

Weite Horizonte

Neue Wege | Gesundes Leben | Spiritualität



Thema **Stille**

„Unendlich“ von Uta Masch

Zum Thema

Die Stille in der Pflanzenwelt

Die Stimme der Stille

Höre die Stille

Warum brauchen wir die Stille?

Warum die Stille wesentlich ist

Gesundheit

**Die Chinesische Medizin
und die Meridiane**

**Naturheilkundliche
Empfehlungen bei Impfungen**

Portrait

Was reift, braucht Zeit



„Im Draußen atme ich die Natur ein – im Atelier male ich sie aus.“

Im Norden hat die gebürtige Heilbronnerin ihre Liebe und ihr Zuhause gefunden. Hier atmet sie die Inspiration ein, die ihre eigenständig starken Werke entstehen lassen: Bilder, die berühren und den Betrachter an ihrer Liebe zum Leben in und mit der Natur teilhaben lassen.



Beim Einatmen auf dem Segelboot können wir nicht dabei sein, aber als Zeugen des Ausatmens sind wir in ihrem Atelier auf der Carlshöhe in Eckernförde herzlich willkommen.

KONTAKT

Atelier: Carlshöhe 78 | 24340 Eckernförde
info@atelier-masch.de | www.atelier-masch.de

Thema „Stille“

Warum brauchen wir die Stille?	6	Gesunden, heilen und auf dem eigenen Weg mit Freude weitergehen	27
Stille, Klang und Heilung	8	Der Mensch im Wandel in der Stille des Wandels	28
Deine Entscheidung	9	Buchvorstellung	42
Die Chinesische Medizin und die Meridiane	10	Stille ... mehr als das Nichtvorhanden sein von Geräuschen	43
Führung kommt aus deiner Stille	18	Shiatsu	44
Warum Stille wesentlich ist	20	Du kannst etwas für deine Augen tun!	51
Komm in die Stille	22	Mit EM gesund durch die kalte Jahreszeit	52
In der Stille entfaltet sich unser einzigartiger Klang	24	Von Liebe, Macht und Eigenmacht	55
Stille und Klang	56	Was reift, braucht Zeit	58
Die Stimme der Stille	60	In der Mitte liegt die Kraft – das Medizinrad der Schamanin	68
Stille – oder: warum es lohnt, nach innen zu lauschen!	62	Neues von Walfahrt	70
Die Stimme der Stille	65	Naturheilkundliche Empfehlungen bei Impfungen	74
In der Stille der Gefühle liegt oft das Geheimnis	67	Geomantie Hans Hansen	76
Höre die Stille	72	Weiterbildung zum/zur Heilbegleiter(in) und Priester(in)	82
Die Stille als Kraftquelle nutzen	78	Das Vermächtnis der Waitaha	84
Stille Zeiten	80		

Portraits | Berichte

„Im Draußen atme ich die Natur ein – im Atelier male ich sie aus.“	2	Inhaltsverzeichnis	3
Alle Welt spricht vom Klimawandel und nun von der Corona-Krise – doch wie steht es um das Klima im menschlichen Miteinander?	12	Impressum Editorial	4
Die Stille in der Pflanzenwelt	14	Kalender Dezember Januar Februar	30
Coaching mit Karten	16	Kalender regelmäßige Termine	40
Die Liebe der Pferde	17	Kleinanzeigen	42
		Kompetenz Erfahrung Vertrauen	46
		Adressenverzeichnis	87

Rubriken



Energetische Heilarbeit | Lebensberatung | Hypnose

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

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 und www.laengert-verlag.de

Erscheinungstermine:

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

Redaktions- und Anzeigenschluss:

Winterausgabe: 1. November
Frühlingsausgabe: 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,

ein kurioses Jahr geht seinem Ende zu. Wir haben uns in dieser Ausgabe für das Thema Stille entschieden.

Die Vielzahl der Beiträge ist großartig, ich bin überwältigt.

Die Gespräche der letzten Wochen drehten sich bei einigen unserer Autoren und Kunden um den Fortbestand unserer Arbeit. Viele von ihnen haben Probleme, ihre Arbeit durch die immer wiederkehrenden Maßnahmenverschärfungen ausüben zu können.

Auch wir haben in diesem Jahr finanziell große Einbußen gehabt. Durch den Wegfall vieler Veranstaltungen, Messen usw. haben wir zwar mehr Zeit gewonnen, die ich als sehr angenehm empfand, trotzdem fühlte es sich zwischendurch an, als wäre die Welt stehengeblieben.

Dabei ist es jetzt die große Zeit des Wandels. Um in den Wandel zu kommen, werden wir die Stille brauchen, damit jeder bei sich erkennen kann, was dafür benötigt wird. Um meinen persönlichen Wandel weiter zu begleiten, habe ich mir die Fragen gestellt: Was ist mir wichtig und womit beschäftige ich mich? Wohin gebe ich meine Aufmerksamkeit und Energie?

In den letzten Monaten habe ich sehr zurückgezogen auf unserem Hof gelebt. Mein Freund geht sehr gerne einkaufen, so dass ich unsere

Stille



Scholle kaum verlassen musste. Ich habe viel Zeit bei und mit unseren Pferden verbracht und bin täglich zweimal mit den Hunden durch den Wald gestreift. Wenn mich jemand nach dem C-Wort gefragt hat, konnte ich kaum darüber sprechen, weil ich mich einfach nicht darum „gekümmert“ habe. Ich schaue kein Fernsehen und habe auch Social Media vermieden.

Mit tiefer Dankbarkeit habe ich festgestellt, dass es mir umso besser geht, je weniger ich mich damit beschäftige. Alles, was wichtig ist und mit mir zu tun hat, ist auf irgendeinem Weg zu mir gekommen. Alles, was zu diesem Thema wichtig war und eine Umsetzung erforderte, kam zu mir, durch einen Anruf, eine E-Mail, ein Gespräch mit Freunden und Kunden. Ich musste gar nicht aktiv werden, um die wesentlichen Informationen zu erhalten.

Mein Leben hat sich dadurch sichtlich beruhigt und ich kann mich um die für mich wichtigen Dinge kümmern.

Zum Beispiel dieses wunderbare Magazin für Sie zu erstellen.

Wer sich in diesen Zeiten unsicher fühlt, Unterstützung braucht, sich um seinen inneren Wandel kümmern möchte, findet hier einen bunten Blumenstrauß an Möglichkeiten.

Wir alle werden noch viel Zeit damit verbringen herauszufinden, was uns vom eigenen Wandel abhält. Lassen Sie sich dabei unterstützen. Diesem Magazin haben sich eine Vielzahl von Menschen angeschlossen, die ich gerne Lichtarbeiter nenne, die es sich zur Lebensaufgabe gemacht haben, die Menschheit in diesem großartigen Prozess zu unterstützen.

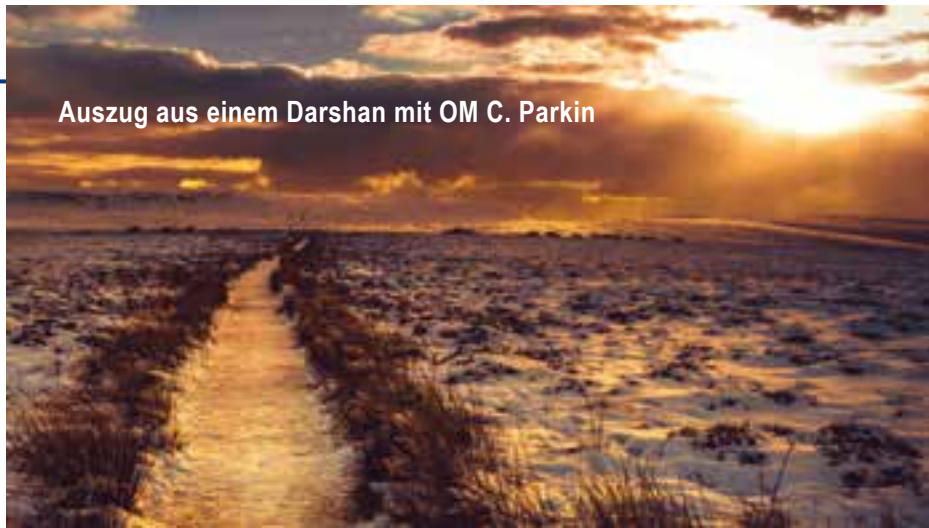
Diese Ausgabe lädt Sie ein, dieses Jahr in Stille abzuschließen und die Winterzeit zur inneren Einkehr zu nutzen.

Wir freuen uns darauf, Sie alle zur Frühlingsausgabe mit dem Thema Freiheit wiederzusehen.

Wir wünschen Ihnen von Herzen Gesundheit, Liebe, Freude und den Glauben, dass alles einen Sinn hat.

In herzlicher Verbundenheit
Ihre

Auszug aus einem Darshan mit OM C. Parkin



Warum brauchen wir die Stille?

Ganz einfach, wir brauchen die Stille, weil die Stille dieses Geistes die Erfahrung von Frieden, die Erfahrung von Glückseligkeit und letztlich die Öffnung der Erkenntnis deines wahren Wesens in sich trägt und der Lärm, den dieser Geist verursacht in Gedanken, Gefühlen und Empfindungen, der Lärm das einzige ist, was den Menschen davon abhält, zu erkennen, wer er wirklich ist. Es ist natürlich ein Paradox, denn es ist dieser Lärm, in dem wir leben, der es uns ermöglicht, in diese Stille bewusst zurückzukehren. Tatsächlich ist es so, dass wir nicht einfach in die Stille einkehren können, weil wir die Stille gar nicht aushalten können. Wir sind so sehr an einen inneren Pegel von Lärm gewöhnt, dass ein normaler Mensch die Stille gar nicht aushalten kann oder glaubt aushalten zu können. So brauchen wir Vorbereitung für die Stille und den Weg durch unsere Missverständnisse, die Lärm verursachen. Dieser Weg bereitet uns vor.

Stille ist der Quell jeglicher Kreativität, es ist der Quell eines sich ausdehnenden Gefühls von innerem Frieden und Harmonie. Stille ist der Quell des Wissens über das Wesen der Dinge, über das Wesen der Menschen, über das Wesen des Seins. Stille ist der höchste Zustand und zugleich der ewige Zustand, aus dem alle Zustände geboren werden, die relativ sind in dieser Welt. Wenn der Geist still ist, ist das Leiden beendet. Um diese Stille zu finden, benötigen wir die Entdeckung dessen, was wir zunächst als Zeugen beschreiben: eine Instanz, die nicht eingreift, die sich nicht einmischt in das, was erscheint, und die somit auch keine unerfüllten Wünsche hat an das, was erscheint, keine

Abneigungen gegen das, was erscheint, keine Vorzüge gegenüber dem, was erscheint, die bereit ist, allem gleichermaßen Raum zu geben. Wenn wir diese Haltung in uns kultivieren, die Haltung des Zeugeseins dessen, was ist, dann nähren wir in uns die Erfahrung der Stille, vertiefen sie, bis sie sich uns gänzlich offenbart. Nicht mehr als ein vorübergehender Zustand, sondern als das, was ich den ewigen Zustand eines Bewusstseins, das sich seiner selbst bewusst ist, beschreiben möchte. Der Weg, die innere Arbeit, die wir tun, dient zunächst einfach der Demaskierung all unserer inneren Verflechtung unseres Tuns, unserer Manipulation, die vielleicht auch danach trachtet,



Hinweis

Zeit für Wandlung | Retreat zum Jahreswechsel mit OM C. Parkin | www.om-science.com

Ruhe zu finden. All diese verschiedensten inneren Methoden müssen wir aufgeben, um das Nicht-Tun des inneren Zeugen zu entdecken und zu kultivieren, so dass wir nur noch mit dem sind, was ist. In dieser Haltung kann sich uns die Stille, die unser eigentlicher und natürlicher Zustand ist, offenbaren. Wenn ich mit einem stillen Geist das Leben in Empfang nehme, sowohl die ruhigen als auch die lärmenden Augenblicke, denn nicht jeder Augenblick ist äußerlich still, dann fällt es mir leicht: Das Leben ist in Frieden, ich bin in Frieden mit dem Leben, das Leben ist still.



OM C. Parkin, Philosoph und spiritueller Weisheitslehrer, spricht die Sprache unseres Herzens. Er begleitet Menschen auf ihrem Weg zum essenziellen Kern ihres Seins und gibt seine Erkenntnis des Absoluten in Gesprächen über das Sein (Darshan)

und in Innerer Arbeit sowie als Autor weiter.



Stille, Klang und Heilung

„Die Stille ist irgendwie ... viel stiller als sonst ... wunderschön!“
(Teilnehmerin beim Vocal Chakra-Balancing)



von Heiko Streuff

Stille ist der machtvollste Klang. Sie ist der Ozean, der allen Klang hervorbringt und irgendwann wieder in sich aufnimmt. Klang ist das Bindegewebe der Schöpfung; er ist die 10.000 Dinge, ist Tai Ji, der Tanz des Lebens. Die Stille ist Wu Ji, reines Potenzial, Urgrund, non-dual.

In der Klangheilung ehren wir nach jeder Intervention die Stille als den Raum, in dem ein System die erlebten Schwingungen integriert und die Transformation vollzieht, die der Klang angeregt hat.

Die Stille ist ein Ort in dir, der unabhängig ist von äußeren Geräuschen. Sie ruht am Ende des Ausatems, tief unter dem Meeresspiegel, wo die Wellen der Oberfläche nicht mehr spürbar sind.

Deine Stimme kann dich in die Stille führen. Wenn du beginnst, sie achtsam auf dein eigenes System zu richten, führt sie dich wie ein Echolot durch deinen Innenraum. Sie verbindet dich mit dem, was in dir lebendig schwingt und zeigt dir, wo du blockiert bist. Sie lässt dich aktiv in Resonanz treten, und indem das Feste in dir liebevolles Gehör findet, kann es schmelzen. Energie wird frei, es entsteht Bewegung, die Ausgleich sucht ... mehr Raum ... mehr Stille.

Du bist ein schwingendes Wesen: dein Puls, dein Atem, deine Emotionen, Hormone, Organe, dein Nervensystem, dein Energiefeld, ... – welch ein Orchester! Deine Gesundheit ist deine Schwingungsfähigkeit: ein elastischer Zweig, der mit dem Sturm tanzt, anstatt zu brechen.

Die Macht deiner Stimme liegt v. a. darin, dass sie die Trägerwelle deiner Intention ist. Der Ton macht die Musik ... die Verbindung ... die Transformation. Stille hingegen ist absichtsloses Lauschen; und je mehr du dich als spirituelles Wesen erlebst, desto größer und stiller wird der Raum.

Heilsame Stimmarbeit bringt Klang und Stille zusammen. Indem wir gleichzeitig tönen und lauschen, nehmen wir Schwingung und Raum zugleich wahr und öffnen einen **2-Punkt, ein Intervall für Wachstum und Wandlung.**

SonarYoga hat nichts mit musikalischem Singen zu tun. Es ist mühelos, leicht erlernbar und es geht nie um schön oder „richtig“. Häufige Nebenwirkungen sind: Zentrierung, Entspannung, Feinfühligkeit, Selbstvertrauen und Lebensfreude.

Workshops

Jeden 1. & 3. Mittwoch	Vocal Chakra-Balancing: stimmliche Energiekörperpflege (online & in Berlin)
13.12.2020	Das schwingende Hirn: Klang & Nervensystem (online & in Berlin)
17.01.2021	Das Tantra des Klanges: Verbindung durch Stimme (Berlin)
05. bis 07.02.2021	Das 3. Ohr: Selbstheilung durch StimmKlang (Lübeck)

www.sonaryoga.de

Deine Entscheidung

Sie ist wieder da, die Winterzeit, die Zeit der Stille. In diesem Jahr wird sie besonders still – oder besonders laut. Du entscheidest.



von Anette Schnoor

Das Symptom ist grenzenlos. Weltweit bestimmt ein Virus die Medien und unser tägliches Leben. Dieses weltweite Pandemie-Geschehen stört gewaltig.

Störungen haben Vorrang, weil sie auf Wichtiges hinweisen. Der öffentliche Umgang mit dem Virus zwingt uns auf Abstand, spült uns persönlich machtvoll in den Rückzug. Politische Entscheider zeigen an vielen Stellen ihre Hilfslosigkeit. Und ja, das Ergebnis ihres Handelns ist rechtlich, sachlich oft angreifbar.

Dieser Winter 2020/2021 wird laut werden für alle, die sich gegen die Störung wehren, die klagen, die die offensichtlichen Ungerechtigkeiten der Pandemie-Regeln kritisieren, ihre Wut impulsiv nach außen richten und der Bitterkeit nachspüren – der Ohnmacht, die sie als Spielball eines scheinbar übermächtigen Systems erleben.

Wer dem Weg der Störung folgt, kommt in den Rückzug, in die Stille.

Die Welle spült vom Außen zum Innen, zu gesellschaftlichen wie persönlichen Fragen:

Welche alten Muster haben hier ausgedient? Was können wir gemeinsam, was kannst Du persönlich gut loslassen, damit es gut weitergeht?

Es kann ein schmerzvoller Prozess sein zu erkennen, welche alten Bedürfnisse, Gefühle, Verhaltensmuster uns machtvoll durchs Leben lenken. Vielleicht ist die Stille des Rückzugs deshalb manchmal kaum auszuhalten.

Doch kann sie uns zu dem führen, was lebendig schwingen möchte – und zu dem, was diese Schwingung (noch) blockiert.

Sie kann uns zur Lösung von Blockaden, zum Einklang mit uns selbst führen.

Die Störung in Deinem Leben – wohin wird sie Dich führen? Wird Dein Winter laut werden oder still? Du entscheidest.

 **Anette Schnoor**
Coach & Rechtsanwältin



Veränderungs- und
Krisenbegleitung

www.anette-schnoor.de

Die Chinesische Medizin und die Meridiane



von Dr. med. Harald Lemke,
lè hai lóng

„Still“ oder als unbeschriebenes Blatt kommen Menschen nur selten zu einem. Beim einen oder anderen ist das Glas bereits am Rande des Überlaufens anstatt in sich ruhend und offen für Neues, denn wer im Inneren nicht „still“ ist, den kann das „Außen“ nur stören – oder aber seine Ablenkung sein.

Für den einen darf es nach Moxa riechen, für den anderen ist es ein „No-Go“. Für den nächsten ist Technologie so ganz und gar nicht vereinbar mit Chinesischer Medizin, wieder andere finden Zungendiagnostik absonderlich. Es reicht von: „Also, wenn Sie nicht mindestens Puls und Zunge nehmen ...“ bis hin zu: „Bei meinem früheren Arzt hat es NIE weh getan“ oder im Gegenteil halt auch: „Also, ich hab' gehört, DASS es weh tun muß, sonst wirkt es nicht“. In „fortgeschrittenen“ Fällen wird die Chinesische Medizin gar mit Wellnesstherapie verwechselt und die Leistung des Behandlers oder der Behandlerin mit dem Einkauf von Waren in einer Apotheke.

Wir Behandlerinnen und Behandler sind an dieser Entwicklung nicht ganz ohne Schuld, schließlich geben wir diese Vorstellungen oder zumindest Eindrücke an die uns Aufsuchenden entsprechend weiter. Ähnlich reduziert ist oft dann auch bereits die Vorstellung von den Meridianen.

Und so habe ich denn nun den Übergang zum letztmalig angekündigten Thema gefunden:

„Die Meridiane und ein Modell von Krankheit und Gesundheit“, wobei an dieser Stelle schon klar ist, dass ich jenes hier aus Zeichengründen auch nur „anreißen“ werde und in einem der nächsten Artikel weiter auszuführen habe. Modelle dieser Art helfen, Prozesse bildhaft einfach verständlich zu machen, doch um verstehen zu können, ist „Stille“ die weitere notwendige Zutat.

Den Meridianen widmen sich Experten recht unterschiedlich. Ed Neal (MD/USA) beispielsweise interpretiert die Ausführungen des Neijing (einer DER Akupunkturklassiker) über die Meridiane im Wesentlichen im Sinne des Verstehens jener als die Blutgefäße. Unweigerlich zielen seine Nadeltechniken und Punktlokalisationen damit auch im Wesentlichen auf die Beeinflussung der Durchblutung.

Dr. Tennant (MD/USA) interpretiert die Meridiane im Wesentlichen als Muskelgruppen, die eine Funktion ähnlich einer Batterie übernehmen. Dementsprechend baut sein Behandlungssystem primär darauf auf, elektrische Ladung in den Körper zu bringen, wo jene fehlt, bzw. Ladung umzuverteilen (in der Terminologie eines Akupunkteurs: „Mangel und Exzess in den Meridianen ausgleichen“).

Elektroakupunktur ist hierfür, daraus abgeleitet, zielführender.

Poney Chiang (Ph.D USA) und weitere legen den Meridianen im Wesentlichen eine neuroanatomische Komponente zugrunde. Dementsprechend unterscheiden sich deren Punktlokalisationen in manchen Fällen auch klar von den in Gremien der Moderne klassifizierten.

Nun gab es eine geschichtliche Periode in der Chinesischen Medizin, die bereits viele dieser Vorstellungen beinhaltete und jene auch therapeutisch nutzte. Das System der Luo-Meridiane (äußert sich u. a. über sichtbar werdende Blutgefäße), das System der Sehnen-/Muskelmeridiane und darüber



hinaus eben das System der sogenannten Divergenten Gefäße sowie Außerordentlichen Gefäße.

Entgegen vieler moderner Ansichten verstand man die 12 Meridiane nicht primär als solche, um über jene Behandlungen durchzuführen, sondern als jene, die „normale“ physiologische Prozesse im Körper ermöglichen und aufrechterhalten.

Mit der Verschmelzung von Samen- und Eizelle beginnt ein fein ausgeklügelter Prozess der Zellteilung. Die 8 Außerordentlichen Gefäße sind die ersten angelegten „Meridiane“ bzw. „Gefäße“ in der Entwicklung. Die erste Zellteilung könnte man deuten als Ausbildung des vorderen und hinteren Gefäßes (Du und Ren Mai oder auch Lenker- und Konzeptions-Gefäß genannt), eine der weiteren Zellteilungen interpretieren als Anlage des horizontalen Gürtelgefäßes (Dai Mai) etc.

Nun – wir alle sind uns wohl in der Moderne einig, dass uns die Qualität der DNA von unseren Eltern mitgegeben wird. „Chinesisch“ würde man sagen: Wir haben eine gute „Essenz“ oder „Jing“ mitbekommen. Das ist im Wesentlichen unser Depot, unser Bankkonto. Ist es gut gefüllt, können wir im Leben viel anstellen, bevor wir die Konsequenzen von „Knappheit“ erfahren.

Eine Kollegin sieht in den Telomeren, den „Schutzhüllen an den Enden der Chromosomen“ ein gutes Korrelat zur „Essenz der Chinesen“. „Der Mensch

ist so jung wie die Länge seiner Telomere“, so heißt es und mit jeder Zellteilung werden jene kürzer und Zellen erfahren den Alterungsprozeß. Am Ende steht meist der Zelltod (Apoptose).

Sex und Drugs und Rock'n Roll schaden uns so lange nicht, wie unsere Essenz qualitativ (Struktur der DNA-Segmente) gut und quantitativ gut aufgefüllt ist. Leert sich unser „Essenzkonto“ über die Zeit aber, beginnen die gesundheitlichen Probleme häufiger zu werden. Und je weniger optimal der Ausgangszustand, desto früher im Leben bekommen wir die Probleme zu spüren.

Gesundheit ist ein Gut, das gepflegt sein will, und frühzeitig angefangen läßt sich unser Essenzkonto länger gesund gefüllt halten. Die Chinesische Medizin vermag dabei zu helfen. Das Wiederherstellen von Harmonie im Sinne des Ausgleiches von Imbalancen im Meridiansystem ist dabei nur ein Weg im besten aller Sinne, das Ziel zu verfolgen, auch wahre Stille in einem werden zu lassen.

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

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 und 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 und 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 – um auch dort Kraftorte zu schaffen, an denen man sich wohlfühlt!

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 und Arbeitsmappe



Termine, Vorträge etc.

Heilsam-Messe in Glücksburg, 28.03.2021

Befreiungshilfe in Medelby

- kostenloser Vortrag monatlich
- Kurse* auf Anfrage im Internet

* auch mit Übernachtung und geblockt möglich

Die Stille in der Pflanzenwelt

Vor meinem Fenster leuchtet golden der Ginkgo. Die Blätter der Buchen entzücken mit den warmen braun-gelb-orangen Farbtönen. Die Linden werfen nach und nach ihre gelbe Blätterpracht ab. Bald werden die Bäume keine Blätter mehr tragen. Das Rascheln des Windes in ihren Kronen wird verstummen. Auch die Vögel werden still. Einige ziehen in die fernen, warmen Gefilde, um dort zu überwintern. Doch auch die, die hier bleiben, verhalten sich in der winterlichen Kälte ruhig und schonen ihre Stimmen für den Frühlingsgesang. Die Tier- und Pflanzenwelt stellt sich auf den Winter ein, versucht ihn so gut wie möglich zu überstehen, um im Frühling wieder zu erwachen. In unserer Klimazone ist der Jahreszeitenwechsel etwas Selbstverständliches und es wundert uns nicht, dass im Winter die Bäume keine Blätter haben, die Kräuter verwelken und die Vögel nicht zwitschern. Diese Stille hilft auch uns Menschen, zur Ruhe zu kommen, viele von uns empfinden sie nach der Geschäftigkeit des Sommers als wohltuend und genießen sie.

Doch nicht jede Stille ist schön. Eine gespenstische, beängstigende Stille entsteht, wenn ganze Wälder durch Brände, sauren Regen oder anhaltende Trockenheit zerstört werden. In den Himmel ragen nur nackte Baumstümpfe. Kein Blatt raschelt, kein Vogel zwitschert, kein Tier huscht vorbei. Ein Wald ohne Leben. Eine ähnlich unheimliche, beunruhigende Stille haben wir in diesem Jahr auf Grund der sich verbreitenden Corona-Erkrankung erlebt. Eine Zeitlang war alles still, die Geschäfte waren zu, die Städte und die Autobahnen leer und viele Menschen einsam.

Im Hinblick auf die Natur kann man dem Lockdown durchaus positive Aspekte abgewinnen, denn die Natur schien sich durch die verminderte menschliche Aktivität zu erholen: Tagsüber war der Himmel blauer, nachts waren die Sterne so nah wie nie, die Vögel und die Tiere im Wald zutraulicher. Diese Erfahrung dürfen wir nicht vergessen. Wir können sie als Chance ergreifen, um unseren Lebensstil umweltverträglicher zu gestalten.

Das Spektrum der Möglichkeiten für ein nachhaltigeres Leben ist groß. Unter anderem können wir unsere Reisegewohnheiten verändern und Ziele

suchen, die in der Nähe liegen. Ein Spaziergang durch ein winterliches Moor oder durch den Wald kann uns wie ein Kurzurlaub vorkommen, wenn wir uns intensiv mit der Natur verbinden.

Ihre Schönheit, Harmonie und Ruhe sind wie ein Balsam für unsere Seele. Nach einiger Zeit unter freiem Himmel beruhigen sich unsere Gedanken, wir sind im Hier und Jetzt. Wir schwingen im Rhythmus der Natur, erleben zauberhafte Augenblicke und sind dankbar dafür, was im Leben wirklich zählt. Wenn wir dann aus dem Rucksack eine Stulle und eine Teekanne mit Holunderblütentee auspacken, dann entdecken wir auch das Glück, das in den einfachen Dingen schläft.

Die Advents- und Weihnachtszeit steht uns bevor. Sie wird anders sein als in den vergangenen Jahren. Doch wir werden Wege finden, um miteinander zu sein und um aneinander zu denken. In diesem Jahr haben wir gelernt, den Konsum einzuschränken. Es ist sinnvoll, dieses Verhalten beizubehalten und eigene Talente wieder zu entdecken: Statt die Geschäfte nach Geschenken abzusuchen, können wir Socken, Schals und Pulswärmer stricken, Fotokalender basteln oder Bilder malen.



von Heilpraktikerin Kornelia Duda

Wir können auch zur Feder greifen und für unsere Kinder und Enkelkinder lustige Geschichte aus der eigener Kindheit aufschreiben. Wir werden mit unseren Lieben in Gedanken zusammen sein, während wir stricken, basteln oder schreiben, und sie mit uns, wenn sie den warmen Schal um den Hals wickeln oder unsere Erinnerungen lesen.

Eine stille, besinnliche und gesunde Winterzeit wünscht Ihnen
Ihre Kornelia Duda

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. 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

Kornelia Duda
Im Wiesengrund 9
24582 Bordesholm
Tel.: 04322-885633
E-Mail: balance.duda@gmail.com

Coaching mit Karten

Willkommen in der Welt der Kartomantie – dem Handwerk des Kartenlegens. Oft verbindet man damit Weissagungen, wie sie Madame Lenormand (namensgebend für die Lenormand Karten), die vielleicht berühmteste Kartenlegerin, bereits Anfang des 18. Jahrhunderts in Frankreich sehr erfolgreich auch für Königshäuser gemacht hat.



von Claudia Burmeister
lichtenergie.cb@gmail.com
www.licht-energie.org

Das Interessante daran – jeder kann es theoretisch erlernen. Es stecken viele Legetechniken dahinter, die ein breites Spektrum an Information bieten. Ein gewisser innerer Ruf sollte allerdings vorhanden sein, damit auch beim Lernen Leichtigkeit entstehen kann.

Das Lenormand Kartenset wird im sogenannten „Großen Blatt“ für den Klienten ausgelegt. Auf unterschiedlichen Ebenen wie Familie, Job, Beziehung, Blockaden usw. können Aussagen mit nur einer Legung getroffen werden, da die Lage der einzelnen Karten in Kombination mit umliegenden Karten in verschiedenen Techniken gedeutet wird. Selbst Zeitbestimmungen in Monaten und Jahren können getroffen werden.

Der Satz: „**Wenn ich alles so weitermache wie bisher, dann wird auch alles so bleiben wie bisher**“, ist für den Klienten entscheidend.

Was bedeutet das genau? Der Wunsch nach der Vorhersage einer wundervollen Zukunft besteht natürlich bei jedem. Da aber die meisten Menschen Probleme mit sich selbst haben, ausgelöst durch Blockaden, Mangelbewusstsein, Glaubensmuster usw., wird es nach dem Gesetz der Resonanz kaum möglich sein, im Außen eine goldene Zukunft zu erkennen, wenn die Gegenwart unbefriedigend ist. Denn das Blatt zeigt die Zukunft unter der Maßgabe, dass alles so weitergemacht wird bzw. bleibt wie bisher.

Genau darin liegen die Chancen. Zu erkennen, was ich selbst in meinem Leben verändern kann, um mir meine Zukunft eigenverantwortlich positiv zu gestalten. Nur wenn ich selbst bereit bin, etwas zu verändern, verändern sich damit ganz automatisch auch mein zukünftiges Leben und mein Umfeld.

In meinen Coaching-Gesprächen erkläre ich die Zusammenhänge, schaue, wo der Mensch im Moment steht und wo seine größten Sorgen, Ängste und Blockaden, aber auch Potenziale liegen, und rede mit ihm darüber. Man muss nicht lange hinterfragen, wo das eigentliche Problem bzw. die eigentliche Ursache überhaupt liegt, sondern kann konkret schwierige Themen ansprechen und schnell zur Lösungsfindung kommen.

Zusätzlich zum Gespräch biete ich die Transformation der erkannten Blockaden an, die ich per Fernenergie-Übertragung durchführe. Dazu setzt oder legt sich der Klient am Ende des Gesprächs bequem hin und spürt in sich hinein, während ich die einzelnen Themen konkret anspreche und gleichzeitig Transformations-Energie sende. So wird auf Verstandes- und Gefühlsebene gearbeitet. Es kommt vor, dass beim Klienten alte Emotionen hochkommen, die sich dann aber in eine tiefe Entspannung wandeln dürfen.

Es ist ein umfassendes Angebot, das den Menschen Klarheit im Leben bringen soll und sie beim wichtigen nächsten Schritt unterstützt.

Die Liebe der Pferde

Die Liebe der Pferde ist die Liebe zum Sein.

Die unbändige Freude am Leben, an der Bewegung, am Freisein.

Natürlich lieben sie auch Menschen und andere Pferde; was ich jedoch so nicht kenne, aber gern leben würde, ist diese nicht objektbezogene Liebe, die einfach da ist.



von Maike Wolfgramm



Wenn ich mich für das Sein der Pferde öffne und es in mir spüre, nehme ich fast keinen Unterschied zwischen dem Leben und Lieben wahr.

Es ist, als sei jeder Aspekt des ursprünglich für Pferde bestimmten Daseins so großartig, dass er mit allen Sinnen und dem ganzen Wesen voll auskosten werden muß. Jeder Moment ist vollkommen, das Leben und das Pferd sind eins. Zen, Buddhismus in Reinkultur.

Und dies ist etwas, das wir von den Pferden lernen können: da sein im Moment, fühlen, was ist, wie es sich wirklich anfühlt, nicht nur, wie unsere Vorstellung davon ist.

Wie oft sind wir beim Ärger von gestern und den Problemen von morgen und verpassen dabei den Moment. Den einzigen Moment, den wir jetzt erleben und in dem wir handeln und unsere Liebe verströmen können. Einfach so, nicht, weil jemand besonders toll ist oder Besonderes geleistet hat, sondern weil Liebe unser Sein, unser eigentliches Wesen ist.

Und weil das Leben Liebe ist; Liebe, die mit Liebe tanzt.

Oben habe ich geschrieben, dass „jeder Aspekt des ursprünglich für Pferde bestimmten Daseins großartig ist“.

Heute leben sowohl Pferde als auch wir nicht mehr in diesem „ursprünglichen“ Zustand.

Meiner Wahrnehmung nach haben Pferde sich dennoch die Fähigkeit zur bedingungslosen Liebe erhalten und wir können uns mit ihnen auf den Weg machen, unsere Liebe zu befreien und die „Zustände“ so zu verändern und zu gestalten, dass die Schönheit des Lebens wieder erstrahlt.

Maike Wolfgramm
Rendsburger Landstraße 326
24111 Kiel, 0431 53616109
www.geomantie-leuchtende-erde.de,
info@geomantie-leuchtende-erde.de

Führung kommt aus deiner Stille

Ist es nicht ein Geschenk zu wissen, dass wir nicht allein sind, dass wir von guten Mächten wunderbar geborgen sind und dass wir immer um Hilfe bitten können? Und dass wir weise und liebevoll geführt werden, wenn wir uns nur dafür öffnen.

Wir leben in einer Zeit, in der vieles an die Oberfläche kommt, was lange verborgen war. Es kommt an die Oberfläche, damit wir es anschauen und in uns transformieren können. Da sind so viel Schmerz, so viel Angst, so viel Verunsicherung und Groll – aber auch so viel Sehnsucht nach Wahrheit – in der Welt draußen und in unserem tiefsten Inneren.

Verborgen unter den Masken der Konventionen, Rollen und Selbstkonzepte. Nun ist es an der Zeit, die Masken abzunehmen, zu uns selbst zu kommen, wahrhaftig zu werden. Es ist an der Zeit, alte Verhärtungen loszulassen, Schutzpanzer und Verteidigungsanlagen abzubauen und liebevoller und mitfühlender zu werden – mit anderen und dafür vor allem erst einmal auch mit uns selbst.

Gerade in dieser Zeit, die so voller Bedrohungen zu sein scheint?

Es ist erstaunlich, aber: Ja, gerade in dieser Zeit geht es offenbar für viele von uns um genau diesen Weg. Es wirkt so, als ob gerade jetzt viel Unterstützung dafür da ist. Unterstützung, Altes loszulassen und uns für neue, friedvolle Erfahrungen zu öffnen. Die im Außen so deutlich sichtbar gewordene Spaltung und Trennung zeigt vielen von uns, wie schnell wir selbst spalten, in Vorwurf und Rechthaberei gehen, in die Angst, und wie wir dadurch das in die Welt bringen, worunter wir doch eigentlich schon so lange kollektiv leiden. Sie zeigt uns auch, wie sehr wir uns abgetrennt haben voneinander, von unseren eigenen Herzen, von unserer wahren Natur.

Wir dürfen, statt vordefinierte Beziehungen zu haben, wieder miteinander in Beziehung **sein**, mit dem, was jetzt, in diesem Moment, zwischen uns wirklich lebendig ist.



von Cornelia Weiß, Diplom-Psychologin & Breema-Lehrerin

Wir dürfen einander immer wieder an unseren Herzensweg erinnern:

aus der Angst in die Liebe. Wir dürfen einander gute Wünsche schicken, füreinander um Hilfe bitten und uns so auch auf geistigem Wege nah sein und uns gegenseitig unterstützen.

Wir dürfen wieder ins Vertrauen gehen und erkennen, dass uns am Ende alles zum Besten dient, auch wenn es zunächst gar nicht danach aussieht. Wir können üben, Ja zu sagen, zu dem was ist, und erleben, wie es Hesse formuliert hat, dass Bejahung Magie ist. Wir dürfen unsere Antennen wieder mehr nach innen richten. Wir dürfen unseren konditionierten Verstand liebevoll vom Thron nehmen, wieder mehr ins Spüren kommen, Gefühle fühlen, auch unseren Schmerz fühlen, ohne uns an unsere Geschichten dazu zu klammern. Wir dürfen still werden, ins Lauschen kommen und uns für die höhere Weisheit in uns öffnen.

Wirkliche Bejahung ist nur im gegenwärtigen Augenblick möglich, wenn wir präsent sind, verbunden, in einem höheren Bewusstsein, frei von unserer Identifikation mit dem Ego. Eine Öffnung für dieses Höhere in uns, von dem wir uns führen lassen können, ist nur möglich, wenn wir still und empfangsbereit werden.

Der praktische Weg von Breema, einer Verbindung von Körperarbeit und Weisheitslehre, ist, den

Verstand zum Körper zu bringen. Immer wieder. Bis auch das Gefühl als unterstützende Energie hinzukommt und die innere Öffnung geschieht. Wenn wir, jetzt in diesem Moment, wahrnehmen, dass da ein Körper ist, der atmet, der Bewegung hat, der vielleicht auch Berührung erfährt, können wir uns in uns selbst einen und zu einer unmittelbaren Erfahrung unseres Daseins kommen – und damit zu etwas, was wir wirklich mit Sicherheit wissen können. Eine wertvolle Praxis dafür sind die vielfältigen und spielerischen Selbst-Breema-Übungen.

Der Name einer solchen Übung ist: **Führung kommt aus deiner Stille.**



Warum Stille wesentlich ist



von Ina Brodersen

Wann haben Sie das letzte Mal ein paar Minuten oder sogar Stunden in absoluter Stille verbracht – allein, ohne Beschäftigung oder digitale Ablenkung?

Auch in ihrer Freizeit meiden mittlerweile die meisten Menschen die Stille. Sie ertragen diese nicht mehr. Und gleichzeitig werden wir zurzeit durch die äußeren Umstände förmlich gezwungen, mehr in die Ruhe und Stille zu gehen.

Stille ist heute radikaler als Lärm. (Nils Frahm)

Die unerträgliche Stille – warum Menschen Ruhe meiden

Die meisten Menschen leben in einem ständigen Geräuschpegel. Doch immer mehr Betroffene bemerken das überhaupt nicht. Sie haben sich an den Lärm und den unterschwelligen Stress gewöhnt. Viele Menschen ertragen die Stille überhaupt nicht mehr. Sie meiden diese bewusst.

Aber warum? Weil Lärm Ablenkung ist.

Wenn wir tagsüber im Büro sind oder in Videokonferenzen eingebunden sind, wir abends vor dem Fernseher sitzen oder wir uns morgens direkt vom Radio mit den neuesten Nachrichten beschallen lassen.

Denn wenn wir in der Stille zum Nachdenken kämen, würden wir vielleicht merken, wie es uns wirklich geht, ob wir an unseren Wünschen und Werten vorbeileben, für uns wichtige Bedürfnisse zurückstellen oder auch Ängste spüren. Unangenehme Emotionen und Gedanken lassen sich durch ständige Aktivität vermeiden. Lärm als Gegenpol zur Stille ist also eine willkommene Ablenkung von der Selbstreflexion. Wir müssen uns dann nicht mit unseren Problemen und uns selbst auseinandersetzen, wenn wir Stille meiden. Das mag auch eine Weile gutgehen, doch auf Dauer

macht das Vorbeileben an unserem wahren Selbst krank, physisch wie psychisch.

Es beeinträchtigt unter anderem unsere Kreativität, Schlafqualität, Konzentration und unsere Gemütsverfassung.

Warum also ist Stille so wichtig?

Stille bedeutet Urlaub für das Gehirn. Durch regelmäßige Stille können wir unsere Ressourcen aufladen und wieder zu uns selbst finden.

Ich kenne das gut von mir selbst: wenn ich innerlich unsicher werde und anfangs zu „schwimmen“, die Gedanken kreisen, es mir an Orientierung und Klarheit fehlt – und gleichzeitig von außen viel auf mich einströmt und mich beschäftigt. Dann hilft es mir immer wieder, ganz in die Stille zu gehen. (Dafür muss ich mich allerdings bewusst entscheiden, denn der Sog der Ablenkung unterschiedlichster Art ist stark). Dort finde ich zurück zu mir und kann die Verbundenheit mit meiner Seele und dem großen Ganzen spüren. Das verschafft mir wieder Boden unter den Füßen und Orientierung – Halt im Innen statt im Außen.

„Stille ist nicht die Abwesenheit von etwas, sondern die Anwesenheit von allem.“



Stille bedeutet innehalten, ein Gespür für sich bekommen. Es bedeutet, es sich selbst wert zu sein, nach innen zu lauschen – dort liegen in den meisten Fällen die Antworten auf die Fragen, die wir so sehr im Außen suchen. In der Stille spüre ich Verbundenheit. Ich kann spüren, dass ich Teil eines großen Ganzen bin und dass ich als Teil dieses Ganzen meinen Beitrag leisten kann. Dass das Leben, egal wie groß die Unwägbarkeiten sein mögen, einen Sinn hat und ich es meistern kann. Ich kann spüren, dass ich gehalten und geführt bin. Ich kann vertrauen, hinschauen, loslassen. Ich sein. Halt und Orientierung finden, weil sich in der Stille Ruhe, Weite und Weitblick einstellen. Es sind genau die Elemente, die gerade in der derzeitigen Lage und Situation wesentlich sind. Stille bringt uns in eine gesunde Bodenständigkeit, Dankbarkeit und Genügsamkeit zurück. Stille erlaubt uns, herauszufinden, wer wir sind, was wir wollen und wie wir mit unserer aktuellen Lebenssituation am besten umgehen wollen. Oft können wir uns erst in der Stille und der Reflexion ansehen, wann wir uns z. B. zu sehr nach den Erwartungen anderer richten, uns anpassen, Sicherheit im Außen suchen, in Mustern und Strukturen wie feststecken. Stille trägt so dazu bei, dass wir uns besser kennenlernen, uns bewusst wird, was uns wirklich wichtig ist, wir uns weiterentwickeln – hin zu uns selbst und unserem Seelenauftrag.

Stille zulassen

- ... ruhig werden
- ... hören und spüren
- ... inneren Frieden finden
- ... klar und fokussiert werden



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



Komm in die Stille

Man hört immer, in die Stille kommen ist so wichtig und tut uns so gut, aber viele von uns wissen gar nicht, wie das geht oder wie sich Stille anfühlt. Das kann auch für jeden ganz unterschiedlich sein. Der eine geht vielleicht gerne Waldbaden, das heißt, er sucht die Ruhe und Stille im Waldspaziergang, kann entspannen und loslassen beim Knacken im Unterholz und Hämmern des Spechtes, und die nächste setzt sich ans Meer bei Wind und Wetter und hört dem Wind und den Wellen zu. Wieder eine andere findet die Stille in Meditation und Yoga.

Es gibt aus meiner Sicht kein Richtig oder Falsch. Entscheidend ist, wie es sich anfühlt. Bist du hinterher entspannt, im inneren Frieden, hat dein Gedankenkarussell einmal Pause gehabt? Dann hast du meiner Meinung nach alles richtig gemacht. Sorge dafür, dass du Auszeiten hast – jeden Tag, um der Hektik im Alltag einmal zu entkommen und deinen Stresspegel zu senken.

Mir persönlich hilft das Mantrasingen (man – Geist, tra – Projektion), d. h. während des Chantens richte ich meinen Geist auf ein heiliges Wort wie z. B. das OM. Das verbindet mich mit meinem Höheren Selbst, mit meinem Inneren Führer und da mein Geist das kennt, weiß er, jetzt ist Entspannung angesagt.

In den Seminaren, die wir geben, üben wir auch immer einmal wieder, in die Stille zu gehen, z. B. wird ohne zu reden gegessen und jeder Bissen bewusst und langsam gekaut. Bei einigen Teilnehmern ruft das Unbehagen hervor, weil man auf sich zurückgeworfen wird. Normalerweise schnötern wir beim Essen über dies und das und sind mit den Gedanken überall, aber nicht beim Essen. Und wenn plötzlich beim Essen Ruhe ist, fühlen einige sich in die Kindheit zurückversetzt, weil sie damals bei Tisch auch nicht reden durften. Aber viele genießen es auch und sagen hinterher, sie hätten noch nie so deutlich die Rote Beete geschmeckt und wahrgenommen, womit das Essen gewürzt wurde.

Ich schreibe diesen Artikel gerade am Wochenende vor dem 2. Lockdown im November, viele werden jetzt wieder in die Ruhe und Stille geschickt, ohne



von Bettina und Jürgen Dahlke,
die Stille in der Natur suchen und finden.



es zu wollen und ohne zu wissen, wie man mit Stille umgeht, weil sie vielleicht nichts mit sich anzufangen wissen. Das führt dann bei vielen zu einem Einsamkeitsgefühl.

Wenn es dir gerade genauso geht, kann ich dir empfehlen, einmal YouTube nach schönen Meditationen zu durchstöbern. Lerne dich selbst besser kennen und vor allem lieben.

Am 23.02.2021 startet meine neue Jahresgruppe „Schattenkinder“, der erste Abend ist zum Kennenlernen und du kannst dich danach entscheiden, ob du dich verbindlich für die Gruppe anmelden möchtest. Dort stöbern wir alte Glaubenssätze und Verhaltensmuster auf und lernen, wie wir alternativ mit belastenden Situationen umgehen können. Dadurch kommen wir in einen inneren Frieden, der u. a. auch für Stille in uns sorgt.

Wenn du bei Facebook bist, kannst du in meine Gruppe „Kundalini Yoga mit Balwant Kaur“ kommen und live beim Yoga mitmachen. Ich freue mich auf dich.

LICHTPUNKTE

Hier bekommst du
Bücher zum Thema
• Yoga • Spiritualität • Gesundheit
• Schmuck • Edelsteine • Kleidung
• Alles zum Räuchern
• Feder/schmuck
• Hexen- und Schamanenkram
Partnerin des Schöner Verlags und Satsum Versand
Öffnungszeiten siehe Text.
Bettina Dahlke - Paulsgabe 13 (B 200) - 24992 Joel
www.göttinnen-yoga.de

Bettina & Jürgen
Dahlke

Ausbildung
zum/zur
Schamanischen
Heilkünstler/-in

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

In der Stille entfaltet sich unser einzigartiger Klang

Wie kann ich über Stille schreiben, wenn in mir ein lauter Schrei ist? Wie kann ich über Stille schreiben, wenn es in mir tobt angesichts der aktuellen Situation, wenn die emotionalen Wellen mich überfluten und mich zu zerreißen drohen?

Jeder Versuch, die Wellen von außen zu glätten, muss scheitern und führt, wenn ich bei diesem Bild bleibe, unweigerlich zu noch mehr Turbulenzen. Das Wasser selbst lässt sich nicht beruhigen, das Gefäß, das dieses Wasser umgibt, muss zur Ruhe kommen.

Für mich wird die Stille am besten durch das Bild des klaren Bergsees, der alles reflektiert, oder das Bild des Buddha verkörpert, in sich ruhend, egal was im Außen geschieht. Oder auch durch das schöne Bild aus der Sufi-Tradition vom „Herz polieren“, bis seine Oberfläche klar und rein ist, so dass es die Liebe Gottes reflektieren kann. Nach dieser Stille sehnen wir uns, sie ist essenziell notwendig für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden und damit auch für den Erhalt des Lebens auf diesem Planeten. Doch warum laufen wir dann vor ihr weg und lenken uns ab mit Reden, Arbeit, Alkohol, Internet, Fernsehen, Computer, ständig im Hintergrund laufender Unterhaltungsmusik usw. Obwohl wir in dieser Zeit um zahlreiche Entspannungs- und Meditationstechniken wissen, helfen uns diese allein nur bedingt, wirkliche innere Stille zu erfahren und mit uns selbst in Einklang zu kommen.

Ist es nicht so, dass die meisten von uns wirkliche Stille gar nicht ertragen, weil sie uns konfrontiert mit ungeliebten Gefühlen, die daraus entstehen? Dass wir in Wahrheit mit unserem Leben alles andere als glücklich sind, dass wir uns von unserer Seele abgeschnitten haben, grundlegende Bedürfnisse zurückstellen, unsere Werte verraten und unsere Träume und Wünsche in irgendeiner

Ecke begraben haben? In einer Gesellschaft, die wirtschaftliche Interessen über den Wert des Lebens und der Gemeinschaft stellt, sind wir konfrontiert, Teil einer Evolution zu sein, die gerade dabei ist, sich selbst zu zerstören. Mir dies bewusst zu machen und wirklich zu fühlen, ist so zutiefst schmerzhaft, dass es scheinbar kaum auszuhalten ist. So erwische auch ich mich immer wieder, eine Abkürzung nehmen und aufgewühlte Emotionen durch Unterdrückung oder Aktivität „in den Griff“ bekommen zu wollen, um meinen komplexen Alltag bewältigen zu können.

Doch am Ende richtet eine solche Kompensation mehr Schaden als Nutzen an. Angesichts meiner eigenen hohen Empfindsamkeit gegenüber Stresssituationen sowie der Beobachtung, dass viele von uns auf die wachsenden Anforderungen dieser komplexen und schnelllebigen Welt mit chronischer Erschöpfung reagieren, habe ich mich vor vielen Jahren aufgemacht, andere Wege aufzuspüren. Was ich dabei für mich herausgefunden habe: Egal, welchen Weg ich wähle, wirkliche innere Stille zu erfahren, erfordert Hingabe und Mut, mich meinen ungeliebten Gefühlen und Ängsten zu stellen. Es braucht immer wieder aufs Neue die Bereitschaft, das eigene Leben ehrlich zu betrachten und loszulassen, was nicht mehr dient.



Es gibt keine Abkürzung und ich bin herausgefordert, meine eigenen Schatten und Widerstände anzuschauen und mich auf etwas Unbekanntes, Neues einzulassen.

Stille bedeutet für mich nicht die Abwesenheit von Geräuschen. Stille bedeutet für mich, einzutauchen in das verbundene Sein, in den Raum, in dem Himmel und Erde sich berühren und Dualitäten sich aufheben. Es ist der Moment, der uns unsere materielle Welt, so wie wir sie kennen, für eine Weile vergessen lässt. Solche Momente geschehen, wir können sie nicht machen und je mehr wir sie herbeiholen wollen, desto weiter entfernen sie sich von uns. Das einzige, was wir tun können ist, uns für neue Erfahrungen zu öffnen.

Passend dazu begegnete mir die Geschichte eines Zenmeisters, der seine Schüler aus dem stillen und aufgeräumten Meditationssaal auf den größten, dreckigsten und lautesten Marktplatz der Stadt führt. Er lässt sie dort mit dem Auftrag stehen, die Stille, nach der sie suchen, hier, mitten im Lärm, zu finden. Ist nicht genau das die größte Herausforderung und Aufgabe dieser Zeit, inmitten des größten Sturms zur Ruhe zu kommen?

Sabine Bevendorff



**Deine Stimme führt dich
in deine ureigene Kraft**

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

www.sabinebevendorff.de



Was mache ich also mit dem Schrei in meiner Kehle? Es klingt wie ein Paradox, doch indem ich das, was in mir ist, auch die unangenehmen Gefühle und Widerstände, ehrlich und ohne sie zu dramatisieren über meine Stimme nach außen zeige, wenn alles sein darf, wie es ist, nicht weniger, aber auch nicht mehr, kann es sich sanft auflösen. Es ist für mich das Geschenk der Stimme, das mir hilft, mein Inneres besser zu erkennen und wahrzunehmen, nicht mehr dagegen anzukämpfen und mich auf den Moment einzulassen. Wenn der Schrei von allein wieder verklingt, kann Stille wie von selbst eintreten. In diesem inneren Raum weitet sich unser Bewusstsein und das höhere, göttliche Selbst kann durch uns wirken. In der Stille entfaltet sich unser einzigartiger Klang, unsere Essenz.

Darüber hinaus verfügt unsere Stimme über die Fähigkeit, das Nervensystem zu beruhigen. Gesang und Musik sind für mich keine Unterhaltungsmedien, sie sind Wege, das göttliche Bewusstsein in uns selbst zu entdecken und unsere verhärteten Herzen zu reinigen oder, wie die Sufis so schön sagen, zu polieren. Nicht umsonst wurde und wird in allen Kulturen der Erde Gesang zum Gebet genutzt.

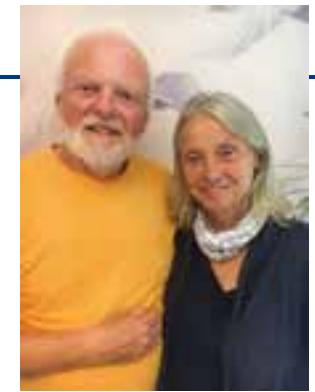
Noch viel kraftvoller ist es, wenn wir diesen Weg gemeinsam mit anderen gehen. Als Menschen sind wir Gemeinschaftswesen. Die Zeit, in der wir als Einzelkämpfer durchs Leben gegangen sind, ist vorbei. Das bedeutet, wir dürfen wieder lernen, uns anzuvertrauen und uns mit dem, was in uns ist, zu zeigen. Älteste sind auf diesem Weg hilfreich, Freund*innen, Vorbilder und liebevolle Begleiter*innen, die diesen Weg mit uns gehen, die unser Inneres reflektieren und spiegeln und uns ehrlich und aufrichtig begegnen. So können wir uns gegenseitig unterstützen, den stillen Ort in uns zu finden und zu betreten, der durch Geräusche nicht gestört werden kann.

Für den Fortbestand unseres Lebens auf diesem Planeten halte ich es für essenziell notwendig, Stille wieder in unser Leben einzuladen. Es ist wichtig, uns Zeit und Raum zu nehmen, zu fühlen, was uns innerlich bewegt, und darüber hinaus ehrlich zurückzuschauen und zu erkennen, was in unserem Leben dienlich ist und wovon wir uns trennen sollten. Aus diesem stillen Raum können neue kraftvolle Visionen erwachsen und es werden Lösungen sichtbar, die wir bis dahin nicht erkennen konnten und die uns Wege in eine lebenswerte und lebensdienliche Welt aufzeigen.

Portrait

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.



Henning Textor
und Helga Simon



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 (**Orthomolekulartherapie**) 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 Griffe oder Griffkombinationen aus der **Chiropraktik** ein, die zur Wiederherstellung der Mobilität der Wirbel führen, damit die Energie und das Blut wieder störungsfrei fließen können.

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

Der Mensch im Wandel in der Stille des Wandels



von Amir Weiss

Wir leben in neuen, sich schnell verändernden Zeiten, inmitten eines radikalen Wandels. Wenn Sie sich genauer umschaun, können Sie beobachten, wie dieser Wandel alles beeinflusst: Politik, Wissenschaft, Medizin, Technik, ebenso das gesellschaftliche Leben und noch viele weitere Bereiche, in denen sich menschliches Leben ausdrückt. Es sieht so aus, als bliebe kein Stein mehr auf dem anderen. Alles wirkt transparenter, Menschen werden aufmerksamer und kritischer für das, was um sie herum und mit und in ihnen geschieht. Es mag also sein, dass zurzeit alles das, was ist, auf „Herz und Nieren“ geprüft wird.



Inmitten solcher Zeiten des Wandels sehen wir den Menschen als ein geistiges Wesen, das dazu beitragen kann, sich selbst, den Planeten (die Welt, in der wir leben) und das universelle Gefüge neu zu gestalten. Dieses spirituelle Wesen Mensch verstehen wir als natürliches Behältnis oder Tempel. Wenn der Mensch mit seinem ursprünglichen, wahren Selbst in Kontakt ist, wenn er mit den ihm inwohnenden Potenzialen verbunden ist, kann er seinen eigenen natürlichen Heilensenzen ein Zuhause geben.

Persönliche Transformationsprozesse strahlen nach außen aus. Sie tragen zu gesellschaftlich heilsamen Resonanzen und Wandlungseffekten bei, die sich in unserer Welt auch jetzt jederzeit vollziehen und beobachtet werden können, sofern wir unsere Augen dafür öffnen und ihnen unsere Aufmerksamkeit schenken.

Der erste wesentliche Schritt der Transformation geschieht jedoch immer im Individuum. Der Mensch selbst entscheidet sich dafür, seine Augen zu öffnen und anders hinzuschauen, um beispielsweise auch von meisterhaften Verwandlungsprozessen zu lernen, die sich in der Natur auf allen Ebenen fortlaufend vollziehen.

Im Herbst können wir den natürlichen Wandel Jahr für Jahr besonders eindrücklich beobachten. Alles, was nicht mehr gebraucht wird, streift die Natur ab, bis alles in sich ruht, um in einigen Monaten erneut einen Wandel zu vollziehen.

Wandel existiert überall. Die Natur ist voller Beispiele von Transformation und Metamorphose. Die Raupe wandelt sich zum Schmetterling, die Eichel wird zum Baum, das Baby wandelt sich zum Kind und entwickelt sich zum Erwachsenen. Wandel ist eingebaut in uns wie in die Raupe und in alles organische Leben auf diesem Planeten. Wandel ist auch für den Menschen etwas ganz Natürliches. Wunsch, Suche und Drang danach, sich immer wieder verändern zu wollen, sich zu verfeinern, sich zu transformieren, sind in allen Lebewesen angelegt. Stellt die Raupe ihren Wandel in Frage? Wohl kaum. Ihr Wandel geschieht automatisch, fraglos und ohne sich zu beklagen.



Allein der Mensch steht sich in seinem Wandel oft selbst im Weg. Der Mensch hinterfragt, was für den Menschen natürlich ist. Denn im Vergleich zu allem anderen organischen Leben liegt es in der Verantwortung des Menschen, sich seiner selbst bewusst zu werden und freiwillig zu verändern – und nicht nur automatisch. Jedoch neigen viele Menschen dazu, ein Leben zu führen, das sie von ihrem natürlichen, instinktiven Impuls zur Veränderung entfernt.

Manche Menschen können diesen Impuls noch wahrnehmen, doch für die meisten ist der Drang zum Wandel nicht bewusst spürbar.

Die Weiss-Methode kann dazu beitragen, diese verlorene Verbindung wieder anzuknüpfen. Sie fördert den Wandel, der tief in uns allen angelegt ist, und wenn wir mit dem Wandel sind, sind wir in der Stille.

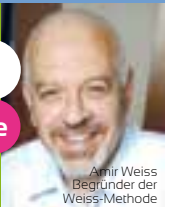
Endlich Schluss mit der Sucht!

Zuckerfrei Rauchfrei Leben ohne Alkohol Einfach Abnehmen

Behandlungstage in
Eckernförde
und in
Hamburg

Infos und Anmeldung:
04351 - 482 49 00

www.weiss-institut.de



Amir Weiss
Begründer der
Weiss-Methode

Eckernförde:
09. Januar | 20. Februar | 20. März 2021
Hamburg:
10. Januar | 21. Februar | 21. März 2021

Dezember

01.12., Altenholz oder online, 20:00 Uhr,
Öffentliches Channeling: Thema wird kurzfristig festgelegt, bitte anmelden, Christiane Larissa Apel, Klausdorfer Straße 87, 24161 Altenholz, Tel.: 0431 88784981, www.larissa-apel.de, info@larissa-apel.de

01.12., Kiel, 19:00 Uhr,
Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ – Mentaltraining und Austausch für Männer, stadt.mission.mensch gGmbH, Walkerdamm 17, 24103 Kiel, 14-tägig, 28–32 €/Monat, Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

01.12., Kiel, 9:00–15:00 Uhr,
Die Dynamik der eigenen Biografie erkennen, Zukunftswerkstatt Kiel, Lerchenstraße 22, 24103 Kiel, Ina Brodersen, Tel.: 0152 0170 3086, brodersen@fermate-beratung.de, www.fermate-beratung.de

02.12., Kiel, 19:30 Uhr,
Offene Gespräche, Zentrum Kiel, Goldenes Rosenkreuz Zentrum Kiel, Andreas Gayk-Str. 23–25, 24103 Kiel, Tel.: 0163 4874680, kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de

02.12., Flensburg, 19:30 Uhr,
Offene Gespräche, Aktivitetshuset Flensburg, Norderstr. 49, 24939 Flensburg, Goldenes Rosenkreuz Zentrum Kiel, Tel.: 0163 4874680, kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de

02.12., online, 20:00–22:00 Uhr,
Gemeinsames Klangcode Singen für uns und die Welt. Elisabeth Westermann, info@dao-tha.com, www.dao-tha.com

02.12., Kiel, 19:30–21:30 Uhr,

Offener Singkreis, Gemeinschaftshaus, Am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel, Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

06.12., Kiel, 10:00–12:00 Uhr,
Offene Geomantiegruppe Kiel, Maike Wolfgramm, Rendsburger Landstr. 326, 24111 Kiel, Tel.: 0431 52616109, www.geomantie-leuchtende-erde.de, info@geomantie-leuchtende-erde.de

07.12., Eckernförde, 19:30 Uhr,
Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ – Mentaltraining und Austausch für Männer, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 14-tägig, 25–30 €/Monat, Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

09.12., Barkelsby, 17:30 Uhr,
EM-Adventsbrunch; Fragen und Austausch zu EM-Anwendungen – Anmeldung erforderlich, Corina Blaase – zertifizierte EM-Beraterin, Riesebyer Str. 2, 24360 Barkelsby, Tel.: 04351 899191, www.em-inntal.de

10.12., online, 18:00–18:45 Uhr,
Selbst-BREEEMA® Seminar: Ja zum Leben sagen, immer und überall, (international, in English), Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. & Breema-Lehrerin), Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 04354 8098609, cornelia_weiss@hotmail.com, www.cornelia-weiss.de

11.12., online, 17:00 bis ca. 21:00 Uhr,
Die gesunde Funktion der endokrinen Drüsen unterstützen, 130,- €. Elisabeth Westermann, info@dao-tha.com, www.dao-tha.com

11.12., Online via Zoom, 18:30–20:00 Uhr,
Bewusst. Sinnerfüllt. Mutig – 3 Schlüssel zu Deiner inneren und äußeren Führungskraft, Ina Brodersen, Tel.: 0152 0170 3086, brodersen@fermate-beratung.de, www.fermate-beratung.de

11.12., Eckernförde, 19:00–21:00 Uhr,

Offener Singkreis, TÖZ, Marienthaler Str. 17, 24340 Eckernförde, Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

12.12., Dollerupholz, 10:00–14:00 Uhr,
Räuchern mit heimischen Kräutern, Tamara Graf, Tel.: 0177 2996495, graf@dollerupholz.de, www.heilpflanzen-schule-alchemilla.de

12.–13.12., Kiel, 10:00–16:30 Uhr,
Geomantiejahresgruppe, Transformation I, Maike Wolfgramm, Rendsburger Landstr. 326, 24111 Kiel, Tel.: 0431 52616109, www.geomantie-leuchtende-erde.de, info@geomantie-leuchtende-erde.de

13.12., Berlin und online, 11:00 Uhr,
Das schwingende Hirn – Klang und unser Nervensystem, BalanX, Weichselstraße 49, 12045 Berlin, Gastgeber: Heiko Streuff; Klangheilung und SonarYoga, www.sonaryoga.de

14.12., online, 20:00 Uhr,
Arbeit mit Klangcodes – 3-teilige Online-Sitzungen: Teil 1 – Atlasbalancing, Dagmar Längert, Tel.: 04641 9862191 oder 0172 9825298, kontakt@klangcodes.de, www.klangcode.de

15.12., Kiel, 19:00 Uhr,
Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ – Mentaltraining und Austausch für Männer, stadt.mission.mensch gGmbH, Walkerdamm 17, 24103 Kiel, 14-tägig, 28–32 €/Monat, Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

15.12., Kiel, 20:00 Uhr,
Stille und Begegnung im Tempel, Goldenes Rosenkreuz Zentrum Kiel, Andreas Gayk-Str. 23–25, 24103 Kiel, Tel.: 0163 4874680, kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de

15.12., Kiel, 9:00 – 15:00 Uhr,
Persönliche Integrität als Kraftquelle nutzen, Zukunftswerkstatt Kiel, Lerchenstraße 22, 24103 Kiel, Ina Brodersen, Tel.: 0152 0170 3086, brodersen@fermate-beratung.de, www.fermate-beratung.de

16.12., Kiel, 19:30–21:30 Uhr,



„Jede Krankheit basiert auf Energiemangel!“

info@alles-ist-moeglich.eu
www.alles-ist-moeglich.eu

M 0172 4360491



„Benötigen Sie Hilfe?“

office@institut-lebensfreude.eu
www.institut-lebensfreude.eu

Offener Singkreis, Gemeinschaftshaus, Am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel, Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

17.12., Kosel, 10:00–12:00 Uhr, BREEMA® Seminar: Die Kunst, präsent zu sein, Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. & Breema-Lehrerin), Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 15,- Euro, bitte anmelden: cornelia_weiss@hotmail.com oder 04354 8098609 www.cornelia-weiss.de

18.12., Jörl, 18:00 Uhr, Willkommen in den Rauh Nächten, wir werden einiges über die Rauh Nächte erfahren, orakeln und uns mit den jeweiligen Themen verbinden, Kosten 20,- €, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Tel.: 04607 253, www.göttinnen-yoga.de

19.12., Eckernförde, 14:00–21:00 Uhr, Ritualfest zur Wintersonnenwende, Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

19.12., online, 17:00–17:45 Uhr, Selbst-BREEMA® Seminar: Ja zum Leben sagen, immer und überall, (international, in English) Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. und Breema-Lehrerin), Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 04354 8098609, cornelia_weiss@hotmail.com, www.cornelia-weiss.de

21.12., online, 20:00 Uhr, Arbeit mit Klangcodes – 3-teilige Online-Sitzungen: Teil 2 – Wirbelsäulenbalancing, Dagmar Längert, Tel.: 04641 9862191 oder 0172 9825298, kontakt@klangcodes.de, www.klangcode.de

21.12., Jörl, 18:30 Uhr, Wintersonnenwende, wir feiern das Jahreskreisfest nach druidisch/schamanischer Art, keine Vorkenntnisse nötig, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Tel.: 04607 253, www.göttinnen-yoga.de

27.12.–01.01.2021, Hamburg, Zeit für Wandlung, Retreat mit OM C. Parkin, Folge deiner Sehnsucht nach Sinn und Frieden, OM-Stiftung Innere Wissenschaft gGmbH, Yvonne-Mewes-Weg 27, 22297 Hamburg www.om-science.com

28.12., online, 20:00 Uhr, Arbeit mit Klangcodes – 3-teilige Online-Sitzungen: Teil 3 – Anregung der Zirbeldrüse, Dagmar Längert, Tel.: 04641 9862191 oder 0172 9825298, kontakt@klangcodes.de, www.klangcode.de

29.12.20, Jörl, 18:00 Uhr, Schamanische Aufstellung, Anliegen sind belegt, Stellvertreter sind herzliche willkommen, Kosten 15,- €, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Tel.: 04607 253, www.göttinnen-yoga.de

Januar

02.01., online, 20:00–22:00 Uhr, Gemeinsames Klangcode Singen für uns und die Welt. Elisabeth Westermann, info@dao-tha.com, www.dao-tha.com

02.–03.01., Jörl, 10:00–16:00 Uhr, Schamanische Heilkunst – Sonnen- und Mondfeste im Jahresrad, du erfährst aus überwiegend keltischer Sicht, wofür die jeweils 4 Sonnen- und Mondfeste stehen, und für jedes Fest machen wir einen Praxisteil, Kosten 200,- € fürs WE oder 170,- €, wenn du die ges. Ausbildung machst, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Tel.: 04607 253, www.göttinnen-yoga.de

03.01., Kiel, 10:00–12:00 Uhr, Offene Geomantiegruppe Kiel, Maike Wolfgramm, Rendsburger Landstr. 326, 24111 Kiel, Tel.: 0431 52616109, www.geomantie-leuchtende-erde.de, info@geomantie-leuchtende-erde.de

04.01., Altenholz oder online, 20:00 Uhr, Öffentliches Channeling: Thema wird kurzfristig festgelegt, bitte anmelden, Christiane Larissa Apel, Klausdorfer Straße 87, 24161 Altenholz, Tel.: 0431 88784981, www.larissa-apel.de, info@larissa-apel.de

04.–10.01., Norby, Karma-Retreat – Die etwas andere Auszeit, Ina Brodersen, Mölnbarg 15, 24354 Norby/Rieseby, Tel.: 0152 0170 3086, brodersen@fermate-beratung.de, www.fermate-beratung.de

04.01.–15.02., online, jeden Montag 20:00 Uhr, 7-teiliges Online-Seminar Sehkraftverstärkung mit Klangcodes, Vortrag und Übungen, Dagmar Längert, Tel.: 04641 9862191 oder 0172 9825298, kontakt@klangcodes.de, www.klangcode.de

05.01., Kiel, 19:00 Uhr, Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ – Mentaltraining und Austausch für Männer, stadt.mission.mensch gGmbH, Walkerdamm 17, 24103 Kiel, 14-tägig, 28–32 €/Monat, Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

14.12., online, 20:00 Uhr, Arbeit mit Klangcodes – 3-teilige Online-Sitzungen: Teil 1 – Atlasbalancing, Dagmar Längert, Tel.: 04641 9862191 oder 0172 9825298, kontakt@klangcodes.de, www.klangcode.de

06.01., Kiel, 19:30 Uhr, Offene Gespräche, Zentrum Kiel, Goldenes Rosenkreuz Zentrum Kiel, Andreas Gayk-Str. 23–25, 24103 Kiel, Tel.: 0163 4874680, kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de

08.01., Jörl, 18:00 Uhr, Schamanische Aufstellung, Freies Anliegen 70,- €, Stellvertreter sind willkommen 15,- €, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Tel.: 04607 253, www.göttinnen-yoga.de

08.01., Eckernförde, 19:00–21:00 Uhr, Offener Singkreis, TÖZ, Marienthaler Str. 17, 24340 Eckernförde, Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

09.01., Eckernförde, Weiss-Seminar: Frei von Sucht und Gewohnheiten, Institut Weiss, Tel.: 0800 5129999, suchtfrei@weiss-institut.de, www.weiss-institut.de

09.–10.01., Kiel, 10:00–16:30 Uhr, Geomantiejahresgruppe, Kontakt mit Elementarwesen, Maike Wolfgramm, Rendsburger Landstr. 326, 24111 Kiel, Tel.: 0431 52616109, www.geomantie-leuchtende-erde.de, info@geomantie-leuchtende-erde.de

09.01., Kosel, 14:00–18:30 Uhr, BREEMA® Seminar: Das Leben feiern, Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. und Breema-Lehrerin), Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 35,- €, bitte anmelden: cornelia_weiss@hotmail.com oder 04354 8098609. www.cornelia-weiss.de

10.01., Hamburg, Weiss-Seminar: Frei von Sucht und Gewohnheiten, Institut Weiss, Tel.: 0800 5129999, suchtfrei@weiss-institut.de, www.weiss-institut.de

10.01., Berlin, Workshop: Das Tantra des Klanges – Verbindung durch Stimme, BalanX, Weichselstraße 49, 12045 Berlin, Gastgeber: Heiko Streuff, Klangheilung und SonarYoga, www.sonaryoga.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

**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

11.01., Eckernförde, 19:30 Uhr,
Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ –
Mentaltraining und Austausch für Männer, ImPulse
Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde,
14-tägig, 25–30 €/Monat, Jürgen Willmann, Tel.:
04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.
juergenwillmann.de

12.01., online, 20:00 Uhr,
Arbeit mit Klangcodes – 3-teilige Online-Sitzungen:
Teil 2 – Wirbelsäulenbalancing, Dagmar Längert,
Tel.: 04641 9862191 oder 0172 9825298, kontakt@
klangcodes.de, www.klangcode.de

13.01., Flensburg, 19:30 Uhr,
Offene Gespräche, Aktivitätshuset Flensburg,
Norderstr. 49, 24939 Flensburg, Goldenes Rosen-
kreuz Zentrum Kiel, Tel.: 0163 4874680, kiel.info@
rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de

13.01., Kiel, 19:30–21:30 Uhr,
Offener Singkreis, Gemeinschaftshaus, Am Moor-
wiesengraben 22, 24113 Kiel, Sabine Bevendorff,
Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

13.01., online, 19:30–21:00 Uhr,
BREEMA® Workshop: Coming Home to the
Present, (international, in English), Cornelia Weiß
(Dipl.-Psych. und Breema-Lehrerin), Praxis für
inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel,
04354 8098609, cornelia_weiss@hotmail.com,
www.cornelia-weiss.de

15.–17.01., Hürup, Freitag 16:00–20:00 Uhr,
Samstag 10:00–18:00 Uhr und Sonntag
10:00–16:00 Uhr, Ausbildung Bachblütentherapie
Grundlagenwochenende, 280,- € je Wochenende,
ascendium – die Neue Schule, Hauptstraße 57,
24975 Hürup, www.ascendium.de

Bitte erfragen Sie bei den angegebenen Adres-
sen, 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

18.01., Hürup, 19:00 Uhr,
Kostenloser Informationsabend rund um das Aus-
bildungs- und Seminarangebot im ascendium – die
Neue Schule, Hauptstraße 57 24975 Hürup, www.
ascendium.de, – Um Anmeldung wird gebeten –

19.01., online, 20:00 Uhr,
Arbeit mit Klangcodes – 3-teilige Online-Sitzungen:
Teil 3 – Anregung der Zirbeldrüse, Dagmar Längert,
Tel.: 04641 9862191 oder 0172 9825298, kontakt@
klangcodes.de, www.klangcode.de

19.01., Kiel, 19:00 Uhr,
Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ –
Mentaltraining und Austausch für Männer, stadt.
mission.mensch gGmbH, Walkerdamm 17, 24103
Kiel, 14-tägig, 28–32 €/Monat, Jürgen Willmann,
Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de,
www.juergenwillmann.de

20.01., Kiel, 20:00 Uhr,
Tempeldienst, Goldenes Rosenkreuz Zentrum Kiel,
Andreas Gayk-Str. 23–25, 24103 Kiel, Tel.: 0163
4874680, kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosen-
kreuz.de

21.01., online, 18:00–18:45 Uhr,
Selbst-BREEMA® Seminar: Ja zum Leben sagen,
immer und überall, (international, in English),
Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. und Breema-Lehrerin),
Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354
Kosel, 04354 8098609, cornelia_weiss@hotmail.
com, www.cornelia-weiss.de

21.–24.01., Hamburg,
Visionäre Craniosakralarbeit® des Milne Institut:
Cranial 1 mit Hugh Milne, Cranio Hamburg, Tel.:
040 4301885, mii@cranio-hamburg.de, www.
cranio-hamburg.de

22.01., Eckernförde, 19:00–21:00 Uhr,
Offener Singkreis, TÖZ, Marienthaler Str. 17,
24340 Eckernförde, Sabine Bevendorff, Tel.: 04351
879756, www.sabinebevendorff.de

23.01., Eckernförde, 06:00–13:00 Uhr,
Lichtmess – Ritualfest, Sabine Bevendorff, Tel.:
04351 879756, www.sabinebevendorff.de

23.–24.01., Hürup, 10:00–18:00 Uhr,
Therapeutische Fachausbildung Hypnose, Kosten
240,- €, ascendium – die Neue Schule, Hauptstraße
57 24975 Hürup, www.ascendium.de

24.01., Hürup, 10:00–17:00 Uhr,
Wenn dein Körper zu Dir spricht – Einführung in die
Psychosomatik, Kosten 120,- €, ascendium – die
Neue Schule, Hauptstraße 57 24975 Hürup, www.
ascendium.de

25.01., Eckernförde, 19:30 Uhr,
Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ –
Mentaltraining und Austausch für Männer, ImPulse
Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde,
14-tägig, 25–30 €/Monat, Jürgen Willmann, Tel.:
04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.
juergenwillmann.de

24.01., Karlsruhede, 10:00–16:30 Uhr,
Tagesseminar Geomantie am Langbettgrab und
im Wald von Karlsruhede, Maike Wolgramm,
Rendsburger Landstraße 326, 24111 Kiel, Tel.:0431
53616109, www.geomantie-leuchtende-erde.de,
info@geomantie-leuchtende-erde.de

26.01., Kosel, 10:00–12:00 Uhr,
BREEMA® Seminar: Die Kunst, präsent zu sein,
Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. und Breema-Lehrerin),
Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354
Kosel, 04354 8098609, cornelia_weiss@hotmail.
com, www.cornelia-weiss.de

27.01., online, 19:00 bis ca. 21:00 Uhr,
In chaotischen Zeiten die Nerven bewahren,
Klangcodes werden zur Stärkung des Nervensys-
tems gesungen, 27,- €. Elisabeth Westermann,
info@dao-tha.com, www.dao-tha.com

27.01., Kiel, 19:30–21:30 Uhr,
Offener Singkreis, Gemeinschaftshaus, Am Moor-
wiesengraben 22, 24113 Kiel, Sabine Bevendorff,
Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

28.01., Hürup, 9:00–11:30 Uhr,
Glücklich sein im Alltag – Ein Frauen-Erfahrungs-
raum, sechs Vormittage, Kosten 50,- € je Termin,
ascendium – die Neue Schule, Hauptstraße 57,
24975 Hürup, www.ascendium.de

28.–31.01., Hamburg,
Visionäre Craniosakralarbeit® des Milne Institut:
Cranial 2 mit Hugh Milne, Cranio Hamburg, Tel.:
040 4301885, mii@cranio-hamburg.de, www.
cranio-hamburg.de

29.–31.01., Hamburg, Fr. und Sa. 10:00–18:00 Uhr,
So. 10:00–17:00 Uhr.
Developmental-Shiatsu aceki – BabyShiatsu®,
Teil I (Teil II vom 11.–13.06.), keine Vorkenntnisse
erforderlich, Schule für Shiatsu, Oelkersallee 33,
22769 Hamburg, Tel.: 040 4301885,
schule@für-shiatsu.de, www.schule-fuer-shiatsu.de

30.–31.01., Hürup, Sa. 10:00–17:00, So. 10:00–
13:00 Uhr,
Lern- und Entwicklungsraum – Vom Ego zu mir
selbst, Kosten 165,- €, ascendium – die Neue
Schule, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, www.
ascendium.de

**Zeit für
Wandlung**

**Retreat mit
OM C. Parkin**

27. Dez. 2020 - 1. Jan. 2021

Folge deiner Sehnsucht
nach Sinn & Frieden

www.om-science.com

31.01., Schleswig, 10:00–12:00 Uhr,
Offene Geomantiegruppe Schleswig, Maïke Wolfgramm, Rendsburger Landstr. 326, 24111 Kiel, Tel.: 0431 53616109, www.geomantie-leuchtende-erde.de, info@geomantie-leuchtende-erde.de

Februar

02.01., online, 20:00–22:00 Uhr,
Gemeinsames Klangcode Singen für uns und die Welt. Elisabeth Westermann, info@dao-tha.com, www.dao-tha.com

02.02., Altenholz oder online, 20:00 Uhr,
Öffentliches Channeling: Thema wird kurzfristig festgelegt, bitte anmelden, Christiane Larissa Apel, Klausdorfer Straße 87, 24161 Altenholz, Tel.: 0431 88784981, www.larissa-apel.de, info@larissa-apel.de

02.02., Kiel, 19:00 Uhr,
Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ – Mentaltraining und Austausch für Männer, stadt.mission.mensch gGmbH, Walkerdamm 17, 24103 Kiel, 14-tägig, 28–32 €/Monat, Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

03.02., Kiel, 19:30 Uhr,
Offene Gespräche, Zentrum Kiel, Goldenes Rosenkreuz Zentrum Kiel, Andreas Gayk-Str. 23–25, 24103 Kiel, Tel.: 0163 4874680, kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de

03.02., Flensburg, 19:30 Uhr,
Offene Gespräche, Aktivitetshuset Flensburg, Norderstr. 49, 24939 Flensburg, Goldenes Rosenkreuz Zentrum Kiel, Tel.: 0163 4874680, kiel.info@rosenkreuz.de, 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

03.02., Barkelsby, 17:30 Uhr,
Frühjahrsputz mit EM; chemiefrei reinigen, dem Kalk den Kampf ansagen – Anmeldung erforderlich, Corina Blaase – zertifizierte EM-Beraterin, Riesebyer Str. 2, 24360 Barkelsby, Tel.: 04351 899191, www.em-inntal.de

05.–07.02., Lübeck, 18:00 Uhr,
Das dritte Ohr und die heilsame Kraft deiner Stimme, Hüxtertorallee 2, 23564 Lübeck, Gastgeber: Heiko Streuff, Klangheilung und SonarYoga, www.sonaryoga.de

05.02., Eckernförde, 19:00–21:00 Uhr,
Offener Singkreis, TÖZ, Marienthaler Str. 17, 24340 Eckernförde, Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

06.–07.02., Kiel, 10:00–16:30 Uhr,
Geomantiejahresgruppe, Kontakt mit mythologischen Wesen, Maïke Wolfgramm, Rendsburger Landstr. 326, 24111 Kiel, Tel.: 0431 53616109, www.geomantie-leuchtende-erde.de, info@geomantie-leuchtende-erde.de

06.–07.02., Hamburg,
Die Kraft der Hypnose, Hypnose und Trancearbeit I – die Kraft der Hypnose, eine Weiterbildung in vier Teilen für Körpertherapeut*innen, (dieser Kurs ist auch einzeln buchbar), Schule für Shiatsu, Oelkersallee 33, 22769 Hamburg, Tel.: 040 4301885, schule@fuer-shiatsu.de, www.schule-fuer-shiatsu.de

06.–07.02., Hürup, Sa. 9:00–18:00 Uhr, So. 9:00–17:00 Uhr,
Einführungskurs Craniosacrale Balance – Den Rhythmus des Lebens berühren, Kosten 200,– €, ascendium, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, www.ascendium.de

06.–07.02., Hürup, Sa. 9:30–16:30 Uhr, So. 9:30–15:30 Uhr,
Beginn TCM Aufbaustudium (18 Ausbildungswochenenden), Kosten 230,– € je Wochenende, ascendium – die Neue Schule, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, www.ascendium.de

07.02.–13.02., Süderbrarup,
Grundausbildung zum Dao-Tha Klangcode Therapeuten für die Arbeit an Mensch und Tier, 7 Tage 1.600,– €. Elisabeth Westermann, info@dao-tha.com, www.dao-tha.com

08.02., Eckernförde, 19:30 Uhr,
Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ – Mentaltraining und Austausch für Männer, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 14-tägig, 25–30 €/Monat, Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

08.02., Kosel, 18:00–21:00 Uhr,
BREEMA® Seminar: Das Leben feiern, Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. und Breema-Lehrerin), Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 04354 8098609, cornelia_weiss@hotmail.com, www.cornelia-weiss.de

10.02., Kiel, 19:30–21:30 Uhr,
Offener Singkreis, Gemeinschaftshaus, Am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel, Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

11.02., Jörl, 19:00 Uhr,
Neumondschwester, wir verbinden uns an diesem Abend mit unserer Schwester Mondin und stärken unser Zusammengehörigkeitsgefühl unter uns Frauen, nimm deine Trommel mit, wenn du eine hast, Kosten 25,– €, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Tel.: 04607 253, www.göttinnen-yoga.de

12.–14.02. und 26.–28.02., Hamburg, Fr. 18:00–22:00 Uhr, Sa. 09:30–18:00 Uhr, So. 09:30–17:00 Uhr,
Shiatsu Einführungskurs, Basiskurs A (2 Wochenenden), Mit vielen praktischen Übungen machen Sie an den Wochenenden erste Schritte in die achtsame Berührungsform Shiatsu, Schule für Shiatsu, Oelkersallee 33, 22769 Hamburg, Tel.: 040 4301885, schule@fuer-shiatsu.de, www.schule-fuer-shiatsu.de
13.–14.02., Hürup, So. 10:00–17:00 Uhr, So. 10:00–14:00 Uhr,
Seminar Fußreflexzonenmassage, Kosten 260,– €

inkl. 4 Übungsabenden, ascendium – die Neue Schule, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, www.ascendium.de

14.02., Kiel, 10:00–12:00 Uhr,
Offene Geomantiegruppe Kiel, Maïke Wolfgramm, Rendsburger Landstr. 326, 24111 Kiel, Tel.: 0431 52616109, www.geomantie-leuchtende-erde.de, info@geomantie-leuchtende-erde.de

16.02., Kiel, 19:00 Uhr,
Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ – Mentaltraining und Austausch für Männer, stadt.mission.mensch gGmbH, Walkerdamm 17, 24103 Kiel, 14-tägig, 28–32 €/Monat, Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

17.02., Kiel, 20:00 Uhr,
Stille und Begegnung im Tempel, Goldenes Rosenkreuz Zentrum Kiel, Andreas Gayk-Str. 23–25, 24103 Kiel, Tel.: 0163 4874680, kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de

Claudia Burmeister

Geistige Heilerin für Mensch und Tier



- Coaching mit Karten
- Geistige Wirbelsäulenbegradigung
- Lichtarbeit
- Kristallheilung

lichtenergie.cb@gmail.com
www.licht-energie.org

18.02., Hürup, 19:00 Uhr,
Kostenloser Informationsabend rund um das Aus-
bildungs- und Seminarangebot im ascendium – die
Neue Schule, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, www.
ascendium.de

18.–21.02., Hassenroth,
Wege – Wandel – Nächste Schritte – Rückenwind
und Lebenskraft für Menschen in Zeiten der Ver-
änderung, Seminarhotel Odenwals, Am Dachsrain
2, 64739 Hassenroth, Ina Brodersen, Tel.: 0152
01703086, brodersen@fermate-beratung.de, www.
fermate-beratung.de

20.–21.02. Hürup, 10:00–18:00 Uhr,
Praxis Seminar Ganzheitliche Massage, Kosten
240,-€, ascendium – die Neue Schule, Hauptstraße
57, 24975 Hürup, www.ascendium.de

21.02., Hürup, 10:00–18:00 Uhr,
Plus 3 Montage 18:30–20:00 Uhr, Tagesworkshop
für Frauen, Herausforderung Zucker-frei – Gesund
und kraftvoll ohne Industriezucker, Sonntag 10-16
Uhr, Kosten 150,- € inkl. zuckerfreier Kostlichkeiten,
ascendium – die Neue Schule, Hauptstraße 57,
24975 Hürup, www.ascendium.de

19.02., Eckernförde, 19:00–21:00 Uhr,
Offener Singkreis, Marienthaler Str. 17, 24340
Eckernförde, Sabine Bevendorf, Tel.: 04351
879756, www.sabinebevendorf.de

20.02., Hamburg,
Seminar: Frei von Sucht und Gewohnheiten, Institut
Weiss, Tel.: 0800 5129999, suchtfrei@weiss-
institut.de, www.weiss-institut.de

20.02., Hasselberg, 10:00–14:00 Uhr,
Gewürze für Leib und Seele, Maren Axt, Tel.: 04643
186928, alchemilla@maren-axt.de, www.heilpflan-
zenschule-alchemilla.de

Bitte erfragen Sie bei den angegebenen Adres-
sen, 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

21.02., Hamburg,
Weiss-Seminar: Frei von Sucht und Gewohnheiten,
Institut Weiss, Tel.: 0800 5129999, suchtfrei@weiss-
institut.de, www.weiss-institut.de

21.02., Hüttener Berge, 10:00–16:30 Uhr,
Plätze in den Hüttener Bergen erforschen, Maïke
Wolfgramm, Rendsburger Landstr. 326, 24111 Kiel, Tel.:
0431 52616109, www.geomantie-leuchtende-erde.de,
info@geomantie-leuchtende-erde.de

22.02., Eckernförde, 19:30 Uhr,
Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ – Mental-
training und Austausch für Männer, Impulse Seminar-
haus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 14-tägig, 25–30 €/
Monat, Jürgen Willmann, Tel.: 04351 768222, kontakt@
juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de

22.02., Jörl, 19:00 Uhr,
Klangabend, entspanne eine Stunde bei den Klängen
von Kalimba, Klangschalen, Gong, Monocord u. v. m.,
15,-€, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992
Jörl, Tel.: 04607 253, www.göttinnen-yoga.de

23.02., Jörl, 18:30 Uhr,
Start der Jahresgruppe „Schattenkinder“, Ihr könnt euch
zu diesem Abend anmelden und danach entscheiden,
ob ihr mitmachen wollt, wir wollen alte Verhaltens-
muster, Glaubenssätze aufspüren und unser verletztes
inneres Kind heilen, 25,- € pro Abend, Praxis für Ener-
gieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Tel.: 04607 253,
www.göttinnen-yoga.de

24.02., Kosel, 10:00–12:00 Uhr,
BREEMA® Seminar: Die Kunst, präsent zu sein,
Cornelia Weiß (Dipl.-Psych. und Breema-Lehrerin),
Praxis für inneren Frieden, Alte Landstr. 28, 24354
Kosel, 04354 8098609, cornelia_weiss@hotmail.com,
www.cornelia-weiss.de

25.02., Schleswig, 10:00–12:00 Uhr,
Offene Geomantiegruppe Schleswig, Maïke Wolf-
gramm, Rendsburger Landstr. 326, 24111 Kiel, Tel.:
0431 53616109, www.geomantie-leuchtende-erde.de,
info@geomantie-leuchtende-erde.de

27.02., Hürup, 10:00–16:00 Uhr,
Praxisseminar Aku-Taping, ascendium – die Neue

Schule, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, www.
ascendium.de

27.–28.02., Jörl, 10:00–16:00 Uhr,
Schamanische Heilkunst, Krafftierseminar, finde
heraus, welches dein Krafftier ist und wofür es steht,
und komm in eine tiefe Verbindung mit ihm, 200,- €
fürs WE bzw. 170,- €, wenn du die ges. Ausbildung
machst, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13,
24992 Jörl, Tel.: 04607 253, www.göttinnen-yoga.de

28.02., Hürup, 10:00–17:00 Uhr, Workshop
Diagnostik mit Bäumen, Farben und Intuitionen,
ascendium – die Neue Schule, Hauptstraße 57,
24975 Hürup, www.ascendium.de

März

03.03., Barkelsby, 17:30 Uhr,
Gesundheit und Wohlbefinden mit EM: Darm, Haut,
Immunsystem – Anmeldung erforderlich, Corina
Blaase – zertifizierte EM-Beraterin, Riesebyer Str.
2, 24360 Barkelsby, Te.: 04351 899191, www.
em-inntal.de

05.–07.03., Hamburg,
Faszien als Organ der Interaktion und Kommuni-
kation, Schule für Shiatsu, Oelkersallee 33, 22769
Hamburg, Tel.: 040 4301885, schule@für-shiatsu.
de, www.schule-fuer-shiatsu.de

12.–14.03. und 26.–28.03., Hamburg,
Shiatsu Weiterführungskurs, Basiskurs B (2
Wochenenden), An diesen beiden Wochenenden
kommen weitere Techniken und Meridiane zu denen
des Basis-A-Kurses hinzu, Schule für Shiatsu,
Tel.: 040 4301885, schule@für-shiatsu.de, www.
schule-fuer-shiatsu.de

20.03., Eckernförde,
Weiss-Seminar: Frei von Sucht und Gewohnheiten,
Institut Weiss, Tel.: 0800 5129999, suchtfrei@
weiss-institut.de, www.weiss-institut.de

21.03., Hamburg,
Weiss-Seminar: Frei von Sucht und Gewohnheiten,
Institut Weiss, Tel.: 0800 512 99 99, suchtfrei@
weiss-institut.de, www.weiss-institut.de

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 bestim-
men, sie sachgerecht zu verarbeiten und gemäß
ihrer therapeutischen Einsatzmöglichkeiten anzu-
wenden. 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: Heilpflanzenschule Kräuterwelten –
Kornelia Duda. Anmeldung Tel.: 04322 885633 oder
balance.duda@gmail.com, www.heilpflanzenschu-
le-kraeuterwelten.de

April

07.04., Barkelsby, 17:30 Uhr,
EM im Garten und Frühjahrsbehandlung des Gar-
tenteiches – Anmeldung erforderlich, Corina Blaase
– zertifizierte EM-Beraterin, Riesebyer Str. 2, 24360
Barkelsby, Te.: 04351 899191, www.em-inntal.de

16.–18.04., Hamburg,
Die Kraft der Hypnose, Hypnose und Trancearbeit,
eine Weiterbildung in vier Teilen für Körperthera-
peut*innen, Teil II (dieser Kurs ist auch einzeln buch-
bar), Schule für Shiatsu Hamburg, Tel.: 040 4301885,
schule@für-shiatsu.de, www.schule-fuer-shiatsu.de

Das Magazin | 7. Ausgabe 2021
Frühling | März | April | Mai
Neue Wege | Gesundes Leben | Spiritualität

Das Thema der Frühlingausgabe:

Freiheit

Redaktions- und Anzeigenschluss: 1. Februar

Tel. 04641 9862191

weite-horizonte@laengert-verlag.de

Regelmäßige Termine

Montags

Eckernförde: Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ – Mentaltraining und Austausch für Männer, 19:30 Uhr, 14-tägig, Termine: 07.12.2020, 11.01., 25.01., 08.02., 22.02.2021, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 25–30 €/Monat, Kontakt: Jürgen Willmann, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de, Tel.: 04351 768222

Flensburg: monatlicher Luna Yoga® Kurs, 18:00–20:00 Uhr, Beginn der neuen Halbjahresgruppe am 19.10.2020, Praxis für weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, Kontakt: Kerstin Rogge, www.kerstinrogge.com, Tel.: 04638 304858

Jörl: Göttinnen Yoga, 19:00 Uhr, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

Kiel: Innere Stille im Tempel, 19:00–19:30 Uhr, Goldenes Rosenkreuz Zentrum Kiel, Andreas Gayk-Str. 23–25, 24103 Kiel, Kontakt: kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de, Tel.: 0163 4874680

Lübeck: Aufstellungsabend Neues geistiges Familienstellen – Neue Lösungen finden, 19:00 Uhr, Soulgy, Ratzeburger Allee 67a, 23562 Lübeck. Termine im Einzelnen: 14.12., 11.01., 25.01., 08.02., 22.02., ca. 14-tägig, Kosten: 80,– €, Holger Eybe, Anmeldung unter 04525 5012500, Last-Minute-Anmeldung 0160 99680096

Dienstag

Ahrensböök: Aufstellungsabend Neues geistiges Familienstellen – Neue Lösungen finden, 19:00 Uhr, Lichterstein, Am Goldberg 6, 23623 Ah-

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

rensböök-Grebenhagen, Termine im Einzelnen: 08.12., 12.01., 26.01., 09.02., 23.02., ca. 14-tägig, Kosten: 80,– €, Neue geistige Lebensschule Holger Eybe, Anmeldung unter 04525 5012500, Last-Minute-Anmeldung 0160 99680096, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

Eckernförde: Hatha Yoga mit Brigitte Greiff, 18:30–20:00 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Kontakt: Tel.: 04351 7674833, brigitte.greiff@web.de, www.Yoga-Individuell.net

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

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

Jörl: Kundalini Yoga für alle, 09:00 Uhr, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Kontakt: www.göttinnen-yoga.de, Tel.: 04607 253

Kiel: Männergruppe „Mann Sein in Gemeinschaft“ – Mentaltraining und Austausch für Männer, 19:00 Uhr, 14-tägig, Termine: 01.12., 15.12.2020, 05.01., 19.01., 02.02., 16.02.2021, stadt.mission.mensch gGmbH, Walkerdamm 17, 24103 Kiel, 28–32 €/Monat, Kontakt: Jürgen Willmann, kontakt@juergenwillmann.de, www.juergenwillmann.de, Tel.: 01577 5398645

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

Mittwoch

Berlin und online: jeden 1. und 3. Mittwoch, Vocal Chakra-Balancing: stimmliche Energiekörperpflege, BalanX, Weichselstraße 49, 12045 Berlin, Heiko Streuff; Klangheilung und SonarYoga, www.sonaryoga.de

Eckernförde: Hatha Yoga mit Brigitte Greiff, 18:30–20:00 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Kontakt: Tel.: 04351 7674833, brigitte.greiff@web.de, www.Yoga-Individuell.net

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, 19:00–21:00 Uhr, Kosten 18,– €, Anmeldung erforderlich, Heilpraxis Uta Koepchen, 24321 Giekau, Ölböhm 10, Tel.: 04381 4167159, www.utakoepchen.de

Hamburg: Aufstellungsabend Neues geistiges Familienstellen – Neue Lösungen finden, 19:00 Uhr, Tabita-Kirchengemeinde, Griegstr. 1a, 22763 Hamburg-Othmarschen, Termine im Einzelnen: 09.12., 06.01., 20.01., 03.02., 17.02., ca. 14-tägig, Kosten: 80,– €, Neue geistige Lebensschule Holger Eybe, Anmeldung unter 04525 5012500, Last-Minute-Anmeldung 0160 99680096, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

Jörl: Kundalini Yoga mit einem Schwerpunktthema, 19:30 Uhr, siehe bei Termin auf der Website, 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: 02.12, 16.12., Termine in 2021 folgen, Kontakt: Sabine Bevendorff, Tel.: 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

Kiel: Offene Gespräche, 19:30 Uhr, Goldenes Rosenkreuz, Andreas-Gayk-Str. 23–25, Kiel, spirituelles Gespräch jeden 1. Mittwoch im Monat, www.rosenkreuz.de/kiel

Donnerstag

Eckernförde: Hatha Yoga mit Brigitte Greiff, 17:30–19:00 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, 19:00 Uhr, ImPulse Seminarhaus Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Termine im Einzelnen: 10.12., 07.01., 21.01., 04.02., 18.02, Kosten: 80,– €, Neue geistige Lebensschule Holger Eybe, Anmeldung unter 04525 5012500, Last-Minute-Anmeldung 0160 99680096, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

Tarp: Wöchentlicher Luna Yoga® in Tarp, 16:30–18:00 Uhr, Einstieg jederzeit möglich, Praxis für weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, Kontakt: Kerstin Rogge, Tel.: 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Freitag

Eckernförde: Hatha Yoga mit Brigitte Greiff, 16:30–18:00 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Kontakt: Tel.: 04351 7674833, brigitte.greiff@web.de, www.Yoga-Individuell.net

Eckernförde: Offener Singkreis, 19:00–21:00 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr.4, 24340 Eckernförde (Ort unter Vorbehalt, siehe Homepage), 14-tägig, 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

Kleinanzeigen

Entspannungsmassagen und 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

Wer macht mit bei der Gründung eines spirituellen Kreises zum Austausch, Arbeiten und sich gegenseitig unterstützen, gerade in dieser schwierigen Zeit? Jeder bringt sich mit seinen Fähigkeiten ein. Raum Angeln/ S-H. Tel.: 0152 59386247

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:

5 Zeilen **ohne** Foto 15,- €.

5 Zeilen **mit** Foto 20,- €.

Redaktionsschluss 1. Januar 2021.
mediaberatung@laengert-verlag.de

Buchvorstellung



Armin Risi:
Gott und die Götter (2020)
Die prophezeitete Wiederkehr des vedischen Wissens 10., vollständig überarbeitete Neuauflage (Dezember 2020), gebunden, 410 Seiten
ISBN 978-3-905831-81-8
erscheint im Dezember

2020; jetzt vorbestellen

Das Veda-Standardwerk von Armin Risi – jetzt in der vollständig überarbeiteten 10. Auflage (2020).

Die Menschen der früheren Zeitalter waren nicht primitiv, sondern schöpften aus geistigen Urquellen und verfügten über ein ganzheitliches Wissen, im Sanskrit „Veda“ genannt.

Eines der erstaunlichsten Zeugnisse hierfür sind die Schriften der altindischen (vedischen) Hochkultur. Armin Risi entschlüsselt diese heiligen Texte im Licht der ursprünglichen Offenbarung und formuliert auf einzigartige Weise, was bisher nur Veda-Eingeweihten bekannt war. Diese sahen vor Jahrtausenden das gegenwärtige dunkle Zeitalter voraus, ebenso wie dessen Ende in der heutigen Zeit. Dann, so sagten sie, werde auch das vedische 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
Prädestination und freier Wille
Ganzheit, Polarität, Dualität

«Gott und die Götter»: ein Grundlagenwerk der prophezeiten Wiederkehr des vedischen Wissens. In der heutigen Wendezeit sind die ältesten Erkenntnisse der Menschheit auch die neuesten: zeitlos, revolutionär, zukunftsweisend.

Thema

Stille – mehr als das Nichtvorhanden sein von Geräuschen

Stille. Gerade in unserer schnelllebigen Zeit ist sie wichtiger denn je geworden, um (wieder) zu sich zu kommen oder bei sich zu bleiben.



Zum ersten Mal, ganz bewusst, habe ich mich mit dem Thema auseinandergesetzt, als ich vor ein paar Jahren einen Podcast über „Vipassana“, ein Schweige/ Meditationsretreat, gehört habe. Das hat mich nicht mehr losgelassen und im Januar war ich dann 10 Tage schweigen. Sich mit nichts anderem beschäftigen, als mit dem, was im eigenen Körper und Kopf abläuft. Es hat mein Leben, die Sicht auf vieles, nachhaltig verändert. Bedeutet Stille nun das Selbe wie Schweigen? Für mich nicht. Mir sind die Geräusche um mich herum erst einmal besonders intensiv, laut, störend vorgekommen. Trotzdem war es meine Aufgabe, bei mir zu bleiben. Und es wurde zu einem Geschenk. Irgendwann in den 10 Tagen merkte ich: Egal, was im Außen ist, wenn ich meinen Fokus auf mich richte, dann kann ich die Stille in mir finden und halten. Manchmal gelingt das im Alltag noch nicht, doch genau dies sehe ich als meine Herausforderung zu wachsen, Was hat Stille mit meiner Arbeit zu tun? Sie ist vielschichtig! Wenn ich Dir zuhöre, bin ich still, damit ich aufnehmen kann, was Du mir erzählst. Beim Massieren sind wir meistens beide still, ich kann besser wahrnehmen, was Du gerade brauchst, und Du bekommst die Möglichkeit, in Dich hineinzuspüren.



von Britta Lamp

Bei der Arbeit mit der „weißen Heilenergie“ bekomme ich Antworten, aus Deiner Aura, aus dem Feld, von „oben“ Auch in der Geomantie habe ich erlebt: Umso stiller ich werde, desto besser kann ich

mich mit meiner Umgebung verbinden, sei es im Haus oder in der Natur. So gibt es viele Bereiche, in der die Stille Gold wert ist. Doch es darf bei mir auch einmal lauter und redseliger werden. Zum Beispiel beim Sport mit den Smoveys oder beim Kartenlegen. Inzwischen vertraue ich darauf, es kommt alles zur richtigen Zeit. Genau das macht auch meine Arbeit aus. Vielschichtig und abwechslungsreich. Deine Bedürfnisse entscheiden und es zeigt sich im Prozess, in deinem „Feld,“ was Du gerade benötigst. Und ich freue mich, wenn ich Dich ein Stück auf Deinem Weg begleiten darf.

Du erreichst mich unter:
Britta Lamp 0157 33990954
elb14611@outlook.de
www.auf-deinem-Weg.com

Shiatsu –

Nach einer Shiatsu-Behandlung äußern KlientInnen sehr häufig Sätze wie:

„Ich fühle mich so entspannt wie lange nicht.“

„Mein Körper fühlt sich viel leichter an.“

„Jetzt merke ich erst, wie verspannt ich war, und was ich hier, beim Shiatsu, alles loslassen kann.“

„Mir ist eingefallen, was ich noch tun kann, um ...“

„Kann sich das Leben bitte immer so anfühlen?“



Wörtlich übersetzt (Shiatsu stammt aus Japan) bedeutet es Fingerdruck. Dahinter verbirgt sich aber sehr viel mehr als ein „Druck“ auf einen Punkt oder in einem Meridian-Verlauf.

Die Theorien des Shiatsu wurzeln in der Traditionellen Chinesischen und japanischen Medizin.

Auf einem Futon/einer Matte behandelt der/die Shiatsu-PraktikerIn den/die KlientIn am bekleideten Körper, mit Handfläche, Fingern oder dem Ellenbogen. Durch achtsame Berührung in einem tiefen Kontakt, die dem Körper und den Meridianen einen Impuls gibt, um Blockaden zu lösen, werden die körpereigenen Kräfte wieder mobilisiert

und die KlientInnen spüren sich im eigenen Körper wieder mehr, manchmal ganz neu.

Das trägt dazu bei, dass sich gesundheitliche Einschränkungen im Körper oder im emotionalen Bereich ausbalancieren können, psychische Beschwerden in Verbindung mit dieser Körperarbeit neue Lösungswege finden. Shiatsu bietet nicht nur durch die Entspannung, sondern auch durch die Arbeit mit den Meridian-Energien die Möglichkeit, mit der eigenen Kraft in Kontakt zu kommen und aus dieser heraus handeln und empfinden zu können. Bewegungsapparat und Organe kommen so in die Regulation.

Von außen betrachtet sieht eine

Shiatsu-Behandlung häufig sehr leicht, fließend und ruhig aus. Shiatsu ist nicht nur für die Empfangenden eine Wohltat. An der seit über 30 Jahren bestehenden Schule für Shiatsu Hamburg vermitteln wir, wie wichtig die eigene entspannte innere und äußere Haltung für eine gute Shiatsu-Behandlung und uns selbst ist. Zu uns kommen Menschen, die zum einen Shiatsu erlernen möchten, um anderen etwas Gutes zu tun, aber auch jene, die für sich selbst den Wert dieser Berührungskunst entdecken und entfalten möchten. Lernen Sie Shiatsu und die Schule für Shiatsu Hamburg kennen.



Der nächste Tag der offenen Tür mit Angebot an Behandlungen, Informationen und Vortrag ist am Samstag, den 25. April 2021 in der Zeit von 14–18 Uhr. Kommen Sie gern ohne Voranmeldung vorbei, in die Oelkersallee 33, 22769 Hamburg. Oder informieren Sie sich unter: www.schule-fuer-shiatsu.de, sowie telefonisch unter 040 4301885.

Wir freuen uns auf Sie!

Shiatsu erleben

Shiatsu ist eine Form der Körperarbeit, eine Berührungskunst, komplementäre Therapie. Die Arbeit im Shiatsu mit den Meridianen oder Blockaden berührt verschiedene Bereiche des Menschen. Ob auf der Ebene von Gewebe, Faszien (die zum 80 – 90% den Meridianverläufen ähneln), sich Entspannung einstellt, ob auf emotionaler Ebene mehr Balance angeregt wird: im Shiatsu berühren wir die Verbindung von Körper, Psyche, Energetik und Emotion. Eigene Kompetenzen fließen in die Behandlung ein. Genauso wie der Wunsch nach Veränderung bei Beschwerden, Erkrankungen, Erschöpfungszuständen. Die Behandlung auf dem Futon, mit achtsamen, tiefen Berührungen, in entspannter Umgebung, bietet Unterstützung an, die tief geht und vielseitig wirkt.

Shiatsu Praxis Birte Ernestus-Holtkamp
 Etzestraße 34 | 22335 Hamburg-Fuhlsbüttel
www.shiatsu-erleben-hamburg.com | 0160 155 54 55

Kompetenz | Erfahrung | Vertrauen



Kompetenz
Erfahrung
Vertrauen

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

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

**Visionäre
Craniosacral
Arbeit®** des Milne Instituts

CRANIAL 1 mit Hugh Milne
DO 21. – SO 24. JAN 2021

CRANIAL 2 mit Hugh Milne
DO 28. – SO 31. JAN 2021



Weitere Info und Anmeldung unter: 040 4301885
www.cranio-hamburg.de | 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
Aroma Coach,
Aromatouch Trainerin,
Wellness Advocate

Mareile Frei
0176 43014433
mareilefrei@gmx.de
www.mareilefrei.de
Aroma Coach,
Yoga Lehrerin
Wellness Advocate



Kompetenz | Erfahrung | Vertrauen



DIE KRAFT DER HYPNOSE

Hypnose und Trancearbeit

Eine Weiterbildung in vier Teilen
für Körpertherapeut*innen!

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

Teil II: FR 16. – SO 18. APRIL 2021
(dieser Kurs ist bedingt einzeln buchbar)

Teil III: FR 02. – SO 04. JULI 2021

Teil IV: SA 25. – SO 26. SEPTEMBER 2021



SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG
Schule der berührenden Künste

Infos & Anmeldung: www.schule-fuer-shiatsu.de
040 4301885 | schule@fuer-shiatsu.de



Britta Lamp

*Mein Angebot für Dich:
Kartenlegen*

*nach Lenormand und individuell
gerne auch telefonisch*

Regenbogenmassage

Hausbesuche nach Absprache

Anwendung Ätherischer Öle

Energetisches Heilen

mit geomantischem Ansatz und als

Energieheiler

Smovey-Coach

*Buchung für Einzel-, Gruppen- und
Betriebsport*

Verkauf von Smoveys



Britta Lamp

0157 33990954

elb14611@outlook.de

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

www.juergenwillmann.de

Shiatsu

EINFÜHRUNGSKURS

Basiskurs A (2 Wochenenden)

12. – 14. und 26. – 28. FEBRUAR 2021

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

WEITERFÜHRUNGS- KURS

Basiskurs B (2 Wochenenden)

12. – 14. und 26. – 28. MÄRZ 2021

An diesen beiden Wochenenden kommen
weitere Techniken und Meridiane zu denen
des Basis-A-Kurses hinzu.



SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG

Schule der berührenden Künste

Infos & Anmeldung: www.schule-fuer-shiatsu.de
040 4301885 | schule@fuer-shiatsu.de

Kompetenz | Erfahrung | Vertrauen



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 Stimmführung, 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
klangbewegung@posteo.de

7-teiliges Online- Se(h)minar

Sehkraftverstärkung mit
Klangcodes,
Vortrag und Übungen

04.01. bis 15.02.2021
jeden Montag – 20 Uhr

Dauer ca. eine Stunde, 245,- € pro Teilnehmer.

Haben Sie noch kein Weihnachtsgeschenk?
Gutscheine
gibt's auf
www.klangcode.de

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

Online-Se(h)minar

Du kannst etwas für deine Augen tun!

Immer mehr Menschen haben Probleme mit den Augen: Kurz- und Weitsichtigkeit, Astigmatismus sind weit verbreitet, brennende, tränende, trockene, überanstrengte Augen gehören für viele zum Alltag.

Wie wäre es, diese Symptome nicht mehr als Problem zu verstehen, sondern als Signal des Körpers, dass etwas nicht stimmt? Aus dieser Perspektive könnten die Symptome ja sogar verändert werden, so dass im Endeffekt nicht nur die Augen profitieren, sondern der ganze Mensch. Alles, was du für die Augen tust, kommt auch dem gesamten Körper zugute und umgekehrt, z. B. gute Ernährung, Bewegung, Atmen, Schlaf, aber natürlich ebenso positive Gedanken und Emotionen.

Schließlich sind die Augen mit allen Ebenen des Menschen verbunden: Körper, Seele und Geist.

Du hast sicher schon beobachtet, dass deine Sehfähigkeit nicht immer gleich ist, sondern sich ja nach Tageszeit, Licht-

verhältnissen, Stresslevel usw. verändern kann. Das bedeutet prinzipiell, dass sie beeinflussbar ist.

In diesem Se(h)minar werden wir gemeinsam auf einzelne Einflussfaktoren näher eingehen. Eine besondere Rolle spielen dabei neben Körper- und Energie-Übungen sogenannte Augenübungen, bei denen die Augen gezielt bestimmte Aufgaben bekommen, um mögliche Schwachpunkte auszugleichen. Die anschließende Entspannung darf natürlich nicht zu kurz kommen.

Der gesamte Prozess wird von gesungenen Klangcodes unterstützt.

Das Online-Se(h)minar findet an sieben Montagen vom 04.01. bis 15.02. 2021 um 20 Uhr statt.



von Mechthild Petersen,
Sehtrainerin, Klangcodes.



.Dagmar Längert,
Arbeit mit Klangcodes.

Dauer ca. eine Stunde. Kosten für die sieben Abende 245,- €. Anmeldung unter: kontakt@klangcode.de und 04641 9862191 und auf www.klangcode.de.

Mit EM gesund durch die kalte Jahreszeit

Die TCM hat den Winter dem *Wasser-Element* zugeordnet. Es ist die Zeit, in der die Natur sich nach innen zurückzieht, die Kräfte bewahrt und sammelt. Wie die Natur sollen auch wir uns nach innen zurückziehen, die Kräfte sammeln und bewahren. Das ist der Grund, weshalb wir uns im Winter oft weniger leistungsfähig fühlen oder weniger Lust auf Aktivität verspüren – und das ist gut und richtig. Das Wasser-Element steht für den Stillstand, in dem wir und auch die Natur Energie sammeln und uns vorbereiten auf den neuen Frühling, das Blühen oder auch einfach den neuen Tag.

Dem Wasser-Element werden die Organe Niere und Blase zugeordnet. Die Nieren beinhalten den gesamten Energiespeicher für unser Leben, sind also die Wurzeln unseres Lebens. Unsere Aufgabe ist es, die Nieren gut zu pflegen, weil sie uns den Mut geben, ins Leben zu gehen. Kräftige Nieren geben uns die Gewissheit, dass wir genug Ressourcen haben, um alles zu bewältigen, was auf uns zukommen mag. Wasser bildet die Grundlage allen Lebens. Es ist die essenzielle Grundlage unserer physischen Substanz, die Quelle und Basis allen Lebens. Unser Leben ist abhängig von Wasser (75 Prozent des Körpers bestehen aus Wasser). Deshalb ist es auch so wichtig, ausreichend gutes Wasser zu trinken. „Viele Krankheiten sind nämlich in ihrem Ursprung ein Schrei nach Wasser.“ (Dr. Batmanghelid) Die graue EM Keramik ist sehr hart, hat eine glatte Oberfläche und wird zur Wasserbelebung eingesetzt und verbessert



entscheidend die Trinkwasserqualität. Bei Kontakt mit Wasser werden die Wassercluster verkleinert und so wird die Oberflächenspannung verringert. Das Wasser wird dadurch auch weicher. Das Wasser ist wohl-schmeckend und gut temperiert. Mit EM Keramik behandeltes Wasser steigert die Trinklust.



EM Keramik besteht aus Ton, der über eine längere Zeit mit EM fermentiert wird. Dadurch entstehen Antioxidantien und andere wertvolle Inhaltsstoffe, die auch nach dem Brennen erhalten bleiben. Es gibt die Keramik als Pipes, Ringe, Riffelpipe und Verwirbler für den Wasserhahn.

Wichtig für starke Nieren ist auch Entspannung und nicht immer nur „funktionieren“ zu müssen. So können Sie regenerieren. Ein langer Spaziergang am Meer ist übrigens eine ideale Therapie, um zu entspannen und neue Nierenenergie zu tanken. Danach empfehlen wir einen Tee auf Basis von Zunderschwamm IMMU Pulver, ein starkes DUO aus Zunderschwamm und Camu Camu. Der Zunderschwamm liefert viele pilztypische Beta-Glucane und die Camu Camu Frucht liefert ein Plus an wichtigen Mikronährstoffen. Sie ist aufgrund ihres Nährstoffgehalts unvergleichlich, enthält reichlich Antioxidantien,



Bioflavonoide sowie Phytonährstoffe (z. B. viel Eisen) und hält bis heute den Vitamin C-Weltrekord – keine andere Frucht kann da mithalten! Mit einem Teelöffel IMMU decken Sie bequem über 100 Prozent Ihres Vitamin C-Tagesbedarfs und unterstützen somit aktiv die normale Funktion des Immun- und Nervensystems. Zudem schützt Vitamin C die Zellen vor oxidativem Stress und trägt zur Verringerung von Müdigkeit bei. Machen Sie es sich mit einem warmen Immun-Tee (1 Teelöffel in ein Teeglas, mit heißem Wasser auffüllen, umrühren und je nach Geschmack mit einem Löffel EM-Honig abschmecken) im Wohnzimmer auf der Couch so richtig gemütlich und genießen Sie die fruchtig-saure Note dieses sympathischen Superfoods. Die Blase hat ebenfalls eine wichtige Bedeutung, weil sie den „unreinen“ Teil der Flüssigkeiten ausscheidet. Dem Wasser zugeordnet ist der Geschmack salzig. Der salzige Geschmack weicht auf und führt ab. Er wirkt Stagnationen entgegen und leitet nach innen und unten. Unser Körper braucht qualitativ

hochwertiges Salz mit einem ausgewogenen Anteil an Mineralien und Spurenelementen, um voll funktionsfähig zu sein. Herkömmliches raffiniertes Kochsalz reicht da nicht aus – im Gegenteil, man sagt, es kann sogar für einige Beschwerdebilder wie z. B. Bluthochdruck mitverantwortlich sein.

Manju Meersalz als gesunde Alternative

Das Salz wird bei Vollmond-springflut aus den Tiefen des Meeres – unter 200 m – geschöpft. Durch die Verarbeitung und Reifung mit der EM-Technologie entsteht ein hochwertiges, regeneratives, antioxidatives Meersalz. Mit seinem außergewöhnlich hohen Mineralstoffgehalt ist es für den menschlichen Organismus enorm wertvoll: Es ist körperlich und geistig vitalisierend, entschlackend und wird

auch äußerlich gerne verwendet, z. B. für Fuß- und Körperbäder, zum Inhalieren sowie für Nasenspülungen. Des Weiteren wird es in der Bio- und Kosmetik verwendet und unterstützt so die Zellerneuerung der Haut. Ein Thema im Winter ist natürlich, wie schon im Herbst, das Immunsystem zu stärken. Hätten Sie es gewusst? Mehr als 70 Prozent aller Abwehrzellen befinden sich in unserer Darmwand. Der Darm arbeitet rund um die Uhr und leistet dabei mehr als nur die Verdauung der Nahrung. Denn unser Darm ist mit seinen mehr als 400 m² unser größtes Immunorgan. Für Wohlbefinden und ein gut funktionierendes Immunsystem ist ein gesunder Darm eine Grundvoraussetzung. Eine besondere Rolle spielt dabei die Darmflora bzw. die Darmmikrobiota.



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



Hierbei handelt es sich um eine Vielzahl von Mikroorganismen, die unsere Darmschleimhaut besiedeln. Sie überziehen die Oberfläche der Darmschleimhaut wie ein „lebender Schutzwall“ und wehren schädliche Krankheitserreger ab. Daher ist es besonders wichtig, diesen „Schutzwall“ zu erhalten und zu pflegen – zum Beispiel mit unseren eigens zu diesem Zweck entwickelten Produkten: **Multi Impuls und Green Redox.**



Beide Produkte sind probiotische Fermentgetränke mit sehr guter Wirksamkeit und Verträglichkeit. Im Green Redox sind zusätzlich noch Kurkuma und Moringa enthalten. Es

wird empfohlen, den Darm mit 30 ml pro Tag bei seinen Aufgaben zu unterstützen.

In trockener Heizungsluft fühlen sich Krankheitserreger sehr wohl.



In Zeiten erhöhter Ansteckungsgefahr schafft das EMSana Raumspray ein gesundes mikrobielles Umfeld und sollte täglich mehrmals gesprüht werden, um Infekte abzuwehren (Kindergärten, Klassenzimmer, Arztpraxen, Büros ...). Inhaltsstoffe: mit reinem, natürlichem,

ätherischem Zedernholz-, Ackerminze-, Thymian- und Lavendel-Öl und mit den reinigenden und schützenden Blütenessenzen Holzapfel und Walnut.

EXTRA-WINTER-TIPPS:

Tipps für die Psyche, damit die Winterdepression keine Chance hat: Achtsamkeit üben, positive Glaubenssätze, LÄCHELN. Suchen Sie noch nach einem gesunden und nachhaltigen Mitbringsel für den Besuch bei der Familie oder bei Freunden? Im EM-Laden in Barkelsby finden Sie bestimmt das Passende.

Im Winter geht es vor allem darum, Energie zu sammeln! So starten Sie geladen in das neue Jahr. Bleiben Sie gesund.

Von Liebe, Macht und Eigenmacht

Ich widme meinen Text diesmal einem Thema, das eine große Kraft in sich trägt. Allerdings auch viele Ängste, Erwartungen sowie Grenzüberschreitungen, die in ihrem Namen stattgefunden haben und immer noch stattfinden. Zu welchem Zweck auch immer ...

Was tun wir nicht alles, um ein lieber/guter Mensch zu sein?

Ein liebes Mädchen, eine liebe Tochter, Schwester, Mutter, Freundin, Ehefrau, Geliebte, Angestellte etc. Und wenn ich lieb bin, was habe ich dann davon? Zugehörigkeit, Anerkennung, Wertschätzung, Freundschaft, Loyalität, Liebe, Glück, Zufriedenheit?!

Was machen die Worte Macht und Eigenmacht mit dir?

Sind sie positiv besetzt oder eher nicht? Wieviel Macht steckt in unseren Prägungen, Einflüssen, unserer Erziehung durch Menschen, Kultur, Gesellschaft und Religion?

Welche Macht und Kraft haben Worte, ob aus deinem oder dem Mund eines anderen gesprochen? Und wie viel Macht gibst du anderen über dich und hast auch du über andere?

Wie steht es um dein Bewusstsein, dein Fühlen und dein Vertrauen in deine dir innewohnende Macht?

Diese rhythmische Kraft und Eigenmacht, die ja bei uns Frauen eine direkte Verbindung zu unserem Schoßraum, unserem Körper- und Lebensgefühl hat und somit auch zum Ausdruck der eigenen, ganz individuellen Persönlichkeit?

Warum fällt es gerade Frauen oft so schwer, ihre natürliche Kraft und Eigenmacht liebevoll anzunehmen?!

Sich darin selbstbestimmt zu lieben, zu leben und zu zeigen?! Sich immer wieder neu selbst zu ermächtigen, die zu sein, die sie einfach ist, weil sie genau so richtig ist, wie sie eben ist?!

Ja, mir ist die Größe dieses Themas bewusst und auch, dass diese Fragen in stillen Momenten nicht immer willkommen sind und so einiges an Gedanken, Emotionen, Gefühlen und auch an körperlichen Empfindungen auslösen können.

Ich weiß allerdings auch, wie heilsam, kraftvoll und erfüllend es für die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit sein kann, sich diesem großen Thema rund um Liebe, Macht und Eigenmacht einmal ganz bewusst hinzugeben, sich darin zu fühlen und zu erkennen. Und sei dir gewiss, du bist nicht allein!

Ab Januar 2021 startet übrigens ein Kurs Luna Yoga® in der Schwangerschaft. Und auch hier geht es u. a. um das Vertrauen in die eigene Kraft und Eigenmacht rund um Schwangerschaft und Geburt. Infos gern über mich, Anmeldung bitte über das Familienzentrum Arensharde.

Workshop „Eine Reise zu den Wurzeln deiner Kraft und Eigenmacht“

19.12.2020, in Tarp von 12:00 bis ca. 15:00 Uhr.
Mehr Infos unter www.kerstinrogge.com

Medizinische Kosmetik

mit Glucaneo®

für die Pflege sensibler, gereizter und sehr trockener Haut.



Amadou
Zunderschwamm

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



Thema

Stille und Klang

*In der Stille
Lebt der Klang
Im Klang
Lebt die Stille
Leuchtet die Weisheit
Ruht die Seele
Und atmet
Seligkeit*



von
Elisabeth Ulrika Westermann

Klang und Stille gehören zusammen, bedingen einander. Deshalb ist es so wichtig, dass wir das Singen für uns wieder entdecken. Gesang bringt uns direkt zurück in die Stille in uns. Wenn ich singe, bewusst singe, bin ich ganz von selbst im Hier und Jetzt. Alles Denken geht ins Schweigen und Erleben.

Die Töne und Klänge verbinden mich auf ganz natürliche Weise mit dem Urgrund meines Wesens, mit dem Urgrund allen Seins. ICH BIN KLANG. Besonders deutlich erlebe ich das, wenn ich Klangcodes singe. Die äußere Welt und ihre Ereignisse mögen mich gerade durchgeschüttelt haben, der Lärm des Chaos sehr laut geworden sein – sobald ich Klangcodes singe, bin ich wieder bei mir, in mir zu Hause, verbunden mit dem Sein und der Stille in mir.

Jeden Morgen singe ich jetzt – nicht nur für mich, ich teile es auch über einen Telegram-Kanal: „Codes of Joy“, <https://t.me/codesofjoy> lautet der Link. Wer mag, kann gerne mal vorbeischauen. Ich singe auch gemeinsam mit anderen, und das sogar online, einmal im Monat.

Vielleicht kannst du ja durch die Klangcodes zu deiner Sing-Stimme zurückfinden. Klangcodes haben den Vorteil, dass sie sehr einfach zu lernen sind und keine besondere Begabung erfordern, weder im musikalischen Bereich, noch für das

Singen selbst. Wenn du zu deiner Sing-Stimme zurückfindest, entdeckst du vielleicht auch auf anderen Ebenen deine eigene Stimme wieder. Die Stimme, die deine Wahrheit auszudrücken vermag. Deine Wahrheit, die aus der Stille in dir erwachsen kann.

Das ist mein Weihnachtswunsch in diesem Jahr, dass wir alle unsere eigene Stimme wiederentdecken!

Wenn ich dazu beitragen kann mit dem, was ich anzubieten habe, könnte mich kaum etwas glücklicher machen.

Ich wünsche uns allen einen gesegneten Raum der Stille und Rückbesinnung auf das, was wir in Wirklichkeit sind – schöpferische Wesen mit einer ganz eigenen Stimme.

Was ich anzubieten habe:

- Kostenlose online Sing-Abende
- Ausbildungen in verschiedensten Bereichen der Klangcode Arbeit vor Ort und im virtuellen Online-Raum
- Abendveranstaltungen im Singing Heart Center
- Aufzeichnungen von Seminaren und Angeboten, teilweise ebenfalls kostenfrei

(Alternativ: Was ich anzubieten habe, findest du auf der nebenstehenden Seite 59 – vielleicht ist das sogar noch besser!)

Und falls du dir noch überlegst, mit welchem Geschenk du jemandem nicht nur eine Freude machen kannst, sondern vielleicht auch zu wachsender Gesundheit und Harmonie in seinem Leben beitragen magst: Es gibt einige CDs, die ich aufgenommen habe, teilweise in Zusammenarbeit mit Harald Wessbecher, einem wunderbaren Forscher – unter anderem auf dem Gebiet der Frequenzen. Alles dies findest du auch auf meiner Website: www.dao-tha.com.

Von Herz zu Herz
Elisabeth

**Aktuelle
Veranstaltungen
im Singing Heart
Center Süderbrarup**



**Kostenlose Veranstaltung
– online – Gemeinsames Klangcode-Singen für uns und die Welt**

Mittwoch 02.12.2020,
Samstag 02.01.2021,
Dienstag 02.02.2021
jeweils 20 bis ca. 21 Uhr.

**Seminar: In chaotischen Zeiten
die Nerven bewahren – online –**

Samstag 23.01.2021,
17 bis ca. 20 Uhr, 3 Stunden 70,- €.

**Seminar: In chaotischen Zeiten
die Nerven bewahren – online –**

Samstag 23.01.2021,
17 bis ca. 20 Uhr, 3 Stunden 70,- €.

**In Süderbrarup:
Grundausbildung zum Dao-Tha
Klangcode Therapeuten für die
Arbeit an Mensch und Tier**

Sonntag 07.02.2021 bis Samstag
13.02.2021, ca. 16 Stunden, 7 Tage
1.600,- €.

Weitere Angebote und aufgezeichnete
Kurse im Online-Shop, Anmeldungen für
alle Angebote über

www.dao-tha.com

Was reift, braucht Zeit – Systemische Lösungsarbeit mit Dr. Dietmar Höhne



Ordnungen des Sein – Ohne Wurzeln keine Flügel

Systemaufstellungen

geben Antworten auf Fragen nach Ordnungen des Seins, den grundlegenden Gesetzen und Bewegungen des Lebens in Familien, sozialen und politischen Gruppen sowie sich selbst organisierenden Systemen belebter und „unbelebter“ Natur, schulen deren Wahrnehmung und bewirken Verstrickungen, Konfliktmuster und Belastungen offen sichtlich zu machen und Lösungswege aufzuzeigen.

Sie helfen dem Einzelnen, einem Paar oder einer Gruppe, mit ihrem Ursprung, Schicksal, ihrer Bestimmung und Begrenzung in Einklang zu kommen, sich zu versöhnen und Kraft zu schöpfen aus dem, was uns bisher getragen hat, der zeitlose Lebensstrom, die Altvorderen, das Ganze.

Der Ursprung

ist bei Einzelnen und Paaren die Familie, aus der wir stammen, Eltern, Großeltern, Ahnen. Durch sie vermittelt kommen das Leben, unsere Kraft und unsere Möglichkeiten, auch Belastungen und Grenzen zu uns und folgend unseren Kindern, Kindeskindern und so fort.

In öffentlichen Körperschaften, sozialen und politischen Gruppen sind es ihre (Be)-Gründer, Stifter, Führer, die Alten vor den Neuen. In sich selbst organisierenden Systemen belebter und „unbelebter“ Natur stets das, was dem vorausgegangen ist.

Das Schicksal

sind verborgene Kräfte und Mächte, in deren Wirken wir eingewoben sind. Wir können sie deuten, aber nicht erkennen.

Bestimmung

ist das, was uns beschieden ist.

Begrenzung

ist das, was wir erleben.

Dem Ursprung und dem Schicksal kann niemand hier und jetzt entinnen. Bestimmung und Begrenzung, sie fordern uns heraus.

Sich dem zu stellen und anzuvertrauen erfordert Mut, Gewinn ist Klarheit und Gelassenheit, der Antrieb zu bewusstem Handeln.

Die Familienaufstellungen

decken tiefe, unbewusste Verstrickungen mit dem Schicksal von Angehörigen der eigenen Familie oder Sippe auf und machen Lösungen sichtbar. Neben systemischen Verstrickungen können bei den Aufstellungen auch traumatische Kindheitserfahrungen – Geburtstraumata, Unfälle, sexueller Missbrauch – bearbeitet werden.

In Familien wirkt eine eigentümliche Dynamik: Wird ein Mitglied oder sein Schicksal nicht geachtet, verdrängt oder vergessen, folgt ihm ein Späterer (ein Nachgeborener, ein späterer Partner oder ein Kind) in seinem Schicksal nach. Er braucht diese Person nicht einmal zu kennen. So identifizieren sich Kinder oft mit früheren Partnern der Eltern (und übernehmen deren Gefühle gegenüber der Mutter oder dem Vater) oder mit Verwandten der Eltern- und Großelterngeneration, die ein schweres Schicksal hatten. Die Folgen solcher Identifizierungen reichen von psychischen Belastungen und unerklärlichen Verhaltensmustern über Beziehungsstörungen bis zu manifesten Krankheiten, Sucht und Todeswünschen.

Der Antrieb,

der hinter diesen Prozessen wirkt, ist Liebe. Zwischen den identifizierten Personen herrscht eine

ganz innige Beziehung. Das kindliche Bewusstsein glaubt, den Ausgeschlossenen zu würdigen, indem es dessen Schicksal übernimmt. Tatsächlich verhält es sich jedoch genau umgekehrt: Indem ich jemandes Schicksal, wie schwer es auch immer sein mag, anerkenne und es ganz bei ihm lasse, würdige ich ihn. Wenn dies sichtbar gemacht und durch einige schlichte Sätze vollzogen wird, ist die Identifikation gelöst, ohne dass die Liebe aufgegeben werden muss.

Ein weiterer Schwerpunkt

der Familienaufstellungen ist das Nehmen der eigenen Eltern. Wer nicht beide Eltern ganz nimmt, ist nicht ganz. Das Zurückweisen eines Elternteils hat zur Folge, dass man sich selbst nicht akzeptieren kann – denn jeder ist seine Eltern. Dies gilt unabhängig vom Verhalten der Eltern. Die meisten Süchte haben hier ihre Ursache. Probleme, die dieses Nehmen blockieren, beruhen meist auf Verstrickungen der oben beschriebenen Art, manchmal auch in biografischen Erfahrungen. Sind diese gelöst, können auch die Eltern als (die einzigen und richtigen) Eltern genommen werden. Oft geht es darum, frühere Partner zu würdigen. Dies ist sowohl für aktuelle Partner als auch für die eigenen Kinder sehr wichtig. Eine zentrale Rolle spielen oft Abtreibungen – hier bieten die Aufstellungen eine Gelegenheit, durch Anerkennen der eigenen Verantwortung eine innere Versöhnung herbeizuführen, die ebenfalls sehr wichtig für alle neuen Partnerschaften ist. Auch auf die Beziehung zum aktuellen Partner und zu den eigenen Kindern werfen die Aufstellungen ein klärendes Licht und bieten Lösungen für tief liegende Konfliktmuster. Ohne eine bestimmte Form von Beziehungen vorzugeben oder moralisch zu postulieren, wird sichtbar, dass Liebe und Freiheit nicht willkürlich, sondern in einem Zusammenspiel mit einer Ordnung funktionieren, die Bert Hellinger „Ordnungen der Liebe“ genannt hat.

Systemaufstellungen

sind auch möglich für Probleme im Zusammenhang mit besonderen Lebens- und Entscheidungssituationen, Sinnkrisen, Partnerwahl und -suche, Arbeitsplatz und beruflicher Neuorientierung wie auch im Rahmen der Supervision und Organisationsberatung.

Biografie

Dr. Dietmar Höhne, geb. 1940, verh., Vater dreier Kinder, Studium der Medizin und Philosophie, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, langjährige Klinikätigkeit im Bereich Abhängigkeitserkrankungen, Psychosomatik und Psychotherapie, seit 1989 in eigener Praxis als Psychotherapeut niedergelassen.

Zusätzliche Ausbildungen in Bioenergetik, Gestalt, Transaktionsanalyse, Systemischer Therapie (Hamburger Institut für systemische Studien e.V.), Systemaufstellungen (Dr. W. Nelles, Dr. G. Weber, Bert Hellinger), Alterspsychotherapie (Prof. Ra-debold), Reinkarnationstherapie (Erika Schäfer). Zahlreiche (Selbst-)Erfahrungen mit Methoden der Humanistischen Psychologie sowie spiritueller Praxis. Seit mehr als 30 Jahren Leitung von Therapie- und Balintgruppen, Supervision, Schamanische Ausbildung (Sabine Meerle Gröne), Lehrtherapeut/Lehrtrainer für Systemaufstellungen der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS) sowie Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Systemische Lösungen Schleswig-Holstein (ASSH).

Ordnungen des Sein – Ohne Wurzeln keine Flügel

Systemische Lösungsarbeit mit Dr. Dietmar Höhne

Theorie und Praxis

- Aus-/ und Weiterbildung
- Strukturaufstellungen
- Familienaufstellungen
- Beratung und Therapie
- Organisationsaufstellungen



Paare
Institutionen
Organisationen
Einzelpersonen

Dr. Dietmar Höhne • Drögeneck 8 • 24955 Harrislee
0461 1682010 • dietmar.hoehne@gmx.de
www.dietmar-hoehne.de

Die Stimme der Stille

Was sucht der Mensch nicht alles: Partner, Freunde, Erholung, Gesundheit, Spaß – die Suchliste ist lang. Bei mir war es die Suche nach dem „Sinn“: Was soll das hier alles? Das äußerte sich im Umgang mit der Natur, in der Wahl des Partners und der Freunde, im täglichen Tun und Lassen. Ahnung und Erfahrung halfen mir. Ich wünschte mir nicht nur ein Kopfwissen, Sinnhaftes wollte ich er-greifen, dann ver-stehen und dann ... gehen. Wo ging ich hin? In die Stille.

Mein Weg führte mich durch einen Zufall in ein Kloster. Ein Schweigertreat mit Meditation, Rezi-tation, Chi Gong sowie langsamem und schnellem Gehen. Drei Wochen Schweigen. Mein Wortschatz blieb im Halse stecken, der Gedankenfluss war nicht zu stoppen, die Gefühle auch nicht. Innere Stille? Nein, es wühlte, kratzte und glühte, ich begriff und verstand nichts. Mein Körper tat, was er wollte. Druck ... zwecklos, Disziplin ... zwecklos, Wille ... zwecklos. Er war nicht in den Griff zu bekommen. Kontrolle = Null. Körperkampf!!! Und dann – in dieser wunderschönen Natur – hörte ich die Natur, sah die Natur, roch die Natur, fühlte sie und fühlte mich. Anders, total anders. Ich war die Natur, die Stimme, das Auge und Ohr, die Nase der Natur, der Körper der Natur.

Mein Körper stand da, er meldete sich, hatte aber nichts zu melden. Ein Be-greifen und Ver-stehen in mir und ... wo war ich?

In einer Kraft, einer Stimme – „die Stimme der Stille“ um mich herum, innen und außen, zeitlos, schwerelos, grenzenlos.

Nach den drei Wochen ahnte ich, dass das nicht ALLES war. Es war nicht zu halten!

So nahm ich ein Jahr später die Gelegenheit wahr, erneut an einem Schweigertreat teilzunehmen. Diesmal länger. Zu meinem Erstaunen konnte ich dort anknüpfen, wo ich aufgehört hatte. Das zeigte mir, be-greifen und ver-stehen hatte stattgefunden, jede Zelle des Körpers hatte verstanden.

Sinnhaftes Handeln war das Resultat. Dieses erneute Eintauchen in ein anderes Klima, eine

andere Vegetation, Geographie, Zeit, ein anderes Licht, Essen, andere Kleidung hat mir wieder geholfen, Muster und Vorstellungen in mir zu erkennen. Mein Ich-Programm hat keine Bedeutung, ist nie greifbar und hat keinen Bestand. Während Reden, Handeln und Sein in der Stille ein lebendiger Zustand der Achtsamkeit, Wahrhaftigkeit und Machbarkeit ist. Alles wird sinnhaft, macht Spaß, erzeugt Freude. Klarheit – Reinheit – Mut – das sind die Kräfte der Stille. Es gibt Zeiten, da wühlt es wieder und kratzt mich auch. Ich merke das ziemlich schnell. Was hilft? Die Natur! So wie ich per Zufall in ein Kloster kam, so wünsche ich mir heute einen Platz in der Natur mit Wald und Wiesen, Wasser und Weitblick, auf dem ein verwünschtes, ursprüngliches Häuschen steht oder errichtet werden darf. Wo ich in die Kraft eintauchen kann. Wo „die Stimme der Stille“ durch mich hindurchtönen kann.



Stiller Rückzugsort gesucht

umgeben von Wald und Wiesen, Wasser und Weitblick.

Im Umkreis Kiel oder Lübeck zum Kauf oder zur Pacht gesucht. Entweder mit einem renovierbaren, kleinen, ursprünglichen Gebäude oder bebaubar mit einem schlichten, minimalistischen Holzhaus. Vielleicht wartet auch ein einzugsberechtigtes Knusperhäuschen auf uns.

Kontakt

0157 87202484





© Jeromir Chalabala/123RF.com



© Michal Bednarek/123RF.com

Stille – oder: warum es lohnt, nach innen zu lauschen!

Ich bin vor nunmehr fast 9 Jahren von Hamburg nach Altenholz gezogen – von 1,8 Mio. Einwohnern auf 10.000! Fast alles war anders, klar, so ist das nach so einem Ortswechsel und die Umgewöhnung war nicht immer leicht. Ein Kulturschock – inzwischen weiß ich: Im positiven Sinne, mir liegt die Größe dieses Ortes!



von Christiane Larissa Apel

Im Rückblick war eine der größten Veränderungen, die ich wahrgenommen habe und die noch immer trägt, die Lautstärke um mich herum. Besser gesagt: die Leisestärke! Ich erinnere mich an einen Sonntag, vielleicht 10 Uhr, an dem ich vor der Haustür stand und auf Freunde wartete, wir wollten einen Spaziergang mit den Hunden machen. Ich stand da, ganz regungslos und es war unfassbar still, es gab buchstäblich kein Geräusch. Das war mehr als die Abwesenheit von Lärm, da war plötzlich eine wirklich komplett andere Energie zu spüren!

Es war völlig friedlich, die Luft erschien mir sanft, totale Entspannung – ein Hochgenuss! Selbst mein ansonsten sehr bellfreudiger Hund Fränkie war still. Er saß da, guckte und lauschte.

Und plötzlich konnte ich sie wieder hören – die Stille in mir!

Sie ist mir schon viele Jahre vertraut und bekannt, aus Momenten der Vertiefung, Meditation, Versenkung. Es ist, als wenn man an einen Nullpunkt ankommt, an dem alles neu beginnt. Als wenn man einen Raum betritt, der voller Geheimnisse und Antworten ist. Geheimnisse über das Leben – das eigene und das Leben überhaupt. Antworten auf Fragen, die man bisher so nicht gestellt hat, auch weil Worte fehlen, um sie auszudrücken. Und auch die Antworten bieten diese Worte nicht unbedingt an, oft sind sie ein Gefühl, ein Traumbild, das fast verschwindet, wenn man es festhalten will, eine Gewissheit, ein grundsätzliches Verständnis dafür, warum Dinge sind, wie sie sind.

Ich komme mehr und mehr zu der Überzeugung, dass diese Momente zu den kostbarsten und wichtigsten unserer persönlichen Entwicklung (um das Wort Bewusstseinsweiterung zu vermeiden)

zählen. In ihnen ist Raum für Neues, in ihnen ist überhaupt einmal Raum für was auch immer.

In ihnen gibt es keine Zeit und wenig Konkretes. In ihnen muss ich nicht richtig handeln, nicht aktiv sein.

Die Stille hat Zeit, sie hetzt nicht, treibt nicht an. Sie lässt einfach geschehen. Oder auch nicht geschehen. Vieles verliert an Bedeutung, an Dringlichkeit. Das Bedürfnis, mental zu verstehen, nimmt ab, die Bereitschaft, emotional und spirituell zu erfassen, zu, der Drang, alles regeln zu wollen, darf gehen. Zumindest temporär.

Irgendwann sollten wir wieder den Raum der Handlung betreten, gestärkt durch das, was wir in der Stille erfahren haben ... Und dann, relativ unauffällig – und eben leise – fließen die neuen Erkenntnisse aus der Zeit in der Stille in unseren Umgang mit der Welt und unseren Mitmenschen, mit Blockaden und Problemen, mit Visionen und ihren Umsetzungen ein und verändern unser Handeln und unsere Sicht auf die Dinge.

Die Stille in mir schafft Raum für Möglichkeiten, für Phantasien und Träume, für noch nie gesehene Bilder und noch nie gedachte Gedanken. Sie lässt entstehen, lässt sein, lässt wachsen. Und das brauchen wir gerade sehr! Ich liebe diesen Raum in mir, ich möchte sie nicht missen, diese Stille!

Den ganzen Artikel finden Sie unter <https://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
info@larissa-apel.de
Tel. 0431 88784981





Offene Gespräche

19.30 Uhr	Mi. 02.12.2020	Mi. 02.12.2020
	Mi. 06.01.2021	Mi. 13.01.2021
	Mi. 03.02.2021	Mi. 03.02.2021
	im Zentrum Kiel, Andreas-Gayk-Str. 23–25, Kiel	im Aktiviteshuset Flensburg, Norderstr. 49

Die Veranstaltungen finden unter Einhaltung der vorgegebenen Hygienemaßnahmen statt. Die offenen Gespräche können ggf. auch als Zoom-Meeting stattfinden.

Innere Stille im Tempel

19.00 Uhr–
19.30 Uhr **jeden Montag** im Zentrum Kiel, Andreas-Gayk-Str. 23–25 ●

Stille und Begegnung im Tempel

20.00 Uhr **Di. 15.12.2020**
Mi. 17.02.2021 im Zentrum Kiel, Andreas-Gayk-Str. 23–25

Tempeldienst

20.00 Uhr **Mi. 20.01.2021** im Zentrum Kiel, Andreas-Gayk-Str. 23–25

Goldenes Rosenkreuz
Zentrum Kiel, Andreas Gayk-Str. 23–25,
0163 4874680, kiel.info@rosenkreuz.de

www.rosenkreuz.de

Thema



von Hans Peter Maier
und Andreas Packhäuser,
Goldenes Rosenkreuz

Die Stimme der Stille

„Ehe die Seele hören kann, muss der Mensch ebenso taub geworden sein für Geschrei wie für Geflüster ...“

Ehe die Seele verstehen und sich erinnern kann, muss sie zuerst mit dem „Schweigenden Sprecher“ vereint sein so wie die Form, zu der der Ton gestaltet werden soll, zuerst mit dem Denken des Töpfers vereint ist.

*Dann erst wird die Seele hören und sich erinnern.
Und dann wird sie zu dem inneren Ohr sprechen:*

DIE STIMME DER STILLE“

Zuerst mögen die Worte der russischen Theosophin Helena P. Blavatsky (1831–1891) etwas unzugänglich wirken, jedoch wird wohl rasch deutlich, dass hier tiefere Bewusstseins Ebenen des menschlichen Daseins als die unserer rein äußerlichen Wahrnehmung angesprochen werden.

Viele der (ur)alten – aber zeitlosen – Weisheitslehren richten sich an Menschen, die in sich die Sehnsucht nach einer dauerhaften Geistbindung spüren. Sie entdecken dabei, dass sie nicht allein in ihrer Suche nach der Wahrheit sind. Durch das Gesetz der Resonanz begegnen sie Gleichgesinnten und entdecken einen Pfad, eine Methode,

die im Ursprung allen heutigen Religionen zugrunde lag. Sich gegenseitig unterstützend und doch jeder für sich beginnend er und/oder sie einen Weg nach innen, einen spirituellen Einweihungsweg.

Konkret angesprochen wird hierbei das sich läuternde und dadurch wachsende Seelenvermögen im Menschen. Der Persönlichkeit mit ihrer in der Regel nach außen gerichteten Aufmerksamkeit wird geraten, gegenüber der Unruhe und Unrast des täglichen Lebens die Einsicht in die Notwendigkeit der Stille zu gewinnen, um der sich sehnen Seele Raum zur Weitung und zum Wachstum zu geben.



Wenn die Seele dann „erwachsen“ ist, kann der Geist über die Pinealis einströmen und beginnen, den Körper allmählich Zelle für Zelle zu verwandeln und dadurch das gesamte Persönlichkeitswesen neu auszurichten.

Diese ganze Entwicklung ist davon abhängig, in welchem Maß neue geistige Kräfte aufgenommen und verarbeitet werden können. Das gesamte Leben kann aus dieser Geist-Seelen-Verbindung atmen. Und das erfordert innere Stille.

Der Kandidat oder die Kandidatin erlebt in einem psychologischen Moment das größte Mysterium des Menschseins: Sein/ihr geläutertes Bewusstsein steht vor dem wahrhaftigen Portal der STILLE in sich. Alle bisherigen Bemühungen waren notwendig und dazu da, sich dieser Tür in sich bewusst zu werden. Sie entdecken, dass sie schon sehr lange von dieser inneren Stimme gerufen wurden, dass dieses Portal die Quelle ihrer Sehnsucht ist und sie als Persönlichkeit die Antwort darauf bisher nur im Außen gesucht haben.

Aber jetzt kann die neue Seele wachsen und die Stimme der Stille hören.

Es offenbart sich das Mysterium, das Jesus andeutet mit: „Der Vater und ich sind eins“.

Der persische Sufi-Dichter Hazrat Inayat Khan kleidet dieses Geheimnis in die Worte:

*„Wenn die Lippen geschlossen sind,
beginnt das Herz zu sprechen.
Wenn das Herz schweigt,
entzündet sich die Seele,
wird zur Flamme und erleuchtet das ganze
Leben.“*

Entdecken Sie DIE STILLE hinter der Stille!

Das tiefe Bedürfnis dazu erweitert sich dann für den Kandidaten zu einem Bewusstsein, das den Anschluss an den inneren Quell gewinnen kann.

Für den Pilger auf dem Weg gilt, dass er/sie nur wenig spricht und nur wenigen Dingen sein Ohr leiht. Wenn wir sprechen, verbrauchen wir Schöpfungskraft und strahlen das Geschaffene aus. Zuhören ist das Empfangen von Schöpfungskraft, die ein anderer durch das Sprechen über den Hörenden „ausgießt“. Entscheidend ist: Ist das Gehörte erhebend oder verstörend und herabziehend?

Wenn die höhere Seele (wie ein Neugeborenes) wächst, muss sie behütet werden und es wird gelernt, auf ihre Stimme zu hören, zu spüren, was ihr guttut und was ihr eventuell schadet. Und das kann nur in der Stille geschehen!



von Marion Carmehl,
www.heilraum-kiel.de

Thema

In der Stille der Gefühle liegt oft das Geheimnis



**Und es war so still,
Dass jeder von uns ahnte,
Hierfür gibt es kein Wort,
Das niemals das Gefühl beschreiben kann.**
(Jupiter Jones – Still)

Viele Menschen haben es verlernt, still zu sein. Sie können schwer allein mit sich sein und fühlen sich schnell einsam. Sie suchen viel Beschäftigung im Außen und definieren sich auch darüber – mein Job, mein Haus, mein Auto. Je größer diese Statussymbole sind, desto wertvoller fühlen sie sich. Doch was passiert gerade in diesen Zeiten – in Zeiten der Pandemie? Die Mehrzahl der Menschen arbeitet zu Hause, befindet sich im Beschäftigungsverbot oder gar in der Arbeitslosigkeit. Sie verbringen gezwungenermaßen viel Zeit mit sich. Hier können alte Themen bewusst werden, die bisher durch das Sein im Außen erfolgreich unterdrückt worden sind. Streitigkeiten entstehen und eine immerwährende Unzufriedenheit kommt auf. Fragen wie: „Was macht mich eigentlich aus? Wer bin ich? Was tut mir gut außerhalb des Jobs?“ steigen im Innern auf. Gefühle wie Minderwertigkeit, Selbstzweifel und Sinnlosigkeit kommen hoch. Hier arbeite ich tatsächlich gerne mit der Stille – mit Hilfe von Hypnose oder in einer Seelenreise. Ich bringe meine Klienten, die auf der Liege liegen, zum Beispiel mit Klangschalen in die Entspannung und lasse sie das vorherrschende Gefühl tief wahrnehmen. Die Seele darf auf Wanderschaft gehen und wir sehen uns gemeinsam an, was gerade gebraucht wird oder woher das Gefühl kommt. Diese Arbeit ist sehr still und achtsam. Gerade in diesen stillen Momenten nimmt der Klient viel wahr und fühlt extrem. Durch meine Hellsinne sehe ich die inneren Bilder meiner Klienten ebenfalls und kann die Reise ganz still und sanft anleiten. So



Fotos: Nadja Richardt, JO Magazin

können sich uralte Wunden schließen und Heilung darf geschehen!
In der Hypnose landen wir oft in alten Leben, in der Kindheit oder im Mutterleib. Alte Themen, die unterbewusst gewirkt haben, dürfen gelöst werden und Stille darf im Innern der Klienten entstehen. In diesem besonderen Zustand der Trance werden gerade in den stillen Momenten wichtige Schlüsselmomente erlebt, Traumata dürfen aufgelöst und Gefühle gespürt werden. Deshalb ist es auch hier besonders wichtig für mich, dem Klienten genug Raum und Zeit für seine Wahrnehmungen zu geben und mich still zu verhalten. Ich reiche meine Hand für die inneren Prozesse, die leise, aber gewaltig sein können. Wann bist du bereit, dort hinzuschauen, dich den Prozessen in der Stille anzuvertrauen und bei dir anzu-kommen?

In der Mitte liegt die Kraft – das Medizinrad der Schamanin



von Gesine Hansen

Das Medizinrad ist ein universelles Symbol, das sich durch viele Kulturen zieht. In seiner Vielschichtigkeit ist es eine Eintrittspforte in altes schamanisches Wissen. Es kennt keinen Stillstand und beschreibt das Zyklische, so wie das Leben, dass sich immer wieder aus sich selbst heraus neu erschafft. Ob es die Lebensalter des Menschen sind, der Sonnenlauf durch die Jahreszeiten oder die Erde an sich, alles bewegt sich in Kreisläufen, so wie Sonne und Mond es tun und alle anderen Planeten auch. Nähern wir uns dem Symbol des Rades, so haben alle Räder eines gemeinsam: In der Mitte eines jeden Rades gibt es einen Punkt, an dem es still ist, mag es sich noch so schnell drehen.

Erinnern Sie sich an die Drehscheibe auf dem Spielplatz?

Je weiter man außen saß, umso mehr Kraft musste man aufbringen, um sich im Gleichgewicht zu halten. Diese Erfahrung machen wir im Alltäglichen, wenn wir viel im Außen sind und funktionieren müssen. Im Außen finden wir die Mitte nicht. Es ist weder das Zuhause, noch die Beziehung oder die Arbeit, um die sich alles dreht ... auch wenn es einem manchmal so vorkommt. Die Mitte ihres Lebensrades sind Sie, egal, wo Sie sind, egal, was Sie gerade tun. Sie liegt in Ihnen und Sie haben sie immer dabei.



**Im Osten steigt die Sonne auf,
im Süden steigt sie hoch hinauf,
im Westen will sie untergehen,
im Norden ist sie nie zu sehen.**

In dieser schönen Einfachheit haben wir es als Kind gelernt. Zeichnen Sie den Lauf der Sonne von der Mitte aus nach, so wissen Sie, warum sich alle Uhren rechtsherum drehen und warum das Leben naturgemäß ein Auf und Ab sein muss.



**Das Symbol des Medizinrades ist ein Weg,
sich mit dem alten Wissen der Schamanin zu
verbinden.**

Von der Mitte aus kann die Schamanin in jede Himmelsrichtung schauen: **Im Osten** liegt der Neubeginn, das, was werden will, der Frühling – ihre Saat. **Im Süden** ist alles, was in ihrem Leben Blüte trägt – das ist der Sommer, da ist sie kreativ und erschafft all das, was sie zur Reife bringen will. **Im Westen** bilanziert sie und bringt ihre Ernte ein. Alles, was ihr nicht mehr dient, wird mit Dank gewürdigt und losgelassen. **Im Norden** taucht sie in die Dunkelheit hinab. Hier begegnet sie der großen Leere, aus der sie alles schöpft – im Vertrauen auf die Kraft der Transformation und die Wiederkehr der Frühjahrszone.

Wir sind es nicht gewohnt, dass es in Ordnung ist, sich in den Mittelpunkt zu stellen. Im Seminar haben wir in der Natur ein großes Medizinrad gelegt. Jede Frau hatte die Möglichkeit, sich ganz bewusst in die Mitte ihres Lebensrades zu stellen. Hier durften wir gemeinsam sehr kraftvolle Momente erleben. In der Natur aufgerichtet zu stehen, die Kräfte aller Himmelsrichtungen in sich vereint, ist eine Rückverbindung mit der Schamanin in uns. Sich ihrer wieder bewusst zu werden, kann enorme Sicherheit geben. Sie hilft uns, unsere tiefen Wurzeln wieder zu finden und fest im Leben zu stehen. Sie weiß um das Herzensfeuer in unserer Mitte. Hier sind wir klar und in der Wahrheit und Weisheit unseres fühlenden Herzens.

**Hier ist der Mittelpunkt des Lebens!
Willkommen!**

Wenn Sie mit diesen Zeilen in Resonanz gehen, sind Sie in Kontakt mit Ihrer inneren Schamanin. Hand aufs Herz, da wartet etwas. Ich freue mich auf Sie!

Herzlich Ihre Gesine Hansen



Neues von Walfahrt

Inzwischen hat ein erstes Helfertreffen auf der Carlshöhe stattgefunden. Viele Hände werden gebraucht, um den Kongress „Walfahrt“ zu organisieren und durchzuführen.



von Eike Eschholz

Junge und alte Menschen sind zusammengekommen, um mit ihren Fähigkeiten das Ereignis zu unterstützen. Da ist zum Beispiel der junge Mann aus Süddeutschland, der gern den Bereich Catering übernehmen will oder Susann aus Kiel, die den Ansprechpartnern der einzelnen Tätigkeitsbereiche kostenlos eine Lomi Lomi Massage anbietet.

Jede, jeder tut was und wie sie/er es kann. Freude soll es machen, Freude soll es sein.

Ich fühle mich inzwischen wie Sterntaler und darf erleben, wie eine Idee Gestalt annimmt und andere Menschen begeistern kann.

The Council of the European Grandmothers mit seinen 25 Vertreterinnen wird bei uns in Schleswig-Holstein, in Eckernförde, vom 21. bis 25.10.2021 zu Gast sein und wir werden gute Gastgeber sein.

Ich werde oft gefragt, warum ich denn für jede Großmutter so hohe Kosten für die Unterkunft einplane, wo doch eine Privatunterbringung wesentlich preiswerter ist.



Helga Langer – Mitglied im Council of the European Grandmothers

An dieser Stelle möchte ich nun einmal die Frage beantworten:

Helga Langer (siehe Foto unten links) ist eine von zwei Vertreterinnen aus Deutschland. Ich besuchte sie auf der ersten von 13 Reisen mit vier Fragen in meinem Gepäck.

Die zweite Frage, die ich auf jeder Walfahrt stelle, ist die Frage nach dem Heiligen Tun (siehe Bild oben rechts), die unmittelbar mit der vierten Frage nach dem Heiligen Wort zusammenhängt und die Qualität beschreibt, die jede Vertreterin aus ihrem Land in den Rat mit einbringt.

Helga lud mich ein, einer Chorprobe beizuwohnen. Alles, was in den Tagen unserer Begegnung geschieht, hat seine Bedeutung und enthält die Chance, eine Erkenntnis zu gewinnen. Natürlich lasse ich keine Gelegenheit aus und nahm freudig daran teil.

Da passierte etwas Eigenartiges, meine Wahrnehmung veränderte sich:

Ich sah die Frauen des Chores singen, aber ich hörte sie nicht. Ihre Stimmen kamen nicht aus den Tiefen ihres Seins und erreichten mein Ohr nicht. Ich war irritiert, da wurde mein Blick auf Helga gelenkt, denn ihre Stimme wurde allmählich lauter. So verstand ich, dass die Frauen ihre Stimmen erheben müssen, um sich und die Welt zu verwandeln.

Das ist kein Phänomen dieses Frauenchores, nein, das ist eine globale Herausforderung.

Wir sind aufgefordert in dieser Zeit, uns selbst zu erkennen, wieder unsere Stimme zu erheben und unsere Herzen sprechen zu lassen. Wir Frauen müssen gehört werden.

Helga Langer wird gehört. Und sie unterstützt durch ihr Sein, durch ihr Tun und durch ihren Platz Frauen darin, die eigene Stimme wieder zu finden und die Macht zurückzufordern, die lange Zeit zurückgehalten und vorenthalten wurde.

Helga Langer ist Trägerin der Qualität Ermächtigung.

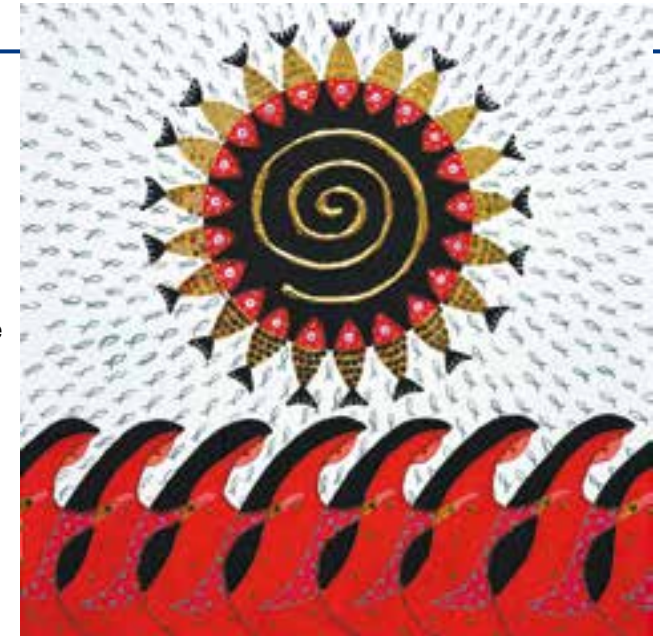
Sie stellt sich wie alle anderen Vertreterinnen auch dem höchsten Wohl zur Verfügung und wird uns an den Tagen des Kongresses mit ihrer Präsenz beschenken.

Um mit den Qualitäten im Außen wirken zu können, braucht es immer wieder den Raum der Stille. Er kann uns da, wo wir ganz bei und selbst sind, unterstützen, uns an die eigene Macht zu erinnern, die Macht, die in unseren Herzen wurzelt.

Es ist wichtig, dass die Frauen des Rates dort untergebracht werden, wo sie sich zurückziehen können, um uns in ihrer Kraft zu begegnen.

Sie werden direkt am Eckernförder Strand im Stadthotel beherbergt – mittendrin und doch für sich.

Das ist meine Antwort, liebe Leserin, lieber Leser.



Eike Eschholz hat die Antwort von Helga Langer auf die zweite Frage nach dem Heiligen Tun mit dem Bild „Neue Deutsche Welle“ dargestellt.

Wenn Sie Fragen zu dem Kongress Walfahrt haben, wenden Sie sich gern an mich:

Eike Eschholz, Tel. 04351 769609, info@eike-eschholz.de oder an Marlies Biermann, vorstand@nakuev.de.

Wir freuen uns über ihr Interesse und natürlich auch über eine finanzielle Unterstützung des Projektes „Kongress Walfahrt“.

Vielen Dank!

Bankverbindung:

Natur & Kultur Carlshöhe e. V.

Förde Sparkasse

IBAN DE44210501701003173174

Verwendungszweck Kongress Walfahrt

Bei Spenden ab 20 € wird eine Spendenbescheinigung ausgestellt.

Höre die Stille

*„Im Herzen eines Taifuns könnte ein Kind schlafen.“
aus Japan*



von Michaela Jacobs

Die Stille bezeichnet auch im Deutschen die empfundene Lautlosigkeit, das Fehlen von Geräuschen, aber auch die Bewegungslosigkeit.

Wie kommt es, dass Stille in unserer Zeit keine Selbstverständlichkeit mehr ist?

In den letzten Jahrzehnten sind der Geräuschpegel und die Anforderungen in unserem Leben durch die Technisierung und die damit verbundenen Möglichkeiten um ein Vielfaches angestiegen. Im Job, auf der Straße, im Umgang mit Handy und Co., im eigenen Haus ... an kaum einem Ort scheinen wir noch zur Ruhe kommen zu können.

Wieso fühlen wir sogar in stillen Räumen oft keine Stille?

Um Stille als solches zu empfinden, muss unser inneres Wesen zur Ruhe kommen. Gedanken und Gefühle, die uns unkontrolliert bewegen, können unsere Stille ebenso maßgeblich stören wie äußere Einflüsse.

Und was passiert, wenn uns die Stille unerwartet überfällt?

Fast jeder von Euch kennt das: Wir sitzen in vertrauter Runde zusammen und plötzlich bricht das Gespräch ab. Keiner sagt mehr etwas; häufig ist uns das unangenehm. Diese Stille auszuhalten fällt uns schwer. Wohl jeder in der Runde spürt den spontanen Impuls, etwas dagegen zu tun.

Weshalb vermeiden wir – oft auch unbewusst – Situationen der Stille?

Stille zuzulassen bedeutet zunächst, dass die eigene innere Stimme lauter werden kann. Wahrheiten, die wir bisher übertönt haben, können an die Oberfläche drängen. Das kann, wenn wir darauf

nicht gefasst sind, Widerstand in uns auslösen. Wenn wir Stille vermeiden, müssen wir uns nicht mit uns selbst auseinandersetzen. Das bedeutet auch, dass wir uns selbst nicht nahekommen. Es bedeutet möglicherweise, dass wir kein Selbstmitgefühl entwickeln und unsere Bedürfnisse nicht ausreichend wahrnehmen.

Was passiert also in der Stille?

Wer aufmerksam gelesen hat, hat schon gemerkt, dass Stille nicht Nichts ist. In der Stille offenbaren sich oft unerwartete Chancen. Wir dürfen mit all unseren Gedanken und Gefühlen sein. Wir erlauben unserem inneren wahrhaften Wesen, an die Oberfläche zu kommen. Wir erleben uns anders. Um das Bild aus dem Zitat oben zu verwenden: Der Taifun tobt immer noch um uns herum, wir spüren uns dabei in seiner Mitte.

Wie kannst Du Stille in Deinem Leben voller Aktivität finden?

Konzentriere Dich auf einen Punkt, sei es das Ticken einer Uhr, das Wahrnehmen Deiner Position im Raum oder einfach Dein eigener Atem. Konzentriere Dich! Konzentration ist die willentliche Fokussierung auf eine Aufgabe. In der Konzentration tritt alles andere zurück, so dass nur noch das Eine und die Stille bleibt.

Kann ich Stille wirklich erzeugen?

Ja, denn wir erzeugen Stille in dem Moment, in dem wir alles weglassen, was Stille verhindert.

Das ist, wie schon gesagt, eine willentliche Entscheidung. Vielleicht braucht es etwas Übung, bis wir Stille wirklich in uns spüren. Erleben kann das jeder von uns. Und dort – genau dort erleben wir das, was wir Entschleunigung nennen.

Was macht die Stille in Deinen Leben so wertvoll?

In der Stille passiert noch etwas, was für uns und unsere Gesundheit von unglaublicher Bedeutung ist: der natürliche Schlaf. Der kommt nämlich von allein, aber eben in der Stille. Wer also das abendliche/nächtliche Grübeln kennt, für den ist die Stille ein willkommener Freund.

Und was noch?

Darüber hinaus kannst Du mit regelmäßigen Stille-Momenten Frieden in Deinem Herzen finden. Wir nennen das auch Achtsamkeit. Meines Erachtens liegt nirgendwo sonst in unserem Leben so viel Aussöhnung, soviel Frieden.

Auch ein Schweigen zwischen Freunden, das bewusst gehalten wird, kann ein tiefes Gefühl der Verbundenheit schaffen. Und wenn viele von uns Frieden in ihren Herzen tragen, dann wird immer mehr Frieden zwischen uns Menschen sein.

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

Naturheilkundliche Empfehlungen bei Impfungen

Zurzeit wird viel über Impfungen und deren mögliche Risiken und Nebenwirkungen gesprochen. Doch wenig darüber, wie man Impfungen naturheilkundlich begleitet, damit Risiken und Nebenwirkungen minimiert werden oder gar nicht erst auftauchen. Ob Impfungen bewusst gewählt oder erzwungenermaßen erduldet werden, wir zeigen hier Möglichkeiten, sie gut zu überstehen.



Doch zuvor einige kurze Informationen zum Hintergrund. Entzündungen und Kinderkrankheiten sind natürliche Reifungsprozesse. Sie verlangen oft nach einer Unterstützung des Betroffenen, um eine entstandene Unordnung auf den verschiedenen Ebenen des Körpers wiederherzustellen und die Entwicklung zu verbessern. Impfungen sind künstlich gesetzte Krankheiten durch veränderte „Viren“ oder andere Erreger, die durch besondere Verfahren in ihrer Struktur verändert wurden. Durch die Impfungen wird der Ablauf normaler Heilungsvorgänge gestört. Zwar sind einige gefährliche Zusatzstoffe aus den Impfnosoden entfernt worden, doch gibt es Hinweise darauf, dass es immer noch zu unerwünschten Wirkungen der jetzt benutzten Zusatzstoffe kommen kann. Damit Impfungen gut überstanden werden, haben wir mit dem naturheilkundlich arbeitenden Arzt Manfred Wollinger folgende Hinweise zusammengestellt.

Besondere Formen der Unterstützung bei Impfungen:

1. Die Rahmenbedingungen sollten angstfrei sein. Bitte mit dem Arzt vorher besprechen und sich selbst bzw. den zu Impfenden darauf einstellen.
2. Der Impfling muss infektfrei sein, es sollte keine Erkrankung vorliegen. Schädigungen des Immunsystems, durchgemachte negative und unerwünschte Wirkungen von Impfungen sowie Krankheiten des Immunsystems – auch bei den Eltern des Impflings – sind gesetzlich festgelegte Gründe, um nicht zu impfen. Nach einer Schätzung der Bundesregierung sind etwa zwei Millionen Menschen in Deutschland durch die Ausstellung einer Impfunfähigkeitsbescheinigung von Impfungen zu befreien. Oder die Impfung ist so lange zurückzustellen, bis keine negativen Auswirkungen mehr zu erwarten sind.
3. Mindestens eine Woche vor der Impfung und eine Woche danach sollte der Körper mit einer besonderen Ernährung geschont und gestärkt



Joachim Wohlfeil und Laura Auel



werden. Bitte so weit wie möglich zucker- und weißmehlfrei, ohne tierisches Eiweiß und basenüberschüssig essen. Bitte in dieser Zeit auf Alkohol und Kaffee verzichten.

4. Nach der Impfung bitte drei Tage Ruhe einhalten, keinen Sport, keine Anstrengungen. Bitte keine extremen Herausforderungen wie Prüfungen oder exzessive Tätigkeiten.

5. Bitte harmonische Rhythmen im Alltag einhalten. Keinen Zeitdruck, keine schwierigen Entscheidungen oder Aufregungen. Eigentlich ist man durch eine künstliche Ursache krank geworden und benötigt eine Krankschreibung oder Unterrichtsbe-freiung, um sich zu erholen.

6. Um den Körper bei der Ausheilung der gesetzten Entzündung zu unterstützen, empfehlen wir 5–10 Gramm Kurkuma-Extrakt für einen normalgewichtigen Erwachsenen mit 80 kg. Ansonsten je nach Gewicht mehr oder weniger viel Kurkuma zu sich nehmen. Um die toxischen Stoffe besser auszu-leiten, jeden Tag einen Esslöffel Olivenöl und am Anfang und am Ende der 14-tägigen Schonphase einen Esslöffel Rizinusöl einnehmen. Kinder ent-sprechend weniger.

7. Basische Bäder und Anwendungen zur Unterstüt-zung der Ausleitung von Giftstoffen und ausschei-dungspflichtigen Stoffwechselprodukten sind täglich angeraten.

8. Um die Reinigung der Schleimhäute zu unter-stützen und die Leber zu stärken, bitte 3-mal 10 Tropfen „Bitterstern“ von Laetitia in einem Glas Wasser trinken.

9. Es ist immer sinnvoll, für die Impfung eine individuelle Bachblütenmischung für den Impfling herzustellen. Näheres dazu können Sie von uns erfahren. Zumindest sollte man in der Zeit davor und danach täglich 3-mal 10 Tropfen Rescue-Tropfen einnehmen.

10. Auch empfiehlt sich die Einnahme von „Dorn-komplex“, einem homöopathischen Komplexmittel, um den Körper auf allen Ebenen zu stärken. Bitte auch 3-mal 10 Tropfen täglich.

Sollten Sie dennoch das Gefühl haben, Sie brau-chen noch weitere Unterstützung, wenden Sie sich bitte an uns, wir helfen Ihnen gerne weiter.

Joachim Wohlfeil, 0163 1731823,
Vorsitzender von Natürlich Gesund e. V.

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. Hügelgräber). 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 usw.

“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 interessiert, 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

- 30.–31. Januar 2021 Elfen Feen Zwerge
- 27.–28. Februar 2021 Christus-Sophia-Energie
- 27.–28. März 2021 Die Weisheit in der Landschaft
- 08.–09. Mai 2021 Leylines
- 05.–06. Juni 2021 Die neuen Erdenergien
- 03.–04. Juli 2021 Die Chakras der Landschaft
- 07.–08. August 2021 Technikwesen

11 Wochenenden in einem Jahr, einzeln oder in Blöcken
Quereinstieg möglich 210,- € oder 250,- € pro Wochenende

Urlaubsseminar: Pilgern auf La Gomera

05.–19.04.2021

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

Die Stille als Kraftquelle nutzen

Innere Balance durch Meditationen und Traumreise



von Antje Tittelmeier

Die dunkle Jahreszeit lädt uns dazu ein, innere Einkehr zu pflegen und uns wieder mehr auf uns selbst zu besinnen. Wie schön ist es, bei Kerzenschein den Abend zu genießen oder bereits am Morgen die Stille des neuen Tages bewusst aufzunehmen. In diesem Jahr werden viele Menschen bereits zum zweiten Mal vor große Herausforderungen gestellt. Das Leben hat sich stark verändert, der Alltag bietet neue Chancen und Aufgaben, beinhaltet vielleicht aber auch einige Schwierigkeiten und Turbulenzen. Die Flut an Informationen und Nachrichten aus aller Welt wird von vielen als belastend empfunden, der Geist kommt nicht mehr zur Ruhe, das Gefühl der Überforderung oder Überreizung kann entstehen, oft entstehen auch Ängste und Unsicherheiten sowie Schlafstörungen.

Durch Meditationen oder Traumreisen können wir uns vor den äußeren Einflüssen schützen und den Fokus auf unser Innenleben richten. Indem wir uns auf den Atem konzentrieren oder in innere Bilderwelten eintauchen, kommen wir in Kontakt mit uns selbst und tanken neue Kraft und Zuversicht. Die Gedanken kommen zur Ruhe, Körper und Seele atmen auf.

„Stille ist Balsam für die Seele. Sie streichelt, sie nährt, sie verwandelt und heilt.“

In Momenten der Stille können wir uns selbst wieder näherkommen, uns mit dem eigenen Herzen verbinden und seiner Botschaft lauschen. Hier finden wir Antworten, die der Wahrheit unseres Herzens entspringen und die uns den Weg weisen, wenn wir unsicher oder verzweifelt sind.

Mir persönlich hilft auch die Natur in diesen bewegten Zeiten. Angelehnt an einen Baum fühle ich in die Verbindung zu Mutter Erde über die kraftvollen Wurzeln. Ich öffne mein Herz für die Schönheit und Vollkommenheit der Natur und finde dadurch zurück in mein eigenes Sein. Wie von selbst fühle ich mich eingebunden und ange-bunden, bin getragen im Augenblick. In der Stille schweigen meine Gedanken und Informationen aus der geistigen Ebene fließen mir zu. Jeder kann sich öffnen für die Botschaften seiner Seele, der Naturwesen oder der geistigen Welt.

„In der Stille hörst Du die Worte Deiner Seele. Je mehr die Gedanken ruhen, desto deutlicher wird die Stimme in Deinem Herzen zu hören sein. So lausche mit Deinem Herzen und schenke der Wahrheit in Dir Raum.“

In dieser Zeit der Transformation sind wir eingeladen, uns voll und ganz zu entfalten und unser innewohnendes Potential zu entdecken und zu leben.

Stille ist das Samenkorn für das Erwachen Deiner Seele. Sie schenkt Dir inneren Frieden und bietet Dir den Raum für wahre Entfaltung.

Traumreisen und Meditationen bringen viele gesundheitliche Vorteile mit sich. Anspannungen können sich lösen, Körper, Geist und Seele finden wieder zurück ins Gleichgewicht, tiefe Entspannung und Erholung setzt ein. Da Stresshormone



Transformation ins Licht
Hardcover, 232 Seiten
19,80 Euro
Triskel Verlag
ISBN 978-3-96458-003-0

abgebaut werden, verringern sich der Stress und damit auch negative Emotionen wie Reizbarkeit, Aggression oder Ungeduld. Regelmäßige Meditationen oder Traumreisen fördern außerdem die Konzentrationsfähigkeit und den inneren Fokus. Sie helfen, die Klarheit wiederzufinden und die eigene Wahrheit zu spüren und zu leben. Auch auf körperlicher Ebene haben diese Entspannungsmethoden einen großen positiven Effekt. So werden muskuläre Anspannungen verringert und auch das Herz-Kreislauf-System entlastet. Die Gefäße werden weit, der Blutdruck sinkt, der Puls wird ruhig und gleichmäßig. Der Parasympathikus, der beruhigende Anteil des vegetativen Nervensystems, wird aktiviert. Er begünstigt wichtige Vorgänge im Körper wie eine gute Verdauung und einen erholsamen Schlaf. Ein weiterer wichtiger Effekt ist die Stärkung des Immunsystems.

In diesem Sinne wünsche ich uns allen einen kraftvollen und segensreichen Winter mit vielen lichtvollen Momenten der Stille und innerer Einkehr!



Meditationen für den Alltag
Doppel-CD, Gesamtspielzeit: 112 min.
14,90 Euro
Triskel Verlag
ISBN: 978-396458303-1



Körperreisen für Erwachsene
Doppel-CD, Gesamtspielzeit: 135 min.
14,90 Euro

Triskel Verlag
ISBN: 978-3-96458-101-3



Meditationen für den Alltag
Doppel-CD, Gesamtspielzeit: 112 min.
14,90 Euro

Triskel Verlag
ISBN: 978-396458303-1

Stille Zeiten

Wir sehnen uns nach Erholung, Ruhe und Stille. Unter Stille verstehen wir dabei meist die Abwesenheit von Lärm, von Geräuschen und Eindrücken. Dass der meiste Lärm in unserem eigenen Inneren entsteht, bemerken wir oft erst, wenn Stille im Außen möglich wird, wenn wir uns für eine Zeit zurückziehen und alle Medien ausgeschaltet lassen.

Innerhalb der letzten 15 Jahre hatte ich die Chance, häufiger Zeiten der Stille zu erleben – Tage, Wochen und auch halbjährige Einsiedler-Zeiten, in denen ich mich komplett aus äußeren Bezügen gelöst habe und „nur mit mir“ war – begleitet und im Prozess geführt durch eine spirituelle Meisterin. Ich konnte das Glück darin entdecken ebenso wie die Herausforderungen, wenn in der äußeren Stille plötzlich innere Unruhe und Lärm hörbar werden.

Lärm in uns

Das Gerede im Kopf wird plötzlich lauter. Es gibt „nichts zu tun“ und die Gedanken ziehen das Bewusstsein wie ein Magnet in die Vergangenheit oder in die Zukunft. Unser Gehirn liebt solche Beschäftigungen. „Langeweile“ ist ihm ein Graus und der Gedankenstrom reißt uns, d. h. unser Bewusstsein, mit sich. Wir verlieren uns in Gedankengebilden, die uns unbemerkt weiter und weiter von uns selbst wegtreiben.

Nicht denken müssen

Zu erkennen, dass ich mich in Gedankengebilden verliere und dies zu stoppen, ist ein großer Schritt in die Freiheit. Freiheit als ein Zustand gedankenloser Aufmerksamkeit, in dem ich wach, vollkommen bewusst und aufmerksam bin, ohne denken zu müssen, ohne zu kommentieren. Doch meist geben wir – unbemerkt – sofort jeder Wahrnehmung einen Namen, eine Zuschreibung.

Wahrnehmen, ohne zu benennen

In der Stille erleben wir vielleicht zum ersten Mal diesen Automatismus, alles Wahrgenommene sofort zu kommentieren, zu vergleichen und einzuordnen. In dem Moment, in dem wir Wahrnehmungen einen Namen geben, legen wir das Wahrgenommene fest. Genau dasselbe machen wir auch mit uns, ohne dass wir uns dessen im Alltag bewusst sind. Aus gedanklichen Zuschreibungen, Vergleichen und Bewertungen entsteht unser Verständnis von uns selbst.

Unsere Identifikation als ein Gedankenkonstrukt

Unsere Zuschreibungen erschaffen unser Bild von uns, erschaffen unsere Geschichte, unser Leid und enthalten vor allem Worte wie „ich, mir, mein“. Auch die Vorstellung davon, was andere Menschen von mir denken, sind Teil dieser Zuschreibungen und bilden das gedankliche ICH-Gebäude. Selten nehmen wir wahr, dass wir Gefangene in diesem Ich-Gebäude sind, Gefangene im Strom unserer Gedanken – konditioniert von der Vergangenheit.

Stille als Weg in die Freiheit

Stille breitet sich aus, wenn wir aus dem Strom der Gedanken aussteigen. Wenn wir hören, sehen und fühlen, ohne das Wahrgenommene sofort gedanklich zu benennen. Hilfreich kann dabei sein, unsere Aufmerksamkeit auf den Atem zu lenken. Wir lösen durch diese Achtsamkeitspraxis unser Bewusstsein aus dem Gedankenstrom und lenken es auf die reine Körperwahrnehmung – unabhängig davon,

von Ananda Ulrike Best



ob wir gehen, sitzen oder liegen. Wir nehmen wahr ... nichts anderes. Wir werden still. Wir beenden das Denken und die Identifikation mit unseren Gedanken.

Erwachen aus der Identifikation

Solange wir noch mit einem Gedanken identifiziert sind, nehmen wir uns und die Ereignisse aus dieser Perspektive wahr. Fühlen wir uns tief in unserem Inneren abgelehnt, ist dies die Brille, durch die wir die Welt betrachten. Daraus entstehen unsere Gefühle und die Art, wie wir auf unsere Umwelt reagieren. Wir halten das Abgelehnt-Werden für eine feststehende Tatsache, ohne dass wir uns dessen bewusst sind, und das Gerede in unserem Kopf wird diese Sichtweise immer mehr festigen.

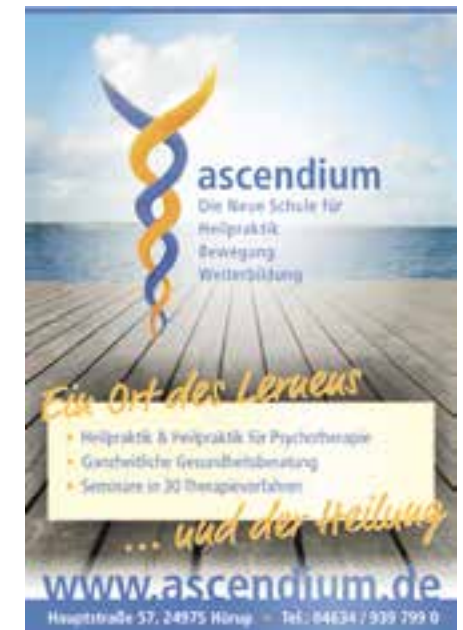
Perspektivwechsel

Wenn wir morgens aus einem Traum erwachen, bemerken wir das und erkennen die geträumte Geschichte als Traum. Wir erwachen, weil wir unser Bewusstsein einschalten. Erwachen bedeutet, etwas, das wir für Realität gehalten haben, als nicht real zu erkennen. Dadurch ändert sich die Blickrichtung.

Mit geänderter Blickrichtung fühlen wir uns zwar gelegentlich abgelehnt, so wie es in anderen Fällen vorkommt, dass wir uns akzeptiert, geliebt und bewundert fühlen. Doch wir erkennen dies dann jeweils als unser eigenes momentanes Gefühl und verwechseln es nicht mehr mit der Realität. Das ist der Perspektivwechsel, das Erwachen, das Bewusst-Sein.

Die Tür zum ICH BIN

Wir nehmen wahr, begegnen uns selbst, „halten uns aus“, nehmen an ... mit allem, was da ist. Wir nehmen einfach wahr. Wunderbare Momente sind es, wenn ich das gedankliche Getrieben-Sein und die Identifikation überwinden kann. Dann öffnet sich für einen Augenblick die Tür zu meinem Inneren, in das formlose Sein – in das ICH BIN. Darin liegt das ganze Glück. Diese Augenblicke auszudehnen bis sie zur Grundhaltung im Leben werden, ist mein Weg der Stille.



Weiterbildung zum/zur Heilbegleiter(in) und Priester(in)

Einjährige Fortbildung mit Selbsterfahrung und Vermittlung von praxisorientierten körpertherapeutischen, energetischen und schamanischen Heilmethoden (anerkannte Weiterbildung: Bei bestimmten Voraussetzungen kann eine Weiterbildungsprämie eingesetzt werden).

In diesen turbulenten Zeiten, in denen wir aufgerufen sind, uns an unser Potenzial zu erinnern, erwacht in vielen von uns die Erinnerung an die inneren Archetypen der Heilerin/des Heilers, der Priesterin/des Priesters, der weisen/weißen Hexe/Kräuterfrau und des Schamanen. Das alte Wissen kehrt mehr und mehr zurück und wird dringend gebraucht. In vielen Kulturen der Welt hat der Archetyp der Priesterin/des Priesters jenseits von Religion in Tempeln, an heiligen Kraftplätzen und Kultstätten schon vor tausenden von Jahren gewirkt. Avalon ist nur ein Beispiel von unzähligen Orten der Erde, an denen Priester(innen) den Menschen als Brücke für den Himmel (das Geistige) und Erde (den Menschen, das Materielle) gedient haben.

Nach jahrelanger intensiver Aus- und Fortbildung in Psychotherapie, Schamanismus, Trauma- und Körperarbeit und nach vier intensiven und transformativen Jahren der Ausbildung als Priesterin in Avalon (Glastonbury, England) ist es nach mehrmaliger Nachfrage nun endlich soweit, meine „Schätze“, die ich in Einzelbegleitung und in Gruppen seit mehreren Jahren erfolgreich anwende, in die Welt zu bringen bzw. „nach Hause“ zu holen!

Heilbegleiter(in)

• Du spürst, dass Du viel zu geben hast und möchtest Deine heilerischen Fähigkeiten erwecken/ausbauen und weitergeben und Dich dennoch dabei gesund abgrenzen können.

• Du suchst nach einem praktischen „Handwerkskoffer“ für Dein heilerisches Potenzial, um es für Dich und andere optimal und für DICH passend und authentisch anwenden zu können.

• Du bist selbst schon durch Krisen gegangen und hast bereits Heilmethoden für Dich persönlich erfahren können.



- Du bist empathisch und hast Interesse am Umgang mit Menschen.
- Du bist bereit, eigene Blockaden, Traumata und hinderliche Glaubenssätze durch intensive Selbsterfahrung aufzulösen, die Dich auf Deinem Weg behindern.
- Du bist offen für Spiritualität und den Zusammenhang von Körper, Geist und Seele.
- Du bist offen für Gruppenprozesse in der tragenden Kraft der Gemeinschaft und für individuelles und kollektives Wachstum
- Du bist naturverbunden und hast Interesse an schamanischen und energetischen Heilmethoden

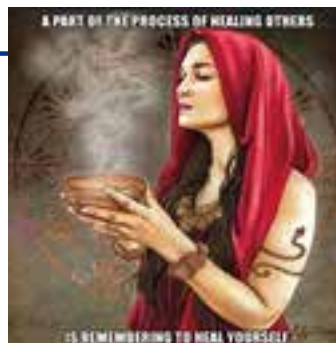
Priester(in)

• Du bist bereit, Deinen Selbstwert, Dein Selbstvertrauen und Deine Selbstliebe durch intensive Selbsterfahrung auszubauen und Deine Ängste und Schattenanteile zu integrieren, damit Dein Ego in den Hintergrund treten kann, um authentisch und dadurch ein Leuchtturm und Fels in der Brandung für andere zu sein

• Du liebst Rituale und Zeremonien und spürst den Ruf, Himmel und Erde miteinander zu verbinden und ein Gefäß für das göttlich Weibliche und Männliche für Dich und andere zu sein.

• Du spürst den Ruf, Deine individuellen spirituellen Fähigkeiten und einen Heilraum für andere Menschen zur Verfügung zu stellen und Dich damit auch öffentlich zu ZEIGEN.

• Du möchtest Heil- und Begegnungsräume kreieren, Menschen inspirieren und zusammenbringen.



• Du bist bereit, für Dich selbst und andere Verantwortung zu übernehmen und jenseits Deines Egos einer größeren Kraft zu dienen, in Demut und gleichzeitig in Deiner vollen Größe als Diener des Göttlichen.

- Du trägst in Deiner Seele eine (vage?) Erinnerung an eine (kollektive) Vergangenheit, in der Du bereits dem Göttlichen gedient hast, und verspürst nun den Wunsch, einen alten/neuen Seelenpfad zu beschreiten.
- Du fühlst Dich mit der Natur und den Elementen verbunden.
- Du fühlst Dich von der Magie der Mondin angezogen und bist bereit für die Hingabe an das göttlich Weibliche und an die Heilkraft der Mondgöttin (in DIR!).

Das Ziel für den ersten Block (Heilbegleitung) ist, ein festes Fundament für die Heilarbeit zu schaffen und dabei auch die individuellen Fähigkeiten zu berücksichtigen und einfließen zu lassen. An den sechs Wochenenden, verteilt auf ein Jahr, entsteht ein umfangreicher Methodenkoffer mit theoretischen und praktischen Fertigkeiten und durch die Selbsterfahrung eine stabile Basis, Heilraum für andere zur Verfügung zu stellen.

Der zweite vertiefende Block mit der Weiterbildung und der abschließenden Weihe zur Priesterin ist optional, allerdings ist Block 1 Voraussetzung für Block 2, sofern nicht anders besprochen. Der Titel zum/zur Priester(in) bezieht sich nicht auf die religiöse bzw. kirchliche Form, sondern auf den ursprünglichen Archetyp des (spirituellen) Heilers, des Dienenden am Menschen in vielen verschiedenen Facetten, z. B. als freier Redner zu feierlichen Anlässen wie Hochzeiten oder Trauerfeiern. In dieser Ausbildung stehen der keltische Schamanismus und die Verbindung des göttlich Weiblichen und Männlichen im Fokus.

Im ersten Block wird den Teilnehmern neben theoretischen Grundlagen vor allem durch praktische Selbsterfahrung die Möglichkeit gegeben, eigene körperliche und seelische Blockaden, ungesunde

von Julia Fischer

Konditionierungen und Traumata zu bearbeiten. Du erfährst unterschiedliche Heilmethoden „am eigenen Leib“ und die Gruppe unterstützt sich in Gruppenprozessen gegenseitig. Das Ziel ist das Anwenden dieser Methoden zur Begleitung von Menschen im Umfeld bzw. zur Kombination mit bereits bestehenden Berufen und Arbeitsfeldern, z. B. Altenpflege, Erzieher, Heilpraktiker, Pädagoge etc. oder im privaten Bereich für Familie und Umfeld.

Das Lernziel als Priesterin/Priester in Block 2 in 2022 ist das Vertiefen des umfassenden Wissens über die schamanischen, elementaren und energetischen Zusammenhänge und Zyklen im Leben und auf Wunsch die Begleitung von Menschen mit diesem Wissen in Zeremonien, Gruppenprozessen oder je nach Profession auch in Einzelbegleitung. Mit der Weihe zur/zum Priesterin/Priester übernimmt der/die Teilnehmer(in) die volle Verantwortung für das eigene Wachstum, stellt sich als Mittler zwischen Mensch und dem Göttlichen zur Verfügung und stellt sich in einen höheren Dienst, um diese „Mission“ an andere weiterzugeben.

Es ist Zeit, unser Heilungspotenzial zu entfalten und den Archetyp des/der Heilers/Heilerin und Priesters/Priesterin im Hier und Jetzt ganz „alltagstauglich und bodenständig“ wieder zu be-(leben)! Bist Du dabei?



Ausbildung zum/zur Heilbegleiter(in)

vom 19. Februar bis 5. Dezember 2021
(sechs Wochenenden)

Ausbildung zum/zur Priester(in)

vom 18. März bis 22. Oktober 2022
(vier Wochenenden)

Anmeldung:

Julia Fischer, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Priestess of Rhiannon, Priestess of Avalon.
Postadresse und Praxis: Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg. Seminare im Medimaris, Sandwigstr. 1a, 24960 Glücksburg, Tel 0176 247 131 55
www.julia-fischer-therapie.de
www.heilsam-messe.de

Das Vermächtnis der Waitaha



Winfried Altmann, Freund und Botschafter der Waitaha, berichtet hier über Grundlagen einer 2000 Jahre alten Friedenskultur, die dieser Welt ihre Überlieferungen 1994 in ihrem Buch „Song of Waitaha“ schenkten. Es zeugt von einer selbst für indigene Traditionen ungewöhnlich tiefen Dankbarkeit gegenüber allem Leben.

Vor rund 1800 Jahren wurde Neuseeland von einem friedliebenden Volk, den Waitaha, besiedelt. Die Waitaha lebten in einer gewaltfreien, matriarchalisch geprägten Gesellschaft im Einklang mit der Natur und mit anderen Völkern, bis sie in den vergangenen Jahrhunderten durch kriegerische Eroberer fast ausgerottet wurden. Die wenigen Überlebenden gingen in den Untergrund und bewahrten dort ihr reiches Wissen, bis die Ältesten beschlossen, ihr spirituelles Vermächtnis mit der Welt zu teilen. Die vielen „Körbe der Weisheit“, die stets von Generation zu Generation treulich weitergereicht worden waren, bündelten sie zu einem neuen „Korb“, ihrem heiligen Buch „Song of Waitaha“, das 1994 erstmals in Neuseeland veröffentlicht wurde. (2006 erschien eine autorisierte deutsche Ausgabe; alle Zitate dieses Artikels stammen daraus.) In zwölf Kapiteln („Songs“) hören wir zunächst von der Schöpfung der Welt („Und in der Leere Tiefen war ein Großer Klang“), vom Mysterium der Geburt („Und das Geschlecht der Menschen begab sich auf dem Weg der Geburt in die Welt des Lichts“), von der Erschaffung des ersten Menschen (einer Frau), vom Schiff der Götter und anderen Mythen. Dann folgt die Schilderung, wie drei völlig unterschiedliche Völker auf der Osterinsel zusammentreffen und sich zu einer neuen Kultur

verbinden. Ein Enkel aus diesen drei Ethnien ist der große Held Maui, der „bei den Göttern stehen“ will und deshalb Neuseeland entdeckt, denn dort auf der Südspitze liegt nach den Überlieferungen der Waitaha der Geburtsplatz der Götter. Maui wird Kulturgründer, ein Zarathustra oder Hermes des Pazifik, der seinen Völkern die Aufgabe hinterlässt, das Land „zu wärmen“ und zu kultivieren. Mit den Geschichten der Nachkommen von Maui „vor 67 Generationen“, also etwa im 3. Jahrhundert, beginnt der historische Teil von „Song of Waitaha“. Es wird die allmähliche Besiedlung und Erforschung des Landes beschrieben.

Kulturgeschichtlich gesehen gewinnen wir durch die Darstellungen im „Song“ aufschlussreiche Einblicke in die Welt der neolithischen Revolution, die Zeit des Übergangs von der Jäger- und Sammlerkultur zu Ackerbau und Viehzucht, wie er überall auf der Welt zu unterschiedlichen Zeiten stattgefunden hat. Da dieser Kulturschritt auch in Europa ähnlich gewesen sein mag, kann uns „Song of Waitaha“ möglicherweise auch ein Stück unserer eigenen „heidnischen“ Vergangenheit erzählen, von der es ja nach dem gründlichen Wirken der Christianisierung, außer einigen Götter- und Heldensagen, keinerlei Überlieferungen mehr gibt.



Für die Waitaha ist Cape Reinga ein ganz besonderer spiritueller Ort. Das Wort „Reinga“ bedeutet so viel wie „Absprungplatz“ oder „Überfahrt“. Die Verstorbenen treten hier ihre letzte Reise zum Heimatland (Hawaii) ihrer Vorfahren an. Wo der Geist zurückkehrt zur Quelle. Außerdem ist es der Ort, an dem „zwei große Meere“ zusammentreffen – was sich deutlich an der Wasseroberfläche beobachten lässt.

Während es überall sonst in der Geschichte – und erst recht in der Gegenwart – immer darum ging, das eigene Volk, die eigene Kultur, den eigenen Einflussbereich von den anderen abzugrenzen, „rein“ zu halten vor „Überfremdung“, oder, schlimmer noch, die anderen Länder, Völker, Kulturen zu erobern und zu unterdrücken, zu missionieren oder auszuplündern, haben die Waitaha schon vor Jahrtausenden erkannt, dass eine Kooperation, ein Zusammengehen mit den anderen Kulturen jeweils alle Seiten bereichert.

Die Mentalität und Spiritualität, die alltägliche Lebenskunst dieser Menschen werden differenziert geschildert, und es wird eine einzigartige Hochkultur des Menschlichen sichtbar: ein matriarchal geprägtes Volk, äußerst tolerant und mit erstaunlichen ökologischen Kenntnissen eine nachhaltige Wirtschaftsweise pflegend – allem voran aber: ein Volk des Friedens, das sich niemals von den kriegerischen Eroberern (den Maori) zu Gegengewalt provozieren ließ und lieber in den Tod ging. Das bedeutete vor einigen hundert Jahren weitgehend das äußere Ende dieser Kultur.



Ulrich Gappel
Heilpraktiker

Klassische Homöopathie
nach Dr. Samuel Hahnemann

Quantum Bodywork
Ganzheitliche Berührung

Heilbehandlungen
Energiearbeit - Geistiges Heilen

Gasstraße 5
24340 Eckernförde
Tel 04351 - 5314
info@Ulrich-Gappel.de
www.Ulrich-Gappel.de



Arahura river – Holy land is everywhere!
Fluss zur Westküste Neuseelands, bedeutende Fundstelle für den Pounamu – grüne Jade. Pfad des Friedens.

Eine für uns ungewohnte Fähigkeit charakterisiert das Denken und Handeln der Waitaha. Man könnte sie die Fähigkeit des „Sowohl-als-Auch“ nennen, im Gegensatz zu dem bei uns üblichen „Entweder-Oder“. Wir lieben die Eindeutigkeit, etwas hat schwarz oder weiß, gut oder böse, falsch oder richtig zu sein – A ist A und B ist B. Ganz anders in der pazifischen Kultur der Waitaha: Hier ist A auch schon mal B, und C heißt dann plötzlich A; Namen und Begriffe können wechseln. Für uns erscheint das dann widersprüchlich und unlogisch. Erst allmählich kann man erkennen, dass die von uns so geliebte und erwartete Eindeutigkeit eher eine Einseitigkeit darstellt. Die Beschäftigung mit den Waitaha und letztlich allen indigenen Kulturen kann so zum Übungsweg werden, das uns so vertraute feste Land des Eindeutigen zu verlassen und uns auf die Qualität des lebendigen und stets anpassungsfähigen Elements Wasser einzulassen, das alles aufnimmt und miteinander verbindet.

Als „Volk“ sind die Waitaha heute nicht mehr sichtbar („Wenige nur sind wir nun“), aber ihre kulturelle Tradition wird noch (und vielleicht wieder vermehrt) in einigen Familien und durch einzelne Menschen und Freunde gelebt und gepflegt. Te Porohau Ruka Te Korako ist der letzte traditionell Eingeweihte, der noch das ganze spirituelle Wissen der Waitaha in sich trägt und aus diesem reichen Fundus „Song of Waitaha“ schreiben konnte.



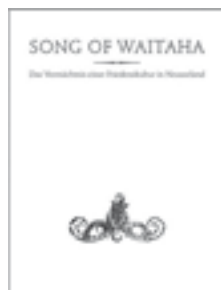
Pupu Springs, heilige sagenumwobene Quelle der Waitaha. Die Te Waikoropupū Springs sind ein Quelltopf an der Küste der Golden Bay in der Region Tasman auf der Südinsel Neuseelands. Die Quellen sind für ihr klares Wasser und den höchsten Wasserausstoß auf der Südhalbkugel bekannt.

Das Buch: Song of Waitaha – Das Vermächtnis einer Friedenskultur in Neuseeland. Ins Deutsche übertragen und herausgegeben von Winfried Altmann. Drachenverlag, ISBN 978-3-927369-51-1, 64,-€, erhältlich u. a. bei ImPulse: info@ImPulseSeminare.de oder Telefon: 04351 7674832.

Der Übersetzer: Winfried Altmann, 1942 in Dresden geboren, Philosophie-Studium in München, 38 Jahre Verlagstätigkeit in Deutschland und in der Schweiz. Seit 1996 vom „Song of Waitaha“ begleitet.

Informationen und Veranstaltungen findest Du auf der Internetseite www.ImPulseSeminare.de.

In der nächsten Ausgabe dieses Magazins wird es eine Fortsetzung zu diesem Thema geben.



Adressenverzeichnis

Hier liegt das Magazin *weite Horizonte* für Sie aus

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

24 **Ina Brodersen**, Bewusstseinsentwicklung und Transformation, Biografieberatung und Karmacoaching, Team- und Organisationsentwicklung, Möhlnberg 15, 24354 Norby/Rieseby, Tel.: 0152 0170 3086, brodersen@fermate-beratung.de, www.fermate-beratung.de

Akupunktur

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

Aromaberatung/-therapie

Britta Lamp, Raindrop-Massagen, Vorträge über die Wirkung der Öle, Young Living Öle, Young Living ID 12524379, 0157 33990954, elb14611@outlook.de, www.auf-deinem-weg.com

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

Arzt

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

Dr. Dietmar Höhne, Facharzt für Psychosomatik und Psychotherapie, systemische Lösungsarbeit, Familienaufstellungen, Beratung und Therapie, Organisationsaufstellungen, Drögeneck 8, 24955 Harrislee, Telefon 0461 1682010, dietmar.hoehne@gmx.de, www.dietmar-hoehne.de

Autogenes Training

Brigitte Greiff, Diplom-Pädagogin, Praxis für Autogenes Training und Progress. Muskelentspannung n. Jacobson, Impulse-Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Tel. 04351 7674833, brigitte.greiff@web.de, www.yoga-individuell.net

Beratung

Anette Schnoor, Rechtsanwältin und Coach, Aufstellerin und Systemberaterin, Tel. 0176 64287283, www.anette-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 Ahrensböck-Grebenhagen, Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, Tel. 04525 5012500, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

EINFACH BESSER SCHLAFEN, Michaela Jacobs – Schlaftraining, Schlafplatzuntersuchung und Beratung, 04354 2833665, michaelajacobs@versanet.de, www.die-schlafberaterin-sh.de

Britta Lamp, Weiße Zeit-Heilerin, Geomantin, Aurareinigung, Chakrenausgleich/-reinigung/-behandlung, Körperenergiebahnenharmonisierung, als Fernheilung, 0157 33990954, elb14611@outlook.de, www.auf-deinem-weg.com

Ina Brodersen, Bewusstseinsentwicklung und Transformation, Biografieberatung und Karma-coaching, Team- und Organisationsentwicklung, Möhlnbar 15, 24354 Norby/Rieseby, Tel.: 0152 0170 3086, 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 und 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 und Praxis: Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg, Seminare im Medimar, 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, 0431 88784981, info@larissa-apel.de, www.larissa-apel.de

Channeling

Christiane Larissa Apel, Aurameisterin, Bioenergietherapeutin, Elise Mila Trainerin, Einzeltermine, Channelings, Einweihungen, Fernbehandlungen in Altenholz/Kiel, 0431 88784981, info@larissa-apel.de, www.larissa-apel.de

Chi-Kung

Katharina Hirsch, Ausgebildete Lehrerin OCOM (Oregon College of Oriental Medicine), Gruppen- und Einzelsitzungen, Stärkung des Immunsystems, Schmerzlinderung, Stressabbau, balanciert Leben, 0175 2843784, play@khirsch.com, www.khirsch.com

Coaching

Anette Schnoor, Rechtsanwältin und Coach, Aufstellerin und Systemberaterin, Tel. 0176 64282783, www.anette-schnoor.de

Claudia Burmeister, Coaching mit Karten, tiefgehende Beratungsgespräche mit Unterstützung der Lenormand Karten. www.licht-energie.org, lichtenergie.cb@gmail.com, mobil 0160 96035285

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

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, Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, Tel. 04525 5012500, Email: info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

24

Praxis für ganzheitliche Psychotherapie und spirituelle Heilarbeit, Coaching mit Quantenheilung, Uta Koepchen, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Ölbohm 10, 24321 Giekau, 04381 4167159, www.utakoepchen.de

Jürgen Willmann – Räume für Entwicklung und Transformation. Sanfte Wege in die innere Freiheit. Eckernförde, Tel.: 04351 768222, www.juergenwillmann.de

Ina Brodersen, Bewusstseinsentwicklung und Transformation, Biografieberatung und Karma-coaching, Team- und Organisationsentwicklung, Möhlnbar 15, 24354 Norby/Rieseby, Tel.: 0152 0170 3086, brodersen@fermate-beratung.de, www.fermate-beratung.de

Darmgesundheit/-therapie

EM Inntal, Effektive Mikroorganismen der Natur zuliebe, Beratung, Seminare und Shop, Corina Blaase, Riesebyer Str. 2, 24360 Barkelsby, 04351 899191, info@em-inntal.de, www.em-inntal.de

Energiearbeit

Heilraum Kiel, Energetische Heilarbeit, Lebensberatung, Hypnose, Marion Carnehl, Schwefelstr. 9, 24118 Kiel, mobil 0151 10600687, info@heilraum-kiel.de, www.heilraum-kiel.de

ThetaHealing® und 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 und Tier-Mensch-Synergie, Frank Hubert Rahdes, Tel. 0170 4893299, rahdes@web.de, www.geovitale.com

Britta Lamp, Weiße Zeit-Heilerin, 0157 33990954, elb14611@outlook.de, www.auf-deinem-weg.com

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 und Tier-Mensch-Synergie, Frank Hubert Rahdes, Tel. 0170 4893299, rahdes@web.de, www.geovitale.com

Maik Wolfgramm, Maik Wolfgramm, 01522 9847233, maik.wolfgramm@yahoo.de, www.Geomantie-kiel-schleswig-holstein.de

Geomantie Hans Hansen, Orts- und Hausheilungen, geschäftlich und privat: Niebywesterfeld 10, 24395 Nieby, 0170 3875112

Familienaufstellung

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, Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, Tel. 04525 5012500, Email: info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

Dr. Dietmar Höhne, Facharzt für Psychosomatik und Psychotherapie, systemische Lösungsarbeit, Familienaufstellungen, Beratung und Therapie, Organisationsaufstellungen, Drögeneck 8, 24955 Harrislee, Telefon 0461 1682010, dietmar.hoehne@gmx.de, www.dietmar-hoehne.de

Fototherapiepflaster

LiveWave Beratung und Verkauf, **Monika Schwannecke**, Tel. 04324 1221, mobil 0172 4123368, lebgesund@sw-nett.de, www.lifewave.com/lebgesund

Frauenbegleitung

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 Andersson, 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, 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

Britta Lamp, Weiße Zeit-Heilerin, Geomantin, Kartenlegen, Raindropmassage, Smovey-Coach, 0157 33990954, elb14611@outlook.de, www.auf-deinem-weg.com

Claudia Burmeister, Geistige Heilerin für Mensch und Tier, „Geistige Wirbelsäulenaufrichtung“, Kristallheilung, Aura-Chirurgie u. a., mobil 0160 96035285, lichtenergie.cb@gmail.com, www.licht-energie.org

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 Naturheilpraxis für Klassische Homöopathie Ulrich Gappel, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Tel.: 04351 7674832, info@Ulrich-Gappel.de, www.Ulrich-Gappel.de

Heilpraxis Henning Textor, Irisdiagnose, Orgontherapie, Nosondentestung, Orthomolekulartherapie, Chiropraktik, Holm 15, 24340 Eckernförde, Tel. 04351 726766

Naturheilpraxis Balance und Heilpflanzenschule Kräuterwelten Kornelia Duda, Im Wiesengrund 9, 24582 Bordesholm, Tel. 04322 885633, www.heilpraktikerin-duda.de, www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de

Gesine Hansen Schamanin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, Wegbegleitung als Einzelarbeit, Jahresausbildung zur Weg-Geherin, 0160 99174410, info@weg-geherin.de Merkurstr. 97, 24943 Flensburg, www.weg-geherin.de

24 Julia Fischer, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Postadresse und Praxis: Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg, Seminare im Medimaris, Sandwigstr. 1a, 24960 Glücksburg, Tel. 0176 24713155, www.julia-fischer-therapie.de

EvaMaria Siebert, Musikerin, Gesangstherapeutin, BSc Psychologie, Heilpraktikerin für Psychotherapie Pölitzer Weg 49, 23843 Bad Oldesloe, Tel: 04531 895743, kontakt@klangbewegung.org, www.klangbewegung.org

Heilpraxis

24 Praxis für ganzheitliche Psychotherapie und spirituelle Heilarbeit, Uta Koepchen, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Ölböhm 10, 24321 Giekau, 04381 4167159, www.utakoepchen.de

Heilpraxis Henning Textor, Irisdiagnose, Orgontherapie, Nosondentestung, Orthomolekulartherapie, Chiropraktik, Holm 15, 24340 Eckernförde, Tel. 04351 726766

Heilraum Kiel, Marion Carnehl, Schwefelstraße 9, 24118 Kiel, Telefon 04349 9158378, Mobil 0151 10600687, info@heilraum-kiel.de, www.heilraum-kiel.de

Heilpflanzenschule

24 Heilpflanzenschule Alchemilla, Maren Axt, Seminare, Führungen, Knorrück 3, 24376 Hasselberg, 04643 186928, axtmaren@gmail.com, www.heilpflanzenschule-alchemilla.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, Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, Tel. 04525 5012500, Email: info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

24 Institut für Lebensfreude, Benötigen Sie Hilfe? Tel. 0172 4360491, Bianca und Michael Rochelmeyer, Satower Weg 16, 24357 Götheby-Holm, office@institut-lebensfreude.eu, www.institut-lebensfreude.eu

IBMS, jede Krankheit basiert auf Energiemangel, Coaching, Tel. 0172 4360491, Bianca und Michael Rochelmeyer, Satower Weg 16, 24357 Götheby-Holm, info@alles-ist-moeglich.eu, www.alles-ist-moeglich.eu

Kartenlegen

Claudia Burmeister, Coaching mit Karten, tiefgehende Beratungsgespräche mit Unterstützung der Lenormand Karten. www.licht-energie.org / lichtenergie.cb@gmail.com / Mobil 0160 96035285

Britta Lamp, Kartenlegen nach Mme Lenormand und individuell, 0157 33 990 954, elb14611@outlook.de, www.auf-deinem-weg.com

Klangerbeit

10 Klangheilung und SonarYoga, Heiko Streuff, Hübnerstr. 13, 10247 Berlin, Tel.: 0177 7431567, post@streuff.net

23 EvaMaria Siebert, Musikerin, Gesangstherapeutin, BSc Psychologie, Heilpraktikerin für Psychotherapie Pölitzer Weg 49, 23843 Bad Oldesloe, Tel: 04531 895743, kontakt@klangbewegung.org, www.klangbewegung.org

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

Dagmar Längert, Arbeit mit Klangcodes für Mensch, Hund und Pferd, Atlas- und Wirbelsäulenbalancing, Harmonisierung der Psyche, Anregung der Selbstheilung und Zirbeldrüse, 04641 9862191, 0172 9825298, Fahrpraxis, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de

Körperarbeit

24 Kerstin Rogge, Luna Yoga® Lehrerin, ganzheitlich-weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, 24963 Tarp, Eichenkratt 5, Tel.: 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Quantum Bodywork – Sanfte Körperarbeit für Körper und Seele, Ulrich Gappel, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Tel. 04351 5314, info@Ulrich-Gappel.de, www.Ulrich-Gappel.de

Britta Lamp, Smovey-Coach, Raindrop-Massage, 0157 33 990 954, elb14611@outlook.de, www.auf-deinem-weg.com

Lebensberatung/-begleitung

24 Kerstin Rogge, Luna Yoga® Lehrerin, ganzheitlich-weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, 24963 Tarp, Eichenkratt 5, Tel.: 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Kunst

Eike Eschholz, Seelenbilder, Carlshöhe 78, 24340 Eckernförde, 04351 769609, info@eike-eschholz.de, www.eike-eschholz.de

Meditation

Katharina Hirsch, Qi-Gong, Mediation- Konflikt-Auflösung/Schlichtung, BodyTalk Sessions, B.A. in Psychology. Primär Therapy, Radical Honesty, Körper-/Geist-Harmonie durch Kommunikation auf allen Ebenen, Immunsystem stärken, Angstüberwindung, balanciert leben, 0175 2843784, play@khirsch.com. www.khirsch.com

EvaMaria Siebert, BSc Psychologie, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Pölitzer Weg 49, 23843 Bad Oldesloe, Tel.: 04531 895743, kontakt@klangbewegung.org, www.klangbewegung.org

Messen

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 und Heilpflanzenschule Kräuterwelten, Kornelia Duda, Im Wiesengrund 9, 24582 Bordesholm, Tel. 04322 885633, www.heilpraktikerin-duda.de, www.heilpflanzenschule-kraeuterwelten.de

Nahrungsergänzung

EM Inntal, Effektive Mikroorganismen der Natur zuliebe, Beratung, Seminare und Shop, Corina Blaase, Riesebyer Str. 2, 24360 Barkelsby, 04351 899191, info@em-inntal.de, www.em-inntal.de

Pilgern

Jürgen Willmann – geführte Pilgertouren. Pilgerprojekt 2021: singend, tönend und klingend auf dem franz. Jakobsweg. Tel.: 04351 768222, www.juergenwillmann.de

Psychotherapie

EvaMaria Siebert, Musikerin, Gesangstherapeutin, BSc Psychologie, Heilpraktikerin für Psychotherapie Pölitzer Weg 49, 23843 Bad Oldesloe, Tel.: 04531 895743, kontakt@klangbewegung.org, www.klangbewegung.org

Gesine Hansen Schamanin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, Wegbegleitung als Einzelarbeit, 0160 99174410, info@weg-geherin.de Merkurstr. 97, 24943 Flensburg, www.weg-geherin.de

Dr. Dietmar Höhne, Facharzt für Psychosomatik und Psychotherapie, systemische Lösungsarbeit, Familienaufstellungen, Beratung und Therapie, Organisationsaufstellungen, Drögeneck 8, 24955 Harrislee, Telefon 0461 1682010, dietmar.hoehne@gmx.de, www.dietmar-hoehne.de

Julia Fischer, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Postadresse und Praxis: Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg, Seminare im Medimaris, Sandwigstr. 1a, 24960 Glücksburg, Tel 0176 24713155, www.julia-fischer-therapie.de

Qi-Gong

Katharina Hirsch, Ausgebildete Lehrerin OCOM (Oregon College of Oriental Medicine), Gruppen- und Einzelsitzungen, Stärkung des Immunsystems, Schmerzlinderung, Stressabbau, balanciert leben, 0175 2843784, play@khirsch.com, www.khirsch.com

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

Schamanen

Gesine Hansen Schamanin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, Wegbegleitung als Einzelarbeit, Jahresausbildung zur Weg-Geherin, 0160 99174410, info@weg-geherin.de Merkurstr. 97, 24943 Flensburg, 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 – Schlaftraining, Schlafplatzuntersuchung und Beratung, 04354 2833665, michaelajacobs@versanet.de, www.die-schlafberaterin-sh.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 Fahrdorf 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

Seminare/Workshops

SonarYoga und Klangheilung, Heiko Streuff, Hübnerstr. 13, 10247 Berlin, Tel.: 0177 7431567, post@streuff.net

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, Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, Tel. 04525 5012500, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

OM-Stiftung Innere Wissenschaft, OM Foundation Inner Science, Birte Kling, Veranstaltungen, Am Gutspark 1, 23996 Saunstorf, 038424 229890, Telefonzeiten: Di 10–12 Uhr, Fr 10–12 Uhr, Mi 17–19, www.om-science.com

Qi Gong, Stärkung des Immunsystems, innere Ruhe gewinnen Selbsterfahrungsgruppen, Angstüberwindung, balanciert leben, Kommunikationsseminare – wie kann ich ehrlich und effektiv kommunizieren und wahre Intimität erfahren, Katharina Hirsch, 0175 284 3784, play@khirsch.com, www.khirsch.com

Institut für Lebensfreude, Benötigen Sie Hilfe? Tel. 0172 4360491, Bianca und Michael Rochelmeyer, Satower Weg 16, 24357 Götheby-Holm, office@institut-lebensfreude.eu, www.institut-lebensfreude.eu

IBMS, jede Krankheit basiert auf Energiemangel, Coaching, Tel. 0172 4360491, Bianca und Michael Rochelmeyer, Satower Weg 16, 24357 Götheby-Holm, info@alles-ist-moeglich.eu, www.alles-ist-moeglich.eu

Dagmar Längert, Online-Seminare, Arbeit mit Klangcodes, Atlas- und Wirbelsäulenbalancing, Harmonisierung der Psyche, Anregung der Selbstheilung und Zirbeldrüse, Sehkraftverstärkung, 04641 9862191, 0172 9825298, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.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

ThetaHealing® und Tiefenentspannung in Kiel/Kronshagen, Martina Zeller, Ruhbergstraße 9, 24119 Kronshagen, Telefon: 0162 8989750, theta@martina-zeller.de, www.martina-zeller.de

ImPulseSeminare, Geomantie mit Hans Hansen, Ulrich Gappel, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde 04351 7674832, info@ImPulseSeminare.de www.ImPulseSeminare.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

Dr. Dietmar Höhne, Facharzt für Psychosomatik und Psychotherapie, systemische Lösungsarbeit, Familienaufstellungen, Beratung und Therapie, Organisationsaufstellungen, Drögeneck 8, 24955 Harrislee, Telefon 0461 1682010, dietmar.hoehne@gmx.de, www.dietmar-hoehne.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

Kerstin Rogge, Luna® Yoga Lehrerin, Praxis für ganzheitlich-weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, Eichenkratt 5, 24963 Tarp, Tel. 04638 307858, www.kerstinrogge.com

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 und 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

Natürlich Gesund e. V., Joachim Wohlfeil, Hugovon-Zobel-Straße 2, 97232 Giebelstadt, Tel. 09334 2469982, mobil 0163 173 18 23 www.natürlich-gesund.international

Seminarhäuser

Seminarhaus, ImPulseSeminare, Seminarorganisation, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Tel. 04351 7674832, mobil 0178 8236621, info@impulseseminare.de, www.impulseseminare.de

Norby Garden Seminarhaus. Seminare, Workshops, Meine etwas andere Auszeit, Möhlnberg 15, 24354 Norby/Rieseby, Informationen über: brodersen@fermate-beratung.de, www.norby-garden.de, Tel.: 0152 01703086.

HAUSvier Seminarhaus, Auf der Dahne 20, 31848 Bad Münder, 05042 5274270, hausvier@rosenkreuz.de; www.hausvier.de

Singen

EvaMaria Siebert, Musikerin, Gesangstherapeutin, BSc Psychologie, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Pölitzer Weg 49, 23843 Bad Oldesloe, Tel: 04531 895743, kontakt@klangbewegung.org, www.klangbewegung.org

Sabine Bevendoff, Singkreise und -seminare, CDs, Einzelbegleitung, Rituale und Jahreskreisfeste, Dietrich-Bonhoeffer-Str. 33, 24340 Eckernförde, 04351 879756, kontakt@sabinebevendoff.de, www.sabinebevendoff.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, Etzestrasse 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

EvaMaria Siebert, Musikerin, Gesangstherapeutin, BSc Psychologie, Heilpraktikerin für Psychotherapie Pölitzer Weg 49, 23843 Bad Oldesloe, Tel: 04531 895743, kontakt@klangbewegung.org, www.klangbewegung.org

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

ThetaHealing

ThetaHealing® und Tiefenentspannung in Kiel/Kronshagen, Martina Zeller, Ruhbergstraße 9, 24119 Kronshagen, Telefon: 0162 8989750, theta@martina-zeller.de, www.martina-zeller.de

Tierkommunikation

Tierkommunikation, Maïke Wolfgramm, 01522 9847233, maïke.wolfgramm@yahoo.de, www.Ggeomantie-kiel-schleswig-holstein.de

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 und horseWOMan, Sticker- und Postkartenlabel ProvinzProdukt, Holm 45, 24392 Süderbrarup, 04641 9862191, info@laengert-verlag.de, www.laengert-verlag.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

SonarYoga, Heiko Streuff, Hübnerstr. 13, 10247 Berlin, Tel.: 0177 7431567, post@streuff.net

Brigitte Greiff, Diplom-Pädagogin, Yogalehrerin, Hatha Yoga Schule, Impulse-Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Tel. 04351 7674833, brigitte.greiff@web.de, www.yoga-individuell.net

Helga Simon, Yoga-Gruppen, Holm 15, 24340 Eckernförde, Tel. 04351 726766

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



Arbeit mit Klangcodes für Mensch und Tier



**Atlas- und Wirbelsäulenbalancing
Harmonisierung der Psyche**

**Anregung der Selbstheilung und Zirbeldrüse
Sehkraftverstärkung mit Klangcodes – Seminar**

3-teilige Online-Sitzungen

Mo. 14.12.2020 – 1. Atlasbalancing – 20 Uhr

Mo. 21.12.2020 – 2. Wirbelsäulenbalancing – 20 Uhr

Mo. 28.12.2020 – 3. Anregung der Zirbeldrüse – 20 Uhr

Die Sitzungen sind für Menschen, Dauer ca. eine Stunde, max. 5 Teilnehmer,
250,- € pro Teilnehmer. Persönliche Vorgespräche finden einzeln telefonisch statt.

Di. 05.01.2021 – 1. Atlasbalancing – 20 Uhr

Di. 12.01.2021 – 2. Wirbelsäulenbalancing – 20 Uhr

Di. 19.01.2021 – 3. Anregung der Zirbeldrüse – 20 Uhr



7-teiliges Online-Seminar

**Sehkraftverstärkung mit Klangcodes,
Vortrag und Übungen**

04.01. bis 15.02.2021 jeden Montag – 20 Uhr

Dauer ca. eine Stunde, 245,- € pro Teilnehmer.

Haben Sie noch kein Weihnachtsgeschenk?

Gutscheine

gibt's auf

www.klangcode.de

Info und Anmeldung:

Dagmar Längert

Holm 45 | 24392 Süderbrarup

kontakt@klangcode.de

04641 9862191 | 0172 9825298

www.klangcode.de