KGS

KÖRPER GEIST SEELE | BERLIN/BRANDENBURG

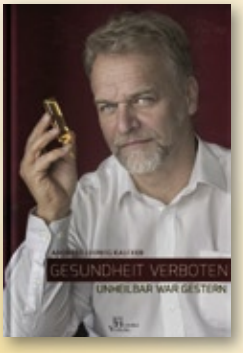
VERBINDEN

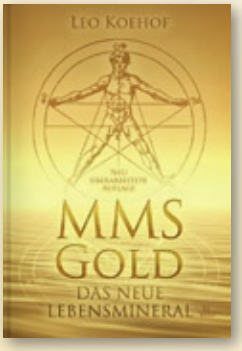
ALLES IST BEZIEHUNG

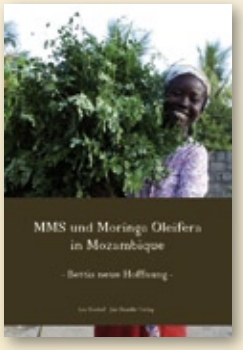
5/6
2022
KGS
seit
1994
Gratis

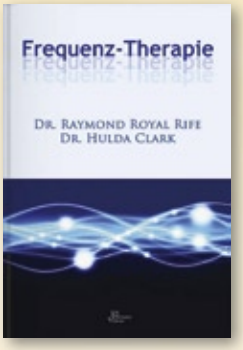
Unsere Bestseller

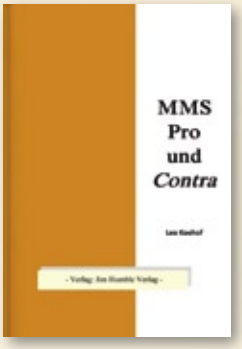
Bücher, die dein Leben verändern können ...

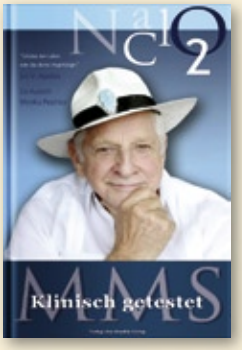












JIM HUMBLE VERLAG

Aufklärung.
Gesundheit.
Bewusstsein.

www.jimhumbleverlag.com
info@jimhumbleverlag.com

Inhalt

Kurz & Bunt 4
Highlights 8–9
Verlosung 9
Portraits/Infoartikel 23

Artikel zum Thema und mehr ...

10 Alles ist Beziehung
Wolf Sugata Schneider

15 Die 12 Tugenden (Gegensatzpaare)
Veny Bachmann

18 Jenseits der Angst wartet dein Seelenpartner
Dayananda C. Vanhauer

20 Dein magischer Platz
Tanja Dränert

24 Geistheilung in Europa heute
Peter Maier

28 Der mehrdimensionale Begriff „Gott" aus der Sicht der Quantenphysik
Lars Lakowski, Dr. Ireneus Lakowski

32 Die Brennnessel – Heilpflanzentipp von Barbara Simonsohn

34 Himmlische Konstellationen
Markus Jehle

44 Lesen & Hören

Regelmäßige Rubriken

Angebote – Termine & Events 36
Katalog – Wer macht Was 38
Kleinanzeigen 42
Impressum 46

Coverbilder: © babeer – AdobeStock

Körper Geist Seele Verlag
mail@kgsberlin.de
www.kgsberlin.de

Großanzeigen: 030.6120-1600
Redaktion: 030.6120-1602
Kleinanzeigen: 030.6120-1603

PETITE MAMAN – ALS WIR KINDER WAREN

Die achtjährige Nelly fährt mit ihren Eltern in das Haus der geliebten, gerade verstorbenen Großmutter, um es auszuräumen. Sie stöbert in den alten Spielsachen und Büchern ihrer Mutter Marion, neugierig auf deren Kindheit. Doch Marion will sich der Vergangenheit nicht stellen, sie reist ab und lässt Mann und Tochter allein zurück. Während ihr Vater am Haus arbeitet, streift Nelly durch die Wälder. Dort trifft sie auf ein Mädchen, das ihr wie ein Ei dem anderen gleicht. Sie heißt Marion. Schnell entwickeln die beiden eine innige Freundschaft und teilen bald ein mystisches Geheimnis, das sie auf wunderbare Weise verbindet. Unaufgeregt und dabei voller Poesie ist der Film eine Zeitreise durch die Augen eines jungen Mädchens. Céline Sciamma beweist ein feines Gespür für die Innenwelten von Kindern. Auf sensible Weise legt der Film auch ein Augenmerk auf das Thema des Abschiednehmens von geliebten Menschen.

Film: Petite Maman – Als wir Kinder waren (Frankreich 2021), Regie: Céline Sciamma, Besetzung: Joséphine Sanz, Gabrielle Sanz, Nina Meurisse, Stéphane Varupenne, Margot Abascal. Kinostart: 17.03.2022, Bild: © Almonde Film

ALLES IST GUTGEGANGEN

Emmanuèle (Sophie Marceau), eine Schriftstellerin mit blühendem Privat- und Berufsleben, eilt ins Krankenhaus – ihr Vater André (André Dussollier) hatte gerade einen Schlaganfall. Er ist Mitte achtzig, ein wohlhabender Fabrikant und Kunstsammler. Und ein Misanthrop, der das Leben leidenschaftlich liebt, nun aber auf die Hilfe anderer angewiesen ist. Ohne Aussicht auf Besserung möchte er sein Leben selbstbestimmt beenden. Emmanuèle, die Lieblingstochter, soll ihm bei diesem Vorhaben helfen. Ausgerechnet sie, die ihren Vater in der Jugend als egomanischen Patriarchen erlebt und ihm mehr als einmal den Tod gewünscht hat. Eine Mitarbeiterin einer Schweizer Sterbeklinik (Hanna Schygulla) reist nach Paris, um sich mit ihr und ihrer Schwester Pascale (Géraldine Pailhas) zu treffen, die eifersüchtig ist, weil der Vater nicht sie gefragt hat. Beide haben mit der Ambivalenz ihrer Gefühle zu kämpfen und müssen eine Entscheidung treffen, während der Vater sie als Heulsusen verspottet.

Film: Alles ist gutgegangen (Frankreich 2022). Regie: François Ozon. Besetzung: Sophie Marceau, André Dussollier, Géraldine Pailhas, Charlotte Rampling, Eric Caravaca, Hanna Schygulla und Gregory Gadebois. Kinostart: 14.04.2022, Bild: © Carole BETHUEL_Mandarin_Production–Foz

IN DEN BESTEN HÄNDEN

Comiczeichnerin Raphaela (Valeria Bruni-Tedeschi) und Verlegerin Julie (Marina Foïs) sind seit zehn Jahren ein Paar, doch nun scheint ihre Beziehung am Ende zu sein. Bei einem ihrer aufreibenden Streits stürzt Raphaela, bricht sich den Arm und die beiden landen unversehens in einer Pariser Notaufnahme. Draußen toben heftige Proteste, das Krankenhaus füllt sich mit verletzten Demonstrierenden, das Personal ist am Ende mit den Nerven und die Lage droht zu eskalieren. Als der wütende LKW-Fahrer Yann (Pio Marmaï) zu Raphaela ins Zimmer verlegt wird, knallen Vorurteile und Klassen-Ressentiments aufeinander. Doch im Laufe der ereignisreichen Nacht werden sich auch viele Gemeinsamkeiten finden. Die Regisseurin Catherine Corsini greift mit diesem Film brandaktuelle Themen wie den Pflegenotstand und die Spaltung der Gesellschaft auf. Dabei ist ihr Film, der auf den letzten Filmfestspielen von Cannes seine umjubelte Weltpremiere feierte, so bitter wie komisch, so energiegeladen wie berührend.

Mit Valeria Bruni-Tedeschi und Marina Foïs als brillante Hauptdarstellerinnen, liefert der Film eine emotionale Achterbahnfahrt, die uns atemlos zurücklässt.

Film: In den besten Händen (Frankreich 2021). Regie: Catherine Corsini, Besetzung: Valeria Bruni Tedeschi, Marina Foïs, Pio Marmaï, Jean-Louis Coulloc'h. Kinostart: 21.04.2022, Bild: © Almonde Film

RABIYE KURNAZ GEGEN GEORGE W. BUSCH

Murat ist weg. Inhaftiert im US-Gefangenenlager Guantanamo. Rabiye Kurnaz (Meltem Kaptan), Bremer Hausfrau und liebende Mutter, versteht die Welt nicht mehr. Geht zur Polizei, informiert Behörden und verzweifelt fast an ihrer Ohnmacht. Bis sie Bernhard Docke (Alexander Scheer) findet. Der zurückhaltende, besonnene Menschenrechtsanwalt und die temperamentvolle, türkische Mutter – sie kämpfen nun Seite an Seite für die Freilassung von Murat. Papier ist geduldig, Rabiye ist es nicht. Eigentlich möchte sie nur zurück zur Familie in ihr Reihenhaus und wird doch immer wieder in die Weltgeschichte katapultiert. Sie zieht mit Bernhard bis vor den Supreme Court nach Washington, um gegen George W. Bush zu klagen. Bernhard gibt dabei auf sie acht. Und Rabiye bringt ihn zum Lachen. Mit Herz und Seele. Mit letzter Kraft. Und am Ende geschieht, was niemand mehr für möglich hält. Mit überwältigender Präsenz und erdigem Alltagswitz gibt Meltem Kaptan als Rabiye Kurnaz ihr deutsches Kinodebüt. Der Kampf um die Freilassung ihres Sohnes Murat katapultiert die türkische Hausfrau aus ihrem Bremer Reihenhaus direkt in die Weltpolitik und schließlich vor den Supreme Court in Washington. Ein Film über Recht und Willkür – über Menschen, die über sich hinauswachsen.

Film: Rabiye Kurnaz gegen George W. Busch (Deutschland 2022). Regie: Andreas Dresen. Besetzung: Meltem Kaptan, Alexander Scheer, Charly Hübner, Nazmi Kirik, Sevda Polat. Kinostart: 28.04.2022, Bild: © Pandora Film

KONFERENZ: DER WEG DES HERZENS

Was meinen wir, wenn wir einen Menschen erwachsen nennen? Wie können wir ins erwachsene Menschsein reifen? Und warum ist dies die Voraussetzung für einen spirituellen Weg und die Begegnung mit einem wahren Lehrer? Mary Angelon Young und OM C. Parkin widmen sich diesen Fragen und beleuchten die wesentliche Bedeutung einer erwachsenen Haltung in uns als Grundlage für den inneren Weg. Neben den Beiträgen der Referenten ist Raum für Dialog, Austausch und Zusammensein im modernen Kloster Gut Saunstorf. Die Veranstaltung beginnt mit einem gemeinsamen Essen.

Konferenz in Gut Saunstorf mit Mary Angelon Young und OM C. Parkin. Sa. 14. – So. 15. Mai 2022. Weitere Infos und Tickets unter: www.om-science.com, Bild: © Saskia Massink_AdobeStock

SUN CHILDREN

Um schnell an Geld zu kommen und ihre Familien zu unterstützen, arbeiten der 12-jährige Ali und seine Clique aus anderen Straßenkindern hart, machen kleine Jobs in einer Werkstatt und begehen sogar Straftaten. Durch mehrere, fast wundersame Entwicklungen erfährt Ali von einem geheimnisvollen, verborgenen Schatz. Der befindet sich nur leider unter der „Sun School“,

einer gemeinnützigen Schule. Also melden sich die Jungen kurzerhand an, um auf dem Gelände graben zu können. Dieses neue, mit dem Prädikat „besonders wertvoll“ versehene Meisterwerk des preisgekrönten Regisseurs Majid Majidi ist die visuell umwerfende und emotional mitreißende Geschichte von vier Straßenjungs, die versuchen, sich ihren Weg aus der Armut zu erkämpfen. Der iranische Film feierte seine Weltpremiere im Wettbewerb der Filmfestspiele von Venedig, wo er mit dem Lanterna Magica Award und Rouhollah Zamani mit dem Marcello Mastroianni Award für den besten jungen Schauspieler ausgezeichnet wurde.

Filmdrama: Sun Children (Iran 2020). Regie: Majid Majidi. Besetzung: Rouhollah Zamani, Ali Nasirian, Javad Ezzati, Tannaz Tabatabaie. Kinostart: 05.05.2022, Bild: © Majidi Film Production

ALLES IN BESTER ORDNUNG

Die 54-jährige Marlen (Corinna Harfouch) ist früher durch die Welt gereist, draußen strahlt sie, aber ihre Wohnung hat sie mit Gegenständen vollgestellt. Sie ist

eine leidenschaftliche Sammlerin. Alles ist zu wertvoll, zu bedeutend, um es wegzuschmeißen. Der 32-jährige Fynn (Daniel Sträßer), dagegen ist ständig unterwegs und will mit nur 100 Dingen durch die Welt gehen. „Ordnung ist das halbe Leben!“, sagt er. „Willkommen in der anderen Hälfte!“, antwortet sie. Das ist der Humor und der Kampfstil, den sie von jetzt an pflegen. Marlen und Fynn – stärker könnten die Gegensätze nicht sein. Doch Gegensätze ziehen sich ja bekanntlich an. Diese feinsinnige Komödie über das Zuviel und das Zuwenig ist eine Liebesgeschichte zwischen zwei Menschen, wie sie unterschiedlicher kaum sein könnten.

Filmkomödie: Alles in bester Ordnung (Deutschland 2022). Regie: Natja Brunckhorst. Besetzung: Corinna Harfouch, Daniel Sträßer, Joachim Król. Kinostart: 26.05.2022, Bild: © Filmwelt Verleih

GLÜCK AUF EINER SKALA VON 1 BIS 10

Igor lebt allein und jobbt als Fahrradkurier für Biogemüse. Ein paar mehr Kontakte zu anderen Menschen wären schön, aber ansonsten ist der körperlich behinderte Hobby-Philosoph nicht unglücklich. Louis hingegen ist ein 24/7-Unternehmer, ein Workaholic, der vor lauter Arbeit in seiner Bestattungsfirma die Lebensfreude vergessen hat. Als er Igor auf seinem Fahrrad anfährt, ist ihm das doppelt peinlich: zum einen wegen seiner Unachtsamkeit, zum anderen, weil er offensichtlich einen Menschen mit Behinderung verletzt hat. Ein Unfall mit überraschenden Folgen, denn Igor hat sich in den Kopf gesetzt, dass Louis ein perfekter neuer Freund für ihn wäre … und Igor kann sehr hartnäckig sein. So kommt es, dass Louis und Igor zu einer abenteuerlichen Reise im Leichenwagen aufbrechen, die ihr Leben ordentlich auf den Kopf stellt. Der Regisseur und Hauptdarsteller Alexandre Jollien, der zu den profiliertesten französischsprachigen Philosophen gehört und mit zerebraler Kinderlähmung geboren wurde, spielt mit hinreißendem Charme den Genussmenschen Igor, der gelernt hat, den Augenblick zu lieben. Louis jedoch muss erst noch erfahren, was er alles versäumt hat und Regisseur Bernard Campan macht aus ihm einen rastlosen Tatmenschen, der sich zum großzügigen Grandseigneur entwickelt.

Filmkomödie: Glück auf einer Skala von 1 bis 10. (Frankreich/Schweiz 2021). Regie: Alexandre Jollien, Bernard Campan. Besetzung: Alexandre Jollien, Bernard Campan, Maryline Canto, Tiphaine Daviot, Julie-Anne Roth, La Castou, Marie Benati. Kinostart: 02.06.2022, Bild: © X Verleih

PFINGSTFESTIVAL IM ZEGG

Das 5-tägige Pfingstfestival ist ein Treffpunkt für alle Zukunftsforscher, die die Verbindung von eigenem kreativen Potenzial und dem Erschaffen von konkreten Utopien suchen und lieben. Themen werden unter anderem sein: Inspiration und Experimente, Vertrauen und Spiel, Begegnung sowie Tiefe und Lebensfreude.

Es soll untersucht werden, wie wir unsere Beziehungen nährender und konstruktiver gestalten können. Es geht um die Bedeutung unseres Herzens, der Liebe, der Öffnung, dem Einlassen, dem Ehrlichsein miteinander. Welchen Platz geben wir der Sexualität als einzelne Menschen, aber auch als Kultur. Und wie widmen wir uns verschiedenen Zugängen zu dem, was Spiritualität bedeuten kann, und wie es unser Liebesleben verändert, wenn wir uns als kosmische Wesen erkennen. Vorträge, Performances, Morgeneinstimmungen, Musik, Tanz & Feste finden für alle gemeinsam statt. Nachmittags bieten Intensivgruppen verschiedene Wege an, für Vertiefung der Erfahrungen & Integration des Erlebten. Auch für junge Erwachsene gibt es eigene Gruppen.

Pfingstfestival unter dem Thema Herz, Sex & Spirit – Quellen unserer Menschlichkeit in einer fragmentierten Zeit. 3. bis 8. Juni im ZEGG Bildungszentrum gGmbH, Rosa-Luxemburg-Straße 89, 14806 Bad Belzig, Info, Preise und Anmeldung finden Sie unter www.pfingsten.zegg.de, Bild: © ZEGG

Gemeinschaftsbildung nach Scott Peck

Workshop

24. – 26. Juni 2022
in Berlin-Kreuzberg

Begleitung: Valérie Dätwyler, Götz Brase

Authentische Kommunikation in Form von wirklicher Gruppenkommunikation üben (group of all leaders), und mit den Kommunikationsempfehlungen, den 4 Phasen der Gruppenbildung Pseudo / Chaos / Leere / Authentizität ins gemeinsame Herz finden.

Kosten: 100 bis 200 EUR (Selbsteinschätzung)
Infos & Anmeldung: 08624-8795962 oder gemeinschaftsbildung@t-online.de

Buchtipp:
Scott Peck, Gemeinschaftsbildung
Der Weg zu authentischer Gemeinschaft
Eurotopia Verlag, 2. überarbeitete und erweiterte Auflage 2012
ISBN 978-3000382819
17,90 EUR

www.gemeinschaftsbildung.com

Vortrag & Seminar

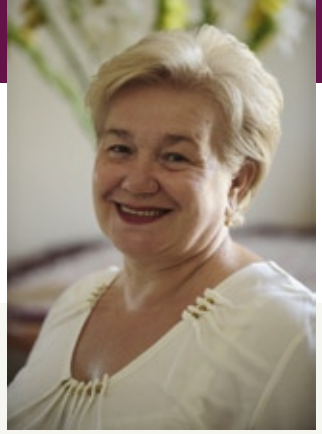
DIE SIEBEN SPIEGEL DES DZOGCHEN, TEIL 4

mit Geshe Tenzin Wangyal Rinpoche

"Die Sieben Spiegel des Dzogchen" ist eine kraftvolle Herz-Essenz-Lehre der bön-buddhistischen Tradition Tibets. Sie gibt eine direkte Einführung in das klare, offene Gewahrsein unserer wahren Natur sowie Methoden, die Erkenntnis dessen, wer wir wirklich sind, zu wahren. Tenzin Wangyal Rinpoche wird uns ausgehend von der Sicht des Dzogchen, der "Großen Vollkommenheit" durch die Essenz der "Sieben Spiegel" führen. Es gibt keinerlei Voraussetzungen für die Teilnahme an diesen Belehrungen. Alle Interessierten sind willkommen. Vortrag und Seminar werden ins Deutsche übersetzt.

Vortrag: Fr. 27.5.2022, 19-21 Uhr, 15 € / erm. 10 € ||
Seminar: Sa. 28.5., 10-18 Uhr, So. 29.5.2022, 9-16 Uhr || **Kosten:** 130 € / erm. 110 € (inkl. Vortrag)
Ort: online per Zoom || **Info:** www.berlin-ligmincha.de

advertorial



Heilerin Nina Dul

vom 12.06. bis 19.06.2022 in Berlin

In diesen besonderen und schwierigen Zeiten kommt Nina Dul nach Berlin. Sie überprüft jede Schicht in der Aura und baut sie nach dem "Göttlichen Prinzip" wieder auf. Auf diese Weise kann jeder Mensch seine Traumen, Ängste, Schockzustände bearbeiten.
Die Teilnehmer werden energetisch aufgebaut und gestärkt. Viele berichten von wundersamen Verbesserungen. Nina Dul musste das Heilen nie erlernen, da sie eine der wenigen ist, die diese Gabe von Geburt an besitzt.
Gewinnen Sie selbst einen Eindruck beim Erlebnisabend und überzeugen Sie sich bei den Heilmeditationen von ihren Fähigkeiten. Man braucht keine spirituellen Vorkenntnisse, um mit dieser Powerfrau arbeiten zu können.

Erlebnisabend: So. 12.06.2022, 17.00 Uhr, 17 EUR
Der Erlebnisabend wird durch eine eindrucksvolle Heilenergieübertragung für alle Anwesenden abgerundet.

Bioenergetische Heilmeditation: Mo – Fr. 13.06. – 17.06., jeweils 19.00 Uhr, je 62 EUR

Aura- und Energieseminar: Sa. 18.06., 10.30 – ca. 19.00 Uhr, 143 EUR

Magentatraining/Einweihung: So. 19.06., 10.30 – ca. 20.00 Uhr, 152 EUR

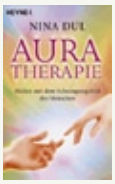
Aurafotos: werden an allen Tagen gemacht.

Rabatt: Bei Vorlage dieser Zeitschrift gibt es 7 EUR Rabatt auf den Erlebnisabend.

Ort der Veranstaltungen: Wamos Zentrum, Hasenheide 9 (Hinterhof), 10965 Berlin-Neukölln

Hinweis: Die Veranstaltungen finden vorbehaltlich der gesetzlichen Regelung statt.

Info und Anmeldung: www.ninadul.de oder 0172-732 28 89



Buchempfehlung:
"Auratherapie" und "Heilenergie Magenta" von Nina Dul

Die Bücher sind vor Ort auf den Veranstaltungen erhältlich.

Seelenheilung Eva Ullrich kündigt an:

Zwei englische Medien nach langer Pause wieder in Berlin

Geil Riding ist ein natürliches Medium, das die „Geistige Welt" seit ihrer frühen Kindheit sieht. Sie arbeitet als Medium in England, in Spanien, Australien und in Deutschland. Mit ihrer Arbeit beweist Geil, dass das Leben nach dem körperlichen Tod weitergeht. Sie wird in den Sitzungen in Berlin Jenseitskontakte, Heilarbeit, Gespräche mit dem Geistführer, Lebensberatung und Verbindung mit den inneren Kind anbieten. Als erfahrene und mitschwingende Lehrerin verfügt sie über einen riesigen Wissensschatz und geht auf die Belange der Studenten sehr gut ein.

Termine mit Geil Riding (mit Übersetzung)
6. Mai 2022, 19.00 Uhr, im Aquariana, medialer Abend mit Jenseitskontakten, Preis: 20 Euro
9. bis 11. Mai 2022: Einzelsitzungen, Preis: 90 Euro,
7. und 8. Mai 2022: Workshop „Medialität und Trance – Wage den nächsten Schritt, bilde deine Fähigkeiten weiter aus." Sie werden lernen, den Kontakt mit der „Geistigen Welt" zu vertiefen und selbst Sitzungen zu geben, und Sie werden Trance als einen Weg der Medialität entdecken und ausbauen. Preis: 200 Euro.

Weiterer Gast ab 1. Juli in Berlin:

Wir freuen uns sehr, dass wir vom 1. Juli bis 6. Juli wieder **Sue Odam** in Berlin begrüßen können. Sie ist sehr bekannt aus Veranstaltungen der „Anderen Realität". Sue arbeitet in Vlotho und an vielen Orten in Deutschland und der Welt. Ihre Veranstaltungen hier Berlin werden bereits gebucht.

Information und Buchungen zu beiden Medien telefonisch unter 0172.1660437 oder seelenheilung@email.de, www.seelenheilung-ullrich.de

EYEBODY – Frei und selbstbestimmt leben ohne Brille

Einführungs-Workshop am Samstag, 4. Juni 2022 mit Begründer Peter Grunwald aus Neuseeland

Eyebody gibt Aufschluss über physische, mentale, emotionale und spirituelle Aspekte des menschlichen Sehens. Anders als vielfach angenommen, ist unser Sehen flexibel und veränderbar! Dies gilt für viele weit verbreitete Phänomene wie Kurz- und Weitsichtigkeit, Alterssichtigkeit, Grauen und Grünen Star, Schielen, Hornhautverkrümmung u. v. m. Das Sehsystem steht außerdem mit dem Körper durch eine Art Reflexbogen in Beziehung. Daher hat eine Gesundung der Koordination des Sehens tiefgreifende heilsame Wirkung auf körperliche Beschwerden wie z. B. Migräne, Nacken-, Rücken- bzw. Hüftgelenksschmerzen oder Herz-Kreislauf-Problemen.

An diesem Tag werden Sie in Theorie und Praxis in eine neue Dimension von Sehen und Sehkraft, Körperhaltung und Bewegung, Entspannung, Vorstellungsvermögen und dem Funktionieren des eigenen Gehirns vordringen. Die EyeBody-Methode® hilft Ihnen, die Gewohnheit des Brille- bzw. Linsentragens auf natürliche Weise zu durchbrechen. Lernen Sie außerdem, sich mit mehr Freiheit und Leichtigkeit zu bewegen sowie der Welt mit größerer Präsenz und Gelassenheit zu begegnen!

Mehr Informationen sowie das (Hör-)Buch "Eyebody – die Integration von Auge, Gehirn und Körper" und die Lochbrille zur Förderung der Koordination auf www.eyebody.de.

Termin: Samstag, 4. Juni 2022, 10:30 - 17:30 Uhr
Ort: WeiberWirtschaft, Anklamer Straße 38, 10115 Berlin-Mitte
Kursgebühr: 139 Euro
Info: Dagmar Thürnagel, 089-74041401
Anmeldung: www.eyebody.de

advertorials

Verlosung

BEATRIX BECKER TRIO: BOOK OF BRIDGES

Im April diesen Jahres erschien das neue Album der Berliner Komponistin Beatrix Becker. Es umfasst melancholisch lebensfrohe Stücke für Bassklarinette und Klarinette, Violoncello, Gitarre und Klavier, die im Lockdown des Jahres 2021 entstanden sind.

Ihre mondiale Musik zwischen Klezmer, Tango, Weltmusik und kleinen Ausflügen in die Improvisation macht auf wundervolle Weise erlebbar, wie Musik Brücken zu bauen vermag: zwischen Menschen und Meinungen, Kontinenten und Kulturen, zwischen uns und unserer Zuversicht für das, was fortwährend im Ungewissen liegt.

KGS Berlin verlost 3 Exemplare auf www.kgsberlin.de
Teilnahmeschluss: 24. Juni 2022

Auszug aus dem Buch »Sei dir selbst ein Witz« von Wolf S. Schneider

ALLES IST BEZIEHUNG

Die eigenen Beziehungen zu erkennen heißt, sich selbst zu erkennen.

Im April diesen Jahres erschien das Buch »Sei dir selbst ein Witz – Humor als Konfliktlöser, Heilmittel und spiritueller Weg« von Wolf S. Schneider. Dieses philosophische Selbsthilfe-Buch wurde speziell für Menschen geschrieben, die therapeutisch oder pädagogisch arbeiten, Seminare leiten, beraten oder coachen und dabei mit ihren Klienten leiden, obwohl sie lieber mit ihnen lachen würden. Es hilft aber auch allen anderen Homo sapiens, sich durch einen Schwenk der Perspektive aus fast jeder Patsche zu ziehen. Fast jeder? Lest selbst …

»Du und ich – wir sind eins. Ich kann dir nicht wehtun, ohne mich zu verletzen.« Mahatma Gandhi

»Alles ist Beziehung«, diesen Spruch habe ich mehrfach von Therapeuten ebenso wie von Philosophen gehört. Anfangs dachte ich dabei: Was für ein Geschwätz! Irgendwie stimmt es ja, aber irgendwie auch nicht. Also, was soll ich damit?

Im Lauf der Zeit sank der Satz jedoch tiefer in mich hinein und entfaltete dort noch eine andere Wirkung: Ja, wenn man ihn richtig versteht, das heißt, wenn man ihn auf eine sinnvolle Weise präzisiert, dann ist er wahr. Das versuche ich nun.

Wer bin ich? Das ist die zentrale Frage, darin sind sich die Weisen einigermaßen einig. Was bedeutet das aber in Bezug auf meine Beziehungen?

Betrachten wir es mal historisch, in Bezug auf den eigenen Werdegang. Wer wir sind, das haben wir von anderen gelernt. Für die meisten von uns waren das zunächst die Eltern oder ein Elternteil oder die Person, die uns aufgezogen hat. Ohne die und das Sprechen mit dieser Person hätten wir nicht »ich« gesagt oder nicht gewusst, was das heißen soll.

So ging es dann weiter, im Lauf unserer Kindheit und Jugend, und eigentlich hat es nie aufgehört. Immer sagte irgendwer was, dem ich entnehmen konnte, für wen oder was mich diese Person hält, wer ich für sie bin,

Bild: © babaroga - Adobéstock

und diese Zuweisungen haben wir dann mehr oder weniger angenommen. Einige abgelehnt, andere angenommen. Sie widersprachen sich ja auch. Die Personen untereinander, und auch die einzelnen Personen in sich. Das alles mussten wir für uns irgendwie unter einen Hut bekommen und müssen das bis heute. Diesen Akt könntest du ›deine integrative Leistung‹ nennen.

DAS ICH ALS PARTIKEL

Das Gebilde an solchermaßen zugewiesenen Identitäten wurde so zu mir, zu meiner Person, meiner Ich-Identität und bleibt als solche in Bewegung. Deshalb sage ich jetzt: Das Ich ist ein Partikel im Gewebe der Gesellschaft. Damit hätten wir doch mal eine passable Definition des Ich.

Die Konsequenz hieraus ist, dass das auch für jedes andere Ich gelten muss. Also von mir aus gesehen auch für jedes Du, jedes Wir und jedes Ihr. Im Umgang mit den anderen Menschen der Gesellschaft, der ich angehöre, muss ich also auch sie als ebenso windige Gestalten ansehen wie mich selbst. Nur ich bin das wackelige Gebilde, auf tönernen Füßen, permanent den Winden der Veränderung ausgesetzt? Das wäre unlogisch. Derselben Logik folgend, muss das auch für die anderen Gestalten in der Gesellschaft gelten. Womit die für mich einiges an Schrecken verloren hätten.

WINDIGE AUTORITÄTEN

Und was ist an diesem Gebilde innergesellschaftlich voneinander abhängender Identitäten nun komisch? Ich muss bei dieser wackeligen Gestalt an Shakespeares Sommernachtstraum denken und noch sonst einige Beziehungskomödien. Oder an das Lied „Tim liebt Tina“ von Anna Depenbusch. Dies sich gegenseitig fiktive Identitäten Zuschieben, es kommt mir vor wie ein Spiel, das wir alle miteinander spielen. Wie ein Kartenspiel, wo beim Austeilen einer das Ass bekommt, ein anderer die Arschkarte. So ist das eben in der Gesellschaft, es geht nicht gerecht zu. Und die mich da definieren, die wurden von anderen auf ebenso willkürliche Weise definiert.

Wer ist in diesem Spiel die Autorität, andere definieren zu dürfen? Niemand. Die so Urteilenden sind ja selbst Be- und Verurteilte. Verurteilte in dem Sinn, dass sie oft nicht aus der Schale raus können, in die sie durch diese Definitionen gepresst wurden. So lange können sie nicht raus, wie sie dieses Spiel nicht durchschaut haben.

AVATARE

Die Avatare in den heutigen Computerspielen sind ein neuer, zeitgemäßer Ausdruck dieser Philosophie. Es sind Stellvertreter von uns Einzelwesen, die in der virtuellen Welt des Internets uns oder einen Aspekt von uns darstellen und dort für uns agieren.

Der Begriff ›Avatar‹ kommt aus dem Sanskrit und bedeutet dort ›Abstieg‹. Gemeint ist damit ein Abstieg des Gottes Vishnu auf die irdische Ebene – die der Menschen. Vishnu kann dort eine beliebige Gestalt annehmen, so wie Zeus in der Philosophie des antiken Griechenlands oder wie ein Computernutzer, der sich für die Kommunikation im Internet eine grafische Identität zulegt, die dann für ihn dort stellvertretend agiert.

Insofern wir das können, sind wir göttliche Schöpfer. Wir können Avatare entwerfen, die dann für uns durchs Internet spazieren, dort einen Namen haben und eine grafische Gestalt. Wir können sie erschaffen, mit anderen Avataren interagieren lassen, sich verwandeln lassen, so wie wir uns selbst verwandeln auf unserer Heldenreise durch ›das richtige Leben‹. Und am Ende sterben sie, wenn wir, ihre Schöpfer, das so wollen. Unsere Avatare sind voneinander abhängige Gestalten, so wie wir im richtigen Leben. So, wie wir sagen können, dass eine Gestalt nie für sich allein, sondern nur in einem Kontext Bedeutung hat, so sind auch unsere Ich-Identitäten keine unabhängigen Partikel. Eher sind sie Avatare in einem kosmischen Spiel oder so was wie Atome in einem großen Molekül oder Zellen in einem Organ oder Organismus.

WENN DIE DINGE STARR UND STUMM WERDEN

Sogar die Dinge der materiellen Welt können wir nur dann als etwas je Einzelnes wahrnehmen, wenn wir das mit uns selbst ebenso tun. Wir müssen sie dazu ja aus dem Kontinuum rausreißen und so tun, als seien sie etwas Separates, unverbunden. Wenn wir uns selbst für etwas Separates halten, für ein Individuum, dann können, dürfen oder müssen wir das wohl auch mit den Dingen so machen. Und umgekehrt: Wenn wir uns selbst als eingebunden in das größere Ganze erfahren, dies verstehen, es wissen, dann wissen wir auch von den Dingen, dass sie keine Dinge sind, sondern für unsere Zwecke des Verstehen- und Handhabenwollens aus dem Ganzen mit einer gewissen Willkür herausgelöste Partikel. Deshalb singt Rilke in einem Gedicht über die Gewalt der Worte:

> Die Dinge singen hör ich so gern. Ihr
> rührt sie an: Sie sind starr und stumm.
> Ihr bringt mir alle die Dinge um.

Unsere Wahrnehmung der Dinge als separate Objekte löst sie raus aus dem Kontinuum und macht aus ihnen Einzelwesen, starr und stumm. Weil wir selbst als vermeintlich separate, feste Wesen, starr und stumm geworden sind, machen wir das auch mit den Dingen. Dann hören sie auf zu singen. Und mit unseren Mitmenschen machen wir es ebenso.

LEELA

In der indischen Philosophie, Mythologie oder Religion – das ist in Indien traditionell dasselbe – gibt es dazu einen Begriff: Leela, auf Deutsch manchmal auch ›Lila‹ geschrieben. Der Begriff bedeutet, dass wir Menschen Avatare sind, also Inkarnationen von Göttern, die sich menschliche Form gegeben haben, um auf der Erde miteinander spielen zu können. Die tiefere Bedeutung dieses Gedankens ist, dass wir in Wirklichkeit immer noch Götter sind. Wir alle, jeder und jede von uns, nicht nur die paar wenigen Menschen, die, wie griechische Sagen es erzählen, eigentlich Inkarnationen von Zeus sind. Wir alle sind Inkarnation der großen Schöpferkraft. Wir Einzelwesen sind aus einem großen Ganzen ›emergiert‹, um dann im Rahmen unserer diversen Stämme, Familien und Gesellschaften miteinander zu spielen. Wir alle sind eigentlich Götter, das heißt mit dem Ganzen all-eins.

Der Begriff der Person kommt aus dem Lateinischen und bedeutet dort ›Maske eines Schauspielers‹. Die Wurzeln des Begriffs reichen ins Etruskische (phersu) und Griechische (prosopon) zurück. Die Person ist also eine Art ›Nutzeroberfläche‹, wie man im Internet vielleicht sagen würde. Während wir in Wirklichkeit transpersonal sind, verbunden mit dem Ganzen, agieren wir im irdischen Diesseits als Einzelne. Für den wissenden Blick sind wir transparent, das Göttliche scheint durch uns hindurch. Den Regeln des Spiels gemäß tun wir aber so, als seien wir eng begrenzte Einzelwesen – Menschen, die nicht alles können, nicht alles verstehen und sich jeweils für etwas Bestimmtes, ziemlich Kleines und Separates halten: eine Person, ein kleines Ich.

LACHEN UND WEINEN

Wie wir in vielen Therapien erfahren und auch in Meditationen wie etwa der „Mystic Rose Meditation“ von Osho, sind Lachen und Weinen für uns Menschen lösende und transformierende emotionale Prozesse, und beides kann sehr tief gehen.

Für Erforscher der eigenen seelischen Tiefen ist der interessanteste Punkt dabei der, an dem Lachen in Weinen übergeht oder Weinen in Lachen. Dort erscheinen wir uns selbst nicht mehr nur als komische oder tragische Gestalt, sondern als beides oder abwechselnd, schwankend, ambivalent oder uneindeutig. Am Punkt dieses Übergangs empfinden wir uns nur noch als sehr tief emotional durchgeschüttelt, mit rhythmischem, schluchzendem oder prustendem Atmen und Zwerchfellbewegungen. An diesem Kipppunkt sind wir im Labor, in der Werkstatt, an der Stelle, wo wir entscheiden, ob wir tragische oder komische Gestalten sind und die Welt als Komödie oder Tragödie erleben. Dort, in dieser Tiefe, kann Identität neu gestaltet werden.

HEULSUSE UND LACHSACK

Beim Aufgestelltwerden in systemischen Aufstellungen, ebenso beim Hören von Nachrichten oder Lesen von guten Büchern weine ich seit ein paar Jahren sehr leicht. Bin ich schon immer ›nah am Wasser gebaut‹? Nein, als Kind und Jugendlicher eher durchschnittlich. Erst die vielen therapeutischen Prozesse, auf die ich mich eingelassen habe, und auch meine Absicht der Sensibilisierung und das Gutheißen von Empathie haben mich so viel weicher und offener gemacht, dass ich nun leicht weine und bei manchen Ereignissen sogar tief schluchzen muss, was mir dann doch wieder peinlich ist.

Genauer: Je nach Umgebung ist mir das mal peinlich, mal nicht. In einigen Umgebungen ist solch eine Berührbarkeit ja, Gott sei dank, sehr willkommen; sie ›öffnet die Herzen‹, wie man so sagt. In anderen aber sieht man wohl eher eine Heulsuse in mir; im Angelsächsischen wird so einer »Pusy« genannt, das ist für Männer ein schlimmes Schimpfwort. Mit dem Weinen kann ich, wenn ich will, jederzeit aufhören. Es ist also nicht so, dass ich mich dann ›nicht mehr in der Hand hätte‹. Ich zeige mich damit als offen und verletzlich, sowohl in meiner Freude wie in meinem Schmerz. Mal weine ich über einen Menschen, mal über ein Projekt, mal über eine Nachricht, die mich gerade erreicht hat. Mich damit zu zeigen, ist ein sozialer Verstärker, wie ihn Worte allein kaum erreichen können.

Auch der Autor, Speaker und Aktivist Tobi Rosswog, den ich bewundere, spricht ab und zu über die Wirkung des Weinens in der Öffentlichkeit. Er spricht davon, wie sehr es einen ganzen Saal verändern kann, wenn darin nur eine einzige Person weint. Man kann das Weinen in der Öffentlichkeit auch politisch missbrauchen – klar kann man das. Alles kann man politisch missbrauchen. Wenn etwa ein Politiker vor den Kameras der Medien ein wegen einer Verletzung weinendes Kind streichelt, weil er damit einem politischen Gegner explizit oder implizit Schuld zuweisen will. Solch ein Missbrauch dieser starken Gefühlsäußerung eines Kindes sollte uns aber so wenig vom Weinen abhalten wie das höhnische Lachen eines Jair Bolsonaro, wenn er über die Weicheier spricht, die das Coronavirus ernst nehmen, uns vom Lachen abhalten sollte.

BÖSEWICHTE

Normalerweise haben wir nicht nur Freunde, sondern auch Feinde. Zuzugeben, dass man auch Feinde hat, fällt weniger leicht, man ist doch lieber aller Welt Freund.

Genau besehen gibt es jedoch immer auch Menschen, die einen nicht mögen und andere, die man selbst nicht mag, und ziemlich oft trifft das beides zusammen. Was mache ich nun damit? Finde ich das tragisch oder komisch?

Wenn ich den anderen, der mich da gerade befeindet, als komische Gestalt ansehe, dann erleichtert mich das. Es gibt ja in jedem guten Drama auch Bösewichte, Feinde, Gegner der Helden, die ihnen übelwollen. Wenn ich mein eigenes Leben als Theaterstück ansehe, in dem ich der/die Protagonist*in bin, die anderen sind Nebendarsteller, dann erleichtert mich das. Ich kann in diesem Drama nicht alles bestimmen, aber einiges geht doch. Ein gewisses Mitbestimmungsrecht habe ich dabei und kann so beeinflussen, ob es sich eher um eine Komödie oder eine Tragödie handelt und wie viele Bösewichte darin vorkommen.

Will ich mein Leben eher als ein süßes, harmonisches, friedliches und entsprechend langweiliges Stück haben oder eher als eines mit einer Heldin und ihren Gegnern? Je böser die Bösewichte, umso spannender wird das Stück. Anstrengender, erschöpfender, das auch, aber weniger langweilig.

Wenn du auf die Frage, wie es im Leben so geht, generell eher antwortest: »Oh, spannend!« – besonders im Angelsächsischen ist die Antwort »exciting, thrilling« angesagt – wird das eher positiv bewertet. Mit »Es passiert gerade nichts in meinem Leben, alles in Butter« gewinnst du nicht viel Ansehen. Gutmöglich laden wir uns mit solchen Aussagen aber auch mehr Spannung ein, als wir eigentlich wollen.

GÖTTER AUF ERDEN

Die Rollen der Guten und der Bösen und der so verschiedenen Menschen braucht es, damit die Götter, die da im Rahmen ihres göttlichen Spiels zu Menschen geworden sind, sich nicht langweilen, erzählt man sich in Indien. Sonst hätten sie ja gleich im Himmel bleiben können! Aus Langeweile sind sie von dort zu uns herabgestiegen und spielen nun in unseren Konflikten mit, als Dramaqueens und -göttinnen und ebenso auch in ihren männlichen Rollen, als Helden und Scheiternde. Oder sind sie auch aus Mitgefühl zu uns gekommen? Damit sie dann mitten im Drama uns ihre wahre Identität zeigen können: als Avatare, die nur so tun, als seien sie parteiisch, sodass auch wir das erkennen und Frieden finden? Das wäre eine tröstliche Variante der Interpretation.

HERZLICHES

Was bedeuten in diesem Kontext Liebe und Herz? Fast alle Sprachen haben hierfür Worte, und in allen mir bekannten Sprachen sind sie hohe, teils höchste Werte. Herzlichkeit und Liebe sind imstande, einen transkulturellen Konsens zu erzeugen, wie das keinem politischen Motto gelingt. Obwohl die Wissenschaft über diese Begriffe die Nase rümpft. ›Herz‹? Für Wissenschaftler ist das kein brauchbarer Begriff. ›Liebe‹ ist zwar für Anthropologen in Bezug auf Partnerwahl,

Ganzheitliche Seelenheilung Berlin

15 Jahre spirituell-mediale Psychotherapie

Seminarreihe:
Heilung durch Chakra-Arbeit

Grundseminar:
Beginn 28./29. Mai 2022

Fachseminar für Mediziner/innen und Heilpraktiker/innen

Spirituelle Betrachtung von Krankheitssymptomen

Info & Anmeldung:
www.ganzheitliche-seelenheilung.de

HPin Psych. Susanne Dechsling-Kaiser
HP Psych. Matthias Kaiser

Bindungsverhalten und das Vorkommen von altruistischer Ethik ein brauchbarer Begriff, aber das ist der Blick von außen, der sieht das an anderen beobachtbare Verhalten.

Was in den Bevölkerungen aller Kulturen höchste Priorität genießt, wie kann das von der Wissenschaft ignoriert werden? Vermutlich ist die Ungenauigkeit dieser Begriffe den Wissenschaftlern ein Gräuel. Was soll man auch damit anfangen, wenn man einmal sein Herz jemandem schenkt, ein anderes Mal mit einem Gespräch herzlich wenig anfangen kann, kurz darauf ein Kind herzt und sich anschließend was Herzhaftes kocht. Was für Schnulzen und Schlager taugt, ist noch lange nicht ein für die Wissenschaft ernst zu nehmender Begriff. Für den Komiker hingegen sind diese windigen Begriffe wie geschaffen!

DAS GEFÜHL DER EINHEIT

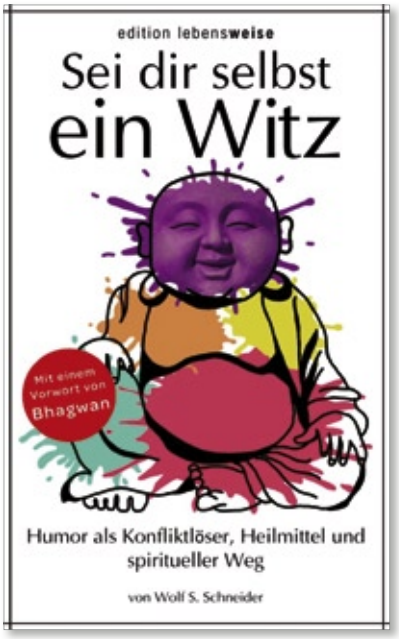
Ich will es hier mal mit folgender Definition versuchen: Etwas in sein Herz aufzunehmen heißt, sich damit positiv zu identifizieren. Sich zu identifizieren und es gut zu finden. Das Organ, in dem wir in unserer Kultur den Sitz der Instanz für solche Aufnahmen (und Hinauswürfe) vermuten, ist das physische Herz. In der malaiischen Kultur hingegen ist es die Leber. Hati sakit, die Leber ist krank, das bedeutet dort, dass ein Mensch verärgert ist.

Neuerdings lokalisieren wir das Zentrum unserer Gefühle seltener dort, wo die Romantiker von einst es verorteten: irgendwo in der Mitte unserer Brust. Wenn man Wissenschaftler fragt, wo der Sitz unserer Gefühle ist, zeigen sie wahrscheinlich auf den Teil des Gehirns, der für Identifizierung zuständig ist. Wenn Liebe die Fähigkeit ist, sich einem Objekt, mit dem wir positive Eigenschaften verbinden, zuzuwenden und dort zu verweilen bis hin zum Verschmelzen, zum »Auch das bin ich«, dann mag das physiologisch richtig sein. Subjektiv aber entspricht der Liebe ein Gefühl der Einheit.

Da der echte Humor nicht über ›das Andere‹ spottet, sondern sich über sich selbst mokiert, liegt hierin ein Schlüssel: Wenn du das Objekt, über das du dich als Komiker hermachst, liebst und der, die oder das so Geliebte spürt das, dann tut es nicht weh. Dann kann solch ein Humor von Rechthaberei, Anmaßung und aus Einsamkeit befreien, weil er Subjekt und Objekt miteinander verbindet. Anders gesagt, weil solch ein Humor die Zusammengehörigkeit des eh schon miteinander Verbundenen sichtbar und spürbar macht.

Eine solche Präzisierung der so beliebten und weit verbreiteten Begriffe Herz und Liebe könnte sie fassbarer machen und das damit Gemeinte verständlicher. Humor könnte eine Praxis sein, mehr von dem Potenzial von Liebe und Herzlichkeit, dessen Entfaltung wir uns doch so sehr ersehnen, in die Welt zu bringen, ohne dabei im Schlamm und Schleim von Kitsch zu versinken. Liebesbeziehungen wären leichtfüßig gestaltbarer, Herzschmerz wäre vermeidbarer. Wir würden unsere oft so leidenschaftlich ausgefochtenen Beziehungsdramen im Lichte eines solchen Bewusstseins eher als Komödien verstehen denn als Tragödien.

Wolf Sugata Schneider, Jg. 52.
Autor, Redakteur, Stand-Up-Philosopher.
1985–2015 Hrsg. der Zeitschrift Connection.
Weitere Informationen unter:
www.connection.de
www.bewusstseinserheiterung.info
www.bachelor-of-being.de



Wolf S. Schneider: Sei dir selbst ein Witz. Humor als Konfliktlöser, Heilmittel und spiritueller Weg. Verlag edition lebensweise 4.2022, über 180 Seiten. Erhältlich als e-book: 6,99 Euro, Softcover: 14,99 Euro, Hardcover: 21,99 Euro, in Ihrer Buchhandlung.

Veny Bachmann

DIE 12 TUGENDEN
(GEGENSATZPAARE) DES LEBENS

Sich im täglichen Leben bewusst dem Göttlichen nähern und die göttlichen Prinzipien leben

Schweigen ↔ Reden
Empfänglichkeit ↔ Unbeeinflussbarkeit
Gehorchen ↔ Herrschen
Demut ↔ Selbstvertrauen
Blitzesschnelle ↔ Besonnenheit
Alles annehmen ↔ Unterscheiden können
Vorsicht ↔ Mut
Nichts besitzen ↔ Über alles verfügen
An nichts gebunden sein ↔ Treue
Sich zeigen ↔ Unbemerkt bleiben
Todesverachtung ↔ Lebensschätzung
Gleichmut ↔ Liebe

Diese 12 Gegensatzpaare, auch Tugenden genannt, die uns Menschen im Tierkreis des Zodiak gegeben wurden, bestehen jedes für sich, wie die gesamte Schöpfung, aus einem Dual. Sie sollen unser Leben ordnen – geführt durch das Herz, das wahre Zentrum im menschlichen Leben – und uns helfen, die täglichen Erlebnisse klarer zu erkennen. Im richtigen Sinne sollten wir so gemäß unserer Bewusstseinsreife alle Geschehnisse ordnen und aufrichtig lernen, alle Dinge nach den göttlichen Prinzipien aufbauend zu erledigen.

Sie sollten von jedem ernsthaft Suchenden im täglichen Leben, in jedem Augenblick bewusst erkannt und sodann umgesetzt werden, damit wir unseren Charakter durch Hilfe der uns bekannten Sinne und der Meditation nach den göttlichen Prinzipien immer weiter harmonisieren bzw. veredeln, bis wir eines Tages mit der Grundschwingung Gottes – der Reinheit seines Wesens – im Grundton übereinstimmen und die bewusste Verbindung mit unserem Vater bereits im täglichen Leben durch unser Herz erreichen.

Reden und Schweigen

Schweigen ist göttlich, wenn du im Schweigen deine Konzentration – deine innere Kraft – zusammenhältst. Schweigen, wenn ein Mensch in Gefahr ist, wäre ungöttliches „Verschweigen“. Reden ist göttlich, wenn du aus deinem Herzen heraus Belehrungen, Hilfen etc. gibst. Reden, das überflüssig ist – oder gar über andere herziehen – wäre ungöttliches „Zerreden“.

Empfänglichkeit und Unbeeinflussbarkeit

Empfänglichkeit ist göttlich, wenn du dem Schönen, Guten und Aufbauenden gegenüber offen bist. Empfänglichkeit, die zur charakter- und willenlosen Beeinflussbarkeit wird, wäre ungöttliche „Verfänglichkeit“. Unbeeinflussbarkeit ist göttlich, wenn du allen niederen Einflüssen Widerstand leistest. Unbeeinflussbarkeit, die zum Widerstand gegenüber göttlichen Impulsen wird, wäre ungöttliche „Isoliertheit“.

Gehorchen und Herrschen

Gehorchen ist göttlich, wenn du dem Willen deines Herzens – Gottes – folgst. Gehorchen aus Angst oder gar materiellem Vorteil sowie ohne innere Erkenntnis wäre ungöttlicher „Ungehorsam“. Herrschen ist göttlich, wenn herrschen „für dich dienen“ bedeutet. Herrschen aus Selbstsucht, Machtgier oder Eigenvorteil wäre ungöttliches „Beherrschen“ (Tyrannei).

Demut und Selbstvertrauen

Demut ist göttlich, wenn wir selbstlos Gott in aller Liebe dienen. Demut vor irdischen Mächten oder Dingen wäre ungöttliche „Angst“. Selbstvertrauen ist göttlich, wenn wir auf Gott – der in unserem Herzen wohnt – in allem vertrauen. Selbstvertrauen, das nicht aus der Gottliebe entsteht, also ohne Gottes Kraft, wäre ungöttliche „Überheblichkeit“.

Blitzesschnelle und Besonnenheit

Blitzesschnelle ist göttlich, wenn du durch deine Herzkraft blitzschnell entscheiden kannst, um dir gegebene Gelegenheiten zu nutzen. Blitzesschnelle ohne Konzentration auf dein Herz – Gott in dir – wäre ungöttliche „Übereilung“. Besonnenheit ist göttlich, wenn deine Erkenntnisse in deinem Gottvertrauen reifen. Besonnenheit, die unendlich ausgedehnt wird, wäre ungöttliche „Unentschlossenheit“.

Alles annehmen und unterscheiden können

Alles annehmen ist göttlich, wenn du mit deinem Lebensweg in Harmonie bist und so Gott nach den dir gegebenen Möglichkeiten offenbarst. Alles annehmen, ohne dabei Gott zu offenbaren, wäre ungöttliche „Nicht-Annahme“. Unterscheiden können ist göttlich, wenn du das Schöne, Gute und Wahre vom Unschönen, Unguten und Unwahren unterscheiden kannst. Unterscheiden zu können, ohne nach Gottes Regeln zu leben, wäre ungöttliche „Unterscheidungslosigkeit“.

Vorsicht und Mut

Vorsicht ist göttlich, wenn du mit Bedacht und Weitsicht für Gott eintrittst. Vorsicht, die aus Ängstlichkeit entsteht und oft im Unterlassen endet, wäre ungöttliche „Feigheit“. Mut ist göttlich, wenn du dich mit dem Schwert der Wahrheit aus voller Kraft in Vertrauen auf Gott für Gottes Werk einsetzt. Mut, um selbst rechthaben zu wollen, wäre ungöttliche „Zanksucht“.

Nichts besitzen und über alles verfügen

Nichts besitzen ist göttlich, wenn du erkennst, dass dir nichts gehört – alles Gottes Eigentum ist – und dir nur zu deinem Gebrauch für deine Aufgaben auf Erden überlassen wurde. Nichts besitzen, weil du Besitz nicht als eine göttliche Gnade (Hilfe) für deine Arbeit ansiehst, wäre ungöttliche „Besitzlosigkeit“.

Über alles verfügen ist göttlich, wenn du die Materie als für dich gottgewollt wertschätzt und die Materie demütig benutzt (beherrschst). Über alles verfügen, indem du die materiellen Dinge als dein alleiniges Eigentum ansiehst, wäre ungöttliche „Besitzgier".

AN NICHTS GEBUNDEN SEIN UND TREUE

An Nichtgebundensein ist göttlich, wenn du in allem nur das Göttliche siehst und liebst; nicht jedoch die äußerlichen Dinge – wie Personen. An nichts gebunden sein, weil du keine Verantwortung der göttlichen Verpflichtung gegenüber annehmen willst, wäre ungöttliche „Verantwortungslosigkeit". Treue ist göttlich, wenn du in den Menschen die Offenbarungen Gottes erkannt hast und ihnen deshalb in beiden Welten treu bleibst. Treue, die an die Äußerlichkeit einer Person gebunden ist, wäre ungöttlicher „Personenkult".

SICH ZEIGEN UND UNBEMERKT BLEIBEN

Sich zeigen ist göttlich, wenn du für Gott in der Öffentlichkeit einstehst. Sich zeigen aus Selbstgefälligkeit wäre ungöttliches „sich zur Schau stellen". Unbemerkt bleiben ist göttlich, wenn du im Stillen unter den Menschen mit deinem Wissen und Fähigkeiten dienst. Unbemerkt bleiben, weil du dich selbst unterschätzt, wäre ungöttliche „Selbstverachtung".

TODESVERACHTUNG UND LEBENSSCHÄTZUNG

Todesverachtung ist göttlich, wenn du erkannt hast, dass es keinen Tod, sondern nur ewiges Leben gibt. Todesverachtung, die das Leben geringschätzend einstuft, wäre ungöttliche „Lebensverachtung". Lebensschätzung ist göttlich, wenn du das Leben und den Körper als Ausdrucksmittel Gottes ansiehst und dankbar pflegst, weil jedes Leben Gott selbst ist. Lebensschätzung, die zum äußerlichen Selbstzweck wird, wäre ungöttliche „Eitelkeit".

GLEICHMUT UND LIEBE

Gleichmut ist göttlich, wenn du selbstlos allem gegenüber stehst, da du erkannt hast, dass alle Dinge zu Gott führen. Gleichmut ohne deine innere Bereitschaft wäre ungöttliche „Gleichgültigkeit". Liebe ist göttlich, denn sie ist die höchste Kraft in der Schöpfung – sie versetzt sogar Berge – daher liebe alles und jeden gleich! Liebe aus persönlichen Vorteilen wäre ungöttlicher „Eigennutz".

Durch diese 12 Gegensatzpaare wird die Seele im Leben lernen, Unterscheidungskraft zu erlangen, um das göttlich Aufbauende in jeder Situation zu erkennen und ihm zu folgen. Die Fähigkeit zu unterscheiden, ist die absolute Grundvoraussetzung, um Gottes Wahrheit zu erkennen. Wer diese Kraft nicht entwickelt, ist für Gottes Weg noch nicht reif genug. Das göttlich Aufbauende nimmt die Seele durch die innere Fühlkraft – das Herzfühlen – wahr, das den Impuls in das Herzdenken des Menschen leitet, wo er als Gedanke übersetzt wird, damit der Mensch erkennt, was zu tun ist, um dem Wunsche des Herzens zu folgen.

So gesehen wirkt die Fühlkraft Gottes im Menschen wie eine Kerze im dunklen Raum. Wird sie angezündet, ist nur noch Licht vorhanden und die Dunkelheit ist durch das Licht sofort aufgelöst. Die Fühlkraft zeigt dem Menschen, was an Aufbauendem zu tun ist. Dabei löst sich das Nicht-Göttliche automatisch auf! So geübte Unterscheidungskraft wird bei regelmäßigem, demütigem Üben die Fühlkraft stetig wachsen lassen und die „Fühlpräzision" steigern.

Wenn Unterscheidungskraft jedoch Situationen bewertet, also den „Wert" im Äußeren sucht, wird sie meistens nicht von der Fühlkraft des Herzens, sondern von der Denkkraft direkt übernommen (gesteuert), die so versucht, die Entwicklung der Herzkraft zu verhindern. Wer ohne Abstand und Besonnenheit Situationen sofort annimmt oder bewertet, überlässt fast immer seinem äußeren Denken die Regie, leider aber nicht dem Herzen. Nur wer ohne Annahme zuallererst in sich – im Herzen – fühlt, was nach göttlichem Prinzip zu tun ist, wird auf diesem Weg die inneren göttlichen Impulse freisetzen und daher Gottes Weg gehen.

Veny Bachmann im März 2022

Dayananda C. Vanhauer

JENSEITS DER ANGST WARTET DEIN SEELENPARTNER

Dein Seelenpartner ist der Spiegel, den du brauchst, um zu erkennen, wer du in diesem Leben bist. Wie willst du das zeitlose, göttliche undefinierte und ewige Selbst, das du bist, erkennen, wenn du noch nicht einmal in voller Blüte dein Potenzial für dieses eine Leben entfaltet hast?

Dein Seelenpartner ist dein Ticket, um bedingungslose Liebe zu erfahren. Nicht primär, indem dein Seelenpartner dich bedingungslos liebt – vielmehr dadurch, dass du selbst deine Liebe zu ihm/ihr vollkommen frei fließen lässt, selbst dann, wenn es bedeutet, dass du den Standpunkt deines Egos verlassen musst.

Hast du dich schon einmal gefragt, warum so wenige Menschen eine erfüllende Partnerschaft mit ihrem Seelenpartner führen? Ich wusste es bis vor 13 Jahren auch nicht. Aber jetzt kann ich es dir sagen. Mein spiritueller Meister hat es mir verraten: Weil die meisten Menschen Angst davor haben. Ich habe es überprüft – es ist wahr. Kurz nachdem ich die Angst überwunden hatte, war ich verlobt.

OK, zugegeben, ich hatte Glück und es kamen noch ein paar andere Faktoren dazu. Mein Meister hatte mein komplettes negatives Karma aus vergangenen Leben auf sich genommen und aufgelöst. Hinzu kamen noch ein paar grundlegende Tipps von ihm, wie man seinen Seelenpartner erkennt. Die Tatsache, dass ich davor etwa 10 Jahre lang entschlossen nach der richtigen Frau in meinem Leben gesucht hatte und mich auf (fast) keine andere eingelassen hatte, war sicherlich ein weiterer Pluspunkt.

Seit nun etwas mehr als 10 Jahren begleite ich Menschen, die ihren Seelenpartner suchen, denn glücklicherweise hat mein Meister nicht nur bei mir das negative Karma aus vergangenen Leben aufgelöst, sondern mich auch als Kanal für genau diese Art von Heilung eingeweiht. In seinem Namen leite ich das negative Karma meiner Klienten an die Meisterlinie weiter. Ich konnte beobachten, wie sich ungesunde Beziehungen auflösten, passende Partner zueinander fanden und bestehende Partnerschaften eine neue Qualität von Heilung und Tiefe erlangten. Alles nur, indem ich als Kanal wirkte.

Ich gebe zu: In manchen Fällen dauerte es Jahre, bis der passende Partner gefunden wurde. Allerdings waren das oft Klienten aus meinem persönlichen Umfeld, die gar nicht bewusst nach dem gesucht hatten, was sie bei mir fanden. Bis die geistige Neuorientierung von der seelischen Ebene im Alltagsbewusstsein ankam, dauerte es eine Weile. In einigen Fällen aus meinem erweiterten Bekanntenkreis waren sogar deutliche Widerstände zu spüren, wenn nur das Thema aufkam, den einen Mann oder die eine Frau fürs Leben zu finden.

Die am meinst schockierende Aussage kam von einer ehemaligen Kollegin, der ich nur einen Tipp geben wollte, wie sie die Wahrscheinlichkeit, ihren „Mr. Right“ zu treffen, dramatisch erhöhen könne. Ihre Antwort auf meinen Rat lautete: „Ich verzichte doch nicht auf Sex mit dem Falschen, nur um dann irgendwann den Richtigen zu finden!“ Traurig aber wahr – soweit ist es schon gekommen. Wahrscheinlich ist das sogar

Bild: © pathdoc - Adobestock

der treibende Gedanke, bewusst oder unbewusst, der die meisten Menschen ohne Seelenpartner davon abhält, ihn zu finden. Lieber ein bekanntes Übel als ein unbekanntes Glück.

Und da wären wir wieder beim Thema Angst. Wer Angst davor hat, mit sich selbst und seinen Gefühlen all-ein zu sein, der hindert die Liebe daran, das eigene gebrochene Herz zu heilen. Wer schon einmal sehr scharf gegessen hat, der kennt den Effekt, dass es noch schärfer wird, sobald man aufhört zu essen. Schärfe ist keine Geschmacksrichtung, sondern ein Schmerzempfinden. Und das seelische Schmerzempfinden verhält sich analog zu unserem physischen: Solange wir uns weiteren Schmerz zufügen, scheint der Schmerz erträglich. Erst wenn wir aufhören, wird das wahre Ausmaß des gebrochenen Herzens spürbar.

Wohin mit all dem Schmerz, wenn er gerade akut ist? Hier gibt es eine einfache Antwort: Atme! Die Ähnlichkeit des indogermanischen Wortes „Atmen“ mit dem Sanskritwort „Atman“ für das unsterbliche Selbst ist kein Zufall. Atman ist reine Glückseligkeit ohne Form. Wenn wir davon mehr in unseren Körper hinein atmen, verblasst alles andere und tritt in den Hintergrund. Doch beim Atmen ist es genau wie in der Liebe: Je mehr wir haben wollen, desto weniger erhalten wir. Der russische Arzt Viktor Buteyko hat mit seiner These die Grundlage für ein wissenschaftliches Verständnis gelegt, warum wir für gewöhnlich zu viel atmen und nicht, wie allgemein angenommen, zu wenig.

Es ist verständlich und begrüßenswert, dass die Buteyko-Methode sich immer größerer Beliebtheit erfreut. Doch gegenüber dem, was die Yogis und Siddhas schon vor Jahrtausenden entwickelt haben, wirken die Buteyko-Übungen ein wenig spröde. Es fehlt ihnen im wahrsten Sinne des Wortes die Seele. Dabei kann Atmen so lustvoll und erfüllend sein, wenn man nur weiß, wie.

Der Besuch einer Yogaschule ist leider kein Garant dafür, dass man das Prinzip des „weniger Atmens“ verstehen und anzuwenden lernt. Pranayama wird oft mit „Atem-Kontrolle“ übersetzt. Dass der zweite Teil des Wortes Pranayama auch Tod bedeutet, hört man hingegen selten. Doch darin liegt der Schlüssel zum spirituellen Verständnis, worum es geht. Wenn wir uns sehr langsam, behutsam und bewusst dem Atemmuster eines Toten annähern, dann können wir auch ganz langsam, behutsam und bewusst unserer Urangst begegnen: der Angst, zu sterben.

Diesen Prozess sollte man jedoch nicht ohne Begleitung und nicht ohne Schutz in Angriff nehmen. Die Angst vor dem Tod ist die Grundangst, die hinter jeder psychischen Störung steht. Eine zu hohe Dosis an Konfrontation kann also schnell mehr Schaden als Nutzen bringen. Die Yogis haben uns Mantras hinterlassen, die wie ein geistiger Schutzanzug wirken. Mit den richtigen Mantras kann man sich sogar dem Tod nähern. Die Energie, die dabei freigesetzt wird, lässt uns schnell wie neugeboren fühlen.

Viele Nahtod-Erfahrene und Krebs-Überlebende haben ihre Wirklichkeit radikal verändert. Je weniger Angst wir vor dem Tod haben, desto eher wagen wir den Sprung ins blühende Leben. Erst wenn uns All-ein-Sein keine Angst mehr macht, sind wir bereit für die Bindung mit unserem Seelenpartner. Oh Schreck! Habe ich wirklich gerade das böse Wort Bindung benutzt? Geht es in der Spiritualität nicht darum, von allen Bindungen frei zu werden? Dieser Irrglaube ist ungefähr so weit verbreitet wie bescheuert. Es ist, als ob man glauben würde, das Wichtigste an einem Kinofilm sei der Abspann, weil der ja immer am Ende kommt.

Wer nichts Wertvolles in den Händen hält, sollte nicht von Loslassen reden. Denn nichts zu berühren und sich von nichts und niemandem berühren zu lassen, hat einen anderen Namen: Feigheit. Oder in den Worten meines Meisters: kein Seelenpartner – keine Erleuchtung. Eine Partnerschaft mit dem Seelenpartner sollte eigentlich der Normalzustand sein. Und im kommenden Zeitalter wird das auch so sein, davon bin ich überzeugt. Vielleicht ist es sogar so, dass das neue Zeitalter erst dadurch entsteht, dass Kinder nur noch aus echter Liebe heraus gezeugt werden und in der nährenden Aura dieser Liebe aufwachsen. Logisch wäre es zumindest.

Wenn du also etwas für die Manifestation des goldenen Zeitalters tun willst, dann überwinde deine Angst und lass dich auf deinen Seelenpartner ein. Sobald du bereit bist, wird er vor dir stehen. Wenn du es nicht alleine schaffst, dann hol dir Hilfe. So hilfst du auch anderen. Und selbst wenn du schon zu alt bist, um Kinder der Liebe in die Welt zu setzen oder wenn deine sexuellen Vorlieben gar nicht für die Fortpflanzung geeignet sind: Die Art und Weise, wie du deine sexuelle Energie zum Ausdruck bringst, prägt deine ganze Aura. Jede sexuelle Interaktion, die nicht auf echter, aufrichtiger Liebe beruht, macht die Welt ein wenig schlechter.

Jeder sexuelle Austausch, der auf gegenseitiger Verbindlichkeit und liebevollem Verständnis basiert, macht die Welt ein wenig besser. Nimm dein Schicksal in die Hand! Du hast die Wahl.

Dayananda C. Vanhauer praktiziert seit über 20 Jahren Kriya-Yoga und Mantra-Yoga unter verschiedenen Meistern. 2008 erhielt er in Indien eine besondere Einweihung als Heiler und gibt seitdem als spiritueller Lehrer 1:1 und auf Augenhöhe sein Wissen weiter. Mehr Infos unter: www.atem-revolution.de

Tanja Dränert

DEIN MAGISCHER PLATZ

Finde deinen persönlichen Kraftort und entdecke dabei das Wunder in dir

Kraftorte – sie sind von einer gewissen mystischen Aura umgeben. Viele sehnen sich nach ihnen, verbinden große Hoffnungen und Träume damit. Auch ich folgte vor vielen Jahrzehnten dieser magischen Anziehungskraft und begab mich auf die Suche. Sie führte mich an zahlreiche kraftvolle Plätze rund um den Globus. Dabei stellte ich fest, dass nicht alle Orte gleichermaßen für mich zum Krafttanken geeignet waren und dass ich zum Teil ganz anders empfand, als beispielsweise in Beschreibungen zu lesen war. So begann ich, mich intensiver mit dem Thema zu beschäftigen, überlegte, was diese Kraftorte eigentlich ausmachte, wie sie beschaffen waren und welche Wirkung sie auf mich und andere hatten. Mir wurde bewusst, dass wir auf gewisse Art und Weise in Resonanz gehen mit den Orten und es von unserem inneren Zustand abhängt, wie wir einen Platz empfinden. So entstand die Idee, dass wir alle unsere ganz persönlichen Kraftorte haben – jeder mit einer ganz eigenen, besonderen Magie.

DER KRAFTORT – EINE ANNÄHERUNG

Doch was ist das eigentlich, ein Kraftort? In der gängigen Meinung sind es wohl die alten Heiligtümer und Kultstätten, Kathedralen oder Naturdenkmäler. Die Faszination, die sie ausstrahlen, wird vor allem ausgelöst durch die Sagen und Mythen, die sich um sie ranken, durch die Menschen, die zu ihnen gepilgert sind und dort rituelle Handlungen vollzogen haben sowie durch die Gebete und Wünsche, mit denen sie aufgeladen wurden. Tatsächlich herrscht an diesen Plätzen eine erhöhte Schwingung. Das hat die Geomantie – die Lehre, die sich mit der Energie und Strahlung von Orten beschäftigt – herausgefunden. Und ja, es gibt zahlreiche übereinstimmende Berichte von Menschen, die an solchen Orten ähnliche Empfindungen hatten, wie eine tiefe Verwurzelung, eine angenehme Ruhe oder hohe Vitalität, ein Prickeln oder gar eine Verbundenheit mit anderen Welten, ein Einssein. Doch heißt das nicht zwangsläufig, dass dies auf jeden von uns gleichermaßen zutrifft. Die Wahrnehmung ist hier sehr subjektiv, tauchen wir – als energetische Lebewesen – doch mit all dem, was uns gerade beschäftigt in das Schwingungsfeld des Ortes ein, mit unseren Gedanken, Emotionen, Erfahrungen und Bedürfnissen. Dies führt dazu, dass diese Orte sehr unterschiedlich auf uns wirken. So kann letztendlich jeder Platz, an den wir uns zurückziehen, um zur Ruhe zu kommen, zu regenerieren und neue Kraft und Energie zu tanken, unser Kraftort sein.

WARUM DIESE SEHNSUCHT NACH KRAFTORTEN?

Wäre es da nicht an der Zeit, sich die Frage zu stellen, warum wir uns nach einem Kraftort sehnen? Was sind unsere Bedürfnisse und Ziele, wenn wir einen solchen aufsuchen? Geht es uns nicht in erster Linie darum, uns selbst wieder zu spüren? Wieder in Kontakt zu kommen mit uns und dem großen Ganzen? Und so letztendlich Abstand zu gewinnen zu unseren Problemen? Unser Leben aus einer anderen Perspektive zu sehen und dadurch neue Lösungsansätze zu finden? Dabei kann uns der Aufenthalt an einem kraftvollen Platz unterstützen, einem Ort, der für uns persönlich eine ganz besondere Magie und Anziehungskraft ausstrahlt. Er sollte genau zu unseren Bedürfnissen passen, denn nur dann fühlen wir uns wohl und können uns öffnen.

DEN GANZ PERSÖNLICHEN KRAFTORT FINDEN

Wie finden wir nun unseren persönlichen Kraftort? Häufig haben wir bereits in unserer unmittelbaren Umgebung einen Wohlfühlbereich, an den wir uns gerne zurückziehen, wo wir unsere Seele baumeln lassen können – im eigenen Garten, auf dem Balkon, im Wohnzimmer oder im Park um die Ecke. Genauso instinktiv wie wir diesen Wohlfühlbereich gefunden haben, können wir uns auf die Suche nach weiteren Plätzen zum Krafttanken begeben. Die Natur vor unserer Haustüre bietet uns zahlreiche Möglichkeiten dafür. Wer allerdings erst einmal ein Gespür für die an ausgewiesenen Kraftorten vorkommenden Energien bekommen möchte, tut gut daran, die bekannten Plätze – Kirchen, Kapellen, Ruinen, Kultstätten – zu besuchen. Wertvolle Hinweise dazu finden sich in Sagen und Mythen oder in Namensgebungen wie Teufelsberg oder Hexenkessel. Und dann geht es letztendlich darum, die eigene Wahrnehmung zu trainieren. Je häufiger wir uns einfach treiben lassen, ohne zu werten und zu beurteilen, sondern einfach nur die Umgebung mit allen Sinnen bewusst erfahren, desto besser entwickeln wir ein eigenes Körpergefühl und merken, was für uns richtig ist und was nicht. Unser Körper erkennt das in der Regel sehr gut, wenn wir das zulassen. Einen guten Kontakt zu uns selbst und zu unserer Umgebung erhalten wir, wenn wir in die Stille gehen. Denn sobald wir nicht beständig von äußeren Einflüssen abgelenkt werden, können wir unsere eigene Stimme hören. Sie wird uns helfen, den für uns richtigen Platz zu finden. Dort angekommen, empfiehlt es sich, all unsere Sinnesantennen anzuschalten, den Platz zu erlauschen, zu ertasten, zu erriechen und mit den Augen des Entdeckers einer neuen Welt zu erkunden. Dann erschließt sich uns seine ganze Magie.

Bild: © contrastwerkstatt - Adobestock

DIE NATUR ALS KRAFTORT

Ich habe diese magischen Erfahrungen vor allem in der Natur gemacht. Sie kann uns meines Erachtens besonders gut dabei unterstützen, wieder zu uns zurückzufinden, denn sie ist unser ursprünglicher Lebensraum. In der Natur fühlen wir uns geerdet und als Teil von etwas Größerem. Gesellschaftliche Normen und Zwänge von außen zählen hier nicht. Wir können uns dort so geben wie wir sind, bekommen den Kopf frei und gewinnen an Vitalität, Ausgeglichenheit und Klarheit. Gleichzeitig übt die Natur eine gewisse Faszination auf uns aus, die unsere Begeisterung weckt und uns unsere Sorgen und Probleme für einen Moment vergessen lässt.

Hinzu kommt der gesundheitsfördernde Effekt der Natur auf uns. Die grüne Farbe wirkt harmonisierend, die Luft ist frischer und sauberer und die Botenstoffe, die die Pflanzen aussenden, um untereinander zu kommunizieren, stärken auch unser Immunsystem.

DER KRAFTORT ALS WEG ZU PERSÖNLICHEM WACHSTUM

Natürlich können wir unseren persönlichen Kraftplatz einfach nur dazu verwenden, um die Seele baumeln zu lassen, aus dem Alltag auszusteigen und uns zu erholen. Wenn wir das zu einer Regelmäßigkeit werden lassen und so ganz bei uns ankommen, entsteht häufig der Wunsch nach mehr. Wir beginnen uns zu fragen, was das Leben wirklich ausmacht. Die Natur kann uns hier neue Sichtweisen aufzeigen, indem sie uns einen Spiegel vor Augen hält und uns so neue Wege zu unseren Zielen, Träumen und Wünschen offenbart. Hier gelingt es uns besser, aus einer höheren Warte den Blick auf uns selbst zu richten. Je mehr wir diesen inneren Beobachter aktivieren, desto mehr fallen uns Dinge auf, die uns aus unserer inneren Mitte bringen und die wir gerne verändern würden. Diese Veränderung haben wir selbst in der Hand. Indem wir mit unserem Kraftort ins Gespräch kommen, kann er uns helfen, die Themen aufzuspüren, die uns blockieren oder uns einschränken. Sie erkennen wir meistens daran, dass wir uns wie fremdgesteuert, ausgeliefert oder unter Druck gesetzt fühlen, dass wir uns selbst ablehnen, uns ärgern oder ohne Grund ängstlich sind. Wenn wir uns nun erlauben, diese Gefühle wahrzunehmen, sie zu akzeptieren, ohne sie gleich in irgendeine Ecke schieben zu wollen, können wir im nächsten Schritt anfangen, unserem Platz davon zu erzählen, indem wir unser Anliegen zum Ausdruck bringen und sagen, was wir gerne verwandeln würden. Dann beginnt unser Umfeld, uns Botschaften zu schicken – in Form von Tieren oder Pflanzen, die uns begegnen, oder auch in Form unterschiedlicher Landschaftsformen. So bieten uns Berge und Täler die Möglichkeit, uns mit den Höhen und Tiefen in unserem Leben auseinanderzusetzen und erinnern uns daran, dass wir für unsere

Erfolge auch bereit sein sollten, gewisse Anstrengungen und eventuell auch Niederlagen in Kauf zu nehmen. Gewässer im Allgemeinen können uns helfen, uns mit unseren Emotionen auseinanderzusetzen. Flüsse laden uns dazu ein, das Leben als Fluss zu betrachten und Hindernisse, die sich uns in den Weg stellen, entweder sanft zu umfließen oder uns ihnen mit beständiger Ausdauer zu stellen und sie so beiseite zu schaffen. Wege erzählen uns viel darüber, welche Wege wir im Leben einschlagen – entweder die mehrspurige Schnellstraße oder den einsamen, von Wurzeln durchsetzten Waldpfad. Auch die Bäume mit ihren ganz eigenen Qualitäten können uns Botschaften auf den Weg geben. So steht beispielsweise die Linde für Frieden, Freude und Liebe, die Eiche für Kraft und Stärke sowie die Buche für Klarheit und Geborgenheit. Je nachdem welcher Baum uns anzieht, erlaubt uns das Rückschlüsse darauf, was wir vielleicht gerade besonders brauchen. Genauso verhält es sich mit den Tieren, wie zum Beispiel der Ameise, die für Emsigkeit, Organisationstalent und Ordnung steht oder der Ente, die uns zu Hingabe und Schutz einlädt, während uns der Specht an unsere eigenverantwortliche Lebensgestaltung und unser inneres Wissen erinnert. Hier ist es besonders wichtig hinzuschauen, was diese Tiere oder Bäume für uns persönlich bedeuten, was wir mit ihnen verbinden.

Gestaltungsmöglichkeiten am Kraftort

Nun haben wir die Möglichkeit, unseren Kraftplatz einfach zu genießen, ihn mit allen Sinnen zu erfahren, die Wolken zu betrachten oder unserer Kreativität freien Lauf zu lassen. Oder wir widmen uns der bewussten Auseinandersetzung mit uns an unserem Kraftplatz und ziehen daraus Erkenntnisse für unser Wachstum und unsere Entfaltung. Gewisse Übungen oder Rituale unterstützen uns dabei, die gewünschten Veränderungen zu verwirklichen. Wenn wir beispielsweise eine wichtige Entscheidung zu treffen haben, haben wir an einer Wegkreuzung die Möglichkeit, uns die verschiedenen Optionen vor Augen zu halten und zu testen, wie sie sich anfühlen, indem wir jeder Abzweigung eine entsprechende Zuordnung geben. Scheitern wir immer wieder daran, eine gewisse Grenze zu überschreiten, können wir uns an einer Brücke oder einer Grenze zwischen zwei Feldern vorstellen, wie es ist, sich behutsam an diese Grenze heranzutasten und vielleicht auch schon mal einen Schritt in das Unbekannte wagen, ohne ein großes Risiko einzugehen. Manchmal wollen wir auch bestimmte Akzente in unserem Leben setzen, wenn wir für etwas ganz besonders dankbar sind, wenn wir etwas loslassen wollen oder auch wenn wir etwas neu beginnen wollen. Dabei können uns Rituale unterstützen, denn sie schenken uns einen Moment des Innehaltens, um dann ganz bewusst und mit neuer Kraft die Veränderung anzugehen, wie bei dem im Folgenden geschilderten Ritual für einen Neuanfang.

Ritual für einen Neuanfang

Suche eine Frucht oder Blüte aus der Natur. Vielleicht hast du schon etwas zu Hause – eine Kastanie oder Nuss. Oder du unternimmst einen Spaziergang und hältst nach etwas Ausschau. Wenn du das Passende gefunden hast, begib dich an deinen Platz. Betrete ihn ganz bewusst mit dem Gedanken, dass du nun dein Ritual beginnst. Wenn du möchtest, ziehe einen imaginären Schutzkreis um dich. Setz dich und betrachte die Frucht oder Blüte ganz aufmerksam. Nimm dieses Wunder der Natur mit allen Sinnen wahr. Lass dich inspirieren und entdecke die Beschaffenheit. Wie dick ist die Schale? Wie sieht der Kern aus? Werde dir auch bewusst, dass das, was du in Händen hältst, ein Same ist, aus dem neues Leben entsteht. Oder eine Blüte, aus der eine Frucht wächst. Um dieses neue Leben entstehen zu lassen, müssen sich beide öffnen. Ganz im Vertrauen, dass daraus etwas Gutes entsteht. Nun überlege dir, was du von dieser Frucht oder Blüte auf dich übertragen kannst. Wenn du möchtest, kannst du dir dazu auch Notizen machen. Wie ist deine Schale beschaffen? Und wie dein Kern? Was kannst du selbst wahrnehmen? Und was können andere von dir sehen? Welche Samen wohnen in dir, die ausgesät werden wollen? Was könnte daraus alles entstehen? Welche Aspekte davon sind bereits nach außen sichtbar und welche nicht? Zeigst du das Wunder, das in dir steckt, das, was deinen wahren Kern ausmacht? Oder hältst du es eher versteckt? Bist du zufrieden mit dem, was du zeigst? Oder möchtest du etwas verändern? Wie sollte diese Veränderung aussehen und welchen Schritt kannst du dazu unternehmen? Überlege dir zwei bis drei Handlungen für deinen Neuanfang, die du in unmittelbarer Zukunft umsetzen kannst. Das muss nichts Großes sein, aber es gibt der neuen Richtung bereits die notwendige Energie. Gehe dann symbolisch zwei bis drei Schritte für diesen neuen Weg und beende damit das Ritual.

Tanja Dränert bietet als systemische Kinesiologin und Naturcoach anderen Menschen ihre Unterstützung und Begleitung an auf dem Weg zu innerer Kraft und Balance. Ihr Angebot umfasst Entdeckertouren und Naturerlebnisse für Gruppen, virtuelle Reisen wie auch Einzelcoachings in und mit der Natur.

Buchtipp:
Tanja Dränert: Dein magischer Platz. Das Kraftort-Coaching. Stärkende Plätze für jede Lebenssituation finden. Die Energie des Kraftorts gezielt nutzen. Mit zahlreichen Übungen, Anregungen und Ritualen. Mankau 4.2022, Klappenbroschur, 254 Seiten, 20 Euro

EhrlichZeit für Paare

Einfacher miteinander sein. Auszeit-Seminar in der Natur.

Als wir eine Freundin nach ihrer Beziehung fragen, antwortet sie: "es ist kompliziert". Der Satz ist ein Klassiker. Warum ist das so? Wir würden gern schreiben, dass es doch ganz einfach ist. Man muss nur diesen Beziehungs-Ratgeber lesen, jene Gesprächsmethode praktizieren, einmal die Woche Zeit miteinander … und schon … Für uns sind die Optimierungs-Ratgeber ermüdend und erhöhen den Anspruch an die eigene Beziehung.

Warum ist es überhaupt "kompliziert"? Haben wir Freude daran, komplizierte Beziehungen zu führen? Was hindert uns, einfach miteinander zu sein, simpel, ehrlich, allein sein, zusammen sein, unterstützend, liebend, nüchtern, lustvoll …

Wenn Zwei den Weg teilen, können sich Kräfte bündeln zu einem gemeinsamen Kraftfluss. Viele wünschen sich darin Natürlichkeit und Einfachheit. Ein kraftvolles Miteinander ist möglich, doch setzt es voraus, dass wir uns unsere Strategien anschauen, mit denen wir es kompliziert machen. Und indem wir statt zu optimieren, innehalten.

Dafür bieten wir das Auszeit-Seminar EhrlichZeit für Paare an. Ein geschützter, offener Rahmen in der Natur, indem ihr euch mit euren Themen zeigen und euren Grenzen nähern könnt. Eine Chance, im ehrlichen Austausch zu sein und darin Nähe zu entdecken.

***Termine**: 7.-10. Juli 2022 & 15.-18. September 2022, auf Rügen, mit Elisabeth Penselin & Christoph Konradi*
***Info und Anmeldung**: www.ehrlichzeit.de*

EMDR-THERAPEUT/COACH

Zertifizierte Ausbildung mit Christoph Mahr und Detlef Wiechers

Zum EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) liegen bezogen auf die letzten 20 Jahre mehr kontrollierte klinische Studien vor, als zu jeder anderen psychotherapeutischen Behandlungsform. Die Ergebnisse dieser Studien sind alle derart beeindruckend, dass diese Wunderwaffe – welche in Deutschland seit 2014 als Richtlinientherapie bei PTBS durchgeführt wird – heute zum Standardrepertoire vieler Verhaltens-, Hypno- und integrativ arbeitenden Therapeuten gehört.

Eine Therapiemethode, welche in ihrer Wirksamkeit einzigartig ist und sich nicht nur auf die Behandlung der PTBS beschränkt, sondern auch bei einer Vielzahl anderer Störungen mit großem Erfolg eingesetzt wird. Dazu gehören die gesamte Bandbreite der Angst- und Panikstörungen einschließlich der Phobien, Prüfungsangst, psychosomatische Störungen, Schmerzzustände, Tinnitus, Trauer, Burnout etc.

Zertifizierung durch den VDH (Verband Deutscher Heilpraktiker). Unsere Zugangsvoraussetzungen entnehmen Sie bitte unserer Website.

Da der Zugang zu hochwertigen EMDR-Ausbildungen zumeist nur Ärzten und Psychologen mit Approbation gestattet wird, freuen wir uns, diese hochwirksame Methode auch einem erweiterten Personenkreis zugänglich machen zu können.

Online-Infoveranstaltung: Di, 17. Mai, 19 Uhr
Blockausbildung: 30. Mai bis 3. Juni 2022 | **Preis:** 890 Euro
Ort/Info/Anmeldung: Institut Christoph Mahr, Katharinenstr. 9, 10711 Berlin, Tel. 030.813 38 96
www.institut-christoph-mahr.de

advertorials

-- Peter Maier --

GEISTHEILUNG IN EUROPA HEUTE

Zwischen Sehnsucht nach Gesundung und Angst vor Scharlatanerie

UNTERSCHEIDUNG DER GEISTER: EINE PERSÖNLICHE ERFAHRUNG

Vor einigen Jahren hatte mir ein Freund den Hinweis gegeben, dass ein philippinischer Heiler auf Tour und an einem bestimmten Abend in einer Münchner Wohnung anzutreffen sei. Eine ihn begleitende deutsche Frau kassierte im Vorfeld im Wohnzimmer ab: 500 Euro sollte die Behandlung kosten. Was ich dann erlebte, werde ich nicht mehr vergessen. Im Schlafzimmer war eine Liege aufgestellt, auf die ich mich legen sollte, nachdem ich mich bis auf eine Unterhose ausgezogen hatte. Der Heiler schaute mich konzentriert an und konnte schon nach wenigen Minuten Schwachstellen oder Belastungen in einigen Organen erkennen. Obwohl ich ihm nichts davon erzählt hatte, kam er zu der gleichen Diagnose wie mein Heilpraktiker, bei dem ich seit Monaten in Behandlung war. Dies überzeugte mich.

Danach hielt der Philippiner einen Finger etwa dreißig Zentimeter über meinen Körper im linken Schrittbereich, ohne mich jedoch auch nur einmal zu berühren. Sofort spürte ich dort einen stechenden Schmerz, gerade so, als ob mir jemand einen Schnitt mit einer dünnen Rasierklinge verpassen würde, der von oben bis unten durch meinen Körper ging. Fast gleichzeitig begann meine Haut dort deutlich zu bluten. Anscheinend hielt der Heiler eine solche Energiekonzentration an dieser Körperstelle für erforderlich, um eine heilende Wirkung in den diagnostizierten Organen im unteren Rumpfbereich erzielen zu können.

Nach etwa zehn Minuten war die Behandlung auch schon wieder vorbei. Ein zweiter, junger Heiler versuchte dann noch etwa fünf Minuten lang, meine Energien insgesamt durch Berührungen ins Gleichgewicht zu bringen, während ich stand. Er nannte diese Behandlung „magnetische Heilung“. Tatsächlich verspürte ich nach kurzer Zeit einen höheren Energiefluss durch meinen ganzen Körper. Was beide Behandlungen letztlich positiv bewirkten, kann ich nicht mehr sagen. Geschadet haben sie mir jedenfalls nicht. Ich glaube, dieser Philippiner und auch sein jüngerer Kollege hatten wirklich besondere heilende Fähigkeiten.

Eine Sache hat mich jedoch damals an dem ganzen Geschehen gestört: Es war die „Vorzimmerdame“, die die beiden Heiler managte, die sich in Deutschland sehr hilflos fühlten. Die „Managerin“ erlebte ich schlicht und ergreifend als geldgierig und als extrem unspirituell. Sie passte überhaupt nicht zu den beiden Heilern und zu deren Art von geistig-schamanischer Arbeit. Zudem bekam ich keine Adresse und mir wurde gesagt, dass der ganze Tross bereits am nächsten Tag München wieder verlassen würde. Somit bekam ich den subjektiven Eindruck, dass die Frau die beiden Heiler vor allem dazu benutzte, um sich selbst finanziell zu bereichern. Schade eigentlich, denn dadurch wurden die echten heilerischen Fähigkeiten der Philippiner auf eine falsche und unseriöse Bahn gelenkt. Dennoch möchte ich diese Erfahrung nicht missen.

Bild: © Pixel-Shot - Adobéstock

DAS FEHLEN VON GEISTHEILERN IN EUROPA: DER HEXENWAHN DER KIRCHEN WIRKT BIS HEUTE NACH

In Europa ist das Wissen um die Geistheilung fast vollständig verloren gegangen. Dies ist tragisch und hat vielfältige Konsequenzen. Ursachen dafür liegen einerseits in dem Denken der christlichen Kirchen, die vom Mittelalter bis weit in die Neuzeit hinein besonders sensitive, heilende Frauen in großer Zahl als Hexen oder als Ketzerinnen auf dem Scheiterhaufen verbrennen ließen. Da „gspürige" Leute, also Menschen mit dem sogenannten „sechsten Sinn" oder mit der Fähigkeit des „zweiten Gesichts", große Angst haben mussten, deswegen von kirchlichen und staatlichen Behörden belangt zu werden, mussten sie ihre besonderen Fähigkeiten versteckt halten.

Ausgelöst durch Krankheiten wie die Beulenpest, auch „Schwarze Pest" genannt, suchte man besonders ab Ende des 15. Jahrhunderts in Europa nach Ursachen für diese Katastrophe, die in manchen Gegenden zur Dezimierung von bis zu 80 Prozent der Bevölkerung führte und der man hilflos und ohnmächtig gegenüberstand. In einer von Psychologen später als „kollektive Zwangsneurose" bezeichneten, durch die Kirchen geprägten Denkweise glaubte man die Gründe dafür vor allem im Unwesen von heilenden Frauen – den „Hexen" – zu erkennen. In den Hexenprozessen, in denen Frauen im Auftrag der katholischen Inquisition so lange gefoltert wurden, bis sie alle abstrusen Vorwürfe von Verhexungen und Kontakten mit dem Teufel zugaben, hoffte man, die Pest und andere unabwendbare Naturkatastrophen wenigstens irgendwie deuten, beherrschen, unter Kontrolle bringen und so wieder aus der Welt schaffen zu können. Denn man glaubte, in solchen Katastrophen das Wirken Satans zu erkennen, der durch heilende Frauen sein Unwesen trieb.

Die fatale Folge war, dass die Tradition der geistheilerischen Fähigkeiten fast vollständig zum Erliegen kam. Geistheilung konnte somit, wenn überhaupt, nur noch im Verborgenen praktiziert werden. Damit geriet logischerweise ein Heilwissen immer mehr in Vergessenheit, das ursprünglich in allen traditionellen Kulturen und natürlich auch in Europa zu Hause war: die von schamanisch veranlagten Menschen praktizierte Fähigkeit, in eine „andere", geistige Wirklichkeit zu „reisen", deren Existenz in dieser „schamanischen Weltsicht" als selbstverständlich neben der Realwelt angenommen wurde.

Sicher gab es früher in den Stammesgesellschaften gute und schlechte Schamanen, Medizinmänner oder Druiden, so wie es auch heute bessere und schlechtere Ärzte gibt. Grundsätzlich erwartete man jedoch von diesen „schamanischen" oder geistheilerischen Menschen Lösungen und Heilung bei den vielfältigen Schwierigkeiten, die das Leben mit sich brachte. Es war die weit verbreitete Auffassung bei indigenen Völkern, dass viele körperliche Probleme geistig verursacht waren. Daher mussten die Schamanen etwa in Trance-Sitzungen in diese andere, geistige Welt „reisen", dort die Probleme und Blockaden finden, sie lösen und dann wieder in die Realwelt zurückkehren. Oft verstärkten zusätzlich heilende Substanzen diesen letztlich geistigen Heilungsvorgang.

AUFKLÄRUNG UND NATURWISSENSCHAFTEN: NUR DAS RATIONALE UND MATERIELLE ZÄHLT

Der zweite Grund, warum Schamanismus und Geistheilung in Europa praktisch vollkommen verschwunden sind, war die Aufklärung und eine bis heute gültige, rein naturwissenschaftlich orientierte Weltsicht. Damit verbunden ist der unbeirrbare Glaube an eine ausschließlich materielle Realität. Wie kam es dazu?

Spätestens seit dem Galilei-Prozess 1633 begann eine unheilvolle Trennung von Naturwissenschaft und Kirchen. Befeuert durch das äußerst erfolgreiche „Newtonsche Weltbild"[1] und etwas später durch die Aufklärung, erschien alles, was nicht mit naturwissenschaftlichen Methoden erfassbar war, erkenntnistheoretisch entweder höchst unwichtig oder gar als nicht existent. Höhepunkt dieser aufklärerischen Haltung war die philosophische Strömung des Positivismus, die um 1900 das Denken weiter Kreise von Naturwissenschaftlern und von sich selbst als „modern" fühlenden Menschen bestimmte: Nur was mit naturwissenschaftlichen Methoden beobachtet und gemessen werden kann, ist nach Auffassung des Positivismus existent und wesentlich. Diese reine materielle Auffassung von unserer Wirklichkeit bestimmt heute weite Teile unserer Bevölkerung.

Vor dem Hintergrund dieser neuen wissenschaftlichen Sicht wurden jetzt nicht nur die bisher schon von beiden großen christlichen Kirchen als „abergläubisch“ und „heidnisch“ bewerteten Traditionen und Rituale von indigenen Völkern angesehen, sondern die Glaubenslehren der Kirchen selbst. Da die Naturwissenschaften schon rein methodisch atheistisch ausgerichtet sind und einen Gott oder eine jenseitige geistige Welt für die Erklärung naturwissenschaftlicher Zusammenhänge weitgehend ablehnen, wurden die Vorstellungen von einem Gott ins Private verschoben oder ganz geleugnet und die in der Bibel als „Wunder“ bezeichneten Geistheilungen Jesu als reine Einbildung der damaligen Zeitgenossen abgetan. Vor 2000 Jahren hatte man eben keine anderen Erklärungen, darum glaubte man an Gott, an Wunder, an eine geistige Welt.

Es mag vielleicht tragisch erscheinen: Zuerst bekämpften die Kirchen alle schamanischen und geistheilerischen Fähigkeiten von Menschen, wenn deren Wirken nicht in eine enge kirchliche Dogmatik passte. Später lehnten wiederum die Naturwissenschaften und die Aufklärung insgesamt die Lehren der Kirchen ab, weil deren Vorstellung von einem Gott, einem Jenseits und von den „Wundern“ Jesu naturwissenschaftlich nicht zu begründen waren. Diese „Weltsicht“ wird heute von vielen Zeitgenossen vertreten. Natürlich haben in einer solchen materialistischen Denkweise weder eine geistige, göttliche Welt noch eine Geistheilung Platz.

DIE SCHULMEDIZIN IST NUR NATURWISSENSCHAFTLICH AUSGERICHTET

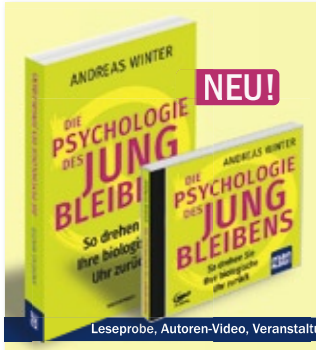
Diese rein naturwissenschaftliche Sicht der Realität hat heute auch einen großen Einfluss auf die Medizin und auf das damit verbundene Vertrauen der Menschen daran. An die Stelle von Schamanen und Geistheilern sind in Europa rein naturwissenschaftlich-technisch ausgerichtete Ärzte der sogenannten Schulmedizin getreten. Eine andere, magisch-geistige Realität wird heute von vielen Ärzten und Patienten gleichermaßen noch immer als gestrig, heidnisch, abergläubisch, als nicht beweisbar, als unwissenschaftlich und deshalb als nicht existent angesehen.[2]

Die Gründe für das Verschwinden der Geistheilung hängen auch mit den spektakulären Erfolgen dieser naturwissenschaftlich-technisch geprägten (Schul-) Medizin auf operativem und medikamentösem Gebiet zusammen. Man könnte etwas ironisch dazu Folgendes sagen: Wir westlichen Menschen haben heute die Medizin, an die wir glauben. Und weil wir an die Technik glauben, haben wir auch eine technisch und chemisch hochstehende Medizin.

Nur so ist zu erklären, dass sich viele Zeitgenossen eine Heilung vor allem von Operationen erhoffen, selbst wenn die Ursachen für die Probleme wie so oft psychischer Natur sind. Kritiker sind der Auffassung, dass beispielsweise zwei von drei Rückenoperationen unnötig seien. Da aber die Krankenkassen die meisten Operationen zahlen und unser ganzes Medizinsystem vor allem wirtschaftlich ausgerichtet ist, sind Operationen heute ein großes Geschäft, unabhängig davon, ob sie dann auch die erwünschte Heilung bringen.

Rein körperliche Maßnahmen stehen also im Mittelpunkt unseres Gesundheitssystems, das rein symptomorientiert ist. Geistheilung ist in diesem System nicht erfassbar und hat daher auch keinen Platz. Ich kenne Menschen, die bis zuletzt nur auf schulmedizinisch-technische Maßnahmen vertrauten, sich den unangenehmsten Untersuchungen unterzogen und lieber furchtbar litten und im Einzelfall sogar starben, als sich zusätzlich auch alternativen Heilweisen wie etwa einer homöopathischen Behandlung zu öffnen, geschweige denn gar den Gedanken an die Möglichkeiten einer unterstützenden Geistheilung zuzulassen.

Das Vertrauen in unsere ausschließlich symptom- und körperorientierte Schulmedizin ist in weiten Teilen der



ENTDECKEN SIE DEN JUNGBRUNNEN IN SICH!

Warum stehen einige Menschen auch im hohen Alter noch auf der Sonnenseite des Lebens, während andere schon früh körperlich und geistig abbauen? Ängste, Stress und falsche Glaubenssätze – das sind die Faktoren, die maßgeblich den Alterungsprozess beeinflussen. Auch Sie können sich nun von diesen »Altersbeschleunigern« befreien: Folgen Sie Schritt für Schritt Andreas Winters spannender tiefenpsychologischer Analyse, und treten Sie Ihre persönliche Verjüngungskur an!

190 Seiten I ISBN 978-3-86374-649-0 I 12,– € (D) / 12,40 € (A)
1 MP3-CD (342 Min.) I ISBN 978-3-86374-648-3 I UVP 18.– €

Leseprobe, Autoren-Video, Veranstaltungen und soziale Netzwerke: **www.mankau-verlag.de**

Bücher, die den Horizont erweitern

mankau

Bevölkerung noch immer ungebrochen. Wenn jemand jedoch etwa bei chronischen Rückenleiden oder bei einer Krebserkrankung aus dem System der Schulmedizin herausfällt und als unheilbar oder als „austherapiert“ gilt, dann erst sucht manch Betroffener in seiner Panik und Not womöglich auch alternative Ärzte, Heilpraktiker oder Geistheiler auf. Schade eigentlich! Denn oft ist es in solchen Fällen bereits zu spät.

AUF DER SUCHE NACH GEISTHEILUNG HEUTE

Ich bin der Überzeugung, dass es in jeder Gesellschaft immer Menschen mit besonderen übersinnlichen, parapsychologischen oder schamanischen Fähigkeiten gibt. Eine Tradition der Geistheilung, die diese Fähigkeiten fördert und wertschätzt, ist in Europa aber aus den oben genannten Gründen schon vor etwa 500 Jahren abgerissen. Folglich ist es schwierig, heute in Deutschland einen guten (!) Geistheiler überhaupt zu finden.[3]

Es gibt aber diese Menschen mit übersinnlichen Fähigkeiten wieder, die eine medizinische Lücke schließen und viele Krankheiten heilen können, wozu die herkömmliche Schulmedizin nicht in der Lage ist. Dieses vorhandene Potenzial verkümmert jedoch noch größtenteils, einmal weil die Betroffenen oft selbst gar nichts von ihren übersinnlichen Fähigkeiten wissen oder weil sie Angst davor haben, als verrückt erklärt zu werden, wenn sie solche „gspürigen“ Fähigkeiten zeigen. Erst sehr langsam entsteht wieder ein Netz praktizierender GeistheilerInnen, die ihr Wissen und ihre Fähigkeiten auf nachkommende jüngere Menschen übertragen und sie in diese höchst verantwortliche Arbeit einweihen können. Adressen: www.dgh-ev.de sowie meine Empfehlung hier einer der wenigen Heiler, der mit Ärzten zusammenarbeitet auf www.rademaric.info

Liebe Leserin, lieber Leser, vertrauen Sie Ihrer eigenen Intuition, wenn Sie solche heilenden Menschen suchen. Es gibt sie tatsächlich. Wenn man das Universum darum bittet und ehrlich und offen Ausschau danach hält, kann man auch in unserem Land wirkliche Geistheiler finden, die das nötige Heilwissen haben, das wir gerade brauchen. Der innere Arzt in uns selbst, unser „Seelenarzt“, kann uns zu diesen heilenden Menschen führen.

Oft läuft eine solche Information nur über „Mund-zu-Mund-Propaganda“. Eine persönliche Empfehlung durch andere Menschen, denen man vertraut, ist die beste Werbung. Und es gibt offensichtlich viele Probleme auf psychischer, familiensystemischer, energetischer und geistig-spiritueller Ebene, die man weder selbst noch durch schulmedizinische Maßnahmen lösen kann. Hier braucht man, wie auch bei vielen körperlichen Leiden, Fachleute, denen diese Ebenen vertraut sind und die auf energetischer und geistiger Ebene ebenso arbeiten und heilen können wie es viele unserer Schulmediziner auf rein körperlichem Gebiet tun.

Peter Maier ist Lehrer für Physik und Spiritualität, Lebensberater, Initiations-Mentor und Autor.

Bücher von Peter Maier:
Heilung – Plädoyer für eine integrative Medizin, Epubli Berlin 5.2020, Softcover, ISBN: 978-3-752953-99-2, 18,99 Euro, eBook: ISBN: 978-3-752952-75-9, 12,99 Euro

Heilung – Initiation ins Göttliche, Epubli Berlin, 2. Auflage 2016, Softcover, ISBN 978-3-95645-313-7 18,99 Euro, eBook erschienen 5.2020, ISBN: 978-3-752956-91-7, 12,99 Euro.

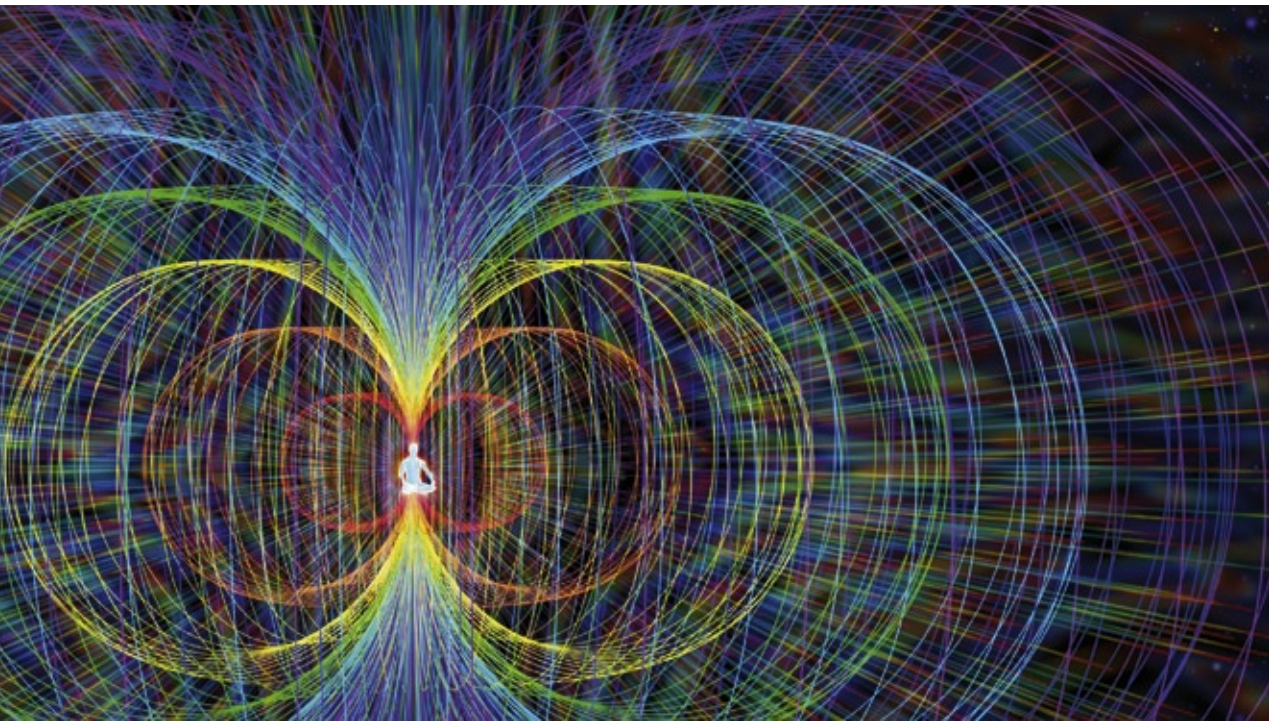
Infos und Buchbezug: www.alternative-heilungswege.de und www.initiation-erwachsenwerden.de

Erläuterungen:

1. Isaak Newton, englischer Physiker, 1643–1727
2. Neueste Erkenntnisse der Placebo-Forschung in der Medizin deuten darauf hin, dass eine Heilung nicht zuletzt vom Glauben der Patienten abhängen kann. Siehe dazu auch „Die Aufschneider. Placebokontrollierte Studien zeigen, dass etliche moderne Operationen Patienten keine Vorteile bieten“: Süddeutsche Zeitung Nr. 119 vom 24./25. Mai 2014, S. 24
3. Im Internet bieten viele angebliche oder tatsächliche „Geistheiler“ ihre Dienste an.

Lars Lakowski, Dr. Ireneus Lakowski

DER MEHRDIMENSIONALE BEGRIFF „GOTT“ AUS DER SICHT DER QUANTENPHYSIK



Die Autoren des Buches „Glücklich Leben bis über den Tod hinaus, oder glücklich Leben in Memento mori?“ setzen sich mit einigen relevanten soziologischen und philosophischen Aspekten des modernen Lebens unserer Gesellschaft auseinander. Einer der Gedanken ist die Verbindung zwischen den Erkenntnissen der modernen Quantenphysik und deren Bezugnahme zum Thema Gott.

Die semantische Bedeutung des Begriffes „Gott“ kommt in allen bekannten menschlichen Zivilisationen vor. Dieses Synonym beinhaltet ein oder mehrere allmächtige und wissende Wesen, die Menschen in der Form eines Glaubens, Religion, an sich binden und Menschen bei der Überwindung des Todes behilflich sein sollen. Angesichts der Kenntnisse in den Naturwissenschaften wurde diese Möglichkeit für diesen Text verworfen. Im abendländischen, soziokulturellen Kreis kommt noch der Umstand hinzu, den meines Erachtens Camus gut darstellte, dass sich die Menschen spätestens nach der Französischen Revolution vom Prinzip „Gott“ entfernt haben. Nach der Enthauptung von Ludwig dem XVI. wurde der Macht, die ihre Legitimation auch im Göttlichen suchte, entsagt und Menschen haben sich vom blinden Glauben zu aufgeklärten Wesen entwickelt. Dadurch haben sie allerdings eine tragende Idee der Gesellschaft verloren. Stattdessen versuchen sie durch die Vernunft viele neue Ideen zu entwickeln („Ismen“), die jedoch nicht geschafft haben, eine wirklich universelle Idee, die alle Menschen umfassen würde, zu entwickeln. Als der Autor die Meldung und die Idee der Quantenphysik eines über die bekannten vier Dimensionen reichenden Raumes las, fing er an, die Idee des Göttlichen neu zu überdenken. Also: Wie viele Dimensionen hat die Welt?

Die Stringtheorie spielt eine zentrale Rolle bei der Suche nach einer konsistenten Quantentheorie der Gravitation. Die Theorie zwingt uns, vertraute Vorstellungen von Raum und Zeit zu überdenken.

Bild: © Space Wind - Adobéstock

In ihrer inzwischen mehr als 30-jährigen Geschichte hat sich aus der Stringtheorie eine Vielzahl hochinteressanter Querverbindungen zu anderen Gebieten der theoretischen Physik und auch zu Unterdisziplinen der reinen Mathematik ergeben. In einer Reihe von Fällen – die Beispiele reichen von der Knotentheorie bis zur theoretischen Festkörperphysik – hat sie dabei wertvolle Anregungen für andere Forschungszweige geliefert. Die Kernfrage, ob mit der Stringtheorie denn nun die schon seit Langem gesuchte große vereinheitlichte Theorie aller Elementarteilchen und ihrer Wechselwirkungen gefunden wurde, ist allerdings noch offen. Letztgültig lässt sich diese Frage nur experimentell beantworten, und das hat sich als äußerst schwierig herausgestellt.

DAS PROBLEM

Eine zentrale Erkenntnis der modernen Physik besteht darin, dass sich die Materievielfalt, die wir im Alltag wahrnehmen, aus einer vergleichsweise kleinen Anzahl von Grundbausteinen zusammensetzt, den Elementarteilchen. Zwischen ihnen wirken vier Grundkräfte: der Elektromagnetismus, der beispielsweise Elektronen an den Atomkern bindet, die starke Kernkraft, welche Quarks zu Protonen und Neutronen und diese zu Atomkernen zusammenbindet, die schwache Kernkraft, die für bestimmte radioaktive Zerfälle verantwortlich ist, und die universell wirkende Gravitation. Dabei kommt jede Wechselwirkung ihrerseits durch den Austausch von Elementarteilchen, sogenannten Eichbosonen, zustande: von Photonen, Gluonen, W- und Z-Bosonen und Gravitonen. Die Kräfte werden so auf fundamentale Teilchen zurückgeführt.

Mit Ausnahme der Gravitation lassen sich die Materieteilchen und die zwischen ihnen wirkenden Kräfte im Einklang mit den Gesetzen der Quantentheorie und der speziellen Relativitätstheorie beschreiben. Das Ergebnis ist das so genannte Standardmodell der Elementarteilchenphysik, das Paradebeispiel einer Quantenfeldtheorie.

Obwohl durch viele Experimente beeindruckend bestätigt, ist das Standardmodell keine vollends befriedigende Beschreibung der Grundlagen unserer Welt. Zum einen enthält es rund zwei Dutzend freier Parameter, deren Werte nicht aus der Theorie selbst folgen, sondern experimentell bestimmt werden müssen. Dazu zählen beispielsweise die Massenverhältnisse der Teilchen und die Stärke ihrer Wechselwirkungen. Von einer vollständigen Theorie kann man sich andererseits erhoffen, dass sie keine freien Parameter aufweist. Zweiter Mangel ist, dass es in der Welt des Standardmodells keinerlei Gravitation gibt.

Zugegeben: Für alle irdischen Experimente, etwa an Teilchenbeschleunigern, ist diese Kraft im Vergleich zu den anderen drei Kräften vernachlässigbar schwach, sodass dieses Manko in der experimentellen Teilchenphysik nur von sehr geringer Bedeutung ist. Im ganz frühen Universum sollte es dagegen, den herkömmlichen kosmologischen Modellen zufolge, durchaus Phasen gegeben haben, in denen alle vier Kräfte von vergleichbarer Stärke waren. Obwohl diese Verhältnisse im Labor niemals werden erreicht werden können, benötigen wir zum besseren Verständnis des Ursprungs unseres Universums eine Erweiterung des Standardmodells, die im Einklang mit den Gesetzen der Quantentheorie und der allgemeinen Relativitätstheorie stehen muss. Weil die für eine solche Quantengravitationstheorie typischen Energien äußerst hoch sind, wird eine experimentelle Verifikation sehr schwierig sein. Doch bereits die theoretische Beschreibung bringt Probleme mit sich: Versuche, für die Formulierung der Quantengravitation auf das im Standardmodell der Elementarteilchenphysik so außerordentlich gut bewährte theoretische Konzept der Quantenfeldtheorie zurückzugreifen, erleiden Schiffbruch. Das Ergebnis einer solchen Übung ist eine Theorie ohne jede Vorhersagekraft.

DIE LÖSUNG

Ein Ausgangspunkt des Standardmodells ist die Vorstellung idealisierter Punktteilchen, wie sie aus der klassischen Physik bekannt sind. Einiges deutet darauf hin, dass dieser Umstand für das Scheitern der direkten Verallgemeinerung des Standardmodells auf die Gravitation verantwortlich sein könnte. Dies führt zur Kernidee der Stringtheorie, die eben nicht von punktförmigen Teilchen ausgeht, sondern deren Grundbausteine eindimensionale, winzig kleine schwingende Saiten sind. Ein und dieselbe Saite kann auf unterschiedliche Arten schwingen; vereinfacht gesagt entspricht die Vielfalt der „Obertöne“ der Vielfalt der Elementarteilchen. Die Strings sind so extrem kurz, dass sie in den Experimenten punktförmig scheinen, aber eben je nach Schwingungszustand als punktförmige Teilchen mit unterschiedlichen Eigenschaften. Es gibt offene und geschlossene Strings, die sich ineinander umwandeln können. Unter den Schwingungszuständen des geschlossenen Strings ist immer einer, der die richtigen Eigenschaften aufweist, um die Rolle des Austauschteilchens der Gravitation zu spielen, des Gravitons. Wie auch immer man eine konsistente Stringtheorie formuliert, dieser besondere Schwingungszustand wird immer enthalten sein. Gravitation ist demnach eine zwangsläufige Konsequenz einer stringtheoretischen Beschreibung der Welt. In der Stringtheorie ist die Idee der Vereinheitlichung aller Elementarteilchen und ihrer Wechselwirkungen auf sehr ökonomische Weise realisiert.

VON ZEHN NACH VIER DIMENSIONEN?

Allerdings hat diese Vereinheitlichung ihren Preis. Es stellt sich heraus, dass Strings nicht in einer beliebigen Raum-Zeit schwingen können. Eine besonders auffallende Einschränkung, die sich aus den Gesetzen der Quantentheorie ergibt, ist, dass der Kosmos nicht nur die üblichen drei, sondern neun oder sogar zehn Raumdimensionen aufweisen muss. In einer Welt mit einer Zeit- und zehn Raumdimensionen würde die Stringtheorie zu einem vollständigen Modell ohne freie Parameter führen, das als M-Theorie bekannt, aber noch weitgehend unverstanden.

Dabei gibt es Möglichkeiten, wie ein höherdimensionaler Raum uns als dreidimensional erscheinen kann. Eine davon besteht darin, dass die sechs Extradimensionen „eng aufgerollt" sind: Genauso wie wir einen Draht, aus der Distanz betrachtet, als effektiv eindimensionales Objekt behandeln können, wäre ein Universum, von dessen zehn Dimensionen sechs winzig klein eingerollt sind, für seine Bewohner effektiv vierdimensional (drei Raumrichtungen und die Zeitrichtung). Dafür, wie genau man durch das Aufrollen von Dimensionen von neun zu drei Raumdimensionen kommt, existiert eine riesige Anzahl von Möglichkeiten, die mit allen Konsistenzbedingungen der Stringtheorie vereinbar sind. Die zulässigen dreidimensionalen Welten unterscheiden sich in mehrerlei Hinsicht, beispielsweise durch die Größe der aufgerollten Dimensionen und, eng damit zusammenhängend, durch das Spektrum der vorhandenen Elementarteilchen, deren Massen und weitere Eigenschaften davon abhängen, wie die Strings unter den beispielsweise durch die Eigenschaften der Extradimensionen definierten Bedingungen schwingen können.

In der Stringtheorie spielen mehrdimensionale geometrische Formen mit „aufgerollten" Extradimensionen eine wichtige Rolle. Das Beispiel zeigt Gebilde, zu denen höherdimensionale Räume aufgerollt sein können: eine Kugel, einen Torus und einen Schnitt durch ein sechsdimensionales Gebilde namens Calabi-Yau.

Die Gravitation ist jedoch immer eine der vorhandenen Wechselwirkungen. Die Frage, ob die Anzahl dieser Möglichkeiten, die „Stringvakua" genannt werden, endlich oder unendlich ist, ist noch offen. In jedem Fall ist sie enorm groß – oft liest man in diesem Zusammenhang die Zahl 10, also eine 10 gefolgt von 500 Nullen!

Die Stringtheoretiker fanden bereits zulässige Welten, deren Eigenschaften denen unserer eigenen Welt sehr nahekommen – dies ist keinesfalls selbstverständlich in Anbetracht der unübersichtlich riesigen Menge von Möglichkeiten. Die Suche nach dem exakten Standardmodell innerhalb der Stingtheorie geht indes weiter.

„Ob es ein Auswahlprinzip gibt, dass dieses spezielle Modell – und damit die Welt, in der wir leben – vor den anderen Möglichkeiten auszeichnet, oder die Stringtheorie andere Möglichkeiten bietet zu erklären, warum unsere Welt so ist, wie sie ist, ist eine offene und derzeit heiß diskutierte Frage." Aus: Theisen, Stefan/ Pössel, Markus, 2007. Wie viele Dimensionen hat die Welt? [Online] Available at: https://www.mpg.de/328977/forschungsSchwerpunkt [Zugriff am 20. 04. 2021].

Der Autor ist sich der Tatsache bewusst, dass die Länge dieses Zitates unüblich, jedoch aufgrund der Wichtigkeit für die weiteren Überlegungen von einer fundamentalen Bedeutung ist. Zuvor hat er bereits Abhandlungen mit unterschiedlichen Anzahlen an Dimensionen gelesen, die von 9, 11 oder sogar 26 Dimensionen ausgehen. Indessen geht es dem Autor nicht um die Anzahl, sondern um ihre Interaktion und die sich daraus ergebenden Möglichkeiten oder Postulate.

Weiterführend ein Beispiel: Auf ihrem Tisch im Wohnzimmer liegt ein Blatt Papier. Sie nehmen einen Bleistift und kritzeln darauf einen sichtbaren Punkt. Es ist eine simple Tätigkeit mit einer einfachen Wirkung. Die Implikationen für die Dimensionalität sind hingegen komplizierter, als es den Anschein hat. Der eindimensionale Punkt befindet sich im zweidimensionalen Raum, sodass sich hier die Frage der Interaktion im Sinne der Erkenntnis stellt. Kann der Punkt Kenntnis von den zweidimensionalen Räumen haben? Angenommen, hierbei handelt es sich um ein Vernunftwesen, was sich bewegen und denken kann. Würde es sich dann auch von einer Ecke zur anderen bewegen können, Erfahrungen sammeln und diese in seinen eindimensionalen Raum übersetzen können?

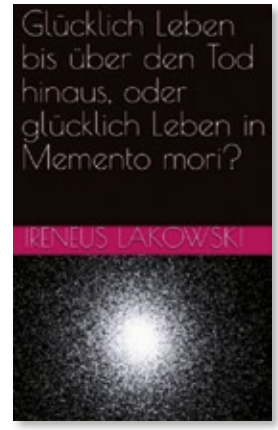
Weiter mit einem Vergleich mit einem Blatt Papier. Es kennt weder seinen Ursprung oder Schöpfer und kann mit der dreidimensionalen Welt ebenfalls nur in den eigenen Grenzen kommunizieren, außer einer Kraft verändert und faltet es zusammen. Dann gewinnt das Blatt Papier Kenntnis von der dritten Dimension. Dies wiederum impliziert aber die Einwirkung eines höher entwickelten Systems bzw. Dimension auf eine niedrigere. Die Interaktion wird dann deutlich, wenn die höhere Dimension sich offenbart oder die niedrigere Dimension durch die eigene Materie und Energie beeinflusst. Weitergedacht: Stellen sich Menschen vor, sie hätten so viel Kraft in den Arm, dass eine Papierkugel mit so hoher Geschwindigkeit auf Reise geschickt wird,

dass sie die Erdanziehungskraft überwindet und sich gen Mond bewegt, sodann würden die Gesetze der Relativitätstheorie eintreten müssen und das Papier erfährt die vierte Dimension, nämlich die Menschen bekannte Raum-Zeit. Natürlich wird dieses Blatt nichts von der vierten Dimension wahrnehmen bzw. beschreiben können, da die Möglichkeit des Beschreibens, der Erkenntnistheorie, fehlen. Alles, was es gibt, sind Länge und Breite. Die Höhe kann es vermutlich erfahren, indem das höhere System es krümmt, dann wird es dreidimensional, doch damit wäre erneut das Problem des Einwirkens der Materie und Energie einer höheren Dimension gegenwärtig. Eine Übertragung dieses Gedankenmodells auf den Menschen ist es schwer, ein mehrdimensionales Modell auf die vier Dimensionen, die Menschen wahrnehmen können, zu reduzieren. Ähnlich wie der Punkt im zweidimensionalen Blatt Papier, der nur die Manifestationen der höheren Ebenen wahrnehmen oder notfalls beschreiben kann. So können mithilfe der modernen Wissenschaften die Existenz der dunklen Materie oder Energie nachgewiesen und experimentell oder mathematisch erfasst werden, ihren Ursprung jedoch und ihre Relationen auf der Welt nicht wirklich erkennen. Ähnlich verhält es sich mit dem Ursprung des Urknalls. Menschen versuchen je nach Theorie, den Ursprung des Urknalls, als Schöpfung des Universums, durch Energie oder ein Teilchen mit hoher Dichte zu erklären bzw. zu erahnen.

Aus meinem Verständnis des mehrdimensionalen Zeit-Raum-Kontinuums muss die letzte bzw. höchste Dimension ähnlich des Ursprungs des Urknalls ein Zustand des Nichts sein. Bildlich gesprochen werden aus den Farben des sichtbaren Lichtspektrums durch Mischen andere Farben erzeugt und mischt diese alle zusammen, so resultiert Weiß. Das heißt, dass die letzte Instanz oder der Ursprung das Nichts ist, was in dem platonischen Höhlengleichnis nicht erwähnt wird, da seine Erkenntnisse nicht so weit waren. Das bedeutet, in der letzten Instanz herrscht ein Gleichgewicht zwischen Seiendem und Nichtseiendem, alle Dimensionen münden dort. Eine Art allumfassende Energie, die erst durch Einwirkung von einer Art Prisma bricht und in anderen Farben strahlt. Da dem Autor Nomenklatur fehlt, wird die letzte Instanz „Logos“ genannt, der nicht fassbar ist, da jener der Ursprung aller Dinge ist. Erst durch Einwirkung des Prismas erstrahlt die letzte Instanz in anderen Farben, wird sichtbar und bildet so weiter Instanzen, Dimensionen. Welche Kraft das Prisma ist, kann ich nur mutmaßen, vielleicht die für Menschen eine so große Rolle spielende Gravitation oder ein anderes Prinzip. Erst durch die Wirkung des Prismas, bei Platon wäre es die Sonne, werden die anderen Gegenstände, Dimensionen, Facetten der Realität sichtbar, messbar, erfahrbar.

Das göttliche Prinzip, der Logos, wird nie bewiesen werden können, da er der Ursprung ist. Menschen können nur versuchen, das Geheimnis des Prismas und der anderen Dimensionen zu entschlüsseln. Der letzte Grund wird jedoch unaufgedeckt bleiben. Die letzte Dimension ist a priori da, nur einiges von der Existenz mithilfe der Naturwissenschaften aposteriorisch bewiesen werden kann, als eine Art des Seins, das sich Menschen offenbart. Für die Leser, die bereits mit den bestehenden religiösen Systemen behaftet sind, hat eine subtile Energie des Dualen Systems Körper und Geist bestand, was im Beispiel des Christentums die Manifestation Christi in der Himmelfahrt wäre. Für die Atheisten ist die Antwort nicht so einfach, denn einige von ihnen leben immer noch in der platonischen Höhle, in der sie dem Sensualismus verfallen sind, andere vertrauen dem gemütlichen Hedonismus, sich auf Schicksal berufend, wieder andere sind bereits auf der Oberfläche des Gleichnisses und suchen den letzten zureichenden Grund. Hierzu kann nur gesagt werden, dass die letzte Dimension, genauso wie der Zustand vor dem Urknall, unsichtbar ist, eine Art allverbindender Energie, die erst durch Einwirkung einer Kraft (zurzeit entdeckt die Quantenphysik das Phänomen der Quantengravitation) sichtbar wird bzw. eine der Möglichkeit von Facetten ist, jedoch nie die Ganzheit. Diese letzte Stufe ist neutral, weder gut noch böse, in ihr verbirgt sich sowohl das Seiende als auch Nichtseiende.

Lars Lakowski, Dr. Ireneus Lakowski, Verfasser des Artikels (vom Juli 2021) und Autoren des Buches „Glücklich Leben bis über den Tod hinaus, oder glücklich Leben in Memento mori?“. Dr. Lakowski betreibt eine Fußpflegepraxis in Jever. Anfragen und Infos unter info@fusspflegejever.de



Buch: Dr. Ireneus Lakowski/Lars Lakowski: Glücklich Leben bis über den Tod hinaus, oder glücklich Leben in Memento mori? eigenverlegt, 54 Seiten, 10,69 Euro

Barbara Simonsohn

DIE HEILKRAFT DER BRENNNESSEL – DENN DAS GUTE LIEGT SO NAH!

Die Brennnessel wurde schon bei den alten Ägyptern, Griechen und Römern als Heilpflanze gegenüber allerlei Gebrechen, zur besseren Wundheilung und bei Geschwüren verwendet und hochgelobt. Für die Germanen war sie so heilig, dass sie sie dem Gott Donar widmeten und beim Pflücken Zaubersprüche aufsagten. Hildegard von Bingen ehrte und verehrte sie, bei Paracelsus und Kneipp stand sie aus guten Gründen hoch im Kurs, und Rudolf Steiner bezeichnete sie als „Königin der Beikräuter." Bei uns erlebt das vitalstoffreiche Beikraut gerade eine Renaissance. Die Brennnessel wurde gerade zur „Heilpflanze des Jahres 2022" gekürt. Weil sie ist überall wächst und für so vieles gut zu gebrauchen ist.

Meine Großmutter war kräuterkundig. An einem frühen Sommermorgen beobachteten meine Schwester und ich einen silbrigen Schleier, der durch die Luft wehte. Das ist die Hochzeit der Brennnessel, erklärte unsere Oma. An sonnigen Morgen rund um Johanni leeren sich explosionsartig die männlichen ‚Samenhülsen und erreichen die weiblichen Blüten, um sie zu befruchten. Weder Insekten noch Wind sind dafür nötig. Dies ist für mich ein Hinweis auf die Vitalität dieser Pflanze, die zwar wehrhaft ist, aber selbst durch ihre Stiche hilft bei Rheuma und Gelenkbeschwerden und eine Injektion von Serotonin ins Blut schießt, also sogar stimmungsaufhellend wirkt.

Kaum eine Pflanze hat eine derartige Vitalstoffdichte. Die Brennnessel nimmt es da dabei locker mit exotischen Superfoods auf. Sie enthält konzentriert genau die Stoffe, die wir brauchen: hochwertiges Eiweiß, Eisen, Chlorophyll, Vitamine und wertvolle Polyphenole, Mineralstoffe und Spurenelemente. Das Superfood der Extraklasse enthält 30-mal mehr Chlorophyll als Kopfsalat und damit mehr als jede heimische Pflanze. Chlorophyll wirkt antibakteriell, bremst Körpergerüche aus, bekämpft freie Radikale, sorgt dafür, dass das Herz gesund bleibt, stärkt das Nervensystem, sorgt für eine gesunde Blutbildung, optimiert den Stoffwechsel, optimiert die Sauerstoffversorgung von Zellen und Gehirn. Es beugt Entzündungen vor, schützt vor Strahlenschäden durch UV-Licht und Röntgenstrahlen, stärkt das Immunsystem, fördert die Darmgesundheit, senkt einen zu hohen Cholesterinspiegel, optimiert die Reparaturarbeiten im Körper, wie zum Beispiel bei der Wundheilung und bei Verbrennungen, und bekämpft krankmachende Viren und Pilze. Es handelt sich also um einen wahren Tausendsassa für unsere Gesundheit. Aus der Brennnessel werden Chlorophyllpräparate hergestellt.

Die Superlative gehen weiter. Die Brennnessel, hier die Blätter, enthält 50-mal so viel Eisen wie Kopfsalat und immerhin doppelt so viel wie Rindfleisch, 6-mal so viel Vitamin C wie in Zitronen, 5-mal so viel Protein wie in

Bild: © alicja neumiler - Adobéstock

Avocados, 40 Prozent mehr hochwertiges Eiweiß wie in Soja und das Dreifache an antioxidativem Potenzial wie Vitamin E. Das ist für eine unscheinbare Pflanze, die fast überall zu finden ist bis auf zu magerem Boden, schon sehr beachtlich, finde ich.

Die Brennnesselblätter enthalten so ziemlich alles, was wir für eine gesunde und vitalstoffreiche Ernährung benötigen. Darunter findet sich Protein mit einer hohen Bioverfügbarkeit, Ballast- und Mineralstoffe, langsam verstoffwechselte Kohlenhydrate wie Polysaccharide, gesunde Fette, Vitamine, bioaktive Substanzen oder Pflanzenbegleitstoffe. Die Brennnessel enthält allein 13 Vitamine, darunter Betacarotin, das vom Körper nach Bedarf in Vitamin A umgewandelt wird und antioxidativ wirkt. Phytosterole senken den Cholesteringehalt im Blutplasma und wirken krebshemmend. Das Eiweiß ist Bestandteil jeder Zelle und wichtig für den Gewebeaufbau. Besonders beeindruckend ist die Konzentration an Kalzium, Magnesium, Eisen, Zink und Phosphor. Frisches Brennnesselkraut besteht etwa zu 3,5 Prozent aus Mineralstoffen und Spurenelementen, die getrockneten Blätter und Stängel sogar bis zu 20 Prozent. Die Kieselsäure in der Brennnessel schenkt Bindegewebe, Haar, Haut, Knochen und Blutgefäßen Gesundheit. Sie liefert den Baustein Silizium und kann im Gegensatz zu handelsüblichen Präparaten bestens verwertet werden. Die Brennnessel hat – neben dem Schachtelhalm – den höchsten Gehalt an löslicher Kieselerde. Während die Kieselerde in dieser Pflanze zu mehr als 95 Prozent resorbiert wird, sind es bei Präparaten nur 1 bis 2 Prozent. Kalzium – 713 Milligramm pro 100 Gramm – mineralisiert Zähne und Knochen und erhöht die Widerstandsfähigkeit gegenüber Infektionen. Zum Vergleich: Schweizer Käse enthält nur 10 Milligramm pro Hundert Gramm. Das Mangan in der Brennnessel beugt Arthritis vor und ist wichtig zur Herstellung der stimmungsaufhellenden Botenstoffen Dopamin und Serotonin. Das Magnesium in den Blättern sorgt für ein starkes Herz und beugt Nervosität vor. Magnesium gilt als „Anti-Stress-Mineral“. Der Schwefel in der Brennnessel entgiftet den Organismus, fördert die Durchblutung und ist wichtig für den Aufbau von Haut, Nägeln und Haaren.

Bisher war nur von Brennnesselblättern die Rede. Auch die Samen, die man ab Ende Juli ernten kann, sind eine Vitalstoffbombe erster Güte, zum Beispiel aufgrund ihrer wertvollen Fettsäuren und ihres Chlorophylls. Auch die Wurzeln sind heilkräftig. Aus ihnen macht man Präparate, die das gutartige Wachstum der Prostata bremsen und Entzündungen reduzieren können.

Was die Volksmedizin schon seit Langem weiß, wird durch neue wissenschaftliche Studien bestätigt. Brennnesseln und Produkte daraus wirken prophylaktisch und therapeutisch bei Asthma, Allergien, Abzessen, grammpositiven und grammnegativen pathogenen Bakterien. Die Brennnessel hilft bei Entgiftung oder Detox, auch bei der Ausleitung von Schwermetallen, beugt Erschöpfung vor, hilft bei Gallenleiden und Grippe, bekämpft erfolgreich Frühjahrsmüdigkeit, zum Beispiel in Form der „Neun-Kräuter-Suppe“, bekämpft hormonell bedingten Haarausfall, hilft bei Husten und sogar Ischias, stärkt das Immunsystem, hilft bei Konzentrationsschwäche, beugt Krebserkrankungen vor, hilft bei Magenbeschwerden und Milzleiden, bekämpft erfolgreich Nagelpilz und Ekzeme sowie Pickel und Schuppenflechte, hilft bei Schlaflosigkeit und Stress, lindert Trigeminusneuralgie, hilft bei Menstruationsbeschwerden und beugt Wechseljahrsbeschwerden vor, bekämpft Vaginalpilz und Viruserkrankungen.

Man kann aus der Brennnessel Haupt- und Haarpflegeprodukte selbst herstellen, einige gibt es schon zu kaufen. Sie können sogar mit Brennnesseln Lebensmittel oder Kleidungsstücke färben, Garn zum Stricken oder Häkeln herstellen oder Körbe aus Brennnesselfasern flechten. Ich habe noch nie einen so langen A–Z-Teil in einem Buch über Heilpflanzen geschrieben wie in meinem Buch „Brennnessel“, so vielseitig sind die Anwendungen innerlich und äußerlich. Durch die Rezepte für Kräuterelixieren, Salben, Shampoos, Badezusätze, Räucherwerk, Kuren und Packungen können Sie selbst zur „Kräuterhexe“ oder „Kräuterhexerich“ werden. Brennnesseln lassen sich denkbar leicht ernten und verarbeiten, und bescheren einem dadurch von Anfang an Erfolgserlebnisse. Außerdem kosten sie nichts.

Auch Gartenliebhaber kommen mit der Brennnessel voll auf ihre Kosten. Ein Sud stärkt das Immunsystem von Zimmer- und Gartenpflanzen, eine Jauche wirkt als Langzeitdünger, und auch als harmloses Mittel können Sie mit Brennnessel Läuse und Schnecken vertreiben, ohne diese zu töten. Wer mit Brennnesseln mulcht oder seinen Kompost behandelt, fördert die Fruchtbarkeit im Garten. Auch Tierliebhaber kommen in meinen Augen an der Brennnessel nicht vorbei. Sie ist Wirtspflanze für mehr als 20 Tagfalter beziehungsweise ihren Raupen. Ins Futter gemischt, profitiert die Gesundheit von Katzen, Hunden, Pferden und Vögeln. Hühner legen mehr und schmackhaftere Eier, und Kühe geben mehr Milch.

Buchtipp:
Barbara Simonsohn:
Brennnessel. Kompakt-Ratgeber.
Das Wunderkraut für Gesundheit, Küche und Schönheit.
101 Anwendungen und Rezepte.
Mankau 3.2022, Klappenbroschur,
158 Seiten, 12 Euro
Infos zur Autorin unter:
www.barbara-simonsohn.de

Himmlische

Mai-Juni 2022

von Markus Jehle

Allgemeine Trends

Die erste Maihälfte hat es in sich. Zunächst scheint uns das Glück hold, und die Versuchung ist groß, gegebenenfalls mit unlauteren Mitteln etwas nachzuhelfen (Fische-Jupiter Sextil Steinbock-Pluto am 3. Mai). Doch das Fundament unserer Wertvorstellungen ist brüchig (Stier-Sonne Konjunktion Uranus am 05. Mai). Manches verliert nun plötzlich an Attraktivität oder erscheint uns aus anderweitigen Gründen nicht länger lohnenswert. Nicht nur im politischen, sondern auch im persönlichen Bereich prägen Revier- und Verteilungskämpfe das Geschehen. Wachsamkeit und Flexibilität im Umgang mit unseren Besitztümern machen sich bezahlt.
Schwung und Zuversicht beflügeln unseren Tatendrang (Jupiter wechselt am 10. Mai in Widder). Getreu dem Motto, Konkurrenz belebt das Geschäft, lassen sich Kraftreserven mobilisieren und große Fortschritte erzielen. Dennoch sind unserem Elan und unserem Freiheitsdrang Grenzen gesetzt. Diese verlaufen dort, wo die Freiheit der anderen tangiert wird (Wassermann-Saturn wird am 04. Juni rückläufig).

Spirits

Was und wer uns in diesem Frühjahr begegnet, hat Zukunft. Dies gilt in besonderem Maße für unseren seelisch-geistigen Entwicklungsweg (Stier-Sonne Konjunktion aufst. Mondknoten am 13. Mai). Uns wird vor Augen geführt, welche Beziehungen unser Schicksal bestimmen. Doch nicht alles, woran wir Gefallen finden, ist in karmischer Hinsicht gut für uns (Stier-Venus Konjunktion aufst. Mondknoten am 16. Juni, im Quadrat zu Wassermann-Saturn am 18. Juni). Unser Sicherheitsbedürfnis kann uns dazu verleiten, Besitzansprüche zu stellen und an vertrauten Vorstellungen festzuhalten.

Kommunikation

Ehe wir endgültige Entscheidungen treffen, gibt es viel zu recherchieren und zu bedenken (Merkur rückläufig vom 10. Mai bis 3. Juni.). Womöglich haben wir wichtige Informationen übersehen oder wir bringen Dinge in Erfahrung, die uns dazu veranlassen, unsere Meinung zu ändern (Zwillinge-Sonne Konjunktion Merkur am 21. Mai). Auch der Übergang von der Theorie zur Praxis stellt uns vor größere Herausforderungen (Merkur rückläufig in Stier am 23. Mai). Was sich für uns lohnt und bezahlt macht, das zeigt sich in der letzten Mai- und ersten Juniwoche in aller Deutlichkeit. Spätestens dann gilt es auch Entscheidungen zu treffen und allen bestehenden Unklarheiten ein Ende zu setzen. Ehrlich zu uns selbst zu sein, währt dabei am längsten (Merkur Trigon Pluto am 10. Juni).

Was zu tun ist

Unsere Autorität zu behaupten, kann ziemlich anstrengend werden (Stier-Sonne Quadrat Wassermann-Saturn am 15. Mai). Wir sollten nicht strenger zu uns und anderen sein, als wir persönlich verantworten und verkraften können. Manche Ziele sind in diesem Frühjahr nur auf Schleichwegen zu erreichen. Womöglich müssen wir auch kapitulieren und erkennen, dass wir unsere Ideale zu hochgeschraubt haben und die geweckten Erwartungen nicht so einlösen können, wie wir uns dies wünschen würden (Fische-Mars Konjunktion Neptun am 18. Mai). Allerdings können wir auch Wunder bewirken, bei denen sich alle die Augen reiben.
Ende Mai beginnt eine stürmische Zeit (Mars wechselt in Widder, Konjunktion Jupiter am 25./29. Mai). Unser Geduldsfaden reißt, und es herrscht große Aufbruchstimmung. Wo wir über einen starken Willen und eine klare Zielorientierung verfügen, sind wir auf dem richtigen Weg und kommen in Riesenschritten voran. Unser Mut macht uns allerdings auch verletzlich (Mars Konjunktion Chiron am 15. Juni). Es ist wichtig, unsere Wunden und Schwachstellen zu kennen, sie sind heilsam für uns und für andere.

Lust und Liebe

Unsere Lust, alles zu erobern, woran wir Gefallen finden, ist kaum zu bremsen (Venus wechselt am 2. Mai in Widder). Dennoch ist uns nicht alles erlaubt, was uns Freude bereitet (Venus im Quadrat zum Lilith-Pol am 9. Mai). Der Kampf mit unserem Verlangen rührt an schmerzhafte Punkte (Venus Konjunktion Chiron am 15. Mai). Es kommt zu besonderen Schlüsselmomenten der Liebe, die unser Verständnis von Partnerschaften und Beziehungen erweitern und vertiefen (Venus Quadrat Pluto am 27. Mai). Durch falsche Vorstellungen erzwungenes Liebesglück verwelkt jedoch rasch.
Nach den turbulenten Maitagen sehnen wir uns im Privatleben im Juni nach mehr Sicherheit und Stabilität (Venus wechselt am 28. Mai in Stier). Inwieweit uns dies gelingt, ist allerdings fraglich (Venus Konjunktion Uranus am 11. Juni). Selbst die vermeintlich bleibenden Werte, auf denen unsere Beziehungen beruhen, ändern sich. Manchmal auf einen Schlag.

advertorial

Vorträge im Astrologiezentrum
online via Zoom und mit Voranmeldung
unter info@astrologie-zentrum-berlin.de
www.astrologie-zentrum-berlin.de

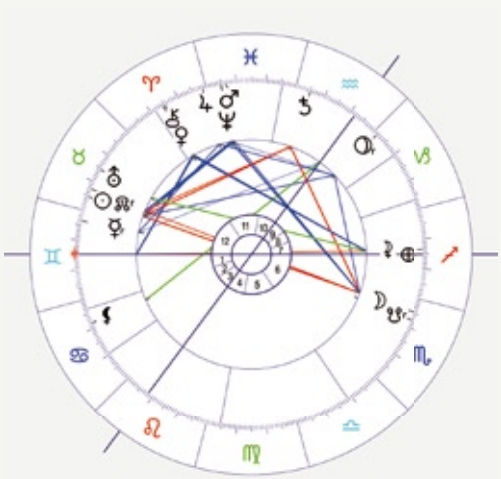
Freitag, 20.05. (Markus Jehle):
„Was uns antreibt" – Über Jupiter in Widder

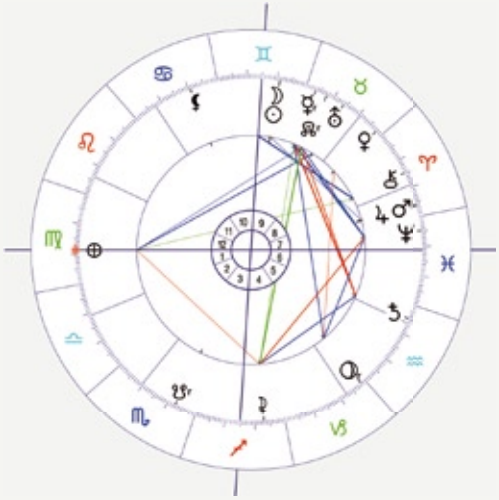
Freitag, 17.06. (Markus Jehle):
„Der Glückspunkt im Horoskop" –
Das gemeinsame Potenzial von Aszendent,
Sonne und Mond

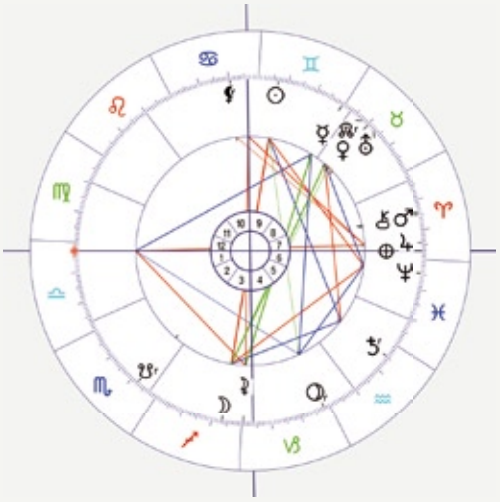
Konstellationen

DER SONNE-MOND-ZYKLUS

Bei jedem Neumond beginnt ein neuer Sonne-Mond-Zyklus, der zu Vollmond, wenn Sonne und Mond sich gegenüberstehen, einen Höhepunkt erreicht. Neumondphasen sind Keimsituationen, in denen unbewusste Prozesse ihren Anfang nehmen, die uns bis zum Vollmond zunehmend bewusst werden. In der abnehmenden Mondphase von Vollmond zu Neumond steht dann die Verarbeitung und Integration im Vordergrund.







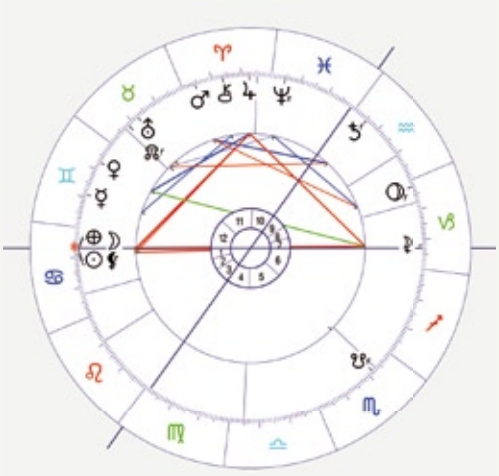


Abb. o. l. Vollmond in Skorpion am 16.05.: Woran wir festhalten, das ergreift von uns Besitz.

Abb. o. r. Neumond in Zwillinge am 30.05.: Woher wissen wir, wer in unserem Kopf das Sagen hat?

Abb. u. l. Vollmond in Schütze am 14.06.: Unsere Gewissheiten werfen immer wieder neue Fragen auf.

Abb. u. r. Neumond in Krebs am 29.06.: Gefühlsschwankungen sind ein wackliges Fundament.

NATÜRLICH SINGEN

Ich singe mit Euch Kraftlieder, Lieder des Herzens und der Freude aus den verschiedensten Weltkulturen. In die Uckermark lade ich Euch zu thematischen Tages- und Wochenend-Workshops ein. Dieses gemeinsame Singen bringt dir ungeahnte Energien.

Regelmäßige Singkreise in Berlin, Singen im Jahreskreis mit Ritual in der Uckermark, Thematische Tages- und Wochenendkurse in der Uckermark (ca. 1 Std. von Berlin-Nord).

Nächster Termin: Samstag, 28.5.2022 „Kraut & Stimme", Wanderung mit Kräuterpädagogin, Singen in der Natur, gemeinsames Kochen und Herstellung von Kräuterprodukten | buchbar als Tages- oder als Wochenendworkshop, (Verlängerungs-Sonntag 29.5.2022 – Abendlagerfeuer, Singen, Breathwalking)

Infos/Anmeldung: goettlichmona@gmail.com,
Monia Dill: Singleiterin für Heilsames Singen, Kundalini Yogalehrerin

SINGEN

DIE INNERE WERKSTATT

Ich, Du, Wir – Beziehungen auf der inneren Weg

Diesem spannendem Thema widmet sich das Wochenende der OM-Stiftung Innere Wissenschaft im Kloster Gut Saunstorf. Was bedeuten Beziehungen auf einem inneren Weg? Welche Chancen und welche Hindernisse bringen sie mit sich? Was bedeutet allein sein und zusammen sein?
In einem offenen kreativen Raum des experimentellen Forschens bewegen wir uns an den Grenzen und Schnittstellen zwischen Psychologie und Spiritualität mit Elementen wie Meditation, Innere Arbeit, Vorträge, Bewusstseins-, Energie- und Körperarbeit. Die einzelnen Aspekte dieser Tage fügen sich zu einem Gemeinsamen zusammen, sollen dich nach innen führen und Anregungen für den eigenen Alltag geben.

Termin: Die Innere Werkstatt, 10. – 12. Juni 2022
Ort: Kloster Gut Saunstorf
Kosten: auf Spendenbasis zzgl. Kost & Logis
Info/Anmeldung: www.om-science.com

MEDITATION

CHAKRA-TRANSFORMATION – MIT DER HEILSAMEN KRAFT DER STIMME

Intensiv-Retreat über Pfingsten

In dieser Woche wirst du die 7 Haupt-Chakras mit ihren körperlichen und seelischen Themen tiefer verstehen und lernen zu beeinflussen. Durch Stimm-, Atem- und Energiearbeit lernst du sie zu öffnen und zu klären, und genießt die positiven Effekte auf deine Stimmung und Gesundheit. Für jedes Chakra lernst du Klänge, Frequenzen, und Übungen kennen, die es aktivieren und stärken. Und wir gehen auch explizit auf die „dunkle Seite" und begegnen den Blockaden und Schattenthemen jedes Chakras. Wenn energetische Blockaden im Stimmklang schmelzen, lösen sich oft emotionale Altlasten ganz ohne Drama auf. Du fühlst dich leicht und zentriert, dein Schwingungslevel, deine Präsenz und deine Selbstheilungskraft erhöhen sich.

2.–9.6.2022 bei Potsdam, 700 Euro inkl. Uk, veg. Verpfl. und Schwitzhütte. Info/Anmeldung: Heiko Streuff, www.sonaryoga.de, 0177.7431567

RETREAT

HER MIT DEM HUNGER

Coaching für Menschen, die mehr wollen

Was ist mein mehr? Wo kann ich es finden? Wonach hungert es mir wirklich? Wie lange schon bin ich hungrig nach Licht, nach Freude, nach Erfüllung, nach Leben und schaff es nicht, aus meiner dunklen Höhle, herauszutreten? Ich helfe dir, deinen Hunger zu stillen.

Julia Kratz: Ich bin Heilpraktikerin für Psychotherapie, ausgebildete Familienaufstellerin nach Hellinger, Dozentin, Schauspielerin, Sängerin, Tänzerin und Life-Coach.

Ich begleite seit vielen Jahren Menschen mit Sucht-Symptomatik, sowie Eltern, die es leichter mit ihren Kindern haben wollen, und (erwachsene) Kinder und Jugendliche, die es leichter mit ihren Eltern haben wollen.

Außerdem biete ich regelmäßige Termine zum Familienaufstellen an und helfe dir im Präsenz-Coaching ins Licht zu treten und sichtbar zu werden.

Termine Familienaufstellung: 15.5., 18.6., 20.8., 17.9., 15.10., 12.11., 10.12.2022

Melde dich jetzt an unter www.juliakratz.de

COACHING

AUSBILDUNG

PRAXISGRÜNDUNG / PRAXISFÜHRUNG

mit Hella Hampe im Institut Christoph Mahr

Dieses Seminar richtet sich an alle, die eine psychotherapeutische Praxis nach dem Heilpraktikergesetz gründen bzw. eine bereits bestehende in der Führung optimieren wollen. Das Seminar bietet Informationen zu den immer wieder gestellten Fragen: Wann und wie kann ich mit Privatkassen abrechnen? Wie komme ich an Klienten? Wie organisiere ich mich? Weitere Inhalte beziehen sich auf Honorargestaltung, Therapieverträge, Spezialisierungen, Rechnungsgestaltung, Gebührenordnung, Werbung, Rechtsfragen etc ... Die Zeitdauer umfasst 8 Stunden; verteilt auf zwei Donnerstag-Tagestermine.

Online-Seminartage:
Do, 2. und Do, 16. Juni 2022

Ort/Info/Anmeldung:
Institut Christoph Mahr
Katharinenstr. 9
10711 Berlin-Wilmersdorf

Tel. 030–813 38 9
www.institut-christoph-mahr.de

DIE BRILLE BEISEITE LEGEN?

Verbesserung & Stärkung d. Sehkraft

Sehkraftseminar von M. Brofman um zur Klarheit im Sehen und innerem Sein zurückzukehren und diverse Spannungen in den Augen und im Bewusstsein auch langfristig zu lösen. Im Sehtraining setzen wir Entspannungsübungen ein, um die Augenmuskulatur zu lockern und die Durchblutung zu fördern. Zudem werden sanfte Hatha-Yoga-Augenübungen während der Entspannung durchgeführt. Es geht auch darum, die tieferen Ursachen hinter den einzelnen Sehstörungen zu erkennen und zu lösen. Die Sehlehrer haben 30-jährige Erfahrung.

Sehkraftseminar
mit Philippe Hannetelle & Viola Schöpe

Termin: 28. – 29. Mai 2022, Kosten: 350 Euro

Ort: Berlin-Kreuzberg, Aquariana,
Am Tempelhofer Berg 7d

Info/Anmeldung:
www.koerper-geist-heilung.de,
violaschoepe@web.de
Tel.: 0178–5623723

AUGEN/SEHTRAINING

AUSBILDUNG

WEG DER MITTE – SCHULE FÜR CRANIOSACRAL-THERAPIE

NEU Fachfortbildungen mit Etienne Peirsman (USA)

- 15.–18.9. Das Immunsystem und die Stammzellen
- 22.–25.9. Craniosacral-Therapie f. Babys und Kleinkinder

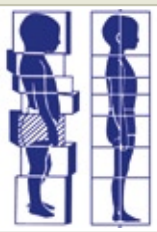
Weitere CST-Fachfortbildungen:

- 8.–9.6. Touch of Presence – Biodynamische Craniosacraltherapie, Giorgia Milne/USA
- 10.–12.6. Anatomie des Craniosacralen Systems, Giorgia Milne/USA
- 25. - 28.8. – Long Tide und Mid Tide erforschen, Sanatha Busch/NL

Anerkannt als Vollausbildungsschule vom Craniosacral Verband Deutschland (CSVD).

WEG DER MITTE
Gesundheits- und Ausbildungszentrum

WEG DER MITTE gem. e.V.,
Ahornstr. 18
14163 Berlin-Zehlendorf
Tel: 030–8131040
www.wegdermitte.de/cst



ROLFING®

FRÜHJAHRS-AKTION: 50% RABATT

auf Ihre erste Rolfing-Sitzung im Mai/Juni 2022

Rolfing ist eine ganzheitliche manuelle Behandlungsmethode, die eine nachhaltige Verbesserung der Haltung und der Bewegung im menschlichen Körper bewirkt. Durch sanfte bis intensive Mobilisierung werden zähe Bindegewebsschichten gelöst. Der Körper wird neu ausgerichtet und ausbalanciert. Bereits nach einer Sitzung nehmen Sie erste Veränderungen wahr. Im **Mai/Juni 2022** erhalten neue Klientinnen und Klienten eine erste Rolfing-Sitzung zum halben Preis. Ohne Verpflichtung zur Fortsetzung. Erleben Sie, wie Rolfing wirkt! 50% Rabatt: 45 statt 90 Euro (60 Min.)

Vereinbaren Sie einen Termin:
Heilpraktiker / Advanced Rolfer Wolfgang Baumgartner
Tel. 030-9434059, 01520-1927791
w.baumgartner@web.de, www.rolfing-baumgartner.de
Naturheilpraxis: Am Arnimplatz, Schönfließer Str. 16,
10439 Berlin / Prenzlauer Berg

% ANGEBOT

KATALOG
Wer macht Was

Hier finden Sie
kompetente Angebote
aus allen Bereichen
ganzheitlicher
Heil- und Lebenspraxis!

Der Augenaufsteller – Christian Zech

Augen- und FamilienAufstellungen

Krumme Lanke Brillen – professionelle, ganzheitliche augenoptische Begleitung
Termin Augenuntersuchung: 030-8141011

Aufstellungstage 2022
Minigruppen sind bei Bedarf möglich
Anfragen/Termine: 0172-2603647

Einzelarbeiten: 2,5 Stunden 180 €
Augenuntersuchung inklusive

AugenAufstellungen, um die Botschaften hinter den AugenSymptomen anzusehen, und auflösen zu können.

AugenAufstellungen, weil die Augen ALLE Informationen des Familiensystems speichern, und wir sie hier gemeinsam ansehen können.

Web: DerAugenAufsteller.berlin

Fragen? CZ@KrummeLankeBrillen.de

Roter Faden – Hermann Häfele

Berater und Coach sowie HP Psych.
Spezialist für persönliche Positionierung bzw. (Re)Orientierung, für Richtungsfindung und Umsetzung in allen Lebensfeldern.

Den Roten Faden für sich (wieder)finden!
www.roter-faden-coaching.de

Was sind IHRE Engpässe, die Sie am "Fließen" hindern?

Suchen Sie IHRE Lebensfreude und IHREN Roten Faden?
Ich helfe Ihnen beim Finden!

Jetzt per Mail melden und kostenfreien Termin zum Kennenlernen vereinbaren.

Ich freue mich, von Ihnen zu hören!
Gerne über hh@roter-faden-coaching.de

Und für Unternehmen:
www.roter-faden-consulting.de

Qigong, Yoga und Wandern in Griechenland – auf der Halbinsel Pilion

Infos & Anmeldung:
Mail: iliohoos@gmail.com
Tel.: 0176 5783 2795
Web: www.iliohoos.net

- Ausgezeichnete Kurse
- Traumhafte Natur direkt am Meer
- Workshops Mai – Oktober
- Bei „Iliohoos – der Schule des einfachen Lebens“ erwartet Sie nicht nur Urlaub vom Alltag, sondern die Rückbesinnung aufs Wesentliche.
- Sie werden von dem Wissen unserer erfahrenen Qigong- und Yogalehrer profitieren und unter der griechischen Sonne direkt am Meer wunderbar auftanken. Aber, es geht nicht nur um einen Qigong- oder Yogakurs, sondern auch um eine Art Schulung des Geistes, des Herzens, um Bewusstwerdung.

Paartherapie & Single-Coaching

Dr. phil. Jochen Meyer
EFT-Paartherapeut
CoreDynamik-Trainer & -Therapeut
030 – 7790 6127
www.jochen-meyer-paartherapie.de
www.jochen-meyer-coaching.de

Emotionsfokussierte Paartherapie

- Paarkonflikte neu verstehen
- Bindungsverletzungen heilen
- gemeinsam wachsen statt streiten
- einander Halt geben
- ein neues Miteinander genießen

Kostenlose Probetermine für Paare und Singles!

Sicher durch die Krise – Online-Seminar für Paare

Hier könnte auch Ihr Angebot reinpassen!

Interessiert?
Rufen Sie an unter
030-61201600
oder senden Sie ein Mail an
anzeigen@kgsberlin.de

Fragen Sie auch
nach den
Einstiegsangeboten
in eine Text-Bild-Rubrik.

Ich berate Sie gern.

Sabine Simon-Weidner
Körper Geist Seele Verlag

Kabbala Lebensanalysen

Inge Meyer
Schmiedberg 7
86415 Mering
Tel. 08233 - 7958962
www.kabbala.de
Weitere Informationen telefonisch.

Die Kabbala Lebensanalyse zeigt Ihnen Ihre persönliche Lebensanleitung.
Sie erkennen Ihre Lebensziele und die wahren Ursachen Ihrer Krankheiten.

Die Kabbala Lebensanalyse: *40 Euro*

Was hat das Universum für UNS vorgesehen?
Ihr persönliches Seelenbild: *20 Euro*
Ihr persönliches Geistbild: *24 Euro*

Die Darstellung Ihrer Bewusstseins-Stufen, entwickelt von Hermann Schweyer

Paarweise: Die Kunst bewusst zu lieben

Dipl.Psych. Hella Suderow
Christian Schumacher
Tel. 04165–829484
www.paarweise.info

- **Sexualität & Meditation**
  MakingLoveRetreat
  nach Diana Richardson
  seit 2009

Basierend auf achtsamer Sexualität zeigen wir Paaren ein neues Verständnis von körperlicher Liebe und ihrer zentralen Bedeutung für die Beziehung.

- Paarberatung
- Kommunikation / GFK für Paare
- Achtsamkeitstage in Hamburg
- 7-tägiges Achtsamkeitsretreat
- anerkannte Lehrer durch D. Richardson

Silke Müller – Heilpraktikerin

care & share Zentrum
Welserstr. 5-7, 10777 Berlin'
www.herzlicht-berlin.de
info@herzlicht-berlin.de
0176 2267 4507

Hörst du den Ruf deiner Seele?
Verbinde dich mit deiner wahren Essenz und bringe Kraft, Klarheit und Lebendigkeit in dein Leben! Was es dazu braucht ist Mut, bei dir hinzuschauen und die Bereitschaft, in die Tiefe zu gehen. Es braucht Klarheit, wer du wirklich bist. Mein Wunsch ist es, dich dabei zu unterstützen, wieder tief bei dir und deinem wahren Sein anzukommen. Entfache das Licht in deinem Herzen und folge 100% deiner eigenen Wahrheit!

- Regelmäßige Meditationsabende mittwochs
- Tief transformierende energetische Heilarbeit
- Seminare energetische Heilarbeit

Naturheilpraxis Ude

Wiebke Ude
Kurze Str. 9
12167 Berlin
Tel. 030-77206744
mail@heilpraxis-ude.de
www.heilpraxis-ude.de

Betrachten - Analysieren - Lösen

- Prozessorientierte Homöopathie
- Astrologische Beratung
- Systemische Aufstellungen

- Darmsanierung
- Ernährungsberatung
- Orthomolekulare Medizin
- Phytotherapie
- Bachblütentherapie
- Schüßler-Salze + Antlitzanalyse

Kurse und Seminare
siehe auf www.heilpraxis-ude.de

Hypnosetherapie und -coaching

Vesna Stipanovic
Heilpraktikerin für Psychotherapie, Hypnosetherapeutin, Coach und psychologische Managementtrainerin

0162.8761439
basis@vesnastipanovic.de
www.vesnastipanovic.de

Werde gesünder und glücklicher mit Hypnose!

Du sehnst Dich nach einem Neustart, nach einer Veränderung zum Besseren mit mehr Wohlbefinden, Selbstbestimmung und Gesundheit?

Kontaktiere mich für ein **kostenloses Erstgespräch!**

Ich bin auch mit Telefon- und Videositzungen für Dich da.

Augen-Aufstellung Familien-Aufstellung

Miggi Wössner
Hilfestellung und Lösung durch Aufstellungen
Seminare + Einzelarbeiten

Teltower Damm 32, 14169 Berlin
Tel. 0172-3124076
Anm./Fragen: miggi@augenauf-berlin.de
Termine: www.augenaufstellungen.de

Haben Sie schon einmal Ihre Augen aufgestellt?

Die Augen sind das Tor zur Seele.

Aufstellungen zeigen die Botschaft ihres Augen-Themas und helfen Symptome aufzulösen. Aufstellungen führen vor Augen, was hinter Symptomen, Lebensthemen, Glaubenssätzen, familiären und anderen Problemen steckt.

Praxis KARYON

Brigitte Kapp
Heilpraktikerin
IFS- u. Hakomi-Therapeutin
EMF Practitioner u. Reflector
7th Sense Life Coach
Belziger Str. 3
10823 Berlin
Tel: 030 - 789 55 102
info@KaryonBerlin.de
www.KaryonBerlin.de

- Ganzheitliche und Systemische Psychotherapie
- Paartherapie und Beratung
- Trauma-Heilung u. Energiearbeit
- EMF Balancing Technique u. Reflections
- Omega Healing
- Coaching, Konfliktlösung
- Familien- u. Systemaufstellungen
- Spirituelle Krisenbegleitung
- Astrologische Beratung

Praxis für Körper, Geist und Seele

Sabrina-Alexandra Schumann
Reinkarnationstherapeutin / Heilerin (DGH)
Reikigroßmeisterin,
Kosmetikerin u. Podologin
Melsunger Str. 5 / 14089 Berlin
Tel.: 030-3024624 oder 0172-3003331
E-mail: sabrinaschumann@web.de
Internet: www.sabrinaschumann.de

- Rückführungen in die Kindheit und frühere Leben
- Energiearbeit, Aura- und Chakrenreinigung
- Lösen von Besetzungen
- Channeln / Heilchanneln
- Ama Deus, Schamanische Energiearbeit und Ausbildung
- Reiki Ausbildung bis Großmeister Grad X
- Kosmetik und Med. Fußpflege (auch Hausbesuche)

Einzeltermine und Seminare
Info-Abend: jeden 2. Freitag im Monat 18:00-20:00, tel. Anmeldung erbeten

Elke Wiget

Heilpraktikerin

Naturheilpraxis am Roseneck
Hohenzollerndamm 94
14199 Berlin
Tel. 030. 64 32 72 02
e-mail: easysuccess@elkewiget.com

- **Facial Harmony Balancing:** Lifting durch Berührung mehr Infos finden Sie auf www.elkewiget.com
- **Colon Hydro-Therapie** Spülung des Dickdarms mit gereinigtem Wasser
- **Glückscoaching:** Glückliche Menschen machen etwas richtig. Was, das wird hier gezeigt.
- **Feuerlauf:** Entdecken Sie Ihr verstecktes Potenzial

Katja Neumann

Heilpraktikerin
Certified Shamanic Counselor FFS
Stargarder Str. 12 A
Berlin - Prenzlauer Berg
Tel. 030. 44 715 357
www.katja-neumann.de

Schamanische Heilweisen
für kleine und große Menschen,
Tiere und Orte.

- Shamanic Counseling nach Michael Harner
- Seelenrückholung,
- Krafttiere,
- Extraktion,
- Debesetzung

- Regelmäßige schamanische Reisegruppen jeweils 1x im Monat samstags und montags
- Workshops für Anfänger und Fortgeschrittene

Hier könnte auch Ihr Angebot reinpassen!

Interessiert?
Rufen Sie an unter
030-61201600
oder senden Sie ein Mail an
anzeigen@kgsberlin.de

Fragen Sie auch
nach den
Einstiegsangeboten
in eine Text-Bild-Rubrik.

Ich berate Sie gern.

Sabine Simon-Weidner
Körper Geist Seele Verlag

KGS per Post ...

Gerne können Sie unser Magazin bestellen und die redaktionelle Arbeit des Teams "KGS Berlin" gleichzeitig unterstützen mit einem Jahres-ABO (6x 2-Monats-Ausgaben) für nur 15 Euro.

Wir senden Ihnen jeden zweiten Monat die aktuelle Ausgabe per Post zu.

Melden Sie sich gerne unter mail@kgsberlin.de oder per Telefon: 030 - 6120 1600

Harmony power - Deine Heilpraktikerschule

Eberswalder Str. 30, 10437 Berlin
Kontaktiere uns jetzt:
Tel. 030 44048480
Whatsapp: +49 177 7687681
info@harmony-power.de
www.harmony-power.de

Unsere Ausbildungen:
Wochenend- oder Vollzeitstudium

- **Heilpraktiker Grundstudium med.** ab 12 x 199 €
- **HP-Psychotherapie Grundstudium** ab 12 x 199 €
- **Heilpraktiker Grundstudium komplett** ab 24 x 197 €
- **Heilpraktiker Studium "Klassik"** ab 12 x 333 €
- **Heilpraktiker Psychotherapie** ab 24x x 291 €
- **Gesundheits-, Ernährungs- und Lebensberater** ab 24 x 289 €

Einzigartig in Berlin:

- **"Harmony power Heilpraktiker" - Studium** ab 24 x 459 €
  Medizin, Psychologie, Psychotherapie, Naturheilkunde und Huna (Preise bei Ratenzahlung im Wochenendstudium, Preise bei Komplettzahlung noch günstiger!)

Kontaktiere uns und sichere Dir Deinen Studienplatz - Jetzt!

Huna Praxis Seminar:

Du willst mehr aus Deinem Leben machen?
Du hast genug von den Fehlern der Vergangenheit?
Lerne aus dem geheimen Wissen alter Kulturen.

Ich lade Dich ein:

- Lerne die 2 Schlüssel des "Geheimnisses" kennen.
- Komm mit ins "Aloha-Zeitalter"
- Wende die 7 Grundprinzipien im praktischen Alltag an.
- Lerne das Model der 3 Selbste (Bewusstseinsaspekte) kennen.
- Erlebe wundervolles Heilen
- Heile mit Ho`oponopono Dich selbst und die Welt.

Aromatherapie, Kräuterheilkunde, Weiblichkeit, Rituale

Christina Weber
Katzengraben 3
Berlin-Köpenick (Altstadt)
Tel. 0178 – 269 75 63
www.christinaweber.berlin
Instagram: Wilde_Kraeuterfee_Berlin
und aromatherapieberlin

Ausbildungen, Workshops, Beratungen

- AromaBeraterIn
- AromaExpertIn
- AromaCoach

- KräuterFrau
- KräuterExpertin

- OnlineKurse

- Rituale

Ausbildungen im Institut Christoph Mahr

Katharinenstr. 9
10711 Berlin
Tel. 030 – 813 38 96
www.institut-christoph-mahr.de

Im Bereich Psychotherapie und Coaching führen wir seit mehr als 20 Jahren auf der Grundlage einzigartiger Rahmenbedingungen, auf sehr hohem Niveau Aus- und Weiterbildungen durch.

- **Heilpraktiker Psychotherapie**
- **Hypnose/Hypnotherapie**
- **Integrative Psychotherapie**
- **EMDR**
  Online-Infoveranstaltung:
  Di, 17. Mai, 19 Uhr
- **Schematherapie**

Siehe auch Seite 23

Weitere Infoveranstaltungen: siehe Webseite

Ausbildung nach dem Bausteinprinzip

Private Ergänzungsschule
Inh.: Isabelle Guillou und
Ralf Barenbrügge, Heilpraktiker
Handjerystr. 22, 12159 Berlin-Friedenau
T. 030.8516838 | schule@archemedica.de
www.archemedica.de

1. HP-Prüfungsvorbereitung, **2.** Ausbildung HP-Psychotherapie, **3.** Klassische Homöopahtie (SHZ-zertifiziert),
4. Akupunktur (TCM) und Ohrakupunktur, **5.** Irisdiagnostik, **6.** Fussreflexzonentherapie, **7.** Bachblütentherapie, **8.** Traumatherapie, **9.** Coaching/Lebensberatung

30.4./1.5 Beginn Ausbildung Ganzheitliche Ernährungsberatung | **30.4.** Tag der Naturheilkunde | **3.5.** Infoabend Ausbildung Aromatherapie | **14./15.5.** Wochenende Systemische Beratungsmethoden | **21./22.5.** Wochenende Clean Language | **24.5.** Infoabend Heilpraktikerausbildung | **14.6.** Infoabend HP Psychotherapie

Kinesiologieschule.de Aus- und Fortbildungen

Mandiro Ordyniak (HP)
Regionaler Ansprechpartner der DGAK
Stubenrauchstr. 22
12161 Berlin-Friedenau
Tel.: 030.791 16 41
eMail: KINSCHU@web.de
www.kinesiologieschule.de

- Brain Gym 1 + 2: Do, 26. - 29. Mai (Himmelfahrt) Grundkurs „Leichter Lernen mit Kinesiologie“
- Erlebnisabend Kinesiologie + Ausbildung: Di, 21. Juni 19h „Gesund und Fit mit Touch for Health“
- Touch for Health 1 – 4:
  Sa, 6. – 14. Aug. (Mi. frei)

- **Weitere Kurse** ...
  finden Sie auf meiner Webseite

Termine

10.5. Dienstag

20:00h Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen ohne Voranmeldung mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

14.5. Samstag

10:00-15:00h Der Yoga der Tat - Teil 1 - Werkzeuge des Yoga für den Alltag. Sa./So 14.-15.5., 10-15 Uhr, Tel: 030.8131040, wegdermitte.de/yogadertat

21.5. Samstag

The Work nach Byron Katie, mit Dirk Feddersen am 21.05. und 22.05. in der NEURES Akademie, Brandenburgische Str. 78, 10713 Berlin, Tel: 030-75541857, www.neures.de

25.5. Mittwoch

19:00h Infoabend: Ambulantes Fasten - Stellen Sie die Weichen für einen neuen Start! Ambulante Fastenkur: 16. - 25.6., T: 030.8131040, wegdermitte.de/fasten

26.5. Donnerstag

Ramana Maharshi's Vermächnis Sat Darshanan kommentiert im Vedanta. Seminar 26.-29.05.22 v. James Swartz. ramjisemi nar@gmail.com, T. 015906755959

19:00h Wieder glücklich im Job. Impulsvortrag jeden letzten Donnerstag im Monat in B.-Charlottenburg, Klausener Kiez. 9 Euro. Voranmeldung: 030-53154320, Info: www.wieder-gluecklich-im-job.de

28.5. Samstag

Systemische Aufstellungsarbeit erleben, mit Simon Matthias am 28.05. und 29.05.2022 in der NEURES Akademie, Brandenburgische Str. 78, 10713 Berlin, Tel: 030-75541857, www.neures.de

11.6. Samstag

10:00-15:00h Mit Benefit Yoga® den natürlichen Atem entdecken. Kraft des Atems und der achtsamen Bewegung. Sa./So. 11.-12.6., 10-15 Uhr, Tel: 030.8131040, wegdermitte.de/yogaatem

14.6. Dienstag

20:00h Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen ohne Voranmeldung mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

24.6. Freitag

19:00h Buchlesung „Tierkommunikation" mit Iljana Planke im K-Salon, Bergmannstraße 54. Infos unter: www.mit-Tieren-kommunizieren.com

30.6. Donnerstag xx

19:00h Wieder glücklich im Job. Impulsvortrag jeden letzten Donnerstag im Monat in B.-Charlottenburg, Klausener Kiez. 9 Euro. Voranmeldung: 030-53154320, Info: www.wieder-gluecklich-im-job.de

5.7. Dienstag xx

20:00h Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen ohne Voranmeldung mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

Regelmäßig:

donnerstags

19:00h Wieder glücklich im Job. Impulsvortrag jeden letzten Donnerstag im Monat in B.-Charlottenburg, Klausener Kiez. 9 Euro. Voranmeldung: 030-53154320, Info: www.wieder-gluecklich-im-job.de

freitags

19:00-21:00h Die eigenen Träume verstehen lernen. Offene Traumgruppe. www.gestalttherapie-und-traumarbeit.com

Wer macht was

Ausbildung

Die Yogaschule Shakti Yogaloft in Schöneberg bietet anerkannte Yoga-Ausbildung YA 200h im Modulsystem an den Wochenenden an. Info/Anmeldung: info@yogalehrer-berlin.de. www.yogalehrer-berlin.de

Shiatsu-Grundkurs 21.+ 22. Mai, € 150,- Lerne entspannende Shiatsumassagen zu geben. Einstieg GSD-anerk. Shiatsu-Ausbildung. Kostenfreier Infoworkshop 20. Mai., 18:30-20:30. Mach mit! Gewinne einen Grundkurs. shiatsu-zentrum.de 030.6151686

Walking-In-Your-Shoes Akademie. Gehen heißt Verstehen. Sich selbst anders entdecken. Aus- und Fortbildung. Auch online. www.WIYS-Akademie.org. info@WIYS-Akademie.org. 0511-2110513

www.lehmbaukurse.de, Theorie+Praxis+Kost+Logis von Beatrice Ortlepp im www.der-kastanienhof.de, 399€/3Tage, T. 0178-1987624

Akasha-Chronik

Spirituelle Lesungen, Ausbildungen, Workshops nach Akasha-Life in den Energien der Neuen Zeit. www.sabine-zoll-froehlich.de

Augen-/Sehtraining

Wieder besser sehen 03.-06.06. Seh-Reisen, Kinder- u. Erwachsenen-Sehtraining, Ausbildung Seh-Pädagogik, www.NatuerlichBesserSehen.de, Info@a-s-z.de

Beratung

Erwachse! Beistand und Beratung bei schwierigen Elternbeziehungen. Breche Strukturen auf, richte dich auf zu Freiheit und Stärke! elternbeziehung-hilfe.de

Coaching

Erwachter Mann. Spirituelles Erwachen & Potenzialentfaltung. Buch: www.Erwachter-Mann.de. Erstgespräch: www.eliasfischer.de

Stille - Arbeit, Eintauchen in die Stille, achtsames wahrnehmen, dem Ungehörten lauschen, klar sehen – Lösungen erscheinen. www.seelisches-wachstum.de

(Familien-)Aufstellungen

Familien- und Systemaufstellungen seit 1995, Ltg. Harald Homberger, Berlin/Göttingen u. a. Weiterbildungen, Info: 0551-20192780, www.familienstellen-berlin.de

Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen: Di. 10.5., 14.6., 5.7., 20 Uhr, Seminar: 1.-3.7. und 14.-16.10. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

Geistiges Heilen

Lassen Sie sich berühren: Handauflegen 15 € / Energetische Massage 30 €. Susann Liebner 015733282282, www.philippinische-geistheilung-liebner.de

Kleinanzeigen schalten Sie unter www.kgsberlin.de Link: Anzeigenschaltung bis 10.06.2022 für KGS 5/6-2022

JOHANNES SCHMIDT
Aufstellungen und Körpertherapie
Seminare – Weiterbildung – Einzelarbeit
www.johannes-schmidt.info

Hellsehen

Ausgebildetes Medium bringt hellsichtig, achtsam und seriös Klärung in anstehende Fragen zu Ihren persönlichen Lebens-Themen. Zeit für „Inspirationen jenseits des Horizonts“ im Herzen von Berlin: www.danielmicali.de

InnereKindHeilung

Mit GAWÉL zurück zur entspannten Schädelmuskulatur Deiner Kindheit. GAWÉL führt Dich in die kindliche Anbindung zurück und Du kannst Dich selbst wieder fühlen und Dein Kopf entspannt sich. GAWÉL öffnet Dir das Tor zum Himmel. Fernbehandlungen Cornelia Bahr: 07724-9499333, www.werde-wieder-kindskopf.de

Jobs biete & suche

1.712 € bis 3.156 € monatl. mgl., orts- & zeitunabhängig, per Smartphone, weltweit, T. 030-86385529, www.Reich WieNie.de

Kinesiologie

Ausbildung (1-2 Jahre mit Zertifikat) + Fortbildung: Touch for Health, Psycho-K., Brain Gym, NICE u.a. m. M. Ordyniak, T. 030-7911641, www.kinschu.de

Partnervermittlung

www.Gleichklang.de: Die andere Partnerbörse im Internet für spirituell Bewegte!

Psychotherapie

Transpersonale Psychotherapie nach K. Graf Dürckheim. Rosmarie Jäger, Tel.: 030.8122301, www.rosmarie-jaeger.de

Räume/Häuser biete

Aquariana-Zentrum: Praxis- und Seminarräume, gepflegter Service/Ausstattung, Parkplatz. Am Tempelhofer Berg 7d, Krzb, 030-6980810, www.aquariana.de

Helle Gruppenräume, Shiatsu, Yoga, Bodywork, 52 + 120 qm, zentral, Dachetage, T: 030-32662832, www.zen-shiatsu-schule.de

Schöner Seminar-/Workshopraum, Prenzlauer Berg Kollwitzkiez zu vermieten, 50 qm, gut ausgestattet, seminarraum@posteo.de

Schwitzhütte

Inipi-Schwitzhütte, Reinigung für Körper, Geist und Seele. Wenn wir das Wasser auf die heißen Steine gießen, atmen wir den Dampf ein, der so alt ist wie die Welt. Schwitzhüttenplatz nähe Berlin auf ruhigem Bauernhof. Info: Ingo 0163-6080808, www.earthfaces.de

Shiatsu

Berliner Schule für Zen Shiatsu, Aus- und Weiterbildung seit 1997, GSD-anerkannt. www.zen-shiatsu-schule.de, 030.32662832

Stressbewältigung

Stressbedingte Verdauungsstörungen: Bedrohliche Erlebnisse schlagen Dir auf den Magen? Ich stärke Deinen Magen, damit er „Schläge“ leicht verdauen kann. So gehst Du kraftvoller durch Dein Leben. www.magil.de

Tierkommunikation

Tierkommunikation und Seminare zum Erlernen der TK. Iljana Planke (TK seit 20 Jahren), www.mit-Tieren-kommunizieren.com

Vorträge

The Cosmic Elements TV - Informationsseite zu den seelischen und geistigen Verbindungen im Universum. www.thecosmicelements.tv

Workshops

Familienaufstellung u. Traumatherapie - Vieles was hilft - Offener Abend mit Aufstellungen: Di. 10.5., 14.6., 5.7., 20 Uhr, Seminar: 1.-3.7. und 14.-16.10. mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann, im Aquariana, Am Tempelhofer Berg 7d, Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

Heilungswege für alleingeborene Zwillinge, Seminar 13.5.-15.5. in Berlin mit Dipl. Psych. A. R. Austermann und B. Austermann (Buchautoren von „Das Drama im Mutterleib“), Tel: 030.69818071, www.ifosys.de

Walking-In-Your-Shoes Akademie. Gehen heißt Verstehen. Sich selbst anders entdecken. Eine Selbsterfahrung. Auch online. www.WIYS-Akademie.org. info@WIYS-Akademie.org. 0511-2110513

WIEDER
GLÜCKLICH
im
JOB

InesMaria.Fischer@wie-weiter.jetzt
WIEDER-GLUECKLICH-IM-JOB.DE

ZERTIFIKATSPROGRAMM
LABAN / BARTENIEFF
BEWEGUNGSSTUDIEN

erleben beobachten
Wochenendformat verstehen
Beginn:
September 2022
in Berlin
gestalten

EUROLAB

Leitung: Antja Kennedy
Telefon: +49 30 52282446
info@eurolab-programs.com
www.eurolab-programs.com

Wie wäre es mal mit einem
Werbebanner
auf der Webseite www.kgsberlin.de !
Interesse?
Dann melden Sie sich gerne unter T. 030 - 6120 1600 oder mail@kgsberlin.de

Schamanen aus aller Welt

Das Buch umfasst Interviews mit sechs traditionellen Schamanen: Wai Turoa-Morgan (Matakite, Neuseeland), Elena Avila (Curandera, Mexiko), Elliott Rivera (Medium & Schamane, Puerto Rico), Philip Carr-Gomm (Druide, England, Ahamkara-Schamane, Altai) sowie Long Standing Bear Chief (Blackfeet, USA). Die Inhalte spiegeln die Vielfältigkeit der Traditionen und Kulturen wieder, das alte Wissen, die

Unterschiede und Gemeinsamkeiten, die unendlichen Möglichkeiten, die sich uns eröffnen können durch Rituale und Zeremonien, Lieder, Geschichten, Klänge, Windrichtungen, Ahnen, und vor allem das, was über das Natürliche, Sichtbare, Greifbare und Materielle hinausgeht. In einer Welt, wo Traditionen allmählich verloren gehen, ist dieses Buch ein Erbe von unschätzbarem Wert. Es ist eine unvergessliche Reise durch die spirituellen Welten der Schamanen dieser Erde. Dieses aufwendig und hochwertig gebundene Buch in Leinen mit Golddruck ist in verschiedenen Farben sowohl in deutscher als auch in englischer Sprache direkt bei der Autorin erhältlich unter: https://bluejay.eu/shop.

Daniela Scaramelli: Interviews mit traditionellen Schamanen aus aller Welt. EJ: 1.2022. Sprache: englisch oder deutsch. Farben: dunkelblau, lila, türkis, rot oder grün. Einseitig rechts bedruckt. 44 Euro.

Neun Gesichter der Liebe

Die eindringliche Bitte „Versteh mich doch!“ hat wohl jeder, der in einer Partnerschaft lebt, schon einmal an den Lieblingsmenschen gerichtet. Doch den Partner (aber auch sich selbst) wirklich zu verstehen, ist oft leichter gesagt als getan. Renate Georgy zeigt, wie eine wahrhaft glückliche, erfüllende Liebesbeziehung gelingen kann. Im Zentrum steht dabei das Enneagramm, ein einfach anzuwendendes Instrument der Selbsterforschung von verblüffender Aussagekraft. Anhand dieser Typenlehre wird es möglich, unbewusste Sehnsüchte und Verhaltensmuster, Stärken und Schwächen aufzudecken – und damit auch verborgene Sollbruchstellen in einer Liebesbeziehung klug zu umgehen oder rechtzeitig zu „kitten“. So weist das Enneagramm wie ein untrüglicher Kompass die Richtung, um sich selbst und den Partner ganz neu kennen- und lieben zu lernen und eine Beziehung zu leben, die geprägt ist von echtem gegenseitigem Verständnis. Renate Georgy war über 25 Jahre Rechtsanwältin und Fachanwältin für Familienrecht in eigener Praxis. Daneben hat sie ehrenamtlich in einer Frauenberatungsstelle gearbeitet. An der Universität Hamburg lehrte sie über zehn Jahre lang Frauenrechte.

Das Enneagramm leistet ihr beruflich und privat seit über dreißig Jahren gute Dienste. Heute lebt sie glücklich mit ihrem Ehemann, dem Autor Thomas Hohensee, in ihrer Lieblingsstadt Berlin.

Renate Georgy: Die neun Gesichter der Liebe. Mit dem Enneagramm dich selbst und deinen Lieblingsmenschen besser verstehen. Integral 3.2022, gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 208 Seiten, 18 Euro

Ein fliegender Vogel blickt nie zurück

Wer bin ich? Was ist Glück und was der Sinn des Lebens? Was ist Wahrheit, was ist Erleuchtung? All diese Fragen stellte der große koreanische Poet in seiner Jugend an das Leben, um schließlich zu erkennen, dass es das Leben selbst ist, das uns über die Jahre hinweg die Antworten mitteilt – wenn wir bereit sind, uns auf seine Rätsel einzulassen. Denn zu leben bedeutet, seine eigene Geschichte zu schreiben und nicht die Erwartungen oder Vorgaben anderer zu erfüllen. Es bedeutet, sein Leben zu bejahen, auch wenn es manchmal wehtut, man gar durch ein schmerzhaftes Fegefeuer aus Verlust und Trauer gehen muss.

Die Geschichten in diesem Buch enthalten Antworten, die das Leben auf die Fragen des Autors bereithielt. Sie spenden Trost und Kraft in unsicheren Zeiten, sind voller Tiefsinn und wahrer Schönheit. Weisheitsgeschichten, die unser Herz berühren.

Shiva Ryu: Ein fliegender Vogel blickt nie zurück. Die Freiheit nach dem Loslassen. Aus dem Koreanischen von Dr. Ki-Hyang Lee. Scorpio 9.2021. 288 Seiten, 18 Euro

Dein magischer Platz

Bei Kraftorten denken viele an alte Kultstätten und religiöse Heiligtümer. Doch ein »magischer«, stärkender Platz kann auch ganz unauffällig und von Mensch zu Mensch verschieden aussehen. Was macht Kraftorte aus? Wie erkenne ich sie und kann sie für

mich nutzen? Welche Rolle spielt die Natur als Kraftort? Diesen Fragen geht Kraftortcoach Tanja Dränert

in ihrem Buch nach und gibt dabei wertvolle Werkzeuge an die Hand, um den ganz persönlichen Kraftort zu finden und mit ihm ins Gespräch zu kommen. Denn jeder Ort sagt auch etwas über uns aus. Bestimmte Landschaftsformen – wie Flüsse, Wälder, Höhlen oder Wege – können uns einen Spiegel vor Augen halten für den Umgang mit unseren Lebensthemen. Bäume und Pflanzen mit ihren ganz eigenen Qualitäten geben Hinweise auf unsere Bedürfnisse. So wird der Kraftort zum Coach, zum Begleiter und wichtigen Ratgeber für verschiedene Lebensfragen.

Tanja Dränert: Dein magischer Platz. Das Kraftort-Coaching. Mankau 4.2022, Klappenbroschur, 254 Seiten, 20 Euro

Sei stärker als die Angst

Angst begleitet jeden von uns – in den verschiedensten Lebenslagen. Angst raubt dir die Macht, dein Potenzial voll zu entfalten. Angst schränkt deine Handlungsfähigkeit ein und lässt dich nicht mehr klar denken. Diese Furcht raubt dir Kraft und Energie, beeinflusst deine Entscheidungen nachhaltig und verändert somit den Verlauf deines

weiteren Lebens. Nicht die Angst soll dich und dein Leben steuern – du sollst dein Leben in die Hand nehmen und deine Träume verwirklichen! Wie du mit deiner Angst umgehen kannst, wie diese einer deiner wichtigsten Motivationsfaktoren wird und wie du an dich glaubst, noch stärker wirst und deinen eigenen, angstbefreiten Weg gehst, das kannst du dir in diesem daraufhin entsprechend gestalteten Arbeitsbuch selbst erarbeiten. Sabrina Fleisch ist ausgebildete Angst- und Stressbewältigungstrainerin. Ihr Ziel ist die Veränderung von Denk-, Gefühls- und Handlungsmustern, und die Steigerung der Zufriedenheit und Lebensqualität.

Sabrina Fleisch: Sei stärker als die Angst. Ein Arbeitsbuch, das dein Leben verändern wird. Allegria 2.2022, Klappenbroschur, 384 Seiten, 19,99 Euro.

Kluge Köpfchen

Nie verfügt das Gehirn über mehr Potenzial als in den ersten sechs Lebensjahren. Müssen Kinder deshalb in diesen ersten Jahren so viel wie möglich lernen? Auf keinen Fall! Das ist ein weit verbreiteter Irrtum, der gravierende Folgen haben kann. Denn das Gehirn lässt sich in seiner Entwicklung nicht „beschleunigen". Es hat seinen eigenen Plan. Höchste Zeit, sich zum Wohl der Kinder damit vertraut zu machen. Immerhin ist heute über das Gehirn und dessen Entwicklung mehr bekannt als je zuvor. Wie Eltern dieses Wissen einsetzen können, um Kinder besser zu verstehen, zeigt der renommierte Neuropsychologe Álvaro Bilbao. Sein Buch zeigt anschaulich und fesselnd, wie Kindern emotional und intellektuell der beste Start ins Leben ermöglicht werden kann. Álvaro Bilbao ist Doktor der Psychologie und Neuropsychologie. Sein Engagement für Menschen mit Behinderung wurde 2010 in Spanien ausgezeichnet. Auf der Webseite von www.kgsberlin.de können Interessierte eine ausführliche Rezension von Adelheit Ohlig (Luna-Yoga) zu diesem Buch lesen.

Álvaro Bilbao: Kluge Köpfchen. Die erstaunliche Entwicklung des kindlichen Gehirns. Herder 3.2022, Klappenbroschur, 304 Seiten, 24 Euro

Familienaufstellungen

Dr. Renate Wirth
Praxis für Familienaufstellungen

Seminare:
www.aufstellungstage.de

Der Blog:
www.renate-wirth.de

Das Buch:
www.im-herzen-frei.de

Im Herzen frei
Wie Familienaufstellungen helfen, Probleme und Blockaden zu lösen.
Ein Einführungsbuch, aus der Praxis erzählt.

Dr. Renate Wirth
Prinzregentenstr. 7
10717 Berlin
Tel. 0172 – 1832635
post@renate-wirth.de

Brennnessel – verkannter Schatz

Die meisten Menschen machen um die Brennnessel einen großen Bogen, weil sie bei Hautkontakt ihrem Namen alle Ehre macht und für Schmerzen sorgt. Aber die Brennnessel kann viel mehr und wird wissenschaftlich mit einer Fülle von Heilwirkungen in Verbindung gebracht. Kaum eine andere Pflanze hat eine derartige Vitalstoffdichte. Die Autorin Barbara Simonsohn: „Wenn Sie Brennnesseln zu sich nehmen, wirken diese im

Körper wie Medizin – um vorzeitigen Alterungsprozessen entgegenzuwirken, sich auf kontinuierliche Weise zu entgiften, im Säure-Basen-Gleichgewicht zu bleiben, sich optimal zu ernähren und gegenüber pathogenen Keimen zu wappnen." In ihrem Ratgeber stellt die Autorin 101 hilfreiche Anwendungen und Rezepte vor, die helfen können bei Akne und Blutarmut über Haarprobleme und Hauterkrankungen bis hin zu Wechseljahresbeschwerden und Zahnfleischentzündung. Ergänzt wird das Buch durch nützliche Tipps für Garten-, Pflanzen- und Tierfreunde und verschiedene Rezepte für die gesunde Küche. Die Autorin empfiehlt, selbst in die Natur zu gehen, Brennnesseln zu sammeln und zu verarbeiten. Dies ist nicht nur die preiswerteste Lösung, sondern man kann sicher sein, dass es sich um echte Wildpflanzen handelt und die Pflanzenteile vitalstoffschonend verarbeitet werden. Ein Superfood direkt vor unserer Haustür, in großen Mengen vorhanden und leicht zu verarbeiten. Es ist so einfach, sich mit wertvollen Vitalstoffen zu versorgen.

Barbara Simonsohn: Die Brennnessel. Das Wunderkraut für Gesundheit, Küche und Schönheit. Ein Kompaktratgeber. Mankau 3.2022, Klappenbroschur, 158 Seiten, 12 Euro

Book of Bridges

Das neue Album der Berliner Komponistin Beatrix Becker umfasst melancholisch lebensfrohe Stücke für Bassklarinette und Klarinette, Violoncello, Gitarre und Klavier, die im Lockdown des Jahres 2021 entstanden sind. Gemeinsam mit Violoncellistin Rebecca Carrington und Gitarrist Nikos Tsiachris nimmt Beatrix Becker uns mit auf eine heilsame musikalische Heldenreise durch die emotionalen Untiefen der Pandemieerfahrung und des Lebens selbst. Ihre mondiale Musik zwischen Klezmer, Tango, Weltmusik und kleinen Ausflügen in die Improvisation macht auf wundervolle Weise erlebbar, wie Musik Brücken zu bauen vermag: zwischen Menschen und Meinungen, Kontinenten und Kulturen, zwischen uns und unserer Zuversicht für das, was fortwährend im Ungewissen liegt. Es entsteht eine Klangästhetik, die so wohl nur in der Metropole Berlin entstehen kann.

Beatrix Becker Trio: Book of Bridges. Label: Hey!Acoustics 3.2022. 18 Parts, 58.46 Minuten, 19,90 Euro, erhältlich unter https://beatrix-becker.de

Weitere Ankündigungen
zu neu erschienen
Büchern,
Musik oder Filmen
wie auch
Rezensionen von Lesern
außerhalb dieser Redaktion
finden Sie in der
Online-Rubrik:
Service
auf unserer Webseite:
www.kgsberlin.de/
Neuerscheinungen

Buchhandlungen

mit Fachbüchern und mehr ...
(und Auslage der KGS-Magazine)

Mandala Buchhandlung
Husemannstr. 27, 10435 Berlin-Prenzlauer Berg, T. 030-4412550
www.mandala-berlin.de

Mondlicht Buchhandlung
Oranienstr. 14, 10999 Berlin-Kreuzberg, T. 030-6183015
www.mondlicht-berlin.de

Zenit Buchhandlung
Zentrum f. Spiritualität in Berlin
Pariser Str. 7, 10719 Berlin
T. 030-8833680
www.zenit-berlin.de

Impressum*

KGS Berlin

Körper Geist Seele Verlag
Inh. Sabine Simon-Weidner

Briefanschrift:
Hohenzollerndamm 56, 14199 Berlin

030. 612016-00
mail@kgsberlin.de
www.kgsberlin.de

ISSN 2196-3797
Verteilte Exemplare: 12.000

Herausgeber:
Sabine Simon-Weidner (V.i.S.d.P.)

Redaktion:
030. 6120 1602
redaktion@kgsberlin.de

Anzeigen:
030. 6120 1600
anzeigen@kgsberlin.de

Kleinanzeigen:
030. 6120 1603
kleinanzeigen@kgsberlin.de

KGS Berlin erscheint 2-monatlich.

Annahmeschluss nächste Ausgabe:
Juli/August

Redaktion: 10.06.2022
Kleinanzeigen: 10.06.2022
Großanzeigen: 13.06.2022

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht immer die Meinung der Redaktion wieder. Die Veröffentlichung von Terminen und Veranstaltungsorten erfolgt ohne Gewähr.

© 2022 Körper Geist Seele Verlag ...
Es gelten die Geschäftsbedingungen und die Anzeigenpreise laut Mediadaten 1-2022 (Download auf www.kgsberlin.de)

* Stand April 2022

Wir brauchen Verstärkung!

Krumme Lanke Brillen

Wir suchen Sie!

Augenoptik-Meister / Augenoptiker (m/w/d) staatlich geprüft Dipl.-AO (FH / B / Sc. M / Sc.)

- Wir lieben anspruchsvolle Augenoptik in einem
- familiären und harmonischen Arbeitsumfeld.
- Flexible Arbeitszeiten sind ebenso möglich wie
- mittelfristige Übernahme größerer Verantwortung.

Falls Sie ein Teamplayer sind und Sie diese Aufgabe anspricht, bitten wir um Vereinbarung eines Vorstellungstermins unter **0172–260 36 47** oder **cz@KrummeLankeBrillen.de**

Christian Zech freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme.
Krumme Lanke Brillen, Fischerhüttenstraße 83, 14163 Berlin-Zehlendorf

wasserkontor.de/shop

frisch & sauber

Bötzowstr.29 ☎44737670
Mo-Fr 10-13 & 14-19 Uhr Sa 10-18 Uhr

Besuche mal wieder einen Buchladen in deinem Kiez, deiner Gemeinde, deiner Stadt.

Führe nette Gespräche mit anderen über angesagte Bücher. Besuche Lesungen mit guten Autoren.

Erhalte die Vielfalt in den Straßen deines Wohnortes. Stärke unsere Buchläden, wie auch die vielen anderen kleinen, bunten, liebevollen Läden.

Eine Initiative des Körper Geist Seele Verlags

Mein Buch-laden im Kiez

WWW.KGSBERLIN.DE