

Weite Horizonte

Neue Wege | Gesundes Leben | Spiritualität



Thema

Freilassen

von Chritiane Goebel

Gesundheitsfestival im Eutiner Schlossgarten

Die Seele freilassen

Ein Fest der Freiheit – lassen Sie sich selbst frei

Ohne Wurzeln keine Flügel

Wir sind wieder da!



Weite Horizonte

Neue Wege | Gesundes Leben | Spiritualität

Messe in Eckernförde

17.-18. September 2022

TÖZ | Technik- Ökologie-Zentrum | Marienthaler Str. 17

3 Vortragssäle

über 60 Aussteller

vegetarisches & veganes Catering

kontakt@weite-horizonte.de | 04641 9862191

www.weite-horizonte.de

15. Festival für Gesundheit und Lebenskunst in Eutin

Gelassenheit	6	Weiterbildung zur/zum Heilbegleiter(in) und Priester(in)	27
Festival Programm	7	Gutes Klima am Bau ist nicht nur eine Frage der Materialien	42
Zeit für eine gute Zukunft – Zeit für Erneuerung – Zeit für ein erfülltes Leben	8	Geomantisches Sommervergnügen	44
Den Wolf freilassen?	9	Künstlerportrait zum Titelbild: Christiane Goebel	49
Wege zu innerer Gelassenheit	10	Schmerz als Sprache des Körpers	50
Thema „Freilassen“			
Die Seele freilassen	14	Was reift, braucht Zeit – Systemische Lösungs- arbeit mit Dr. Dietmar Höhne	52
Freilassen als Kunst des Übergangs und der Neuausrichtung	18	Klangchalen berühren unser Innerstes	57
Jeder Schmerz muss freigegeben werden oder: warum Glückliche sein auch nicht so einfach ist	20	Elise-Mila Impuls Technik©	62
Lass deine Stimme frei!	22	Das Miteinander braucht Hilfe, wenn Konflikte den Alltag belasten – wenn Konflikte krank machen	68
Frei-lassen und Los-lassen – eine Frage der „Puste“	39	Achtung – Fake News/schlechte Rezensionen mit Betrugsabsicht	73
Los- oder frei-lassen können wir so vieles	46	Der Vagusnerv – den Selbstheilungsnerv im Körper aktivieren	74
Ein Fest der Freiheit – Lassen Sie sich selbst frei!	58	Rubriken	
Aufstieg ins Licht	64	Inhaltsverzeichnis	3
Ohne Wurzeln keine Flügel ...	70	Impressum Editorial	4
Portraits Berichte			
Pilgern – eine Chance zum Wandel	11	Kalender Juni Juli August	31
Frieden in der Ukraine und Überall	12	Kalender regelmäßige Termine	35
Befreiende Erfahrungen	16	Kleinanzeigen	38
Dreiteilige Ich Botschaften	24	Kompetenz Erfahrung Vertrauen	54
Wer darf sich Therapeut nennen?	26	Buchvorstellungen	76
		Adressenverzeichnis	77

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

Auflage: 5.000 Exemplare, klimaneutral auf chlorfrei gebleichtem Bilderdruckpapier, gestrichen mit migrationsarmen Farben gedruckt.

Layout: Längert-Verlag

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

Vertrieb:
Verteiler über die Anzeigenkunden im Adressverzeichnis, auf Messen und als PDF-Download auf den Seiten www.weite-horizonte.de und www.laengert-verlag.de

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

Redaktions- und Anzeigenschluss:
Winterausgabe: 20. Oktober
Frühlingsausgabe: 20. Januar
Sommerausgabe: 20. April
Herbstausgabe: 20. Juli

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



Dagmar Längert

Liebe Leserinnen, lieber Leser,

mit dem Thema „Freilassen“ sind wieder einmal großartige, umfassende und absolut bereichernde Artikel bei uns eingetroffen. Für mich persönlich bedeutete das Thema, wie es auch einige Autoren aufgegriffen haben: Loslassen. Zuerst wollten wir das Thema „Loslassen“ wählen, doch dieser Begriff ist oftmals mit Schmerz, Leid und Trauer verknüpft. Als wir darüber nachdachten und sprachen, kam uns der Begriff „Freilassen“ kraftvoll, dynamisch und aufbauend vor. Das „Loslassen“ ist im „Freilassen“ integriert.

Ich nahm das Frühjahr zum Anlass, meine Gedankenmuster, Vorstellungen und Erwartungen vom Leben „freizulassen“. Das zog schwere, aber großartige Veränderungen mit sich. Nach dem Tod meiner Mutter habe ich eines meiner Pferde in die Obhut meiner lieben Freundin und Tierärztin Simone übergeben. Boheme leidet an EMS, eine Form von Diabetes Typ II bei Pferden, die bei zu viel Weidegrasung Hufrehe, eine äußerst schmerzhaft und nicht heilbare Krankheit, hervorruft. Kurzum, Simone brauchte ein Pferd, damit ihres nicht allein ist und Boheme brauchte eine Haltung, die sie nicht krank macht. Dazu kommt, dass sie nun täglich von zwei zauberhaften Jungs aus der Nachbarschaft und ihrer liebevollen Mutter

Editorial

verwöhnt, geritten und betüfelt wird. Aber für den Rest der Pferdeherde und mich hieß es Abschied nehmen, loslassen zum Wohle von Boheme. Das war eine Herausforderung, die mich im nach herein sehr glücklich macht, denn das Pferd ist jetzt gesund und ist mit seinem neuen Stallkollegen glücklich. Wir zu Hause haben noch ein paar Wochen unsere Wunden geleckt, haben aber zu einem Alltag ohne Boheme zurückgefunden. Dieser Alltag bedeutet für uns alle mehr Freiheit, denn jetzt dürfen alle Pferde wieder 24/7 auf die Weide und das leckere Grün genießen. Vorher waren sie in Sippenhaft nur stundenweise mit Boheme auf der Koppel.

Dann ließ ich meine Zukunftsängste los, meine Existenzsorgen in dieser ungewissen und schnelllebigen Zeit. (Das liest sich leichter als es war.) Kurze Zeit danach traf ich mich mit Ulrich Gappel und Jürgen Willmann und es stellte sich heraus, dass beide andere Zukunftspläne hatten als ich. Denn sie überlegten, ob sie die Messe „Weite Horizonte“ weiterführen wollten. Zweimal wurde sie schon verschoben und die Stadthalle steht für die Messe nicht mehr zur Verfügung, da die Seminarräume fehlen. Spontan bot ich mich an, die Messe zu übernehmen. Was hatte ich da nur gesagt? Beide Männer waren spontan begeistert und boten mir ihre Unterstützung an. Da war mein Schreck über meinen schnellen Vorschlag schon wieder verfliegen und wir machten uns bereits in der nächsten Woche auf zum TÖZ, dem Technik- und Ökologiezentrum in Eckernförde in der Marienthaler Straße 17. Mit dem Geschäftsführer Thorsten Lilienthal wurden wir uns schnell einig und nun ist es so weit!

Am 17. und 18. September 2022 wird nach zwei Jahren Pause die Messe Weite Horizonte wieder stattfinden. Das Ambiente im TÖZ ist wundervoll. Die Messe findet sozusagen unter Palmen statt. Der ganze Eingangsbereich ist mit riesigen

Pflanzen ausgestattet und der Besucher wird in einem Wegesystem durch Messestände zu den Seminar- und Ausstellungsräumen geführt. Drei Vortragsräume, zwei Große mit Platz für bis zu 80 Menschen und ein Kleiner für ca. 10 Menschen bieten eine tolle Bühne für die Vortragenden mit den unterschiedlichsten Themen aus unseren Themenbereichen „Neue Wege | Gesundes Leben | Spiritualität“. Geplant sind Vorträge und Seminare über zukunftstaugliches Leben, Energie- und Heilarbeit, neue/freie Energien, Wohnprojekte, Gesundheit u. v. m.

Wir freuen uns so sehr, dass wir uns endlich einmal alle wieder treffen können zum Austausch, zu Gesprächen und freudigem, informativem Beisammensein. Das alles wird durch ein leckeres Catering unterstützt (auch vegetarisch und vegan). Es stehen kostenfreie Parkplätze zur Verfügung. Für Aussteller stehen ab dem 1. Juni die Messeunterlagen für Standbuchung, Standpläne, Vorträge und Medienpakete als PDF-Download bereit. Wer als Aussteller dabei sein möchte, meldet sich gerne bei uns unter kontakt@weite-horizonte.de oder telefonisch 04641 9862191. Wir treffen uns Mitte/Ende Juni zu einem Ortstermin im TÖZ zum Frühstück oder bei Kaffee und Kuchen. Dort können Sie sich Ihren Standplatz vor Ort ansehen und alles Weitere mit uns besprechen.

Somit wird unsere kommende Herbstausgabe Weite Horizonte auch das Messemagazin, mit der wir die Auflage erhöhen und sie im Vorfeld schon fleißig verteilen.

Das neue Thema „Vertrauen“ stellte sich ganz spontan zu diesen freudigen Ereignissen ein.

In Freude, Kraft und Verbundenheit
Ihre



Krüger TI Eutin

Gelassenheit

15. Festival für Gesundheit und Lebenskunst in Eutin

Wir freuen uns sehr in Eutin über Pfingsten, Pfingstsonntag, 5. Juni und Pfingstmontag, 6. Juni, ein Festival der ganzheitlichen Medizin und Lebenskunst wieder präsentieren zu dürfen.

An beiden Tagen ab 11 Uhr stellen ca. 20 Aussteller auf der Festwiese im zauberhaften Ambiente des Küchengartens innerhalb des Schlossparks in Eutin ihre Angebote, Therapieverfahren und Produkte vor.

Dieses Jahr steht das Thema Gelassenheit im Mittelpunkt einer Eigenschaft, die wir in den bewegten Zeiten sicherlich gut gebrauchen können, einer Geisteshaltung, die weit mehr ist als Entspannung und Laissez-faire.

Lasst Euch überraschen, bereichert das Festival durch Euren Besuch im schönen Eutin und genießt die inspirierende Atmosphäre.

Der Eintritt ist frei.

Das Vortrags/Workshopprogramm und ein Überblick über die Aussteller ist zu finden unter www.gesundheit-festival.de.

Herzlich willkommen!

Programm Pfingstsonntag 5. Juni

11.00 Uhr, Eröffnung mit dem Bürgervorsteher der Stadt Eutin, Herrn Dieter Holst und dem Organisator und Veranstalter Christian Leichtfuß, Festwiese

Vorträge – Praxiskurse

12.00 Uhr, Wie Sie durch psychotherapeutische Beratung zu Gelassenheit finden. Interview mit Astrid Jahns-Ahrens, Psychotherapeutische Beratung und Heilarbeit, Orangerie

13.30 Uhr, Die schwingende Urmedizin – Die Klangschamanische Heilungsbegleitung, Thomas Eberle, Surya Music, Orangerie

13.30 Uhr, Was ist Gelassenheit? - Verschiedene Wege, Gelassenheit zu erfahren Ulrike und Susanne Schareina, Heiko Temp, Neuholländerhaus

15.00 Uhr, Tanzmeditation „Gelassenheit“, Sarah Nadge, Tanzchoreographin, Orangerie

15.00 Uhr, Heilkraft Wasser, Erich Conradi, Kneipparzt, Osteopath, Kiel, Neuholländerhaus

15.00 Uhr, Kunstaktion: „Citizen is present“ – Präsenz im Raum, Ellen Westphal, Festwiese

16.30 Uhr, Eine Gesprächskultur des Zuhörens – Christian Leichtfuß, Neuholländerhaus

16.30 Uhr, Stressbewältigung durch Achtsamkeit, Ulrike Broda, Achtsamkeits-Coach, Orangerie

18.00 Uhr, Systemische Aufstellung in der Natur, Karin Gaspert, Treffpunkt am Stand (begrenzte Teilnehmerzahl)

18.00 Uhr, Achtsamkeitsmeditation, Hans Stratmann, Achtsamkeitscoach, Obstbaumwiese

19.30 Uhr, Abendkonzert: Seelenklangzauber – Lieder des Herzens und Gesänge der Seele Thomas Eberle, Surya Music, Orangerie

Programm Pfingstmontag 6. Juni

Vorträge – Praxiskurse

11.00 Uhr. Stressbewältigung durch Achtsamkeit, Hans Stratmann, Achtsamkeitscoach, Orangerie

11.00 Uhr. Die singende Urmedizin – Klangmassage mit Klangschale, Thomas Eberle, Surya Music, Neuholländerhaus

12.30 Uhr, Achtsamkeitsmeditation, Ulrike Broda, Achtsamkeitscoach, Obstbaumwiese

12.30 Uhr, Leben – Spüren – Lachen – Spielen, Angelika Vollbrecht, Giraffenlachen, Orangerie

14.00 Uhr, Frisst er nur oder ernährt er sich? – Ganzheitliche Tiernahrung unter der Lupe, Maria Bobert, Stephanie Dose, Orangerie

14.00 Uhr, Lichtmeditation mit praktischer Übung, Sven Petersen, Neuholländerhaus

15.00 Uhr, Kunstaktion: „Citizen is present“ - Präsenz im Raum, Ellen Westphal, Festwiese

15.30 Uhr, Wie ätherische Öle unser Leben gesünder machen, Burkhardt Richard, OilForFriends, Orangerie

15.30 Uhr, Ayurvedische Tips zur Jahreszeit, Imke Christoph, Neuholländerhaus

17.00 Uhr, Gelassenheit finden - Ein Résumé, Ulrike Schareina, Christian Leichtfuß, Orangerie

18.00 Uhr, Abschlussingen auf der Festwiese

Aktionen auf der Festwiese an beiden Tagen:

Gitarrenmusik, Posaunenmusik, Lachyoga, Tautziehen, Wassertreten

Zeit für eine gute Zukunft Zeit für Erneuerung Zeit für ein erfülltes Leben



**drei Freunde,
viel Wissen,
gebündelte Fähigkeiten**

Die Wahrheit dieser Zeit liegt für uns im Finden der eigenen Kraft, der Ruhe, dem inneren Frieden, Zentriertheit, Loslassen, Besinnen ...
Denn diese führen zu einem neuen Selbst und zu Gelassenheit.

Wir sehen uns als Mittler für ihr positives Wachstum, sich von Altem zu befreien, denn wir wissen das sooo viel mehr möglich ist.

Wir sind für Sie da:
Beziehungsthemen, Existenz- und Angstlösung, mehr Selbstliebe, körperliche Gesundheit, Neuausrichtung im Leben, Aktivierung von kraftvollen inneren Aspekten und lichtvollem Potenzial u. v. m.

Wir empfangen Sie gerne während des Gesundheitsfestivals an unserem Stand für Kurzbehandlungen, Beratung und wertvolle Gespräche.

Heiko Temp

„Alles ist EINS, Alles ist Gott“
Kinesiologe, Heiler, Ahnenheilung, Aurachirurgie,
Musiker
0171 3467420 – htemp@gmx.de

Susanne Schareina

„Gesundheit liegt in der Balance von Körper,
Geist und Seele“
NLP MasterCoach, Homöopathie
0163 9256997 – schareina.susanne@gmx.de

Ulrike Schareina

„Mit dem Herzen sehend liebe ich das Detail und
das grosse Ganze“
Energetikerin, Seelen- und HerzCoaching,
Raumharmonie
0151 46133477 – schareina@hotmail.com

Den Wolf freilassen?

Einblicke in die „Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg“ von Angelika Vollbrecht.

Wir sind Menschen! Wir lernen voneinander und verhalten uns den Gegebenheiten entsprechend. Treffen wir auf ein hungriges Wolfsrudel in der Wildnis, dann rotten auch wir uns zusammen und kämpfen ums Überleben.

In der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) erkennen wir den Wolf zum Beispiel in der sogenannten „Amtssprache“ durch die Wörter „müssen, sollen, immer, nie“. Und er zeigt sich in unseren Gedanken und Handlungen zum Beispiel durch Vorurteile, Zerstörung, Mord. Dabei ist ein Wolf immer nur eine Giraffe mit Sprachproblemen. Die Giraffe ist in der GFK das Symbol für Überblick, Großherzigkeit, Ruhe und Würde. Allerdings wissen wir aus dem Tierreich, dass auch Giraffen klar NEIN sagen und kämpfen können!

Wenn wir unseren Wolf freilassen, also geschützt, in einer Wolfsshow wie im Theater, dann sind wir mutig. Wir trauen uns, richtig böse zu sein. Vielleicht schreiben wir diese Wörter sogar auf. Und diese Wörter übersetzen wir dann in „giraffisch“.

Ein Beispiel: „Immer vergisst Du den Müll rauszutragen!“ könnte dann heißen: „Mir ist Zuverlässigkeit wichtig. Wie können wir gemeinsam dafür sorgen, dass Du Dein Versprechen, den Müll rauszutragen, einhältst?“ Dabei unterstelle ich, dass über die Ansichten von Sauberkeit und Ordnung schon gesprochen wurde.



Sobald wir uns mit der Übersetzung von wölfisch in giraffisch beschäftigen, kommen wir mit unseren Gefühlen in Kontakt. Das kann ungewohnt sein und braucht manchmal Unterstützung von außen. Geht es Ihnen nicht auch so, dass Sie unangenehme Gefühle wie Trauer, Angst, Wut oder Scham mit dem angenehmen Gefühl der Freude überdecken? „Ist ja nicht so schlimm. Ist ja gleich vorbei.“ Ich denke dabei an meine Mutter und mich und an den Teppich der Harmonie in unserer Familie. Wir haben den Teppich gemeinsam mutig aufgedeckt. Wir haben über Tod und Leben, über Verletzlichkeit und Wünsche gesprochen. Wir wissen, dass immer wieder die Schnelligkeit unserer Handlungen dem Wolf Futter bietet. Dass es zu Missverständnissen kommen wird. Dass es zu Kränkungen kommt, die nicht vermeidbar sind, wenn wir den Kontakt zueinander und zu uns selbst verlieren.

Für eine lebenswerte und enkeltaugliche Zukunft ist es wichtig, dass alle Menschen im geschützten Rahmen ihren Wolf freilassen. Dass wir gemeinsam die Wolfsshow wie ein Theaterstück genießen und schauen, für welche wunderbaren Bedürfnisse unser Wolf eintritt. Denn über Bedürfnisse wie zum Beispiel Sicherheit, Respekt, Integrität lässt sich nicht streiten. Streiten können wir nur über die Strategien, mit denen wir diese Bedürfnisse erfüllen wollen!

Mit herzlichen Grüßen
Ihre Angelika Vollbrecht – Medizinische Fachangestellte seit über 20 Jahren

Giraffenlachen - Angelika Vollbrecht - 04503 354399 - www.giraffenlachen.de - www.facebook.com/giraffenlachen/ - You Tube Kanal: Giraffenlachen

Wege zu innerer Gelassenheit

Innere Gelassenheit finden wir, wenn wir mit allem im Frieden sind, was gerade ist, alles so annehmen, wie es gerade ist. Sei es, dass wir keine Angst vor unangenehmen Gefühlen haben und diese zulassen, annehmen und anschauen, um sie ans Licht zu bringen, und somit wieder zu Gelassenheit finden.



von Astrid Jahns-Ahrens

Und auf diesem Wege uns selbst mehr lieben lernen. Wenn wir uns selbst mehr lieben, dann ärgern wir uns weniger über andere, kritisieren andere und uns nicht mehr so schnell, wodurch wir gelassener durch unser Leben gehen.

„Und es kam der Tag, da das Risiko, in der Knospe zu verharren schmerzlicher wurde, als das Risiko zu erblühen.“ (Anäis Nin)

Überdies ist es hilfreich unsere Achtsamkeit zu schulen, indem wir unsere Gedanken und Gefühle beobachten, ohne diese zu ver- oder beurteilen. In dem Maße wie wir lernen, dass wir weder unsere Gedanken noch unsere Gefühle sind, sondern diese auftauchen und auch wieder vergehen, werden wir gelassener im Alltag.

„Wir sagen oft: ‚Sitz nicht so herum, tu etwas!‘ Doch wir sollten sagen: ‚Tu nicht einfach etwas, setz dich hin – sei da!‘ Thich Nhat Hanh

Eine weitere Möglichkeit zu innerer Gelassenheit zu gelangen ist, Körper, Geist und Seele über die Harmonisierung des feinstofflichen Körpers wieder in Balance zu bringen.

Sie finden mich an Pfingsten, den 05. und 06. Juni 2022 auf dem Festival für Gesundheit und Lebenskunst in Eutin, Schwerpunktthema: Gelassenheit.

Ich freue mich auf Sie.



Oder sei es zu erkennen, dass wir die Geborgenheit und Liebe, die wir im Außen suchen, nur in unserem Innern finden können. Hierzu kann es u. a. hilfreich sein, unsere inneren Kinder anzunehmen und ihnen das zu geben, wonach sie sich schon so lange sehnen.

„Es ist nie zu spät, um eine glückliche Kindheit gehabt zu haben.“ Milton Erickson



PSYCHOLOGISCHE
BERATUNG UND HEILARBEIT
ASTRID JAHNS-AHRENS
ZET17 44562200F
94522 8249944
WWW.JAHNS-AHRENS.DE
BERATUNG@JAHNS-AHRENS.DE



mit Christian Leichtfuß, Musiker, Physiotherapeut und Pilgerführer

Pilgern – eine Chance zum Wandel

Samstag, 23. Juli, 11.00 Uhr

**Pilgerwanderung in der Holsteinischen Schweiz von Bad Malente nach Bosau am Plöner See.
Treffpunkt: Bahnhof Bad Malente-Gremsmühlen, Seeseite**

Entfernung: ca. 15 km

Dauer der Wanderung: ca. 4 Stunden

Bitte witterungsgerechte Kleidung und feste Schuhe anziehen und etwas Proviant für eine Brotzeit mitbringen.

Rückweg von Bosau mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Information und Anmeldung:
Christian Leichtfuß 04561 5282928,
c.leichtfuss@t-online.de



Frieden in der Ukraine und Überall

Wir, Menschen des deutschen Volkes und andersstämmige Menschen, sehnen uns nach Frieden.

Wir bitten um Vergebung für die Greueltaten mit 27 Mio. Toten, die Euch, dem russischen Volk, im 2. Weltkrieg durch unser Volk angetan wurden. (1) Wir möchten brüderlich mit Euch zusammenleben: Seite an Seite, Volk an Volk.

Wir setzen uns dafür ein, dass die Zusicherung, keine Nato-Osterweiterung zuzulassen, als nicht eingehaltenes Versprechen anerkannt wird und neue Lösungen in Verhandlungen gefunden werden. (2)

Auf dieser Basis, bitten wir Sie, Herr Präsident Wladimir Putin, mit der Ukraine Frieden zu schließen und sofort einen Stillstand der Waffen zu vereinbaren.

Wir alle sind EINE Menschheit.

Wir fordern Liebe, Anerkennung und Frieden für alle Menschen.

Wir möchten, dass die alten Wunden heilen. Wir schätzen Russland und das russische Volk.

Wir schätzen das ukrainische Volk.

Wir distanzieren uns von jedem Krieg und von Sanktionen gegen Russland.

Wir distanzieren uns von jeglichen Waffenlieferungen und von jeglicher Aufrüstung.

Wir stehen ein für Frieden.

Wir fordern die Deutsche Bundesregierung auf:

- Unverzüglich respektvolle Gespräche aufzunehmen bezüglich der NATO-Ost-Erweiterung, die das Sicherheitsbedürfnis Russlands überstrapaziert hat. (3)
- Sofortiges Beenden der Sanktionen
- Keine Waffenlieferungen in Kriegsgebiete
- Keine Aufrüstung und sofortige Zurücknahme der Aufrüstungspläne
- Die Einrichtung eines Ministeriums für Frieden, Konflikt- und Friedensforschung unter Einbeziehung der kompetentesten Personen in der Konflikt-, Trauma- und Friedensarbeit

Dieser Kreislauf des Leids und der Gewalt muss enden.

Das Jahr 2022 sollte für die Umwandlung von Konflikten hin zu Frieden stehen.

Nicht bewusstes Trauma hat gravierende Auswirkungen auf uns Menschen, sogar auf die nachfolgenden Generationen. Das kann mittlerweile durch wissenschaftliche Studien belegt werden. Unserer Ansicht nach besteht ein nicht zu übersehender Zusammenhang zwischen erlittenen Kriegstraumata und neuen Kriegen.

(2) U. a. vom deutschen Außenminister Hans-Dietrich Genscher und dem amerikanischen Außenminister James Baker 1990 in Washington öffentlich verkündet.

(3) Herr Michael Gorbatschow, der die Wiedervereinigung Deutschlands und die Erlangung der Freiheit der osteuropäischen Länder durch seine Politik von Glasnost und Perestrojka (Offenheit und Umgestaltung) erst möglich gemacht hat, beklagte sich kürzlich, am 25. Dez. 2021, dem 30. Jahrestag seines Rücktritts als Generalsekretär der KPdSU in der ehemaligen Sowjetunion, über die Arroganz des Westens. Quelle: Zeit online und FAZ.net vom 25.12.2021

(4) Putin will nicht die Welt überfallen, Militärexperte Ulrich Scholz sieht Möglichkeiten für einen Kompromiss im Ukraine-Krieg. Ulrich Scholz, Militärstrategie und ehemaliger Planungsstabsoffizier im Natohauptquartier. Quelle: Schleswig-Holsteinische Landeszeitung, Rendsburg vom 30.3.2022

Online Petition bei Change.org:
<https://chng.it/CwZZHYhjHW>

Die Seele freilassen

Freilassen – das Motto des Weite Horizonte Magazins greife ich sehr gern auf und freue mich, Ihnen auf diesem Wege meine Wirkungsfelder und mich vorstellen zu können.

Freilassen – nach über 20 Jahren in Süddeutschland bin ich, eine gebürtige Nordfriesin, mit meiner Familie 2017 wieder in den Norden gezogen, zurück zu Wind und Meer!

Freilassen und Neuanfang – vor drei Jahren ist schließlich für mich ein Traum in Erfüllung gegangen, der sich über Jahre nach und nach herauskristallisiert hat und nun in Form eines eigenen Seminarhauses für Persönlichkeits- und Organisationsentwicklung Wirklichkeit geworden ist. Hier kommen meine unterschiedlichen Ausrichtungen als gelernte Hotelfachfrau, Betriebswirtin, Mediatorin und Coach unter einem Dach zusammen und ich liebe es, an diesem wundervollen Ort zu sein und Menschen dort empfangen zu können.

Es ist ein leuchtender Ort, an dem Menschen zur Ruhe kommen, sich selbst finden und sich inspirieren lassen können – auf vielfältige Weise. „Zeit für meine Seele“ – Alles ist an diesem Ort möglich.

Freilassen – die Seele des Menschen will frei sein! Unsere Seele sucht nach Sinn, Orientierung, Freude und nach Menschlichkeit, egal ob beruflich oder privat.

Vielleicht kennen Sie das: Eigentlich ist alles in Ordnung, unser Leben im Außen ist soweit gut und dennoch gibt es da so ein Gefühl im Hintergrund, ein leises Gefühl von eigenartiger Leere oder Alleinsein, von Einsamkeit. Von mir kenne ich das gut und oft habe ich mich gefragt, woher dieses Gefühl kommt, was da fehlt – ich konnte es nicht greifen.

Mittlerweile kann ich es – und ganz entscheidend dabei geholfen hat mir Andrej Melehin, auch Targos genannt. Durch ihn habe ich von der Multidimensionalität des Menschen erfahren und erfasst, dass das, was mir so fehlte, die Kommunikation und Verbindung mit meinen Seelenanteilen ist – und damit mit mir selbst in den unterschiedlichen Dimensionen.



von Ina Brodersen



Freilassen und frei werden – Genau darum geht es auch in einer neuen Seminarreihe, die ich in diesem Zusammenhang hier gern vorstellen möchte: den **Isis Frauen-Tempel**.

Warum Isis?

Isis ist in der ägyptischen Mythologie die Hüterin der Weisheit des Universums und steht für die weibliche Intuition. Sie unterstützt uns, Altes abzuwerfen und Neues zu erschaffen. Sie ist Spiegel all unserer Fähigkeiten, die wir in uns tragen und erwecken können. Sie begleitet uns in unser mehrdimensionales Sein.

Warum Tempel?

Ein Tempel ist von je her ein heiliger, ein besonderer Ort. So ist auch dieses Seminar ein besonderer und geschützter Ort, um mit sich selbst in Verbindung zu treten, zu reflektieren, sich mit anderen auszutauschen.

In dieser Seminarreihe, die sich ausdrücklich an Frauen richtet, erleben die Teilnehmerinnen ihre eigene Multidimensionalität. Wir besuchen und kommunizieren mit unseren unterschiedlichen Seelenanteilen. Es ist eine Reise in unser Innerstes, wir entdecken das leuchtende Wesen in uns und nehmen uns und unser Umfeld anders wahr. Wir bekommen einen Blick auf unser ureigenes Sein – wir nehmen uns Zeit für unsere Seele. Das eigenartige Gefühl der Leere wird gefüllt – mit uns! Dies ist die Grundlage für pralle Lebensfreude, Erfüllung und Sinn.

Die Techniken und Übungen, die hier vermittelt werden, können zudem leicht mit in den persönlichen Alltag integriert werden, sodass nachhaltige Veränderung geschehen kann.

Seminartermine Isis-Frauen-Tempel 2022

- 30.07.–31.07.2022 Altes abwerfen – Neues erschaffen
- 03.09.–04.09.2022 Magie unseres mehrdimensionalen Seins
- 05.11.–06.11.2022 Neu geboren. Einfach glücklich sein!

Uhrzeit: Samstag 11:00 Uhr bis Sonntag 16:00 Uhr.
Alle Termine können auch einzeln gebucht werden.

Information und Anmeldung

Ina Brodersen

Mail: brodersen@fermate-beratung.de

Mobil: 0152 0170 3086

Freilassen – Raum für Begegnung. Ich freue mich auf persönliche Begegnung, auf Fragen, auf Austausch. Sehr gern lade ich Sie unverbindlich zu einem Gespräch ein, persönlich in unserem wunderschönen Räumen in Norby oder auch virtuell über Zoom.

Befreiende Erfahrungen

Kennst du das? Es geht dir gut, du hast gerade etwas Schönes erlebt, vielleicht mit einem lieben Menschen, oder du konntest in der Natur oder in einer Meditation tiefen Frieden und Verbundenheit erfahren, und dann kommt irgendetwas von außen. Jemand spricht in einem gereizten Tonfall, macht dir womöglich Vorwürfe, oder dein Kind macht nicht mit oder du hörst oder liest eine aufwühlende Nachricht – und schon findest du dich in einem völlig veränderten Lebensgefühl wieder: Kein Gefühl mehr von Verbundenheit und Freude, kein klares und zuversichtliches Denken und Handeln, sondern hochkochender Ärger, der verzweifelte Gedanke „Ich will das nicht, ich will hier weg!“ oder auch ein Gefühl von Erstarrung und Hilflosigkeit. Du fragst dich: „Was ist bloß los mit mir?“



Cornelia Weiß,
Diplom-Psychologin
und Breema-Lehrerin

Du hast vielleicht schon viel an dir selbst gearbeitet, psychologisch und/oder geistig-spirituell, und dennoch gerätst du noch immer in diese leidvollen Zustände. Wahrscheinlich leidest du zusätzlich darunter, dass du mit Ungeduld, Vorwürfen, Schuldzuweisungen, Kontaktabbruch oder anderem, wofür du dich hinterher schämst, auch noch neues Leid geschaffen hast.

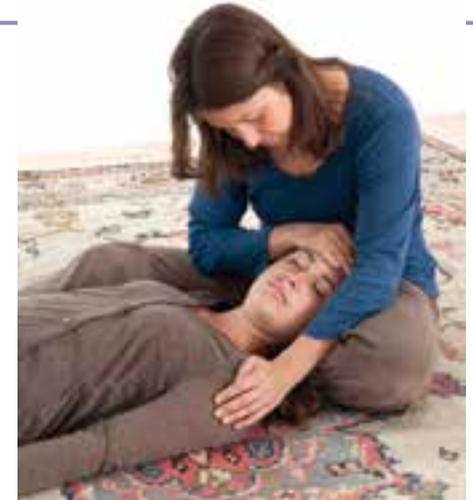
Es ist eine Befreiung, wenn du erkennst, dass diese Zustände – Kampf/Flucht oder innere Erstarrung – Reaktionsstufen deines autonomen Nervensystems sind. Es wacht für dich darüber, ob dir Gefahr droht, Lebensgefahr. Dementsprechend schnell und autonom reagiert es. Was dich in solchen Momenten steuert, ist also eine auf Überleben programmierte Körperreaktion. Der Zugang zu deinem reflektierenden Denken ist vorübergehend unterbrochen. Stark emotionalisierte Konflikte mit anderen, insbesondere in der Partnerschaft, mit den eigenen Kindern oder Eltern, zeigen, dass dein autonomes Nervensystem in nahen Beziehungen überreagiert. Es schaltet auf Überleben, obwohl es in diesen

Situationen gar nicht um Leben oder Tod geht. Das hängt mit früheren Erfahrungen zusammen, oft damit, dass in unserer Kultur die ersten Bezugspersonen, die dem Kind eine sichere Bindung und gleichzeitig Raum für Autonomiebestrebungen geben sollten, dazu nicht ausreichend in der Lage waren. Einfach deshalb, weil ihre eigenen ersten Bezugspersonen ihnen das auch nicht geben konnten. Zu viele leidvolle Erfahrungen wurden seit Generationen mitgetragen. Aber jetzt kannst du da aussteigen.

Es ist heilsam, wenn du lernst, im gegenwärtigen Moment deine inneren Zustände – im Körper, in den Gefühlen, in den Gedanken – zu sehen und, wo es sicher ist, auch zu kommunizieren. Und zwar ohne emotionale Ladung, ohne damit identifiziert zu sein. Immer mit dem Wunsch, wieder in die Verbindung zu gehen. Es ist heilsam, dich im nahen Kontakt mit anderen Menschen zeigen und die Erfahrung machen zu können, sicher und angenommen zu sein, so wie du bist. Dein Körper entspannt, dein Herz öffnet sich, und du kannst ruhig und liebevoll

denken und handeln. Dein autonomes Nervensystem wird sich nach und nach neu ausrichten, sodass du auch in der täglichen Auseinandersetzung mit anderen stabiler im Wohlfühlzustand von Sicherheit, Verbundenheit und friedlicher sozialer Interaktion bleiben kannst.

Es ist ein heilsamer Prozess. Gern begleite ich dich ein Stück auf diesem Weg. Von Mensch zu Mensch in einer ermutigenden, wohlwollenden und annehmenden Atmosphäre. Im Gespräch erforschen wir die Hintergründe deiner inneren und äußeren Konflikte und finden Schritte dort heraus. Wenn du möchtest, unterstützen wir diesen Prozess mit der Breema-Körperarbeit, die dich noch tiefer mit dir selbst verbindet.



Melde dich gern bei mir, dann klären wir in einem kurzen Telefonat, ob mein Angebot für dich passt.

Cornelia Weiß
Praxis für inneren Frieden

- Psychologische Begleitung
- Breema-Körperarbeit
- Supervision

(Gespräche gern auch am Telefon)

www.cornelia-weiss.de • 04354 – 809 86 09

Freilassen als Kunst des Übergangs und der Neuausrichtung

Der wundervollen Blütenpracht im Sommer folgt im Herbst das Verblühen. Die Blüte gibt den Raum frei für das Reifen der Früchte. In der Natur erleben wir dieses Phänomen als selbstverständlich. Im persönlichen Leben sind Übergänge dagegen oft von emotionalen Befindlichkeiten wie Melancholie und Trauer begleitet. Etwas, was so sicher schien, geht zu Ende. Gerade, wenn wir eine Situation oder eine zwischenmenschliche Verbindung als wohltuend und nährend erleben, tendieren wir zum Festhalten. Für mich zählen in den letzten Jahren die Erfahrungen des Freilassens zu den berührendsten.

Ein Freilassen und Neu-Orientieren bietet die Chance, einer inneren Resonanz Raum zu geben, das Ziel noch offenzulassen und sich der Neugier an der eigenen Entwicklung hinzugeben. Sich in der Ascendium Akademie auf den Weg in etwas Neues zu begeben, ermöglicht diese Erfahrung. Der Weg kann jedoch auch mit einem klaren Ziel vor Augen begonnen werden, z. B. der staatlich anerkannte Berufsabschluss Heilpraktiker oder HP für Psychotherapie.

Neue Startmöglichkeiten für die Ausbildung HP für Psychotherapie gibt es sowohl im Juni (Unterricht an neun Wochenenden) als auch ab August (Unterricht dienstags vormittags). Wir entwickeln gemeinsam mit den Interessierten in einem persönlichen Gespräch den individuell sinnvollen Start dieses Weges und beraten in Bezug auf Fördermöglichkeiten für die Ausbildungsstellen, denn unser Anliegen ist es, ALLEN Interessierten Lernen mit Freude zu ermöglichen.

Ausbildungsangebote

- Heilpraktik
- HP für Psychotherapie
- Ganzheitliche Gesundheitsberatung
- Psychologische Beratung

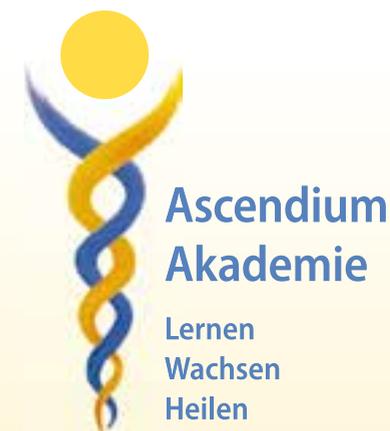
Wir bieten über 30 naturheilkundliche, spirituelle sowie therapeutische Seminare und Weiterbildungen.

Förderung der Ausbildungen/Seminare bis zu 90% der .

Wir informieren euch gerne und beraten individuell.

Für mich persönlich ist das Jahr 2022 geprägt von Erfahrungen des Freilassens. Nach 25 Jahren habe ich die Leitung dieser Ausbildungsstätte losgelassen und gebe nun der Entfaltung als Akademie Raum. Beim großen Fest am 11. September können alle Interessierten eintauchen in die besondere Energie der Ascendium Akademie und erleben, welche Früchte aus dem Freilassen entstehen. Meine persönlichen Früchte aus dem Freilassen sind mehr Zeit zum Unterrichten und eine neue Praxis für Einzel- und Paarbegeleitung an der Flensburger Förde: www.raum-roikir17.de

Das Wissen, dass der passende Nährboden und liebevolle Zuwendung das Vollkommene im Außen sichtbar werden lassen, macht vertrauensvolles Freilassen immer wieder möglich und wir können staunend blicken auf das, was sich dann zeigt.



Jubiläumsfest
am 11. September

*Gesund durch
Bewusstsein*

Alles ist Energie und Information

**Spannende kostenlose Vorträge
Nahrung für Leib und Seele**

Nähere Infos ab 1. Juni online

Hauptstr. 57 · 24975 Hürup · 04634-9397990

ascendium-akademie.de

Jeder Schmerz muss freigegeben werden oder: warum Glückseligkeit auch nicht so einfach ist



von Christiane Larissa Apel

Wieso sind manche belastende Lebensthemen so unfassbar hartnäckig? Warum bleibt Schmerz, auch wenn wir uns so sehr ein glückliches, freies und lichtvolles Leben wünschen? Wenn wir darum kämpfen, uns von alten Erinnerungen, Prägungen, Glaubenssätzen freizumachen, Lösungs-ideen haben und wirklich viel Energie darauf verwenden, sie in unserem Alltag wirksam sein zu lassen?

Wir sind energetische Wesen, ausschließlich. Wir – unsere Seele, unser Bewusstsein, unsere irdische Existenz - bestehen aus verschiedenen Ebenen: der spirituellen – unserer Anbindung an das göttliche Feld, der mentalen – unseren Gedanken, der emotionalen – unseren Gefühlen und der physischen – unserem Körper. Alle diese Ebenen sind Energie, ausschließlich. Energie lebt, sie schwingt, unterschiedlich schnell und hoch. Unser mentaler Körper schwingt schneller und höher als der physische. Ein belastendes Thema, das wir ignorieren, sinkt gewissermaßen herab, aus dem gedanklichen Feld, über das Emotionale in das Physische und die Schwingung wird dabei immer langsamer, dichter, niedriger. So wird z. B. aus dem gedachten und gefühlten Stress das Magengeschwür.

Wollen wir den Schmerz, die Belastung loswerden, müssen wir die Schwingung in dem jeweiligen Feld, an der jeweiligen „Stelle“ erhöhen. Andersherum gesagt: wenn Heilung geschieht, erhöht sich die Schwingung automatisch, es geht gar nicht anders.

Man kann es sich ganz plastisch so vorstellen: all die Teilchen, die uns ausmachen, bewegen sich schneller, die Energie fließt schneller. Wenn wir

frisch verliebt sind, vibriert jede Zelle. Und genau diese stärkere Vibration müssen wir aushalten können. Die Glühbirne, die bisher 40 Watt ausgehalten hat, muss jetzt plötzlich 60 Watt verkraften. Anders als die Glühbirne können wir uns anpassen, sukzessive, nach und nach. Das braucht Zeit und Geduld. Denn dieses Mehr an Energie fühlt sich nicht immer schön an, es kann tatsächlich eher unangenehm sein. Und vor allem ungewohnt, neu, beängstigend.

Da halten wir lieber etwas fest an den Problemen, an den „Themen“, die wir kennen, die uns vertraut sind. D. h. um wirklich unser Leben glücklicher und freier werden zu lassen, müssen wir bewusst zustimmen, diesen etwas ungewohnten Weg zu gehen, wir müssen wortwörtlich die alten Themen freilassen, es ihnen gestatten, zu gehen. Wir selbst können in unserem Alltag die Schwingung in uns erhöhen: ein liebevolles Umfeld, Selbstliebe, Fürsorge für unseren Körper, Yoga, Meditationen, Singen, der Umgang mit Natur und Tieren, Achtsamkeit ...

Und es gibt die Möglichkeit, an den niedrig schwingenden Themen zu arbeiten. Auraarbeit geht konkret an diese dichten, energetisch block-



ierten, dunklen Bereiche, die sichtbar und fühlbar sind und unterstützt sie, in Fluss zu kommen, während zusätzlich das gesamte Feld der neuen Schwingung angepasst wird. Unterschiedlichste Heilenergien wie Reconnective Healing oder Elise Mila können diesen Prozess erleichtern und beschleunigen. Einweihungen können einen länger angelegten Weg der Transformation begleiten und fördern. Worte der geistigen Welt können Schmerz lindern und neue Impulse setzen.

Aber ohne unsere Bereitschaft, ohne unser „Ja“ zur Veränderung, ohne dass wir bereit sind, die alten, vertrauten Themen wirklich freizulassen, wird es nicht gehen. Das erfordert Mut und die Bereitschaft, wirklich persönliches Neuland zu betreten. Das ist der wichtigste Schritt – aber er lohnt sich.

Details finden Sie unter www.larissa-apel.de



Alltägliche & spirituelle Lebensbegleitung

**Aurameisterin,
Elise Mila Trainerin
Reconnective Healing Pract.
Channelings, Einweihungen,
Kraftbilder, Einzeltermine,
Fernbehandlungen
in Altenholz/Kiel.**

Mehr unter
www.larissa-apel.de
info@larissa-apel.de
Tel. 0431 88784981



Lass deine Stimme frei!

Wann hast du das letzte Mal deiner Stimme freien Raum gegeben? Wann hat sie sich das letzte Mal wirklich entspannt und kraftvoll angefühlt?

Unsere Stimme ist sehr stark mit unserer Ich-Identität verbunden. Über unsere Stimme erleben wir, wer wir sind. Deshalb ist unsere Stimme auch ein so verletzbarer Ort. Wenn uns als Kind gesagt wird, wir könnten nicht singen, wir seien zu laut oder zu leise, brennt sich das oft tief in unser Selbstbild ein und begleitet uns womöglich ein Leben lang. Dabei ging es damals oftmals gar nicht wirklich um die schiefen Töne oder die Stimme selbst, sondern darum, dass Eltern mit dem freien und lebendigen Selbstaussdruck und dem So-Sein ihres Kindes überfordert waren.

Jeder Mensch kann von Natur aus singen. Wir sind glücklich, wenn wir uns über unsere Stimme ehrlich und authentisch zeigen und ausdrücken können. Darin entfaltet sich unser volles Potenzial, unsere Kreativität und unser Selbstaussdruck.

Ich erinnere mich noch gut daran, wie frei es sich anfühlte, wenn ich als Kind einfach mit mir da war und ohne Zensur gesungen und erzählt habe. Mitunter waren dies sehr fröhliche und beizeiten auch alberne Momente und ich bin meinen Eltern heute noch sehr dankbar, dass sie diese nicht eingeschränkt haben. Diese Erinnerungen gehören heute mit zu meinen wichtigsten Ressourcen.

Wenn wir unsere Stimme wieder befreien wollen, ist es hilfreich, uns an dieses wilde, freie, lebendige, heile Kind in uns zu erinnern, das in uns allen lebendig ist. Für mich ist dies ein heiliger Ort in uns, der unverletzbarer Kern, der, egal, was wir hier auf der Erde erleben, unversehrt bleibt. Oftmals ist

er im Laufe unseres Lebens verschüttet worden durch zu viel Ballast, der sich in unserem Leben als Glaubensmuster einnistete.

Ich kann mich noch gut daran erinnern, wann ich begann, mich in ein inneres Gefängnis von Gedanken, Konzepten und Urteilen zu sperren. Denn neben dem freien und lebendigen Mädchen gab es in mir auch die Andere, die Stille und Zurückhaltende. Und spätestens ab dem Schulalter identifizierte ich mich immer mehr mit meiner Schüchternheit und Ängstlichkeit. Und das Verrückte daran war, aus meiner damaligen Sicht bestätigte sich dieses Weltbild immer wieder durch mein persönliches Erleben. Denn ich hörte nur das, was ich hören wollte und konnte. Und meine Ängste sorgten wie gute Gefängniswärter dafür, dass ich mich innerhalb der erlaubten Zonen bewegte und keine Erfahrungen machte, die dieses Weltbild infrage stellten.

Vermutlich waren deine Vorstellungen von dir etwas anders als meine, aber sicherlich kennst auch du hemmende Glaubensmuster aus deiner Kindheit wie beispielsweise „Ich bin ... -nicht gut genug, -zu groß, -zu klein, -zu dick, -zu dünn, -zu dumm, -intelligenter als andere, -anders als andere, -zu aggressiv, -zu emotional, ...“.

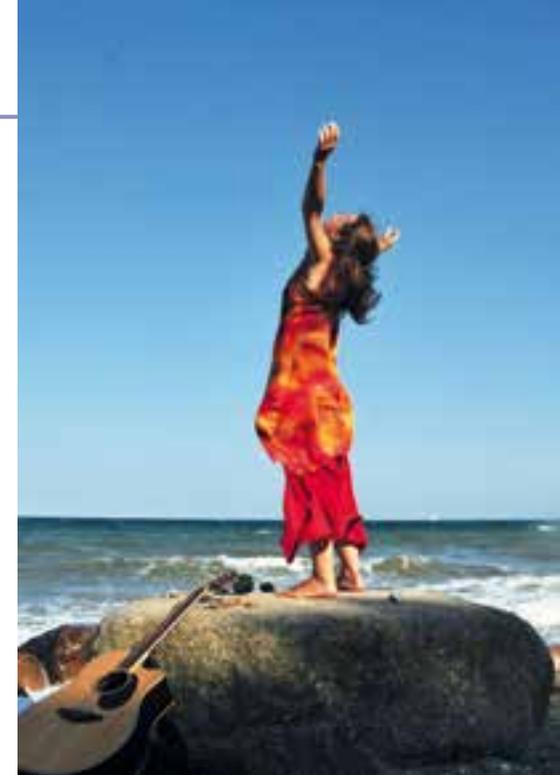
Das Problem daran ist, dass wir uns über das „Ich bin ...“ Mit diesen Vorstellungen von uns selbst identifizieren und sie in unsere Persönlichkeit einbauen, uns dafür kritisieren und gleichzeitig versuchen, diese Seiten von uns vor anderen zu verbergen, weil wir uns für unser So-Sein schämen.

von Sabine Bevendorff

Was wir dabei nicht beachten: unsere Stimme verrät alles über uns und indem wir versuchen, unsere ungeliebten Seiten zu verstecken, verwandelt sich unsere einstmalige freie Kinderstimme und wird enger und schwächer durch die Anspannungen und Panzerungen, die sich im Körper bilden und den freien Fluss der Stimme blockieren.

Gemeinsames Singen ist für mich weit mehr als nur eine gute Zeit miteinander zu haben und schöne Lieder zu singen. Singen ist für mich Medizin. Indem ich singe und meiner Stimme freien Raum schenke, hole ich meine Kraft und meine Aufmerksamkeit in diesen Moment und lasse mich frei von der Vergangenheit, die ich mir über mich selbst erzählt habe. Und gleichzeitig lasse ich mich auch frei von den Projektionen und der damit verbundenen Angst vor der Zukunft. Das Singen heilsamer Lieder führt uns direkt in das Hier und Jetzt und in das Sein. Dies passiert zum einen, weil es uns mit unserem Atem verbindet, zum anderen, weil die Texte sich immer wiederholen und helfen, unser Denken auf das Jetzt auszurichten und ganz bei uns selbst anzukommen. Je mehr wir mit uns selbst und mit dem Moment verbunden sind, desto mehr lassen Ängste nach. Dadurch bauen sich Spannungen und Blockaden ab, die Atmung vertieft sich ganz von allein, unsere Zellen werden wieder in ihre ursprüngliche Schwingung versetzt und wir holen unsere ureigene Kraft wieder zu uns zurück.

Damit ist Singen für mich auch Meditation und Gebet. Es führt uns in einen Raum von Achtsamkeit und Präsenz und stärkt damit nachweislich unsere Resilienz in herausfordernden Zeiten. Indem wir unsere Aufmerksamkeit ganz in das Jetzt lenken, hilft das Singen, unsere Gedanken zu



disziplinieren. Dadurch erfahren wir einen enormen Zuwachs an Präsenz, Energie und innerer Stärke. Aufmerksamkeit ist im heutigen, schnelllebigen Medienzeitalter die wichtigste Währung. Dorthin, wo wir unseren Fokus richten, geben wir unsere Energie und das, was wir dann erfahren verstärkt sich. Mit der Lenkung unserer Aufmerksamkeit entscheiden wir maßgeblich, wie wir die Welt wahrnehmen. Das Paradox daran ist, dass wir erst durch die Disziplinierung unserer Gedanken zu innerer Freiheit finden.

Jeder Mensch hat vom Leben eine einzigartige Stimme bekommen, um sie in der Welt hörbar zu machen. Indem wir den Mut finden, uns selbst über unsere Stimme auszudrücken, erfahren wir uns als selbstwirksam und lebendig. Allein das erfüllt uns mit Freude und stärkt unsere Lebenskraft und Gesundheit. Damit aktivieren wir die natürliche Selbstregulationsfähigkeit unserer Stimme, die uns

helfen kann, unser inneres Gleichgewicht wieder herzustellen.

Überdies erfahren wir über unseren freien Stimmausdruck mehr Selbstbestimmung in unserem Leben. Wenn wir im Einklang mit uns selbst und verbunden mit unserem Herzen und unserer inneren Kraft unsere Stimme freilassen, lassen wir somit gleichzeitig unseren Geist frei. Im gleichen Maße wie unsere Präsenz darin wächst, verändert sich unsere Stimme und gewinnt an Tragfähigkeit, Kraft und Ausdruck. Da alles miteinander verbunden ist, dürfen wir uns immer mehr bewusst werden, dass der Ausdruck unserer Stimme einen enormen Einfluss auf das Ganze hat. So gestalten wir gemeinsam die Welt und unser Leben und Erleben darin neu.

Dreiteilige Ich Botschaften

Eins meiner wichtigsten Grundprinzipien ist: Anstelle von Vorwürfen, abwertenden Urteilen oder auch Forderungen sage ich dem Gesprächspartner „NUR“ wie es mir geht.

Dabei benutze ich eine besondere, dreiteilige Form. Als Erstes sage ich, was ich konkret wahrgenommen habe, was auch ein anderer so beobachten könnte. Dann sage ich, welche (negative) Wirkung dieses Verhalten auf mich hat. Und dann äußere ich, wie ich mich dabei gefühlt habe. Und das vorwurfs- und urteilsfrei.

Das Ergebnis von so einer dreiteiligen Ich-Botschaft ist es, eine Situation zu beschreiben und die Konsequenzen sichtbar zu machen. Das kann dann so klingen: „Wenn du krank bist und nicht Bescheid gibst, sind wir damit beschäftigt herauszufinden, was los ist. Es wirft unsere ganze Planung durcheinander und ich fühle mich da nicht kollegial behandelt.“ Oder so: „Gestern hast du unseren Programmierer ohne unser Wissen für deine Projekt-Microsite abgezogen, wodurch wir unseren Termin nur noch mit Nachschichten halten konnten. Jetzt mussten wir müde zum Kunden – das ärgert mich.“

Problem mit Du-Botschaften

So könnte es ablaufen. Sie kommen nach Hause und ihr Partner mault: „Du hast schon wieder nicht den Müll rausgebracht!“ Wie reagieren Sie? Vermutlich so oder so ähnlich: „Mann! Ich habe sowieso schon so viel um die Ohren. Ich kann nicht an alles denken. Immer die gleiche Leier.“ Du-Botschaften drängen uns in eine Ecke. Wir gehen sofort in Abwehrhaltung. Wütend wollen wir uns rechtfertigen. Mit Sicherheit sind wir dann nicht mehr offen für ein zielführendes Konfliktgespräch.

„Man macht zu“, heißt es nicht umsonst. Was würde passieren, wenn Ihr Partner seinen Wunsch anders ausdrücken würde, zum Beispiel so: „Ich möchte, dass du den Müll rausbringst?“ Das ermöglicht ein Gespräch.

Wie es besser geht

Die Gordon'sche dreiteilige Ich-Botschaft würde dabei noch besser helfen, einen Konflikt aus dem Problembereich in den Verhandlungsbereich zu führen.

Im ersten Teil zeige ich erneut auf, was passiert ist: „Wenn ich nach Hause komme und sehe, dass der Müll nicht rausgebracht wurde.“

Im zweiten Teil zeige ich auf, wie es mir dabei geht: „Dann ärgere ich mich sehr, denn wir hatten etwas ausgemacht.“

Im dritten Teil füge ich dann hinzu, was das für Konsequenzen für mich hat:

„Ich möchte dann alles hinschmeißen und gar nicht mehr mit dir reden.“

Der Partner wird mit dem konfrontiert, wie es mir wirklich geht. Ich höre jetzt nur noch zu und unterlasse jede Widerrede oder jedes Argument usw. Ich höre aufrichtig und aktiv zu und helfe dem Partner so seine eigenen Lösungen zu finden. Diese Form von Konfliktlösung gilt als Win-win-Lösung. Jeder hat das Recht, sich für eigene Überzeugungen zu entscheiden, aber meine ehrliche Schilderung führt zur Betroffenheit des Partners und lässt ihn so eine Lösung finden, der wir beide zustimmen können. Ich vertraue dann darauf, dass der andere wirklich versuchst, sein Verhalten zu ändern. So lassen sich Lösungen finden, die für beide akzeptabel sind.

Dann entsteht Freiheit, dann kann der andere frei mit mir unterwegs sein, umso zu werden, wie er immer sein wollte.

Literatur

Familienkonferenz: Die Lösung von Konflikten zwischen Eltern und Kind, 384 Seiten, Heyne Verlag ASIN 3453602323



Joachim und Laura Wohlfeil

Autor

Joachim Wohlfeil, Natürlich Gesund e. V., www.ngev.org, 0163 1731823
Vorsitzender des Berufsverbandes, Leiter der Akademie, Dipl. Rel. Pädagoge, Baubiologe, Privatdozent, Physiotherapeut, Massagetherapeut, Ermutiger, Gesundheitsberater, Ayurveda Practitioner, Silva-Mind-Instructor, Fachbuchautor.



Sabine Bevendorff



Deine Stimme führt dich in deine ureigene Kraft

Singkreise & -seminare
CDs
Stimmenfaltung
Rituale & Naturcoaching

www.sabinebevendorff.de

Wer darf sich Therapeut nennen?

Frage an unsere Rechtsanwältin Frau Dr. Oberhauser aus Nürnberg.
Wie ist denn das mit der Verwendung des Begriffes „Therapie“ bei den uneinheitlich geregelten Gesundheitsberufen.



„Lieber Herr Wohlfeil,

gerne beantworte ich Ihre Frage betreffend der Verwendung des Begriffes ‚Therapie‘ zum Beispiel bei Gesprächstherapie. Es ist zwar schon so, dass in Deutschland der Begriff der Therapie und des Therapeuten nicht gesetzlich geschützt ist, andererseits ist es so, dass ein nicht-heilkundlicher Anwender oder Behandler nicht ohne Weiteres den Begriff „Gesprächstherapie“ mit allen möglichen bewiesenen Wirkaussagen auf seiner Webseite verwenden kann. Wie Sie ja wissen, wird die irreführende Wirkaussage nach § 3 HWG streng geprüft und die Verwaltung und die Rechtsprechung verwenden einen weiten Werbungsbegriff und nehmen auch schnell eine irreführende Wirkaussage an. Die Werbungs- und Wirkaussagen auf der Webseite sind immer aus der Sicht eines durchschnittlich verständlichen Klienten bzw. Patienten auszulegen.

Bei einer strengen und engen Auslegung des Begriffes „Gesprächstherapie“ kann man durchaus zu dem Ergebnis gelangen, dass hierunter im engeren Sinne auch Gespräche im Sinne der Psychotherapie erfasst sind. Derartige Gespräche dürfen aber nur Heilkundler, also insbesondere Ärzte, Heilpraktiker, Heilpraktiker für Psychotherapie, psychologische Psychotherapeuten sowie Kinder- und Jugendpsychotherapeuten verwenden. Von einer uneingeschränkten Anwendung des Begriffes „Gesprächstherapie“ auf Werbemitteln und Webseiten bzw. Flyern von Geistheilern bzw. Energiearbeitern, rate ich deshalb ab.“

Kommentar Joachim Wohlfeil:

Ähnlich verhält es sich mit anderen Bereichen, in denen der Begriff Therapie verwendet wird. Hier ist schnell der berechtigte Vorwurf der Irreführung und der betrügerischen Absicht berechtigterweise vorhanden. Zumal die Gerichte und Behörden und andere Beauftragte in der Regel auf der Seite der Verbraucher stehen.

Wir haben lange über die Berufsbezeichnung „Klangcodetherapeut“ und den Namen der Methode „Klangcodetherapie“ nachgedacht und sind zu dem Schluss gekommen, dass eine Verwechslung oder Irreführung ähnlich wie beim Massagetherapeuten ziemlich gering ist als vernachlässigt oder ausgeschlossen werden kann, genauso wie die Richter es in dem Rechtsstreit um den Begriff „Massagetherapeut“ getan haben. Trotzdem bleibt auch hier die Gefahr einer missbräuchlichen Nutzung durch den Anwender, wenn er zum Beispiel zu stark den medizinischen Aspekt seiner Arbeit betont und keine akzeptierte medizinische Vorbildung und Prüfung hat. Ich habe unter anderem eine Ausbildung konzipiert, die von einer Lehrerin für medizinische Fachberufe gehalten wurde und die Prüfung dann von der Universität Potsdam abgenommen wurde. Da die Beurteilung im Einzelfall bei dem Gebrauch der Worte „Therapie“ und / oder „Therapeut“ sehr schwierig ist, bitte mit mir Kontakt aufnehmen, damit wir zur Klärung beitragen können.

Berufsverband Natürlich Gesund e.V. Joachim Wohlfeil, www.ngev.org

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

9-monatige Fortbildung (6 Wochenenden) ab September, mit Selbsterfahrung und Vermittlung von praxisorientierten körpertherapeutischen, energetischen und schamanischen Heilmethoden (anerkannte Weiterbildung: bei bestimmten Voraussetzungen kann eine Weiterbildungsprämie eingesetzt werden).



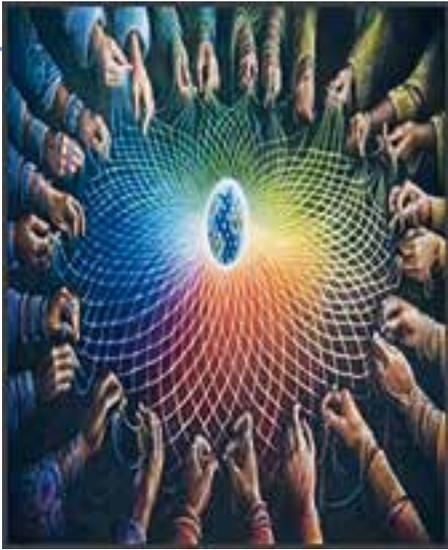
Julia Fischer, Heilpraktikerin für Psychotherapie

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

Nach jahrelanger intensiver Aus- und Fortbildung in Psychotherapie, Schamanismus, Trauma- & Körperarbeit und nach 4 intensiven und transfor-

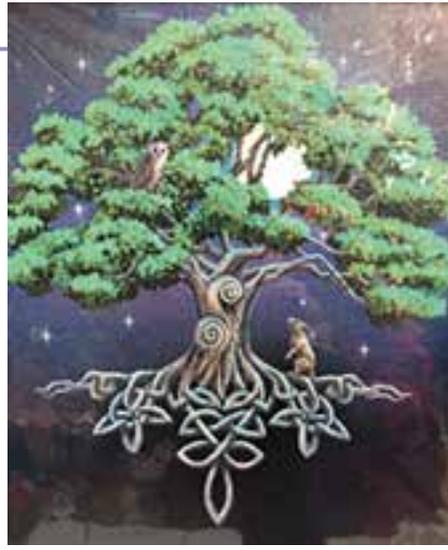
matischen Jahren der Ausbildung als Priesterin in Avalon (Glastonbury, England), startet im Herbst eine neue Gruppe, in der ich meine „Schätze“, die ich in Einzelbegleitung und in Gruppen seit mehreren Jahren erfolgreich anwende, mit Herzblut weitergebe. Das bewährte Konzept hat im Jahr 2021/22 bereits eine wunderbare Gruppe von 13 Frauen zusammengeführt, die in einer starken Gemeinschaft miteinander in ihrer (Heil)-Kraft so enorm gewachsen sind und von denen anschließend 11 Frauen den Weg zur Priesterin im aktuell laufenden Aufbau-Modul weitergehen.

Wenn Dich diese Fortbildung anspricht, dann trifft vielleicht das eine oder andere Kriterium auf Dich zu ... (Zur Vereinfachung habe ich hier die weibliche Form gewählt, die Fortbildung ist offen für Frauen UND Männer)



Heilbegleiter(in)

- Du spürst, dass Du viel zu geben hast und möchtest Deine heilerischen Fähigkeiten erwecken/ ausbauen und weitergeben und Dich dabei gesund und abgrenzen können
- Du suchst nach einem praktischen „Handwerk-koffer“ für Dein heilerisches Potenzial, um es für Dich und andere optimal und für DICH passend und authentisch anwenden zu können
- Du bist selbst schon durch Krisen gegangen und hast bereits alternative Heilmethoden persönlich erfahren
- Du bist empathisch und hast Interesse am Umgang mit Menschen
- Du bist bereit, eigene Blockaden, Traumata und hinderliche Glaubenssätze durch intensive Selbsterfahrung aufzulösen, die Dich auf Deinem Weg behindern
- Du bist offen für Spiritualität und den Zusammenhang von Körper, Geist und Seele
- Du bist offen für Gruppenprozesse in der tragenden Kraft der Gemeinschaft und für individuelles & kollektives Wachstum
- Du bist naturverbunden und hast Interesse an schamanischen und energetischen Heilmethoden



Priester(in)

- Du bist bereit, Deinen Selbstwert, Selbstvertrauen und Deine Selbstliebe durch intensive Selbsterfahrung auszubauen und Deine Ängste und Schattenanteile zu integrieren, damit Dein Ego in den Hintergrund treten kann um authentisch und dadurch ein Leuchtturm und Fels in der Brandung für andere zu sein
- Du liebst Rituale und Zeremonien und spürst den Ruf, Himmel und Erde miteinander zu verbinden und ein Gefäß für das Göttlich Weibliche und Männliche für Dich und andere zu sein
- Du spürst den Ruf, Deine individuellen spirituellen Fähigkeiten und einen Heilraum für andere Menschen zur Verfügung zu stellen und Dich damit auch öffentlich zu ZEIGEN
- Du möchtest Heil- und Begegnungsräume kreieren, Menschen inspirieren und zusammenbringen
- Du bist bereit, für Dich selbst und andere Verantwortung zu übernehmen und jenseits Deines Egos einer größeren Kraft zu dienen, in Demut und gleichzeitig in Deiner vollen Größe als Dienende des Göttlichen

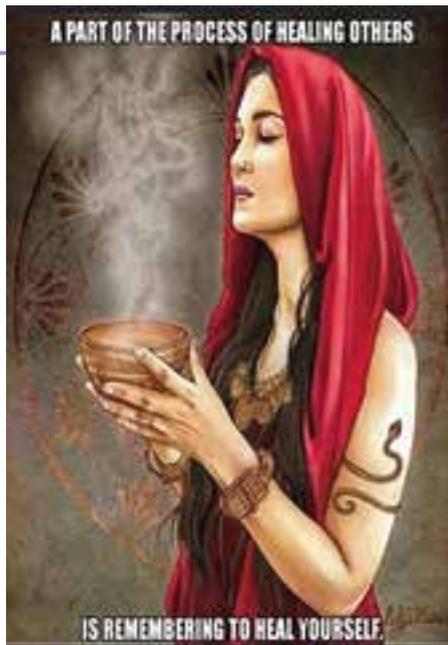


- Du trägst in Deiner Seele eine (vage?) Erinnerung an eine (kollektive) Vergangenheit, in der Du bereits dem Göttlichen gedient hast und verspürst nun den Wunsch, einen alten/neuen Seelenpfad zu beschreiten
- Du fühlst Dich mit der Natur und den Elementen verbunden

Das Ziel für den ersten Block (Heilbegleitung) ist, ein festes Fundament für die Heilarbeit zu schaffen und dabei auch die individuellen Fähigkeiten zu berücksichtigen und einfließen zu lassen. An den 6 Wochenenden füllt sich ein umfangreicher

Methodenkoffer mit theoretischen und praktischen Fertigkeiten. Durch den hohen Selbsterfahrungsanteil entsteht eine stabile Basis, Heilraum für sich und andere zur Verfügung zu stellen.

Den Teilnehmern wird neben theoretischen Grundlagen inkl. Skript vor allem durch praktische Selbsterfahrung die Möglichkeit gegeben, eigene körperliche und seelische Blockaden, ungesunde Konditionierungen und Traumata zu bearbeiten. Du erfährst unterschiedliche Heilmethoden „am eigenen Leib“ und die Gruppe unterstützt sich in Gruppenprozessen gegenseitig. Das Ziel ist das Anwenden dieser Methoden zur Begleitung von



Anlässen wie Hochzeiten oder Trauerfeiern). In dieser Ausbildung steht der keltische Schamanismus und die Verbindung des Göttlich-Weiblichen und -Männlichen im Fokus.

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

Menschen im Umfeld bzw. zur Kombination mit bereits bestehenden Berufen und Arbeitsfeldern wie Heilpraktiker, Altenpfleger, Erzieher, Pädagoge, Coach etc. oder im privaten Bereich für Familie & Umfeld.

Die Übungen sind „Kernstücke“ aus folgenden Therapiemethoden: Systemik, Gestalttherapie, Hypnose, Körpertherapie und schamanischen Heilmethoden. Sie bieten konkretes „Handwerkszeug“, um im Einzel- oder Gruppensetting mit Menschen zu arbeiten.

Der zweite vertiefende Block mit der Weiterbildung und der abschließenden Weihe zur Priester/in ist optional, allerdings ist Block 1 Voraussetzung für Block 2, sofern nicht anders besprochen. Der Titel zur Priester(in) bezieht sich nicht auf die religiöse bzw. kirchliche Form, sondern auf den ursprünglichen Archetyp des (spirituellen) Heilers, des Dienenden am Menschen in vielen verschiedenen Facetten, (z. B. als freier Redner zu feierlichen

Es ist Zeit, unser Heilungspotenzial zu entfalten und die/den Archetyp der Heiler(in) und Priester(in) im Hier und Jetzt ganz „alltagstauglich und bodenständig“ wieder zu (be)leben! Bist Du dabei? Nähere Infos auf meiner Homepage!

Beginn:

23.–25. September 2022 (6 Wochenenden)

Julia Fischer

Heilpraktikerin für Psychotherapie,
Priestess of Avalon
Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg
Tel 0176 247 131 55
www.julia-fischer-therapie.de
www.heilsam-messe.de

KALENDER Juni | Juli

Juni

01.06., online „Gesprächszeit“, 19:30 Uhr, Goldenes Rosenkreuz, Zentrum Kiel, spirituelles Gespräch, Zugangsdaten bestellen unter kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de/kiel

04.06., Eckernförde, Behandlungstage, Endlich Schluss mit der Sucht, Antje Black, 04351 4824900, www.weiss-institut.de

05.06., Hamburg, Behandlungstage, Endlich Schluss mit der Sucht, Antje Black, 04351 4824900, www.weiss-institut.de

10.06., Süderbrarup, Grundkurs: Der Vagusnerv, der Selbstheilungsnerv Teil 1, 11:00–16:00 Uhr, leichte Übungen mit Klangcodesingen zur Entspannung/Erlösung/Heilung, Aktivierung der 12 Hirnnerven, Organe anregen usw., 90 €, mit anschl. vegetarischer Mahlzeit. Dagmar Längert, 04641 9862191, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de

15.06., Barkelsby, 17:30 Uhr, Gesundheit mit Effektiven Mikroorganismen und dem Vitalpilz Zunderschwamm, EM Inntal, der erfreulich freundliche EM-Shop, Riesebyer Str. 2, 24360 Barkelsby, 04351 899191, www.em-inntal.de

15.06., Hürup, START HP-Ausbildung (Fachmodul D: Lunge und Atemwege, Blut, Allergien, Krebskrankheiten) Mittwoch-Vormittags 9:00–12:00 Uhr, 14 Unterrichtstage je Modul, 1.080 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

17.–19.06., Hürup, Wirbelsäulentherapie nach Dorn & Breuß, Freitag 15:00–18:00 Uhr, Samstag 9:30–17:00 Uhr, Sonntag 10:00–17:00 Uhr, 360 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

21.06., Jörl, Ritual zur Sommersonnenwende in der Keltisch-Schamanischen Tradition, 18:00 Uhr, keine Vorkenntnisse erforderlich, um Anmeldung wird gebeten, Praxis für Energieheilung, Bettina und Jürgen Dahlke, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, 04607 253, Goettinnen-yoga.de

25.06., Kosel, „Die Sonne scheint von innen“, Seminar im kleinen Kreis zum Erleben der Bree-ma®-Körperarbeit: Entspannen und Verbundenheit erfahren, 14:00–18:00 Uhr, 60 €, bei Fragen ruf gern an oder schreib mir: Cornelia, 04354 809 8609, cornelia_weiss@hotmail.com, www.cornelia-weiss.de

Bettina & Jürgen
Dahlke

Ausbildung
zum/zur
Schamanischen
Heilkünstler/-in

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

Juli

25.–26.06, Hürup, Schüßler-Salze und Antlitz-Diagnose, Freitag 16:00–20:00 Uhr, Samstag 10:00–18:00 Uhr, Sonntag 10:00–16:00 Uhr, 300 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

25.–26.06, Hürup, Reiki – Grad 1, Samstag und Sonntag 10:00–18:00 Uhr, 250 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

26.06., Süderbrarup, Aufbaukurs: Der Vagusnerv, der Selbstheilungsnerv Teil 2, 12:00–16:00 Uhr, leichte Übungen mit Klangcodesingen zur Aktivierung der 12 Hirnnerven, Meridiane, Chakren usw., 90 €, mit anschl. vegetarischer Mahlzeit. Dagmar Längert, 04641 9862191, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de

02.–03.07, Hürup, Reiki – Grad 2, Samstag und Sonntag 10:00–18:00 Uhr, 400 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

03.07., Hürup, HPP-Probe Prüfung, Sonntag 10:00–12:30 Uhr, 40 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

09.07., Süderbrarup, Grundkurs: Der Vagusnerv, der Selbstheilungsnerv Teil 1, 14:00–18:00 Uhr, leichte Übungen mit Klangcodesingen zur Entspannung/Erlösung/Heilung, Aktivierung der 12 Hirnnerven, Organe anregen usw., 90 €, mit anschl. vegetarischer Mahlzeit. Dagmar Längert, 04641 9862191, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de

16.07., Eckernförde, Behandlungstage, Endlich Schluss mit der Sucht, Antje Black, 04351 4824900, www.weiss-institut.de

16.07., Süderbrarup, Aufbaukurs: Der Vagusnerv, der Selbstheilungsnerv Teil 2, 14:00–18:00 Uhr, leichte Übungen mit Klangcodesingen zur Aktivierung der 12 Hirnnerven, Meridiane, Chakren usw., 90 €, mit vegetarischer Mahlzeit. Dagmar Längert, 04641 9862191, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de

17.07., Jörl, Schamanische Kunst – Bau, Weihung und Spiel Schamanischen Rahmentrommel, ca. 16:00 Uhr, 250,00 inkl. Material, Energieheilung, Bettina und Jürgen Paulsgabe 13, 24992 Jörl, 04607 Göttinnen-yoga.de

17.07., Hamburg, Behandlungstage, Endlich Schluss mit der Sucht, Antje Black, 04351 4824900, www.weiss-institut.de

20.07., Barkelsby, 17:30 Uhr, EM für Einsteiger, alle Fragen rund um Effektive Mikroorganismen, EM Inntal, der erfreulich freundliche EM-Shop, Riesebyer Str. 2, 24360 Barkelsby, 04351 899191, www.em-inntal.de

August

01.08., Jörl, Ritual zum Jahreskreisfest Lammas (Lughnasad) in der Keltisch-Schamanischen Tradition, keine Vorkenntnisse erforderlich, um Anmeldung wird gebeten, Praxis für Energieheilung, Bettina und Jürgen Dahlke, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, 04607 253, Göttinnen-yoga.de

09.07., Süderbrarup, Grundkurs: Der Vagusnerv, der Selbstheilungsnerv Teil 1, 14:00–18:00 Uhr, leichte Übungen mit Klangcodesingen zur Entspannung/Erlösung/Heilung, Aktivierung der 12 Hirnnerven, Organe anregen usw., 90 €, mit anschl. vegetarischer Mahlzeit. Dagmar Längert, 04641 9862191, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de

13.08., Eckernförde, Geomantisches Sommervergnügen mit Hans Hansen, 15:00–20:00 Uhr im TÖZ, Technik und Ökologiezentrum, Marienthaler Str. 17, 10 €, Anmeldung: Impulse Seminare, Urich Gappel, 04351 7674832, info@impulseseminare.de, www.impulseseminare.de

13.08., Bollingstedt, Workshop, „Von der Kraftquelle in deinem Beckenraum und dem Vertrauen u.a. in den Ausdruck deiner Persönlichkeit, Stimme, Sexualität“. Infos und Austausch, innere Reisen, tiefe Entspannung, sanfte Luna Yoga® Übungen und freies Tanzen zu ganz unterschiedlichen Rhythmen begleiten dich durch diesen Nachmittag. Weitere Infos und Anmeldung unter www.kerstinrogge.com oder auch gern telefonisch unter 04638 307858.

14.08., Hürup, HPP-Probe Prüfung, Sonntag 10:00–12:30 Uhr, 40 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

19.–21.08, Hürup, Jin Shin Jyutsu Aufbaukurs, Freitag 18:00 Uhr (Meditation), Samstag und Sonntag 9:30–17:00 Uhr, 250 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

Effektive Mikroorganismen
Corina Blaase
zertifizierte EM-Beraterin

Der erfreulich freundliche EM-Laden in Barkelsby

Unsere Öffnungszeiten finden Sie online unter:
www.em-inntal.de

LICHTPUNKTE

Hier bekommst du
Bücher zum Thema
Yoga • Spiritualität • Gesundheit

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

Partnerin des Schöner Verlags und Süssam Versand
Öffnungszeiten siehe Text.

Bettina Dahlke - Paulsgabe 13 (B 200) - 24992 Jörl
www.lichtpunkte.shop

20.–21.08., Hürup, Methoden-Koffer III aus der Systemischen Therapie, Samstag 10:00–17:00 Uhr, Sonntag 10:00–16:00 Uhr, 240 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

21.08., Hürup, DETOX – Reinigen, Entgiften und Ausleiten – Auftag, Sonntag 10:00–17:00 Uhr, 140 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

23.08., Hürup, START Ausbildung Heilpraktiker für Psychotherapie, Vormittagsklasse, Zeiten nach Stundenplan, 2.800 €/Ratenzahlung möglich, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

27.–28.08., Hürup, Fußreflexzonenmassage, Samstag 10:00–17:00 Uhr, Sonntag 10:00–14:00 Uhr (+4 Übungsabende montags 18:00–20:30 Uhr), 310 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

September

03.09., Eckernförde, Behandlungstage, Endlich Schluss mit der Sucht, Antje Black, 04351 4824900, www.weiss-institut.de

03.–04.09., Hürup, Hypnose – Grundkurs, Samstag/Sonntag 10:00–18:00 Uhr, 290 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

04.09., Hamburg, Behandlungstage, Endlich Schluss mit der Sucht, Antje Black, 04351 4824900, www.weiss-institut.de

04.09., Hürup, Workshop "Innerer Reichtum", Sonntag 10:00–17:00 Uhr, 140 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

04.09., Hürup, Schüßler-Salze und Antlitz-Diagnose – Vertiefungstag, Sonntag 10:00–18:00 Uhr, 130 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

17.09., Hürup, START HP-Prüfungsvorbereitungs-Modul 2022/2023, Zeiten nach Stundenplan, 1.610 €/Ratenzahlung möglich, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

17.–18.09., Eckernförde, Weite Horizonte Messe, 11:00 bis 18:00 Uhr, Vorträge, Ausstellung, Treffpunkt und Gespräche im TÖZ, Technik- und Ökologiezentrum, Marienthaler Str. 17, Anmeldung und Infos: Dagmar Längert, 04641 9862191, kontakt@weite-horizonte.de, www.weite-horizonte.de

Oktober

08.10., Hürup, Hypnose – Grundkurs, Samstag/Sonntag 10:00–18:00 Uhr, 290 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

08.–09.10., Hürup, Psychosomatik, Sonntag 10:00–17:00 Uhr, 140 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

15.10., Eckernförde, Behandlungstage, Endlich Schluss mit der Sucht, Antje Black, 04351 4824900, www.weiss-institut.de

16.10., Hamburg, Behandlungstage, Endlich Schluss mit der Sucht, Antje Black, 04351 4824900, www.weiss-institut.de

21.–23.10., Hürup, Hawaiianische Tempelmassage – Aufbaukurs, Freitag 16:00–21:00 Uhr, Samstag/Sonntag 10–18 Uhr, 320 €, Ascendium Akademie, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, 04634 9397990, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

22.10., Bollingstedt, Workshop „Von der Kraft des eigenen Zyklus, den 4 inneren Jahreszeiten und den Wandlungsphasen des Lebens“. Spannend auch in und nach den Wechseljahren! 12:00 – 15:00 Uhr, 30 €. Infos und Austausch, innere Reisen, tiefe Entspannung, sanfte Luna Yoga® Übungen und freies Tanzen zu ganz unterschiedlichen Rhythmen begleiten dich durch diesen Nachmittag. Weitere Infos und Anmeldung unter www.kerstinrogge.com oder auch gern telefonisch unter 04638 307858.

November

12.11., Eckernförde, Behandlungstage, Endlich Schluss mit der Sucht, Antje Black, 04351 4824900, www.weiss-institut.de

13.11., Hamburg, Behandlungstage, Endlich Schluss mit der Sucht, Antje Black, 04351 4824900, www.weiss-institut.de

26.11., Bollingstedt, Workshop „Die weise Alte, meine Gebärmutter und Ich ... Eine Reise in die weise Kraft deiner Gebärmutter“. 12:00 – 15:00 Uhr, 30 €. Infos und Austausch, innere Reisen, tiefe Entspannung, sanfte Luna Yoga® Übungen und freies Tanzen zu ganz unterschiedlichen Rhythmen begleiten dich durch diesen Nachmittag. Weitere Infos und Anmeldung unter www.kerstinrogge.com oder auch gern telefonisch unter 04638 307858.

Montag

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

Silberstedt: 2-wöchentliche Luna® Kurse bei der VHS ab 17:15 Uhr, Anmeldung über die VHS Amt Arensharde, Silberstedt, Kontakt: Kerstin Rogge, Weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit/Lebens- und Schoßraumbegleitung, 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Jörl: Kundalini Yoga, 17:00 Uhr, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, Kontakt: 04607 253, www.göttinnen-yoga.de

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

Lübeck: Aufstellungsabend Neues geistiges Familienstellen – Neue Lösungen finden, 19:00 Uhr, Soulgyrn, Ratzeburger Allee 67 a, 23562 Lübeck. 14-tägig, 80 €, Holger Eybe, Anmeldung unter 04525 5012500, Last-Minute-Anmeldung 0160 99680096



**Ihre Quelle
für Esoterik und Geschenke**

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

Dienstag

Online: 1. Dienstag im Monat, 19:30 Uhr, ca. 45 min, Klangcode-Gruppensitzung: „Gemeinsames Klangcode-Singen“ für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Dagmar Längert, 04641 9862191, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de/gemeinsames-klangcode-singen, https://us02web.zoom.us/j/86453217533?pwd=ZFE1R2RPVUpHYkMvd-1N5Qyt5MGFQZz09, Meeting-ID: 864 5321 7533, Kenncode: 997605

Ahrensböck: Aufstellungsabend Neues geistiges Familienstellen – Neue Lösungen finden, 19:00 Uhr, Lichterstein, Am Goldberg 6, 23623 Ahrensböck-Grebenhagen, 14-tägig, 80,- €, Neue geistige Lebensschule Holger Eybe, Anmeldung unter 04525 5012500, Last-Minute-Anmeldung 0160 99680096, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

Eckernförde: Stille Meditation (Shine), 20:20–21:20 Uhr, eine halbe Stunde in Stille SEIN, offene Laiengruppe, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, Kontakt: Ulrich Gappel, 04351 7674832, info@impulseseminare.de

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

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

Silberstedt: Luna Yoga® für entspannte Beckenkraft und Lebenslust von 17:15 bis 18:30 Uhr und 18:45 bis 20:00 Uhr, Anmeldung bitte über die VHS Amt Arensharde 04626 9624 oder vhs@amt-arensharde.de, Kontakt: www.kerstinrogge.com

Süderbrarup: Jeden 3. Dienstag, Klangcode-Gruppensitzung: „Gemeinsames Klangcode-Singen“ für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden, 19:00 Uhr, am Feuer mit anschließender vegetarischer Mahlzeit, ca. 1,5 Std., um eine Spende in die Dankebox für das Essen wird gebeten, Dagmar Längert, 04641 9862191, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de/gemeinsames-klangcode-singen

Mittwoch

Eckernförde: Offener Singkreis, 19:30–21:30 Uhr, Gemeinschaftshaus am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel. Termine: 09. u. 23.05.2022, 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

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

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

Kiel: Offener Singkreis, 19:30–21:30 Uhr, 14-tägig, Gemeinschaftshaus am Moorwiesengraben 22, 24113 Kiel, Kontakt: Sabine Bevendorff, 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

Donnerstag

Eckernförde: Aufstellungsabend Neues geistiges Familienstellen – Neue Lösungen finden, 19:00 Uhr, ImPulse Seminarhaus Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 80 €. Neue geistige Lebensschule Holger Eybe, Anmeldung unter 04525 5012500, Last-Minute-Anmeldung 0160 99680096, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

Tarp: wöchentlicher Luna® Yoga Kurs, 16:30 -18:00 Uhr, Schnuppern und Einstieg jederzeit möglich, Kontakt: Kerstin Rogge, Weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit/Lebens- und Schoßraumbegleitung, 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Freitag

Bollingstedt: wöchentlicher Luna Yoga® Kurs für Schwangere, Kontakt: Kerstin Rogge, Weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit/Lebens- und Schoßraumbegleitung, 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Eckernförde: Selbsthilfegruppe – Gruppenprozess zur Selbstregulation und Beruhigung des Nervensystems, Sonja und Rüdiger Mengkowski, 19:00–20:30 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 04644 9704278, heilsame-begegnung-eck@mail.de, www.heilsame-begegnung-eck.jimdofree.com

Eckernförde: Offener Singkreis, 19:00–21:00 Uhr, ImPulse Seminarhaus, Gasstr.4, 24340 Eckernförde, 14-tägig, Kontakt: Sabine Bevendorff, 04351 879756, www.sabinebevendorff.de

Samstag

Altenhof: Qi-Gong (Chi-Kung) im Garten, 11:00–12:00 Uhr, samstags von Juni bis September, mit Qi-Gong Ausbilderin Katharina Hirsch, keine Erfahrung erforderlich, Information 04351 8893495, play@khirsch.com, Spenden sind immer willkommen

Sonntag

Altenhof: Musik und Poesie im Garten, 19:00–22:00 Uhr, jeden 1. und 3. Sonntag im Monat vom Juni bis September. Jeder ist herzlich eingeladen, Lieder, Gedichte oder Geschichten zu teilen, oder kommt, hört zu, bringt eine Flasche Wein mit und genießt den Abend. Aschauer Landstr. 4 a, 24340 Altenhof, Information 04351 8893495, play@khirsch.com

Monatlich

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



Das Thema der Herbstausgabe:

Vertrauen

1. Ausgabe Herzensangelegenheiten
2. Ausgabe Wandlung
3. Ausgabe Was will werden
4. Ausgabe Entfaltung
5. Ausgabe Intuition
6. Ausgabe Stille
7. Ausgabe Freiheit
8. Ausgabe Erneuerung
9. Ausgabe Zuversicht
10. Ausgabe Licht
11. Ausgabe Verantwortung
12. Ausgabe Freilassen
13. Ausgabe Vertrauen
14. Ausgabe Werte

Redaktions- und Anzeigenschluss: 20. Juli
Tel. 04641 9862191
weite-horizonte@laengert-verlag.de

Buchvorstellung:

Petra Teegen erzählt in bewegenden Abschnitten aus ihrem turbulenten Leben nach ihrem Motto: Nicht die Augen verschließen – sehen und leben. Sie erfüllte sich ihren Berufswunsch aus Kindheitstagen, sie wollte schon immer Krankenschwester sein. Heute lebt ihre Passion „Krankenschwester“ in der Pferdeklappe e. V.



Immer Deine Schwester,
Petra Maria Teegen,
Erstausgabe, Sonderedition
Hardcover mit Fadenheftung, 136 Seiten, ISBN 978-3-9823533-0-2, 17,90 €.

Bestellungen:
info@laengert-verlag.de
www.laengert-verlag.de

Ausbildungen:

Vollendung ist das Ziel – www.maat-lenaya.net

Shop:

Ihre Quelle für Esoterik und Geschenke,
Gertrud Bareiss, 24105 Kiel, Waitzstr. 41 a,
Di.–Fr. 9:00–16:00 Uhr, Sa. 9:00–13:00 Uhr.

Behandlungen:

Vollendung ist das Ziel – www.maat-lenaya.net

Unterricht:

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

Verjüngung:

Vollendung ist das Ziel – www.maat-lenaya.net

Kleinanzeigen aufgeben:

5 Zeilen **ohne** Foto 12,- € und 5 Zeilen **mit** Foto 25,- €. mediaberatung@laengert-verlag.de

Buchvorstellung:

Seit 2020 sind die Menschen intensiv mit dem Thema Corona beschäftigt. Vielen geht es nicht gut, entweder haben sie Angst vor Krankheit, finanziellem Ruin oder Freiheitsverlust. Diese Ängste können aber auch der Auslöser dafür sein, eine neue Sichtweise auf das eigene Leben zu erfahren. Im Erkennen, wie wir gestrickt sind, wie wir funktionieren, bewusst und unbewusst, besteht die Möglichkeit, seine eigene innere Autorität zu erkennen, Ängste aufzulösen und in ein neues selbstbestimmtes, vertrauensvolles, liebens- und lebenswertes Leben zu gehen.

In diesem Buch beschreibe ich meine persönlichen Erfahrungen in dieser Zeit. Ich hoffe, damit Menschen Mut zu machen, sich auf ihren persönlichen spirituellen Weg zu begeben und die starken universellen Impulse dieser besonderen Zeit für sich zu nutzen.



Corona – mein spiritueller Booster,
Dagmar Längert, Softcover,
ISBN 978-3-9823 533-5-7,
51 Seiten,
€ 6,50
Bestellungen: info@laengert-verlag.de
www.laengert-verlag.de

Thema

Frei-lassen und Los-lassen – eine Frage der „Puste“



von Dr. med. Harald Lemke,
樂海龍 lè hai lóng

In so einer Arztpraxis erlebt man schon einiges, sowohl am Telefon als auch vor Ort. Falls ich es noch nicht getan haben sollte: an dieser Stelle sende ich meine Hochachtung an alle Sprechstundenhilfen, die dies alles gewöhnlich von Ärztinnen und Ärzten bereits im Vorfeld fern-halten bzw. abfangen.

Da ich in meiner Praxis jedoch alles aus guten Gründen allein mache, ist mir dieser spezifische Luxus nicht gewährt, und es gab schon den ein oder anderen Moment, in dem ich die Reaktion des Momentes in mir fleißig wegatmen musste bzw. lange den Atem anzuhalten hatte, um einem spontanen Impuls nicht nachzugeben.

Und damit sind wir auch schon beim Thema – doch was haben „frei“- bzw. „los“lassen mit „atmen“ zu tun?

In der Chinesischen Medizin ist es wohl im wesentlichen der Funktionskreislauf Lunge/Dickdarm (Metall-Element), der mit dem Thema los-lassen assoziiert ist. Eine Kollegin brachte es da einst wie folgt auf den Punkt: „Wer sich mit dem Loslassen und dem Hergeben schwertut, hat öfters auch Schwierigkeiten mit der Ausatmung oder einem regelmäßigen Stuhlgang. Schwierigkeiten mit dem Loslassen können sich im Leben auch darin zeigen, dass man länger an Dingen oder Menschen





hängt und länger in Situationen und Beziehungen verbleibt, als es gesund und gut wäre.“ (<https://www.karinwallnoefer.com/blog/die-traurigkeit/>)

Während der Lunge die Haut zugeordnet ist, die die Abgrenzung zwischen Innen und Außen ermöglicht, ist der Dickdarm die Instanz, die bereits vom Dünndarm Vorgeklärtes (trennt „Klares“ und „Unklares“), weiter klärt und gute Substanz absorbiert, den Rest im bzw. als Stuhl ausscheidet.

Klappt die Trennung nicht und das Loslassen ist erschwert, vernebelt der Geist. Das Denken ist unklar, die Sicht erschwert, das Leben trübe. „Der Darm ist das Tor zum Leben.“, so sagt wohl ein asiatisches Sprichwort. Und Hippokrates schrieb: „Der Tod sitzt im Darm.“ Im schlimmsten aller Fälle ist also nicht nur die Funktion des Geistes gefährdet, sondern gar die des Lebens. Dem Metall-Element sind Lunge und Traurigkeit zugeordnet. Es ist nicht schwer zu erfassen, dass mangelnde Fähigkeit zum Loslassen Traurigkeit hervorzubringen vermag und ohne die Fähigkeit loszulassen, kann Klarheit nicht entstehen und Freude wird nicht einkehren.

Körperlicher betrachtet:

Wer kennt nicht den Moment auf dem WC, wo das Loslassen mal nicht so klappt und man versucht, mit Druck (Luft anhalten und pressen – auch eine Frage der Puste) dem Vorgang „Schwung einzuhacken“ ... und erst wenn dies geklappt hat, lässt sich wieder frei durchatmen und ein Schimmer der Erleichterung und Freude äußert sich in einem verschmitzten Grinsen in eigener Gesichtshaut.

Falls Sie diesen Moment nicht kennen ... ich habe hier nicht etwa ein intimes Geheimnis preisgegeben, sondern weiß aus Anamnesen durchaus von der Häufigkeit des Auftretens.

Wie auch immer: jedenfalls fühlt man sich nach geglücktem Los-Lassen viel freier ... – sich beziehend auf die vorangehend bildhaft verdeutlichte Wirklichkeit wie auch in allen übertragenen Weisen.

Und so hängen Frei- und Los-lassen ganz klar miteinander zusammen. Über das Los-Lassen lassen wir uns selbst frei.

Da wir die Welt für gewöhnlich und ganz natürlich erst einmal aus unserer persönlichen Perspektive betrachten, erfahren und bewerten, liegt es nahe, dass wir unsere Welt letztlich auch nur über uns selbst lösen können. Und nur wenn wir die Probleme in uns zu lösen vermochten, vermögen wir andere auch wirklich los- und darüber auch frei-zulassen. Ansonsten hängen wir ihnen oft hinterher wie seelenlose Zombies, die ihre chaotische Gedankenwelt nicht sortiert bekommen (die Verklärung des Geistes), stalken ihnen womöglich gar noch über die Vielfalt der Portale hinterher und verenden, wie vielfach geschehend, in unserer Traurigkeit oder aber wählen das Ventil der Wut und lassen uns über Verleumdung oder persönliche Beschimpfungen und Beleidigungen an den nicht Los-Gelassenen aus.

Schafft das eigene Ego es also andere los-zulassen und darüber nicht nur jenen die Freiheit zu lassen, sondern dadurch selbst freizuwerden, darf man mich gerne fragen, was der Schritt über das Ego hinaus sein könnte. Bis dahin vergeht in den meisten Fällen sicher noch das ein oder andere Maß an Zeit und ich habe bis dahin womöglich gar die passende Antwort.

Wenn ich an dieser Stelle auch keine Antwort liefere, vermag ich aber zumindest eine gewisse Lösung zu präsentieren.

Die Chinesische Medizin kann im Prozess des Los-Lassens durchaus unterstützend helfen – sowohl auf körperlicher als auch auf emotionaler Ebene ... und in einigen Fällen gar darüber hinaus.

Mögen alle frei sein bzw. werden – im Fühlen, Denken und Sein.

Praxis für Ostasiatische Heilverfahren
und Integrative Medizin 樂海龍

Dr. med. Harald Lemke

privatärztlich und Selbstzahler

Bahnhofstrasse 11, 1. Stock

24340 Eckernförde

04351 4829152

praxislemke@googlemail.com

Gutes Klima am Bau ist nicht nur eine Frage der Materialien

Bauherren und -damen wünschen sich ein Haus aus Materialien, die gesundheitsfördernd sind, umweltbewusst hergestellt wurden, dem Haus ein gutes Klima geben und dabei nicht überteuert sind. Derzeit sind die meisten Baumaterialien um mindestens 30 % im Kaufpreis gestiegen, deshalb überlegen die Bauwilligen es sich lange, ob Um- oder Neubaumaßnahmen gemacht werden.



Die "Bauleitung" inspiziert den Rohbau

„In den letzten Jahren habe ich überwiegend Häuser mit Lehmwänden ausgebaut. Das schafft schon auf dem Bau ein besonders angenehmes Klima.“ erklärt Hans Oldsen.

„Viele Häuser werden von baulichen Altlasten befreit und es soll mit Materialien wieder aufgebaut werden, die für trockene Wände und ein gutes Raumklima sorgen.“

Dazu wird Hans Oldsen gern für Renovierungen gebucht, weil er über 20 Jahre Erfahrung im Innenausbau hat und für seine Genauigkeit bei der Ausführung bekannt ist.

Vermeint äußern seine Kunden, dass durch seine Arbeit eine gute Energie in den Bau fließt. Die Liebe zu seiner Arbeit spiegelt sich in der Ausführung wider und dieses Klima ist spürbar.

Auch ein Umbau ist ein organisches Geschehen, dass manchmal Planänderungen notwendig macht.

„Man schwingt sich in das, was sich entwickeln will, ein“, sagt Hans Oldsen, „Deshalb ist es gut, wenn immer Raum für Veränderung bleibt.“

Die Decke wurde mit OSB-Platten erneuert. Die tragenden Deckenbalken wurden rüberarbeitet. Die Wände sind mit Lehm verputzt. Auf dem Boden sind Natursteinfliesen im römischen Verbund verlegt worden.



Lehmwände dreifach beschichtet, Blähton als Trittschalldämmung für den Parkettboden



Lehmwände vor und nach der ersten Beschichtung. Die Öffnung in den Abseiten wurden mit OSB- und GKF-Platten ausgekleidet.

Auslegung des Parkettfußbodens, Eiche geölt



Wand- und Bodenfliesen im Stil „Römischer Verbund“



// Immobilienservice Oldsen

Ihr Spezialist für Dienstleistungen rund ums Haus

Termine frei!

Wir erstellen Ihnen ein individuelles Angebot für Ihr Projekt!

Immobilienservice Oldsen
Holm 45
24392 Süderbrarup
mobil 0172 7050665
www.immobilienservice-oldsen.de

Montagearbeiten:
Trockenbau
Bodenbeläge
Fliesenarbeiten
Elementebau
Fenster/Türen



Geomantisches Sommervergnügen

Samstag 13. August 15-20 Uhr Eckernförde
Für alle Geomanten und die, die es werden wollen
Was erwartet Dich?

- gemütliches Beisammensein mit Gleichgesinnten
- Austausch, Vernetzung, neue Erfahrungen
- Vorträge, Filme, Gespräche; Interviews, Präsentationen, Workshops, Büchertisch ... und vielleicht auch Überraschungen
- Hans Hansen und andere Geomanten teilen ihre Erfahrungen

- incl. Verköstigung (Kaffee & Kuchen, abends warmes Essen)
- eine gelungene Atmosphäre aus lichtdurchfluteten Räumen mit tropischen Gewächsen

- für alle, die sich für unsere Seminare interessieren
- für alle, die sich endlich gerne einmal wiedersehen möchten,
- für alle, die sich austauschen, vernetzen, kennenlernen möchten
- für alle Interessierten, Neugierigen, die offen sind für andere Sichtweisen

Im TÖZ, Marienthalerstr. 17, Eckernförde
Eintritt 25,-, incl. Vorträgen, Programm, Verköstigung
Bitte anmelden (damit wir alles optimal vorbereiten können)

Geomantie ...

...ist Weisheits- und Erfahrungslehre, die uns den Zugang eröffnet zu den feineren nicht-materiellen Ebenen der Erde. Sie gab es in allen Kulturen, z.B. als Vastu in Indien oder als Feng Shui in China.

Alles lebt! ... und so auch die Erde. Sie ist ein lebendiges uraltes Wesen, durchdrungen von vielerlei Energien. Unser Körper ist ein Geschenk von Mutter Erde, er ist aus ihr gemacht, und er ist das Zuhause unserer Seele. Was liegt da näher, als das Mutter Erde ebenso beseelt ist? Wie könnte es anders sein, als das Seelen miteinander sprechen?

... um voneinander, zu lernen und miteinander zu leben und sich zu lieben.



Hans Hansen Seminare

September	Elementare Energien
Oktober	Strukturgebende Kraft
November	Kosmogramme
Dezember	Göttin der Landschaft
Januar	Elfen Feen Zwerge
Februar	Christus-Sophia
März	Weisheit der Landschaft
Mai	Leylines
Juni	Die Neuen Erdenergien
Juli	Chakras der Landschaft
August	Technikwesen

Weiterbildungsbonus ggf. möglich
Quereinstieg möglich, 210,- / 250,- / WE

Pilgern auf La Gomera
Urlaubs-Seminar voraussichtlich
im April 2023



Infos & Anmeldungen:

info@ImPulseSeminare.de

Tel.: 04351 7674832

www.ImPulseSeminare.de

ImPulseSeminare U. Gappel
Gasstr. 5 24340 Eckernförde



Los- oder frei- lassen können wir so viele

Einen Muskel bei den morgendlichen Dehnungsübungen, die Hundeleine beim Spaziergang, einen Gedanken, einen Teller beim Abräumen, eine Aufgabe, eine Verbindung zu einem Menschen ...

In manchen Situationen ergibt es keinen Sinn etwas loszulassen (wie den Teller, wenn er nicht vorher gut platziert ist). Manches ergibt sofort Sinn loszulassen – was einen z. B. begrenzt, was zu gefühlter Enge oder eingrenzenden Bewegungsfreiraum führt. Doch fällt es nicht immer gleich leicht. Es braucht in uns die Möglichkeit, mit ausreichend Zeit und positiven Erfahrungen dem Alltag und dem Leben auf eine Art zu begegnen, die uns mehr Sicherheit und Freiheit gibt. Dann können wir in uns mehr frei-lassen.

Von Freude über Energie über Kraft ...

Dies beinhaltet einen größeren Schatz an Spielraum – und das gibt unter anderem die Freiheit so zu entscheiden und zu handeln, wie es sich JETZT stimmig und unterstützend anfühlt.

Sei es bei einer Entscheidung, die das Abendessen angeht, oder welche Aufgaben wir annehmen. Welchen Job ich wähle, oder welches Buch ich lese. Gewohntes weiter zu tun, weil es gut ist, und Neues, weil es gut sein kann, gewohntes sein zu lassen.

Für Frei-, Los- oder Sein-Lassen hat vermutlich jede/r etwas andere Assoziationen – Bilder im Kopf – Anlässe in Erinnerung.

Ein Beispiel kann sein, eine Vorstellung freizulassen, wie etwas zu funktionieren hat.

Wie man selbst zu funktionieren hat.

Die Vorstellung von dem, wie man sein möchte, gibt eine Orientierung, Halt, Struktur, Antrieb, Motivation. Wenn diese nicht umsetzbar ist, kann es leicht zu einer Spannung kommen – zwischen dem, wie man sein möchte, und dem, wie man meint sein zu müssen. Oder wie andere meinen, dass man sein muss – wobei dies meist nur dann ein Spannungspol bilden kann, wenn wir dem Bild und der Vorstellung anderer auch entsprechen möchten.

Um Spannungen in sich freizulassen, gibt es so viele verschiedene Wege wie Menschen – jede/r sucht die eigenen Wege. Sport, Gespräche mit Freunden, Lesen, Dinge, die einen zum Lachen bringen ...

Dies alles lässt Kräfte in uns frei, uns neu zu regulieren, Aufgaben neu zu betrachten oder die Wichtigkeit von ihnen anders einzuschätzen – vielleicht so, dass sie für uns nicht mehr einschränkend oder belastend sind.

Dabei werden Blockaden überwunden, gelöst, losgelassen. Gedankliche wie Körperliche, Emotionale wie Energetische. Diese Aspekte sind untrennbar in uns miteinander verbunden. Fernöstliche Kulturen und z. B. die Traditionelle Chinesische Medizin betrachten die Menschen als ein ausbalanciertes System dieser Anteile von und in uns. So kann z. B. auch eine Gedankenblockade von körperlicher Arbeit profitieren, sich lösen.



Shiatsu

KIEL – BASIS-KURS A

17. – 19. UND 24. – 26. JUNI 2022

HAMBURG – BASIS-KURS A

23. – 25. SEPT UND 7. – 9. OKT 2022

HAMBURG – BASIS-KURS B

21. – 13. OKT UND 4. – 6. NOV 2022

Neben den theoretischen Grundlagen steht die sofortige praktische Arbeit mit viel Freude am Erforschen bei unseren Kursen im Vordergrund.



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



Gedanken können freigelassen werden, damit neue kommen, uns neue Wege bewusst werden lassen.

Vom Sport kennen dies viele Menschen, ebenso wie in physischen Anwendungen. Unterstützend für die körperliche Gesundheit wirken Gedanken auch auf die Emotionen, das Energiesystem eines Menschen wie auch auf die Psyche.

Shiatsu ist eine Behandlungs- oder besser Begegnungsform, in der es häufig um körperliche Anliegen geht – Krankheiten wie auch die Prävention – und häufig die körperliche Berührung einen freilassenden Impuls auf Blockaden der emotionalen Ebene bietet. Die Spannung im Körper – oder auch eine fehlende, unterstützende Spannung – kann durch die Berührung mit Finger und Hand sich neu regulieren, gehaltene Energie kann freigelassen werden, ein Muskel kann loslassen – oder neu lernen, unterstützend festzuhalten, wenn hier Halt fehlt. Und selten ist dies ein rein körperlicher Prozess. Auch die Emotionen werden leichter, Gedanken daran, wie man für sich selbst anders sorgen kann, was man für sich tun oder sein lassen könnte, tauchen sehr häufig begleitend zu der körperlichen Arbeit auf. Und zu dem Frei- oder Loslassen gehört häufig eines:

Sein-Lassen. Dinge, sich, andere, so sein lassen können, wie sie sind. Dann besteht meist das größte Potenzial für positive Wandlung!

Künstlerportrait zum Titelbild

Christiane Goebel



Ich folge in meinen Zeichnungen meiner Intuition. Zu Beginn einer Zeichnung weiß ich nicht was entstehen wird. Ich fühle eine innere Dynamik, die mich führt. Während des Zeichnens denke ich nicht. Wenn ein Bild fertig ist, verfasse ich oftmals ein Gedicht.

Es geht meistens um abstrakte Formengebilde, die aufbrechen und sich wieder lösen. Ich zeichne auch Ornamente, die sich aus einer harmonischen Schwingung heraus entwickeln. Diese Leichtigkeit empfinde ich stärker in spiralförmigen Ornamenten.



Gedicht zum Titelbild: (1999)

*blaue Farbstrahlung
löse dich in der Sphäre
wechsle dein Gewand
spreng die Struktur
tauche ein in die Leere*

Das Samurai-Programm

Alle drei Seminare richten sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse!

SENIOREN 27. – 28. AUGUST 2022
mit Karin Kalbantner-Wernicke

FIT FÜR DIE SCHULE – STARK FÜRS LEBEN 29. – 30. OKTOBER 2022
Bildungsurlaub möglich | mit Martina Ecker

BEWEGUNG MACHT SPASS 3. – 4. DEZEMBER 2022
Bildungsurlaub möglich | mit Martina Ecker

SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG
Schule der berührenden Künste

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

Schmerz als Sprache des Körpers

Was erzählt dir dein Körper, wenn er Schmerzen hat?

„Hej, schalt mal einen Gang runter!“ oder „Ich habe die Nase voll von all dem Ärger!“

Kennst du das Gefühl, wenn dir alles zu viel wird, alles schmerzt und du einfach nur weglaufen möchtest?

In den letzten 15 Jahren als Physiotherapeutin und Heilpraktikerin, habe ich mich auf die Suche gemacht, nach Behandlungsmethoden, die den Körper nachhaltig entspannen und wieder in sein Gleichgewicht zurückbringen.



Limisches System

Unser Limisches System ist eine der ältesten Funktionseinheiten des Gehirns. Es liegt in der Mitte, zwischen Neocortex (Teil der Großhirnrinde) und Hirnstamm. Es umspannt die Basalganglien und den Hirnstamm wie ein Ring.

Es ist das Zentrum aller Emotionen und reagiert auf Umwelteinflüsse. Es nimmt wahr, gleicht ab und gibt den Anstoß für adäquate Reaktionen. Jeder kennt das Beispiel mit der heißen Herdplatte. Man zieht die Hand schneller weg, als man das Gefühl für heiß hat. Ganz nach dem Motto, erst handeln, dann denken.

Stress und der Einfluss auf den Körper

Stress, Ärger und dauerhafte Anspannung versetzen uns in Kampfbereitschaft. Wir sind bereit,

uns zu verteidigen. Dadurch passiert automatisch Folgendes:

- Zähne zusammen beißen → Konsequenz: Kopfschmerzen durch Dysbalance der Kaumuskulatur
- Spannungserhöhung der Dura mater (harte Hirnhaut) → Konsequenz: Gehirn und Wirbelsäule werden geschützt, erhöht aber auch den Druck auf die Bandscheiben und Wirbel → bei dauerhafter Erhöhung kann es zu einem Bandscheibenvorfall kommen
- Spannungserhöhung der Nackenmuskulatur → Konsequenz: Tonüberhöhung z. B. des M. splenius capitis → Halswirbelsäulenprobleme

Bei dauerhaften Stresszuständen

- Vermehrte Blutversorgung der Muskulatur und zurückstellen der Verdauung → Konsequenz: Verdauungsverzögerung und daraus resultierende Verdauungsprobleme.

Stress kann also vielfältige Schmerzen und Probleme verursachen, bis hin zum Bandscheibenvorfall. Wichtig ist somit Stressabbau auf allen Ebenen.

Wie kann ich zentral den Schmerz auflösen?

In den letzten 15 Jahren habe ich mich intensiv damit beschäftigt, wie ich dir in so einem Fall helfen kann. Eine ausführliche und individuelle Anamnese ist die Grundlage, um deinen Schmerzen auf den Grund zu gehen. Die Kinesiologie ermöglicht mir eine sofortige Rückmeldung über die positiven Veränderungen eines jeden Behandlungsschrittes.

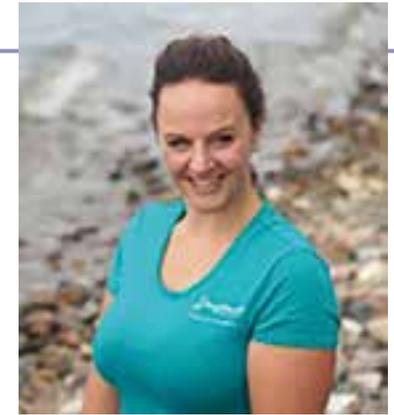
Schmerz verstehen und auflösen

Das Wissen aus der traditionellen chinesischen Medizin (Akupunktur und Akupressur) balanciert den Körper aus und stärkt seine Widerstandskräfte. Die sanften Techniken aus der craniosakralen, osteopathischen und sacrooccipitalen Therapie wirken tief und stabilisieren nachhaltig. Um es ein wenig anschaulicher zu machen, kann man die Techniken, die ich anwende, wie folgt beschreiben:

Das Gehirn ist die Rechenzentrale, von dem aus die Befehle an den Körper gesendet werden.

„Achtung, ich möchte loslaufen, bitte Beinmuskeln besser durchbluten, Rumpf anspannen, ...!“ Es gibt sehr viele Regelkreisläufe im Körper, wenn diese nicht optimal und effizient laufen, dann fühlst du dich erschöpft. Alles geht dir nicht mehr so schnell von der Hand. Es zwick mal hier, mal da.

Wärst du ein Computer, dann wäre es Zeit alle Programme zu löschen, neue zu installieren und mal wieder Ordnung auf dem Desktop zu schaffen.



von Manuela Beckmann

Dies versuche ich über bestimmte Berührungspunkte und Abfolgen am Körper zu erreichen. Ich bringe deinen Körper wieder ins Lot, löse Spannungen, optimiere die Kreisläufe der inneren Organe und setze den Kopf wieder richtig obendrauf.

Durch diese Technik ist es mir möglich, tief im Hirnstamm Impulse zu setzen und dein System wieder energieeffizienter arbeiten zu lassen. Puls und Blutdruck regulieren sich, die Muskeln fühlen sich nicht mehr so verspannt an, du fühlst dich vitaler und die Lebensfreude kehrt zurück.

Sanftmut
Manuela Beckmann
KÖRPERARBEIT MIT WEITBLICK

www.sanftmut-vital.de

Bäckerweg 2
24357 Fleckeby
Tel.: 04354 283700
mobil 01577 1700583



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

Ordnungen des Sein – Ohne Wurzeln keine Flügel

Systemaufstellungen

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

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

Der Ursprung

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

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

Das Schicksal

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

Bestimmung

ist das, was uns beschieden ist.

Begrenzung

ist das, was wir erleben.

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

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

Die Familienaufstellungen

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

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

Der Antrieb,

der hinter diesen Prozessen wirkt, ist Liebe. Zwischen den identifizierten Personen herrscht eine ganz innige Beziehung. Das kindliche Bewusstsein

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

Ein weiterer Schwerpunkt

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

Systemaufstellungen

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

Biografie

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

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

Ordnungen des Sein – Ohne Wurzeln keine Flügel

Systemische Lösungsarbeit mit Dr. Dietmar Höhne

Theorie und Praxis

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



Paare
Institutionen
Organisationen
Einzelpersonen

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



Kompetenz | Erfahrung | Vertrauen



Kompetenz | Erfahrung | Vertrauen

Das Samurai-Programm

Alle drei Seminare richten sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse!

SENIOREN
27. – 28. AUGUST 2022
mit Karin Kalbantner-Wernicke

FIT FÜR DIE SCHULE – STARK FÜRS LEBEN
29. – 30. OKTOBER 2022
Bildungsurlaub möglich | mit Martina Ecker

BEWEGUNG MACHT SPASS
3. – 4. DEZEMBER 2022
Bildungsurlaub möglich | mit Martina Ecker




SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG
Schule der berührenden Künste

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

Neue geistige Lebensschule



Systemisch-karmische Lebenshilfe aus den Erkenntnissen vom neuen geistigen Familienstellen

Hamburg / Lübeck / Eckernförde

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



Holger Eybe
Bahnhofstraße 5
23623 Ahrensböök
04525 - 5012500

www.neue-geistige-lebensschule.de

SANFTE WEGE IN DIE INNERE FREIHEIT

Räume für Entwicklung und Transformation

Singen und Stimmtraining
Geführte Pilgerreisen
Coaching
Tools und Skills für Männer



Jürgen Willmann
Tel.: 04351 768222
kontakt@juergenwillmann.de
www.juergenwillmann.de

Shiatsu

KIEL
BASIS-KURS A 17. – 19. JUNI
UND 24. – 26. JUNI 2022

HAMBURG
BASIS-KURS A 23. – 25. SEPT
UND 7. – 9. OKT 2022
BASIS-KURS B 21. – 13. OKT
UND 4. – 6. NOV 2022

Neben den theoretischen Grundlagen steht die sofortige praktische Arbeit mit viel Freude am Erforschen bei unseren Kursen im Vordergrund.




SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG
Schule der berührenden Künste

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

Kompetenz | Erfahrung | Vertrauen

Dao Tha Klangcode Akademie

Die Welt ist Klang 
Klangcode Arbeit für Mensch und Tier

Aus- und Weiterbildungen zum:

- Klangcode Therapeuten
- Psychologischen Coach 
- Selbstheilungs-Seminare
- Fortbildung für andere Berufsgruppen
- Behandlungen
- Klangcode Abende zum freien Mitsingen
- CDs und Klangcode Pakete zur Unterstützung



Elisabeth UH. Westermann
DAO-THA Klangcode Akademie
Am Thorsberg 13d
24392 Süderbrarup
04641-5989583 • 0173 9086560
info@DAO-THA.com
www.DAO-THA.com

dōTERRA Wellness Advocate



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

Saskia Beu
0177 8405422
beuwulff@aol.com
www.frauDuft.com
Aroma Coach,
Aromatouch Trainerin,
Wellness Advocate

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

KLANGSCHALEN BERÜHREN UNSER INNERSTES

Der Klangmassage liegen uralte Erkenntnisse über die Wirkung von Klängen zugrunde, die schon vor über 5000 Jahren in der indischen Heilkunst Anwendung fanden. Peter Hess hat die Klangmassage in jahrelanger Praxiserfahrung in mehr als 40 Jahren entwickelt und an die Bedürfnisse der Menschen der westlichen Welt angepasst.

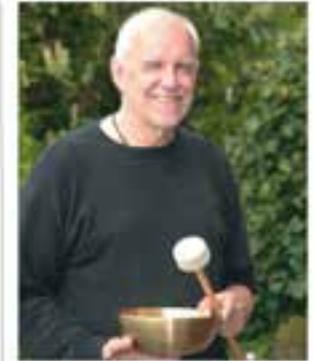
Die Aspekte der Salutogenese stehen im Mittelpunkt: Während einer Klangmassage entsteht eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit. Stress, Ängste, Sorgen, Zweifel und überhaupt alle Gefühle, die sich negativ auf unsere Gesundheit auswirken, können so einfacher losgelassen werden. Wir nehmen unseren Körper und unsere Bedürfnisse wieder bewusst wahr.

Die Peter-Hess®-Klangmassage ist eine ganzheitliche Methode,

die Körper, Seele und Geist gleichermaßen anspricht. Sie verfolgt Zielsetzungen wie:

- wohltuende Entspannung
- das „Loslassen“ - körperlich wie mental
- Harmonisierung, Regeneration, Vitalisierung
- Stärkung der Selbstheilungskräfte und des Selbstbewusstseins
- Entfaltung von Kreativität, Schaffenskraft und Motivation

Nach einem Informationsgespräch werden obertonreiche Klangschalen auf den Körper der Klienten aufgesetzt und behutsam angeklungen. Ziel der Klangmas-



Gerhard Behnke



sage ist es, durch die harmonischen Klänge und feinen Vibrationen den Körper und Geist zu beruhigen - ideale Voraussetzungen für Entspannung, Regeneration und zur Förderung der Gesundheit.

Sangha Dhun

Klangmassagen • Entspannung • Lebensfreude

Gerhard Behnke • Bürgermeister-Kinder-Str. 13
24306 Plön ☎ 04522 7440025
✉ sangha-dhun-klangmassagen@gmx.de

Ein Fest der Freiheit – Lassen Sie sich selbst frei!



von Christiane Schmidt,
Weiss-Therapeutin, Mannheim
Pressebeauftragte im Weiss-Institut

Setzen Sie Ihre Brillanz frei, indem Sie loslassen, was nicht mehr gebraucht wird.

Der wunderbare Heilungsprozess des Loslassens und sich selbst Freilassens.

Warum müssen wir immer wieder loslassen, um frei sein zu können, um offen für das Unbekannte, das neue, frische Leben sein zu können? Aber, selbst wenn wir uns nach Freiheit sehnen, warum fällt es uns oft so schwer, loszulassen? Sogar das, was wir in unserem Leben nicht mehr haben wollen?

Das Weiss-Institut setzt sich mit seiner bioenergetischen Methode für die Befreiung von Gewohnheiten und Süchten ein, von Zucker, Nikotin, Kaffee und insbesondere für das Verabschieden von riskantem Alkohol-Konsum. Voraussetzung für das Gelingen ist in erster Linie die Bereitschaft zum Loslassen dessen, was die Freiheit einschränkt oder zu rauben droht.

Warum ist es aber so, dass es uns Menschen trotz des Wunsches nach Freiheit so schwerfällt, selbst unerwünschte Gewohnheiten und Süchte zu verabschieden?

Im Weiss-Institut forschen wir schon seit vielen Jahren nach schlüssigen Antworten auf diese Frage. Hier möchten wir Ihnen einige unserer Kern-Thesen zur Verfügung stellen:

Wir leben heutzutage in einer Welt und einer Ökologie, die größtenteils stark verschmutzt sind.

Physisch und in seinen feinen, elektrischen Leben ist der Mensch vielen Belastungen ausgesetzt, für die das menschliche System nicht ausgelegt ist. Darauf reagiert der Mensch mit Stress. Es handelt sich nicht nur um Elektro-Smog. Alle elektrischen Signale aus dem TV und anderen Medien, auch Geräusche, Lärm, Licht und auch die Qualität unseres menschlichen Miteinanders tragen zur elektrischen Verschmutzung unserer Leben bei.

Da wir diesem Stress nur schwerlich entinnen können,

betäuben immer mehr Menschen ihr Stress-Erleben mithilfe von Alltagsstimulanzen wie Alkohol, Zucker, Kaffee und Nikotin. Kurzfristig erlebte Entlastung führt jedoch auf Dauer in einen Teufelskreis, in dem der Mensch nicht nur weiterhin dem Stress ausgesetzt bleibt, sondern sich selbst zu schädigen beginnt, woraus sich viele Menschen ohne Unterstützung nicht mehr befreien können.

Die gute Nachricht: Mit dem grundlegenden Wissen über diese Zusammenhänge können wir Wege finden, uns selbst sauber und freizuhalten und mit dem natürlichen Rhythmus des Lebens zu fließen. Das beginnt immer wieder bei uns selbst und nur bei uns selbst und hat nichts mit anderen Menschen oder den Umständen unseres Lebens zu tun.

Wie sieht es also mit dem grundlegenden Loslassen und sich selbst sauber und freihalten aus?

Dazu ist es erforderlich, zunächst unsere Verletzungen, Traumata, Frustrationen, Urteile (über uns selbst und andere), unsere alten Gewohnheiten und Muster, die uns blockieren, unsere Selbsttäuschungen, unsere großenteils unnötigen Sorgen und Ängste, Schuldgefühle und mangelndes Vertrauen, unsere Überkontrolle und Obsessionen, unser Mobbing, unsere Heuchelei, Grausamkeit – sogar uns selbst gegenüber – zu erkennen und zu begreifen, woher dies alles stammt. Diese Liste ließe sich sicher noch verlängern.

Wie kann man also diese Dinge loslassen?

Nun, das erste Heilmittel ist das Wissen und Verstehen, dass wir Teil eines viel größeren Systems sind und dass wir entweder vollends daran teilhaben, weil wir uns dafür entschieden haben – oder wir erschaffen Blockaden in uns selbst und im gesamten System.



Loslassen ist Teil aller natürlichen Prozesse im gesamten Universum, auf unserem Planeten und so auch in unserer menschlichen Existenz. Loslassen ist immer wieder notwendig, um uns zu reinigen, das Gleichgewicht zu erhalten, das Leben zu verfeinern, die menschlichen Systeme zu heilen und neu auszurichten, damit sie wieder frei und wie natürlich vorgesehen funktionieren können.

Die Natur – und damit auch wir Menschen – nehmen ständig auf und geben ab. Erstens verarbeiten wir Nahrung/Energie und scheiden sie wieder aus.

Auf den vier Ebenen der Ernährung verarbeiten wir unablässig Nahrung in fester, flüssiger, gasförmiger

Eckernförde	Hamburg
Sa. 4. Juni 2022	So. 5. Juni 2022
Sa. 16. Juli 2022	So. 17. Juli 2022
Sa. 3. Sept. 2022	So. 4. Sept. 2022
Sa. 15. Okt. 2022	So. 16. Okt. 2022
Sa. 12. Nov. 2022	So. 13. Nov. 2022
Weiss-Institut Seminarhaus ImPulse Gasstraße 5 24340 Eckernförde 04351 4824900 weiss-institut.de/ eckernfoerde	Weiss-Institut ICH-Resilienzzenrum Tarpenbekstr. 93 a 20251 Hamburg 040 42236919 weiss-institut.de/ hamburg/



und außerhalb von ihnen geschieht. Menschliche Wesen sind aber keine Einbahnstraßen! Wir sind Empfänger UND Absender. Wir verarbeiten Dinge in uns hinein und wir verarbeiten wieder aus uns heraus, was nicht (mehr) nahrhaft ist.

Wenn wir diese Prozesse nicht bewusst und achtsam erleben, begehen die meisten Menschen das, was lediglich durch sie hindurch gehen sollte und halten daran fest.

Form (Luft) und in Form von elektrischen Signalen (Eindrücken) von innen und außen. So gelangen gute, schädliche und auch hässliche Dinge in unseren Körper und müssen dort verarbeitet werden, sonst würden wir den nächsten Tag nicht erleben. Allein in der Beobachtung unserer Verdauungsprozesse können wir sehr klar das Prinzip der „Homöostase“, der permanenten Aufrechterhaltung eines dynamischen Gleichgewichts all unserer Systeme im Austausch mit unseren Umwelten erkennen. Hier kann ein neues Staunen über unsere höheren, feinen, menschlichen Systeme beginnen.

Wenn wir diese grundlegenden Tatsachen verstehen und uns ihrer bewusst sind und danach leben, wird uns zweitens klar, dass wir NICHT an dem festhalten sollten, was für das menschliche Design und den menschlichen Prozess nicht natürlich ist, auch wenn wir es verarbeiten müssen – das Gute, das Schlechte und das Hässliche.

Eine der Tragödien der menschlichen Geschichte besteht darin, dass wir diese einfachen Tatsachen nicht mehr verstehen.

Die meisten Menschen nehmen alles persönlich oder identifizieren sich mit alledem, was in ihnen

Sie identifizieren sich damit, anstatt es zu identifizieren und als nicht zu ihnen gehörig und/oder nicht nahrhaft wieder gehen zu lassen. Sie denken, dass Stimmungen, Meinungen, Ereignisse und Erfahrungen SIE sind, dass das ihr ICH sei oder dass dieses ICH ihr Gutes, ihr Schlechtes oder ihr Hässliches ist. DAS IST NICHT DER FALL! Dies sind Energien, die durch uns hindurchgehen und dorthin entlassen werden sollten, wo sie hingehören. Sie gehören nicht zu uns.

Drittens ist die wesentliche Voraussetzung für das Loslassen eine sichere Ökologie.

Diese beginnt mit sicheren Beziehungen zu den lebenden Systemen in uns selbst und zwischen ihnen und all dem Leben um uns herum. Wenn ich zum Beispiel mit klaren, guten und echten Absichten und Gründen in mir selbst verbunden bin, erleichtert mir diese neue Ökologie das „Loslassen“. Sie führt zu einem sicheren Umstand, sodass ich weder mich noch andere dabei belaste, wenn ich etwas loslassen möchte. Für viele Menschen ist dann der Weg ins Weiss-Institut frei, um in dessen sauberer, neutraler und heilsamer Ökologie ihre frei getroffene Entscheidung mit Entschlossenheit ins Leben zu bringen.

Jeder Zeitpunkt ist ein guter Zeitpunkt, und wenn nicht jetzt, wann dann? Jetzt ist Frühling!

Er beschenkt alles Leben mit frischen Energieschüben von Licht und Wärme. Immer noch heißen wir Menschen den Frühling mit dem traditionellen Frühjahrsputz willkommen. Warum nicht auch uns selbst reinigen, uns aus unserer eigenen Sklaverei und von unseren Blockaden befreien und uns selbst in unsere neue Freiheit entlassen?

Was geschehen kann, wenn es uns gelingt, den Ballast, der unser natürliches Leben blockiert, loszulassen?

Dann wird der Raum frei für etwas anderes, wie ein altes Sprichwort sagt: „Nur eine leere Hand kann empfangen und verschenken“. Dann kann unser Leben ein Leuchtturm in sich selbst und ein Licht für die Welt werden. Dann können FREUNDLICHKEIT, FÜRSORGE, MITGEFÜHL, LIEBE, VERGEBUNG UND NACHSICHT, ZÄRTLICHKEIT, HOFFNUNG, FREIHEIT, GLAUBE, FREUNDSCHAFT, SANFTMUT, ACHTSAMKEIT, MUT, GEDULD UND RESPEKT, HERZLICHKEIT Einzug halten. Und ich bin sicher, auch hier können Sie Ihre eigene Liste noch ergänzen ...

Zum Schluss noch die Geschichte eines sehr verehrten Zen-Meisters, der erzählt, wie er eines Tages Besuch von einem Gelehrten bekam.

Er hoffte, dass dieser Meister ihm die tiefsten Wahrheiten des Lebens offenbaren könnte. Nachdem er den Fragen seines Gastes aufmerksam zugehört hatte, bat ihn der Meister zum Tee, reichte ihm eine Tasse und schenkte formvollendet ein und fuhr damit fort, bis der Tee den Rand der Tasse erreichte und überlief. Der Gelehrte erschrak und bat den Meister, aufzuhören. Schau, der Tee

läuft über! Du verdirbst alles! Ja, antwortete der Meister. Die Tasse bist du! Du bist so voll, dass ich dir nichts Wahres, Wirkliches geben kann. Es würde keinen Platz in dir finden und wäre verloren. Damit war die Lektion beendet, und der Gelehrte ging in Gedanken versunken davon.

Buch: https://weiss-institut.de/buch-weiss-methode/?utm_source=presse&utm_medium=verteiler&utm_campaign=pm33

Endlich Schluss mit der Sucht!

**Zuckerfrei
Rauchfrei
Leben ohne Alkohol
Einfach Abnehmen**

Behandlungstage in
Eckernförde
und in
Hamburg

Infos und Anmeldung:
04351 - 482 49 00

www.weiss-institut.de



Amir Weiss
Begründer der
Weiss-Methode

Elise-Mila Impuls Technik[©]

Die ELISE-Energie ist die grundlegende Lebensenergie, die von der Seele zu Beginn der Inkarnation aufgenommen wird (in der chinesischen Medizin wird sie als das "vorgeburtliche Chi" bezeichnet). Zwischen den Inkarnationen kehrte die Seele zurück zur Quelle und nahm dort für die nächste Inkarnation neue ELISE-Energie auf.

Die ELISE-Energie, die der Körper und die Seele dringend brauchen, wird besonders bei schweren oder langen Krankheiten, Schockerlebnissen, heftigen Emotionen wie Ängsten und auch einfach durch das Leben aufgebraucht.

War dieser Vorrat an Lebensenergie erschöpft, wurde die Inkarnation beendet.

Das hat sich in der Neuzeit (seid 2007) geändert. Die ELISE-Energie kann jetzt über Heilungskanäle nachgefüllt werden. Initiiert, unterstützt und begleitet wird dieser Prozess von Engel Nathaniel, "zuständig" für die Zuordnung und Ausrichtung der Heilfrequenzen und Hüter der Heilungsstrahlen des Universums.

Mit der MILA-Impulstechnik ist es möglich die Energien fühlbar zu erleben. Wichtig zu wissen ist, dass erst die körperliche Ebene bedient und

genährt wird. Vor allem der Herzmeridian wird mit kristallinem Licht gedehnt, gereinigt und für diese lebensbejahende, liebende Energie durchlässig gemacht. Durch sie können die Energien der Neuzeit erst wirklich aufgenommen werden.

Die ELISE-Energie stellt die liebevolle Kommunikation zwischen Körper und Seele wieder her und ist auch wundervoll in der Geburts- und Sterbebegleitung, sowie für Tiere geeignet.

ELISE spendet Geborgenheit, tiefe Entspannung und Wohligkeit, sowie das Gefühl auf dieser Erde zu Hause zu sein.

Sie versöhnt die unterschiedlichen Ebenen unseres Seins und hilft, das Leben im Hier und Jetzt mit all seinen Facetten – auch und besonders den irdischen – voller Lebensfreude zu genießen und unsere Aufgaben kraftvoll anzunehmen.



von Claudia Olivia Gillmann

Durch die ELISE-MILA Technik kann jeder Mensch sein ELISE-Depot wieder auffüllen (lassen).

Wer seinem Körpersystem die volle Selbst-Regeneration mit ELISE-Energie ermöglichen möchte, wählt 9 Sitzungen.

Probiere eine Sitzung aus und entdecke die liebevolle ELISE-MILA Energie für dich.

Weitere Informationen findest du auf meiner Webseite unter Lichtarbeit.



Transformation mit Licht-
arbeit, Klang und Farbe
Claudia Olivia Gillmann

Lichtarbeit mit der Elise-Mila
Frequenz-Technik

Energetische Einzelbegleitung
mit/ohne Klangliege,
Klangmeditationen

Malkurse im Intuitiven Malen
nach Vedic-Art

Themenbezogene Klang-Mal-
Workshop

Claudia Olivia Gillmann

0173 2735937

Scheersberg 11

24972 Steinbergkirche/Quern

www.claudia-olivia-gillmann.eu



Aufstieg ins *Licht*

Das Höhlengleichnis von Platon erzählt von Menschen, die von Kindheit an in einer unterirdischen Höhle leben. Sie sind mit Ketten gefesselt, sodass sie sich nicht bewegen können. Sie können nur in eine Richtung blicken, auf eine Felswand vor ihnen. Ihre einzige Lichtquelle ist ein Feuer, das durch einen Schacht hinter ihnen lodert und Schatten auf die Felswand vor ihnen wirft. Auf dieser Wand können sie die Schatten von allem sehen, was sich hinter ihnen bewegt. Sie sehen, wie Gegenstände hin und her getragen werden. Diese Schatten halten sie für die Wirklichkeit, da sie nie etwas anderes gesehen haben.

Einer der Gefangenen erahnt die absolute Freiheit. Er kann sich aus der Höhle befreien und erblickt draußen die Welt, von der die anderen in der Höhle nichts wissen. Er ist begeistert von der Sonne, vom Himmel, von den anderen Dingen, die für ihn vorher nur als Schatten zu sehen waren. Er kehrt daher zurück in die Höhle, um die anderen zu befreien und erzählt ihnen von der wahren, sichtbaren Welt, doch die anderen glauben ihm nicht.

In Platons Gleichnis sind die Höhlenbewohner schlafende, unbewusste Menschen, die nicht

wissen, dass es noch ein anderes Bewusstsein gibt. Das, was sie wahrnehmen, sind nur Schattenbilder. Die Höhle kann symbolisch als Scheinwelt betrachtet werden, in der die Menschen dumpf vor sich hin leben, da sie nur ihre alltäglichen Sinne zur Verfügung haben.

Die Befreiung aus der Höhle der unbewussten Welt geschieht aufgrund einer Sehnsucht nach etwas Höherem. Doch der Weg der Selbsterkenntnis, der aus der Höhle führt, ist holprig und schmerzhaft. Die Wahrnehmung ändert sich zunehmend und



von Christiane Goebel,
Goldenes Rosenkreuz

das Tageslicht brennt viel heller in den Augen, als das Schatten-Licht des Feuers. Der Aufstieg aus der Welt der vergänglichen Sinnesobjekte führt zum Weg der Seele, die in sich zur Erkenntnis des wahren Seins zurückfinden kann. Schritt für Schritt entdeckt der Entfesselte aber auch, dass er einschränkende Bindungen nur in einem vielfältigen Spannungsgeschehen lösen kann. So kämpft er um das trügerische Glück seines materiellen Besitzes, um seine Verletzlichkeit, um seine bedrohte Macht, seinen alternden Körper, seine Alltagsfreuden, und um seine unwesentlichen Ideale. Durch diesen nüchternen, realen Erfahrungsweg, wird sein Naturwesen zu einer völlig neuen Erkenntnisfähigkeit gewandelt. Seine innere Sehnsucht nach einer höheren Welt spornt ihn an, die scheinbar undurchdringlichen Grenzen des irdischen Lebensfeldes zu durchbrechen. Er erfährt, dass die Wirksamkeit seiner erwachenden Seele ihm dabei behilflich ist. Er gewinnt allmählich ein neues Leben, und neue Sinne, die ihn befähigen, auf neue Art zu sehen, zu hören und zu handeln.

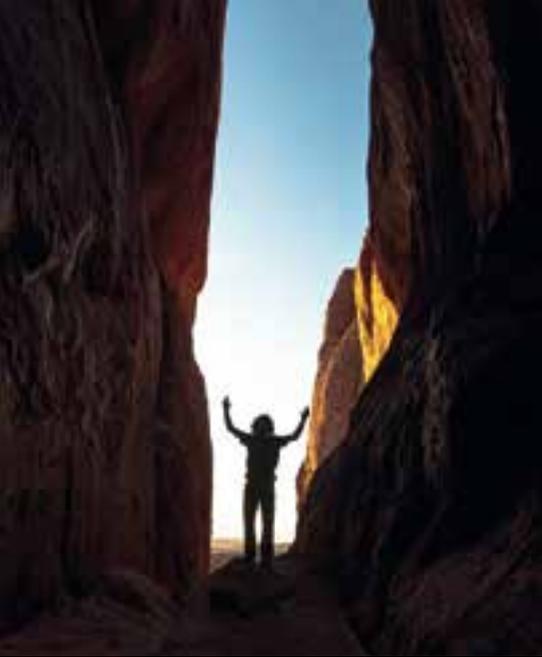
Erst jetzt kann der Mensch sich für die Wahrheit öffnen und erkennen, dass die Schattenfragmente, die



er zuvor betrachtet hat, nur Abbilder der wirklichen Ideen hinter dem Phänomen der Natur sind. Er sieht, dass die Höhle ein Grab ist, aus dem er sich befreien konnte, um ein geistig bewusster Seelenmensch zu werden. Er erkennt die Zusammenhänge und Hintergründe der illusorischen Projektionen. Die vielen Idealbilder, die innerhalb der Gesetze der alten Natur gültig waren, verlieren ihren Wert. Durch das Eintauchen in das Seelenbewusstsein erkennt er aber auch immer mehr das Zusammenspiel zwischen den Formen der Natur und der Ideenwelt, die alles Leben auf der Erde durchdringt und mit Schönheit und Harmonie zum Ausdruck bringt. Beim Anblick des nächtlichen Sternenhimmels erahnt er staunend kosmische Gesetzmäßigkeiten. Der befreite Mensch kehrt zurück in die Höhle, um den anderen Höhlenbewohnern dabei zu helfen sich zu befreien, doch sie wollen ihre gewohnten Vorstellungen behalten. Sie verschließen sich und bleiben Gefangene.

Auf dem berühmten Gemälde von Raphaels „Die Schule von Athen“ zeigt Platon mit seinem Finger nach oben und beruft sich auf etwas Höheres, auf die Welt des Geistes, auf das, was hinter der Welt, auf ihren Ursprung hinweist. Der Realist Aristoteles zeigt auf diesem Bild mit seinem Finger nach vorne auf die Welt der gewöhnlichen, materiell orientierten Menschen.

Ziel und Streben der Schulen des klassischen Altertums waren, Einsicht zu erwerben in die Harmonie der Sphären, die den Kosmos regiert, und das eigene Leben damit in Übereinstimmung zu bringen. Es ging darum, Herz, Haupt und Tat in den



Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes Lecturium Rosaeorum e.V.

Dienst kosmischer Prozesse zu stellen, die dazu bestimmt waren, Welt und Menschheit auf einen neuen Plan von Leben und Streben zu bringen. Es ging darum, erfahrene Schüler hervorzubringen, die sich für Mitmensch, Welt und Gesellschaft einzusetzen wussten, seelenvolle Menschen, die ein neues Wahrnehmen und ein neues Denken hervorbrachten. Es ging um die Wiederbelebung des tiefsten Wesenskerns im eigenen Mikrokosmos.

Darum lag für Platon der Ausweg aus der Scheinwelt der materiellen Welt in der Einsicht der Aussichtslosigkeit des horizontalen Bemühens. Sein Finger zeigt nach oben in die Welt der Ideen und der Gnosis. Für ihn war dort die Befreiung zu finden. Es war die Herausforderung einer konsequenten Umwendung und Ausrichtung des ganzen Wesens auf die Welt des Lichtes.

In den antiken, griechischen Akademien wurden zwei Denkungsarten unterschieden:

Das Denken des rationalen Verstandes, das nur für die Erscheinungen der vergänglichen, irdischen Welt zuständig war, und wissenschaftliche Beiträge lieferte.

Die andere Art zu denken war ein Erkenntnisvermögen, das von einem spirituellen Denkgorgan, dem Geistkern ausging und nur im Herzen des Menschen lebendig werden konnte. Daraus bildete sich das intuitive Denken, das aus den Gesetzen und Kräften der göttlichen Welt erwuchs. Die Prinzipien, die in den antiken Geistesschulen gelehrt wurden, waren eindeutige Ausrichtung auf das Geistesgesetz des neuen Seelenbewusstseins, Streitlosigkeit, Harmonie in allen Aktivitäten, Dienstbarkeit und Gruppeneinheit.

Wie können wir in unserer heutigen Welt diese himmlische Welt erreichen, auf die Platon hinweist? Das Teilhaben an einer überirdischen Kraft kann uns geschenkt werden, wenn wir durch unsere zahllosen Lebenserfahrungen im Feld der irdischen Spannungen dafür reif geworden sind. Wenn wir erkannt haben, dass die vergängliche, materielle Welt nicht der Sinn unseres Daseins ist. Durch die Erkenntnis, dass es noch eine andere Lebensordnung geben muss, eine Ordnung des ewigen Seins, vollkommen außerhalb unserer Welt der Gegensätze. Die ursprüngliche, göttliche Welt wartet in unseren Herzen auf Erlösung.

Spirituelle Gespräche

Mittwoch, 01.06.2022 um 19:30 Uhr
Kiel | Andreas-Gayk-Str. 23–25

Mittwoch, 22.06.2022 um 19:30 Uhr
Flensburg | Aktivitetshuset Norderstr. 49

offener Nachmittag im Zentrum

Montag, 13.06.2022 von 16:00–18:00 Uhr mit Kaffee, Tee und Gebäck

Stille im Tempel

Montag, 13.06. und 27.06.2022 um 19:00 Uhr

Online-Seminar

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

www.rosenkreuz.de/seminar

Sommerpause im Juli und August im Kieler Zentrum



kiel.info@rosenkreuz.de
Tel. 0163 4874680
Andreas-Gayk-Str. 23–25
24105 Kiel
www.rosenkreuz.de/kiel



GOLDENES ROSENKREUZ

Das Miteinander braucht Hilfe, wenn Konflikte den Alltag belasten – wenn Konflikte krank machen



von Bente und Uwe Knudsen

Immer mehr Menschen würden gerne alles hinschmeißen, alles loslassen, alles freilassen, doch sie fühlen sich hilflos, gefangen in ihrer sozialen und gesundheitlichen Lebenssituation. – Sie brauchen Hilfe, kommen allein nicht zurecht: Als ob sie ein Spiel spielen, für das sie die Spielregeln verloren haben.

Die Arbeit der Befreiungshilfe hat sich weiterentwickelt, vom Heilen hin zur Lebenslehre, von einer gezielten Befreiung von Störungen auf geistigem Wege bei Einzelpersonen, hin zum energetischen Aufräumen und systemischen Coaching in allen möglichen sozialen Beziehungsfeldern. Es gilt, kraftvolle und störungsfreie Räume und Orte zu schaffen, um die Entwicklung von Persönlichkeit und einem lösungsorientierten Miteinander zu ermöglichen.

Unser Ziel ist die gesunde, in sich selbst ruhende Persönlichkeit, in einem Umfeld zum Wohlfühlen.



Es gilt eine nachhaltige Kultur der Achtsamkeit zu entwickeln und die Basis eines solchen Miteinanders ist ein verändert hohes ethisches Verantwortungsbewusstsein.

Kann es sein, dass wir Menschen auf einen unglücklichen Weg geraten sind?

Dass wir uns durch unser rein wissenschaftlich orientiertes Weltbild und unsere materielle, durch Egoismus geprägte Gesellschaft regelrecht verrannt haben?

Dass wir so in Systemen gefangen sind, die auf einem unvollständigen Weltbild aufbauen, die von Konflikten und Kampf, von Krankheit, Angst und oft von Hoffnungslosigkeit geprägt sind?

In Systemen, in denen die Entwicklung von verantwortungswürdiger Persönlichkeit zu kurz kommt und sich der Wunsch nach einem besseren Miteinander so nicht erfüllen lässt?

Kann es sein, dass es unsichtbare energetische Einflüsse und Störungen gibt, die uns regelrecht blockieren?

Störungen, die einen enormen Einfluss auf unsere Gesundheit und unser Bewusstsein haben. Die uns nicht nur Energie und Konzentration rauben, sondern in hohem Maße die Persönlichkeit, das Miteinander, ja, die gesamte Gesellschaft belasten. Energien, die wesentlich dazu beitragen, dass wir gereizt, rechthaberisch und aggressiv reagieren und das Ergebnis sind oft Streit, Hass, Trennung, Terror und Gewalt. Der Begriff „Wutbürger“ beschreibt so belastete Personen sehr deutlich.

Gedankensplitter zum Loslassen:

Loslassen, um für sich persönlich „neue“ Wege zu gehen, um ständige Konflikte und Belastungen hinter sich zu lassen.

Für viele ein schwieriger Schritt der Trennung. Ob von der Familie, von der Partnerschaft oder Ehe, vom Arbeitsplatz, vom Beruf, vom lieben Umfeld, von Eigentum – zu oft ohne den erhofften Erfolg, zu oft werden wir von unserem Gedanken-Karusell und Gewissen, von persönlichen und räumlichen Störungen und Belastungen wieder eingeholt.

Loslassen allein reicht meist nicht, denn nur wer in Liebe loslassen kann, ohne Wut und ohne ständig in den Rückspiegel zu schauen, findet seinen Weg.

„Weiter so geht nicht!“, das wissen wir zu genau, doch dazu benötigen wir ein neues Bewusstsein..

Loslassen von alten Denkmustern, um bewusst neue Wege zu gehen.

Die Kernpunkte dieser neuen Aufklärung sind:

- 1. Mit Störungen und belastenden Einflüssen umgehen lernen**
 - aufräumen, um störungsfreie Räume und Beziehungsfelder zu schaffen
- 2. Umdenken lernen, Bewusstsein verändern**
 - das Spiel des Lebens neu denken und aktiv daran teilnehmen
- 3. Achtsamkeit zur Kultur des Miteinanders entwickeln**
 - in allen gesellschaftlichen Beziehungsfeldern
 - getragen durch ein unterstützendes Beratungs- und Beteiligungssystem.



Und dabei können wir helfen:

Grundlagenkurse je 2 Std.

Wenn das Miteinander und die Gesundheit belastet sind, bei Schulproblemen und Lebenskrisen, für Kinder und Erwachsene mit einer erweiterten Wahrnehmung u. v. m.

Kurs I – Aufräumen für sich und die Familie

Kurs II – Hilfe zur Selbsthilfe

Kurs IIb – Vertiefung und Austausch

Begleitung – Hilfe/Coaching über kurze Zeit

Aufräumen für Betriebe – Einrichtungen usw.

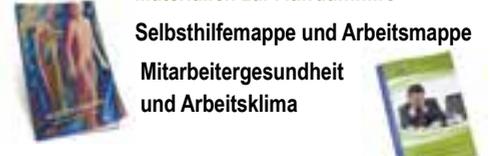
Beraterausbildung je 10 Std.

Eine Zusatzqualifikation zur Mitarbeiterberatung, Familien-, Erziehungs- und Sozialberatung, zur Bildungs- und Berufsberatung, für Mediatoren, Coaches, Heilpraktiker, in sozialen und pädagogischen Berufen. Aber auch für neu denkende Gesundheitsberater, Ärzte und Therapeuten.

Kurs III – Aufräumen für andere
 – Beratungsgespräche führen
 – mit der Arbeitsmappe arbeiten

Kurs IV – die erweiterte Beratungstätigkeit
 – Achtsamkeit zur Kultur entwickeln

Materialien zur Aufräumhilfe



energetische Aufräumhilfe & systemisches Coaching

Ohne Wurzeln keine Flügel ...

Diese oder ähnliche Begriffe zum Thema „Tief in sich selbst verwurzelt sein“ finden sich oft. Welche Bedeutung hat das eigentlich für Dich und welchen Bezug hat das alles zum wahren Leben?

Hier ein paar Impulse und vielleicht auch Denkanstöße aus meinem Empfinden von mir für Dich. Kannst du dir vorstellen, dass mögliche Prägungen, Erfahrungen und Erwartungen u. a. aus der eigenen Ahninnen-Reihe, aus Familie, Gesellschaft und Religion einen Einfluss auf die Beziehungsfähigkeit zu dir selbst und anderen haben können?

Genauso wie auf den freien, klaren und ganz individuellen Ausdruck deiner Persönlichkeit, deiner Sexualität und auch deiner Kommunikation?

Große Fragen, die individuelle Antworten bereits in sich tragen, wenn wir den Mut haben, mal wirklich in uns hinein zu lauschen, um ihnen ihren Raum zum Antworten, zu schenken.

Denn ich spüre immer wieder, wie wichtig es für ein, liebevolles Annehmen, Leben und sich zeigen dürfen ist, sich seiner Wurzeln, seiner Essenz, seiner Selbst wirklich bewusst zu sein.

Denn umso leichter fällt es dann, dem eigenen Lebensweg vertrauensvoll, mutig, kreativ, selbstbestimmt, frei und fröhlich zu folgen.

Ganz bewusst, voller Kraft und Lebenslust im Tanz seines Lebens ...

Deshalb sind mir die Themen rund um die eigenen Wurzeln, die ihr Zuhause übrigens im Beckenraum haben, ein Herzensthema und Hauptbestandteil meiner Arbeit.

Sei es nun in der Einzelbegleitung und/ oder in den Luna Yoga® Kursen und Workshops

Ich werde oft gefragt, was machst du eigentlich und mit welchen Fragen, Wünschen und/ oder möglichen „Problemen“, die ja aus meiner Sicht eher als (Lern)-Aufgaben bezeichnet werden sollten, kommen Frauen zu dir? Hier nun ein paar Infos zu meiner Arbeit und mir.

Was kannst du dir unter Lebens- und Schoßraumbegleitung vorstellen?

Das weibliche Becken, unser Schoßraum ist das Lebenstor für alle Menschen, um die so vielfältigen Erfahrungen des Lebens machen und daran wachsen zu dürfen.

Hier ist die Quelle unserer Lebensenergie, unser Ur- und Selbstvertrauen, unsere kreativen Fruchtbarkeiten und mitgebrachten Potenziale sind hier zu Hause.

Und gerade wir Frauen verkörpern, über unser

zyklisches Sein, unabhängig unseres Alters, den so wunder-vollen Aspekt der weiblichen Schöpferkraft von Werden, Sein und wieder Vergehen. So wie in den Mondphasen und auch Jahreszeiten. Leider ist das Bewusstsein, die Verbindung und auch das Fühlen und Vertrauen rund um die eigene Schoßraum- und somit auch Lebenskraft in uns etwas in Vergessenheit geraten. Sie wurde verdrängt, abgewertet oder hat die eine oder andere Verletzung auf körperlicher, emotionaler und/ oder verbaler Ebene, erfahren, auch in unserer Ahninnen-Reihe.

Und das kann dann, neben anderen Themen, einen wesentlichen Einfluss auf das freie oder eben nicht freie Fließen der Lebensenergie in den unterschiedlichen Körper- und Lebensbereichen haben.

Deshalb fließen auf ganzheitliche Weise viele Themen des Lebens rund um die eigenen Wurzeln, die Beziehung zu sich selbst, die eigene Stimme und Form der Kommunikation mit in meine Arbeit hinein.

Und deshalb widme ich meine Arbeit dieser so vielschichtigen, kreativen und weisen Schöpferkraft in uns Frauen, für die mir die Natur und das Leben selbst immer wieder eine wundervolle Lehrerin war und hoffentlich bleiben wird.

Und was bedeutet ganzheitlich weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit?

Die Beweg-Gründe für eine individuelle Weg-Begleitung sind so unterschiedlich wie jeder Mensch und sein Leben selbst und doch dreht es sich eben oft um die zuvor beschriebenen Themen, die einfach zueinander gehören und ihren Platz in uns finden wollen.

Was auch immer also mitgebracht, was gesagt, gehört, gefühlt, erkannt, sich verändern, angenommen, gehen, kommen oder einfach sein möchte, findet hier seinen Raum und ist willkommen. Gerade in der Einzelbegleitung, aber oft auch in den Kursen/Workshops liegt mir die Kombination



von Kerstin Rogge

aus klärenden Gesprächen, also der Bewusstseinsarbeit und der tief entspannenden, berührenden, alles miteinander verbindenden, bewegenden und doch absichtslosen Körperarbeit sehr am Herzen.

Denn das „Mit und durch sich selbst ins Fühlen, Wahr-nehmen und Bewegen kommen“ ebnet auf entspannte Weise eigene Wege für sanfte und heilsame Prozesse.

Luna Yoga® ... so tief entspannend, frei, sanft und doch so kraftvoll

Luna Yoga® ist ein weiblicher Yoga-Weg, der auf genussvoll, bewegende und inspirierende Weise mehr Vertrauen, Entspannung und Lebendigkeit in die Weisheit seines Körpers fördert.

Ich habe darin eine Bewegungsform gefunden, in der ich mich immer wieder neu mit allem, was gerade ist, liebevoll annehmen, sicher und in mir zu Hause fühlen darf.

Und Luna, die Mondin, die sinnbildlich für die Mond- und Wandlungsphasen des Lebens steht, ist auch immer mit dabei.

Denn alles ist mit allem verbunden, in der Natur im Außen sowie in uns.

Wusstest du eigentlich, dass das weibliche Becken oft verspannter ist als Frau glaubt und für diverse Beschwerden mitverantwortlich sein kann?

Deshalb folge ich auch hier dem Motto „Weniger ist oft mehr“.

Und so ganz nebenbei können Heilungsprozesse



wie bei PMS, hormonellen Dysbalancen, ein unerfüllter Kinderwunsch, Wechseljahrsbeschwerden, Endometriose, Verspannungen und Stress angestupst werden.

Mein Kurs „Mit Luna Yoga® durch die Schwangerschaft“ ist übrigens auch eine feine Unterstützung, um der eigenen, weiblichen Schöpferkraft und Weisheit seines Körpers mehr Vertrauen zu schenken, gerade für eine selbstbestimmte Geburt und allem was sich so ändert.

Luna Yoga® und Tanz Workshops in Verbindung mit dem, wohin uns das Leben und unser Körper gerade mitnehmen möchte.

Auch in meinen Workshops vereine ich alles, was mir am Herzen liegt und dazu gehört eben auch das freie und intuitive Tanzen zu ganz unterschiedlichen Rhythmen.

Denn ich spüre immer wieder, auch in mir, wie berührend, klärend, befreiend, einladend und auch heilsam es sein kann, sich einfach mal nach Musik zu bewegen, ohne bestimmte Tanzschritte.

Der Musik lauschen, sich einlassen, sich dem Rhythmus hingeben, in Bewegung, in die Ruhe und Stille zu gehen. Und die eigene innere Tänzerin einfach mit einladen, auch wenn wir vorher noch gar nicht wussten, dass es sie gibt?

Geplante Workshops sind:

- Von der Kraftquelle in deinem Beckenraum und den Zusammenhängen rund um das Vertrauen in den Ausdruck der eigenen Persönlichkeit, Stimme und auch Sexualität.
- Von der Kraft des eigenen Zyklus, den inneren vier Jahreszeiten und den Wandlungsphasen des Lebens. Spannend auch in und nach den Wechseljahren.
- Eine Reise in die weise Kraft deiner Gebärmutter und dem roten Faden der Weiblichkeit. Natürlich auch ohne Gebärmutter und/ oder vor einer möglichen Entfernung.

Wenn du dich angesprochen fühlst und mehr über mich, meine Form der Frauen-Begleitung, meine wöchentlichen Luna Yoga® Kurse auch für Schwangere und die regelmäßigen Luna Yoga® und Tanz Workshops erfahren möchtest, schau unter www.kerstinrogge.com oder ruf mich auch gern an unter 04638 307858.

Ich freue mich auf Dich!



*Räume öffnen und halten
zum Entspannen und Bewegen.*

*Zum tanzen, lachen, weinen
und vereinen.*

*Räume für Austausch, tiefes fühlen
und verstehen.*

*Räume für tiefe Verwurzelung und
einfach frei sein dürfen.*

*Für ein, so wie ich bin,
so darf ich sein.*

*Denn dafür wurde ich geboren
und bin gewollt.*

*Das bin ich und so zeige ich mich
dir im Tanz meines Lebens.*

Portrait



Achtung – Fake News/schlechte Rezensionen mit Betrugsabsicht



Vor einigen Tagen erhielt ich einen Anruf von einem angeblichen “google-Mitarbeiter”, der mit mir sprechen wollte, weil ich mich angeblich bei google über meinen google-Account beschwert hätte. Da das nicht der Fall war, lehnte ich ab und legte auf.

Einige Tage später rief erneut jemand an. Wieder ein angeblicher “Google-Mitarbeiter”, der mich über schlechte Bewertungen bei Google informierte und anbot diese - gegen Gebühr versteht sich - zu löschen. Nach mehreren Nachfragen nannte er Gebühren von über 200 € pro Eintrag bei Erfolg der Löschung. Da dieser Herr angeblich nicht in der Lage war mir über die angebotene Dienstleistung ein ordentliches Angebot per Mail zu schicken, sondern nur nach Abschluss eine Aufzeichnung des Gesprächsauftrags schicken wollte, lehnte ich endgültig ab und beendete das Gespräch.

Die beiden negativen Rezensionen sind tatsächlich vorhanden und stammen von Stefan

Herzmann und Marvolan Christopherus, die hier niemand kennt und die also nicht hier gewesen sein können, um sich ein Bild vom Betrieb zu machen. Natürlich sind die Bewertungen frei erfunden, wovon sich jeder auch ohne Anmeldung überzeugen kann.

Die Masche ist scheinbar, schlechte, rufschädigende Bewertungen auf Onlineseiten erstellen, anschließend die Anbieter als Google-Mitarbeiter kontaktieren und diese Einträge gegen hohe Gebühren wieder löschen.

Ich hoffe, es fallen nicht allzu viele auf diese Masche herein.

Ingrid Früchtenicht
www.shagya-zucht.de



Der *Vagus-Nerv* – den Selbstheilungs-nerv im Körper aktivieren

Der Vagusnerv ist der 10. Hirnnerv und ist maßgeblich für unsere Spannung und Entspannung im Körper verantwortlich. Wenn die Vagusäste nicht miteinander kommunizieren, kann entweder der Sympathikus ständig aktiv sein (hoher Stresslevel) oder der Parasympathikus (Neigung zur Depression). Aus diesem Kreislauf gibt es einen Ausweg – über die Kommunikation zwischen den Vagusästen und die Aktivierung und Harmonisierung der 12 Hirnnerven.

Was passiert im Körper, wenn er ständig unter Stress steht?

Die 12 Hirnnerven sind für unser autonomes Nervensystem zuständig. Sie regulieren darüber unsere automatisch funktionierenden Organe, das Herz-Kreislaufsystem und das Verdauungssystem. Stehen wir unter andauerndem Stress, funktioniert der Körper irgendwann nicht mehr richtig. Werden dauerhaft Stresshormone ausgeschüttet, erschöpfen sich u. a. die Nebennieren und die Schilddrüse.

Warum gerate ich immer wieder in den Stress oder die Depression?

Ursächlich ist dafür die Angst verantwortlich. Wenn wir in Angst geraten, springt durch den vorderen Vagusast der Sympathikus an. Wenn dieser nach der Gefahr nicht wieder ausgeht, dann sind wir im Dauerstress gefangen. Der Parasympathikus ist für unsere Entspannung zuständig. Wenn dieser

durch dauerhafte Sorgen und Ängste ständig angeschaltet ist, geraten wir in die Depression.

Welche physischen und psychischen Probleme können entstehen?

Problematiken durch nicht verbundene, aktive und inaktive Hirnnerven:

- verspannte Nacken- und Schultermuskulatur
- Migräne
- Zähne zusammenbeißen, Zähneknirschen
- Arthritis
- kalte Hände und Füße
- Nervosität
- Schwindelgefühl
- Reizbarkeit, Groll
- Hoffnungslosigkeit, Energiemangel
- Furchtsamkeit, Alpträume
- Schlafprobleme, Vergesslichkeit
- Asthma, Kurzatmigkeit,



- Herzrhythmusstörungen
- Bluthochdruck
- Verdauungsstörungen
- Magenprobleme, Magengeschwüre
- Übersäuerung
- Süchte
- Infektanfälligkeit, Allergien
- Autismus, ADHS, Asperger-Syndrom
- Gedächtnisprobleme.

Was kann ich für mich tun?

In meinen Seminaren zum Vagusnerv beschäftigen wir uns zuerst mit der Theorie der 12 Hirnnerven und den wichtigsten Funktionen. Wir machen leichte körperliche Übungen zur Aktivierung und Verbindung der Hirnnerven und der Vagusäste. Zusätzlich werden Klangcodesitzungen von 15 bis 30 Minuten gesungen, in denen Sie sich entspannen können. Die Gehirnwellen beruhigen sich durch das Singen der Klangcodes. Jede Sitzung ist ein Angebot an das System des Menschen, somit können sich Ängste, die zur Auflösung bereit sind, transformieren. In den zwei Seminaren werden Sitzungen für die Entspannung/Lösung/Heilung und die 12 Hirnnerven, das Nervensystem, die Zirbeldrüse, das endokrine Drüsensystem, die Organe, die Meridiane und die Chakren gesungen. Nach den ersten Übungen stellt sich manchmal ein leichter Schwindel ein. Das ist ein klares Zeichen, dass die Hirnnerven wieder anfangen sich zu verbinden und miteinander zu arbeiten. Durch diese neue Zusammenarbeit der Nerven beginnt die Selbstheilung im Körper. Klienten

von Dagmar Längert



berichten, dass sie schon nach kurzer Zeit eine Veränderung des Stresslevels wahrnehmen können.

Diese Seminare finden bei uns in Süderbrarup mit höchstens sechs Teilnehmern statt. Preis pro Teilnehmer 90,- €. Sie möchten das Vagusnerv-Seminar bei sich am Heimatort stattfinden lassen? Dann melden Sie sich gern bei mir für weiteres 04641 9862191, kontakt@klangcode.de und www.klangcode.de.



Klangcode.de

| Atlas- und Wirbelsäulenbalancing

| Der Vagusnerv – Der Selbstheilungs-nerv

Seminare in Süderbrarup

Grundkurs Vagusnerv 1. Teil:

Fr. 10. 6. 11. Uhr | Sa. 9. 7. 14 Uhr | Sa. 6.8. 14 Uhr

Aufbaukurs Vagusnerv 2. Teil:

So. 26. 6. 12 Uhr | Sa. 16. 7. 14 Uhr | Sa. 13.8. 14 Uhr

Dagmar Längert

Holm 45 | 24392 Süderbrarup

04641 9862191 kontakt@klangcode.de

www.klangcode.de

Buchvorstellung:

Seit 2020 sind die Menschen intensiv mit dem Thema Corona beschäftigt. Vielen geht es nicht gut, entweder haben sie Angst vor Krankheit, finanziellem Ruin oder Freiheitsverlust. Diese Ängste können aber auch der Auslöser dafür sein, eine neue Sichtweise auf das eigene Leben zu erfahren. Im Erkennen, wie wir gestrickt sind, wie wir funktionieren, bewusst und unbewusst, besteht die Möglichkeit, seine eigene innere Autorität zu erkennen, Ängste aufzulösen und in ein neues selbstbestimmtes, vertrauensvolles, liebens- und lebenswertes Leben zu gehen. In diesem Buch beschreibe ich meine persönlichen Erfahrungen in dieser Zeit. Ich hoffe, damit Menschen Mut zu machen, sich auf ihren persönlichen spirituellen Weg zu begeben und die starken universellen Impulse dieser besonderen Zeit für sich zu nutzen.



Corona – mein spiritueller Booster,
Dagmar Längert,
Softcover, ISBN 978-3-9823533-5-7
51 Seiten, 6,50 €

Bestellungen: info@laengert-verlag.de www.laengert-verlag.de

Adressenverzeichnis

Abschied und Trauer

Die Regenbogenerne – liebevoll nach Wunsch gestaltete schöne Urnen als Unterstützung für einen tröstlichen, guten Abschied, Inga Bialek – Künstlerin, Keramikerin, LadenAtelier TUCH&TON, Bachstraße 48, 24392 Süderbrarup, 04641 9887929, ingabialek@posteo.de, www.tuch-ton.de

Akademie

24 **Elisabeth UH. Westermann**, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, www.DAO-THA.com, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13 d, 0173 9086560, 04641 5989583, info@DAO-THA.com

Ascendium Akademie – Lernen – Wachsen – Heilen, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, Tel. 04634 939799-0, Fax 04634 939799-10, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

Akupunktur

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

Aroma-Coach

Saskia Beu, Aromapraktikerin, Aroma Touch Trainerin, Gesundheitspraktikerin für Aromapraxis, doTERRA certified, Essential Oil Specialist, Certified Animal Aromatherapy Specialist, Aroma Klang Praktikerin, Aroma Coach, Klang 1 nach Peter Hess, 0177 8405422, SaskiaBeu@aol.com, www.Trust-the-Nature.com, www.Oelfamilie.com

Mareile Frei, Aroma-Coach, Yogalehrerin, Wellness Advocate, 0176 43014433, mareilefrei@gmx.de, www.mareilefrei.de

Aromaberatung/-therapie

Daniela Wagner, Aromapraktikerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Aromaölberatung mit den Produkten von Young Living, Duftreisen, 24976 Handewitt OT Weding, 0171 9950837, www.frei-sein-flensburg.de

Arzt

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

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

Ausbildung

24 **Ausbildung in „Geistige Wirbelsäulenaufrichtung“**, 2-Tagesseminare in Holtsee, Termine auf Anfrage: Ulrich Lütje, Ekbarg 1, 24363 Holtsee, 04357 996755, ulrich.luetje@gmx.de

Julia Fischer, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Priestess of Avalon, Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg, 0176 247 131 55, www.julia-fischer-therapie.de, www.heilsam-messe.de

Elisabeth UH. Westermann, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, www.DAO-THA.com, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13 d, 0173 9086560, 04641 5989583, info@DAO-THA.com

Die Befreiungshilfe – Sozialer Kümmerer, Uwe Knudsen, Grüner Weg 9 b, 24994 Medelby, 04605 189751, www.die-befreiungshilfe.de

Aurachirurgie

23 Heiko Temp, "Alles ist EINS, Alles ist Gott", Kinesiologe, Heiler, Ahnenheilung, Aurachirurgie, Musiker, 0171 3467420, htemp@gmx.de

Beratung

Giraffenlachen - Angelika Vollbrecht, 04503 354399, www.giraffenlachen.de, www.facebook.com/giraffenlachen/, You Tube Kanal: Giraffenlachen

23 Neue geistige Lebensschule Holger Eybe, Neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in Lübeck, Hamburg, Eckernförde und Ahrensböck-Grebenhagen, Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, 04525 5012500, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

24 Cornelia Weiß, Praxis für inneren Frieden (Portrait auf S. 16-17), Psychologische Begleitung (auch Supervision) & Breema-Körperarbeit für deine innere Befreiung, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 04354 8098609, cornelia_weiss@hotmail.com, www.cornelia-weiss.de

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

Die Befreiungshilfe – Wenn das Miteinander gestört ist, gesund werden und bleiben, eine Hilfe zur Selbsthilfe, Uwe Knudsen, Grüner Weg 9 b, 24994 Medelby, 04605 189751, www.die-befreiungshilfe.de

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

Claudia Olivia Gillmann, Transformation mit Klang und Farbe, Energetische Einzelbegleitung mit und ohne Klangliege, Klangmeditationen, Teacher für Vedic Art – Intuitives Malen nach 17 Lebensprinzipien, Klang-Mal-Workshops, Mediale Malerin, Scheersberg 11, 24972 Steinbergkirche, 0173 2735937, info@claudia-olivia-gillmann.eu, www.claudia-olivia-gillmann.eu

Channeling

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

Chi-Kung

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

Coaching

Mareile Frei, Aroma-Coach, Yogalehrerin, Wellness Advocate, 0176 43014433, mareilefrei@gmx.de, www.mareilefrei.de

Saskia Beu, Aromapraktikerin, Aroma Touch Trainerin, Gesundheitspraktikerin für Aromapraxis, doTERRA certified, Essential Oil Specialist, Certified Animal Aromatherapy Specialist, Aroma Klang Praktikerin, Aroma Coach, Klang 1 nach Peter Hess, 0177 8405422, SaskiaBeu@aol.com, www.Trust-the-Nature.com, www.Oelfamilie.com www.FrauDuft.com

Susanne Schareina, "Gesundheit liegt in der Balance von Körper, Geist und Seele", NLP MasterCoach, Homöopathie, 0163 9256997, schareina.susanne@gmx.de

Ulrike Schareina, "Mit dem Herzen sehend liebe ich das Detail und das grosse Ganze", Energetikerin, Seelen- und HerzCoaching, Raumharmonie, 0151 46133477, schareina@hotmail.com

23 Neue geistige Lebensschule Holger Eybe, Neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in Lübeck, Hamburg, Eckernförde und Ahrensböck-Grebenhagen, Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, 04525 5012500, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

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

Die Befreiungshilfe – Wenn der Alltag und das Miteinander belastend sind, Hilfe und Begleitung bei Schulproblemen, in Stresssituationen und Lebenskrisen, Uwe Knudsen, Grüner Weg 9 b, 24994 Medelby, 04605 189751, www.die-befreiungshilfe.de

Design

Webdesign und individuelle Praxisdeko, Webseiten für Menschenhelfer – Heilpraktiker, Heiler, Berater, Coaches, Therapeuten, Nina Gnoyke, Kontakt: hallo@soul-space-design.de, soul-space-design.de

Darmgesundheit/-therapie

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

Naturheilpraxis Maïke Rasmussen, Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt, 0461 16092192, praxis@maïke-rasmussen.de, www.maïke-rasmussen.de

Elise-Mila Impuls Technik ©

Christiane Larissa Apel, Elise Mila Impuls Technik©, Elise Mila© Trainerin, Aurameisterin, Channelings, Heil- und Kraftbilder, Einweihungen, Aura-Essenzen, Energiearbeit mit Tieren. Einzeltermine, Fernbehandlungen. www.larissa-apel.de, info@larissa-apel.de, 24161 Altenholz, Klausdorfer Str. 87, 0172 4267930

Claudia Olivia Gillmann, Elise Mila Impuls Technik©, Energetische Einzelbegleitung mit/ohne Klangliege, Klangmeditationen, Malkurse im Intuitiven Malen nach Vedic Art©, Themenbezogene Klang-Mal-Workshops, www.claudia-olivia-gillmann.eu, info@claudia-olivia-gillmann.eu, 24972 Steinbergkirche/Quern, Scheersberg 11, 0173 2735937

Energiearbeit

Ulrike Schareina, "Mit dem Herzen sehend liebe ich das Detail und das grosse Ganze", Energetikerin, Seelen- und HerzCoaching, Raumharmonie, 0151 46133477, schareina@hotmail.com

Stefan und Andrea Scholz, gestalte DEIN Sein! UG (haftungsbeschränkt), 0431 55686545, www.gestaltedeinsein.de

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

Sangha Dhun – Klangmassagen, Entspannung, Lebensfreude – Gerhard Behnke, Musiker, Klangschalenpraktiker, Bürgermeister-Kinder-Str. 13, 24306 Plön, 04522 7440025, 0173 6865690, sangha-dhun-klangmassagen@gmx.de

Christiane Larissa Apel, Aurameisterin, Bioenergietherapeutin, Elise Mila Trainerin, Einzeltermine, Channelings, Einweihungen, Fernbehandlungen in Altenholz/Kiel. Mehr unter www.larissa-apel.de Kontakt: info@larissa-apel.de, 0431 887 849 81

Ulrich Lüthje, Anwendung und Ausbildung in „Geistige Wirbelsäulenaufriechung“, Reconnective Healing®, Kundalini-Heilkraft der neuen Erde, Einweihungen in Engel-KI, Ulrich Lütje, Ekberg 1, 24363 Holtsee, 04357 996755, ulrich.luetje@gmx.de

Ralf Lüddens, Gesundheitsberater, Trauma- und Suchtauflösungshilfe, Atlas- und Wirbelsäulenbalancing mit DAO-THA Klangcodes, geistige Wirbelsäulenaufriechung, Kappeler Str. 48 a, 24392 Süderbrarup, 0172 4040940. info@seelenfreiheit.de, www.seelenfreiheit.de

Claudia Olivia Gillmann, Energetische Einzelbegleitung, Scheersberg 11, 24972 Steinbergkirche, 0173 2735937, info@claudia-olivia-gillmann.eu, www.claudia-olivia-gillmann.eu

Naturheilpraxis Maïke Rasmussen, Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt, 0461 16092192, praxis@maïke-rasmussen.de, www.maïke-rasmussen.de

Bettina und Jürgen Dahlke, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, 04607 253, 0160 5657962, bettina.dahlke62@gmail.com, www.göttinnen-yoga.de

Familienaufstellung

Neue geistige Lebensschule Holger Eybe, Neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in Lübeck, Hamburg, Eckernförde und Ahrensböck-Grebenhagen, Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, 04525 5012500, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

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

Fototherapiepflaster

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

Frauenbegleitung

24 Kerstin Rogge, Ganzheitlich-weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, Lebens- und Schoßraumbegleitung, Luna Yoga® Kurse, 24963 Tarp, Eichenkratt 5, 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Gemeinschaft

24 Kloster Freiheit, im modernen Kloster Freiheit wird nach dem Prinzip „Ora et Labora“ in Gemeinschaft gelebt. Retreats, Meditationen, Zen, Yoga und andere Seminare werden angeboten, Zuckerstr. 1, 24837 Schleswig, 04621 5301935, info@kloster-freiheit.de, www.kloster-freiheit.de, Tipps: Aktionen im Kloster > Leben im Kloster

Geomantie

23 24 Geomantie Hans Hansen, Orts- und Hausheilungen, geschäftlich und privat: Niebywesterfeld 10, 24395 Nieby, 0170 3875112

Giraffenlachen

Giraffenlachen - Angelika Vollbrecht, 04503 354399, www.giraffenlachen.de, www.facebook.com/giraffenlachen/, You Tube Kanal: Giraffenlachen

Heiler

23 Neue geistige Lebensschule Holger Eybe, Neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in HL, HH, Eckernförde und Ahrensböck-Grebenhagen, Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, 04525 5012500, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

Heiko Temp, "Alles ist EINS, Alles ist Gott", Kinesiologe, Heiler, Ahnenheilung, Aurachirurgie, Musiker 0171 3467420, htemp@gmx.de

24 Claudia Olivia Gillmann, Transformation mit Klang und Farbe, Energetische Einzelbegleitung mit und ohne Klangliege, Klangmeditationen, Teacher für Vedic Art – Intuitives Malen nach 17 Lebensprinzipien, Klang-Mal-Workshops, Mediale Malerin, Scheersberg 11, 24972 Steinbergkirche, 0173 2735937, info@claudia-olivia-gillmann.eu, www.claudia-olivia-gillmann.eu

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

Heilpflanzenschule

24 Heilpflanzenschule Alchemilla, Maren Axt, Seminare, Führungen, Knorrück 3, 24376 Hasselberg, 04643 186928, axtmaren@gmail.com, www.heilpflanzenschule-alchemilla.de

Heilpraktiker

22 Birte Ernestus-Holtkamp, Shiatsu-Therapeutin, Heilpraktikerin, Etzestrasse 34, 22335 Hamburg, 0160 1555455, www.shiatsu-erleben-hamburg.com, info@shiatsu-erleben-hamburg.com

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

Institute

Julia Fischer, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Priestess of Avalon, Sünderup-Hof 1a, 24943 Flensburg, 0176 247 131 55, www.julia-fischer-therapie.de, www.heilsam-messe.de

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

Naturheilpraxis Maïke Rasmussen, Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt, 0461 16092192, praxis@maïke-rasmussen.de, www.maïke-rasmussen.de

Homöopathie

Susanne Schareina, "Gesundheit liegt in der Balance von Körper, Geist und Seele", NLP MasterCoach, Homöopathie, 0163 9256997, susanne@gmx.de

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

Naturheilpraxis Maïke Rasmussen, Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt, 0461 16092192, praxis@maïke-rasmussen.de, www.maïke-rasmussen.de

Immobilienervice

Immobilienervice Oldsen, Trockenbau, Renovierungsarbeiten, Hans Oldsen, Holm 45, 24392 Süderbrarup, 0172 7050665, kontakt@immobilien-service-oldsen.de, www.immobilienservice-oldsen.de

Institut Weiss, Die Weiss-Methode zur Befreiung von Süchten, 04351 4824900, 030 72621202, je.black@weiss-institut.de, www.weiss-institut.de

Ascendium Akademie – Lernen – Wachsen – Heilen, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, Tel. 04634 939799-0, Fax 04634 939799-10, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

Klangarbeit

Sangha Dhun – Klangmassagen, Entspannung, Lebensfreude – Gerhard Behnke, Musiker, Klangschalenpraktiker, Bürgermeister-Kinder-Str. 13, 24306 Plön, 04522 7440025, 0173 6865690, sangha-dhun-klangmassagen@gmx.de

Klangcode.de, Dagmar Längert, Atlas- und Wirbelsäulenbalancing, Die 12 Hirnnerven aktivieren – Der Vagusnerv, Seminare, Harmonisierung der Psyche, Anregung der Selbstheilung und der Zirbeldrüse, Arthro-Fit-Sitzung, Gruppen- und Einzelsitzungen, 04641 9862191, 0172 9825298, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de

Ralf Lüddens, Gesundheitsberater, Trauma- und Suchtauföschungshilfe, Atlas- und Wirbelsäulenbalancing mit DAO-THA Klangcodes, geistige Wirbelsäulenaufriechung, Kappelner Str. 48 a, 24392 Süderbrarup, 0172 4040940, info@seelenfreiheit.de, www.seelenfreiheit.de

Claudia Olivia Gillmann, Transformation mit Klang und Farbe, Energetische Einzelbegleitung mit und ohne Klangliege, Klangmeditationen, Teacher für Vedic Art – Intuitives Malen nach 17 Lebensprinzipien, Klang-Mal-Workshops, Mediale Malerin, Scheersberg 11, 24972 Steinbergkirche, 0173 2735937, info@claudia-olivia-gillmann.eu, www.claudia-olivia-gillmann.eu

Kino/Filmtheater

Lichtblick – Filmtheater, LichtBlick FTB GmbH, Süderstraße 24, 25746 Heide, 0481 6868-31, www.kino-lichtblick.de

Körperarbeit

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

Sanftmut – Manuela Beckmann, Körperarbeit mit Weitblick, Bäckerweg 2, 24357 Fleckeby, 04354 283700, 01577 1700583, www.sanftmut-vital.de

Kunsttherapie

Doris Brönstrup, Heilpädagogin, Psychologischer Coach, Keramikerin, Kunsttherapeutin, Kreative Delphin Energie, Wellness Massagen, mobil 0177 3017563

Lebensberatung/-begleitung

Cornelia Weiß, Praxis für inneren Frieden (Portrait auf S. 16-17), Psychologische Begleitung (auch Supervision) & Breema-Körperarbeit für deine innere Befreiung, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 04354 8098609, cornelia_weiss@hotmail.com, www.cornelia-weiss.de

Kerstin Rogge, Ganzheitlich-weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, Lebens- und Schoßraum-begleitung, Luna Yoga® Kurse, 24963 Tarp, Eichenkratt 5, 04638 307858, www.kerstinrogge.com

Die Befreiungshilfe – Gesund werden und bleiben, eine Hilfe zur Selbsthilfe, Hilfe und Begleitung bei Schulproblemen, in Stresssituationen und Lebenskrisen, Uwe Knudsen, Grüner Weg 9 b, 24994 Medelby, 04605 189751, www.die-befreiungshilfe.de

Messen

Weite Horizonte Messe, im TÖZ in Eckernförde vom 17.-18.09.2022, Spirituelle Filme im Lichtblick Filmtheater in Heide am 22.01.2023, Anmeldung: Hans Oldsen und Dagmar Längert, Holm 45, 24392 Süderbrarup, 04641 9862191, kontakt@weite-horizonte.de, www.weite-horizonte.de

Christian Leichtfuß, Gesundheitsfestival in Eutin, 04561 5282928, c.leichtfuss@t-online.de

Nahrungsergänzung

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

Pilgern

Jürgen Willmann – geführte Pilgertouren – singend, tönend und klingend, 04351 768222, www.juergenwillmann.de

Christian Leichtfuß, Pilgern – eine Chance zum Wandel, 04561 5282928, c.leichtfuss@t-online.de

Psychologische Beratung

Astrid Jahns-Ahrens, Psychologische Beratung und Heilarbeit, 23717 Kasseedorf, 04528 8249844, beratung@jahns-ahrens.de, www.jahns-ahrens.de

Psychotherapie

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

Praxis Design

Webdesign und individuelle Praxisdeko, Webseiten für Menschenhelfer – Heilpraktiker, Heiler, Berater, Coaches, Therapeuten, Nina Gnoyke, Kontakt: hallo@soul-space-design.de, soul-space-design.de,

Qi-Gong

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

Quantenheilung

24 Bettina und Jürgen Dahlke, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, 04607 253 und 0160 5657962, bettina.dahlke62@gmail.com, www.göttinnen-yoga.de

Reconnective Healing®

24 Reconnective Healing® – Wiederverbindende Heilung, durch Energie, Licht und Information aus der universellen Quelle für ein Leben in Ganzheit, Ordnung und Verbundenheit. Ulrich Lütje, Ekberg 1, 24363 Holtsee, 04357 996755, ulrich.luetje@gmx.de

Ascendium Akademie – Lernen – Wachsen – Heilen, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, Tel. 04634 939799-0, Fax 04634 939799-10, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

Die Befreiungshilfe, Wenn das Miteinander belastend ist, gesund werden und bleiben, Weiterbildung zum Sozialkümmerer, Zusatzqualifikation für soziale und pädagogische Berufe, Uwe Knudsen, Grüner Weg 9 b, 24994 Medelby, 04605 189751, www.die-befreiungshilfe.de

Schulen

Schule für Shiatsu Hamburg, Shiatsu Aus- und Weiterbildungen, auch disziplinübergreifende Seminarangebote, Oelkersalle 33, 22769 Hamburg, www.schule-fuer-shiatsu.de, schule@fuer-shiatsu.de

Heilpflanzenschule Alchemilla, Maren Axt, Seminare, Führungen, Seminaradressen, Knorr-lück 3, Bordesholm und Backhaus in Fahrdorf bei Schleswig, 04643 186928, axtmaren@gmail.com, www.heilpflanzenschule-alchemilla.de

Elisabeth UH. Westermann, DAO-THA Klangcode Akademie, Atlas in Balance, www.DAO-THA.com, 24392 Süderbrarup, Am Thorsberg 13 d, 0173 9086560, 04641 5989583, info@DAO-THA.com

Seminare/Workshops

Schule für Shiatsu Hamburg, Shiatsu Aus- und Weiterbildungen, auch disziplinübergreifende Seminarangebote, Oelkersalle 33, 22769 Hamburg, www.schule-fuer-shiatsu.de, schule@fuer-shiatsu.de

24 23 Neue geistige Lebensschule Holger Eybe, Neues geistiges Familienstellen in Gruppen, Einzelarbeit, telefonisch, Wochenendworkshops, Jahresausbildung zum Familienaufsteller, Vorträge, systemisch-karmische Beratung, in Lübeck, Hamburg, Eckernförde und Ahrensböck-Grebenhagen, Holger Eybe, Bahnhofstraße 5, 23623 Ahrensböck, 04525 5012500, info@neue-geistige-lebensschule.de, www.neue-geistige-lebensschule.de

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

22 24 Vagus-Nerv.de, Dagmar Längert, Die 12 Hirnnerven aktivieren – Der Vagusnerv wird auch der Selbstheilungsnerv genannt, Seminare in Süderbrarup oder online, Harmonisierung der Psyche, Anregung der Selbstheilungskräfte, 04641 9862191, 0172 9825298, kontakt@klangcode.de, www.klangcode.de

Goldenes Rosenkreuz, Lectorium Rosicrucianum e. V., Andreas-Gayk-Str. 23–25, 24103 Kiel, 0163 4874680, kiel.info@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de/kiel

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

22 Claudia Olivia Gillmann, Transformation mit Klang und Farbe, Energetische Einzelbegleitung mit und ohne Klangliege, Klangmeditationen, Teacher für Vedic Art – Intuitives Malen nach 17 Lebensprinzipien, Klang-Mal-Workshops, Mediale Malerin, Scheersberg 11, 24972 Steinbergkirche, 0173 2735937, info@claudia-olivia-gillmann.eu, www.claudia-olivia-gillmann.eu

Ascendium Akademie – Lernen – Wachsen – Heilen, Hauptstraße 57, 24975 Hürup, Tel. 04634 939799-0, Fax 04634 939799-10, info@ascendium-akademie.de, www.ascendium-akademie.de

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

Bettina und Jürgen Dahlke, Praxis für Energieheilung, Paulsgabe 13, 24992 Jörl, 04607 253, 0160 5657962, bettina.dahlke62@gmail.com, www.göttinnen-yoga.de

Die Befreiungshilfe, Gesund werden und bleiben, Ausbildung zum Sozialkümmerer, Uwe Knudsen, Grüner Weg 9 b, 24994 Medelby, 04605 189751, www.die-befreiungshilfe.de

Seminarhäuser

24 Seminarhaus, ImpulseSeminare, Seminarorganisation, Gasstr. 5, 24340 Eckernförde, 04351 7674832, 0178 8236621, info@impulseseminare.de, www.impulseseminare.de

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

Singen

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

Adressenverzeichnis

Shiatsu

22 **Schule für Shiatsu Hamburg**, Shiatsu Aus- und Weiterbildungen, auch disziplinübergreifende Seminarangebote, Oelkersalle 33, 22769 Hamburg, www.schule-fuer-shiatsu.de
schule@fuer-shiatsu.de

24 **Birte Ernestus-Holtkamp**, Shiatsu-Therapeutin, Heilpraktikerin, Etzestrasse 34, 22335 Hamburg, 0160 1555455, www.shiatsu-erleben-hamburg.com, info@shiatsu-erleben-hamburg.com

Maritta Kuhr-Paulsen, Shiatsu-Praktikerin und Lehrerin, Marienbader Str. 21, 24146 Kiel, 0431 787287, kuhr.paulsen.shiatsu@gmail.com, www.shiatsu-in-kiel.de

38 **Antje Tittelmeier**, Okerstraße 5 b, 38176 Wendeburg, 05303 930206, 0177 8668248, antje@tittelmeier.de

Supervision

24 **Cornelia Weiß**, Praxis für inneren Frieden (Portrait auf S. 16-17), Psychologische Begleitung (auch Supervision) & Breema-Körperarbeit für deine innere Befreiung, Alte Landstr. 28, 24354 Kosel, 04354 8098609, cornelia_weiss@hotmail.com, www.cornelia-weiss.de

Tanz

Naturheilpraxis Maïke Rasmussen, Heilpraktikerin, Akupunkt-Massage, Homöopathie, moderne Darmtherapie, Tanz aus deiner Mitte, Heinrichweg 9, 24976 Handewitt, 0461 16092192, praxis@maïke-rasmussen.de, www.maïke-rasmussen.de

Traumdeutung

24 **Daniela Wagner**, Seminarleiterin für Traumarbeit und Traumdeutung, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Traumarbeit in Einzelsitzungen, 24976 Handewitt OT Weding, 0171 9950837, www.frei-sein-flensburg.de

Verlage

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

Triskel Verlag, Antje Tittelmeier, Okerstraße 5 b, 38176 Wendeburg, 05303 930206, 0177 8668248, antje@tittelmeier.de

Wellnessmassage

24 **Daniela Wagner**, Wellness- und Massagetherapeutin, Aromaölmassagen, Raindrop-Technique, ganzheitliche Massagen, Sportmassagen, Office-Massagen, 24976 Handewitt OT Weding, 0171 9950837, www.frei-sein-flensburg.de

Doris Brönstrup, Heilpädagogin, Kreative Delphin Energie, Wellness Massagen, mobil 0177 3017563

Yoga

24 **Mareile Frei**, Aroma-Coach, Yogalehrerin, Wellness Advocate, 0176 43014433, mareilefrei@gmx.de, www.mareilefrei.de

Kerstin Rogge, Ganzheitlich-weibliche Bewusstseins- und Körperarbeit, Lebens- und Schoßraumbegleitung, Luna Yoga@ Kurse, 24963 Tarp, Eichenkratt 5, 04638 307858, www.kerstinrogge.com



22. Januar 2023

Lichtblick Filmtheater | 25746 Heide | Süderstr. 24



u. v. m.

Spirituelle Filme 3 Vortragssäle 50 Aussteller

Anmeldung: dagmar@weite-horizonte.de | 04641 9862191
weite-horizonte.de | kino-heide.de

Aufrecht leben in Verbundenheit

Behandlungen und Ausbildung in Holtsee

Geistige Wirbelsäulenaufrichtung

äußere Aufrichtung

aufrechte Haltung, Korrektur
z. B. bei Beinlängendifferenz,
Hüft-, Becken- und Schulterschiefstand

innere Aufrichtung

Lebensfreude und gesundes Selbst-
wertgefühl, Mut zur Wahrheit und zu
klaren Entscheidungen



Reconnective Healing® (wiederverbindende Heilung)

Energie, Licht und Information aus der universellen Quelle für alle
Zellen zu einem Leben in Ganzheit, Ordnung und Verbundenheit.

Komplettpreis für drei Behandlungen
(1 x Aufrichtung und 3 x Heilfrequenzen): 144,- €

Ausbildung: Geistige Wirbelsäulenaufrichtung

gute Voraussetzungen für die Ausbildung sind Vorkenntnisse
und Erfahrungen in Heil- und Energiearbeit

Zweitagesseminar • Termine auf Anfrage
Seminarkosten 333,- € • mit Lehrergrad 441,- €

Ulrich Lütje • Ekbarq 1 • 24363 Holtsee
04357 996755 • ulrich.luetje@gmx.de