziehungsfeldern nicht sogar die Grundlage, um mit solchen Herausforderungen umzugehen, sie zu vermeiden?

**Unsere Arbeit in der Befreiungshilfe hat sich weiterentwickelt**, von der Befreiung von belastenden Blockaden hin zur Verbesserung des Klimas in allen Bereichen des menschlichen Zusammenlebens. Und das Ziel ist die in sich selbst ruhende Persönlichkeit, denn sie ist die Grundlage von Harmonie, Gesundheit und Lebensfreude.

**Es geht um das geniale Spiel des Lebens**, für das wir anscheinend die Spielregeln verloren haben, die wir uns jetzt neu aneignen müssen, um wieder sinnvoll und mit Freude am Spiel teilnehmen zu können.

„Weiter so geht nicht!“, das wissen wir zu genau, doch dazu brauchen wir ein neues Bewusstsein.



von Bente und Uwe Knudsen

## Mitarbeitergesundheit & Arbeitsklima

– so heißt unser Themenheft Nr. 1 unter dem Motto „Weiter so geht nicht!“

Dieses Heft ist die Basis unserer künftigen Arbeit, denn es zeigt beispielhaft



auf, wie sich Betriebe, die Mitarbeiter und ihre Familien in einer Art „Großfamilie“, gemeinsam auf den Weg machen können, hin zu einer veränderten Kultur des Miteinanders.

### Die Kernpunkte dieser neuen Aufklärung sind:

#### 1. Mit Störungen und belastenden Einflüssen umgehen lernen

- aufräumen, um störungsfreie Räume und Beziehungsfelder zu schaffen

#### 2. Umdenken lernen und Bewusstsein verändern

- das Spiel des Lebens neu denken und aktiv daran teilnehmen

#### 3. Achtsamkeit zur Kultur unseres Miteinanders entwickeln

- in allen gesellschaftlichen Beziehungsfeldern
- getragen durch ein unterstützendes Beratungs- und Beteiligungssystem

## Der soziale Kümmerer – ein Beruf mit Zukunft

Eine solche „Familie“ braucht einen Coach, einen Trainer, einen sozialen betrieblichen Kümmerer, eine Art aufräumenden Seelsorger, um das hochgesteckte Ziel der Kulturveränderung zu erreichen. Die Ausbildung dieser Berater wird zunehmend unsere Aufgabe sein und es sind weitere Themenhefte in Vorbereitung, denn auch andere Bereiche der Gesellschaft brauchen dringend Hilfe.

Die Hefte „Erziehung & Bildung“ und „Pflege, Betreuung und Hospizarbeit“ werden folgen, um auch dort im Umgang mit den Klienten zu einer gesunden, harmonischen und erfolgreichen neuen Kultur des Miteinanders beizutragen.

Die Technik des Aufräumens ist die Kernqualifikation. In einem Kurssystem wird ein erweitertes Weltbild vermittelt und man lernt zunehmend, für sich selbst und andere Störungen zu ermitteln und sie zu beheben – eine Hilfe zur Selbsthilfe.

### Unser Ziel:

als Person

als Familie



als Team

als Betrieb

als Gesellschaft



## Unser Kurssystem\*

Grundlagenkurse\*

je 2 Std.

Wenn das Miteinander und die Gesundheit belastet sind, bei Schulproblemen und Lebenskrisen, für Kinder und Erwachsene mit einer erweiterten Wahrnehmung u. v. m.

- Kurs I** – Aufräumen für sich und die Familie
- Kurs II** – Hilfe zur Selbsthilfe
- Kurs IIb** – Vertiefung und Austausch für soziale Kümmerer im persönlichen Umfeld

Beraterausbildung

je 10 Std.

Eine Zusatzqualifikation zur Mitarbeiterberatung, Familien-, Erziehungs- und Sozialberatung, zur Bildungs- und Berufsberatung, für Mediatoren, Coaches, Heilpraktiker, in sozialen und pädagogischen Berufen.

- Kurs III** – Aufräumen für andere  
– Beratungsgespräche führen  
– mit der Arbeitsmappe arbeiten
- Kurs IV** – die Beratungstätigkeit  
– Möglichkeiten und Aufgaben

### Materialien zur Aufräumhilfe

Selbsthilfemappe & Arbeitsmappe



Termine, Vorträge etc.

Heilsam-Messe in Glücksburg, 08.09.2020

Befreiungshilfe in Medelby

- kostenloser Vortrag monatlich
- Kurse\* auf Anfrage im Internet

\* auch mit Übernachtung und geblockt möglich

# Der Zunderschwamm – ein spezieller Helfer für die Haut

Wegen seiner heilenden Wirkung wurde der Zunderschwamm, ein an Laubbäumen wachsender Baumpilz, seit der Antike bei Hautproblemen und Wunden eingesetzt. Entdeckt hatte diese Wirkung der Vater der modernen Medizin, Hippokrates von Kos, der vor ca. 2.500 Jahren aus Zunderschwamm sogenannte Zunderlappen herstellte, um Wunden zu behandeln. Er beobachtete, dass sich dadurch die Wundheilung beschleunigen ließ und Wunden sich seltener entzündeten. Da diese Beobachtungen dokumentiert wurden, machten sich dies später Chirurgen zunutze, weshalb der Zunderschwamm auch als Chirurgen- oder Wundschwamm bekannt wurde.

Insgesamt geriet der Zunderschwamm dann eine ganze Zeit in Vergessenheit. Von traditionellem Heilwissen fasziniert, hat die Zunderschwamm Naturprodukte GmbH seit 2015 mit neuesten wissenschaftlichen Untersuchungsmethoden den heilfördernden Wirkmechanismus des Zunderschwamms entschlüsselt und den ausschlaggebenden Wirkstoffkomplex identifiziert. Es wurden optimierte und hochkonzentrierte natürliche Wirkstoffformen entwickelt: Glucaneo®, das sich durch besondere wundheilende und anti-entzündliche Eigenschaften auszeichnet, und Evoglucan® mit seiner besonders hohen anti-oxidativen Kapazität, das u. a. bei hautalternden UVA-Strahlen die Haut regeneriert.

Wir vom EM-Laden in Barkelsby haben die Zunderschwamm-Produkte auf einer Händlertagung über Effektive Mikroorganismen kennengelernt. Viele Kunden, die wegen Darmproblemen zu uns kommen, klagen auch über empfindliche und entzündliche Haut und so ergänzen die Produkte gut unser Sortiment.

Die gesamte Zunderschwamm/Amadou-Produktreihe ist zertifiziert nach Naturkosmetik-Richtlinien (und damit auch frei von Gentechnik, Tierversuchen und synthetischen Duft- und Farbstoffen). Alle Produkte sind dermatologisch getestet und



für alle Hauttypen geeignet, insbesondere auch für sehr empfindliche Haut und für Babys und Kinder. Für die Herstellung werden ausschließlich Bio-Zunderschwämme aus nachhaltiger deutscher Forstwirtschaft (Mischwälder) verwendet, in enger Kooperation mit den Bayerischen Staatsforsten und den Naturschutzbehörden.

Beispielhaft möchte ich Ihnen die Repair-Kosmetikprodukte mit Glucaneo® vorstellen. Sie wurden speziell für sehr sensible und irritierte Haut entwickelt. Sie eignen sich daher zur



täglichen Basispflege von Akne und unreiner Haut, zur Basispflege von Neurodermitis oder zum Management von Schuppenflechte. Sogar der Einsatz für die Unterstützung der normalen Wundheilung zur Pflege von Alltagswunden hat

sich in der Praxis gut bewährt. Glucaneo® ist damit eine natürliche Alternative mit wissenschaftlich beschreibbarer Wirkweise und nachgewiesener Wirkung. Zusammen mit weiteren natürlichen Rohstoffen wie Sheabutter, Nachtkerzenöl und Aloe Vera wird es jeweils zu unterschiedlichen, speziell entwickelten Cremes, Salben und Lotionen verarbeitet.



Weitere Einsatzbereiche der medizinischen Kosmetik sind: Narbenpflege, irritierte Haut, berufsbedingte Ekzeme, Hautausschläge, Herpes, offene Hände und Füße.

Die gesamte Produktpalette Zunderschwamm/Amadou finden Sie im EM-Laden in Barkelsby.

Damit Sie sich in Ihrer Haut wohlfühlen. Gerne beraten wir Sie persönlich.



Medizinische Kosmetik

mit Glucaneo®

für die Pflege sensibler, gereizter und sehr trockener Haut.





**Vitalpilz-Innovationen in Bio-Qualität aus dem Frankenwald.**

EM Laden Barkelsby  
Corina Blaase  
Riesebyer Str. 2  
24360 Barkelsby  
Tel. 04351 899191  
www.em-inntal.de  
info@em-inntal.de



# LÄNGERT VERLAG



**Thema**  
**Herzensangelegenheiten**

**Ratsen**  
Geomantische Reise nach La Gomera

**Thema**  
Der Herzschlag der Erde

Kalender von September bis November  
Adressenverzeichnis

Zur Messe, *Weite Horizonte*  
Hallenplan mit Ausstellerverzeichnis  
Vortragsübersicht

Vorträge auf der Messe  
Das Neue Dorf

Praktische Nutzung der Nullpunktsenergie  
des Quantenvakuums



**Thema**  
**Wandlung**

**Thema**  
Singen als kraftvolles  
Werkzeug des Wandels

**Transfiguration**  
Der Holunder im Wandel der  
Jahreszeiten

**Die Wandlung des Bambus**

Symposium mit Armin Risi in Bremen & Hamburg  
**Neue Zeit. Neues Menschenbild.  
Was bedeutet „umdenken“?**

Buchvorstellung  
**ChiYou –  
Bring Deine Energie in Fluss**

Kalender von Dezember bis Februar  
Neue Rubrik: Kompetenz | Erfahrung | Vertrauen

**Jahresabo 4 Ausgaben 10,- €**  
**info@laengert-verlag.de**

**www.laengert-verlag.de**

## Adressenverzeichnis

### Akademie

**24 Elisabeth UH. Westermann**, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, www.DAO-THA.com, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, 0173 9086560, 04641 5989583, info@DAO-THA.com

### Akasha-Chronik-Lesung

**Birgit Uttama Conrad**, Lesungen, Coaching, Körperarbeit, Ausbildungen, Tel. 040 41912560, info@birgit-conrad.de, www.birgit-conrad.de

### Akupunktur

**24 Praxis für Ostasiatische Heilverfahren & Integrative Medizin**, privatärztlich & Selbstzahler, Dr. med. Harald Lemke, Bahnhofstrasse 11, 1. Stock, 24340 Eckernförde, praxislemke@googlemail.com, 04351 4829152

### Aroma-Coach

**Saskia Beu**, Aromapraktikerin, Aroma Touch Trainerin, Gesundheitspraktikerin für Aromapraxis, doTERRA certified, Essential Oil Specialist, Certified Animal Aromatherapy Specialist, Aroma Klang Praktikerin, Aroma Coach, Klang 1 nach Peter Hess, Tel: 0177 8405422, SaskiaBeu@aol.com, www.Trust-the-Nature.com, www.Oelfamilie.com

**Mareile Frei**, Aroma-Coach, Yogalehrerin, Wellness Advocate, Telefon 0176 43014433, mareilefrei@gmx.de, www.mareilefrei.de

### Aroma-Beratung/-Therapie

**Finja Lüdtkke**, Young Living Öle, F.luedtke89@web.de, 0151 21668250, Young Living ID: 14020167

**Flow Love Life**, Anja und Helge Schnoor Gbr, anja-schnoor@t-online.de, 0170 1691996 Young Living ID 3389548

**Regina Tybussek**, Aromatherapeutin, 0174 5976345, regina.tybussek@gmail.com Young Living ID 10551963

**Anja Wölk, Wege zur Balance**, 0172 4312298, info@anja-woelk.de, Young Living ID 11995477

### Arzt

**Praxis für Ostasiatische Heilverfahren & Integrative Medizin**, privatärztlich & Selbstzahler, Dr. med. Harald Lemke, Bahnhofstrasse 11, 1. Stock, 24340 Eckernförde, praxislemke@googlemail.com, 04351 4829152

### Astrologische Aufstellung

**Anja Wölk**, Astrologische Symbolaufstellung, Systemisches, freies Aufstellen, Klangmassage und Klangtherapie, Karten legen nach Marie-Anne Lenormand, Seminare und Workshops, 24340 Eckernförde, 04351 7531890 oder 0172 4312298, info@anja-woelk.de, www.anja-woelk.de

### Beratung

**Anette Schnoor**, Rechtsanwältin und Coach, Aufstellerin und Systemberaterin, Tel. 0176 64287283, www.annette-schnoor.de

**Neue geistige Lebensschule Holger Eybe**, neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in Lübeck, Hamburg, Eckernförde und Ahrensböök-Grebenhagen, Anschrift: Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböök, Tel. 04525 5012500, Email: info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

**Anja Wölk**, Astrologische Symbolaufstellung, Systemisches, freies Aufstellen, Klangmassage und Klangtherapie, Karten legen nach Marie-Anne Lenormand, Seminare und Workshops, 24340 Eckernförde, 04351 7531890 oder 0172 4312298, info@anja-woelk.de, www.anja-woelk.de

**EINFACH BESSER SCHLAFEN**, Michaela Jacobs – Schlaftraining, Schlafplatzuntersuchung und Beratung, 04354 2833665, michaelajacobs@versanet.de, www.die-schlafberaterin-sh.de

**Ina Brodersen**, Biografieberatung & Karma Coaching, Team- und Organisationsentwicklung, Konfliktklärung und Transformation, Möhlnberg 15, 24354 Rieseby/Norby, 0152 01703086, brodersen@fermate-beratung.de, www.fermate-beratung.de

**Cornelia Weiß**, Diplom-Psychologin, Supervision und Coaching sowie Achtsamkeit und Selbstfürsorge mit Breema®-Körperarbeit, Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 04354 8098609, cornelia\_weiss@hotmail.com, www.cornelia-weiss.de

**Physikalische Gefäßtherapie BEMER®**, Michaela Jacobs, 04354-2833665, michaela.jacobs@bemermail.com, www.michaelajacobs.bemergroup.com

**EM Inntal**, Effektive Mikroorganismen der Natur zuliebe, Beratung, Seminare & Shop, Corina Blaase, Riesebyer Str. 2, 24360 Barkelsby, 04351 899191, info@em-inntal.de, www.em-inntal.de

**Die Befreiungshilfe**, Gesund werden und bleiben, Ausbildung zum Sozialkümmerer, Uwe Knudsen, Grüner Weg 9b, 24994 Medelby, 04605 189751, www.die-befreiungshilfe.de

**Julia Fischer**, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Postadresse & Praxis: Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg, Seminare im Medimaris, Sandwigstr. 1a, 24960 Glücksburg, Tel 0176 24713155, www.julia-fischer-therapie.de

**Christiane Larissa Apel**, Aurameisterin, Bioenergietherapeutin, Elise Mila Trainerin, Einzeltermine, Channelings, Einweihungen, Fernbehandlungen in Altenholz/Kiel. Mehr unter www.larissa-apel.de Kontakt: info@larissa-apel.de, Tel. 0431 88784981

**Seelenwege, Susanne Oje**, Impulse und Lebenspraxis, Am See 8, 24361 Klein Wittensee, Tel. 04356 8679177, www.hypno-energie-praxis.de

**Inken Brandenstein**, Beratung, Prävention, Meridiananalysen, Birkenhof 86, 24944 Flensburg, Tel. 0461 8408923, info@prana-vital.de, www.prana-vital.de

## Channeling

**Christiane Larissa Apel**, Aurameisterin, Bioenergietherapeutin, Elise Mila Trainerin, Einzeltermine, Channelings, Einweihungen, Fernbehandlungen in Altenholz/Kiel. Mehr unter www.larissa-apel.de Kontakt: info@larissa-apel.de, Tel. 0431 88784981

## Coaching

**Anette Schnoor**, Rechtsanwältin und Coach, Aufstellerin und Systemberaterin, Tel. 0176 64287283, www.anette-schnoor.de

**Praxis für ganzheitliche Psychotherapie und spirituelle Heilarbeit, Coaching mit Quantenheilung**, Uta Koepchen, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Ölböhm 10, 24321 Giekau, 04381 4167159, www.utakoepchen.de

**Saskia Beu**, Aromapraktikerin, Aroma Touch Trainerin, Gesundheitspraktikerin für Aromapraxis, doTERRA certified, Essential Oil Specialist, Certified Animal Aromatherapy Specialist, Aroma Klang Praktikerin, Aroma Coach, Klang 1 nach Peter Hess, Tel: 0177 8405422, SaskiaBeu@aol.com, www.Trust-the-Nature.com, www.Oelfamilie.com www.FrauDuft.com

**Mareile Frei**, Aroma-Coach, Yogalehrerin, Wellness Advocate, Telefon 0176 43014433, mareilefrei@gmx.de, www.mareilefrei.de

**Birgit Uttama Conrad**, Lesungen, Coaching, Körperarbeit, Ausbildungen, Tel. 040 41912560, info@birgit-conrad.de, www.birgit-conrad.de

**Neue geistige Lebensschule Holger Eybe**, neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in Lübeck, Hamburg, Eckernförde und Ahrensböck-Grebenhagen, Anschrift: Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, Tel. 04525 5012500, Email: info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

**Ina Brodersen**, Biografieberatung & Karma Coaching, Team- und Organisationsentwicklung, Konfliktklärung und Transformation, Möhlnberg 15, 24354 Rieseby/Norby, 0152 0170 3086, brodersen@fermate-beratung.de, www.fermate-beratung.de

**Anja Wölk**, Astrologische Symbolaufstellung, Systemisches, freies Aufstellen, Klangmassage und Klangtherapie, Karten legen nach Marie-Anne Lenormand, Seminare und Workshops, 24340 Eckernförde, 04351 7531890 oder 0172 4312298, info@anja-woelk.de, www.anja-woelk.de

**Seelenwege, Susanne Oje**, Impulse und Lebenspraxis, Am See 8, 24361 Klein Wittensee, Tel. 04356 8679177, www.hypno-energie-praxis.de

## Darmgesundheit/-therapie

**Naturheilpraxis Maïke Rasmussen**, Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt Tel: 0461 16092192 praxis@maïke-rasmussen.de, www.maïke-rasmussen.de

**EM Inntal**, Effektive Mikroorganismen der Natur zuliebe, Beratung, Seminare & Shop, Corina Blaase, Riesebyer Str. 2, 24360 Barkelsby, 04351 899191, info@em-inntal.de, www.em-inntal.de

## Energearbeit

**Birgit Uttama Conrad**, Lesungen, Coaching, Körperarbeit, Ausbildungen, Tel. 040 41912560, info@birgit-conrad.de, www.birgit-conrad.de

**Heilraum Kiel**, Energetische Heilarbeit, Lebensberatung, Hypnose, Marion Carnehl, Schwefelstr. 9, 24118 Kiel, mobil 0151 10600687, info@heilraum-kiel.de, www.heilraum-kiel.de

**ThetaHealing® & Tiefenentspannung in Kiel/Kronshagen** Martina Zeller, Ruhbergstraße 9, 24119 Kronshagen, Telefon: 0162 8989750, theta@martina-zeller.de, www.martina-zeller.de

**Christiane Larissa Apel**, Aurameisterin, Bioenergietherapeutin, Elise Mila Trainerin, Einzeltermine, Channelings, Einweihungen, Fernbehandlungen in Altenholz/Kiel. Mehr unter www.larissa-apel.de Kontakt: info@larissa-apel.de, Tel. 0431 887 849 81

**Geovitale**, Praxis für Geomantie & Tier-Mensch-Synergie, Frank Hubert Rahdes, Tel. 0170 4893299, rahdes@web.de, www.geovitale.com

**Sandra Steinke**, Energiearbeit, Reikimeisterin und Reikilehrerin, Spirituelle Malerin in Acryl und Aquarell, Keitumer Weg 26, 24941 Flensburg, Tel. 0461 9403264, www.sandrasteinkeenergiearbeit.de

**Inken Brandenstein**, Beratung, Prävention, Meridiananalysen, Birkenhof 86, 24944 Flensburg, Tel. 0461 8408923, info@prana-vital.de, www.prana-vital.de

**Naturheilpraxis Maïke Rasmussen**, Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt Tel: 0461 16092192, praxis@maïke-rasmussen.de, www.maïke-rasmussen.de

**Bettina und Jürgen Dahlke**, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Tel. 04607 253 und 0160 5657962, bettina.dahlke62@gmail.com, www.göttinnen-yoga.de

## Geomantie

**Geovitale**, Praxis für Geomantie & Tier-Mensch-Synergie, Frank Hubert Rahdes, Tel. 0170 4893299, rahdes@web.de, www.geovitale.com

**Maïke Wolfram**, Maïke Wolfram, 01522 9847233, maïke.wolfram@yahoo.de, www.G geomantie-kiel-schleswigholstein.de

**Hans Hansen**, Geomantie, Niebywesterfeld 10, 24395 Nieby, Tel.: 04643 186646, 0170 3875112, geomantie.hansen@lichtserver.de, www.geomantie-hanshansen.de

## Familienaufstellung

**23 Neue geistige Lebensschule Holger Eybe,** neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in Lübeck, Hamburg, Eckernförde und Ahrensböck-Grebenhagen, Anschrift: Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, Tel. 04525 5012500, Email: info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

**24 Seelenwege, Susanne Oje,** Impulse und Lebenspraxis, Am See 8, 24361 Klein Wittensee, Tel. 04356 8679177, www.hypno-energie-praxis.de

## Frauenbegleitung

**Seelenwege, Susanne Oje,** Impulse und Lebenspraxis, Am See 8, 24361 Klein Wittensee, Tel. 04356 8679177, www.hypno-energie-praxis.de

**24 Kerstin Rogge,** Luna Yoga® Lehrerin, Ganzheitlich-weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, 24963 Tarp, Eichenkratt 5, Tel.: 04638 307858, www.kerstinrogge.com

## Heiler

**23 Heilende Hände für Menschen und Tiere, Olaf Anderson,** Anerk. Heiler n. d. Richtlinien des DGH e.V., Holzkoppel 8, 23560 Lübeck Tel. 0451 805007, mobil 0170 9740000, www.heilen-in-luebeck.de

**Neue geistige Lebensschule Holger Eybe,** neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in HL, HH, Eck. und Ahrensböck-Grebenhagen, Anschrift: Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, Tel. 04525 5012500, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

**24 Heilraum Kiel, Marion Carnehl,** Schwefelstraße 9, 24118 Kiel, Telefon 04349 9158378, Mobil 0151 10600687, info@heilraum-kiel.de, www.heilraum-kiel.de

**25 Meine Lichtquelle** für Gesundheit und Wohlfühl, Karen Tiedemann, Rieloh 8, 25355 Heede, Dorotheenstr. 159, 22999 Hamburg, Tel.: 04123 9390043, MeineLichtquelle@gmx.de www.MeineLichtquelle.de

## Heilpraktiker

**22 Birte Ernestus-Holtkamp,** Shiatsu-Therapeutin, Heilpraktikerin, Etzestrasse 34, 22335 Hamburg Mobil.: 0160 1555455, www.shiatsu-erleben-hamburg.com, info@shiatsu-erleben-hamburg.com

**24 Astrid Elonka Röhl,** Praxis für Körper, Seele & Geist in Kiel, tiefe Entspannung und Bewusstwerdung durch Berührung, bioenergetische Heilarbeit, 0431 5364041, elonka@mail.de, www.heilpriesterin.de

**Ulrich Gappel,** ImPulseSeminare, Praxis für Homöopathie, Seminarorganisation, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Tel.: 04351 7674832, mobil 0178 8236621, info@impulseseminare.de, www.impulseseminare.de

**Naturheilpraxis Balance & Heilpflanzenschule Kräuterwelten Kornelia Duda,** Im Wiesengrund 9, 24582 Bordesholm, Tel. 04322 885633, www.heilpraktikerin-duda.de, www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de

**24 Naturheilpraxis Maïke Rasmussen,** Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt Tel: 0461 16092192 praxis@maïke-rasmussen.de www.maïke-rasmussen.de

**Gesine Hansen Schamanin und Heilpraktikerin für Psychotherapie,** Wegbegleitung als Einzelarbeit, Jahresausbildung zur Weg-GeherIn, 0160 99174410, info@weg-geherin.de Praxis: Oskar-Struve-Weg 15a, 24943 Flensburg/ Adelby, www.weg-geherin.de

**Julia Fischer,** Heilpraktikerin für Psychotherapie, Postadresse & Praxis: Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg, Seminare im Medimaris, Sandwigstr. 1a, 24960 Glücksburg, Tel. 0176 24713155, www.julia-fischer-therapie.de

## Heilpraxis

**24 Praxis für ganzheitliche Psychotherapie und spirituelle Heilarbeit,** Uta Koepchen, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Ölbohm 10, 24321 Giekau, 04381 4167159, www.utakoepchen.de

**Heilraum Kiel, Marion Carnehl,** Schwefelstraße 9, 24118 Kiel, Telefon 04349 9158378, Mobil 0151 10600687, info@heilraum-kiel.de, www.heilraum-kiel.de

**Naturheilpraxis Maïke Rasmussen,** Heilpraktikerin, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt/Jarplund bei Flensburg, Tel.: 0461 16092192, praxis@maïke-rasmussen.de, www.maïke-rasmussen.de

**25 Meine Lichtquelle** für Gesundheit und Wohlfühl, Karen Tiedemann, Rieloh 8, 25355 Heede, Dorotheenstr. 159, 22999 Hamburg, Tel.: 04123 9390043, MeineLichtquelle@gmx.de www.MeineLichtquelle.de

## Heilpflanzenschule

**24 Heilpflanzenschule Alchemilla, Maren Axt,** Seminare, Führungen, Knorrück 3, 24376 Hasselberg, 04643 186928, axtmaren@gmail.com, www.heilpflanzenschule-alchemilla.de

## Human Design

**Susanne Ludewig,** Human Design System, Analyse, Beratung, Coaching, Tel. 0162 3213241, info@Der-Weg-zum-Selbst.de, www.Der-Weg-zum-Selbst.de

## Institute

**Institut Weiss,** Die Weiss-Methode zur Befreiung von Süchten, 04351 4824900 und 030 72621202, antje.black@weiss-institut.de, www.weiss-institut.de

**23 Neue geistige Lebensschule Holger Eybe,** neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in Lübeck, Hamburg, Eckernförde und Ahrensböck-Grebenhagen, Anschrift: Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, Tel. 04525 5012500, Email: info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

## Klangarbeit

**24 Anja Wölk,** Astrologische Symbolaufstellung, Systemisches, freies Aufstellen, Klangmassage und Klangtherapie, Karten legen nach Marie-Anne Lenormand, Seminare und Workshops, 24340 Eckernförde, 04351 7531890 oder 0172 4312298, info@anja-woelk.de, www.anja-woelk.de

**Elisabeth UH. Westermann,** DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, www.DAO-THA.com, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, 0173 9086560, 04641 5989583, info@DAO-THA.com

**Dagmar Längert,** Arbeit mit Klangcodes für Mensch, Hund und Pferd, Atlas- und Wirbelsäulenbalancing, Harmonisierung der Psyche, Anregung der Selbstheilungskräfte und Zirbeldrüse, 0172 9825298, Fahrpraxis, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de

## Körperarbeit

**22 Birgit Uttama Conrad,** Lesungen, Coaching, Körperarbeit, Ausbildungen, Tel. 040 41912560, info@birgit-conrad.de, www.birgit-conrad.de

**24 Astrid Elonka Röhl,** Praxis für Körper, Seele & Geist in Kiel, tiefe Entspannung und Bewusstwerdung durch Berührung, bioenergetische Heilarbeit, 0431 5364041, elonka@mail.de, www.heilpriesterin.de

**Kerstin Rogge,** Luna Yoga® Lehrerin, ganzheitlich-weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, 24963 Tarp, Eichenkratt 5, Tel.: 04638 307858, www.kerstinrogge.com

**Naturheilpraxis Maike Rasmussen**, Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt Tel: 0461 160 92192 praxis@maike-rasmussen.de www.maike-rasmussen.de

## Kunst

**Sandra Steinke**, Energiearbeit, Reikimeisterin und Reikilehrerin, Spirituelle Malerin in Acryl und Aquarell, Keitumer Weg 26, 24941 Flensburg, Tel. 0461 9403264, www.sandrasteinkeenergiearbeit.de

**Arno Draschba**, Fotokünstler, www.magic-colour.de

**Eike Eschholz**, Seelenbilder, Carlshöhe 78, 24340 Eckernförde, 04351 769609, info@eike-eschholz.de, www.eike-eschholz.de

## Lebensberatung/-begleitung

**Birgit Uttama Conrad**, Lesungen, Coaching, Körperarbeit, Ausbildungen, Tel. 040 41912560, info@birgit-conrad.de, www.birgit-conrad.de

**Seelenwege, Susanne Oje**, Impulse und Lebenspraxis, Am See 8, 24361 Klein Wittensee, Tel. 04356 8679177, www.hypno-energie-praxis.de

**Kerstin Rogge**, Luna Yoga® Lehrerin, ganzheitlich-weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, 24963 Tarp, Eichenkratt 5, Tel.: 04638 307858, www.kerstinrogge.com

## Meditation

**Mette Petersen**, Offene Meditationsgruppe Kiel & Schwentimental, Fritjof-Nansen-Str. 17, 24223 Schwentimental, Tel.: 04307 939922, info@licht-meditation-kiel.de, www.licht-meditation-kiel.de

**Seelenwege, Susanne Oje**, Impulse und Lebenspraxis, Am See 8, 24361 Klein Wittensee, Tel. 04356 8679177, www.hypno-energie-praxis.de

## Messen

**Lebensfreude Messen und Event UG (haftungsbeschränkt)**, in Kiel, Travemünde und Hamburg, Zum Hafenplatz 1, 23570 Travemünde, Tel. 04502 7889040, Fax 04502 7889050, www.lebensfreudemessen.de

**Messe „Weite Horizonte“ in Eckernförde**, Ulrich Gappel und Jürgen Willmann, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Tel.: 04351 7674832 und 0178 8236621, info@weite-horizonte.de, www.weite-horizonte.de

**Julia Fischer**, Heilsam-Messe in Glücksburg, Rudehalle, 24960 Glücksburg, Tel 0176 24713155, www.julia-fischer-therapie.de www.heilsam-messe.de

## Naturheilpraxis

**Naturheilpraxis Balance & Heilpflanzenschule Kräuterwelten, Kornelia Duda**, Im Wiesengrund 9, 24582 Bordesholm, Tel. 04322 885633, www.heilpraktikerin-duda.de, www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de

**Naturheilpraxis Maike Rasmussen**, Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt Tel: 0461 160 92192 praxis@maike-rasmussen.de www.maike-rasmussen.de

## Nahrungsergänzung

**EM Inntal**, Effektive Mikroorganismen der Natur zuliebe, Beratung, Seminare & Shop, Corina Blaase, Riesebyer Str. 2, 24360 Barkelsby, 04351 899191, info@em-inntal.de, www.em-inntal.de

## Fototherapiepflaster

**LiveWave Beratung und Verkauf, Monika Schwannecke**, Tel. 04324 1221, mobil 0172 4123368, lebgesund@swn-nett.de, www.lifewave.com/lebgesund

## Psychotherapie

**Gesine Hansen, Schamanin und Heilpraktikerin für Psychotherapie**, Wegbegleitung als Einzelarbeit, Jahresausbildung zur Weg-GeherIn, 0160 99174410, info@weg-geherin.de Praxis: Oskar-Struve-Weg 15a, 24943 Flensburg/Adelby, www.weg-geherin.de

**Julia Fischer**, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Postadresse & Praxis: Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg, Seminare im Medimaris, Sandwigstr. 1a, 24960 Glücksburg, Tel 0176 24713155, www.julia-fischer-therapie.de

## Quantenheilung

**Quantenheilung**, Einzelanwendung sowie Ausbildungen, Uta Koepchen, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Ölböhm 10, 24321 Giekau, 04381 4167159, www.utakoepchen.de

## Recht

**Anette Schnoor**, Rechtsanwältin und Coach, Aufstellerin und Systemberaterin, Tel. 0176 64287283, www.anette-schnoor.de

## Schulen

**Shiatsu: Aus- und Weiterbildungen, auch disziplinübergreifende Seminarangebote, Schule für Shiatsu Hamburg**, Oelkersalle 33, 22769 Hamburg, www.schule-fuer-shiatsu.de schule@fuer-shiatsu.de

**Heilpflanzenschule Alchemilla, Maren Axt**, Seminare, Führungen, Seminaradressen, Knorr-lück 3, Bordesholm und Backhaus in Fahrndorf bei Schleswig, Tel. 04643 186928, axtmaren@gmail.com, www.heilpflanzenschule-alchemilla.de

**Elisabeth UH. Westermann**, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, www.DAO-THA.com, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, 0173 9086560, 04641 5989583, info@DAO-THA.com

**ascendium, Ananda Ulrike Best**, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

**Die Befreiungshilfe**, Gesund werden und bleiben, Ausbildung zum Sozialkümmerer, Uwe Knudsen, Grüner Weg 9b, 24994 Medelby, 04605 189751, www.die-befreiungshilfe.de

## Schamanen

**Gesine Hansen, Schamanin und Heilpraktikerin für Psychotherapie**, Wegbegleitung als Einzelarbeit, Jahresausbildung zur Weg-GeherIn, 0160 99174410, info@weg-geherin.de Praxis: Oskar-Struve-Weg 15a, 24943 Flensburg/Adelby, www.weg-geherin.de

**Bettina und Jürgen Dahlke**, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Tel. 04607 253 und 0160 5657962, bettina.dahlke62@gmail.com, www.göttinnen-yoga.de

## Schlafplatzuntersuchung

**EINFACH BESSER SCHLAFEN**, Michaela Jacobs – Schlafraining, Schlafplatzuntersuchung und Beratung, 04354 2833665, michaelajacobs@versanet.de, www.die-schlafberaterin-sh.de

## Seminare/Workshops

**Shiatsu: Aus- und Weiterbildungen, auch disziplinübergreifende Seminarangebote, Schule für Shiatsu Hamburg**, Oelkersalle 33, 22769 Hamburg, www.schule-fuer-shiatsu.de schule@fuer-shiatsu.de

**Neue geistige Lebensschule Holger Eybe**, neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in Lübeck, Hamburg, Eckernförde und Ahrensböck-Grebenhagen, Anschrift: Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, Tel. 04525 5012500, Email: info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

24

**Anja Wölk**, Astrologische Symbolaufstellung, Systemisches, freies Aufstellen, Klangmassage und Klangtherapie, Karten legen nach Marie-Anne Lenormand, Seminare und Workshops, 24340 Eckernförde, 04351 7531890 oder 0172 4312298, info@anja-woelk.de, www.anja-woelk.de

**Goldenes Rosenkreuz**, Lectorium Rosicrucianum e. V., Andreas-Gayk-Str. 23–25, 24103 Kiel, 0163 4874680, kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de/kiel

**Naturheilverein Kiel und Umgebung e. V.**, Königsweg 25, 24103 Kiel, Tel. 0431 67939672, www.naturheilverein-kiel.de

**Jürgen Willmann**, Sanfte Wege in die innere Freiheit, Tel. 04351 768222 und 01577 5398645, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

**ThetaHealing® & Tiefenentspannung in Kiel/Kronshagen**, Martina Zeller, Ruhbergstraße 9, 24119 Kronshagen, Telefon: 0162 8989750, theta@martina-zeller.de, www.martina-zeller.de

**Ulrich Gappel**, ImPulseSeminare, Praxis für Homöopathie, Seminarorganisation, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Tel.: 04351 7674832 und 0178 8236621, info@impulseseminare.de, www.impulseseminare.de

**Seelenwege, Susanne Oje**, Impulse und Lebenspraxis, Am See 8, 24361 Klein Wittensee, Tel. 04356 8679177, www.hypno-energie-praxis.de

**Elisabeth UH. Westermann**, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, www.DAO-THA.com, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, 0173 9086560, 04641 5989583, info@DAO-THA.com

**Julia Fischer**, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Postadresse & Praxis: Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg, Seminare im Medimar, Sandwigstr. 1a, 24960 Glücksburg, Tel 0176 24713155, www.julia-fischer-therapie.de

**Kerstin Rogge**, Luna® Yoga Lehrerin, Praxis für ganzheitlich-weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, Eichenkratt 5, 24963 Tarp, Tel. 04638 307858, www.kerstinrogge.com

**Birgit Utama Conrad**, Lesungen, Coaching, Körperarbeit, Ausbildungen, Tel. 040 41912560, info@birgit-conrad.de, www.birgit-conrad.de

**Bettina und Jürgen Dahlke**, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Tel. 04607 253 und 0160 5657962, bettina.dahlke62@gmail.com, www.göttinnen-yoga.de

**Geovitale**, Praxis für Geomantie & Tier-Mensch-Synergie, Frank Hubert Rahdes, Tel. 0170 4893299, rahdes@web.de, www.geovitale.com

**Die Befreiungshilfe**, Gesund werden und bleiben, Ausbildung zum Sozialkümmerer, Uwe Knudsen, Grüner Weg 9b, 24994 Medelby, 04605 189751, www.die-befreiungshilfe.de

**ascendium, Ananda Ulrike Best**, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium.de, www.ascendium.de

## Seminarhäuser

**Seminarhaus**, ImPulseSeminare, Seminarorganisation, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Tel. 04351 7674832, mobil 0178 8236621, info@impulseseminare.de, www.impulseseminare.de

**HAUSvier Seminarhaus**, Auf der Dahne 20, 31848 Bad Münder, 05042 5274270, hausvier@rosenkreuz.de; www.hausvier.de

## Singen

**Jürgen Willmann**, Sanfte Wege in die innere Freiheit – Coaching, Pilgern, Singen, Tools & Skills für Männer, Dietrich-Bonhoeffer-Str. 33, 24340 Eckernförde, Tel. 04351 768222 und 01577 5398645, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

**Sabine Bevendorff**, Singkreise & -seminare, CDs, Einzelbegleitung, Rituale & Jahreskreisfeste, Dietrich-Bonhoeffer-Str. 33, 24340 Eckernförde, 04351 879756, kontakt@sabinebevendorff.de, www.sabinebevendorff.de

**Elisabeth UH. Westermann**, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, www.DAO-THA.com, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13d, 0173 9086560, 04641 5989583, info@DAO-THA.com

## Shiatsu

**Shiatsu: Aus- und Weiterbildungen, auch disziplinübergreifende Seminarangebote, Schule für Shiatsu Hamburg**, Oelkersalle 33, 22769 Hamburg, www.schule-fuer-shiatsu.de schule@fuer-shiatsu.de

**Birte Ernestus-Holtkamp**, Shiatsu-Therapeutin, Heilpraktikerin, Etzestr. 34, 22335 Hamburg Mobil.: 0160 1555455, www.shiatsu-erleben-hamburg.com, info@shiatsu-erleben-hamburg.com

**Maritta Kuhr-Paulsen**, Shiatsu-Praktikerin und Lehrerin, Marienbader Str. 21, 24146 Kiel Telefon: 0431 787287, kuhr.paulsen.shiatsu@gmail.com, www.shiatsu-in-kiel.de

**Antje Tittelmeier**, Okerstraße 5B, 38176 Wendeburg, 05303 930206, 0177 8668248, antje@tittelmeier.de

## Supervision

**Cornelia Weiß**, Diplom-Psychologin, Supervision und Coaching sowie Achtsamkeit und Selbstfürsorge mit Breema®-Körperarbeit, Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 04354 8098609, cornelia\_weiss@hotmail.com, cornelia-weiss.de

## Tanz

**Naturheilpraxis Maike Rasmussen**, Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt Tel. 0461 16092192 praxis@maike-rasmussen.de www.maike-rasmussen.de

## ThetaHealing

**ThetaHealing® & Tiefenentspannung in Kiel/Kronshagen**, Martina Zeller, Ruhbergstraße 9, 24119 Kronshagen, Telefon: 0162 8989750, theta@martina-zeller.de, www.martina-zeller.de

## Tierkommunikation

**Tierkommunikation**, Maike Wolfgramm, 01522 9847233, maike.wolfgramm@yahoo.de, www.G geomantie-kiel-schleswig-holstein.de

**Geovitale**, Praxis für Geomantie & Tier-Mensch-Synergie, Frank Hubert Rahdes, Tel. 0170 4893299, rahdes@web.de, www.geovitale.com

**Tierkommunikation mit dem Tensor** – Fragen, die ich meinem Tier immer schon einmal stellen wollte, Mechthild Petersen, Tel.: 04351 477318, mechthild-petersen@t-online.de

## Verlage

**Längert-Verlag**, Magazine Weite Horizonte & horseWOMan, Sticker- und Postkartenlabel ProvinzProdukt, Holm 45, 24392 Süderbrarup, 04641 9862191, info@laengert-verlag.de, www.laengert-verlag.de, www.provinz-produkt.com, www.horseWOMan-magazin.de,

**Triskel Verlag**, Antje Tittelmeier, Okerstraße 5B, 38176 Wendeburg, 05303 930206, 0177 8668248, antje@tittelmeier.de

## Yoga

**Mareile Frei**, Aroma-Coach, Yogalehrerin, Wellness Advocate, Telefon 0176 43014433, mareilefrei@gmx.de, www.mareilefrei.de

**Julia Fischer**, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Sandwigstr. 1, 24960 Glücksburg, Tel. 017624713155, www.julia-fischer-therapie.de

**Kerstin Rogge**, Luna Yoga® Lehrerin, ganzheitlich weibliche-Bewusstseins- und Körperarbeit, 24963 Tarp, Eichenkratt 5, Tel. 04638 307858, www.kerstinrogge.com



# Weite Horizonte



Neue Wege · Gesundes Leben · Spiritualität

## Die **MESSEN**

Eckernförde und Husum  
fallen aus!!!

## Und:

Wir waren fleißig:

Auf unserer

neuen Homepage findest du:

- den Online-Veranstaltungskalender
- unseren Newsletter: Infos und Aktuelles aus der Region
- Videoportraits, Onlineseminare und -Vorträge u.a.m.

[kontakt@weite-horizonte.de](mailto:kontakt@weite-horizonte.de)  
[www.weite-horizonte.de](http://www.weite-horizonte.de)

