Nr. 43 November 2019 – Januar 2020

SPIRIT *live*
& Schirner Magazin

Ulrike Annyma Kern
Der Himmel auf Erden

Klaus Berger
Erdverbunden mit Achtsamkeit

Fred Hageneder
Happy Planet
Der Weg zu einem glücklichen Planeten

Reiner Angermeier
Wald-Yoga
Die acht Strahlen der Sonne

SEMINARHIGHLIGHTS

Winter 2019

Träume, Medialität & Spirit Circles
Mikel Lizarralde | Sa-So 16.-24. Nov.

Ausbildung zum Seelenweg-Medium
Tanja Konstantin | Mi-So 20.-24. Nov.

Lichtbotschaften
Pavlina Klemm | Do-So 05.-08. Dez.

Tierkommunikation
Bianca Sommer | Fr-So 24.-26. Jan.

Seelenhören
Jana Haas
Erlebnisabend Fr 08. Nov.

Vom Stress zu Vitalität
Mantak Chia
Workshop Fr-Di 8.-12. Nov.

Wertschätzende Kommunikation
Beate Brüggemeier
Workshop Sa/So 09./10. Nov.
Ausbildung ab Do-So 21.-24. Nov.

Sehen ohne Augen
Evelyn Ohly & Axel Kimmel
Workshop Mi-So 13.-17. Nov.
Workshop Mi-So 26.02.-01.03.

Weltmusik & Kakao-Zeremonie
Kailash Kokopelli
Zeremonie & Konzert So 17. Nov.

Trennung als Chance
Sabrina Fox
Erlebnisabend Fr 29. Nov.
Workshop Sa 30 Nov.

Methoden der Selbsthilfe
Uwe Albrecht
Erlebnisabend Fr 13. Dez.
Workshop Sa/So 14./15. Dez.

Energietor-Öffnung 2020
Chamuel Schauffert
Abendworkshop Fr 10. Jan.
Workshop Sa/So 11./12. Jan.

Jede Seele plant ihren Weg
Robert Schwartz
Erlebnisabend Fr 31. Jan.
Workshop Sa/So 01./02. Feb.

frankfurter ring
Deine Events für Körper, Geist & Seele in Frankfurt

Jetzt buchen: alle Termine unter www.frankfurter-ring.de | ✆ 069 - 51 15 55

Liebe Leserin,
lieber Leser,

Natur-, Umwelt-, Arten- oder Klimaschutz sind Themen, die sich derzeit geradezu aufdrängen. Immer wieder landen Artikel dazu auf meinem Schreibtisch. Auch in diesem Heft sind sie wieder präsent. Das ist gut so. Denn es brennt.

Manchmal stelle ich mir vor, dass die Visionen aus Science-Fiction Romanen Wirklichkeit werden, in denen Menschen in einer künstlichen Welt unter riesigen Glasglocken leben. Jedenfalls die, die es sich leisten können. Die anderen leben in der Wildnis, draußen in verseuchter Luft mit Stürmen und sengender Sonne. Schwarzmalerei? Vielleicht. Es wäre zu wünschen.

Wenn die Menschheit auf einem lebenswerten Planeten überleben will, müssen wir dringend aufwachen. In jeder Hinsicht. Spirituell und praktisch. Wir dürfen nicht darauf warten, dass die anderen anfangen. Jeder muß im Kleinen anfangen, wo immer es möglich ist. Aber es genügt nicht, Plastik zu sparen, Bio zu kaufen und Bewusstseinsarbeit zu machen.

Gemeinsam müssen wir die Politik zwingen, im Großen zu handeln. Von allein passiert da nichts außer klitzekleinen Klimaschutzpaketchen als Geschenk an die Großindustrie. Wir müssen aufwachen, neu denken, neu handeln und neues Bewusstsein entwickeln. Und eine neue globale Weltethik fordern, an die sich Menschen aller Länder gebunden fühlen. Eine Ethik, in der wir alle ein Teil der Erde sind. Nicht mehr und nicht weniger.

Ich wünsche Ihnen
eine besinnliche Winterzeit,
Ihre Christiane Schöniger

www.spiritlive-magazin.de

INHALT

10 Klaus D. Berger
Erdverbunden mit Achtsamkeit

15 Ulrike Annyma Kern
Der Himmel auf Erden

19 Reiner Angermeier
Wald-Yoga

22 Fred Hageneder
Der Weg zu einem glücklichen Planeten

29 Cindy Lora-Renard
Das Wunder der Vergebung

32 Bohdan Shved und Dr. Sonja Stanger
Musik verbindet

35 Susanne Steidl und Susanne Schreiter
Intuition als Wegweiser

39 Victor Rollhausen
Erwachendes Bewusstsein

50 Barbara Simonsohn
Die Karde

41 Erlesenes

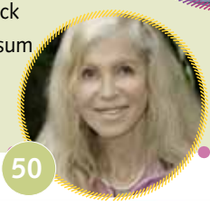
43 Kalender

44 Portraits

53 Lesetipps

56 WeitBlick

58 Impressum



Du wirst morgen sein, was Du heute denkst.
Buddha

Jain 108
IN MÜNCHEN

DER GENIALE GEIST UND DIE MATHEMATIK DER SEELE Seminarreihe zur Bewusstseinsentwicklung

FR **15.11.** DER FIBONACCI CODE –
Die göttlichen Proportionen und die lebendige Mathematik der Natur

SA **16.11.** VEDISCHE MATHEMATIK
Schlaues Kopf- und Schnellrechnen

SO **17.11.** DIE KUNST DER ZAHLEN –
Die Übersetzung von Zahlen in heilige Symbole und Kunst

Geboren in Australien als Sohn libanesisch-phönizischer Eltern, begab sich Jain sehr früh auf die Reise der Mathe-Magie. Mathematik der Seele ... Sternensprache ... das sind die Begriffe, mit denen er seine Liebe und Leidenschaft für die Symbolik, Kraft und Magie der Zahlen ausdrückt. Sie offenbaren uns die göttliche Ordnung und können als Orientierung dienen, diese in allen Dingen zu erkennen und uns nach ihr auszurichten für ein harmonisches, bewusstes Sein.
Jain108 ist ein mathematischer Futurist. In mehr als 30 Jahren Forschung und Arbeit auf den Gebieten der heiligen Geometrie und der vedischen Mathematik unterrichtete er weltweit (u.a. in der Kathedrale von Chartres). Erlebe ihn in dieser spannenden Seminarreihe mit vielen AHA-Erlebnissen.

Gründe, weshalb es sich lohnt, mit Jain zu lernen:

Verbessere dein Gedächtnis – Verbinde rechte und linke Gehirnhälfte – Verstehe die universale Sprache der Zahlen, Formen und der Mustererkennung – Mach das Unsichtbare sichtbar – Erkenne die lebendige Mathematik der Natur ...

GALSAN TSCHINAG
IN MÜNCHEN

21./23. – 24.11. 2019 Vortrag /Wochenend-Seminar

HEILKUNST – schamanisch, spirituell, universell
für Therapeuten, Heiler und interessierte Laien

Der Schamane, Weise, Schriftsteller und Stammesfürst der Tuva aus dem Hochaltai im Westen der Mongolei ist seit vielen Jahrzenten eine Brücke zwischen Ost und West. Er berührt mit kraftvollen Worten, massiert Seelenpunkte und bringt den inneren Fluss zum Fließen, damit Heilung geschehen kann.

ONITANI 30.11.2019, WORKSHOP:
ERWECKE DEINEN SEELENGESANG

Healing Music: Dieser Workshop ist eine Reise in dein Innerstes. Trete stimmlich mit deiner Seele in Verbindung und entdecke deinen Seelenplan und die Tiefe deines Potenzials. **München:** 30.11.2019, 19:30
Konzert: DIE REISE ZU DIR – Erlebe die einzigartige Kraft der Seelenmusik

Wales hat einen neuen Ministerposten
Erste Ministerin für zukünftige Generationen

Sophie Howe ist als zur ertsen Future Generations Commissioner in Wales ernannt worden. Kurz gesagt, hat sie die Aufgabe, die Welt von Morgen zu einem besseren Ort zu machen. Wales ist damit derzeit das einzige Land der Welt, das dieses Ministerium geschaffen hat, nachdem die Walisische Versammlung 2015 den „Well-being of Future Generations Act" verabschiedet hat.

Die Ministerin überprüft alle Entscheidungen von Regierungsgremien bis hin zu Krankenversicherungen darauf hin, welche Auswirkung diese Entscheidungen in sozialer, kultureller, ökologischer und ökonomischer Hinsicht auf nachfolgende Generationen hat.

Der Future Generations Act hat die Aufmerksamkeit auch anderer Länder erregt wie Die Niederlande, Finnland und Südkorea.

„Langsam dämmert die Erkenntnis, dass unsere Lebensweise nicht länger funktioniert – sie zerstört den Planeten und die Menschen." Howe sagt: „Ich denke, es ist wahrscheinlich einer der coolsten Jobs der Welt, als Hüterin der Interessen zukünftiger Generationen Man darf gespannt sein, ob sich das auch in anderen Ländern durchsetzt. Nötig wäre es.

https://futuregenerations.wales

Wußten Sie schon…?
Das geht uns alle an!

Auch in Deutschland werden jährlich mehr als zwei Milliarden Tüten verbraucht. Im Musterland der Mülltrennung und Recycling werden nach Angaben des Plastikatlas 2019 nicht einmal 16 Prozent des Kunststoffmülls recycelt.

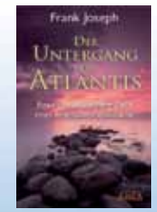
In den vergangenen 25 Jahren hat sich der jährliche Verpackungsmüll aus Plastik mit 37 kg pro Kopf verdoppelt, schreibt die Deutsche Umwelthilfe auf ihrer Website. Außerdem produziert kein anderes europäisches Land so viel Verpackungsmüll wie Deutschland – das zeigte eine Studie des Umweltbundesamtes.

Mehr als 10 Millionnen Tonnen Abfall gelangen jedes Jahr in die Meere, dreiviertel davon ist Plastik. Auf diesen traurigen Rekord können wir Menschen wahrlich nicht stolz sein.

Der Schutz der Meere und Erde fängt zu Hause an, jeder kann ein kleines bißchen dazu beitragen, dass unser kostbarer Planet wieder lebenswert wird und bleibt.

www.nabu.de
www.umweltbundesamt.de

AMRA
www.AmraVerlag.de



Das große Standardwerk zum Thema Atlantis – mit Vorwort von Zecharia Sitchin!

Heilung von Atlantis und Lemurien – mit Vorwort von Pavlina Klemm!

Übungen von Cindy Lora Renard – mit Vorwort von Gary R. Renard!

spirituell inspirierend wegweisend

Heilmusik von Reimann mit Booklet von Jeanne Ruland.

Heilmusik von ONITANI mit Booklet von Pavlina Klemm.

Kunden-Hotline: +49 (0) 61 81 – 18 93 92
Service: Info@AmraVerlag.de
In Deutschland ab 18 € portofrei!

24 Tage Reise im Kleinbus von Auckland bis Christchurch
Ausflüge zu beeindruckenden Vulkanen und Gletschern
Wanderungen im üppigen Regenwald und an goldenen Stränden
Kreischende Vögel, neugierige Keas und beeindruckende Pottwale
Maori Tradition erleben und ein Greenstone-Amulett selbst machen
Das entspannte Leben im Land der Kiwis genießen
Übernachtung in urigen Lodges, privaten B&B und auf einer Farm

www.christiane-schoeniger.de

Lassen Sie sich verzaubern von einem Land,
das mich immer wieder aufs Neue begeistert!

BE UNIQUE – Sei einzigartig!

Großes Silvester Event – 31.12.19 - 3.1.2020

Wie oft starten wir ins neue Jahr mit guten Vorsätzen: Mehr Sport, gesünder essen, mehr Zeit für uns, für Freunde und Familie usw. Hast du dich auch schon dabei ertappt, dass es immer wieder die gleichen Ziele sind und dass die guten Vorsätze nicht halten? …

Stell dir vor, du beginnst dein neues Jahr zusammen mit zwei der weltbesten Coaches. In einer exquisiten Umgebung und in einer überschaubaren Gruppe von Menschen. Du lässt die Vergangenheit los und erlaubst dir einen wirklichen Neuanfang.

Dem Musiker Reinhard Flatischler ist es gelungen, seinen berühmten Mentor Mark Divine erstmals nach Deutschland zu holen. Bei unserem Silvester Event Unique werden beide gemeinsam, unterstützt von drei weiteren Top-Coaches, eine bisher noch nie dagewesene Kombination von unterschiedlichen Erlebnisräumen schaffen. Du bist eingeladen, in kürzester Zeit die Verbindung von Getragen-Sein und Heraus-Forderung, kraftvollem Handeln und innerer Ruhe zu spüren.

Der geniale Rhythmus-Meister Reinhard Flatischler entführt dich in die magische Welt des TaKeTiNa®, um limitierende Glaubenssätze loszulassen. Der leidenschaftliche Yogi und Unternehmer Mark Divine leitet dich an, gezielt Ängste in Mut zu transformieren. Als Ex-Navy SEAL-Commander weiß er genau, was du brauchst, um über vermeintlichen Grenzen hinauszuwachsen…

Du wirst deine innere Leidenschaft entdecken und damit deine einzigartige Persönlichkeit entfalten.

UNIQUE, das ist die Vereinigung von Stärke und Liebe zu einem unbezwingbaren Geist. Starte mit uns gemeinsam ins neue Jahr!

Mehr dazu lesen: www.frankfurter-ring.de

Wer noch nie einen Fehler gemacht hat, hat noch nie etwas Neues probiert.
Albert Einstein

frankfurter ring
Events für Körper, Geist & Seele

UNIQUE

Starte voller Power & Achtsamkeit ins neue Jahr!

SILVESTER-EVENT

31.12.2019 - 03.01.2020

TaKeTiNa® – Unbeatable Mind – R.I.T.M.O. – Kokoro Yoga – Klangmeditation

Erlebe in einer außergewöhnlichen Atmosphäre die einzigartige Verbindung von Getragensein & Herausforderung, innerer Ruhe & kraftvollem Handeln.
Be UNIQUE – sei einzigartig!

Dorint Hotel Frankfurt/Oberursel / Veranstalter: Frankfurter Ring e.V. / Tel: 069 - 51 15 55 / www.frankfurter-ring.de

Wir machen die Welt freundlicher

Auch mit kleinen Taten kann man viel bewirken

Es sind die kleinen Dinge, die Schritt für Schritt das Leben verändern können. Wenn man etwas Gutes tut, jemandem hilft oder etwas für die Gemeinschaft macht, ist es nicht nur für den anderen gut, auch man selbst fühlt sich besser. Gutes tun macht glücklich.
Hier ein paar Anregungen, mit denen man in seinem Umfeld etwas bewirken kann. Vielleicht sind sie ja ansteckend.

1. Kaufe in unabhängigen Geschäften. Gib den großen Ketten und Internetriesen einen Korb.
2. Beteilige dich an gemeinschaftlichen Müllsammelaktionen in der Natur. Rufe selber eine ins Leben. Hänge Plakate auf, bring Kaffee und Kuchen mit, habt Spaß zusammen und tut Gutes dabei.
3. Spende abgelegte Spielsachen für bedürftige Menschen, das können arme Familien sein oder Flüchtlinge.
4. Biete Mitfahrgelegenheiten an. Du kannst zum Beispiel einen Aushang in deiner Firma machen und so jemanden finden, der den gleichen Weg hat. Das spart CO2 und viel Geld.
5. Schenke jemandem Blumen, deiner Nachbarin oder den Frauen im Frauenhaus. Oder deinen Eltern.
6. Wenn du kein Vegetarier bist, fang mit einem fleischlosen Tag in der Woche an. Später kannst du zwei daraus machen oder sogar drei. Das ist gesund, spart CO2 und jede Menge Tierleid.
7. Gib gelesene Bücher weiter. Zum Beispiel in eine öffentliche Bücherbox, die es in vielen Städten gibt. Oder lass ein Buch auf der Parkbank oder in der U-Bahn liegen mit einem Zettel dran: zu verschenken.
8. Hast du alte oder bedürftige Nachbarn? Koche etwas mehr und schenke ihnen eine warme Mahlzeit.
9. Schenke einer Freundin einen wiederverwendbaren Kaffeebecher, damit sie nie wieder diese Plastikdinger benutzen muß.
10. Verschönere die öffentlichen Räume an deinem Arbeitsplatz. Stelle Blumen in den Pausenraum oder pflanze Blumen vor der Tür.

100 weitere Ideen findest du hier auf der englischen Plattform : https://www.goodandkind.org/acts/

Bäume sind Gedichte, die die Erde in den Himmel schreibt. Wir fällen sie und verwandeln sie in Papier, um unsere Leere darauf auszudrücken.

Khalil Gibran

DAMIEN WYNNE
Pionier und Lehrer

Energie- & Bewusstseinsarbeit

Wien
7. - 10. November
Do, 7.11. 19.30 Uhr
Offener Abend, 33 €
Shambala, 1080 Wien
Josefstädterstr. 5/7

München
13. - 17. November
Mi, 13.11. 19.30 Uhr
Offener Abend, 33 €
Haus International, Elisabeth-str. 87, 80797 München

Do 14.11. 19.30 Uhr
Offener Abend, 33 €
Klangheilzentrum, Oetztaler Str. 1B, 81373 München

Damiens Gruppen sind stets hochaktuell, und gleichzeitig individuell und herzverbunden.

Mit seiner einzigartigen hellsichtigen Arbeit bietet Damien profunde Unterstützung bei der Tiefenklärung emotionaler Verletzungen und geistiger Blockaden, so dass wir wieder ganz in uns zu Hause ankommen können, in unserem inneren Frieden.

interessante Videos &
WEBINARE
www.Sofengo.de

www.damien-wynne.de
esther@damien-wynne.de
0177-502 7 503

Erdverbunden mit Achtsamkeit

von Klaus Berger

Während dieser Artikel vor meinem inneren Auge Gestalt annimmt, wüten in vielen Wäldern noch immer die Feuer, brennt die „grüne Lunge“ der Erde, der Amazonasregenwald, in weiten Teilen. Aber auch in anderen Teilen der Erde brennt der Wald, etwa in der Taiga in Russland oder Kanada und auch weite Flächen in Afrika stehen, von der Weltöffentlichkeit kaum zur Kenntnis genommen, in Flammen.

Der Wald gilt vielen Naturvölkern als heilig, als die „Mutter allen Lebens“, dennoch führen wir Menschen tagtäglich einen Krieg, der die Wälder in weiten Gebieten der Erde immer kleiner werden und schließlich verschwinden lässt. Oder wir schauen einfach tatenlos zu! Denn die Wenigsten von uns sind ja aktiv an der Zerstörung beteiligt. Und dennoch haben wir, durch unseren Lebensstil, fast alle damit zu tun. Buddha spricht von den drei Geistesgiften Gier, Hass und Ignoranz, die die Welt und besonders uns Menschen umtreiben. Wir wollen immer noch mehr, obwohl wir bereits so viel haben! Wir wenden uns gegen die, die unsere Gier in Frage stellen! Wir schauen weg und wollen nicht wahrhaben, was doch so offensichtlich passiert!

Viele von uns entdecken den Wald gerade wieder neu für sich! Waldbaden, das geheime Leben der Bäume, die Heilkraft des Waldes, Regale voller Waldbücher kommen gerade auf den Markt. Wir leben ja in einem waldreichen Land, und der erlebt gerade jetzt eine Renaissance. Was liegt also näher, als dem Wald nicht nur unser neu erwachtes Interesse, sondern auch unser Mitgefühl zu widmen.
Der Dichter und Zen Meister Thích Nhat Hanh sagte einmal in etwa folgendes:
„Was unsere Zeit am Dringendsten braucht, ist dass wir Menschen in uns hinein lauschen und dort die Erde weinen hören“.

Aber, seien wir doch ehrlich zu uns selbst, wer will das denn nun schon wirklich? Sich aktiv und freiwillig in einen Bewusstseinszustand begeben, der uns öffnet und empfänglich macht für den ganzen Schlamassel, der da

um uns herum jeden Tag stattfindet? Viele von uns westlichen Menschen gehen einen buddhistischen Weg. Im tibetischen Buddhismus gibt es die Übung des Tonglen, eine Meditation zur Vertiefung von Mitgefühl und Empathie. DAs bedeutet, die Leiden der Anderen, ja der ganzen Welt, aufnehmen, um sie in Heilsames umzuwandeln. Anderen Glück schenken. Und dabei selbst Glück erfahren.

Niemals zuvor war dies für unser aller Überleben so wichtig wie zu unserer Zeit. Niemals zuvor gab es so viele Menschen auf der Erde, niemals zuvor wurden so viele Arten ausgelöscht und Lebensräume zerstört, niemals zuvor gab es so viele Flüchtlinge, Vertriebene, Hungernde, Verhungernde, niemals zuvor wurden unzählige Tiere unter unwürdigen Bedingungen gehalten und gequält. Niemals zuvor wurde so viel Wald vernichtet!

Aber wie sollen wir etwas verändern, wenn wir es zwar wissen, es uns aber emotional gar nicht wirklich erreicht, weil es einfach viel zu viel ist, und wir dicht machen? Wie sollen wir uns dafür öffnen, wenn wir ahnen, es würde uns überwältigen, einfach wegspülen, zusammenbrechen lassen?

Krieger und Kriegerinnen sind gefragt!

„Die Geliebte des Kriegers ist die Erde. Für ihn kann es keine größere Liebe geben", sagte Don Juan einst zu seinem Schüler Carlos Castaneda. Es sei dahingestellt, ob Don Juan nun eine authentische Gestalt oder Erfindung Castanedas ist, die Liebe zur Erde aber ist Teil des Glaubenssystems nahezu aller Naturvölker. Liebe findet im Herzen statt und kann nicht intellektuell erdacht werden, sondern wächst im Inneren aus authentischem Erleben. Würden genügend von uns die Erde wirklich lieben, hätten wir all die Probleme nicht, die wir heute haben.

Die Liebe zur Erde (wieder)finden?

Liebe entsteht über die bewusste Wahrnehmung eines Gegenübers. Aussehen, Körpersprache, Geruch, Ideale – immer verlieben uns in einen anderen Menschen, weil wir ihn schön und attraktiv finden oder zumindest bestimmte Eigenschaften an ihm sehr mögen und schätzen. Wie aber sich in die Erde verlieben, wenn wir zwischen grauem Beton, in Häuserschluchten oder langweiligen Vorstädten, in Lärm, Hektik oder Stau unseren Alltag verbringen? Naturvölker hatten es da einfacher, denn sie lebten meist in der unberührten Schönheit der Wildnis. Wie ungleich schwerer ist es da für uns? Und dennoch ist die Erde immer da, ist ihre Kraft allgegenwärtig, wenn wir nur wissen, wie wir uns dafür öffnen können. Denn die Erde ist ein lebendiges Wesen, welches sich und uns immer aufs Neue zu heilen versucht.

Zerstören wir ein Ökosystem und verletzen die Erde an einer Stelle, tragen etwa die Vegetation ab, setzt der unmittelbare Prozess der Wundheilung auch schon ein und die Erde bemüht sich, den natürlichen Zustand wieder herzustellen, ganz wie das auch unser Körper bei einer Verletzung tut. Erste Pionierpflanzen, etwa Brennnesseln, Brombeeren und schon bald erste Bäume wie Weiden oder Birken stellen sich ein und schließen die Wunde in der Landschaft.

Die Kraft der Erde ist immer da, auch wenn wir dies, vor allem wenn wir in der Stadt leben, oft nur noch in kleinen Details erfahren. Eine kleine Pflanze, die zwischen Pflastersteinen wächst, der Gesang der Vögel am frühen Morgen, die verfärbenden Bäume im herbstlichen Stadtpark, ein Regenbogen vielleicht. Diese Dinge bemerken wir oft nur – wenn wir achtsam sind.

Wo diese lebendige Kraft jedoch am deutlichsten zu spüren ist, ist im Wald, unserem naturnahesten Ökosystem (denn auch unsere Wälder sind keine ursprünglichen Wälder mehr, sondern menschengemachte Landschaften, die dem Ursprünglichen aber oft noch recht nahe kommen können). Was also liegt näher, als Achtsamkeit im Wald zu üben!

Buddha erlangte seine Erleuchtung im Wald und verbrachte auch danach die meiste Zeit seines weiteren Lebens dort. Ein zentraler Aspekt seiner Lehre handelt von Achtsamkeit. Und auch heute noch verbringen zahlreiche buddhistische Mönche in Südostasien und Japan Jahre ihrer Ausbildung im Wald, um dort Achtsamkeit zu üben. Achtsamkeit ist der Schlüssel, um mit der Erde und der uns umgebenden Natur wieder in Kontakt zu treten und zurück zu finden in die Gemeinschaft des Lebens.

Der bekannte amerikanische Naturlehrer Joseph Cornell machte einmal bei einem seiner Seminare einen Test. Zusammen mit einer Gruppe von Teilnehmern stand er am Rande des Grand Canyons, einer nun wirklich spektakulären Landschaft. Er bat seine Teilnehmer, sich ganz auf die Schönheit des Ausblicks einzulassen – und wenn sie merkten, dass sie sich, statt zu schauen und zu staunen, schon wieder in ihrem Denken verloren hätten, die Hand zu heben. Schon nach ein paar Sekunden war die Hand eines jeden Teilnehmers in der Luft!

Wollen wir Achtsamkeit erlernen, so gilt es, Wege zu finden, mit unserem immer präsenten Denken neu umzugehen. Dabei ist Denken keineswegs grundsätzlich falsch oder gar eine Fehlevolution. Es ist ein wunderbares Werkzeug, um verschiedene Aufgaben zu lösen, kreativ zu sein, komplizierte Werke zu erschaffen. Aber es ist auch wie ein Radio, bei dem der Ausschaltknopf fehlt!

Die Natur als Achtsamkeitslehrer

Achtsamkeitsschulung lehrt uns, unser Denken zunächst zu beobachten. Gedanken tauchen auf, entwickeln sich weiter, nehmen neue Richtungen an, verschwinden wieder – neue Gedanken tauchen auf. Wie Treibholz auf einem dahinfließenden Fluss können wir unseren Gedanken und auch den damit verbundenen Emotionen dabei zuschauen, wie sie auftauchen, vorbeiziehen, wieder verschwinden. Wenn wir dies eine Weile machen, können wir feststellen, dass es da noch etwas anderes in uns gibt. Den Beobachter! Die Instanz in uns, die dem Treiben der Gedanken und Emotionen zuschauen kann. Den, der nicht beobachtet werden kann, weil er eben der ist, der alles beobachtet, wahrnimmt, und dabei in der Stille dahinter ruht.

Sylvia Harke

Gelassen leben mit Hochsensibilität

Selbstbewusst abgrenzen im Alltag, Zeit für mehr innere Ruhe

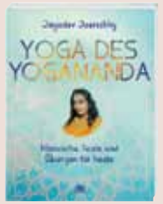
Klappenbroschur, 144 Seiten,
ISBN 978-3-86616-468-0, € 18,00

Susanne & Manfred Gass

Das SUMA®-Prinzip

40 Ess-Muster-Typ-Karten

Kartendeck mit Begleitheft,
40 Karten, Begleitheft 56 Seiten,
ISBN 978-3-86616-470-3, € 20,00



Jayadev Jaerschky

Yoga des Yogananda

Klassische Texte und Übungen für heute

Broschur, 352 Seiten,
93 farbige Fotos,
ISBN 978-3-86616-442-0, € 24,95

Verlag VIA NOVA
Alte Landstr. 12, D-36100 Petersberg
Tel. (0661) 62973, Fax 967 95 60
E-Mail: info@verlag-vianova.de
Internet: www.verlag-vianova.de

Es gibt noch einen anderen Weg, Achtsamkeit zu üben, und der lässt sich besonders gut draußen in der Natur erlernen. Wie schon der kleine Test von Joseph Cornell gezeigt hat, setzt das Denken dann sehr schnell wieder ein, wenn unsere Aufmerksamkeit auf eine Sache, etwa unsere Wahrnehmung, nachlässt. Lernen wir nun, unsere Wahrnehmung schweifen zu lassen, also fortwährend unsere Aufmerksamkeit einem neuen Objekt zuzuwenden, können wir den Prozess der inneren Stille und der damit verbundenen Achtsamkeit immer mehr in die Länge dehnen.

Wo aber können wir dies besser üben als im Wald? Die Eindrücke hier sind endlos, die Möglichkeiten, unsere aufmerksame Wahrnehmung immer wieder auf etwas Neues zu richten, ebenso. Da gibt es verschiedene Bäume, Rinden, das Spiel des Lichtes, Ameisen am Boden, Vogelgesang, das Rauschen des Windes. Und plötzlich merken wir, dass wir für eine recht lange Zeit einfach nur hier waren – im JETZT! Natürlich setzt das Denken wieder ein, aber wir können die Übung ja beliebig fortsetzen.

Achtsamkeitsschulung im Wald

Im Darmstädter Wald gibt es einen Ort, der sich neben anderen Themen der Achtsamkeitsschulung verschrieben hat: das Zentrum für Globale Nachhaltigkeit Darmstadt. Hier üben wir Achtsamkeit bei stillen Waldspaziergängen, aber auch beim Erlernen komplexer Bewegungsabläufe, etwa beim Bogenschießen. Und natürlich auch bei der Sitzmeditation. Es geht hier aber nicht darum, Achtsamkeit ausschließlich zur Steigerung des eigenen Wohlbefindens und für die eigene persönliche Entwicklung zu erlernen, auch wenn sich dieser Effekt unweigerlich einstellt. Vielmehr üben wir Achtsamkeit, um uns für die Natur, die Erde und alles Leben zu öffnen, um uns zu erden und wieder einzugliedern in das kosmische Netz des wechselseitig verbundenen Lebens. Und auch das wird passieren, wenn wir für eine Weile draußen in der Natur üben.

Wer will, kann dann weitergehen, denn die Erde braucht unsere Hilfe! Im Zentrum gibt es hierzu verschiedene Angebote. Der weltweite Schutz der Wälder ist ein zentrales Thema.

Über eine mit dem Zentrum verbundene Stiftung werden Projekte für Menschen, Wälder und Wildtiere in Afrika umgesetzt. Eine Unterstützergruppe für indigene Völker, die Hüter der Erde, ist im Aufbau.

Klaus D. Berger, Natur- und Achtsamkeitstherapeut und Naturpädagoge. Leiter des Zentrum für Globale Nachhaltigkeit Darmstadt und der Schule Wildnisweisheit. Seit mehr als 40 Jahren Erfahrung und Praxis in Buddhismus. Hat viele Jahre in Wildnis-Regionen Europas, Nordamerikas, Asiens, Neuseelands und Afrikas verbracht. Seit vielen Jahrzehnten engagiert im Waldschutz und für indigene Völker. Lebt und arbeitet Teile des Jahres in Kenia zu Koexistenz von Menschen und Wildtieren.

www.zentrum-globale-nachhaltigkeit.de
www.wildnisweisheit.de

Der Himmel auf Erden

von Ulrike Annyma Kern

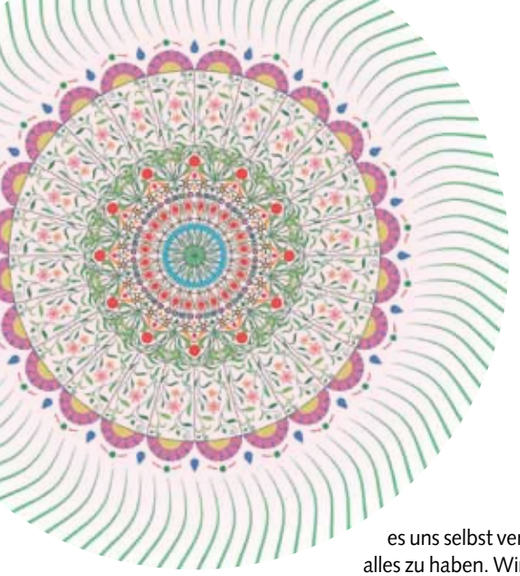
Jeder Mensch sehnt sich nach einem glücklichen, erfüllten Leben. Wir wünschen uns die wahre Liebe, Erfolg zu haben, Fülle zu empfangen und unsere Seelenaufgabe zu verwirklichen.

In unserer Kindheit lebten wir in einem natürlichen Selbstverständnis des Glücks, jeder Moment war kostbar, erfüllend, abenteuerlich, lebendig und ein Ausdruck der göttlichen Glückseligkeit. Unsere Kinderseelen brauchten nicht viel, um glücklich zu sein! Im selbstvergessenen Spielen waren wir verbunden mit Himmel und Erde. Ein bunter Schmetterling oder ein hübscher Stein konnten uns glücklich machen! Wenn ich zurückdenke an das kleine Mädchen, das ich einmal war, erinnere ich mich an das Gefühl unbestimmten Glücks, von dem ich erfüllt war, und dass ich alles um mich herum mit den Augen der Liebe betrachtet habe! Eingebettet in die Unschuld meiner göttlichen Seele, war ich mir ganz sicher, dass das Allerbeste im Leben für mich bestimmt ist! Kinder sind oft ohne besonderen Grund glücklich, auf natürliche Weise unbeschwert und zufrieden.

Durch die kleinen und großen Katastrophen in unserem Leben fühlen wir uns bestraft, von der Einheit getrennt und vertrauen nicht mehr auf das Wohlwollen des Himmels und das goldene Leben, das für uns bestimmt ist. Wir hören auf, an Wunder, an die wahre Liebe und an uns selbst zu glauben und benutzen die Macht unseres Geistes, unsere unwahren Glaubenssätze zu manifestieren. Weil wir daran glauben, dass wir es verdient haben, unglücklich und Opfer zu sein, entfernen wir uns immer weiter vom Paradies unserer Kindheit und verlieren die Gabe, glückselig zu sein!

Schöpfer der eigenen Wirklichkeit

Durch die Einweihungen, Erkenntnisse und Begegnungen mit Menschen auf meinem spirituellen Weg, den ich seit mehr als 30 Jahren gehe, bin ich zu der tiefen Erkenntnis gekommen, dass wir



Wir haben die Gabe, Schöpfer unserer Wirklichkeit zu sein

Das göttliche Licht Unserer Seele verbindet Himmel und Erde

es uns selbst versagen, alles zu haben. Wir erlauben uns nicht, unsere wahre Größe zu verwirklichen! Aber warum boykottieren wir uns eigentlich selbst und erlauben es uns nicht, alles zu haben, wenn wir die Schöpfer unserer Wirklichkeit sind!?

Ich habe herausgefunden, dass wir glauben, durch unsere Opfergeschichten, jemanden den wir sehr lieben, Eltern, Geschwister oder andere Familienangehörige, retten zu können. Wir fürchten uns davor, mit unserem Licht zu strahlen, weil wir dadurch jemandem etwas wegnehmen könnten. Es ist uns nicht bewusst, dass unsere negative Selbstsicht und die Schuld, die wir für andere tragen, uns nicht erlauben, mit unserem Licht zu strahlen und die Geschenke des Lebens zu empfangen.

Paradoxerweise nutzen wir die Macht unseres Geistes, um die leidvollen Themen in unserem Leben zu erschaffen, anstatt die Welt mit unserem Licht zu erleuchten und das Allerbeste zu haben, was das Leben für uns bereithält!

Der Himmel hält alles bereit

Engel und Meister sind Boten der allmächtigen, göttlichen Liebe, die uns erschaffen hat und die uns mit allem segnen möchte, was uns erfüllt und glücklich macht. Ihre Existenz und ihr liebevolles Wirken sind der Beweis dafür, dass die allmächtige, göttliche Liebe es gut mit uns meint, das durfte ich immer wieder auf wundervolle Weise erfahren! Vielen Menschen bin ich als Engelbotschafterin und, unter dem Namen Ulrike Hinrichs, als Autorin und Künstlerin von Engelkarten und Büchern bekannt. Obwohl ich meine Erkenntnisse und die himmlischen Wahrheiten in meinen Seminaren, Ausbildungen und Kartendecks mit anderen Menschen geteilt habe, stellte ich immer wieder fest, dass es meinen Seminarteilnehmern trotz ihrer Ausrichtung auf höhere Wirklichkeiten und den segnenden Energien, die sie empfangen durften, nicht gelang, ihre Ermächtigung anzunehmen. Sie konnten das glückliche Leben nicht verwirklichen, das sie sich wünschten. Ich habe oft selbst die Erfahrung gemacht, dass der Himmel alles für mich bereit hielt, ich es aber nicht empfangen konnte!

Den Glauben meiner Kindheit, dass wir vollkommen geliebt werden und dass das Allerbeste für uns bestimmt ist, habe ich nie aufgegeben und musste mir doch eingestehen, dass mein Leben nicht so vollkommen war, wie es hätte sein sollen.

Universelle Heilprinzipien

In mir erwachte der Wunsch, einen Weg aus diesem Dilemma zu finden und die himmlischen Wahrheiten auf verständliche Weise zu erklären und in die Welt zu bringen. Ich begann meine Erkenntnisse in Form der universellen Heilprinzipien aufzuschreiben und die 40 Bilder der „Heilerkarten“ zu malen. Die universellen Heilprinzipien sind an keine spirituelle Lehre, Religion oder an irgendein Dogma gebunden. Die göttliche Einheit verbindet alle Erscheinungsformen des göttlichen Seins, egal ob es Engel, Meister, Christus, Buddha oder eine hinduistische Gottheit ist, die die göttliche Vollkommenheit offenbart! Das liebe ich an den universellen Heilprinzipien, dass jede Seele und jedes Wesen einbezogen wird und in die Einheit zurückgeführt wird! In dem dreijährigen Entstehungsprozess der Bilder bin ich durch alle Lebensthemen, die sie berühren, hindurchgegangen, habe mit der Unterstützung von Engeln und Meistern die Wahrheit gefunden und bin den universellen Lösungsweg gegangen.

Der Himmel hat nichts vergessen und so wurde jedes einzelne Heilprinzip geboren, bis sich ein vollkommenes Heilsystem manifestiert hatte! Es ist ein gutes Gefühl, die „Heilerkarten“ und das Buch „Die Universellen Heilprinzipien“ in meinen Händen zu halten und zu wissen, dass es dadurch jedem Menschen möglich ist, sich für einen besseren Weg und ein glückliches Leben zu entscheiden! Die Rückverbindung zu unserem unschuldigen, göttlichen Sein gelingt durch die Bereitschaft, uns zu verändern und dem Ruf der Liebe zu folgen!

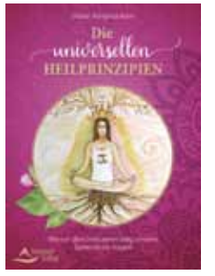
Wir müssen uns nur erinnern!

Wir haben die Gabe, Schöpfer unserer Wirklichkeit zu sein, nicht verloren. Wenn wir uns daran erinnern, wer wir wahrhaft sind, stehen uns unsere Seelengaben und unser göttliches Potenzial wieder zur Verfügung! Das Licht, das wir durch unser Sein und durch unsere Seelengaben auf die Erde bringen, verbindet Himmel und Erde und macht diese Welt zu einem besseren Ort, den Himmel auf Erden für alle Wesen!

Wir tragen das Allerbeste, was der Himmel zu geben hat, das Licht unserer göttlichen Seele, in uns! Wir sind das Allerbeste, womit der Himmel die Erde segnet!

Wenn wir unser Licht erkennen, uns wertschätzen und das Allerbeste, was wir zu geben haben, in die Welt bringen, werden wir auch das Allerbeste empfangen!

Ulrike Annyma Kern ist Künstlerin, Autorin, Lebensberaterin und gibt ihr Wissen in Seminaren und Ausbildungen zu verschiedenen spirituellen Heilweisen weiter.
www.dein-seelenlicht.com



Lesetipp:
Ulrike Annyma Kern
Die universellen Heilprinzipien
248 Seiten, 22,95 Euro
Schirner Verlag

Ulrike Annyma Kern
Heilerkarten
40 Karten mit Begleitbuch,
19,95 Euro
Schirner Verlag

ACHANTA

ANNEMARIE HERZOG

Kaum ist der Advent mit dem 24. Dezember, dem Heiligabend, zu Ende, beginnt am 25. Dezember, am Christtag, wie wir in Österreich diesen ersten Weihnachtsfeiertag nennen, die Zeit der Raunächte.

Raunachtprodukte der ACHANTA RÄUCHERMANUFAKTUR

① **Raunacht Kalender** (ISBN978-3-200-05717-3)
Bestehend aus einem Kalender gefüllt mit 12 Räuchermischungen, passend zum jeweiligen Raunachtsthema.

② **Rauchnacht Kalender Nachfüllung**
12 Räuchermischungen

③ **Buch: „Gelebte Rau(ch)nächte“**
(ISBN978-3-99025-282-6), Freya Verlag, 136 Seiten
Beinhaltet sehr leicht verständlichen Informationen zu den Themen der Raunächte. Erklärung der Zusammensetzung der Räuchermischungen der einzelnen Raunächte.

④ **Rauhnacht Tagebuch**
ASIN: B073LNY24M, Lingen Verlag
Zum Eintrag aller Vorkommnisse während der Raunachtszeit (auch Träume)

⑤ **Räucherwerk Raunacht** 100 ml Glas oder **Geschenksverpackung in Organza** 15g

⑥ **Meditationen für die Rauhnächte CD**
12 Kurzmeditationen gesprochen von A. Herzog
Hintergrundmusik der Kultband Humus aus Kärnten

⑦ **Holzkiste: „Meine Rauhnachtskiste“**
Raunachtskalender, Raunachtsbuch, Raunachtstagebuch, Raunachtsmeditations CD, Räucherschale, Räuchersand, Räucherkohle

www.achanta.at

Wald-Yoga

Patanjalis acht Strahlen der Sonne im Licht von Wald-Yoga

von Reiner Angermeier

Wir Menschen sind Natur und als natürliche Wesen haben wir eine Sehnsucht in uns, uns immer wieder aufs Neue miteinander und mit allem, was beseelt ist, zu verbinden. Es ist noch gar nicht so lange her, dass genau hier an diesem Ort, wo wir uns gerade befinden, Wald wuchs. Die meiste Zeit in unserer Evolution waren wir Waldbewohner. Der Wald ist unsere Urheimat und der Ort an dem wir uns wieder mit unserer innersten Natur verbinden können. Alleine schon der regelmäßige Aufenthalt in der Natur und der Gang in den Wald, hilft uns in dieser Hinsicht sehr.

Lass dein Sein erstrahlen

Vor ca. 2500 Jahren hat der Seher Patanjali seine berühmten Yogasutren verfasst. Sehen bedeutet im yogischen Sinne Erkennen. Praktisch alle Yogaschulen berufen sich im Kern ihrer Lehre auf die 196 Sutren des Patanjali. Insbesondere die acht Methoden in seinem zweiten Buch, Sadhana Padha, sind die essentielle Grundlage für den Yoga, den wir heutzutage praktizieren. Für mich sind diese Methoden wie Sonnenstrahlen, die durch eine regelmäßige Praxis angewandt, dein bewusstes Sein in einem größeren, allumfassenden Licht erstrahlen lassen. Das Wort „Sein“ leitet sich ab von dem Wort „Sonne“. Auf der stofflichen Ebene mag die Sonne um ein Vielfaches größer sein, und doch scheint ihr Licht in jedem beseelten Wesen. Das transformierte Sonnenlicht ist als elementares (männliches) Bewusstsein in unseren Zellen gespeichert und bildet mit der (weiblichen) Energie, der Mutter Erde, die Grundlage für das Leben auf diesem Planeten, in dieser Form, unserem Körper.

Yoga ist mehr als Körperübung

Viele Menschen verbinden mit Yoga lediglich Körperübungen (Asanas). Doch dies ist nur ein Sonnenstrahl, wenngleich ein überaus bedeutsamer. Erst mal ist es wichtig, dass wir unseren Körper wieder vollständig spüren und so auch ein Bewusstsein für die feine Wahrnehmung bekommen können. Vor den Asanas hat Patanjali zwei andere Strahlen gesetzt: Yama und Niyama. Darin sind jeweils fünf Lebensweisheiten benannt, die sich auf das menschliche Verhalten nach Außen (Yama) bzw. mit dem Umgang mit sich selbst (Niyama) beziehen. Wichtig hierbei ist, diese Weisheiten nicht als moralischen Fingerzeig zu verstehen. Vielmehr erlaubt dir die yogische Entwicklung deines Bewusstseins, die Yamas und Niyamas als Grundsatz eines guten und achtsamen Lebens zu verinnerlichen. Im Zuge dieser Bewusstseinsschulung ist beispielsweise eine grenzenlose Ausbeutung der Erde, wie sie aktuell betrieben wird, überhaupt nicht mehr möglich.

Als vierter Strahl nach den Körperübungen beschreibt Patanjali die Ausdehnung der Lebensenergie durch die Atmung. So übersetze ich gerne Pranayama.

Harmonisierung möglich bei aller Art von Strahleneinflüssen

WEBER ISIS® BEAMER

Weitere Produkte: Isis-Orgonstrahler, Isis-Wasser-Aktivatoren, Isis-Einhandrute und viele mehr.

Bei meinen Versuchen hat sich gezeigt, dass ein Isis-Beamer einen Raum harmonisieren kann was sich auf alle Menschen, Tiere und Pflanzen darin auswirken kann. Sobald eine Belastung durch Strahlen nahe liegt, ganz gleich ob elektrischer oder geopathogener Herkunft, können die Isis-Beamer sinnvoll sein. Ich biete sie in Größen für jeden Bedarf an: zum Umhängen, für kleinere und größere Wohnungen, ganze Häuser oder sogar großflächige Gebäude (Schulen, Firmen). Die Harmonisierung kann durch die Beamer-Form gelingen, die der Heiligen Geometrie folgt. In über 15 Jahren habe ich davon rund 40.000 Stück verkauft. Mehr erfahren Sie in meinem Katalog."

Eckhard Weber

Bestellen Sie am besten gleich unseren Katalog
Weber Bio-Energie Systeme & Umwelt-Technologien
Kasseler Straße 55 • 34289 Zierenberg
Tel.: +49 (0) 5606 530 560
Fax: +49 (0) 5606 530 56-10
Mail: info@weberbio.de
Web: www.weberbio.de

Bio-Energie Systeme Weber Umwelt-Technologien 9

Bei vielen alternativen Methoden ist die Wirksamkeit nach wissenschaftlichen Kriterien bis heute noch nicht nachzuweisen. Entsprechendes gilt auch für das in dieser Anzeige beschriebene Produkt.

Zeitlose Yoga-Philosophie für den modernen Alltag

Kelly DiNardo & Amy Pearce-Hayden
Die Yoga-Sutras für dich und dein Leben
192 Seiten | € 18,00 [D]
ISBN 978-3-7787-8289-7

Mehr Freude und Gelassenheit, Energie und Klarheit: Mit vielen praktischen Übungen erschließt dieser Leitfaden klassische Yoga-Weisheit für Menschen von heute. Ein Schatz an Inspirationen für alle, die ihre Yoga-Praxis auf eine neue Stufe bringen und erfüllter und bewusster leben möchten.

Lotos
integral-lotos-ansata.de

Die Strahlen gehen in die Tiefe

Nun wird die Praxis allmählich immer feiner: Als fünften Strahl erfahren wir, wie Pratyahara unsere Sinne immer weiter schärft. Je mehr wir uns auf das feine Spiel mit dem Elementen einlassen können, desto mehr erleben wir mit unseren Sinnen die natürliche Wirklichkeit. Dharana, der sechste Strahl, heißt übersetzt „das Fließen" und meint, dass wir in unser Gewahrsein im Zuge der Ausrichtung auf die Sinne immer tiefer eintauchen und lernen, darin zu verweilen. Wieder bekannter ist Patanjalis siebter Strahl: Dhyana, oder Meditation. Mittlerweile bieten viele Yogaschulen Meditation als Gegenpol zu der in unserer Gesellschaft weit verbreiteten Unruhe und Energielosigkeit an.

Dabei gibt es zum Teil verschiedene Ansichten darüber, was Meditation eigentlich ist. So können wir uns mittlerweile von einer Vielzahl von Meditationstechniken leiten lassen. Für Patanjali ist Meditation in erster Linie eine Weiterführung von Dharana: Jede Sinneserfahrung, die du machst, führst du in diese Erfahrung des Fließens hinein. Meditation ist also vielmehr ein tiefes Eintauchen in die Fülle, weniger ein „Abschalten", wie es manchmal definiert wird. Und so kann letztendlich Samadhi, der achte und letzte Sonnenstrahl, sich entfalten. Samadhi, das sanfte Schweben, ist keine Methode oder Technik mehr, sondern ein Seinszustand, in dem du deine Natur ganz unmittelbar fühlen kannst und deinem Wesenskern und deiner Essenz immer näher kommst.

Reiner Angermeier ist Yogalehrer, Meditationslehrer, Heilpraktiker in eigener Praxis im Bergischen Land bei Köln, Imker und Naturfreund. Die Verbundenheit mit der Natur ist der rote Faden, der sich durch seine Tätigkeiten und sein Leben zieht. Hier schöpft er immer wieder aufs Neue Kraft, findet Heilung und kann immer tiefer in dieses Mysterium Leben eintauchen.

Gemeinsam mit seiner Partnerin, Andrea Wichterich, ist er als Seminarleiter vorwiegend in der Natur unterwegs: Sie leiten Schwitzhütten, unterrichten Yoga, begleiten Teilnehmer in Natur-Retreats, veranstalten Kräuterseminare und bilden Wald-Yogalehrer aus.

www.gaiaveda.de

Die acht Strahlen des Patanjali im Überblick

1. Yama: Aus deiner Präsenz ergeben sich Lebensweisen, wie du dich deinem Umfeld gegenüber verhältst. Im einzelnen sind dies:
- Nicht-Schaden (Ahimsa),
- Aufrichtigkeit (Satya),
- Nicht-Stehlen (Asteya),
- Leben im Bewusstsein um die Quelle (Brahmacharya),
- Nicht-Anhaften (Aparigraha).

2. Niyama: Aus deiner Präsenz ergeben sich Lebensweisen für den Umgang mit dir selbst. Dazu gehören:
- Reinheit von Körper und Geist (Shaucha) und damit die sechs Shatkarmas (die Reinigungstechniken: Neti, Dhauti, Basti, Nauli, Trataka und Kapalabhati),
- Zufriedenheit (Santosha),
- Ständiges Glühen (Tapas),
- Selbsterforschung (Svadhyaya),
- Hingabe an die Quelle (Ishvara-Pranidhana).

3. Asana: Haltung des Körpers, Meditationshaltung oder auch einfach im Körper sein

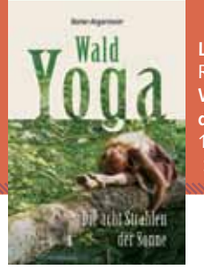
4. Pranayama: Ausweitung der Lebensenergie über die Atmung

5. Pratyahara: Ausrichtung auf die Quelle über die Sinne und ziehen lassen von Gedanken

6. Dharana: Im Fluss des Lebens sein

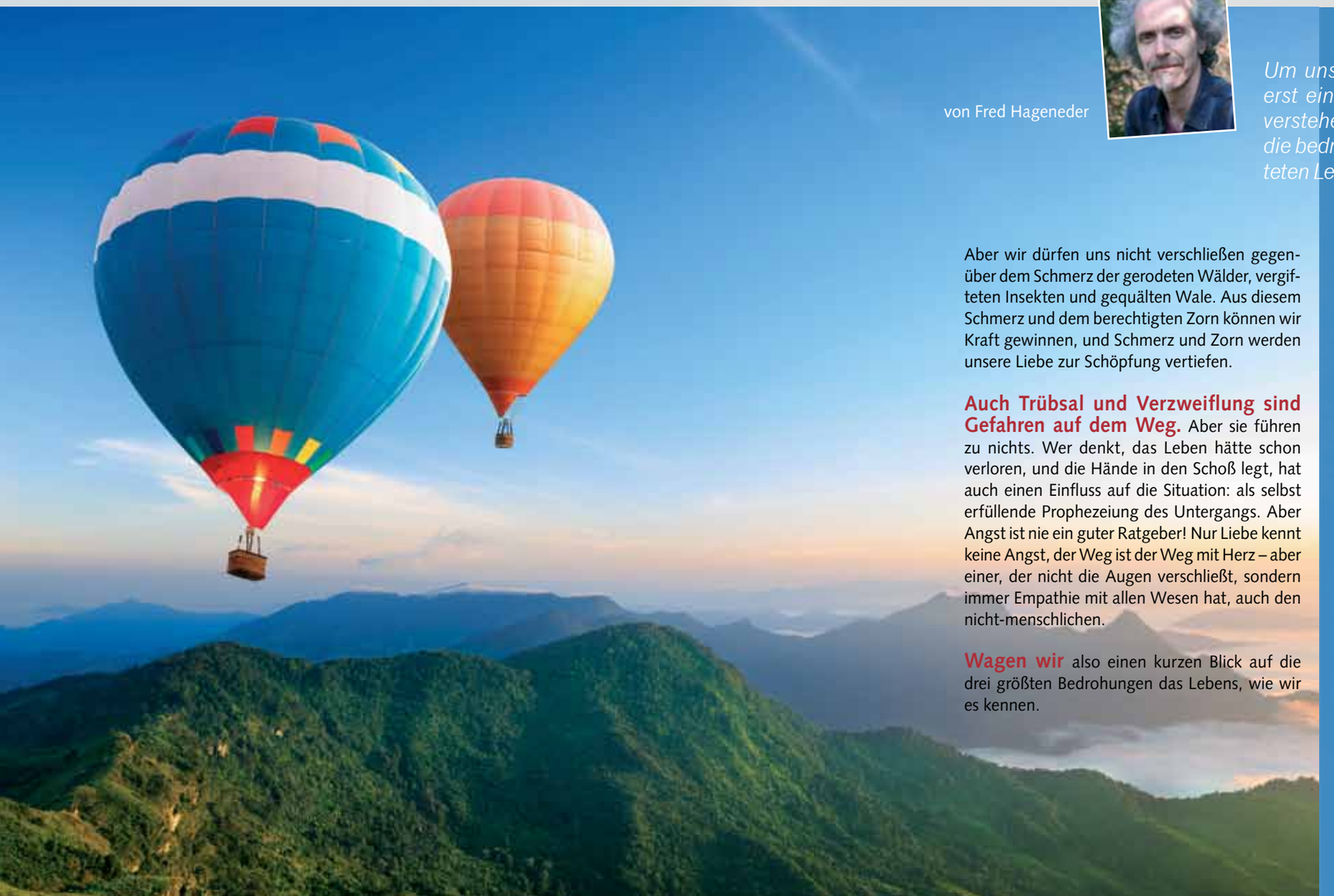
7. Dhyana: Meditation, sich ganz im Gewahrsein versinken lassen

8. Samadhi: Der Geist in vollkommener Stille, Schweben, Erleuchtung, Freiheit, Auflösung von Form und Zeit, Essenz erfahren



Lesetipp:
Reiner Angermeier
Wald-Yoga: Die acht Strahlen der Sonne
144 Seiten, 16,90 Euro
Synergia Verlag

Der Weg zu einem glücklichen Planeten



von Fred Hageneder

Um uns für etwas einzusetzen, müssen wir erst einmal die Lage kennen und gründlich verstehen. Das kann wehtun, und wenn es um die bedrohliche Lage der Erde und ihrer zerrütteten Lebenssysteme geht, tut es wirklich weh.

Aber wir dürfen uns nicht verschließen gegenüber dem Schmerz der gerodeten Wälder, vergifteten Insekten und gequälten Wale. Aus diesem Schmerz und dem berechtigten Zorn können wir Kraft gewinnen, und Schmerz und Zorn werden unsere Liebe zur Schöpfung vertiefen.

Auch Trübsal und Verzweiflung sind Gefahren auf dem Weg. Aber sie führen zu nichts. Wer denkt, das Leben hätte schon verloren, und die Hände in den Schoß legt, hat auch einen Einfluss auf die Situation: als selbst erfüllende Prophezeiung des Untergangs. Aber Angst ist nie ein guter Ratgeber! Nur Liebe kennt keine Angst, der Weg ist der Weg mit Herz – aber einer, der nicht die Augen verschließt, sondern immer Empathie mit allen Wesen hat, auch den nicht-menschlichen.

Wagen wir also einen kurzen Blick auf die drei größten Bedrohungen das Lebens, wie wir es kennen.

Klimazerrüttung

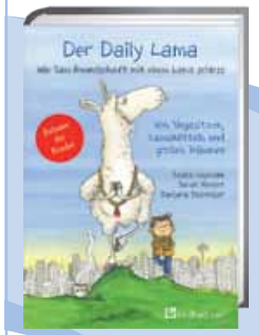
„Klimawandel" ist ein romantisierender Begriff, der in der öffentlichen Diskussion längst nichts mehr zu suchen hat. In wissenschaftlichen Arbeiten ist bereits seit 2018 von climate disruption, Klimazerrüttung, die Rede. Die Stadt Los Angeles und das britische Parlament sprechen inzwischen von Klimanotstand, genauso wie Patricia Espinosa, die Generalsekretärin der UN Klimarahmenkonvention.(1) Währenddessen nehmen die weltweiten Emissionen weiterhin zu!

Der letzte Bericht des Weltklimarates (IPCC) ist schon besorgniserregend genug, berücksichtigt jedoch weder alle Emissionen (z.B. die Freisetzung riesiger Kohlenstoffmengen durch fehlende Bodenpflege in der industriellen Landwirtschaft) noch gravierende Rückkoppelungseffekte wie z.B. die Tatsache, dass eine Hitzewelle wie die vom Sommer 2018 und anhaltende Trockenheit zu deutlich weniger Pflanzenwachstum führen; dadurch wird noch weniger CO2 gebunden als normal, was die Erderhitzung weiter anfacht.

1. Georg Ehring 2019. Abschluss der UN-Klimakonferenz Bonn. Deutschlandfunk, Umwelt & Verbraucher, 27.06.2019.

Entspannung für Kinder?

Mit dem **Daily Lama** ist der Alltagsstress schnell überwunden und der Weg frei – hin zu einem ausgeglichenen Selbst.



Mit Meditations-Tipps und Übungen, die einfach Spaß machen!

Der Daily Lama
Wie Sam Freundschaft mit einem Lama schloss – Von Yogasitzen, Lamakötteln und großen Träumen
75 Seiten. Hardcover. 24,99 €.
ISBN 978-3-86216-559-9.
Für Kinder zwischen 5 & 12.
www.medhochzwei-verlag.de

medhochzwei

Zu allem Überfluss sind die Kipppunkte in den Lebenssystemen des Planeten Erde in den Prognosen gar nicht berücksichtigt, da kein Mensch weiß, wann sie sich ereignen. Ein Kipppunkt ist der Beginn einer Kettenreaktion, auf die wir keinen Einfluss mehr haben, wenn sie erst einmal in Gang kommt. Wenn z.B. der Amazonas-Regenwald „kippt" (was für ca. 2040 erwartet wird), wird nicht nur weniger CO2 aus der Luft gefiltert, sondern durch die Zersetzung der toten Bäume sogar noch welches abgegeben! Und zwar riesige Mengen. Außerdem erzeugt der Amazonas immer noch 20 Prozent des freien Sauerstoffs der Welt. Ohne ihn wird die Luft für uns dünner. Und durch sinkenden Sauerstoffanteil sinkt auch die Luftdichte, was wiederum die Luftfeuchtigkeit und damit die Niederschlagsmengen erhöht und zu wärmeren Temperaturen führt.

Solche kaskadenartigen Reaktionsketten gibt es auch beim Meerwasser, bei den Eisdecken der Pole, bei den Korallenriffen und in vielen anderen Ökosystemen. Völlig blind spielen wir mit dem Feuer.

Artensterben

Ökosysteme sind um so stabiler, je mehr Arten sie enthalten. Artenvielfalt (Biodiversität) ist nicht nur ein Luxus der Natur, sie ist eine existentielle Sicherheitsmaßnahme, um den Fortbestand des Lebens zu gewährleisten. Das Leben ist überreich – und muss das auch sein! Wenn sich das Leben auf einem Planeten behaupten soll, muss es in Zahl und in Vielfalt stark sein. Nur sobald das Leben üppig genug ist, um erhebliche Auswirkungen auf die Ökosphäre zu haben, kann es diese beeinflussen und ihre Lebensfreundlichkeit noch erhöhen. Über Hunderte von Jahrmillionen haben Mikroorganismen die Zusammensetzung des Meerwassers und der Atmosphäre „entgiftet", damit sich Pflanzen und Algen entwickeln konnten. Und diese haben über ebenso große Zeiträume CO2 aus der Luft gefiltert und die Atmosphäre mit Sauerstoff angereichert, so dass sich Tiere und auch der Mensch entfalten konnten.

In den Ökosystemen der Welt greift eines ins andere.

Wölfe oder Luchse sind nicht der Schrecken von Rehen, sondern halten deren Genpool gesund, indem sie vorwiegend die kranken Tiere aussondern. Oder wäre es vielleicht besser, wenn ohne sogenannte Raubtiere die anderen Wildtiere langsame, qualvolle Tode sterben würden? Auf ähnliche Weise sind auch Haie wichtig in den Ökosystemen der Meere. Wale wiederum arbeiten aktiv mit am Klimaschutz: Sie ernähren sich in tiefen Wasserschichten von Fischen und Krill, aber kommen dann zur Verdauung in die Oberflächengewässer, die sie bedüngen. Das gibt einen enormen Schub für pflanzliches Plankton, das CO2 aus der Luft aufnimmt. Auf dem Höhepunkt der Walbevölkerung (vor der Ära der Massenmorde durch Walfänger) hat das von ihnen gedüngte Plankton Zigmillionen Tonnen Kohlenstoff pro Jahr aus der Luft geholt.(2) Zusätzlich tragen Wale durch ihr ständiges Auf und Ab zur Durchmischung der Wasserschichten bei, die u.a. auch für Klimavorgänge wesentlich ist.

2. *„How Whales Change Climate".*
YouTube, https://www.youtube.com/watch?v=M18HxXve3CM

Artenvielfalt ist kein Luxus der Natur!
Das Leben ist überreich – und muß das auch sein.

Dass auch die Menschheit schwerlich ohne Bienen überleben würde, ist ja inzwischen hinlänglich bekannt. Aber das gilt auch für viele andere Insektenarten, die Pflanzen und ganze Ökosysteme am Laufen halten. Und z.B. auch für die etwas unscheinbareren Mistkäfer. In gesunden Amazonas-Regenwäldern gibt es fünf oder sechs Arten von Mistkäfern. Bei der Vertilgung von Dung und Kadavern beseitigen sie auch Parasiten und vergraben Samenkörner. Doch durch die intensive Waldzerstörung wehen nunmehr heiße trockene Winde von den benachbarten Sojafeldern durch die verbliebenen Waldfragmente, und Käfer, Vögel und Tiere werden selten. Ohne Tier- und Vogeldung verschwinden die Mistkäfer, und ohne Mistkäfer werden die wenigen verbliebenen Vögel und Tiere nun oft krank durch Parasitenbefall. Ohne Dung und Käfer keimt auch viele Pflanzensaat nicht mehr, und ohne deren Bewurzelung wird wiederum der fruchtbare Boden durch Wind und Regen schnell abgetragen.

Auch die menschliche Verdauung funktioniert nur aufgrund von Artenvielfalt.

Hunderte von Bakterienarten besiedeln den Ökotop unseres Darmes, und machen uns die Verdauung der verschiedensten Nahrungsstoffe möglich. Auch unsere Haut ist dicht besiedelt mit kleinen Freunden, ohne die unser Immunsystem völlig überfordert wäre mit der Invasion fremder Mikroorganismen. Artenvielfalt gehört zum Leben, sie ist ein Grundpfeiler des lebendigen Planeten!

Neben der Artenvielfalt kommt es auch einfach auf die Menge an: Ein einzelner Wal oder eine einzelne Mikrobe können die Welt auch nicht zusammenhalten. Es braucht viele von ihnen. In der Ökologie spricht man von Biomasse oder Fülle. Seit 1970 hat der Mensch weltweit 60 Prozent der Fülle an Wirbeltieren und 83 Prozent der Süßwasserlebensräume vernichtet. Was die Fülle an Insekten anbelangt, hält Deutschland einen traurigen Rekord: 76 Prozent der Insektenmasse ist seit 1970 verschwunden. Und wo Insekten fehlen, verschwinden auch die Vögel… Das sechste große Massensterben ist letztendlich auch ein Todesurteil für die Spezies Mensch.

Plastikverseuchung

Nun haben wir den Salat! Vorauszusehen war es ja schon lange, aber niemand wollte hinschauen. Doch im September 2017 war der (Plastik-)Deckel nicht mehr draufzuhalten und flog uns um die Ohren: Mikroskopische Plastikpartikel befinden sich in so gut wie allen Trinkwasservorräten der Welt! Sie finden sich in Stuhl- und Urinproben und im Gewebe – nicht nur von Menschen, sondern praktisch allen Land- und Meerestieren. Plastikpartikel finden sich auch in Meersalz, Honig, Zucker und – nun wird's ernst, liebes Deutschland – auch in Bier und in Würstchen.

Es wurde bereits eine astronomische Menge an Plastik erzeugt (wovon 79 Prozent in Müllhalden, Böden und Gewässern landeten), und jährlich kommen über 300 Millionen Tonnen neu erzeugten Plastiks hinzu. Die Industrie freut sich, denn man erwartet, dass die Neuproduktion weiter exorbitant steigen und 2050 knapp 2.000 Millionen Tonnen jährlich erreichen wird, das Sechsfache!

Feine Algen
Hochwertige Nahrungsergänzung
Algenprodukte, Darmgesundheit, Vitalpilze, Flor Essence Kräutertee, Kräuterstern, OPC, Omega-3-Öle, Robert Franz Naturprodukte, uvm.
Gute Gesundheit Gute Preise
Tel. 06124-7269154
www.feine-algen.de

AUGEN & SEELE

Caroline Ebert & Ralph Valenteano haben ein einzigartiges ganzheitliches Konzept zum Thema Augenleiden und ihre wirklichen Ursachen entworfen.

Caroline Ebert

Ralph Valenteano

Wie wir alle wissen sind die Augen die Fenster zur Seele. Dieser Ausspruch ist wesentlich tiefer, als seine saloppe Formulierung vermuten lässt. Durch die langjährige Erfahrung mit ihren Klienten hat Caroline Ebert (Augenoptikermeisterin, Sehtrainerin & Autorin) erkannt, welche seelischen Ursachen hinter Augenveränderungen stecken. Ralph Valenteano (Autor, Komponist & Bewusstseinslehrer) arbeitet ebenfalls mit Menschen an ihren seelischen Blockaden. Gemeinsam haben die beiden ein einzigartiges Seminar zum Thema Augen & Seele entwickelt. Neben Augenübungen und Hintergrundwissen zu den seelischen Themen werden die Teilnehmer an die seelischen Ursachen der Augenveränderungen herangeführt. Durch die tiefgreifenden Meditationen, die Ralph Valenteano im Seminar mit den Teilnehmern durchführt, können die ursprünglichen Wunden erkannt und der Transformationsprozess kann ich Gang gesetzt werden. Augenerkrankungen und Fehlsichtigkeiten lassen sich auf Erlebnisse zurückführen, die emotional schwer zu ertragen sind oder waren. Die erlebten Gefühle, können die Ursache einer Augenveränderung sein. Negativ empfundene Situationen haben ihren Ursprung oft in unerlösten Seelenthemen. Daher gehen die beiden in dem Seminar individuell auf die teilnehmenden Personen ein.

Gemeinsam bieten sie Zweitages- sowie Urlaubsseminare an. Die nächsten Termine sind:

- **21. & 22. Dezember 2019**
- **04. & 05. Januar 2020**
- **06. bis 09. April 2020**

Nähere Informationen auf:
www.augenschule-eyeland.de

Desweiteren bietet Caroline Ebert auch kinesiologische Einzelberatungen und führt auch Ausbildungen zum Thema durch. Nächste Ausbildungstermine für 2020 zum ganzheitlichen Sehtrainer mit Augenkinesiologie:

- **21. - 24. Mai 2020**
- **25. - 28. Juni 2020**
- **16. - 19. Juli 2020**

128 Seiten
978-3-8434-1169-1

128 Seiten
978-3-8434-1188-2

128 Seiten
978-3-8434-1286-5

LASS DEINE AUGEN BERÜHREN

Eine ganz besondere Meditationsreise um die Augen mit Christuslicht aufzufüllen und die Hintergründe der Augenveränderungen zu ergründen.

Audio-CD, ca. 40 Min.
978-3961116379

www.augenschule-eyeland.de • Mail: info@augenschule-eyeland.de

Fotos: Andrea Kowitz – Vierheller & Thomas Weinsheimer

Die Würde und Schönheit der Natur ist auch in uns verankert

Doch es geht nicht nur um Plastik allein. Im Laufe des Industriezeitalters hat der Mensch ca. 30.000 künstlichen Substanzen geschaffen, von denen nur etwa 1,8% nicht schädlich für uns und andere Lebewesen sind. Diese Substanzen sowie Mikroplastik aller Couleur und einige Schwermetalle lagern sich nicht nur in unseren Organen und Geweben an („Wir wissen noch nicht, ob das Krebs erzeugt!"), sondern – und das liest man noch nirgends in den deutschen Medien – als Einzelmoleküle docken sie an die DNA in unseren Zellen an. Das behindert wesentliche Zellvorgänge wie die Zellerneuerung, den geordneten Zelltod, den Stoffwechsel, und in der Folge schwächt es unser Immunsystem, führt zu Autoimmunreaktionen, Erschöpfungssymptomen und weitaus Schlimmerem.(3)

Selbst wenn es uns gelingt, die Klimazerrüttung und das Artensterben aufzuhalten, könnte allein die Plastikverseuchung uns in den nächsten Jahrzehnten den Garaus machen.

Und nun? Wir haben die Wahl!

Die Wahl ist ganz klar und einfach: Sind wir bequem, wollen wir an unserem Luxus festhalten, und das Wort Mittäterschaft lässt uns kalt? Haben wir genug Lügen und Ausreden parat, damit alles so weitergehen kann wie bisher? Dann können wir das versuchen – aber die Wirklichkeit (siehe oben) wird uns in den nächsten wenigen Jahren ohnehin einholen.

Oder aber wir können einfach nicht mehr teilhaben an einer Gesellschaftsform, die es hinnimmt, dass alle Lebewesen und alle Ökosysteme skrupellos ausgebeutet werden. Unser mitfühlendes Herz ist erwacht, wir nehmen unsere innere Ethik, unseren moralischen Kompass wieder in Besitz, und wir erkennen:

Diese große Schande ist des Menschen nicht würdig! Wir können auch anders.

Wenn wir das nicht schaffen sollten, ist es auch nicht schade um die Menschheit, wenn sie sich bis zur Jahrhundertmitte selbst auslöscht. Aber es steckt so viel mehr in uns! Die ganze Würde und Schönheit der Natur ist auch in uns verankert. Wir können eine menschliche Gesellschaft schaffen, die anmutiger und nährender ist als alles, was es in der Geschichte jemals gegeben hat! Die wie ein Juwel eingebettet ist in intakten Ökosystemen eines gesunden, rundum glücklichen Planeten.

Fragen Sie Ihr Herz und Ihr Bauchgefühl,

wie wir da hinkommen, und worin Ihr Anteil daran besteht. Schritt für Schritt, einer nach dem anderen, gelangen wir freudvoll in die eigene Heilung und die des Planeten.

Nicht nur die Wale werden es uns danken.

Fred Hageneder ist ein führender Autor auf dem Gebiet der Ethnobotanik (kulturelle und spirituelle Bedeutung der Bäume) und ein Mitglied der Ecocentric Alliance.
www.happy-planet.net

Lesetipp:
Fred Hageneder
Happy Planet
208 Seiten, 10,00 Euro
Neue Erde

3. Fred Hageneder 2019. Happy Planet – Jetzt handeln für eine glückliche Erde. Saarbrücken: Neue Erde. S. 88–92.

Den ersten Teil des Artikels „Verantwortung übernehmen – Für die Erde handeln!" konnten Sie in der Juli-Ausgabe lesen. Oder auf www.spiritlive-magazin.de

MEISTERSCHAFT
Deines Lebens 2020
Ausbildung in 6 Stufen
von
KRISTALLKLAR ELKE PINHEIRO
Engelwacht ATA KARAARSLAN
Nichts wird mehr so sein wie es war. Du wirst die Meisterin / der Meister, der Du wirklich bist. Öffne mit uns eine Tür zu einer neuen Welt.
Komm zum Kennenlern-Termin !
17. November, 13:30 bis 16 Uhr
in 63165 Mülheim am Main
oder Video-Konferenz am
27. November, 19-21 Uhr.
Anmeldung:
elke_pinheiro@yahoo.de und
www.engelwacht.net

Erwachendes Bewusstsein -
Heilung von Mensch und Erde
Höchste Spiritualität
im Dienst der Menschheit
erstmals in Deutschland
Jucelino da Luz
Begnadeter Seher
Spiritueller Ratgeber
Kraftvolles Heilmedium
Berlin Seminar 16.-17.11. Einzelbegegnungen 18.-21.11.
Frankfurt Seminar 23.-24.11. Einzelsitzungen 25.-27.11.
Jucelino ist mit der seltenen Gabe der Präkognition ausgestattet. In tausenden klarsichtigen Träumen sieht er zukünftige Ereignisse voraus. Wegen der hohen Trefferquote von etwa 70 % gilt der integre und demütige Brasilianer als bedeutsamster Seher unserer Zeit. Dazu ist Jucelino auch ein begnadetes Heilmedium.
In Seminaren und Einzelsessions verbindet er sich mit der geistigen Führung des Ratsuchenden und überträgt Heilenergie aus hochschwingenden geistigen Ebenen.
Infos & Buchung: www.earth-oasis.de

Praxis unicus
Kristall - Klangschalen
• hochwertige Klangschalen-Unikate
in Deutschland hergestellt
• Workshops mit Schalen und Klanggabeln
• Behandlung nach Vereinbarung
• Klang-Konzerte in der Salzgrotte
Tel.: 0 61 74 / 99 88 696
www.praxis-unicus.de

Das wunderbare Leben
Seminare
Traumatherapie
Berufliche Wirkungswelten
Familienstellen für's Lebensglück
Corinna Grund Heilpraktikerin
Lehrtherapeutin
Tel 0 61 51 . 953 627
www.corinna-grund.com
Offene Gruppe Familienstellen jeden 1. Mittwoch im Monat um 19 Uhr in der Bessunger Knabenschule Darmstadt
Das wunderbare Leben Seminare Familienstellen für persönliche Anliegen, monatlich in Darmstadt
Berufliche Wirkungswelten Themen: Kreativität, Ziele, Geld
In der Seele bin ich viele Generationen – zertifizierte Fortbildung für TherapeutInnen und BeraterInnen

Das Wunder der Vergebung

von Cindy Lora-Renard

Gesundheit und Wohlbefinden haben ihre Ursache nicht im Körper, sondern der Geist trifft diese Entscheidung. Wir können körperlich gesund sein, aber wenn der Geist anderer Meinung ist, werden wir diese Erfahrung nicht machen. Wenn wir lernen wollen, uns bewusst für Gesundheit und Wohlbefinden zu entscheiden, setzt das eine Umorientierung des Geistes voraus, die mit einer Aufhebung des Egos einhergeht.

„Gesundheit stellt sich ein, wenn jeder Versuch aufgegeben wird, den Körper lieblos zu benutzen."

Ich saß hinten in einem Raum in Winterthur, einer Stadt in der Schweiz, und hörte meinem Mann zu, wie er über Ein Kurs in Wundern® sprach und sagte: „Jesus kommt nicht zurück, weil er erleuchtet wurde." Auf der Ebene der Welt ist das eine wahre Aussage; jener Jesus war einst ein Mann in einem Körper, der zu Christus wurde, zu dem wir alle gleichermaßen erwachen werden. Wenn wir erleuchtet sind, brauchen wir nicht mehr in körperlicher Gestalt zurückzukehren.

In Wirklichkeit ist keiner von uns wirklich in einem Körper, denn der Körper ist eine Projektion, die aus dem Geist stammt. Nachdem ich Gary das hatte sagen hören, begann mein Körper plötzlich zu vibrieren und sich zu schütteln. Ich fühlte eine sehr starke Präsenz um mich herum und durch mich hindurchgehen und erhielt einen Download in Form von Gedanken, die mir in den Sinn kamen. Ich spürte, dass diese Präsenz Jesus war, denn die Stimme sagte:

„Sag den Leuten, dass der Grund dafür, dass ich nicht wiederkomme, der ist, dass ich niemals fortgegangen bin. Ich lebe in euch. Behandelt alle stets, als wären sie ich; nicht, weil ich besonders bin, sondern weil ihr alle großartig seid. Jedes Mal, wenn ihr in irgendeiner Weise Schmerz oder Leid empfindet, erinnert euch daran, dass es eure Gedanken sind, die euren Schmerz verursachen. Fragt euch selbst, bringt dieser Gedanke mir Leid oder Freude? Wenn es Leid ist, dann wählt einen neuen Gedanken – und erinnert euch so Gedanke für Gedanke an die Wahrheit."

Das war es; und mein Körper vibrierte noch zwei Stunden so weiter. Diese Botschaft war so einfach und liebevoll – und freundlich. Dann fiel mir ein, dass es im Kurs selbst heißt: „Wie einfach ist doch Erlösung! Alles, was sie aussagt, ist, dass das, was niemals wahr gewesen ist, auch jetzt nicht wahr ist

Anmerkung: „Kurs" steht kurz für „Ein Kurs in Wundern®"

und es niemals sein wird. Das Unmögliche ist nicht geschehen und kann keine Wirkungen haben."

Das Ego, dieses falsche Selbstkonzept, das wir zu sein glauben, spaltete sich von der Liebe ab und fabrizierte eine Welt, die von Gott getrennt ist, der tatsächlich alles und überall ist. Das Ergebnis davon ist, dass das Ego als Teil des abgespaltenen Geistes diese Welt und diese Körper projizierte; Körper, die sowohl gesund wie auch krank zu sein scheinen können. Das gehört zur Dualität, die das Wesen dieser Welt ausmacht.

Vollkommenes Einssein

Im Kurs sagt Jesus, es gebe keinen Unterschied zwischen einem gesunden und einem kranken Körper, da beide gleichermaßen unwahr seien. Denn das entspricht nicht der Wirklichkeit, die ganz, das heißt vollkommenes Einssein ist. Dementsprechend taucht unter Schülern, die den Kurs studieren, häufig die Frage auf, was Krankheit und Leid denn bewirke. Um diese Frage zu beantworten, führe ich im Folgenden aus, wie Gesundheit im Kurs definiert wird; daraus wird sich naturgemäß auch ergeben, was das Gegenteil von Gesundheit darstellt.

Der erste Reichtum ist Gesundheit

Ralph Waldo Emerson hat einmal gesagt: „Der erste Reichtum ist Gesundheit." Dem stimme ich mehr als nur zu. Doch beim Thema Gesundheit denken die meisten nur an den Körper. Wenn der Körper gut funktioniert und frei von Krankheit ist, bedeutet das, dass man gesund ist. Das trifft, von der Welt aus gesehen, zwar zu, ist aber nur ein kleiner Teil dessen, was Gesundheit darstellt. Der Kurs beschreibt Gesundheit als inneren Frieden. Nutzen wir den Körper für die Zwecke des Heiligen Geistes, also zum Vereinen und Einswerden, demonstrieren wir unsere Ganzheit. Da wir Geist und kein Körper sind, vereinigen wir uns so mit dem Zweck des Geistes, der stets für das Einssein steht. Der Kurs sagt: „Der Körper ist demnach nicht die Quelle seiner eigenen Gesundheit. Der Zustand des Körpers liegt einzig und allein darin, wie du seine Funktion deutest."

Ist dein Geist geheilt, strahlt er Gesundheit aus und lehrt dadurch Heilung

Diese Aussagen des Kurses spiegeln Jesu Lehre wider, dass der Geist immer die Ursache ist und der Körper und die Welt die Auswirkung sind. Unsere Innen- und Außenwelt sind ein und dieselbe, weil die äußere Welt eine bildhafte Darstellung unserer nach außen projizierten Gedanken ist. Wir interpretieren den Körper entweder mit dem Ego oder dem Heiligen Geist als unserem Lehrmeister.

Wenn Gesundheit innerer Frieden ist, fragst du dich vielleicht, wie du ihn finden kannst? Der Kurs ermutigt uns dazu, wahre Vergebung zu praktizieren, die notwendig ist, um den Frieden Gottes zu erlangen. Wahrer Frieden, der sich aus wahrer Vergebung ergibt, kann sich nicht einstellen, solange Ärger vorhanden ist. Ärger ist das Gegenteil von Frieden und geht aus der Leugnung des Egos hervor, dass Frieden existiert, denn sonst würden wir uns für letzteren entscheiden. Der Kurs hilft uns zu verstehen, dass Gott unter allen Umständen unsere letzte Rettung ist.
Und so gibt es wahrhaft nichts zu fürchten.

Zitate aus: Ein Kurs in Wundern, erschienen im Greuthof Verlag. www.greuthof.de

Textauszug aus:
Cindy Lora-Renard
Ein Kurs in Gesundheit und Wohlbefinden
176 Seiten, 19,99 Euro
Amra Verlag

Musik verbindet

Traditionelle und europäische Mantramusik

von Bohdan Shved und Dr. Sonja Stanger

Der traditionelle Weg des Mantrasingens ist darauf ausgerichtet, durch viele Wiederholungen einfacher Texte und Phrasen den Geist zu fokussieren, zur Ruhe kommen zu lassen und damit den Menschen zu zentrieren. Dies ist vergleichbar mit einer Art Spirale ins tiefste Innere, den Herzensraum, zu dem das Mantrasingen, je nach Dauer und Intensität, zu führen vermag.

Dabei sind es genau diese Schlichtheit sowie die Wiederholungen, die unser Tagesbewusstsein eindämmen, so dass wir im Außen von nichts mehr abgelenkt werden. Da unsere ununterbrochenen, häufig unkontrollierbaren und ungewollten Gedanken einem Elefantenrüssel gleichen, der andauernd in Bewegung ist, so lange er keine Aufgabe bekommt, fühlen wir uns häufig dieser Gedankenflut ausgeliefert. Mantras sind hier eine wundervolle Möglichkeit, aus dem Gedankenkreisen auszubrechen und den Geist zu beruhigen, wie dies auch der Elefantenwärter mit dem Stab für den Elefantenrüssel erreicht. Doch diese unmittelbare Wirkung der Mantras ist nur ein Teilaspekt. Wesentlich ist ebenso, dass bei regelmäßiger Praktizierung eine innere Ruhe einkehren kann, die uns in allen Lebenslagen unterstützen und bestärken wird.

Aus der Musiktradition heraus kennen wir Europäer zumeist Mantras aus dem orientalischen oder asiatischen Raum als meditative Musik, welche insbesondere durch fortlaufende, monoton gesungene Rezitationen gekennzeichnet sind. Dahingegen entwickelte sich europäische Musik über viele Jahrhunderte über Vielfalt und kreative Gestaltung nach außen. Die sogenannte Variationsform westlicher Musik ist darauf ausgerichtet, durch Wiederholungen aufeinanderfolgender Varianten eines Themas immer weitere Finessen zu ergänzen, um die Faktur – sozusagen die Grundkonstruktion der Komposition – weiter zu entwickeln, so dass diese im Fortgang nie exakt gleich bleibt. Dabei wird ein Thema zumeist melodisch, harmonisch, rhythmisch oder dynamisch verändert.

Wenn man diese beiden originär nahezu konträren historischen Pfade der Komposition der Mantra-Musik miteinander vergleicht, ergibt sich zwangsläufig ein offenkundiger Widerspruch. Dieser Widerspruch ist jedoch nur scheinbar, da sich diese beiden Bewegungen nach innen und nach außen (wie nach oben und nach unten) dennoch verbinden und in eine Einheit führen lassen.

Der Weg, den der visionäre Bühnenkünstler und Sänger Lex van Someren und sein Arrangeur Frank Steiner in der Mantramusik-Gestaltung gehen, ist exakt jener, der diese beiden Richtungen miteinander verbindet. Zum einen hören wir Europäer mit unserem geschulten Musiker-Ohr, dass eine stetige Entwicklung in der Komposition des Mantras von einer Wiederholung zur nächsten geschieht. Es entsteht parallel durch die vielzähligen Wiederholungen das Gefühl der Innenkehr, der tiefen Ruhe und Zentriertheit, sowie durch die musikalische Weiterentwicklung im Mantra-Song eine inspirierende Aus- und Aufrichtung im Innen und Außen – wie eine Säule, fest mit der Erde verbunden.

Das macht die Mantramusik von Lex van Someren zu einem zutiefst erfüllenden und erhabenen Erlebnis. Die einzigartige Möglichkeit, mit Mantras beide musikalischen Wege – nach Innen und nach Außen – gleichzeitig erleben zu dürfen, ist etwas ganz Besonderes, und somit quasi doppelter Genuss, der zu ekstatischen Höhen des Bewusstseins führen kann. Der perfekte und präzise durchdachte Einsatz musikalischer Stilmittel aus unterschiedlichen Kultur- und Musikrichtungen versetzt die Zuhörer und Mitsingenden in eine hohe erhabene Schwingung.

Dieser Prozess wird in den Konzerten sowie den Mantra-Singabenden durch den Raum der Stille zwischen den einzelnen Mantras weiter verstärkt, so dass sich über einen gesamten Abend die Schwingung ohne jegliche Unterbrechung permanent erhöht. Dies öffnet einen unendlich großen Bewusstseinsraum, den Lex auch „Seelenraum" nennt, welcher entscheidend für die Tiefe des meditativen Zustands ist, der durch Mantras erreicht werden kann.

Lex' Mantra-Kompositionen und Arrangements, wie auch die Konzerte, stellen damit eine Verbindung von Einfachheit und höchstem musikalischen Anspruch, von Reinheit und Variationen, von Bhakti und Zentrierung im Innersten, von tiefster Hingabe und höchster Bewusstseinsöffnung dar.

Lex van Someren

ist ein international bekannter visionärer Bühnenkünstler, der mit seiner Stimme und seiner Musik heilsam berührt. Er zählt weltweit zu den Pionieren der modernen spirituellen Musik. Auf seiner Konzerttournee „Wie im Himmel" entführt er zusammen mit seiner Band und einem neuen Chor seine Gäste auf eine musikalische Reise für Herz und Seele in außergewöhnliche Klangwelten und lädt zum Mitsingen der Mantras ein. Jeder, der mal ein Konzert mit Lex van Someren erlebt hat, weiß, dass dieser Klangkünstler es versteht, die Dimension der Seele in seiner Musik und Bühnenkunst zu verkörpern. Seine über 40 CDs, darunter auch viele Mantra-CDs, sind weltweit beliebt, weil sie über alle Grenzen hinweg die Zuhörer im Herzen bewegen.

Es ist seine Berufung mit Musik, Gesängen und Konzerten und auch Seminaren Räume zu kreieren, die Menschen aller Altersstufen und Lebenswege zu einer ganzheitlichen inneren Erfahrung von Liebe, Anmut und Hingabe einladen.

weitere Infos: www.someren.de

EMPFANGE DIE BOTSCHAFTEN DER
Engel

Kyle Gray

14. FEBRUAR 2020 • HAMBURG
Engelkarten Launch-Event

15./16. FEBRUAR 2020 • HAMBURG
Meisterschaft der Engelkarten –
Angel Card Mastery Certification Training

Tickets: Wrage Events, T. +49(0)40-413297-15, E. events@wrage.de, W. wrage.de

wrage events

FOTO: BOB RAFFERTY

Intuition als Wegweiser

von Susanne Schreiter
und Susanne Steidl

…mal ehrlich: Wie lange am Tag schaust du auf einen Bildschirm? Wie lange beschäftigst du dich in Gedanken mit Dingen, die bereits geschehen sind oder mit Problemen, die vielleicht in der Zukunft erst auf dich zukommen könnten? Wieviel Zeit investierst du in PALs? (PAL= Problem anderer Leute).

Während dieser ganzen Zeiträume bist du mit deiner Aufmerksamkeit nicht bei dir, sondern bei den Eindrücken im Außen. Die Informationen und Eindrücke überfluten dich regelrecht. Zu einer einzigen Frage bekommst du in sozialen Medien nahezu unbegrenzt viele unterschiedliche Antworten. Viele Möglichkeiten schaffen aber auch viele Unsicherheiten und Zweifel.

Vertraust du deiner Wahrnehmung?

Deshalb ist es in der heutigen Zeit umso wichtiger, in sich selbst eine Instanz zu haben, die die Informationen und Ratschläge auswählt, die wirklich wohlwollend und förderlich für dich sind. Die gute Nachricht ist: Du trägst diese Instanz bereits in dir. Es handelt sich dabei um deine Intuition! Oft ist es so, dass wir unserer eigenen Wahrnehmung nicht mehr vertrauen oder sogar der Meinung sind, gar nichts wahrnehmen zu können, so als hätten wir das Fühlen und Spüren verlernt. Kinder hingegen haben noch einen ganz natürlichen Zugang zu ihrer Intuition und spüren zum Beispiel ganz eindeutig, wen sie mögen und wen nicht.

In der Schule, in der beruflichen Ausbildung und im Business zählt dann oft nur mehr das logische, analytische Denken. Der Verstand wird überbetont und die intuitive, kreative und sensitive Seite von uns kommt viel zu kurz. Jeder verfügt über beides: den Verstand und die Intuition. In unserer schnelllebigen Zeit ist es wichtig, die Wahrnehmung nach innen zu schulen und dich zu fragen, was für dich stimmig und wahr ist. Du kannst dir den Verstand und die Intuition wie zwei Werkzeuge vorstellen, die du zur Hand hast. Wenn du lernst, beide gleichberechtigt zu gebrauchen und zu vereinen, wird das Leben runder, ganzheitlicher und erfüllender.

Deine innere Weisheit entdecken

Intuition, wie wir sie verstehen, ist weit mehr als nur das Bauchgefühl oder eine Ahnung. Für uns ist sie der Zugang zur tieferen, inneren Wahrheit. Deine Intuition anzuwenden, bedeutet zum einen, in dich hinein zu spüren und in gutem Kontakt zu dir zu sein. Zum anderen bedeutet es, deine intuitiven Sinne zu öffnen und Informationen durch deine feinsinnlichen Fähigkeiten zu erhalten. Das sind Wahrnehmungen, die über die fünf herkömmlichen Sinne hinausgehen. Deine

intuitiven Sinne sind das intuitive Fühlen, das Hören, das Sehen und das Wissen. Mit ihnen kannst du die Energien von Personen, Situationen, Lösungsmöglichkeiten, Themen und vielem anderen ganzheitlich empfangen, für dich deuten und dadurch Führung erfahren.

Ich kann dem Leben vertrauen!

Du kannst deine Intuition ganz praktisch im Alltag anwenden. Sie wird dir den Weg weisen und dir bei Entscheidungen und im Umgang mit Menschen und herausfordernden Situationen helfen. Sie unterstützt dich, körperliche, emotionale und seelische Themen zu erkennen und diese in einem nächsten Schritt zu lösen. Bedeutungen und Zusammenhänge des Lebens werden dir mit der Zeit viel klarer, und du spürst intuitiv: Ich kann dem Leben vertrauen! Deine Intuition kann zu einem wichtigen Wegweiser in deinem Leben werden und dir Schritt für Schritt aufzeigen, wie es weitergeht.

Intuition ist die Sprache deiner Seele und du kannst sie erlernen, wie jede andere Sprache auch. Und wie bei jeder anderen Sprache auch, fällt es einer Person leichter und eine andere braucht etwas mehr Übung beim Erlernen.

Wo ist dein Fokus?

Deshalb ist deine Absicht, deine geistige Ausrichtung, bei der Arbeit mit der intuitiven Energie sehr entscheidend, denn Energie folgt der Aufmerksamkeit. Das bedeutet, dass du in deinem Leben denjenigen Bereichen Energie gibst, denen du deine Aufmerksamkeit schenkst. Stelle dir deshalb immer wieder die Frage: „Wo ist mein Fokus?“ Ist dein Fokus bei dem, was du nicht kannst, was dich ängstigt, was dich stört? Ist er oft im Außen? Oder liegt dein Fokus auf dem, was du willst, was dir guttut, was du für möglich erachtest? So wirst du nach und nach deine Glaubenssätze, Muster und Ängste erkennen und dich von ihnen verabschieden können.

Die intuitive Wahrnehmung verschafft dir eine umfassendere Sichtweise auf eine Situation oder ein Problem. Dir stehen also sozusagen noch mehr Daten zur Verfügung, aufgrund derer du die Richtung in deinem Leben bestimmen kannst. Zudem brauchst du deinen Verstand, um die verschiedenen intuitiven Informationen einzuordnen, zu interpretieren, dich für etwas zu entscheiden und dann vor allem ins Handeln zu kommen.

Und wo bleibt der freie Wille?

Die Intuition nimmt dir deine Entscheidungen nicht ab. Du kannst dich auch gegen sie entscheiden. Als Mensch hast du immer einen freien Willen und dadurch eine freie Wahl. Du musst auch nicht jedem Impuls augenblicklich nachgehen. Wenn zum Beispiel aus deinem Herzen die Erkenntnis kommt, dass dir deine Arbeit nicht mehr guttut, bedeutet dies noch lange nicht, dass du sofort kündigen musst. Du stehst ja mitten im Leben und hast Verpflichtungen, du hast deinen Alltag zu meistern.

Denke über die intuitiven Hinweise nach, benutze deinen Verstand. Frage dich: „Ergibt das jetzt überhaupt Sinn? Habe ich auch die nötige Energie dazu? Ist jetzt der richtige Zeitpunkt dafür?“ Achte also bei größeren Entscheidungen immer auch auf den Aspekt der realistischen Umsetzbarkeit.

Dein eigener Leuchtturm sein

Wenn du dich entschieden hast, dich von deiner Intuition leiten zu lassen und deiner inneren Weisheit zu vertrauen, dann wirst du deinen Blick von dem abwenden, was andere Menschen machen, sagen oder tun. Du wirst dir dein eigener Leuchtturm sein.

Susanne Steidl, seit 2003 als selbstständige Trainerin und Coachin in den Bereichen Energiearbeit, Bewusstseins- und Persönlichkeitsbildung. Seminare und Einzelberatungen. Sie arbeitet für und mit Menschen, die sich selbst und ihre Herzenswünsche wichtig nehmen, sich weiterentwickeln und ihr Leben eigenverantwortlich gestalten wollen.

Susanne Schreiter, Humanenergetikerin und mediale Lebensberaterin in eigener Praxis in Wörth. Sie bietet Einzelberatungen, Seminare und Ausbildungen an. Ihr Herzensanliegen ist es, Menschen in ihre wahre Kraft zu führen – für mehr Leichtigkeit und Freude im Leben.

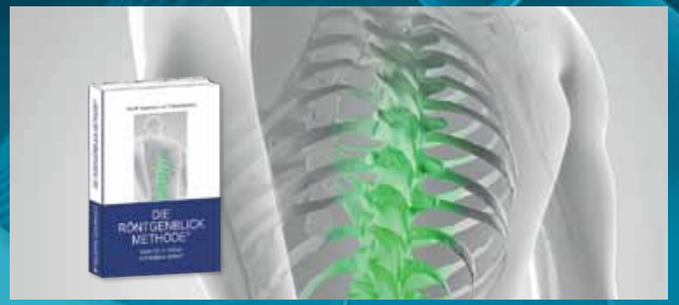
www.susanne-steidl.com
www.praxisschreiter.de
www.intuitive-energiearbeit.com

Lesetipp:
Susanne Schreiter
& Susanne Steidl
Entdecke deine intuitive Energie
144 Seiten, 9,95 Euro
Schirner Verlag

Unabhängiges Institut für zeitgemäße Lebensführung und Gesundheit

RÖNTGENBLICK-METHODE

In Körper & Materie sehen



Sie brauchen neueste Kenntnisse! Müssen Diagnosen und Prognosen genauer erstellen und mehr Kompetenz ausstrahlen! Mehr 'sehen und wissen' und Ihrer Sache sicher sein! Studieren Sie die Röntgenblick-Methode, die Sie im Beruf und privat - zu diagnostischen, therapeutischen und wissenschaftlichen Zwecken - sofort erfolgreich einsetzen.

Frankfurt 20.-22.03.2020
Berlin 27.-29.03.2020
Hannover 03.-05.03.2020
www.modernegesundheit.com

HEILEN MIT NEUEN ZAHLENREIHEN für das Wassermann-Zeitalter

Über 1500 neu entwickelte Zahlenreihen fördern Gesundheit, Finanzen, Werte und den Seelenplan

Band I „Das Träumen der Einheit"
Band II „Spirituelle Materie"
Band III „Gesundheit & andere Katastrophen"
Band IV „Wenn es rote Rosen regnet"
Von außerordentlicher Qualität und ein absolutes Muss in Verbindung der heutigen Missstände."

Diese Zahlenbücher und andere besondere Werke gibt es nur bei uns zu bestellen!

www.modernegesundheit.com

Erwachendes Bewusstsein – Heilung für Mensch und Erde

von Victcor Rollhausen

Der begnadete Seher, Heiler und Medium Jucelino da Luz aus Brasilien kommt erstmals nach Frankfurt

Immer mehr Menschen werden sich der Probleme und Fehlentwicklungen bewusst, die uns zunehmend über den Kopf zu wachsen drohen. Dabei ist es das fehlende Verständnis für die tieferen Ursachen all der Krisen, das uns lähmt, fast schon apathisch werden lässt. Umweltzerstörung und Erderwärmung mit den drohenden Folgeschäden, extremes Auseinanderklaffen der Schere zwischen arm und reich, Wachstumswahn und verstärkter Rüstungswettlauf sind nur einige der aufrüttelnden Gegenwartserscheinungen.

Wo Schatten ist, gibt es auch Licht

Doch wo viel Schatten ist, da muss auch Licht sein. Glücklicherweise gibt es ein- und dasselbe Heilmittel für alle „Krankheitssymptome": Bewusstseinswachstum! Und das ist auch das wichtigste Anliegen des brasilianischen Sehers und Mediums Jucelino Nobrega da Luz, der im November erstmals nach Frankfurt kommt.

Besondere Gabe der Präkognition – klarsichtige Träume zukünftiger Ereignisse

Jucelino wurde mit der seltenen Gabe der Präkognition ausgestattet. Diese direkte Sicht auf zukünftige Ereignisse stellt sich bei ihm in tausenden klarsichtigen Träumen ein. Dabei zeichnet ihn eine enorme Präzision aus. Und in ebenfalls Tausenden Briefen versandte er – gut dokumentiert – Informationen darüber an die jeweils in Frage kommenden Individuen oder Organisationen.

Insgesamt traten die gesehenen Ereignisse zu etwa 70% ein. Wobei Jucelino sich über jedes negative Ereignis freut, das mit Hilfe seiner Warnungen verhindert werden kann. Denn, und das ist ihm wichtig zu erklären, die Zukunft ist nicht eindeutig festgelegt. Es gibt nur gewisse Wahrscheinlichkeiten, die jedoch durch bewusstes Eingreifen des Menschen oft verhindert oder abgemildert werden können. In diesem Sinn sieht sich Jucelino zwar als Mahner, aber keineswegs als Pessimisten. Denn er sieht zwar die teils sehr drastischen Gefahren, die auf uns zukommen, aber zugleich auch die großen Chancen, die darin verborgen sind!

Überbringer hohen geistigen Wissens – Jucelinos inspirierende Botschaft

Präkognition, das prophetische Voraussehen zukünftiger Ereignisse, ist eine der am schwersten zu begreifenden übersinnlichen Fähigkeiten. Und dennoch hat es ohne Zweifel schon immer Seher und Propheten mit dieser außergewöhnlichen Gabe gegeben. Jedoch ist es nur natürlich sich zu fragen, ob man solchen Sehern vertrauen kann. Wichtig ist deshalb, dass sich die Zuverlässigkeit von Jucelinos Aussagen tausendfach bestätigt hat. Dazu sind aber auch die persönliche Integrität und Wahrhaftigkeit eines Menschen entscheidend. Jucelino macht die ihm geschenkte Gabe demütig, ganz ohne Eigeninteresse, zum Wohle der Menschheit nutzbar. Er weiß um die enorme Verantwortung, die ihm mit dieser Aufgabe ge-

geben wurde – und er weiß auch, dass es in den kommenden zwei bis drei Jahrzehnten um ALLES geht. Er sieht die Gefahren die uns drohen, sofern wir nicht endlich von sinnloser Konfrontation und Zerstörung auf Erhaltung, Bewahrung und Heilung umschalten.

Was kann uns weiterbringen?

Laut Jucelino allein die Übernahme von Verantwortung – zunächst als immer zahlreicher werdende Individuen, und dadurch zunehmend ausstrahlend auf die Gesellschaften. Was politische oder wirtschaftliche Veränderungen angeht, dürfen wir nicht zu viel erwarten, solange nicht jeder selbst im eigenen Leben spürbar Verantwortung übernimmt. Dazu aber müssen wir Menschen zu Wissen und Klarheit kommen, nur das kann die innere Bereitschaft erzeugen, wirkliche Veränderungen bei sich selbst herbeizuführen.

Bewusstseinsentwicklung, inneres Wachstum und Selbsterkenntnis sind das beste Heilmittel für eine positive Zukunft

Bewusstseinswachstum als wirksamstes Heilmittel – Verständnis eigener Lebensthemen

Leider ist es bis heute fast unmöglich, sogar in für die Menschheit entscheidenden Fragen, zu einem Konsens zu finden. Ganz einfach deshalb, weil es keine allgemein anerkannte Weltethik gibt, die unser aller gemeinsames Gedeihen als Menschheit über kurzsichtige Einzelinteressen stellt. Das ist der einleuchtende Grund, weshalb Bewusstseinsentwicklung, inneres Wachstum und Selbsterkenntnis in dieser bedrohlichen Phase zum wohl einzigen tauglichen Heilmittel werden.

Deswegen liegt es Jucelino sehr am Herzen, dass die Teilnehmer seiner spirituellen Seminare und energetischen Heilungsarbeit neben gesundheitlichen Verbesserungen zu einem tiefen Verständnis ihrer zentralen Lebensthemen gelangen. Dazu verbindet er sich mit den geistigen Führern des oder der Ratsuchenden. Dabei geht es ihm darum, den Menschen behutsam zu informieren, weise zu beraten und gleichzeitig seine persönliche Wahl, seinen freien Willen und auch seine Grenzen zu respektieren. In der eigentlichen Heilbehandlung beherrscht Jucelino verschiedene Techniken, auch die der geistigen, also unblutigen Chirurgie. Alle Techniken sind geistig-energetischer Natur und deshalb ganz ohne Risiken.

Am 23. und 24. November lädt Jucelino zu einem Seminar in Frankfurt, das neben der geistigen Heilungsarbeit entscheidende Inspiration für Ihr zukünftiges Leben verspricht. Die folgenden drei Tage bis zum 27.11. ist Jucelino noch für Einzelsitzungen in Frankfurt.

Ausführliche Infos, Termine & Buchung:
www.earth-oasis.de

Kugel Blume des Lebens

Schlüssel der Urschöpfungsmatrix

Das geistige Potenzial dieses Lichtkristalls:

- Verbindet dich mit der Heiligen Weißen Bruderschaft
- Die Harmonie in deinem Lichtkörper und der gesamten Schöpfung
- Wirkt intensiv bei Geistheilungen

Du kannst die Blume des Lebens-Kugel in der privaten und professionellen Energiearbeit verwenden. Alle energetischen Strukturen in deiner Aura verbinden sich durch die Energie der Blume des Lebens und öffnen sich fürs Licht. Ebenso kannst du diese Kugel zur Energetisierung von Räumen verwenden.

Die Litios-Lichtkristalle sind energetische Lichtprodukte.

Sie erhöhen die Lichtschwingung in deiner Aura und in Räumen. So fördern sie neues Lichtbewusstsein in dir.

Siehe, fühle und erlebe das Licht der Engel in deinem Leben!

www.Litios.com

Rauhnächte

Vera Griebert-Schröder,
Franziska Muri
Die Rauhnächte-Orakelkarten
49 Karten
und Begleitbuch
20,00 Euro
Integral Verlag

49 liebevoll gestaltete Karten bieten dir Rat und Inspiration, Orientierung und Unterstützung – ideal für die Raunächte, in denen von alters her orakelt wird. Mit diesem Kartenset stellen sich dir Kraftorte, Blumenkräfte, Krafttiere und geistige Helfer an die Seite. Sie inspirieren dich zu neuen Sichtweisen auf dein Leben und stärken dich mit ihren jeweils eigenen Qualitäten. Mit ihnen erhält die dunkelste Zeit des Jahres neue Frische und farbenfrohe Lebendigkeit.

Kim Fohlenstein
Ahnenmedizin und Seelenhomoöpathie
108 Karten,
Buch: 48 Seiten,
Set in Weißblech-Schachtel
59,95 Euro
Heil & Kunst Verlag

Was die Ahnenmedizin so spannend macht? Sie geht davon aus, dass unser ganzes Leben mitbestimmt wird von unseren Ahnenfeldern und dass wir mehr sind als nur ein Körper in der jetzigen Zeitdimension. Die Karten bringen diese Zusammenhänge spielend an die Oberfläche und helfen, den tieferen Sinn eines Themas mit Bezug auf seine Verknüpfung in der Zeit zu verstehen.
108 Karten, die auf homöopathischen Mittelbildern, astrologischen und mythologischen Kenntnissen beruhen. Ein Kartenset für die Praxisarbeit, zum Lernen oder für dich privat. Ahnenmedizin verändert die Welt.

www.heilundkunst.de

Räuchermischungen von Annemarie Herzog - handmade -

Rau(h)nacht im Glas

Eine Räuchermischung, die nach Belieben im Rahmen der Rauhnächte verräuchert werden kann. Eine universelle Mischung mit Lichtbringerpflanzen wie z.B. Angelikawurzel.

Advent- & Weihnachtsmischung im Glas

Diese Mischung ist geeignet, um in der Advent- und Weihnachtszeit einen besonderen Duft in die Räume zu bringen. Auch zum Verschenken sehr gut geeignet
Inhaltsstoffe: Weihrauch, Myrrhe, Speick, Orangenschale, Zimt, Nelke u.a.

www.Achanta.at

HEILER & PARAPSYCHOLOGE RADE MARIC

Erfolgreiche Kooperation mit der Schulmedizin

„Hohe Intensität der Energie beschleunigt Genesung."
Rade Maric

Die Intensität der Energien, die durch ihn wirken, lassen durch Handauflegen und Gebet selbst massive Probleme im körperlichen oder seelischen Bereich aufbrechen.

Manchmal braucht es einige Sitzungen, um Festgefahrenes und Manifestiertes zu lösen und den Körper, den Geist & die Seele in die Heilung zu führen. Daraus entsteht unübertreffbare Lebenskraft und Gesundheit.

Alle möglichen Therapieformen (körperliche und seelische) werden durch die Arbeit von Rade Maric effizienter und rascher in ihrer Wirkung.

Highlight

Schirner Tage:
1. - 3. November

HEILVORTRAG MIT GRUPPEN-HEILENERGIE-ÜBERTRAGUNG

Fr / Sa / So
ab 14.00 - 16.00 Uhr

GESUNDHEITSZENTRUM **RADE MARIC**
Welfenstraße 13,
D-70736 Fellbach-Schmiden, STUTTGART

Tel.: +49 (0) 711 / 65 85 077
Mail: kontakt@rademaric.info

www.rademaric.info

Der Emotionale Rucksack

Mit Vivian Dittmar

Der Emotionale Rucksack – das sind die schwierigen, nicht aufgearbeiteten Gefühle aus der Vergangenheit, die jeder mit sich herumschleppt: Angst, Wut, Trauer, Schmerz und andere mehr. Vivian Dittmar zeigt auf, wie unsere Beziehungen zu kraftvollen Heil- und Entwicklungsräumen werden.

Saalbau Gutleut, Rottweiler Str. 32, 60327 Frankfurt
Erlebnisabend: Fr. 8. November, 19.30 Uhr
Workshop Sa./So., 9./10. November

Träume & Medialität

Mit Mikel Lizarralde

Mikel Lizarraldes konkrete Botschaften und die Natürlichkeit beim Umgang mit der geistigen Welt machen seine Arbeit zu etwas ganz Besonderem. Deshalb gehört der Spanier heute international zu den gefragtesten Medien und Lehrern für Medialität, Trance und Channeling, Spirits und Angels u.v.m.

Saalbau Schönhof, Rödelheimer Str. 38, 60487 FFrankfurt
Erlebnisabend: Fr. 22. November, 19.30 Uhr (mit Medium Tanja Konstantin)
Spirit Circles: Di./Mi., 19./20. Nov.
Workshops: Sa./So., 16./17. Nov. & Sa./So., 23./24. Nov.

Lichtbotschaften von den Plejaden

Mit Pavlina Klemm

Normal war gestern! Das Medium Pavlina Klemm steht im Kontakt mit Lichtwesen wie Engeln und den Plejadern. Sie kann die telepathische Lichtsprache dekodieren und übersetzen. Erlebe ihre Durchsagen über die Hintergründe dessen, was derzeit auf der Erde geschieht. Erlerne selbst Kontakt aufzunehmen sowie Schutz- und Heiltechniken u.v.m.

Saalbau Schönhof, Rödelheimer Str. 38, 60487 Frankfurt
Erlebnisabend: Do. 5. Dezember, 19.30 Uhr
Workshops: Fr. - So., 6. - 8. Dezember

Moderne Methoden der Selbsthilfe

Mit Uwe Albrecht

Uwe Albrecht präsentiert die besten Entwicklungen aus allen Bereichen seiner Arbeit (innerwise, systemwise, DARE).Der bekannte Arzt und Autor hat in den letzten 25 Jahren mit innerwise ein System für die Selbsthilfe und Therapie entwickelt, mit dem wir selbstständig testen und herausfinden können, was im Körper und Leben gestört ist und wie wir es wieder in die Balance bringen.

Saalbau Schönhof, Rödelheimer Str. 38, 60487 Frankfurt
Erlebnisabend: Fr. 13. Dezember, 18.30 Uhr
Workshop: Sa./So., 14./15. Dezember

Abonniere den kostenlosen Newsletter mit Veranstaltungs- und Lesetipps, Verlosungsaktion u.v.w.!
Folge uns auf facebook Twitter Instragram YouTube

www.frankfurter-ring.de, Tel: 069 - 51 15 55

Feine Algen

Ihr Onlineshop für hochwertige Nahrungsergänzung

„…in einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist…“

Nicht immer reicht es aus, mit einer ausgewogenen Ernährung und ausreichender Bewegung unseren Körper gesund zu erhalten. Im Gleichgewicht zu bleiben, auf unsere Bedürfnisse einzugehen, unseren Körper und Geist zu pflegen – was selbstverständlich sein sollte – wird oftmals durch zunehmenden Stress im Alltag schwierig für uns. Hinzu kommt, dass sich der Nährstoffgehalt in unseren Lebensmitteln verändert und unser Organismus nicht immer optimal mit allen wichtigen Nährstoffen versorgt wird.

Seit vielen Jahren nutzen wir persönlich die Kraft der Algen und möchten heute im Alltag nicht mehr darauf verzichten.

Was macht AFA-Algen, Spirulina und Chlorella-Algen so wertvoll?

Algen verfügen über eine unglaublich breite, perfekt auf einander abgestimmte, naturbelassene Nährstoff- und Energiedichte, die für den Menschen in ihrer Natürlichkeit eine gute Bioverfügbarkeit aufweisen. Sie sind somit ein komplettes Lebensmittel mit allen nötigen Vitalstoffen wie Aminosäuren, Kohlehydraten, Fettsäuren, Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen und sind voller Chlorophyll – also Sonnenlicht pur!

Das Wissen um die positive Wirkung der Algen und anderer Naturprodukte auf die Gesundheit, führte zur Gründung des Unternehmens feine-algen.de im Jahr 2007. Zunächst mit ca. 20 Produkten war das Sortiment recht überschaubar und konnte als Ein-Mann-Betrieb in den ersten Monaten noch bewältigt werden. Schon bald entwickelte sich das Unternehmen: Das Sortiment wurde ständig erweitert und die Räumlichkeiten wurden schnell zu eng. Der erste Umzug folgte und vier Jahre später die Erweiterung mit zusätzlichen Räumlichkeiten für Logistik und Büro in Budenheim bei Mainz.

Seit nun mehr als 10 Jahren stellt das Team des inzwischen biozertifizierten Onlineshops seine Kunden mit seinem großen Erfahrungs- und Wissensschatz zufrieden. Das Angebot wird nach strengen Qualitätskriterien und neuesten wissenschaftlichen Studien zusammengestellt.

Mit den meisten Herstellern verbindet uns ein langjähriger, auch persönlicher Kontakt. Unser Anspruch: „Die Produkte sollen möglichst keine Begleitstoffe enthalten und wenn möglich aus Bio-Anbau stammen. Wir bilden uns ständig weiter und informieren uns über die neuesten Entwicklungen im Bereich der Nahrungsergänzungen. So ist gewährleistet, dass wir neue, vielversprechende Produkte rasch ins Sortiment aufnehmen können.“

Der Bereich Darmgesundheit ist besonderer Schwerpunkt im Produktsortiment. Denn die Gesundheit liegt im Darm, das ist bekannt. Erfolgsprodukte wie Heidelberger-7-Kräuterstern, Mikrobiotika von Dr. Udo Erasmus, Colon Plus und Colon Care, Digevit und mehr haben schon vielen Menschen geholfen, wieder Balance in den Magen-Darm-Bereich zu bringen.

Und unser Gehirn braucht gesundes Fett, um richtig zu arbeiten. Bei feine-algen.de finden Sie viele verschiedene pflanzliche Omega-3 Öle, alle naturbelassen, voller wertvoller essenzieller Fettsäuren, die für den menschlichen Organismus lebensnotwendig sind und mit der Nahrung aufgenommen werden müssen.

Eine große Bereicherung für das Sortiment von feine-algen.de sind die Produkte von Robert Franz, ein vehementer Verfechter von Naturprodukten und Kämpfer für das Wohlbefinden von Mensch und Tier. Immer wieder berichten Menschen von ganz erstaunlichen Verbesserungen in ihrem Leben, wenn sie die Ratschläge und Empfehlungen von Robert Franz im Alltag umsetzen.

Fazit: Ob Algen, OPC, Vitamin D3, MSM, Flor-Essence Kräutertee, Vitalpilze und so viele erstaunliche Naturprodukte mehr: Die Natur kann uns helfen, unsere Gesundheit zu unterstützen.

Tel.: 06124 - 72 69 154, info@feine-algen.de
www.feine-algen.de

5-Elemente Küche

Die Ausbildung zum Foodcoach

Lange Zeit war es in China üblich, dass Ärzte von gesunden Menschen bezahlt wurden. Wurde der Mensch krank, setzte auch die Zahlung aus. Die Motivation für die Mediziner war genau entgegengesetzt zu unserem heutigen, etabilierten System. Die Aufgabe des Arztes war, den Kreislauf von Balance und Gesundheit zu unterstützen. Daraus enstand, durch die Beobachtung der Natur, das Verständnis um die 5-Elemente-Lehre.

Dieser Kreislauf von sich ständig verändernden, vergehenden und erneuernden Energien findet seinen Ausdruck in Elementen: Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser. Deren Wechselwirkung soll den Ablauf der Naturerscheinungen regeln, wobei die Elemente nicht als reale Stoffe zu verstehen sind, sondern als Metapher und Symbol für bestimmte fundamentale Eigenschaften von Energie und Materie.

Wir finden jedes dieser Elemente in unseren Lebensbereichen, in der Natur, in Nahrungsmitteln, im Geschmack, in unseren Organen und Emotionen wieder. Auf diese Weise lassen sich herrvorragend Zusammenhänge zwischen Ursache und Wirkung verstehen.

Mit der Ausbildung zum 5-Elemente Foodcoach entdecken Sie eine Welt voller Zusammenhänge – Energetik, Frequenz und Struktur. In einer einzigartigen Kombination von Verständnis, Diagnostik und Einfachheit schaffen Sie sich eine Wissensgrundlage, die Ihr Leben und das Ihrer Familie, Freunde und Klienten verändern wird. Dies ist eine Ausbildung für Weltenwandler, friedliche Krieger, Wahrheitssucher und Menschen, die bereit sind, den Status Quo hinter sich zu lassen.

Ausbildungsinhalte:

- Traditionelle Yin & Yang Lehre – 5 Elemente – Säuren & Basen
- Typerkennung – Gesichts- Hand- Fußdiagnostik
- Energetische Prinzipien in unserer Ernährung
- Emotionen: 5-Elemente mental und spirituell
- Bedeutung und Sinn von Krankheit
- 5-Elemente Küchenpraxis
- Fermentationen, Nahrungsmittelschulung, Spezialprodukte
- Marketing & Selbstständigkeits KnowHow

Ausbildung zum 5-Elemente Foodcoach
4 Wochenendtermine – Frühjahr 2020 in Idstein
1./2. Feb.; 29.Feb./1.März;
28./29.März; 2./3. Mai

Michael Dietz
www.kio-food.de

www.spiritlive-magazin.de

Weisheit, Gesundheit, Reisen, Rezepte, Umwelt, Natur

Mehr Artikel auf der Webseite!

Tesla Uhren

Aussergewöhnlicher Elektrosmog-Schutz

Jüngst präsentierte die Schweizer Uhrenmanufaktur TESLA WATCHES die neue Generation ihrer anspruchsvollen Armbanduhren. Ausgestattet mit der genialen Technologie des berühmten Physikers Nikola Tesla, gelten sie als Wegbereiter für ein neues, einzigartiges Wohlbefinden. Seit jeher verbindet die Marke TESLA WATCHES in jedem seiner herausragenden Exemplare zeitlose Eleganz mit innovativer Tesla-Technologie, die sich in Form eines intelligenten Biofeld-Schutzes äussert.

Schweizer Uhren-Handwerk

Jede einzelne Armbanduhr steht für die hohe Qualität der Schweizer Uhrmacher-Tradition: Die Liebe zur Präzision, hochwertige Materialkombinationen sowie einzigartigen Tragekomfort. Der Tesla Uhrenmanufaktur gelingt es wie keiner anderen, das außergewöhnliche Know-How traditioneller Handwerkskunst mit Spitzen-Technologie zu verschmelzen.

Neues Damen-Modell

Unter den verschiedenen Tesla Uhren sticht das neue Damen-Modell „Atlantis" hervor: Funkelnde Kristalle umrahmen das Zifferblatt und lassen dieses besondere Modell in einer lichtvollen Aura erstrahlen. Die Sekunden-Anzeige vollendet erhaben ihren eigenen Kreislauf auf 6-Uhr-Positon und verleiht dem Modell sein unvergleichliches Charisma. Das tiefblaue Zifferblatt wirkt selbstbewusst und kraftvoll.

Neues Herren-Modell

Im Herren-Segment haben sich die Macher der Tesla Uhren einen Traum erfüllt: die Kreation der Tesla Mondphasen-Uhr! Das Modell „Moon Phases" besticht durch sein klar strukturiertes Zifferblatt und seine zeitlose Eleganz. Die Mondphasen-Anzeige fügt sich harmonisch in die untere Hemisphäre des silber-weißen Zifferblattes ein. Die erhabene Erscheinung dieses Modelles übertrifft dabei jegliche Erwartung an Design und Funktionalität.

Zertifizierte Technologie

Für die Tesla Uhren steht kein geringerer Erfinder Pate, als der renommierte Nikola Tesla! Zwei großartige Patente des genialen Physikers kommen in den anspruchsvollen Schweizer Armband-Uhren zur Anwendung. Im Uhren-Innern arbeiten neben dem zuverlässigen Schweizer Uhrwerk der einzigartige „Tesla® Energy Chip" sowie ein spezieller Tesla-Feldverstärker. Dank der Kombination beider Teslapatente ist die Uhr in der Lage, ein wohltuendes, positives Energiefeld höherer Rangordnung zu generieren, welches das bio-energetische Feld des Uhren-Trägers auf eine maximale Sättigung hochfährt.

Schützendes Kraftfeld

Dadurch entsteht ein Kraftfeld von hoher Kohärenz, das den Uhren-Träger in eine Art „Energieglocke" einhüllt. Mit diesem außergewöhnlichen Tesla Biofeld-Schutz verfügt der Mensch über eine einzigartige Wellness-Technologie, mit der er selbst den neuesten Mobilfunkstandards* gelassen entgegentreten kann.

Fazit: Tesla Uhren sind zu einem wahren Geheimtipp avanciert. Sie sind zum Wegbereiter für ein großartiges Lebensgefühl geworden, dass bei vielen Menschen schon bald in Vergessenheit geraten ist.

Info & Bezugsadresse:
Tesla Watches – Swiss Made
www.teslawatches.com
Tel. 0041 443 400 435

**Wissenschaftler der medizinischen, biologischen und technischen Fakultäten warnen zunehmend vor den Gesundheitsrisiken durch vermehrten Elektrosmogs, wie WIFI/ WLAN, 3, 4 und 5G, DECT, Bluetooth, ELF-Wellen usw.*

Tesla Uhren

Mit Tesla-Technologie gegen Elektrosmog

Die «Tesla Energy Uhr» vereinigt in sich die neuesten Erkenntnisse der Tesla-Forschung mit der hohen Schule der Schweizer Uhrmacherkunst. – Das Resultat: ein erstklassiger Zeitmesser mit der Elektrosmogschutz-Technologie des Physikers Nikola Tesla.

Das Besondere an den Tesla Uhren ist der integrierte «Tesla Energy Chip» – eine wegweisende Erfindung des genialen Physikers und «Vaters der Freien Energie» Nikola Tesla.

Der in den Tesla Uhren wirkende Tesla Chip generiert ein angenehmes Energiefeld höherer Rangordnung (NichtHertz-Skalarwelle), das das bio-energetische Feld des Trägers nachweislich vor elektromagnetischen Emissionen (ELF-Signale, Elektrosmog etc.) schützt.

Das Zusammenwirken von Teslaspule und Chip erzeugt ein kohärentes, undurchdringbares Energiefeld, das sich wie eine schützende Blase über den Menschen legt. So können sich Vitalität und nachhaltige Gesundheit wieder frei entfalten.

Unabhängige Messungen belegen, dass selbst bei einer durchschnittlichen Elektrosmogbelastung der Biofeld-Energielevel einer Person bis auf 35% fallen kann. Durch das Tragen einer Tesla Uhr konnte der Level bereits in den ersten 5 min. bei 71% und nach 10 min. bei 82% stabilisiert werden, bis sich dieses in der Folge wieder vollständig regenerierte.

Die neuen Damen- und Herrenmodelle der innovativen Uhrenmarke TESLA werden in der Schweiz mit ausgesprochener Passion fürs Detail, für Perfektion und Qualität gefertigt:

- Elegantes, zeitgenössisches Design
- Schweizer Qualitäts-Uhrwerk
- Tages- und Datumsanzeige
- Robustes und gleichzeitig leichtes Gehäuse aus hochwertigem Edelstahl
- bis 100 Meter wasserdicht (10 ATM)
- integrierter Tesla® Energy Chip
- 5 Jahre Garantie mit Zertifikat

Tesla Uhren empfehlen sich als Vorsorge und als starker Biofeld-Schutz gegen die sich stetig wachsende Elektrosmog-Belastung. Besuchen Sie noch heute die Tesla Uhren-Webseite und wählen Sie Ihr Modell aus!

Bezugsadresse:

Tesla Watches Schweiz
✆ 0041 443 400 435
www.teslawatches.com

Die Röntgenblick-Methode

Pioniere auf einem beispiellosen Weg

Lassen Sie mich eine Geschichte erzählen, die so atemlos und berührend ist, dass sie zum Nachahmen anregt: Wir schreiben das Jahr 1996. Damals gab es eine Frau, die ihre Absicht, die Gesundheit wiederzuerlangen, über alles andere stellte. Die Prophezeiungen der Mediziner sollten sich nicht erfüllen, das war ihr größter Wunsch, die nach einem Unfall und einigen sehr unglücklich verlaufenden Operationen im Rollstuhl saß. Sie wusste nicht, wie es gehen würde, aber sie nahm die Herausforderung an, die sie tief in ihrem Herzen spürte. Nach einem tiefen Erlebnis mobilisierte sie unglaubliche Kräfte, die ihr das Recht gaben, unorthodoxe Konzepte aufzustellen – wie die der Röntgenblick-Methode. Seitdem beobachtet sie hell wahrnehmend die Gesundheit, ihr Umfeld und staunt.

Gisa und ihr Partner Daniel entwickeln die Röntgenblick-Methode weiter und erkennen, dass die Techniken immer den neuesten Anforderungen angepasst werden müssen. Ohne einen Unterschied, ob es ein Traktor, Computer, Haus, Mensch, Tier, die Wirtschaft oder die Nachrichten ist.

Gisa: „Seit Beginn unserer Ausbildungen der Röntgenblick-Methode im Jahr 1998 ist es für uns nach wie vor immer wieder eine besondere Herausforderung, Menschen in ihre eigene intuitive Wahrnehmung zu begleiten. Wir behaupten nicht, dass es einfach ist, aber diese Getragenheit, erfüllt mit dem Wissen über natürliche Vorgänge, die uns ansonsten verschlossen geblieben wären, gibt uns weiterhin die Kraft, auch in der Zukunft weiter zu studieren."

Diffuse Diagnosen und unbekannte pathogene Erkrankungen, die zum Beispiel durch das Ausdampfen des Erdgiftes „Radon" entstehen, stellen höchste Ansprüche an die Rettung von Leben dar. Menschen, die in medizinischen und therapeutischen Berufen schnell die richtigen Antworten finden müssen, werden in diesem Training optimale Lösungen zuteil.

Für den Patienten kann durchaus lebensrettend sein, wenn sein Arzt zusätzlich den Röntgenblick anwendet, um das Gehirn, die Knochen, die DNA und die Zellstruktur wahrzunehmen, um die Diagnose zu verfeinern und ggf. zu korrigieren. Das Fachbuch zum Seminar „Die Röntgenblick-Methode" enthält viele Fallbeispiele mit Lösungen und gezielten Übungen.

Daniel: „Hellwissende Fähigkeiten, beruflich oder privat, direkt und logisch, sofort einzusetzen, lernen Sie bei uns an zwei Tagen! Mit gezielten Übungen lösen Sie zuerst ihre eigenen Probleme, damit die Geschwindigkeit der ungewohnten Wahrnehmung überhaupt erst möglich ist. Das heißt, bei jedem ist sein Geist, anders als gewohnt, schneller aufnahmebereit und viel aufmerksamer, denn nur mit einem befreiten Geist kann überhaupt erst – mit der für alle ungewohnten Geschwindigkeit – das Training beginnen."

Es ist erstaunlich, wie schnell Menschen, vor allem Private und Techniker, die Methodik der Feinwahrnehmung begreifen und sofort anwenden. „Schon am ersten Tag der Premium-Akademie lernte ich den Röntgenblick bei meinen Organen und Skelett selbst anzuwenden und am zweiten Tag bei anderen Menschen, Tieren, Gebäuden, Natur sowie in der Technik. Spannend! Ein Muß für meine unabhängige Freiheit!"

Das Röntgenblick-Training beinhaltet eine knallharte konzentrierte Aufmerksamkeit auf das „Jetzt", um die Ergebnisse sofort wahrnehmen zu können. Es ist das Erfassen einer ultimativen Geschwindigkeit im „Hier und Jetzt", dem Unwahrscheinlichkeitsdrive. Einem Konzept der Beobachtung und des Wahrnehmens – so wie es noch nicht erlebt wurde.

Gisa und Daniel von der Modernen Gesundheit
Termine, Videos & Bücher & Erleben
www.modernegesundheit.com

Die Karde
Pflanze der Götter

von Barbara Simonsohn

Wer machte die Karde berühmt? Dem Ethnobiologen Wolf-Dieter Storl haben wir die Erkenntnis zu verdanken, dass sogar gegen Borreliose, die vielen Menschen das Leben schwer oder sogar zur Hölle macht, ein Kraut gewachsen ist. Storl: „Borreliose ist heilbar, es gibt keinen Grund zur Angst!“

Durch Zecken übertragene Borreliose ist eine Multisystemerkrankung, die jedes Organ befallen und jedes Symptom vortäuschen kann. Spiralbakterien können Zellen, Haut-, Muskel- und Fettgewebe durchbohren, ins Herz, die Leber, die Nieren, Augäpfel oder über die Blut-Hirn-Schranke ins Gehirn wandern. Die vielfältigen und oft schweren Symptome entstehen durch chronische Entzündungen, die von den Borrelien ausgelöst werden, und über die Produktion von Toxinen und Neurotoxinen. Dr. Arnim Schwarzbach vom Borreliose Centrum in Augsburg geht von 1,2 Millionen erkrankten Deutschen jährlich aus, die Krankenkassen schätzen, dass sich 798 000 Menschen pro Jahr infizieren. Nur Borrelioseinfektionen, die mit Wanderröte einhergehen, kommen zur Meldung, die entsteht aber nur in einem Drittel der Fälle. Bei der herkömmlichen Antibiotikatherapie beträgt die Rückfallquote 75 Prozent.

Im Buch „The Book of Herbal Wisdom“ von Matthew Wood wurde Wolf-Dieter Storl fündig. Wood hatte herausgefunden, dass die Chinesen bei einem Symptomkreis, der sich mit der der Borreliose deckt, die Karde, lateinisch Dipsacus japonica, verwenden. Der altchinesische Name der Pflanze heißt „Xu Duan“, mit der Bedeutung „Wiederherstellung dessen, was zerbrochen ist.“ Es gilt in der TCM – Traditionelle Chinesische Medizin – als bestes Mittel zur Stärkung der Nierenessenz oder Jing oder „Leberblut“. Die Nierenessenz ist zuständig für Vitalität, Wachstum, Sexualität und Fortpflanzung.

Nicht nur durch die Karde, sondern auch durch Tai Chi- und Chi Gong-Übungen können wir die Nierenessenz pflegen für Gesundheit und ein langes Leben. Die Karde hilft, sich besser abzugrenzen und sich gegen schädliche äußere Einflüsse zu wappnen.

Die Kardenwurzel unterstützt das Yang, also den aktiven, „männlichen“, zeugenden, warmen, erfüllenden Aspekt der universellen Chi-Energie. Vertreter der Makrobiotik sagen, unsere westliche Lebensweise führe zu einem eklatanten Yang-Defizit. Die Karde hat nach der TCM folgende Eigenschaften: sie stimuliert den Stoffwechsel und bewegt die Chi-Energie, sie regt durch ihre Bitterstoffe die Verdauung an, durch ihre Süße tonisiert sie und gleicht aus, und durch ihre Schärfe löst sie Blockaden auf, welche den Fluss der Lebenskraft stören. Die Kardenwurzel stärkt das Nieren- und Leber-Yang, also Knochen, Muskeln und das Immunsystem und bewegt stagniertes Blut, was nach der TCM für Schmerzen verantwortlich ist.

Borreliose ist mit der Syphilis verwandt, sagt Storl. Bei beiden Krankheiten bricht der Mensch irgendwann seelisch zusammen und erlebt psychische Ausfälle. Nach Matthew Wood regen die von den Zecken übertragenen Spirochäten oder Spiralbakterien bei Rehböcken das Wachstum des Geweihs an, beim Menschen jedoch wirken sie wie eine syphilitische Infektion. Sie produzieren eine chronische Entzündung von Muskeln und Gelenken.

Matthew Wood entwickelte eine alkoholische Tinktur aus der Wurzel der einheimischen Karde und behandelte damit die Borreliosefälle in seiner Praxis. Die erste Frau, die Wood behandelte, bekam erst einmal einen Ausschlag im Genitalbereich. Nach dreieinhalb Wochen und bei allen Folgeuntersuchungen waren aber keinerlei Spirochäten mehr nachweisbar, und die Patientin fühlte sich wohl. Auch die zweite Patientin erlebte erst einen Ausschlag, dann die Heilung. Die dritte Frau litt bereits seit sechs Jahren an Borreliose-Symptomen wie Muskel- und Gliederschmerzen, chronischer Müdigkeit und Verlust der geistigen Klarheit. Wieder kam es zu einer Erstreaktion, einer Verschlechterung der Symptome, gefolgt von einem Hautausschlag und anschließend einer Besserung und Genesung. Die weiteren Fälle, die Matthew Wood erwähnte, verliefen ähnlich.

2001 machte Storl in Ungarn seine ersten eigenen Versuche. Die Zeremonie, eine Pflanze mit besonders konzentrierter Heilkraft zu ernten, hat er auf Seite 132 seines Buches beschrieben. Man muss gewisse Regeln wie Räuchern, Dankspruch, Beachtung der Mondphase einhalten. Auch Gesunde profitieren. Heidi M., eine junge Mutter aus Zürich, erlebt mit der homöopathischen Karde-Tinktur folgendes: „Das Ergebnis ist genial. Ich nahm die Tropfen fünf Tage hintereinander ein und merkte die Wirkung eindeutig. Ich bin relaxter, freudiger, energievoller. Die „Stacheln“, die in mir drin sind und sich gegen mich richten, können sich auflösen.“ Auch ihr Mann merkte den Unterschied. Ein schwer an Borreliose erkrankter Mann, R. Müller, Tischler aus Schwaben, bereitete sich selbst eine Tinktur aus Kardenwurzeln samt der Blattherzen zu, indem er die Pflanze im Mixer homogenisierte und mit Schnaps versetze. Nach der ersten Woche täglich ein Glas ging es ihm 30 Prozent, nach vier Wochen 90 Prozent besser. Am Anfang der fünften Woche ergab ein Bluttest, dass er nur noch wenige Antikörper im Blut aufwies. „Ich danke Gott.“

Storl machte meditative Selbstversuche zusammen mit einem Freund, der an Borreliose erkrankt war. „In der meditativen Selbstbeobachtung erlebten wir, wie diese ätherischen Energien im Mikrokosmos des Leibes frei wurden und – indem sie nach außen strahlten – die pathogenen Organismen energetisch „hinausdrückten“.“ R. Müller erlebte, dass als „Nebenwirkung“ seiner Kardentinktur-Kur alle Altersflecken verschwanden. Auch die Katzenkralle und die Klette, die bei der Behandlung der Borreliose Anwendung finden, haben eine stachelige Physiognomie. Hinzu kommt Artemisia annua, der einjährige Beifuß.

Die Inhaltsstoffe der Karde sind bisher nur wenig erforscht. Sie enthält Iridoide, Kaffeesäurederivate, Kalisalze, Inulin, Bitterstoffe und das Glukosid „Scabiosid“. Kaffeesäure hat als starkes Antioxidanz eine krebsvorbeugende und -heilende Wirkung. Die Wurzel wirkt harn-, galle- und schweißtreibend, entschlackend und verdauungsfördernd. Neben Borreliose wird sie seit alters her auch eingesetzte bei Gicht, Arthritis, Rheuma, Gelbsucht und Hautkrankheiten wie Akne und Furunkeln. Auch bei Warzen ist die Karde wirksam.

Die Karde lässt sich auch im Garten anbauen. Sie ist frosthart und breitet sich schnell aus. Wegen ihrer stachligen Blütenstände ähnelt die Karde der Distel. Sie wird zwischen 110 und 200 Zentimetern hoch, die Wurzel bis zu 40 Zentimeter lang mit mehreren Ausläufern. Heilkräftig sind Blätter und Wurzel. Es wird empfohlen, Kardentinktur drei Mal täglich einzunehmen. Bei

KASIMIR & LIESELOTTE

NATÜRLICHE KARDE-PRODUKTE AUS EIGENEM ANBAU

Wir von Kasimir & Lieselotte sind ein kleiner Familienbetrieb und betreiben unsere Kräutermanufaktur mit großer Leidenschaft und Überzeugung. Handarbeit, ein ökologisch-biologischer Anbau und ein respektvolles Miteinander sind für uns eine Selbstverständlichkeit.

Wir beraten Sie gerne zu unseren Produkten.
Sie erreichen uns unter:
0049 331 287 994 58
www.kasimirlieselotte.de

Borreliose wird dreimal täglich etwa ein Esslöffel vor den Mahlzeiten auf nüchternem Magen eingenommen, drei Monate lang. Danach kann die Dosis beliebig verringert werden. Ein Arzt aus Bremen empfiehlt, mit einer niedrigen Dosierung von wenigen Tropfen zu beginnen, um eine Erstverschlimmerung wie Hautjucken abzumildern oder zu vermeiden.

Karde kann man in Form von Tee, Tinktur oder Wurzelpulver selbst herstellen oder von einer sicheren Bezugsquelle wie dem Familienbetrieb „Kasimir & Lieselotte" mit langjähriger Erfahrung als Kurpaket beziehen. Tee und Kapseln sind bei unter 30 Grad Celsius getrocknet. In den Borreliose-Produkten dieser Manufaktur findet sich auch Katzenkralle und Artemisia annua, welche die Heilwirkung der Karde unterstützen, alles in Bio-Qualität. Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Es liegen einige Studien vor, welche die Wachstumshemmung der Bakterienart Borrelia burgdorferi durch die Karde unter Laborbedingungen bestätigen (*Liebold, T., u.a., „Growth inhibiting acitivity of lipophilic extracts from Dipsacus sylvestris Huds. Roots against Borrelia burgdorferi s.s. in vitro", in „Pharmazie", Ausgabe 66 S. 623-630).* Nach einigen Berichten, die Storl zugeschickt wurden, sind die in manchen Apotheken hergestellten Tinkturen zu schwach, sie enthalten zu wenig Wurzel oder zu viel Alkohol. Frische Pflanzen oder Saatgut lassen sich in vielen Wildgärtnereien beziehen wie vom Allgäuer Kräutergarten Artemisa (www.artemisia-de).

Bereits in der Antike war die Karde als Heilpflanze bekannt, und Hildegard von Bingen schätzte sie. Sie bietet eine Vielzahl von Verwendungsmöglichkeiten. Empfehlenswert sind bei Borreliose Kombi-Kuren mit Karde, Artemisia annua und Katzenkralle. Dankbarkeit ist angezeigt, dass die „neue Seuche" Borreliose, die sich durch die Klimaerwärmung noch weiter ausbreiten wird, jetzt nebenwirkungsfreie und wirksame Gegenspieler hat, und es Menschen gibt wie Wolf-Dieter Storl, die unbeirrt auf die Kräfte der Natur vertrauen.

Barbara Simonsohn ist eine gefragte Expertin und Bestsellerautorin für Ernährungs- und Gesundheitsthemen. Ihr Spezialgebiet sind Super Foods, d.h. natürliche Lebensmittel, die den Körper optimal versorgen.
www.barbara-simonsohn.de

Lesetipps:
Wolf-Dieter Storl
Borreliose natürlich heilen
264 Seiten, 19,90 Euro
AT Verlag

Barbara Simonsohn
Artemisia – Heilpflanze der Götter
Mankau Verlag

Lesetipps von Anna Ulrich

Anna Ulrich ist am liebsten kreativ und schreibt über alle zentralen Themen des Lebens. Für uns hat sie fleißig Bücher gelesen.
www.anna-ulrich-pr.de

Dr. Anja Schemionek
und Katharina Hinze
Kräuter bei Stress
128 Seiten, 10,00 Euro
Aurum Verlag

Schon Paracelsus kannte das Wesen der Kräuter und an seinen Erkenntnissen hat sich bis heute nichts geändert. Kräuter verfügen über eine Fülle von Inhaltstoffen und der Umgang damit will gelernt sein. Stress ist das große Übel unserer Zeit. Was löst Stress aus? Zu viele und hohe Erwartungen an uns selbst? Weder Mensch noch Tier können ohne Stress existieren. Bedeutend ist, wie wir mit den Folgen umgehen.

Echter Lavendel, Zitronenmelisse, Baldrianwurzel, Hopfen, Passionsblume und Rosenwurz werden gut und ausführlich beschrieben und ihre verschiedenen Wirkungsweisen und Anwendungsmöglichkeiten vorgestellt. Ich verwende selbst gerne Kräuter und bin angenehm überrascht, denn ich habe zwar schon gute Erfahrungen gesammelt, aber dieses Buch hat mir neue Erkenntnisse geschenkt. Jeder kann sich ganz einfach mit der Kraft der Natur stärken.

Navaz Habib
Aktivieren Sie Ihren Vagusnerv
224 Seiten, 16,80 Euro
VAK

Wer unter Schlaflosigkeit, Depressionen, Darmproblemen, Entzündungen oder Autoimmunerkrankungen leidet und sich zudem noch schwer entspannen kann, läuft oft von einer schulmedizinischen oder alternativen Therapie zur nächsten und findet doch keine Genesung. Denn die meisten Ärzte und Therapeuten wissen nicht, wie bedeutsam der Vagusnerv für unsere Gesundheit ist.

Der Vagus ist der größte und wichtigste Nerv in unserem Körper. Er verbindet das Gehirn mit dem Darm, Herzen und anderen wichtigen Organen und Muskeln. Der Vagus beeinflusst daher eine große Bandbreite an Körperfunktionen, wie die Herzfrequenz, die Blasenfunktion, aber auch das Sättigungsgefühl u.v.a.m.

Im 1. Teil der Buches wird der Vagus vorgestellt, im 2. Teil geht es darum, welche Symptome und Beschwerden mit einem dysfunktionalen Vagus zusammenhängen können. Im 3.Teil wird wirkungsvolle Selbsthilfe angeboten. Es werden zahlreiche und leicht in den Alltag zu integrierende Übungen vorgestellt, die den Vagus aktivieren, trainieren und widerstandsfähig machen. So kann der Körper heilen und wieder in Balance kommen.

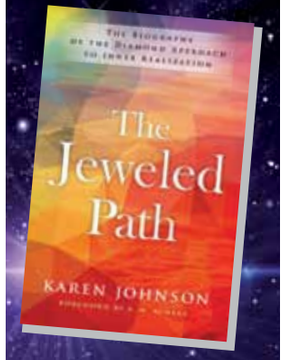
A.H. Almaas

Begründer der Ridhwan-Schule und „Diamond Approach"

Wir führen alle englischsprachigen Bücher/ DVDs und CDs von A.H. Almaas sowie die deutschen Übersetzungen. Ebenso erhältlich ist begleitende Literatur zum Enneagramm und den Sufis. Das gesamte Angebot finden Sie unter www.buchhandlung-plaggenborg.com

"The Jeweled Path – The Biography of the Diamond Approach to Inner Realization" – by Karen Johnson, 344 S., ca. 23,– €.

Hier bestellbar: info@buchhandlung-plaggenborg.com oder Tel. +49 (0) 441 17543



Ausführliche Infos zu Almaas & Ridhwan – Bücher, Medien, Veranstaltungen & mehr auf unserer Webseite: www.buchhandlung-plaggenborg.com

Buchhandlung Plaggenborg
Lindenstr. 35 • 26123 Oldenburg
Telefon +49 (0) 441 17543
info@buchhandlung-plaggenborg.com
www.buchhandlung-plaggenborg.com

Sephora X. McElroy
Stressfrei und erfolgreich durchs Leben
153 Seiten, 13,90 Euro
R.G.Fischer

Zu wenig Zeit? Zu viel Arbeit? Stress und Überforderung sind an der Tagesordnung. Zu Beruf und Familie kommt noch dies und das und dann fällt der berühmte Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt und man flippt total aus. Wer immer wieder an so einen Punkt kommt, sollte sich mit dem Thema Stress intensiver auseinandersetzen. So wie Sephora, die auf ihrer Suche viele Stationen und Puzzlesteine gefunden hat, die ihr geholfen haben und in diesem Buch zusammengefasst hat. Es regt an, die eine oder andere Methode auszuprobieren und sein Leben dem Stress zu entziehen und ganz bewusst aus dem Hamsterrad auszusteigen.

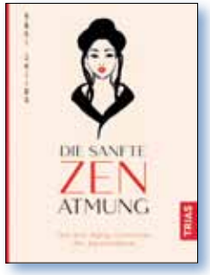
Die Autorin beschreibt alltägliche Situationen anhand der Familie Strubbelich und das in so schöner Form, dass man sich in den Geschichten wiederfindet und sich nicht entziehen kann. Es geht um die Entdeckung von Glaubenssätzen und Gedankenmustern und deren nachhaltige Veränderung. Ängste wollen erkannt und verwandelt werden, damit wir endlich das Leben führen, das auf uns wartet und in dem wir souverän entscheiden, was wir wollen und wofür wir stehen.

Das Buch ist voller guter Hinweise und Einsichten, schöner Illustrationen und praktischer Übungen.

Isabelle Schumacher
Im Herzen berührt
205 Seiten, 16,00 Euro
Lüchow

Haben Sie schon mal Ihre Hand auf Ihr Herz gelegt und ihm dafür gedankt, dass dieses Organ Ihr Leben steuert? Das Herz ist ein hochsensibles Organ, in dem sich eine Fülle von Informationen und Gefühlen einprägt. Jede Wahrnehmung hinterlässt eine Spur, jeder einzelne Moment des Glücks, aber auch jede Enttäuschung wird gespeichert. Zum eigenen Schutz kann sich das Herz sogar verschließen. Dieses Buch kann Sie an Ihren persönlichen Kraftort, Ihr Herz, führen. Befreiung von Belastungen und angeeigneten Denkmustern ist möglich und meistens notwendend. Tatsächlich geht es darum, Ihr wahres Potenzial zu finden und ein Leben zu führen, dass Sie erfüllt. Das Menschsein ist ein auf und ab und immer wieder lauern Herausforderungen, aber wir können uns gegen Krankheit an Körper, Geist und Seele wappnen. In diesem Buch werden viele hilfreiche Übungen vorgestellt, die einfach anzuwenden sind und den theoretischen Teil des Buchs ergänzen.

Dieses Buch ist der ideale Begleiter, der Sie direkt ins Herz führt. Voller Fakten und Inspirationen, die anregen, nach innen zu schauen und uns umdenken lassen. Manchmal braucht es nur ein Buch, das uns an die Hand nimmt, damit wir kraftvoll und gesund durchs Leben gehen.



Yuki Shiina
Die sanfte Zen Atmung
120 Seiten, 14,99 Euro
Trias Verlag

Wir atmen oberflächlich. Zu flach, zu wenig und weder bewusst, noch intensiv genutzt. Und das jede Minute des Tages. Es ist kein Wunder, dass wir uns abends müde und ausgelaugt fühlen. Uns fehlt Sauerstoff. Im Umkehrschluss soll es möglich sein, durch bewusste Atemtechniken jung, gesünder und glücklicher zu werden.

Der Atem ist von essentieller Bedeutung für unser Überleben. Nicht ohne Grund heißt Prana (Atem) Lebenskraft im Yoga und wird in den körperlichen Übungen ganz bewusst eingesetzt. Die Atmung ist ein automatisierter Vorgang, den der Verstand nicht steuern muss. Das vegetative Nervensystem sorgt durch rhythmische Muskelimpulse dafür, dass der physische Körper bis zum letzten Atemzug mit Sauerstoff versorgt wird. Der lebensnotwendige Sauerstoff gelangt über die Lungenbläschen in den Blutkreislauf und somit in jede Zelle, Gehirn inklusive. Wer schnell kraftlos und unkonzentriert ist, sollte sich hier angesprochen fühlen.

Die Japanerin Juki Shiina stellt in Wort und wirklich schönen, ansprechenden Illustrationen zwanzig Atem- und Bewegungs-Techniken vor. Wenn die Übungen einmal gelernt sind, kann man sie im Grunde genommen fast überall ausführen und Körper und Geist in einen ruhigeren und somit gesünderen, optimal sauerstoffversorgten Zustand versetzen.

Heilberater

Ein neuer Beruf in einer NEUEN Zeit!
www.heilberater-niederrhein.de

Ihr Traum vom eigenen Buch?
Wir machen ihn wahr!
Romane, Erzählungen, Biografien, Gedichte, Ratgeber, Sach-, Tier- und Kinderbücher u. a.

Schicken Sie uns Ihr Manuskript – es kommt in gute Hände. Wir prüfen es kostenfrei und unverbindlich!

R. G. Fischer Verlag
Orber Str. 30
60386 Frankfurt
Tel. 069 941 942 0
www.verlage.net

Naturerlebnis - Reisen
Irland und Vogesen

Geomantische Wanderungen
Odenwald und Schwäbische Alb

Franca Bauer • post@cairntara.de • Fon: 07321- 353474 • www.franca-bauer.de

---

Familienstellen aus der erwachten Perspektive
"Seminare mit Tiefe, die dich in die Freiheit führen"

Familienstellen-Seminare, Ausbildung Familienstellen ab 2020, offener Abend, Supervision, Einzelsitzungen

Info und Anmeldung: www.xmoves.de
Dhyana Eva Reuter, Franz Reuter
Tel. 0049 (0)69 59 79 35 41
Email: info@xmoves.de

Intensiv-Ausbildungen zum
Heilpraktiker
& Heilpraktiker für Psychotherapie - HPG

Weitere Ausbildungen
- Klassische Homöopathie
- Akupunktur / TCM
- Anthroposophische Heilkunde
- Moderne Hypnosetherapie
- Ernährungs-, Gesundheits- & Wellnessberater

Info (06221 - 40 45 07

www.akademie-fuer-ganzheitsmedizin.de

Nicole Zaremba
Feng Shui Consultant und licensed Instructor YCH Academy

Zert. Feng Shui Grundausbildung
Meister Ausbildung YCH
für Fortgeschrittene

professionell – intensiv – mit Diplom
Viel Wissen und umfangreiche Praxis

Feng Shui Beratung
Office und Home
Hilfe bei ungewollter Kinderlosigkeit

Info: www.klassisches-feng-shui.de
und: 0 61 62 – 94 17 88

In einen Jahr zum Astro-Coach
Erkenne den Seelen-Entwicklungsplan eines jeden Menschen

Einstieg in d. Astrologische Biographiearbeit mit W. K. Fischer 13. - 15.03.2020

Ausbildung (4 x 3 Tage) ab April 2020

Wolfgang K. Fischer

NEUE HORIZONTE
Fachschule für Naturheilverfahren

Heilpraktiker & Coach | Heppenheim | **www.zentrum-neue-horizonte.de** | Tel. +49-6252-966536

Die Kabbala Lebensanalyse
zeigt Ihnen Ihre persönliche Lebensanleitung. Sie erkennen Ihre Lebensziele und die wahren Ursachen Ihrer Krankheiten.
ANGEBOT: Von Dez. 2019 bis Feb. 2020: 28 Euro.
NEU: Ihr persönliches Seelenbild 18 Euro - Was Ihnen Ihre Seele sagen möchte. Die Darstellung Ihrer Bewusstseinsstufen, entwickelt von Hermann Schweyer.

Kabbala Lebensanalysen - Inge Meyer
Schmiedberg 7, 86415 Mering, Tel. 08233 - 79 58 962, www.kabbala.de

---

Gehen in eine andere Weite

Was bewirkt den Erfolg? Wenn wir uns zuwenden. Zuerst den eigenen Eltern und durch sie dem Leben und der Fülle.

Weiterbildung „Seelisch-geistiges Familienstellen"
Seminare: 1 x monatlich.
Abendgruppe: 1 x monatlich, Di. 18-21.30 Uhr.

Wolfgang Deußer, Institut für Neue Systemische Aufstellungen Darmstadt.
Ausbilder bei Bert & Sophie Hellinger, in mehreren europäischen Ländern
✆ 06257/9994790 • **www.familienaufstellung.net**

Die Profis der Selbstheilung: Berufsverband Psychobionik e.V.

Psychobionik
Seit 2002
Berufsverband Psychobionik e.V.

Innenweltbegleiter, Psychobionik Coach
Synergetik Profiler und Krebsbegleiter

Das Bundesverwaltungsgericht hat die Methode 2010 als Heilkunde anerkannt (HP-Schein) und der Bundesgerichtshof definierte sie 2011 als Konfrontative Psychotherapie (HP-Schein freier Bereich)

1. Vorsitzender: Bernd Joschko - Amselweg 1 in 35649 Bischoffen - Tel. 06 444 - 93 12 94 5
Mail: joschko@psychobionik.de www.berufsverband-psychobionik.de

---

Geistiges Heilen

Fern- und Kontaktheilung

Homepage
www.praxis-licht-reich.de

Heilerin, Medium, Autorin

- Mediale Beratung, auch telefonisch
- Spirituelles, energetisches Heilen
- Engelseminare und Heiler-Ausbildungen zu den Büchern

Sabine Göbel • www.geistiges-leben.de
Tel: +49 (0) 8361-92 57 936
Mobil: +49 (0) 171 / 1 87 22 65

Luis Rojas

Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin und Tanztherapie

Heilungswege leben

Therapieangebot:
- **Akupunktur • energetische Massage • Qi Gong**
- **Kinderwunsch • Schwangerschaftsbegleitung**
- **Moxibustion • Ernährungsberatung**

Termine nach Vereinbarung

✆069-30067641
www.qi7.de

JahresSeminare am Klosterberg

FreeMe: Selbsterfahrung, prakt. Ergänzung zur theor. Ausbildung HP PT
Holawa: Selbstheilung & Bewusstsein
Außerdem: Metamorphose, Aufstellungen, Rebirthing, Touch-Life-Massage

Leidersbach, 06028-99 585 99 • 0151-17 41 81 40
www.sam-institut.com

Zimtschnecken

Endlich Winter! Die Zeit des Backens beginnt. Allein der Duft von Zimtschnecken ist schon berauschend...

Hier eine vegane Variante:

- 75 g Pflanzenmargarine
- 250 ml Sojadrink
- 1/2 Würfel Frischhefe
- 500 g Mehl
- 1 TL Kardamom, (kann, muß nicht)
- 65 g Zucker, besser Agavendicksaft
- Prise Salz

Für die Füllung:
- 30 g Margarine
- 50 g brauner Zucker
- 2 EL Bio-Zimt

Sojamilch langsam handwarm erwärmen. Frische Hefe in die Milch krümeln, Zucker oder Agavebdicksaft und Margarine zufügen und rühren, bis alles gelöst ist. Mehl mit Salz und Kardamom mischen. Hefemilch zugeben und den Teig gut verkneten.
Der Teig sollte nun mindestens eine halbe Stunde an einem warmen Ort ruhen.

In einem Topf die Margarine schmelzen und Zucker und Zimt zufügen. Der Zucker sollte sich auflösen.

Den Teig auf einer bemehlten Fläche ausrollen und mit der Margarine-Zucker Mischung bestreichen. Alles aufrollen und in Scheiben schneiden. Auf ein Backblech mit Backpapier legen und noch mal 10 Minuten aufgehen lassen. Wer mag, kann die Schnecken noch mit Sojasahne bestreichen und mit Zucker bestreuen.

Bei 250°C ca. 5-8 Minuten backen. Die Schnecken sind fertig, wenn sie eine schöne goldene Farbe haben. Hmmmm...

Impressum

SPIRIT *live* & Schirner Magazin, Nr 43

Herausgeberin
Media Agentur Schöniger
Im Steinig 10, 64372 Ober-Ramstadt
Tel: 06154 5756 510

Redaktion
Christiane Schöniger (v.i.S.d.P.)
info@spiritlive-magazin.de

Anzeigen: Christiane Schöniger
info@spiritlive-magazin.de

Auflage 23.000, kostenlos, vierteljährlich

Hinweis: Wir übernehmen keine Verantwortung für den Inhalt von namentlich gekennzeichneten Beiträgen und Anzeigen.

Fotos: Titel: gilitukha/fotolia; weitere: pixabay und eigene.

Satz und Grafik: Media Agentur Schöniger, Ober-Ramstadt
Druck: Divyanand Verlags GmbH, Herrischried

Das nächste **SPIRIT *live* & Schirner Magazin**
erscheint Ende Januar 2020
Anzeigenschluß: 20. Dezember 2019

Kamasha Produkte und Seminare aus der Quelle des Seins

Natara®
ist ein Heiler und spiritueller Botschafter. Seminare, Ausbildungen und Events bei Natara® sind eine außergewöhnliche Gelegenheit für tiefe Wandlungen.
Nataras ®»Röntgen«-Blick dringt bis zu den Wurzeln eines körperlichen oder seelischen Konfliktes durch und schafft somit die Basis für eine erfolgreiche Transformation.

KAMASHA TV

Alle Seminare buchbar per Live-Stream
Wenn Du dabei sein möchtest,
dann registriere dich bitte auf
www.nataras-welt.de

Geistige Chirurgie Ausbildung nach Natara® 2020
mit den Meistern aus dem Quantenfeld

Für 10 Ausbildungstage, die dein Leben absolut verändern werden!

Diese Ausbildung ist eine Erkenntnisschulung, ein Weg um dich selbst und auch andere von Krankheiten, Blockaden, Prägungen und Einschnitten der Vergangenheit zu befreien.

Durch die Verbindung mit deinem göttlichen Potenzial, mit deiner Blaupause, erfährst du ein neues Bewusstsein für deinen Lebensweg, für das was du in Freiheit, Gesundheit und Fülle in deinem Leben erfahren willst.

Es werden dir durch verschiedene Einweihungen Fähigkeiten vermittelt, mit denen du arbeiten kannst, um Menschen, Tiere, Plätze, die Natur und auch Situationen in die Veränderung zu bringen. Auch du kannst dann die Blaupause für vieles aktivieren und dadurch in die Befreiung, in die "göttliche Ordnung" bringen lassen.

Die Anwendung von unterschiedlichen Techniken ermöglicht es dir auf Frequenz-Ebenen zu wirken, die körperliche sowie seelische Ursachen berühren und bis auf DNA-Ebene wirken, wodurch tiefe nachhaltige Veränderungen und Auflösungen geschehen können.

Termin: 13.-22. Januar 2020
Ort: Seminarhotel Sonnenstrahl, D- Kißlegg

Seminarpreis: 5130 € zzgl. TP, Kost und Logis

Eine Zahlung in 12 Monatsraten ist möglich.

Anmeldung & Info
Kamasha GmbH & Co.KG Marie-Curie-Str. 6 36039 Fulda
Tel. +49 (0)661 38 000-238 tai@kamasha.de www.kamasha.de

Lichtkristalle der Neuen Zeit

IM AUFTRAG VON LICHTFÜRST METATRON

LITIOS LICHTKRISTALLE

...sind energetische Lichtprodukte

...erhöhen die Lichtschwingung in Aura & Räumen

...aktivieren kristallines Lichtbewusstsein in dir

Litios®-Lichtkristalle
Alte Poststraße 37 • D – 88690 Oberuhldingen
+49 (0)7556 92 90 80 • contact@litios.com

www.Litios.com