

# KGS

WWW.KGSBREMEN.DE



## Was willst DU?!

Verena Kast: Interesse als Lebenselixier

Jakob von Uexküll: Menschliche Entwicklung statt wirtschaftlicher Verwahrlosung

Joanna Macy & Chris Johnstone: Faktoren für erfolgreiches Handeln

Sonja Radatz: Gestalten Sie. Sonst werden Sie gestaltet

Betsy Chasse: Spiritualität für Realisten

Dirk Grosser über Zugehörigkeit und Frieden mit der Welt



Die Weiterbildung Wellnesspraktiker/-in ist aus jahrelanger praktischer Erfahrung entstanden und optimal auf die Bedürfnisse von Entspannungssuchenden abgestimmt. Als Wellnesspraktiker/-in können Sie aus den erlernten Modulen gezielte Kombinationsmöglichkeiten erstellen und so vielfältige Entspannungsangebote für Ihre Kunden präsentieren.

Sollten Sie aus keinem einschlägigen Bereich kommen, bietet Ihnen die Weiterbildung zum Wellnesspraktiker/-in eine solide Basis für ihre Teil-/Selbständigkeit in einem neuen beruflichen Umfeld außerhalb der Heilkunde.

#### Modulübersicht und Termine

**Peter Hess-Klangmassage 1** 220 €  
Do. 09.07.15 + Do. 16.07.15  
Sa. 01.08.15 - So. 02.08.15

**Wellnessmassage** 220 €  
Sa. 20.06.15 - So. 21.06.15  
Sa. 15.08.15 - So. 16.08.15

**Öl-Klangmassage** 240 €  
Sa. 08.08.15 - So. 09.08.15  
Sa. 24.10.15 - So. 25.10.15

**Hot Stone Massage** 240 €  
Sa. 11.07.15 - So. 12.07.15  
Sa. 12.09.15 - So. 13.09.15

Klangwelten erleben GmbH • Oldenburger Str. 249 • 26180 Rastede • Tel.: 04402 97 34 165  
[www.klangwelten-erleben.de](http://www.klangwelten-erleben.de)



## Dein Zuhause: Kraftquelle deines Lebens



Danijela Šaponjić  
**LEBENSTRÄUMEN RAUM GEBEN**  
Gestalte, wie du wohnst – und lebe, wer du bist.  
Feng Shui für die Persönlichkeitsentwicklung  
208 Seiten • € 14,99 [D]  
ISBN 978-3-7787-9259-9

Mensch und Raum sind ein Ganzes – in dieser Verbindung liegt ein unermessliches Potenzial für die eigene Persönlichkeitsentwicklung. Wie wir dieses Potenzial nutzen können, zeigt Danijela Šaponjić in ihrem Buch. Mit vielen Tipps und Anregungen macht sie die Feng-Shui-Erfolgsprinzipien praktisch anwendbar.

**INTEGRAL**  
[www.integral-verlag.de](http://www.integral-verlag.de)

Anzeigen

Es ist Dein Leben.  
Tu was Du liebst  
und tue es oft.



### Titelthema: Was willst DU?!

<b>Interesse als Lebenselixier</b>	4
Text: Verena Kast	
<b>Menschliche Entwicklung statt wirtschaftlicher Verwahrlosung</b>	8
Text: Jakob von Uexküll	
<b>Faktoren für erfolgreiches Handeln</b>	14
Text: Joanna Macy & Chris Johnstone	
<b>Gestalten Sie. Sonst werden Sie gestaltet</b>	18
Text: Sonja Radatz	
<b>Spiritualität für Realisten</b>	22
Text: Betsy Chasse	
<b>... über Zugehörigkeit und Frieden mit der Welt</b>	26
Ein Segen für Lärm-Geplagte	
Text: Dirk Grosser	
<b>TCM-Tipp: Enzianwurzel</b>	29
Text: Nathali Winckler	
<b>Ständige Rubriken</b>	
<b>Sehen • Hören • Erleben</b>	30
<b>Wer macht Was - Im Internet</b>	36
<b>Kalender</b>	38
<b>Forum - Visitenkarten</b>	44
<b>Termine</b>	52
<b>Wer macht Was (ohne Termine)</b>	55
<b>Kleinanzeigen (mit Terminen)</b>	60
<b>Impressum</b>	62

**Bildnachweise:** Titel © gustavofraza / Seite 3 © taonga / Seite 4/5 © WavebreakmediaMicro / Seite 6 oben © Rawpixel / Seite 4 link & Seite 6 unten © Trueffelpix / Seite 7 © emirkoo / Seite 8 © Giuseppe Porzani / Seite 8: mitte © mojolo; unten © babimu; oben © fotomek / Seite 9 unten © mur162 / Seite 10 © Halfpoint / Seite 11 © beeboys / Seite 14 © Vera Kuttelvaserova / Seite 15 oben © Bernd Ege / Seite 15 © majivecka / Seite 16: oben © by-studio; unten © Visions-AD / Seite 17 © Smileus / Seite 18: oben © nito; mitte © Creativa; unten © Shutter81 / Seite 19: oben © Marco2811; unten © artellia / Seite 20 © Max Larin / Seite 21; Chances © stockpics / Seite 22: oben © gustavofraza; links: © skatzenberger; rechts: © Maksym Dykha / Seite 23 © styleunited / Seite 24: oben © bluedesign; unten © pioneer111 / Seite 25 © doris oberfrank-list / Seite 26 © Galyna Andrushko / Seite 27 von oben nach unten: © Otmar Smit; © Dmitrijs Dmitrijevs; © Sophie James; © Kadmy; © maticandra / Seite 29 © hanphosiri / Mittelbild © wajan / Seite 51 © Olha Rohulya / Seite 62 © Jürgen Fächle

### Editorial

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,	
„Wenn Du Deinem Herzen folgst und Deinen Weg gefunden hast, sei beharrlich...“, heißt es auf Seite 17.	
Natürlich können wir uns auch von unserem Weg abbringen lassen, <i>wenn wir wollen</i> .	
Manchmal scheint es tatsächlich einen ‚langen Atem‘, großes Durchhaltevermögen zu brauchen, um bei dem zu bleiben, was man von Herzen für richtig und wichtig hält...	
Und sicher ist es gut, immer wieder zu prüfen, ob der Weg, auf dem wir uns gerade befinden, die Abzweigung, die wir genommen haben, noch dem entspricht, was wir <i>wirklich</i> wollen. Wir haben Augen und wir haben unser Herz, mit dem wir ‚sehen‘ können, was wir da gerade tun und bewirken.	
Mit einem offenen Herzen können wir auch prüfen, was wir von anderen annehmen wollen und was nicht, - welchen ‚Inspirationen‘ wir folgen wollen - und welchen nicht.	
Wir wünschen Ihnen Erfüllung auf <i>Ihrem</i> Weg!	
Ingrid Antons & Ruth Haselwander	

Ein besonderer Dank an alle Helfer und Förderer, für ihre Unterstützung bei der Produktion des KGS Bremen.

**Nächste Ausgabe: August/September 2015**

Redaktionsschluss: 30. Juni 2015

Anzeigenschluss: 7. Juli 2015

Tel: 0 44 08 - 80 91 92 0

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

# Interesse als Lebenselixier



Ein wirkliches Interesse ist ein wahres Lebenselixier. Ergreift uns ein Interesse, fühlen wir uns belebt, animiert, motiviert, ihm nachzugehen und auch nachzugeben.



Text: Verena Kast

Das Interesse ist eine ganz besondere Emotion: Interessieren wir uns für etwas, dann sind wir nicht nur sachbezogen, ... sondern ... auch mit unserer ganzen Person dabei.

Unsere Außenwelt und unsere Innenwelt spielen zusammen, und das bewirkt, daß wir uns lebendig fühlen, vitalisiert, daß wir ... uns gegenwärtig sind, etwas ausprobieren, von dem wir überzeugt sind, daß es mit uns selbst etwas zu tun hat. Wir engagieren uns.

Die Entscheidung zwischen „interessant“ und „nicht interessant“ ist eine fundamentale Unterscheidung, die wir ständig treffen.

Es geht .. bei unseren Interessen einerseits um die Selbsterhaltung: Es liegt im Interesse unseres Überlebens und eines guten Lebens, daß wir uns Nahrung beschaffen, unsere sexuellen Bedürfnisse

befriedigen können, die Geborgenheit finden, die wir brauchen, die Anregung finden, die uns gut tut. Das Interesse hört aber nicht bei der Selbsterhaltung auf, es geht dabei auch immer um eine Selbsterweiterung ... auf die Zukunft hin.

Unsere Interessen sind die Lebensthemen, die uns in einem bestimmten Moment - und vielleicht auch schon länger oder für länger beschäftigen.

Es geht dabei nicht um die Vorzeigeinteressen, von denen man glaubt, daß man sie haben muß in der heutigen Zeit, in der sozialen Schicht, zu der wir uns zählen, oder die man haben muß, um jemandem zu gefallen. Gefragt sind unsere echten ... Interessen.

## Der Wirkkreis des Interesses

Die Frage nach den bedeutendsten Interessen, danach, woran wir wirklich mit Herzblut hängen, zielt

auf die Aspekte der Persönlichkeit, die im gegebenen Moment zum Tragen kommen, die entwickelt werden können, aus denen heraus auch Leben sinnvoll und lebendig gestaltet werden kann.

Durch das Interessiertsein wird unsere Innenwelt belebt, das belebt wiederum unser Interesse, das Interesse wird noch größer und bringt uns dazu, das, was interessiert, noch mehr zu verfolgen, es zu gestalten.

Es ist ein zirkulärer Prozeß, ein Wirkkreis ... eine lustvolle Beziehung zwischen dem Selbst und der Welt, eine interaktive Beziehung, die das Selbst und die Welt verändert.

Was uns interessiert, ist aufregend, verspricht Neues, Entwicklung, Befriedigung ... Betätigungen, die auf Interesse und Neugier zurückgehen, haben die Belohnung in sich selbst.

## Phantasie und Interesse

Eine entwickelte Innenwelt verstärkt die Fähigkeit, sich zu interessieren ... das kann unter anderem durch Imagination erreicht werden.

Imaginationen werden dann besonders lebendig und damit auch emotional erfahrbar, wenn sie mit allen Kanälen der Wahrnehmung hergestellt werden ... sind oft überraschend ... zeigen neue Möglichkeiten auf .... Gesucht werden wirklich diese Vorgriffe der Einbildungskraft, das Zukunftsgerichtete der Imagination, das Schöpferische in unserer Einbildungskraft.

Das sind Phantasien, in denen das phantasierende Ich oder das Tagtraum-Ich als handelnde Person auftritt, in denen ein Leitbild, was man denn als Mensch werden möchte, zu erkennen ist, und darin sind auch die weiterführenden Interessen sichtbar.



### Umgehen mit Enttäuschung

Wollen wir uns das Interesse in seiner Intensität aufrechterhalten, ist es wichtig, daß wir lernen, mit Enttäuschungen innerhalb dieses Prozesses des Sich-Interessierens umzugehen. Enttäuschungen können das Interesse mindern. Die Emotion Interesse setzt ... nicht nur den belebenden Wirkkreis des Interesses in Gang, sondern nährt auch Erwartungen auf ein Resultat. Erfüllen sich die Erwartungen, freut man sich, wird noch lebendiger, aktiver und interessierter, das Selbstwertgefühl verbessert sich; erfüllen sich die Erwartungen nicht, ist man enttäuscht, verliert Interesse und Lebendigkeit ...

Wie kann man das Interesse trotz Enttäuschungen, die ja nicht zu vermeiden sind, dennoch aufrechterhalten? Eine .. Möglichkeit, um sich das Interesse auch in schlechteren Zeiten zu bewahren, besteht darin, kleine Teilerfolge als das Ziel insgesamt zu betrachten. Erreichen wir ein einmal gestecktes Ziel nicht, können wir es umdefinieren. Damit haben wir die Enttäuschung abgemildert, wenn nicht gar abgewendet.

Wir können und müssen auch innerhalb eines Arbeitsprozesses immer wieder Ziele neu definieren, wenn die ursprünglichen Ziele zu anspruchsvoll waren. Wer es gewohnt ist, nicht immer das Hauptziel

anzuvisieren, sondern die Ziele auf dem Weg dahin als Etappenorte zu sehen, hat immer einmal ein Erfolgserlebnis, das sein Interesse wieder neu anfacht.

Verfolgen wir unsere wahren Interessen, sind wir weniger leicht zu enttäuschen.

### Sich interessieren lernen

Es gibt immer wieder Situationen im Leben, in denen man auch für etwas Interesse aufbringen muß, das einen eigentlich nicht interessiert.

Wie besetzen Sie etwas mit Interesse, das Sie nicht natürlicherweise anzieht? Alle Menschen haben Techniken für diese Situationen; was immer auch



unser Beruf sein mag, man wird sich interessieren müssen für etwas, das zunächst nicht interessant ist. Eine oft gewählte Möglichkeit ist die, eine Perspektive einzunehmen, unter der etwas Uninteressantes interessant wird. Wir alle haben ein paar Interessen, die immer anzusprechen sind.

Interessiert man sich gerade für Chaostheorie, wird man das ungeliebte Arbeitspensum unter chaostheoretischen Gesichtspunkten betrachten, ist man sonst Verfechter oder Anhänger einer bestimmten Theorie, wird man sich fragen, wie weit die eigene Theorie im Uninteressanten vorkommt oder gar verifiziert werden kann.

Wichtig ist sicher auch die Frage: In welcher Situation kann ich mich am besten interessieren? Studentinnen und Studenten lernen in der Regel in einer Gruppe, in der für sie interessante Menschen sind, für die sie selber auch interessant sind.

Es besteht dann eine gewisse Erwartung, daß man auch wirklich etwas einbringt ... man bringt mehr ein, als man für sich selbst ausgearbeitet hätte, man entwickelt mehr Interesse.

Auch besteht die Möglichkeit, sich in einer Gruppe von Interesse anstecken zu lassen; gibt es einen Menschen in der Gruppe, der wirklich interessiert ist, weckt das vielleicht auch in einem selbst zumindest einen Hauch von Interesse, und eine Blockade ist beseitigt, eine Interessenöffnung ist da und ermöglicht ein Mehr an Interesse. Denn je mehr man sich für etwas interessiert, desto interessanter wird es.

### Interesse in Beziehungen

Sich für einen Menschen zu interessieren ist etwas anders als sich für ein Wissensgebiet zu interessieren; es geht um eine Ich-Du-Beziehung, um eine dialogische Beziehung; zwischen dem Ich und dem Du entsteht eine Resonanz. Natürlich steht auch ein Gegenstand, für den wir uns interessieren, in einem Dialog mit uns, und dennoch wirkt ein lebendiger Mensch in noch ganz anderer Weise auf uns ein ... die Interaktion bringt Dinge zum Vorschein, die jeder und jede allein eben nicht herstellen, nicht erleben könnte.

Behaupten wir, einen Menschen zu kennen, dann interessiert er uns nicht mehr. Entscheiden wir uns, uns für einen Menschen zu interessieren, finden wir immer wieder neue Aspekte. Der Mensch als Du ist etwas sehr Umfassendes, ein Mensch kann sich verändern, solange er lebt ... eine Beziehung braucht Neugier und Interesse...

© Textauszüge mit freundlicher Genehmigung aus:

Verena Kast

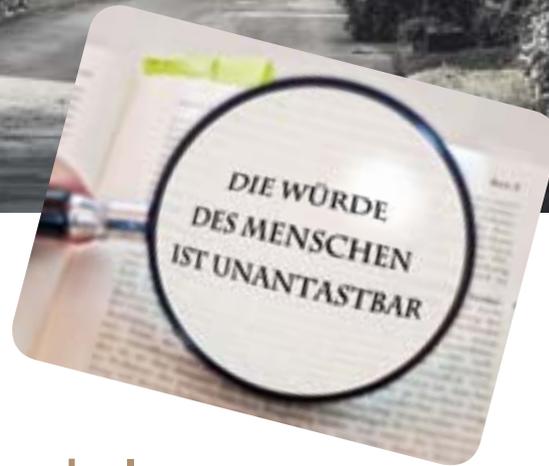
### Schöpferische Kraft entdecken

Vom Interesse und vom Sinn der Langeweile

Herder Verlag, 200 Seiten



Die Frage muss lauten: Welches Wirtschaftssystem können wir uns kulturell, sozial und ökologisch leisten?



## Menschliche Entwicklung statt wirtschaftlicher Verwahrlosung



Text: Jakob von Uexküll

Offensichtlich sind unsere Fortschrittsindikatoren völlig unzuverlässig geworden. Denn Wirtschaftswachstum in unserer Zeit bedeutet beispielsweise, dass frühere unentgeltliche, gegenseitige Transaktionen jetzt mit Geld bezahlt werden und daher zum ersten Mal gemessen werden. Heute wird nur noch gefragt, wie viel Kultur, Solidarität, Mitmenschlichkeit,

Ehrfurcht vor dem Leben, Ökologie wir uns ökonomisch leisten können. Alte Menschen, Kinder, Umwelt, gerechte Tierhaltung und so weiter: Alles scheint zu teuer, obwohl wir die reichsten Generationen der Geschichte sind.

Die entscheidende Frage muss natürlich lauten: Welches Wirtschaftssystem können wir uns kulturell, sozial und ökologisch leisten? Von Regierungen und Ökonomen werden wir nur noch als Verbraucher gesehen. Das Stichwort »Reform« bedeutet in Europa nicht etwa den dringend erforderlichen ökologischen Umbau unserer Industriegesellschaft, an dem viele Alternative Nobelpreisträger arbeiten, sondern weitere .. Neoliberalisierung und wirtschaftliche Globalisierung, obwohl die sozialen, ökologischen und kulturellen Kosten dieses Modells immer unerträglicher werden ... wie auch die maßgeblichen Propagandisten der gegenwärtigen Weltordnung



zugeben, sobald sie pensioniert oder entlassen sind. So erklärte der ehemalige Präsident des Internationalen Währungsfonds Michel Camdessus kurz nach dem Ende seiner Amtszeit, dass die immer breitere Kluft zwischen Arm und Reich den Zusammenhalt unserer Gesellschaften durch Konfrontation, Gewalt und zivile Unordnung zerstören wird ... und meinte weiter, wenn Regierungen nicht mehr tun würden, um Gerechtigkeit, Kultur und Ökologie zu schützen, würden wir auf eine große Unordnung zusteuern.



... Professor Wilhelm Röpke, ein Berater Ludwig Erhards, vor über 50 Jahren: »Die Ökonomie ist keine Naturwissenschaft, sie ist eine moralische Wissenschaft und hat als solche mit dem Menschen als spirituelles und moralisches Wesen zu tun. Die entscheidenden Dinge in der Ökonomie sind genauso mathematisch unberechenbar wie ein Liebesbrief oder eine Weihnachtsfeier, denn sie handeln von moralischen und spirituellen Kräften, von psychologischen Reaktionen und Meinungen, die sich jenseits von Kurven und Gleichungen befinden.« Der langjährige Vertreter der Weltbank in Genf, Alfredo Sfeir-Younis, sagte: »Wir müssen uns mit der Frage beschäftigen, ob die Ökonomie, die wir heute praktizieren, auch die Ökonomie von morgen sein wird und ob es weiterhin möglich sein wird, eine Wirtschaftspolitik und Wirtschaftsprogramme zu formulieren, die leer oder gleichgültig sind in Bezug auf die spirituellen Dimensionen des menschlichen Lebens.«

### Verantwortung für morgen

Einer der Gründungsväter der USA, Thomas Jefferson, sagte, die wichtigste Aufgabe für jede Generation sei die Schaffung zeitgemäßer Institutionen. Aber heute glauben wir, mit den Institutionen von gestern die historisch und global einmaligen Herausforderungen von heute meistern zu können. Unsere Vorfahren waren da viel weiter. Bei den Ursprungsvölkern Nordamerikas galt das Prinzip der 7. Generation, das heißt, alle Entscheidungen mussten die Folgen für die nächsten sieben Generationen berücksichtigen. Wie können wir verhindern, dass unsere Regierungen uns nur noch in unserer begrenzten Eigenschaft als



Verbraucher vertreten, während sie unsere gemeinsamen Werte als Bürger dieser Erde ignorieren? Sie behaupten, die Mehrheit wolle es nicht anders, aber wie der Begründer der Transpersonalen Psychologie, Abraham Maslow, schrieb: »Es ist schwierig, Werte wie Großzügigkeit, Mitmenschlichkeit und Liebe in einer Gesellschaft zu praktizieren, deren Institutionen, Regeln und Informationsströme auf geringere menschliche Qualitäten ausgerichtet sind.« Heute wird nach einer neuen Ethik gerufen ... Viele Untersuchungen, unter anderem des »Institute of Global Ethics«, zeigen, dass es weltweit quer durch Kulturen, Religionen und soziale Schichten einen breiten Konsens über menschliche Werte und Werteprioritäten gibt: Wir wollen alle unseren Kindern eine bessere und keine schlechtere Welt überlassen.

Wir wollen respektiert werden und vertrauen können. Das Gebot der Reziprozität findet sich in allen Religionen. Langfristige Lebenssicherung und Lebensqualität sind nicht Nebenprodukte von Wirtschaftswachstum und Konsum. E.F. Schumacher, der Autor von »Small is beautiful«, sagte: »Weil Konsum nur ein Mittel ist zum Ziel menschlichen Wohlergehens, sollte das Ziel sein, das Maximum von Wohlergehen mit dem Minimum von Konsum zu erreichen.« Die derzeitige Politik ist an ihre Grenzen gestoßen. Was nützen demokratische Reformen und Institutionen, wenn sie nur noch Ohnmacht demokratisieren, weil alle wichtigen Beschlüsse woanders gefasst werden?



Wir haben alle zu entscheiden, ob wir als Teil der Lösung oder des Problems in die Geschichte eingehen wollen.



Die herrschende Ordnung huldigt Konkurrenz und Individualismus. Aber sie arbeitet sehr effektiv zusammen, um ihre Ziele zu erreichen. Mit Hilfe von Think Tanks, »political action committees«, ideologischen Schulungen, langfristiger Lobbyarbeit und so weiter hat sie – zuerst in den USA und Großbritannien, dann fast überall – eine große mediale und politische Dominanz erreicht. Die Franzosen sprechen von der »Pensée Unique«, der einzigen noch erlaubten Denk- und Deutungsweise, wenn man in der öffentlichen Diskussion ernst genommen werden will. Es wird Zeit, dass wir, die eine bessere Welt wollen, von ihren Methoden lernen ... Wir müssen effektive Strukturen der Zusammenarbeit entwickeln, um eine zukunftsgerechte Gesellschaft zu bauen. Wir haben alle zu entscheiden, ob wir als Teil der Lösung oder des Problems in die Geschichte

eingehen wollen. Weder die Vorkämpfer gegen die Sklaverei noch die Befreier von Kolonialismus und Diktatur, noch die Alternativen Nobelpreisträger haben gewartet, bis sie x-tausend Unterstützer hatten. Sie haben eine Möglichkeit gesehen, und sie haben diese ergriffen.

© Textauszüge mit freundlicher Genehmigung aus:

Geseko von Lüpke, Peter Erlenwein  
**Projekte der Hoffnung**  
 Der Alternative Nobelpreis:  
 Ausblicke auf eine  
 andere Globalisierung  
 oekom Verlag, 230 Seiten



## Professionell mit Klang arbeiten

Fundierte Aus-, Fort- und Weiterbildungen  
in der Peter Hess-Klangmassage



Die Peter Hess-Klangmassage führt schnell in einen Zustand der Ruhe und Entspannung. Die Ausbildung wird zu einem besonderen Erlebnis für Sie selbst, das Sie genießen und weitervermitteln können.

- 20.-21.06.2015 Klangmassage I in Lilienthal/Worpswede mit Angelika Meisner Kursgebühr: 220 €
- 24.-31.07.2015 Intensivausbildung in Schweringen b. Nienburg mit Peter Hess Kursgebühr: 860 €

Peter Hess Institut (PHI) · Ortheide 29 · 27305 Uenzen · Tel.: 04252-9389114  
E-Mail: info@peter-hess-institut.de · [www.peter-hess-institut.de](http://www.peter-hess-institut.de)

Online Shop und aktuelle Infos unter:  
[www.hess-klangkonzepte.de](http://www.hess-klangkonzepte.de)



hess klangkonzepte  
seit 1989

## Peter Hess® Klangschalen und alles für die Klangmassage

In unserem liebevoll gestalteten Laden Varadas in Uenzen finden Sie auf drei Etagen alles rund um Klangschalen, Gongs und Schlägel sowie Zubehör für die Klangmassage.

Gerne beraten wir Sie auch telefonisch.

Ladenöffnungszeiten: Mo.-Mi., Fr. 9-12 Uhr

Do. 9-18 Uhr · Sa. 10-15 Uhr



*Fordern Sie gerne unseren aktuellen kostenlosen Katalog an.*

Nepal Importe / hess klangkonzepte seit 1989 / Varadas (unser Laden vor Ort)  
Uenzer Dorfstr. 71 · 27305 Uenzen

Tel.: 04252-2411 · E-Mail: [bestellung@hess-klangkonzepte.de](mailto:bestellung@hess-klangkonzepte.de)

Anzeige



## Bio-Hofladen Schohusen

Hofladen-Kooperative und Abokiste:

Die Idee stammt aus der solidarischen Landwirtschaft. Eine Bewegung die weltweit gegen den Verfall wertvoller landwirtschaftlicher Flächen durch Monokultur und die Ausbreitung der industriellen Landwirtschaft arbeitet. Sie möchte wirken gegen weltweite Monopolisierung von Gemeingütern, die Macht von Konzernen und Monopolen, die die Vielfalt und Verbundenheit mit der Natur aufgeben wollen, Ausbeutung und Abhängigkeit schaffen. Es geht darum Erzeuger und Verbraucher zusammen zu bringen, um den Bezug zu den Lebensmitteln und Konsumgütern kennen zu lernen und Zusammenhänge gemeinsam verstehen zu können. Diese Bewegung stärkt kleine Strukturen in ihrer Vielfalt. Damit wollen wir einen Beitrag leisten gegen die beschriebenen Entwicklungen, die die wir alle kennen, denen wir jedoch oft ohnmächtig gegenüberstehen. Die Hofladen-Kooperative Schohusen besteht seit ca. 6 Monaten. Durch den Beitrag der Mitglieder werden die Kosten gedeckt. Dadurch kann die Ware „fließen“ und muss nicht durch Krisen und wirtschaftliche Nöte immer teurer werden.

Das Sortiment des Bio-Hofladens ist nach den Wünschen der Kunden bestückt. Der Verfall von Lebensmitteln soll so gering wie möglich gehalten werden. Das Sortiment bleibt somit überschaubar. Die Kooperative-Mitglieder erhalten Rabatt auf alle Hofladenprodukte. Für die Abokiste kommen Fahrkosten dazu, die wir durch die belieferten Kunden teilen und gleichzeitig das Auto zur Kostensenkung zum Carsharing anbieten.

Teilnahme willkommen!

Wir freuen uns über Ihr Interesse.

Tel.: 04482-927115 und e-mail [abokiste@web.de](mailto:abokiste@web.de)

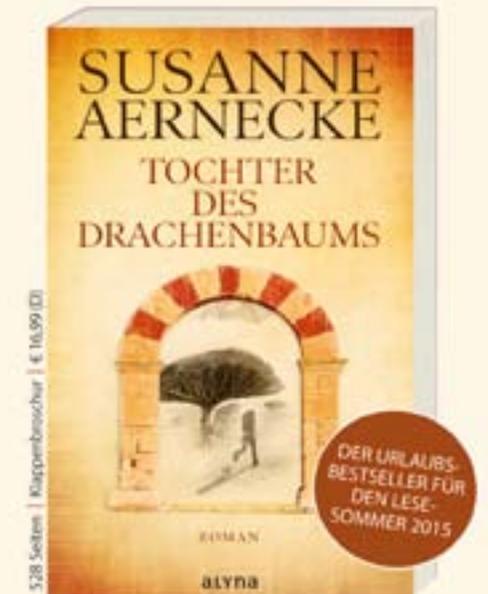
viele Grüße von Cäcilia Gerber,  
Sandra Wöbse, Regina Nienhaber

Öffnungszeiten des Bio-Hofladens Schohusen:

DI: 16 - 19 Uhr · FR: 15 - 18 Uhr · SA: 9 - 13 Uhr,  
Ostrittrumer Straße 18, 26209 Sandhatten.

Anzeige

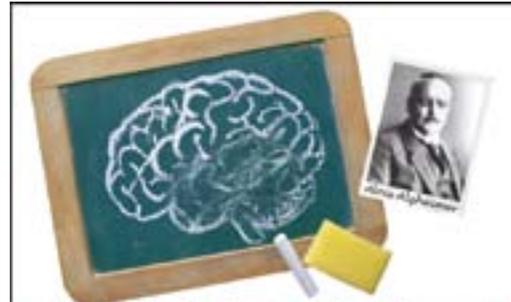
Liebe, Mystik, Abenteuer –  
ein Buch wie eine Traumreise



»Mystik, Spiritualität und die Begabung einer meisterhaften Geschichtenerzählerin machen aus Tochter des Drachenbaums ein immens spannendes Buch. Jede Seite überrascht!«  
Sabrina Fox

alyna

[amakuna-saga.de](http://amakuna-saga.de)



## Gedächtnislücken?

Ein Kennzeichen der Alzheimer-Krankheit sind Gedächtnislücken. Wir informieren Sie kostenlos. Schreiben oder rufen Sie uns an!



Kontakt: 34 - 40210 Ditzeldorf  
[www.alzheimer-forschung.de](http://www.alzheimer-forschung.de)

0800 / 200 400 1 (gebührenfrei)

"I have a dream..."

Martin Luther King Jr.

Text: Joanna Macy & Chris Johnstone

## Faktoren für erfolgreiches Handeln

### Entschiedenheit

Wenn wir zu glauben wagen, dass das, was wir uns erhoffen, möglich ist, können wir auch wagen zu handeln. In einer Erklärung dazu, die häufig Goethe zugeschrieben wird, heißt es: Bis man sich innerlich entschieden hat, zaudert man noch und hat die Chance, einen Rückzieher zu machen... In dem Augenblick, in man sich definitiv festlegt, bewegt sich auch die Vor-scheidung. Es geschehen alle möglichen Dinge, die einem helfen und die sonst niemals eingetreten wären. Ein ganzer Strom von Ereignissen entspringt aus dem Entschluss und führt alle Arten von unvorhergesehenen Vorfällen und Begegnungen und materiellen Hilfen herbei, die einen begünstigen und von denen kein Mensch auch nur im Traum hätte denken können, dass sie ihm zuteil werden. Was immer du tun kannst oder

träumst, tun zu können, fang damit an. Kühnheit trägt Genie, Macht und Magie in sich. Fang auf der Stelle an.

Sportler, die an Olympischen Spielen teilnehmen dürfen, trainieren wahrscheinlich jahrelang hart, bis es so weit ist. Ihre Entscheidungen darüber, was sie essen und trinken und wann sie zu Bett gehen, werden geleitet von ihrem Wunsch, nach und nach ihre Bestleistung zu erreichen. Sie nutzen vielleicht auch moderne Methoden der Sportpsychologie und beziehen Visualisierung oder andere Techniken ein, um ihre Motivation zu stärken und ihr Zielbewusstsein zu schärfen. Wenn wir anerkennen, dass wir in einer Zeit leben, die für die Geschichte der Menschheit entscheidend ist, wenn unser Handeln und unsere Entscheidungen Konsequenzen haben, die über Jahrtausende hinweg wirken, ist dann unser Tun in irgendeiner Weise weniger wichtig als Olympische Spiele?

### ÜBUNG

#### Identifiziere dich mit deinen Zielen und Ressourcen.

Dieser Prozess funktioniert gut, wenn du dich mit jemandem zusammenschließt und ihr einander abwechselnd befragt und unterstützt.

1. Wenn du wüsstest, dass du nicht scheitern könntest, was würdest du dann am liebsten für die Gesundheit unserer Welt tun?
2. Welches genaue Ziel oder Projekt, das dazu beitragen würde, könntest du dir realistischerweise für die nächsten zwölf Monate vornehmen?
3. Welche inneren und äußeren Ressourcen hast du, die dir dabei helfen können? Zu den inneren Ressourcen gehören besondere Stärken, Eigenschaften und Erfahrungen und außerdem das Wissen und Können, das du dir angeeignet hast. Zu den äußeren Ressourcen gehören Beziehungen, Kontakte und Netzwerke, auf die du dich stützen kannst, und außerdem materielle Ressourcen wie Geld, Ausrüstung und Orte, an denen du arbeiten oder wieder auftanken kannst.
4. Welche inneren und äußeren Ressourcen wirst du erst noch erwerben müssen? Was musst du vielleicht lernen, entwickeln oder besorgen?
5. Wie legst du dich selbst lahm? Welche Hindernisse könntest du dir selbst in den Weg stellen?
6. Wie willst du diese Hindernisse überwinden?
7. Welchen Schritt kannst du innerhalb der nächsten Woche machen, ganz gleich, wie klein er sein mag – jemanden anrufen, eine E-Mail schicken oder Zeit zum Nachdenken einplanen –, der dich deinem Ziel näher bringt?



### Zusammenarbeit

Was würde mit einer Fußballmannschaft passieren, deren Spieler dächten, sie müssten es allein schaffen und den Ball niemals abgeben? Der *Große Wandel* ist wie ein Mannschaftssport; er ist ein Prozess, der Zusammenarbeit erfordert.

Es gibt Zeiten, da müssen wir den Ball weitergeben, den Beistand anderer erbitten und andere Zeiten, in denen auch wir Unterstützung geben können.

Wenn wir nicht mehr allein kämpfen, sondern als Teil eines Netzwerks agieren, erleben wir die Machtverschiebung, die in dem Ausdruck steckt: „Ich kann nicht, wir können.“

Ein wichtiger und einflussreicher Faktor bei unseren Entscheidungen ist das, was andere in unserem Umfeld nach unserer Meinung tun. Untersuchungen haben ergeben, dass die Menschen eher ihren Energieverbrauch reduzieren, wenn sie wissen, dass auch ihre Nachbarn das tun.

Wir alle haben eine Bezugsgruppe von Menschen, mit denen wir uns vergleichen, wenn wir entscheiden, was normales und angemessenes Verhalten ist. Wir selbst gehören auch zu den Bezugsgruppen anderer Menschen.

Wenn sie uns also Schritte zu einer nachhaltigeren Lebensweise unternehmen sehen, dann steigt



## WAS WILLST DU ?!

die Wahrscheinlichkeit, dass auch sie diese Schritte machen.

Die Anerkennung der Macht des Beispiels auf lokaler Ebene hat zu einer Art von Gemeinschaftsbildung geführt, an der sich heute in den Vereinigten Staaten Hunderttausende von Menschen beteiligen.

Auf der Grundlage jahrzehntelanger Aktionsforschung wurde die *Cool-Communities*-Kampagne zur Reduktion des CO<sub>2</sub>-Ausstoßes entwickelt, die Menschen einer Straße oder eines Blocks zu kleinen „Öko-Teams“ zusammenführt und das Ziel hat, den CO<sub>2</sub>-Fußabdruck eines jeden messbar zu reduzieren.



### Erholungsphasen, Begeisterung und Freundschaft

Jedes Jahr raubt nicht-nachhaltige Landwirtschaft unserer Welt eine Anbaufläche, die so groß wie ganz Kentucky ist. Ganz ähnlich geht es uns selbst – wenn wir uns zu sehr unter Druck setzen oder von chronisch harten Bedingungen zermürbt werden, werden wir ausgelaugt wie die Humusschicht.

Um auf die Probleme unserer Welt zu reagieren, müssen wir uns anstrengen und mit Widerständen fertigwerden. Der Haken dabei ist, dass eine zu große und zu lange Anstrengung das Risiko des Burn-out mit sich bringt. Dieser Zustand körperlicher und emotionaler Erschöpfung ist eine Form von

Grenzüberschreitung mit anschließendem Kollaps; sie entsteht, wenn man über lange Zeit großem Stress ausgesetzt ist und dabei nicht genug Zeit für Erholung und zu wenig nährnde Kraftquellen hat.

Wenn Sportler ihre Leistung verbessern wollen, rechnen sie damit, dass sie ihre Komfortzone überschreiten müssen. Nach dem heute fest etablierten Prinzip des Intervalltrainings wechseln sie zwischen Phasen gesteigerter Belastung und Erholungspausen.

Um Formen von Engagement zu entwickeln, die wir über Jahrzehnte aufrechterhalten können, müssen wir unserem Bedürfnis nach Erholung Rechnung tragen.

Nachhaltige Landwirtschaft führt uns vor Augen, welch eine kostbare Ressource gesunder Boden ist. Wege zu finden, den Boden zu nähren, erneuern und wieder fruchtbar zu machen, ist ein Schlüsselfaktor für Langzeitproduktivität.

Ganz ähnlich ist es mit unserer Begeisterung: Sehen wir sie als kostbar an, dann wächst unser Interesse daran, wie wir diese wertvolle Ressource nähren, erneuern und wieder beleben können.

Haben wir den Wert der Begeisterung erst einmal erkannt, suchen wir nach Wegen, das, was wir tun, erfüllender zu gestalten.

Eine Gruppe für Nachhaltigkeit in Frome in England traf sich einmal im Monat, oft kam ein Redner oder es wurde ein Film gezeigt und anschließend darüber diskutiert. Ihre Treffen wurden wesentlich beliebter, als sie begannen, zuerst einmal gemeinsam zu essen. Jeder brachte etwas mit und das wurde dann geteilt. Dadurch bekamen die Menschen Zeit und Gelegenheit, miteinander zu reden, und nährten das Gefühl der Freundschaft und Verbundenheit, das bewirkte, dass sie sich auf das Kommen freuten. Aus den Gesprächen beim Essen erwuchsen Projekte und Aktivitäten, die die ganze Gemeinde verwandelt haben.

© Textauszüge mit freundlicher Genehmigung aus:

Joanna Macy, Chris Johnstone

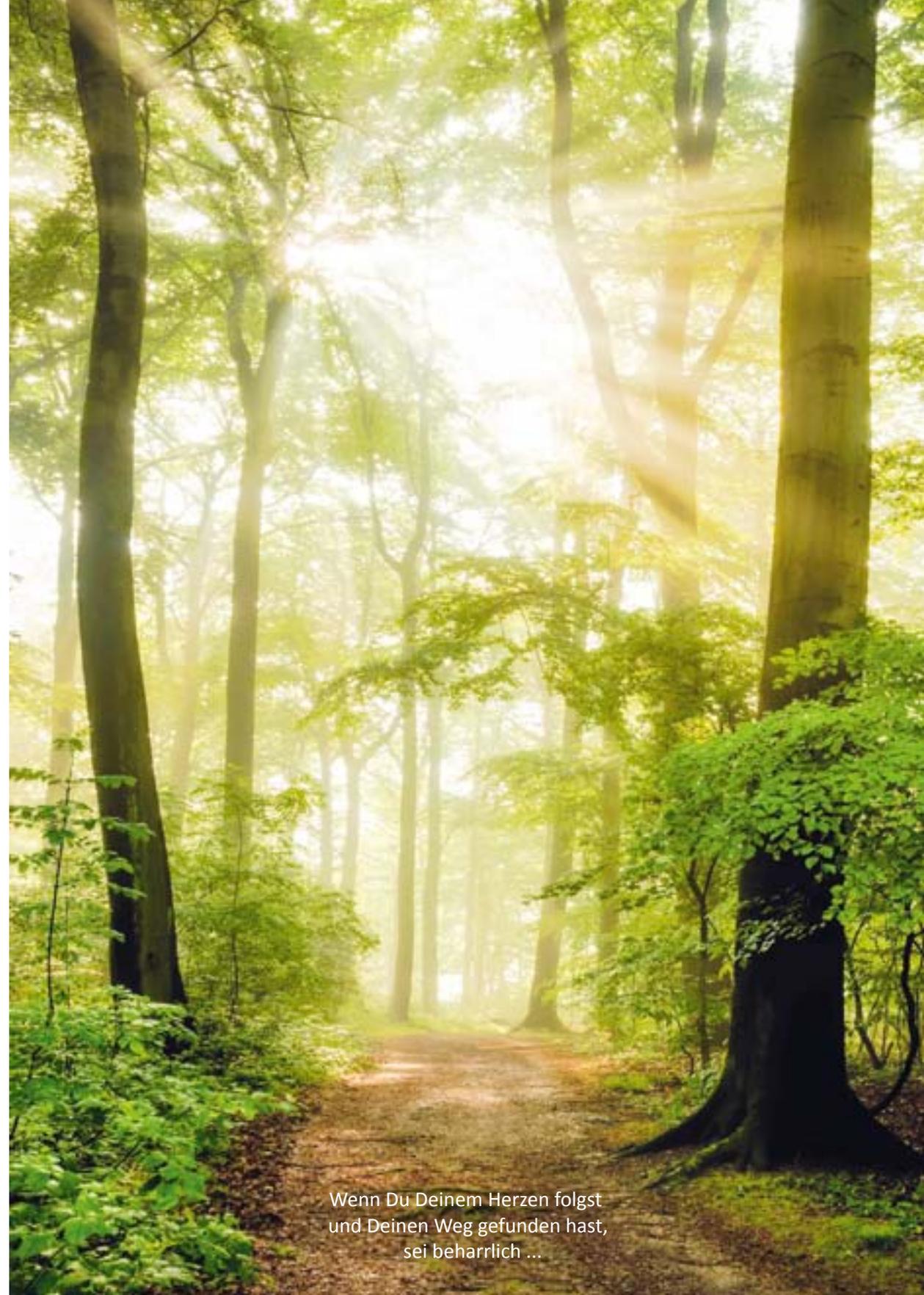
**Hoffnung durch Handeln**

Dem Chaos standhalten,  
ohne verrückt zu werden.

Übersetzt von Christa Broermann  
Junfermann, 240 Seiten



KGS Bremen - 06/07/2015



Wenn Du Deinem Herzen folgst  
und Deinen Weg gefunden hast,  
sei beharrlich ...

# Gestalten Sie. Sonst werden Sie gestaltet!

**Text: Sonja Radatz**

Es gibt zu viele Situationen, in denen wir es einfach aufgeben zu gestalten: Wir fühlen uns ausgeliefert, wir wissen nicht, wo wir mit einer Veränderung beginnen sollten, weil uns die Hürde zu groß erscheint oder weil, wie wir überzeugt sind, zu viel notwendig wäre, um eine befriedigende Lösung herbeizuführen.

Und so wursteln viele Menschen immer weiter weg. Sie belügen sich selbst, indem sie das schöne Leben auf die Rente oder gar noch später, auf die Zeit nach dem Tod verschieben; sie spülen ihre Träume mit einem großen Schluck Alkohol runter; sie müllen sich mit unwichtigen Tätigkeiten zu, die sie jeden Tag penibel vollbringen, um sich zu beweisen, dass sie

immer noch am Leben sind; sie laden sich voll mit Arbeit, um nicht weiter nachdenken zu müssen oder erst gar nicht ins Grübeln zu kommen; sie ziehen abends die .. Decke über den Kopf und versuchen, schnell einzuschlafen...



## Sich selbst vertrauen, (neue) Ziele setzen und den Rahmen prüfen

Meine Erfahrung ist, ... dass das Vertrauen in sich selbst die persönliche Einschätzung der Gestaltungsmöglichkeiten wesentlich beeinflusst ... wenn Sie das Vertrauen haben, dass Sie eine bestimmte Situation „wuppen“, dass ein bestimmtes Ergebnis ... in Ihren Augen (und das ist durchaus eine subjektive Einschätzung!) „erzielbar“ ist, haben Sie Gestaltungsmöglichkeiten.

Ich glaube, dass wir nicht umhinkommen, uns zu entscheiden, ob wir im jeweiligen Rahmen verbleiben wollen ... anstatt ein (Arbeits-)Leben lang ohne Erfolg (!) zu versuchen, die bestehenden Partner, Nachbarn ... Kollegen, Mitarbeiter, Vorgesetzten ... weiter zu „verändern“ ... hat es wohl mehr Sinn, das Umfeld zu wechseln ...

Sie werden vermutlich weder Ihr Unternehmen noch Ihre Heimatstadt und schon gar nicht Ihre Familie

leichtfertig verlassen. Aber wenn Sie tatsächlich kein Vertrauen haben, dass Sie in diesem Umfeld jemals Ihr Optimalszenario leben können, dann werden Sie wohl entscheiden müssen, ob Sie ... Ihr Optimalszenario verändern (können) oder das System verlassen müssen.

## Handlungsabläufe ändern

Wenn Ihnen klar ist, welchen Rahmen Sie in Ihrem Umfeld ... haben (also mit welchen ... (freien) Zeiten und sonstigen Ressourcen Sie rechnen können), dann geht es ... nicht darum, bestimmte Prozesse und Handlungsabläufe aufrechtzuerhalten, sondern vielmehr darum, diese neu so zu gestalten, dass mit den bestehenden Ressourcen die erwünschten Ergebnisse erzielt werden ... Weil wir zu jedem Zeitpunkt bezüglich der sinnvollen Gestaltung unserer Vorgehensweisen immer nur sicher wissen, dass wir nicht endgültig wissen - und daher kann das, was heute erfolgreich ist, morgen nicht mehr sinnvoll sein ... und wird einfach durch ... ein Konzept ersetzt, das gerade heute, hier und jetzt funktioniert ...

## Neue Perspektiven einnehmen

... Selbstmanagement kann nur stattfinden, wenn wir uns als Teil unserer Welt sehen, also für uns die Annahme treffen, wir könnten uns unsere Welt, uns persönlich selbst gestalten ... Die „Teil der Welt“- Haltung .. macht uns zu Teilhabern und Teilnehmern ... als Teil des „sozialen Systems“ (des Teams, des Unternehmens, der Familie, der Gesellschaft, des Kulturkreises), in dem wir uns im Moment bewegen ... von der anderen Seite her betrachtet und etwas schärfer ausgedrückt: Wir können uns nicht aus der Verantwortung herausnehmen ... Wir sind so maßgeblich an der Welt beteiligt, die wir wahrnehmen, dass wir sagen können: Wir erzeugen die Welt, die wir sehen.



In allen Situationen, wo Sie zwar das Neue gerne leben wollen, aber dann doch wieder in alte Verhaltensweisen „rutschen“, erkennen Sie, wo Ihre zentralen „Mühlsteine“ liegen ... es macht sich meiner Erfahrung nach ... immer bezahlt, diese Mühlsteine genauer anzusehen: Was steckt dahinter, wenn ich jedes Mal zu spät „Stopp“ rufe ...? Warum reagiere ich auf die Kritik dieses Kollegen immer mit derselben Blockadehaltung?

Vielleicht bedarf es einfach einiger veränderter Beschreibungen der Situationen, anderer Erklärungen für Zusammenhänge oder anderer Bewertungen von Erfahrungen, die Sie gemacht haben. Gerade in den immer wiederkehrenden Situationen wird es Zeit für eine neue, eine erweiterte Perspektive. Wer ernsthaft ein neues Leben für sich gestalten will, der gibt sich nicht damit zufrieden, dass „es nicht funktioniert“, sondern sorgt für ein anderes Zusammenspiel der Kräfte, das ausgerechnet - Sie haben es bestimmt schon erraten! - bei Ihnen seinen Anfang nimmt ...

... es gibt kaum etwas Stärkeres und Inspirierenderes als neue Perspektiven, die uns helfen, unser Leben so zu gestalten, wie wir es uns wünschen.

**Die Zukunft „in die Hand nehmen“**

Wir wissen, dass keiner für uns (vor)sorgt und für uns vor-, mit-, und nachdenkt: Zukunft hat man nicht, man muss sie sich gestalten. Oder wie der Philosoph Martin Buber so schön formuliert: „Wir sind verdammt,

frei zu sein.“ Keiner wird uns die Zukunft machen, und schon gar niemand wird sie uns recht machen. Wir haben die Aufgabe, unsere Zukunft in die Hand zu nehmen.

Was wir im Moment und an jedem Tag der Zukunft erleben, ist meiner Erfahrung nach eine Antwort auf unser gemeinsames Handeln, oder anders ausgedrückt: Unser Handeln der Vergangenheit prägt unsere Gegenwart und damit auch unsere Zukunft - während unsere Erwartungshaltung an die Zukunft wiederum zurückwirkt auf unser Handeln in der Gegenwart. Was wiederum die Zukunft bestimmen wird und so weiter und sofort. Wechselwirkung ist das Thema - und damit die sehr verantwortungsvolle Frage, welche Zukunft wir morgen schaffen wollen. Zögern Sie noch - oder gestalten Sie schon? Warten Sie nicht zu lange. Denn das neue Leben tut meiner Erfahrung nach nicht weh - wenn es dem folgt, was Sie immer schon für Ihr Leben haben wollten.

© Textauszüge mit freundlicher Genehmigung aus:

Sonja Radatz  
**Gestalten Sie. Sonst werden Sie gestaltet**  
Relationales Selbstmanagement in der Praxis  
Kösel Verlag, 208 Seiten



**Tibetisches Zentrum**  
འཇམ་དཔལ་ལྷོ་མེད་

**TIBETISCHES ZENTRUM E.V.**  
Hermann-Balk-Str. 106 | 22 147 Hamburg  
Tel. 040 64492204 | anmeldung@tibet.de

**SEM KYE LING**  
Meditationshaus des Tibetischen Zentrums e.V.  
Lünzener Str. 4 | 29640 Schneverdingen  
Tel. 05193 52511 | sl@tibet.de

**UNTER DER SCHIRMHERRSCHAFT S.H. DES 14. DALAI LAMA**

WWW.TIBET.DE

**JÜRGEN MANSHARDT**  
**SEMINAR: WOHIN MIT DER WUT**  
FR BIS SO, 19. BIS 21. JUNI (2 TAGE)  
Wut und Ärger – wie bekommen wir das in den Griff? Mit praktischen Übungen und Meditationen.

**BHIKṢUṆĪS THUBTEN CHOEDROEN, SÖNAM CHÖKYI UND SÖNAM CHÖTSO**  
**SEMINAR: MITGEFÜHL UND WEISHEIT**  
FR BIS SO, 26. BIS 28. JUNI (2 TAGE)  
Mitgefühl und Weisheit für den Alltag – wie geht das? Eine meditative Reise mit unseren drei Nonnen.

**KATHARINA RÄHMI**  
**WORKSHOP: EINFÜHRUNG IN DIE THANGKA-MALEREI**  
FR BIS SO, 24. BIS 26. JULI (2 TAGE)  
Nach einer theoretischen Einführung in das Malen von Thangkas geht es an die Zeichenstifte. Die Schweizer Künstlerin Katharina Rähmi leitet den Workshop an.

**CHANCES of SUCCESS**

0 %... I WON'T  
10 %... I CAN'T  
20 %... I DON'T KNOW HOW  
30 %... I WISH I COULD  
40 %... I WANT TO  
50 %... I THINK I MIGHT  
60 %... I MIGHT  
70 %... I THINK I CAN  
80 %... I CAN  
90 %... I AM  
100 %... I DID

Anzeigen

**foodwatch**  
die essensretter

**Damit drin ist, was draufsteht!**

Jetzt foodwatch fördern!

www.foodwatch.de/mitglied-werden



## Spiritualität für Realisten

Text: Betsy Chasse

... William James hat eine Lehre entwickelt, nach der die Bedeutung einer Idee, eines Konzepts oder einer Behauptung in ihren beobachtbaren praktischen Konsequenzen liegt.

Ich glaube, wir leben in einer Zeit, in der Menschen nicht nur einfach »wissen« möchten, sondern auch »wissen, wie«.

o o o o o

Hier war ich also. Meine »Spiritualität« lag vor mir ausgebreitet, ... Meine Überzeugungen faulenzten wie Kühe, die auf einer geschützten Weide stehen, während ich wirklich hart daran arbeitete, sie alle schön glänzend zu halten, indem ich in meinen tollen neuen Stiefeln von Kuh zu Kuh rannte ... ich tollte wie wild auf dieser Weide herum, sprang in die Luft, wirbelte herum ...

Platsch, quetsch, meine Stiefel! Ich hörte tatsächlich solche Cartoongeräusche, als ich landete ... und betrachtete meine Weide und meine Kühe aus der Perspektive ihrer Hufe. In diesem Moment gelangte ich zu einer wichtigen Erkenntnis: Meine perfekte Weide war voller Kuhfladen und stank entsprechend. Es war ein Geruch, der einen aufweckt.



Ich habe einen Film darüber gemacht, wie wir unsere Wirklichkeit selbst erschaffen, über die Suche nach spiritueller Glückseligkeit und der Liebe Gottes! Ich habe Jahre damit verbracht, einschlägige Bücher zu lesen und mir Gurus und Vortragsredner anzuhören. Auf diese Weise habe ich ein paar super Weisheiten gesammelt.

Schauen Sie sich meine wunderschönen, herrlichen reich bemalten Kühe an, dekoriert und ausgestattet mit allem, was ich gelernt habe.

In der Zwischenzeit hörte ich ... wie eine andere Stimme meine Überzeugungen herausforderte. Die Stimme klang sehr pragmatisch ... die Stimme von jemandem, der die Dinge beim Namen nennt und die Wahrheit sagt. Sie sagte: »Betsy, wenn du ehrlich gegen dich selbst bist, wirst du zugeben, dass du keine Ahnung hast, wie Glück und Seligkeit aussehen oder was so etwas wie Spiritualität überhaupt bedeutet.

Deine Herde heiliger Kühe, wie sehr du sie auch herausgeputzt haben magst, hängt auf einer abgesperrten Weide voller Mist herum. Es sind Glaskühe ... und es braucht nur einen kleinen realen Moment, um sie zu zerbrechen. Es ist höchste Zeit, verdammt noch mal, aufzuwachen und der Realität ins Auge zu sehen ...

Bis zu diesem Moment hatte ich die Geschichte, die ich lebte, auch geglaubt. ... Ich baute mein Leben rund um die Überzeugung, dass ich perfekt sein musste und dass niemand je etwas von den Zweifeln und dem Schmerz erfahren durfte, die ich tief in meinem Innern spürte. Meine Karriere baute darauf auf, dass ich stets die Wissende war. Wenn irgendjemand mitbekommen würde, dass ich nichts wusste, hätte ich gar nichts mehr und würde mich etwa so

fühlen wie in genau jenem Moment. Ich hatte mir selbst gesagt, dass ich um jeden Preis glücklich sein musste, dass ich auf der Suche nach Erleuchtung war, dass das lautstarke Verkünden positiver Affirmationen letztendlich die negativen übertönen würde, die ich vor mich hin wisperte.

Ich sagte mir, dass letztendlich dieses Ding namens Gesetz der Anziehung wirken würde, dass ich in der Tat all das Gold, das ich mir vorstellen konnte, auch manifestieren würde, wenn ich nur lange genug meditierte ... Ich würde so lange so tun, als ob, bis ich es geschafft hatte.

Es war alles eine Lüge. Ich war der Narr, der sich selbst zum Narren hielt.

Allwissenheit in spirituellen Dingen – dicke, fette Lüge. Ich hakte sie ab, bis ich mich nicht länger hinter der falschen Realität verstecken konnte ... So oft bleiben wir regelrecht kleben an ... diesem neuen Buch, dieser neuen Technik, bis unsere Regale schließlich so zugestellt sind mit hübschen Glaskühen, dass wir die Blaupausen aus den Augen verlieren, die schmucklosen Kühe dahinter. Wir verlieren die Fähigkeit, ihre wahre Schönheit zu sehen, ihre wahre Bedeutung und – was am wichtigsten ist – ihre Bedeutung für uns. Es war höchste Zeit, einige heilige Kühe ins Gras beißen zu lassen und die Klunker abzulegen.

o o o o o

### Spiritualität

Eine der stattlichsten heiligen Kühe, der ich begegnet bin, ist die Vorstellung davon, was spirituell ist. Ich verbrachte oft Stunden im Gespräch mit Menschen und hatte dabei das Gefühl, dass wir alle in verschiedenen Sprachen redeten, weil jeder seine



eigene Vorstellung davon hatte, was diese Dinge bedeuteten. Niemand war bereit, die eigene, ganz persönliche Definition für eine globalere aufzugeben, auf die wir uns alle hätten einigen können, weil sie Angst hatten, von denen für weniger spirituell gehalten zu werden, die in ihren Augen ganz oben in der spirituellen Gruppe angesiedelt waren.

Die Vorstellung, ein spirituelles Leben zu führen, scheint sich oft auf die Idee zu reduzieren, dass man eine Art Praxis oder Ideologie oder Glaube an Gott oder das Universum oder beides haben muss ...

Ich kann gar nicht sagen, wie oft ich schon in eine Debatte darüber hineingezogen wurde, dass Meditation nur funktioniert, wenn man sie drei Stunden praktiziert und nicht zwanzig Minuten – oder umgekehrt. Doch trotz der Vielzahl von Meinungen darüber, wie lange man meditieren soll, sind sich alle darüber einig, dass man es genau richtig machen muss, wenn man wirklich jenen ach so trügerischen Raum namens *Die Leere* erreichen will. (Klingt bedrohlich, oder? Oder ist das nur bei mir so?)

Warum war ich überhaupt auf der Suche nach einem schwarzen Loch mit nichts drin? Wir haben diese unglaubliche Chance, ein Leben mit ... allem, was dazugehört, zu führen, aber es gab Zeiten, in denen ich das Gefühl hatte, dass alle mir sagten, ich müsse lernen, wie man genau das nicht tut, ich solle mein Ego töten, alle Anhaftungen an und jeden Wunsch nach schönen Dingen loslassen und die ganze Zeit mit einem Lächeln auf den Lippen herumlaufen.

Ich machte mir ernsthaft Gedanken darüber, wie eine lebenswerte Spiritualität für mich wohl aussehen würde, wenn ich zunächst einmal Quantenphysik oder HeartMath oder spirituelle Geometrie verstehen musste, um das Ziel zu erreichen ... ich war völlig ratlos angesichts der Vorstellung, den richtigen Weg

finden zu müssen, wo ich doch nicht einmal mich selbst richtig kannte.

Ich verabschiedete mich von der Idee, dass irgendeine dieser Kühe der Weisheit letzter Schluss war. Diese heiligen Kühe würden mir kein Glück bringen. Ich versprach, mir und anderen gegenüber in Zukunft ehrlich zu sein ... selbst wenn das bedeutete, zugeben zu müssen, dass mein Leben manchmal einfach ätzend war, dass ich keine Ahnung vom Sinn des Lebens hatte und dass meine Scheiße im Grunde (und buchstäblich) auch stank.

Ich versprach, mir selbst eine Pause zu gönnen, und sagte mir, dass ich nicht immer die Wissende sein musste.

### Erleuchtung

Wenn wir unsere ersten Schritte auf dem spirituellen Weg machen, wenn wir unsere ersten Fragen stellen, wird uns die Idee von der Erleuchtung oftmals als das berühmte Stück Käse am Ende des Labyrinths angepriesen.

Ich saß da, schloss die Augen und hörte mir Subliminals an, in denen es darum ging, dass ich nicht mein Körper war und in die tiefsten Bereiche des Universums segeln konnte, nur um von meiner damals dreijährigen Tochter geweckt zu werden, die mir mit ihrem neuen Plastikspielhammer ins Gesicht schlug und schrie:

»Nicht schlafen, Mama, nicht schlafen!«

Das ist richtig, Honigbärchen, ich bin eine Mama, die nicht schläft. Und nein, kein endloses Universum dort. Irgendwie konnte ich die Verbindung zwischen meinem Alltagsleben und meinem Aufstieg zu den Sternen nicht herstellen.



Es heißt, dass das Göttliche bereits in uns ist. Wenn wir es also schon haben, warum suchen wir es dann?

Da gab es eine enorme Diskrepanz. Schockierend, ich weiß.

Ist Erleuchtung wirklich etwas, das wir erlangen können, und ist es etwas, das wir suchen sollten?

Es heißt, dass das Göttliche bereits in uns ist. Wenn wir es also schon haben, warum suchen wir es dann?

Wie sucht eine Person wirklich nach Erleuchtung und führt gleichzeitig ein ganz normales Leben?

Vielleicht ist ein Leben mit beiden Beinen fest auf dem Boden Göttlichkeit in Aktion.

### Das Gesetz der Anziehung

Dieses Konzept besagt im Wesentlichen, dass Gleiches Gleiches anzieht.

Das Gesetz der Anziehung kann man nicht willentlich für sich arbeiten lassen. Es erscheint nicht, wenn Sie in die Hände klatschen, wie Ihr persönlicher Hofnarr, der Sie bei Laune hält und Ihnen liefert, was Sie haben möchten. Es ist in der Tat auf Autopilot, immer in Aktion, aber Sie sind es, der die Arbeit von innen nach außen tun muss, und nicht umgekehrt.

... je länger Sie sich selbst etwas vormachen, desto tiefer begraben Sie das, wovon Sie in Wahrheit überzeugt sind. Es sei denn, Sie leisten, während Sie der Welt etwas vormachen, auch innere Arbeit, indem Sie aufdecken, warum Sie überhaupt zu dieser Täuschung greifen mussten.

Das Gesetz der Anziehung funktioniert, weil es Ihnen genau das gibt, was Sie sind – Gleiches zieht Gleiches an – kein Schwachsinn, kein Schweben auf den Seifenblasen der Glückseligkeit ... Sie werden nur das bekommen, was Sie wirklich ... ausstrahlen. Egal, wie viele schöne Gedanken und Wunschmandalas Sie haben, egal, worum Sie bitten, wenn in Ihrem Gehirn eine Reihe von unterbewussten Miesmacher-, Opfer-, Wut- und/oder Mangelprogrammen herumschwirren, dann ist es das, was Sie bekommen. Seien Sie also vorsichtig bei der Wahl Ihrer Wünsche und klar, wenn Sie um ihre Erfüllung bitten. Und seien Sie geduldig mit sich selbst, denn das zu bekommen, was Sie wirklich wollen, erfordert manchmal, dass Sie zuerst bekommen, was Sie nicht wollen. Und manchmal (meistens) ist das, was Sie

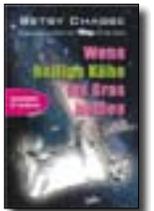
bekommen, vermutlich genau das, was Sie brauchen, um endlich zu verstehen, worum Sie bitten sollten.

### ... Zeit, auf den Boden zu kommen

Wie ich schon sagte, spirituell zu sein bedeutet nicht, die ganze Zeit die Glückshasenschuhe an- und die rosarote Brille aufzuhaben. Wir sind Menschen, und Menschen haben Fehler und Schwächen. Und wenn Sie Ihre Fehler verstecken, wenn Sie Ihre wahren Gefühle verstecken, sind Sie nicht Sie selbst, sondern verscheißern jemanden. Sie verscheißern jeden Ihrer Mitmenschen und, was noch wichtiger ist, sich selbst. Und wenn Sie wirklich von all den alten Paradigmen, Überzeugungen und Altlasten frei sein und in Ihrem Leben in einer Weise vorwärtskommen wollen, die es Ihnen erlaubt, das Glück zu erfahren, das in Ihnen ist, das Glück und die Ruhe, die Sie verdienen, dann ist es ... Zeit, auf den Boden zu kommen.

© Textauszüge mit freundlicher Genehmigung aus:

Betsy Chasse  
**Wenn heilige Kühe ins Gras beißen**  
Spiritualität für Realisten  
L.E.O. Verlag, 312 Seiten





Text: Dirk Grosser

## Zugehörigkeit und Frieden mit der Welt

- Ein Segen für Lärm-Geplagte -

Mögen die Geräusche der Welt Verbindungen schaffen und dich zu den Menschen führen. Mögest du nicht nur den Lärm eines Presslufthammers vor deiner Tür wahrnehmen, sondern auch den Menschen sehen, der mit dieser Arbeit seine Familie ernährt. Mögest du dich beim Geräusch des Müllwagens nicht vom Krach gestört fühlen, sondern wissen, dass dort Menschen sind, die deinen Abfall beseitigen. Mögest du beim Rattern eines Rasenmähers daran denken können, dass dein Nachbar es sich nur schön in seinem Garten machen möchte. Mögest du die Menschen in den vorbeifahrenden Autos sehen, die auf dem Weg zu ihrer Familie sind.

("Segen für den Lärm der Welt")



Die Zugehörigkeit zur Welt, zum Kreis des Lebens ist immer vorhanden, auch wenn wir sie manchmal nicht fühlen können. Wir sind immer Leben, das inmitten eines größeren Kreises aus Leben lebt. Dieser Kreis umschließt und umfängt uns in liebevoller Weise, macht unser Leben überhaupt erst möglich und bettet uns ein in eine Welt voller Wunder, von denen wir eines sind.



© Textauszüge aus:



Dirk Grosser

**Möge dein Weg gesegnet sein**  
Segen, die Deine spirituelle Entwicklung begleiten.  
Schirmer Verlag, 200 Seiten

## Energie & Tatkraft fördern

### Flüssigfermente sorgen für Leistungsstärke

Körper, Seele und Geist bilden eine Einheit, das ist längst kein Geheimnis mehr. Damit wir gesund und fit bleiben, brauchen wir eine Nahrung, die alle drei Ebenen gleichermaßen anspricht. Eine ausgewogene Ernährung, die möglichst viele Probiotika (Flüssigfermente, Laktobazillen und Mineralien) mit einschließt, sorgt für ein gesundes Ökosystem im gesamten Gefüge. Ist die Mikroflora im Gleichgewicht, gehen damit Leistungsstärke und Fitness einher.

Um Energie und Tatkraft zu fördern, wird eine Kur mit Flüssigfermenten etwa 1 - 2 Mal im Jahr empfohlen, bei akuten Schwächezuständen kann es auch schon einmal mehr werden. Man kurt immer dann, wenn Körper, Seele oder Geist Symptome entwickeln, die sich auf einem Nährstoffmangel begründen. Dazu gehören Konzentrationsstörungen und andere Beeinträchtigungen der Gehirnleistungen, chronische Müdigkeit, depressive Verstimmungen, Burn-Out, Bluthochdruck, Gefäßerkrankungen, Organschwächen, Schlaganfälle, Vergiftungen, Blutgerinnsel in Arterien und Venen sowie Fibromyalgie.

„Flüssigfermente zusammen mit Milchsäurebakterien sind auf der biochemischen Ebene ein unschlagbares Team zur Verbesserung des Energiehaushalts und damit der Leistungsstärke. Sowohl Qualität als auch Dauer unseres Lebens hängen von der eingelagerten Menge und Verfügbarkeit dieser winzigen Vitalstoffe in den Körperdepots ab“, so die amerikanische Forscherin D. Gates. Für sie besteht eine gesunde Mikroflora aus einem Haufen mikroskopisch kleiner Alchemisten - hochintelligenter Wesen, die als zweites Gehirn im Darm sitzen und ständig mit dem zentralen Nervensystem kommunizieren. Ihre Aufgabe ist es, Ungleichgewichte zu erkennen, blitzschnell untereinander zu reagieren und die fehlenden Bausteine auszubilden in Form von Aminosäuren, Enzymen und anderen hochwertigen Eiweißen. Ohne diese gesunde Ökosystem der Mikroflora werden wir zu schlecht ernährten, vergifteten, emotional gestressten Menschen mit kunterbunten Krankheitssymptomen. Hält der Mangel zu lange an, chronifizieren jene.

Probiotische Kuren aus vegetarischen Komponenten sind Teil vieler traditioneller Diäten unterschiedlichster Kulturen und Naturvölker. Wer mit Flüssigfermenten kurt, knüpft an an eine uralte Art der Ernährung und das Wissen der Alten um die mächtige Magie,

die vergorener Rohkost innewohnte. Bereits unsere prähistorischen Vorfahren wussten, wie sie das Power-Food herstellen konnten, das sie trotz schwierigster Bedingungen überleben ließ: Sie konservierten Kräuter, Getreide, Obst und Gemüse, indem sie es über Monate hinweg fermentierten und stellten auf diese Weise eine hoch verdichtete Konzentration an Vitalnährstoffen für die Mikroflora her. Ein solcherart vergorener Vitaltrank oder -brei schützte und nährte die Leben spendende Mikroflora, stärkte das Immunsystem und sorgte für ein gutes Zellmilieu. So konnten auch schwere Winter und lange Wanderstrecken überwunden werden, ohne dass sich Schwäche oder Krankheit einstellten.

Heute geschieht das Fermentieren von vegetarischen Zutaten auf kontrollierte Weise durch Starterkulturen, was die energetische Wirkung der Zutaten noch erhöht. (Gute Produkte sind sogar mehrstufig vergoren.) Eine probiotische Kur mit Flüssigfermenten ist ein effektiver Weg, um die Lebensenergie und damit auch die Tatkraft zu fördern. Durch die Wiederherstellung eines gesunden inneren Ökosystems ist der Körper vor gefährlichen Krankheitserregern und Umweltgiften optimal geschützt.



Miriam Meerfeld  
Miriam.Meerfeld@gmx.de  
Prophet Verlag, Schweiz  
Telefon Deutschland: 0941 / 280 9 280 20

## Kräutertipps aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

### Wenn in der Leber das Feuer tobt

## Enzianwurzel

Der Kopf ist von berstenden Schmerz erfüllt, die Augen brennen, die Ohren klingen und mensch ist von Unruhe geplagt.

Neben einer starken Gereiztheit können Wutanfälle toben. Die Chinesische Medizin spricht dann von einem Feuer in der Leber. Es kann sich in akuten und chronischen Zuständen äußern. Ein zu hoher Blutdruck, der mit Stress und Ärger steigt

und sensibel auf Alkohol reagiert, entspricht diesem Zustand. Dieser hat eine längere Vorgeschichte mit einer Leber-Qi-Stagnation und einer anhaltenden emotionalen oder arbeitsbedingten Überbelastung. Aus einem anfänglichen Stöhnen und Seufzen sind nun körperliche Symptome geworden. Es fehlten Ventile zum Druck Ablassen und Auszeiten. Hektisches Essen von scharfen, fettigen Gerichten und Alkohol – oft spätabends – verstärken alles noch. Entspannung steht da nicht auf der Speisekarte!

Der Druck entwickelt eine Hitze, die sich besonders auf das Blut auswirkt und es aus den Gefäßen austreten lässt – im schlimmsten Fall als Schlaganfall oder Hirnblutung. Vorboten können Nasenbluten und eine starke Menstruationsblutung sein. Die Bewegungsrichtung der Lungen nach unten kann durch die aufsteigende Leber-Energie gestört werden und sie vermag das Qi nicht mehr an den ganzen Körper zu verteilen. An der Haut können Akne und rote Ekzeme entstehen, in der Lunge kann sich ein trockener Husten oder als Verschlimmerung sogar ein Bluthusten einstellen.

In der Akutphase sind kühlende und das Leber-Feuer klärende Pflanzen wie Löwenzahn und Enzianwurzel und eine schulmedizinische Begleitung notwendig.



Langfristig können Mariendistel und die weiße Pfingstrosenwurzel das Leber-Yin aufbauen und stabilisieren.

Der gelbe Enzian (*Gentiana montana*) wächst am liebsten auf kalkhaltigen Böden in den Bergen. Mensch verwendet seine Wurzel, die bis zu 7 kg schwer werden kann. Bitte bauen Sie selber an und schützen Sie den Enzian. Als

Bittermittel wirkt er appetitanregend gerade auch für Kinder, die nicht gern oder zu viel Süßes essen. Als Tee kann er die Verdauungssäfte wie beispielsweise den Gallenfluss in Schwung bringen und die Produktion von Magensaft steigern. Enzian stärkt den Körper über die Mitte und hat auch eine starke Affinität zur Erde. Bei Erschöpfung und Anämie wird der Körper so an der Wurzel wieder aufgebaut.

Der kühlende Enzian vermag die erhitzten Energien vom Kopf abzuleiten. Durch diese Funktion kann es zu – durchaus gewolltem – stinkenden Durchfall kommen. Dies zeigt, dass die Hitze über den Dünndarm nach unten abgeleitet wurde.

Der Enzian kann als Notfallpflanze angesehen werden. Langfristig kühlt er den Körper zu sehr ab und kann die Mitte schwächen. Deshalb ist er wie auch die Löwenzahnwurzel besonders bei Kindern und älteren Menschen mit Vorsicht zu dosieren.

Sommerwärme und einen kühlen Kopf wünscht

Nathali Winckler

Nathali Winckler, Heilpraktikerin,  
[www.winckler-tcm.de/blog](http://www.winckler-tcm.de/blog)

Bernhard Moestl  
**Lächeln ist die beste Antwort**

88 Wege asiatischer Gelassenheit  
Knaur, 256 Seiten, 14,99 €, als E-Book 12,99 €



Es kommt auf die innere Haltung an: Anhand von Anekdoten und Begebenheiten zeigt der Bestsellerautor Bernhard Moestl, der lange Jahre in Asien gelebt hat, wie wir entspannt und mit einem Lächeln durchs Leben gehen können, wenn wir uns nur auf eine andere Denkungsart einlassen.

Peter Wohlleben  
**Das geheime Leben der Bäume**

Was sie fühlen, wie sie kommunizieren - die Entdeckung einer verborgenen Welt

Ludwig Verlag, 224 Seiten, 19,99 €



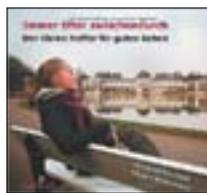
Erstaunliche Dinge geschehen im Wald: Bäume, die miteinander kommunizieren. Bäume, die ihren Nachwuchs, aber auch alte und kranke Nachbarn liebevoll umsorgen und pflegen. Bäume, die Empfindungen haben, Gefühle, ein Gedächtnis. Unglaublich? – Der Förster Peter Wohlleben erzählt faszinierende

Geschichten über die ungeahnten und höchst erstaunlichen Fähigkeiten der Bäume. Dazu zieht er die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse ebenso heran wie seine eigenen unmittelbaren Erfahrungen mit dem Wald und schafft so eine aufregend neue Begegnung für die Leser ...



Christiane Brunßen / Dagmar Wanschura  
**Immer öfter zwischendurch**

Der kleine Helfer für gutes Sehen  
Kellner Verlag, 40 Seiten mit Fotos, 19,95 €



Die erfahrenen Sehtrainerinnen Dagmar Wanschura und Christiane Brunßen helfen auf leichte Art, strapazierte Augen zu regenerieren und langfristig zu schonen. Sehtraining leicht gemacht: Häufiges Arbeiten

am PC und angestrengtes Schauen während des vielfältigen Alltags lassen die Augen ermüden – ein Ausgleich ist dringend nötig. Dieses Buch stellt 14 Sehtrainings vor, die im Alltag leicht umzusetzen sind – immer öfter zwischendurch. Fachkundig und überzeugend erklären die Autorinnen, wie es geht. Dabei zeigen großformatige Fotos beispielhafte Situationen, in denen das Augentraining optimal auszuführen ist. Eine nützliche Hilfe für die sehkraftige Zukunft. Ergänzt die Besuche beim Augenarzt.

Irgard Maria Gräf  
**Die Quark-Öl-Kur**

Die Heilkraft der Öl-Eiweiß-Ernährung nach Dr. Johanna Budwig mit vielen Rezepten

Via Nova, 264 Seiten mit über 200 farbigen Fotos, 19,95 €



Die Öl-Eiweiß-Kost ist von der weltweit bekannten Krebsforscherin Dr. Johanna Budwig entwickelt worden und hat vielen Menschen auf der ganzen Erde schon großen Segen gebracht. Dieses Buch vermittelt nicht nur fundiertes Wissen zu dieser außergewöhnlich heilsamen

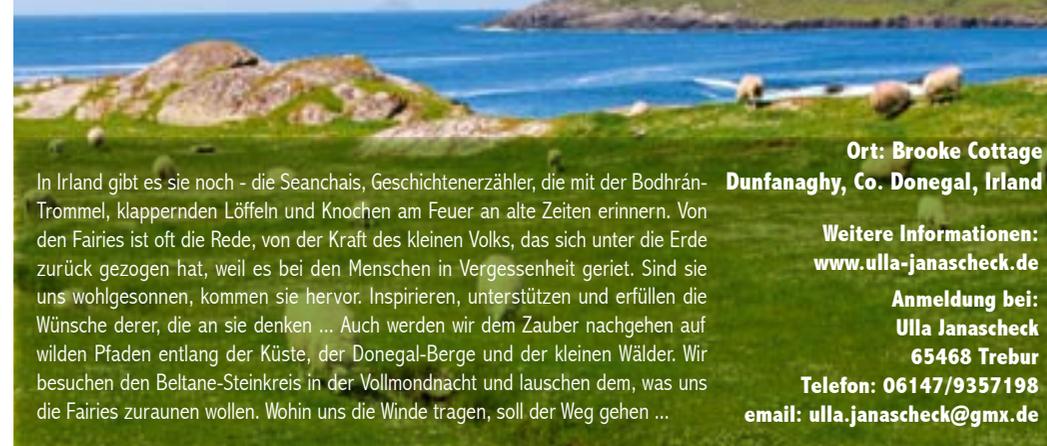
Form der Ernährung, sondern ist für alle Menschen inspirierend, die sich auf ganzheitliche Weise mit dem Thema Gesundheit beschäftigen. Ein sehr hilfreicher Ratgeber mit vielen wertvollen und konkreten Tipps, fantasiereichen, köstlichen Rezepten und praxisnahen Informationen für jeden, der auf der Suche nach mehr Lebensqualität ist und einen neuen Weg der Gesundheit einschlagen möchte. Irgard Maria Gräf ist eine erfahrene Gesundheitsberaterin und Stoffwechsel-Expertin. Sie lebte mit ihrer Familie viele Jahre in Huntsville, Alabama (USA), wo sie sich intensiv mit den alten indischen Lebensweisen und ihrer Kultur beschäftigte. Nach vielen Fachausbildungen im Bereich Ernährung führt sie heute Schulungen und Seminare durch und betreibt eine Praxis für Ernährung in Würzburg.



**Von Feen & Feuern**  
Kraft & Magie der Auszeit

Zwei zauberhafte Irlandreisen  
mit Ulla Janascheck

29.08. - 06.09. oder 11. - 20.09.15



**Ort: Brooke Cottage  
Dunfanaghy, Co. Donegal, Irland**

**Weitere Informationen:**  
[www.ulla-janascheck.de](http://www.ulla-janascheck.de)

**Anmeldung bei:**  
**Ulla Janascheck**  
**65468 Trebur**

**Telefon: 06147/9357198**  
**email: ulla.janascheck@gmx.de**

**SIEBEN-SCHLÜSSEL  
KUR  
Flüssig-Ferment**

Thymus elvau  
Mehr Informationen anfordern bei: Thymus elvau  
Donaustauer Str. 70 – 93059 Regensburg  
Tel.: 0941-280 9 280 20 – Fax: 0941-280 9 280 28  
[www.sieben-schluesel-kur.de](http://www.sieben-schluesel-kur.de)

Anzeigen

Hamburger Institut für systemische Lösungen  
[www.systemloesungen-hisl.de](http://www.systemloesungen-hisl.de)

**Neue Wege - Neue Chancen**

Praxisorientierte  
nebenberufliche  
Weiterbildungen

**Bis 750 € Förderung durch Bildungsprämie**

Systemischer Beziehungstherapeut  
Systemischer psychologischer Mediator  
Systemischer psychologischer Coach  
Systemischer psychologischer Berater

Alle Studiengänge beginnen am 04.07.2015 !

**Verschiedene Workshops**  
Umgang mit dem inneren Kritiker 12.-14.06.2015  
Familienaufstellen in der Einzelberatung 20.-21.06.2015

**Coaching Kompakt - Praxistag am 6.9.2015**  
Coaching-Werkzeuge: Heute lernen, morgen anwenden  
Anmeldung bis 28.08.: € 89,-; danach € 149,-  
Zusätzl. Fahrtkostenbeitrag ab 100 km Anreise: € 40,-

J. Steimann 040-572 011 63 • D. Werner 040-410 15 71



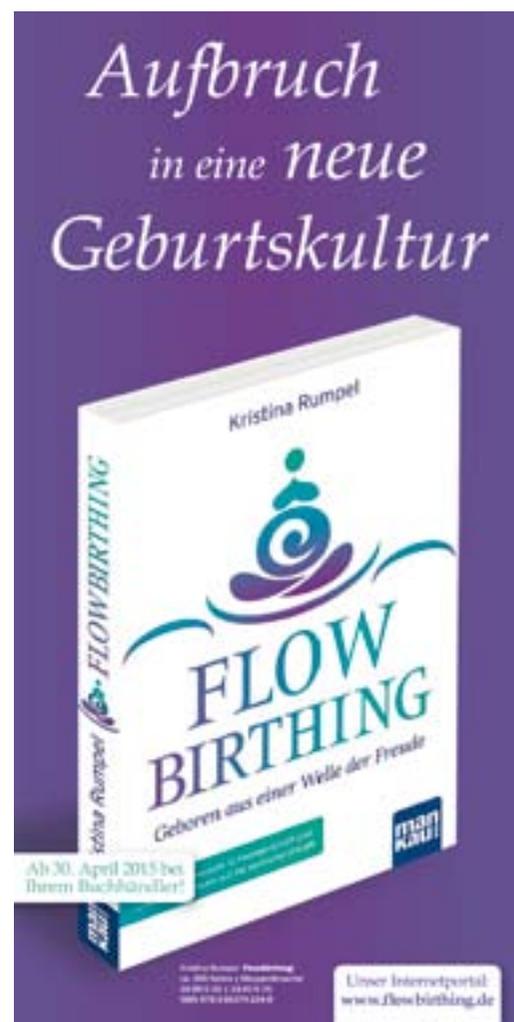
Das Lächeln, das Du aussendest,  
kehrt zu Dir zurück.  
Indisches Sprichwort

Seit April 2015:

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

Das FlowBirthing-Internetportal für bewusste Schwangerschaft und Geburt

Das FlowBirthing-Portal soll Inspiration und Kraftort für alle Frauen sein, die Geburt als stärkende urweibliche Erfahrung erleben möchten, und alle, die sie auf diesem Weg unterstützen und begleiten. Es informiert über Schwangerschaft und Geburt im neuen Bewusstsein. Es stärkt Frauen in ihrem Vertrauen auf eine wundervolle Geburtserfahrung. Es bietet Raum für Austausch (via Blog und Forum) und stellt zahlreiche professionelle Anbieter vor, die sich in den Leitmotiven von FlowBirthing wiederfinden und den Aufbruch in eine neue Geburtskultur im Herzen



mittragen. FlowBirthing unterstützt und vernetzt in seinen Leitmotiven alle Ansätze, Angebote und Menschen, die im Sinne einer bewussten, selbstbestimmten, natürlichen Geburt wirken. Die Mitwirkung auf dem Portal ist kostenfrei. [www.flowbirthing.de](http://www.flowbirthing.de)

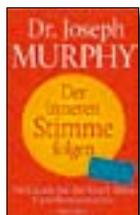
Joseph Murphy

Aus dem Amerikanischen von G. Maximilian Knauer

### Der inneren Stimme folgen

Vertrauen Sie der Kraft Ihres Unterbewusstseins

Ariston Verlag, 208 Seiten, 18,99 €



Es gibt ein neues Buch von Dr. Joseph Murphy. In seinem Nachlass entdeckt, erscheint es zum ersten Mal in deutscher Sprache. Murphy widmet sich darin der »inneren Stimme«: Ihre heilende Wirkung und ordnende Kraft sind letztlich der Schlüssel zu unserem Unterbewusstsein. Dr. Joseph Murphy zeigt auf, wie wir dank der inneren Stimme unser Dasein durch Affirmationen, Visualisierungen und Meditationen zum Positiven hin beeinflussen können und so zu einem zufriedenen Leben finden können.

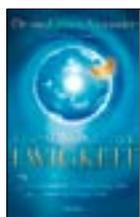
Eben Alexander, Ptolemy Tompkins

Aus dem Amerikanischen von Juliane Molitor

### Vermessung der Ewigkeit

7 fundamentale Erkenntnisse über das Leben nach dem Tod

Ansata Verlag, 224 Seiten, 19,99 €



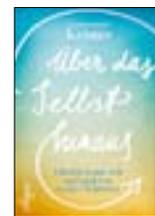
Neue Antworten auf die großen Fragen des Lebens: Die Nahtoderfahrung, von der Dr. Eben Alexander in seinem SPIEGEL-Bestseller Blick in die Ewigkeit berichtete, berührte Millionen von Menschen weltweit. Für den Neurochirurgen war sie der Anlass für eine weitaus umfassendere Erforschung dessen, was nach dem Tod geschieht: In seinem neuen Buch setzt er sein eigenes Nahtoderlebnis in Beziehung zu modernsten Wissenschaften, zu spirituellen und philosophischen Weisheitslehren sowie Erfahrungsberichten anderer Menschen. In Form von sieben fundamentalen Erkenntnissen über das Leben nach dem Tod lädt er zu einer Reise auf die »andere Seite« ein und führt vor Augen: Unser jetziges Leben ist nur ein kleines Kapitel in einer viel größeren Geschichte – der spirituellen Entwicklung des Universums. Und unsere unsterbliche Seele ist jederzeit Teil dieser Entwicklung ...

Benjamin Krämer, Raphael Krämer

### Über das Selbst hinaus

Das innere Kind achten und Lebensfreude teilen

Allegria Verlag, 240 Seiten, 16,99 €



»Bei der Überlegung, wie ich glücklich sein kann, fehlt oftmals ein wesentlicher Punkt: Nämlich die Überlegung, wie ich mit mir und anderen glücklich sein kann. Das ist des Pudels Kern!« - Mit einer frischen und auch frechen Schreibe zeigen die Brüder Benjamin und Raphael Krämer einen Weg zur Selbstliebe und zu einem gelungenen glücklichen Miteinander. Sie haben erkannt, dass das innere Kind der Schlüssel zu einem rundum glücklichen Leben ist. Lernt man, es zu respektieren und zu bewahren, ermöglicht es jedem, sich mit offenem Herzen auf die Gemeinschaft einzulassen, seine Lebensfreude zu teilen und die doppelte Portion Glück zurückzubekommen. Die Autoren bieten damit all jenen einen praktischen Leitfaden, die bereit sind für den Schritt über das Selbst hinaus.

Ursula Vogt

### Einladung zum glücklich werden, Teil 1

[www.wolfsmond.info](http://www.wolfsmond.info), Meditations-CD, 20,- €



In 3 Meditationen reisen Sie zum tiefsten und wichtigsten Kern unseres Seins – der Liebe. "Ich bin zutiefst davon überzeugt, dass jeder Mensch das Recht auf Glück und Erfolg in dieses Leben mitbringt.", sagt Ursula Vogt. - Immer mehr Menschen haben den Mut von ihren außerkörperlichen Erlebnissen oder Nahtoderfahrungen zu berichten. Allen diesen Erfahrungen und Erlebnissen ist gleich, dass in diesem Zustand nur noch Liebe und Licht existieren. In dieses Licht und diese Liebe gehen wir, aus diesem Licht und dieser Liebe kommen wir. Wir sind aus diesem Licht und dieser Liebe geschaffen. Nur durch das Einwirken dieser beiden Kräfte geschieht das Wunder des Leben. Das Ziel dieser Meditationen ist es, dieses Licht und diese Liebe wieder bewusst zu machen. Sie erkennen, wer Sie sind, und über welches grenzenlose Schöpferpotential Sie verfügen, verbunden mit den unendlichen Möglichkeiten, dieses zu nutzen. Die drei Meditationen des ersten Teils bauen aufeinander auf. Meditation 1 können Sie als Hörprobe bei YouTube erfahren.

Barbara Strohschein

### Die gekränkte Gesellschaft

Das Leiden an Entwertung und das Glück durch Anerkennung

Riemann Verlag, 416 Seiten, 17,99 €



Die (un)heimliche Macht der Werte: Nie gab sich unsere Gesellschaft selbstbewusster und freier als heute – und nie war der Hunger nach Anerkennung so groß. Barbara Strohschein untersucht in ihrem Buch ein Phänomen, das wir täglich beobachten: die Erfahrung der Entwertung. Die Folgen: sichtbare und unsichtbare Gewalt. In jahrelanger Recherche hat die Autorin erforscht, wie Entwertung den Menschen zu schaffen macht: in der Familie, in der Selbstwahrnehmung, in Bezug auf den Körper, am Arbeitsplatz, beim Sex, in der Wissenschaft und im Glauben an nichts oder an Gott. Die Philosophin zeigt Wege aus dieser Negativspirale auf: Indem wir Anerkennung als Lebensprinzip entdecken, Selbsterkenntnis fördern und Empathie entwickeln, können wir zu einem gelingenden Miteinander finden.



## WER MACHT WAS – IM INTERNET

Veröffentlichung Ihrer Internet-Adresse mit kurzer Beschreibung: maximal 80 Zeichen  
(incl. Leerzeichen). Pro Zeile 9,00 EUR zzgl. MWST - Mindestschaltungsdauer: 6 Ausgaben

Abenteuer mit Pferden, Entwicklungsförderung, Therapie	<a href="http://www.luettnpeerhoff.de">www.luettnpeerhoff.de</a>
Abnehmen ist Selbstliebe. Body-Mind-Coaching + Kur	<a href="http://www.schlankmental.coach">www.schlankmental.coach</a>
Abschied Bestattungen Silke Ahrens	<a href="http://www.abschied-und-bestattungen.de">www.abschied-und-bestattungen.de</a>
Astrologie-Aus- und Fortbildung (DAV), Beratung	<a href="http://www.astrologie-zentrum-bremen.de">www.astrologie-zentrum-bremen.de</a>
Astrologie: Beratung, Ausbildung, Supervision	<a href="http://www.astrologie-schule-bremen.de">www.astrologie-schule-bremen.de</a>
Astrologische Themenklärung, Raumberatung, Energiearbeit	<a href="http://www.antjediewerge.de">www.antjediewerge.de</a>
Atempause, Sanatha Hannig - Regeneration + Selbstfindung	<a href="http://www.atempause-bremen.de">www.atempause-bremen.de</a>
Aura Soma, Regina Bauer	<a href="http://www.licht-wege-land.de">www.licht-wege-land.de</a>
Aura Soma und tiefgreifende Methoden, Reikiausbildungen	<a href="http://www.diefarbheilerin.de">www.diefarbheilerin.de</a>
Ausbildungen in Tanzpädagogik und Tanztherapie.	<a href="http://www.heilende-kraefte-im-tanz.de">www.heilende-kraefte-im-tanz.de</a>
Ausbildungsinstitut – dielichtbruecke	<a href="http://www.dielichtbruecke.com">www.dielichtbruecke.com</a>
Ausbildung z. Achtsamkeits-Stresstrainer	<a href="http://www.fachausbildung-stressbewaeltigung-achtsamkeit.de">www.fachausbildung-stressbewaeltigung-achtsamkeit.de</a>
Channeling - Clearing - Reinkarnationstherapie	<a href="http://www.praxis-mediales-heilen.de">www.praxis-mediales-heilen.de</a>
Channeling Meister Engel LebensRaumHeilung Orte der Kraft	<a href="http://www.wege-der-liebe.eu">www.wege-der-liebe.eu</a>
Craniosacrale Balance f. Erwachsene/Kinder/Babys, Silke Hünermann	<a href="http://www.feinfuehlung-bremen.de">www.feinfuehlung-bremen.de</a>
Craniosacral-Schule Bremen, Elisabeth Bohrer	<a href="http://www.cranioschule-bremen.de">www.cranioschule-bremen.de</a>
Craniosacrale Therapie und Körperarbeit, HP A. Dele Idris	<a href="http://www.modernmassage.de">www.modernmassage.de</a>
Die Stimme im Körper wahrnehmen und nutzen, Heinz Stolze	<a href="http://www.voyom.de">www.voyom.de</a>
Ein Stück Freiheit an der Wand - Kunst schafft Raum	<a href="http://www.felixdohmen.de">www.felixdohmen.de</a>
Entspannend, Kreativ, mit Pinsel oder Pferd	<a href="http://www.urlaub-fuer-koerper-und-seele.de">www.urlaub-fuer-koerper-und-seele.de</a>
Entspannung - Energiearbeit - Stressabbau	<a href="http://www.prana-und-entspannung.de">www.prana-und-entspannung.de</a>
Es ist Zeit... für Deinen Neuanfang!	<a href="http://www.reiki-richter.de">www.reiki-richter.de</a>
Feldenkrais-LehrerInnen in Ihrer Nähe	<a href="http://www.feldenkrais-info-nordniedersachsen.de">www.feldenkrais-info-nordniedersachsen.de</a>
Feng Shui – Raumkraftverstärkung - Space Clearing	<a href="http://www.spaceclear.net">www.spaceclear.net</a>
Ganzheitliche Entwicklungsbegleitung Doering	<a href="http://www.entwicklungsbegleitung.de">www.entwicklungsbegleitung.de</a>
Gemeinschaft Clan B vielfältige Angebote zu Gesundheit u. Bewusstsein	<a href="http://www.clan-b.eu">www.clan-b.eu</a>
Gesunder Rücken Dorn/Breuß, Cranio, Reiki, Seminare	<a href="http://www.ursula-goetzen.de">www.ursula-goetzen.de</a>
Gesundheitsberatung: Sascha Ehlers	<a href="http://www.Gesundheits-und-Lebensberater.de">www.Gesundheits-und-Lebensberater.de</a>
Hawai'ische Körperarbeit Beh.+ Trainings, Bioresonanztherapie	<a href="http://www.barbarabaum.de">www.barbarabaum.de</a>
Heilarbeit u. Spirituelle Sterbebegleitung	<a href="http://www.energiearbeit-ahlers.de">www.energiearbeit-ahlers.de</a>
Heilerin - Heilerausbildung - Sol\A\`Vana-Schritte	<a href="http://www.heilerin-in-bremen.de">www.heilerin-in-bremen.de</a>
Institut Family Affair Bremen Heiko Hinrichs	<a href="http://www.familyaffair.de">www.familyaffair.de</a>
InTouch® Massageschule Hamburg, Bremen und Hessen	<a href="http://www.intouch-massage.de">www.intouch-massage.de</a>

Lachschule Bremen - Lebensfreude durch Lachyoga	<a href="http://www.lachschule-bremen.de">www.lachschule-bremen.de</a>
Lamat-Institut - Massagen, Energie/Körperarbeit	<a href="http://www.lamat-massagen.de">www.lamat-massagen.de</a>
Magie des Tanzes	<a href="http://www.gespraechе-mit-der-seele.de">www.gespraechе-mit-der-seele.de</a>
Massage-Praxis, Ganzkörpermassagen und mehr	<a href="http://www.massage-praxis-steintor.de">www.massage-praxis-steintor.de</a>
MBSR-Kurse – Stressbewältigung durch Achtsamkeit	<a href="http://www.dfme.de">www.dfme.de</a>
MBSR-Lehrer-Ausbildung	<a href="http://www.mbsr-ausbildung-dfme.de">www.mbsr-ausbildung-dfme.de</a>
MBSR-Stressbewältigung durch Achtsamkeit in Bremen	<a href="http://www.kirsten-bung.de">www.kirsten-bung.de</a>
Microkinesitherapie - Homöopathie mit den Händen	<a href="http://www.silvia-eisen.de">www.silvia-eisen.de</a>
Paartherapie und Familienaufstellungen	<a href="http://www.insel-institut.de">www.insel-institut.de</a>
Praxis für mehr Lebensqualität	<a href="http://www.healingjourney.de">www.healingjourney.de</a>
Reinkarnationstherapie (Münchner Schule)	Tantra <a href="http://www.mita-transzendenz.de">www.mita-transzendenz.de</a>
Qigong - Silke Schmidt	<a href="http://www.silke-schmidt.net">www.silke-schmidt.net</a>
QuantumTouch und Reiki - Kurse und Anwendungen	<a href="http://www.reiki-heilung-entspannung.de">www.reiki-heilung-entspannung.de</a>
Schamanische Heilsitzungen für Mensch & Tier	<a href="http://www.Schamanische-Heilsitzungen.de">www.Schamanische-Heilsitzungen.de</a>
Somatic Experiencing, Heiko Hinrichs	<a href="http://www.familyaffair.de">www.familyaffair.de</a>
Spirit. Sterbebegleitung, DreamWalks, DreamWalker-Schule	<a href="http://www.sigrid-nullmeyer.de">www.sigrid-nullmeyer.de</a>
Stark Institut, Heinz Stark	<a href="http://www.starkinstitute.com">www.starkinstitute.com</a>
The Reconnection(TM) Reconnective Healing(TM)	<a href="http://www.energiearbeit-ahlers.de">www.energiearbeit-ahlers.de</a>
The Reconnection, Reconnective Healing:	<a href="http://www.bewegtes-leben.net">www.bewegtes-leben.net</a>
The Work of Byron Katie, Seminare und Coachings	<a href="http://www.berufe-hannover.de">www.berufe-hannover.de</a>
Therapeutin für KBT und Psychotherapie Christa Rabe-Balz	<a href="http://www.kbt-oldenburg.de">www.kbt-oldenburg.de</a>
The Work of Byron Katie	<a href="http://www.ralf-heske.de">www.ralf-heske.de</a>
Trager® – ganzheitliche Körper- und Bewegungswahrnehmung	<a href="http://www.bodywaves.eu">www.bodywaves.eu</a>
Universelle Lebensgesetze n. Hermes Trismegistos	<a href="http://www.universelle-lebensgesetze.de">www.universelle-lebensgesetze.de</a>
Vinya Loft - Power Yoga Studio	<a href="http://www.vinyaloft.de">www.vinyaloft.de</a>
Wingwave-coaching für ein gutes Leben	<a href="http://www.living-in-flow.de">www.living-in-flow.de</a>
Wirbelsäulenaufriechung, Reiki, Seminare, Brigitte Marx	<a href="http://www.lichtpunkt-syke.de">www.lichtpunkt-syke.de</a>
Yoga Vidya Zentrum Bremen, Sigrid Küttner	<a href="http://www.yoga-vidya.de/bremen">www.yoga-vidya.de/bremen</a>



Anzeige

Im Rubrikanzeigenformat KALENDER ist es möglich Kurzanzeigen zu aktuellen Veranstaltungen, Vorträgen, Seminaren, Workshops und anderen ganzheitlich orientierten Ereignissen anzukündigen. Berechnet werden 110,- € für eine Fließtextlänge bis 800 Zeichen (inkl. Leerzeichen) mit einem Farbbild (4c). Je weiterer angefangener 100 Zeichen werden 10,- € berechnet. (alle Preise zzgl. der gesetzl. MWST). Information und Buchung: Email: [anzeigen@kgsbremen.de](mailto:anzeigen@kgsbremen.de) und Tel: 0 44 08 - 80 91 92 0

### Mein eigenes Leben leben



Was kombiniert die wissenschaftlichen Erkenntnisse der genetischen Forschung mit uraltem mystischen Wissen, wie dem I Ging? Wie könnte mir die Synthese dieses Wissens nützen? Möchte ich spüren, wie mein Körpergewahrsein mich zu meinen für mich korrekten Entscheidungen und der Entfaltung meiner mir inne wohnenden Kraft führt? Wie mich mein innerer Kompass dabei unterstützt, mich, meine einzigartigen Talente und meine natürlichen Anlagen zum Ausdruck zu bringen? Bin ich bereit ein erfülltes Leben zu leben, welches mir wirklich entspricht – da es mein Leben ist? - Im Lebensgarten Steyerberg finden regelmäßige Wochenend-Seminare zu diesem neuen Wissen - dem Human Design System - und insbesondere zu seiner praktischen Anwendung statt.

Der nächste Termin ist: 19.-21. Juni 2015. In diesem Seminar wird das Schwerpunktthema sein: **„Wie kann ich mich Selbst und meine Kinder optimal in den Entwicklungsprozessen fördern und begleiten, damit wir alle unser volles Potential leben können?“** - Für weitere Informationen und Veranstaltungen: \*Andree Schinke: [Andree.Schinke@gmx.de](mailto:Andree.Schinke@gmx.de), \*Heidi Winkler: [Winkler.Heidi@gmx.de](mailto:Winkler.Heidi@gmx.de), Tel: 0176 – 78 26 36 05, [www.lebensgarten.de](http://www.lebensgarten.de)

### SteinReich's Erlebnistag - Mitmachen, erleben & genießen

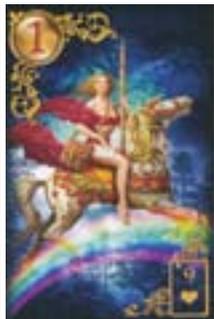
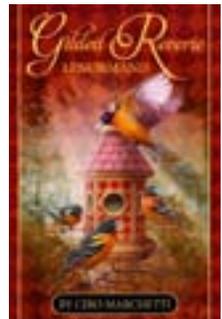


Auf der Hausmesse in der neuen „Beletage“ der Akademie SteinReich können Sie Sorgen, Stress & Ärger hinter sich lassen und sich Zeit für neue Erfahrungen gönnen, die Ihnen gut tun. Ein vielfältiges Angebot an persönlichen Beratungen, Erlebnisangeboten und unsere Lebenssegen-Tombola warten auf Sie. Sie können entspannen und sich verwöhnen lassen - aktiv werden und mehr über sich selbst erfahren. SteinReich und unser Expertenteam freuen sich auf Sie.

So 12. Juli 2015 von 12:00 bis 20:00 Uhr - Eintritt 5 EUR inkl. Gutschein für eine Beratung (Beratungen sind jeweils nur 5 EUR), Ort: Beletage der Akademie SteinReich, Schwachhauser Heerstraße 2A, 28203 Bremen. Info: SteinReich, Am Dobben 78, 28203 Bremen, Tel: 0421 - 49 87 303 oder Email: [steinreichbremen@gmx.de](mailto:steinreichbremen@gmx.de), [www.SteinReich-Bremen.de](http://www.SteinReich-Bremen.de)

### Gilded Reverie Lenormand - Ciro Marchetti kommt nach Berlin.

Ein „güldenes“ Lenormand erobert die Lenormand Welt.



Der in Amerika lebende Künstler der Lenormand Karten - Ciro Marchetti - stellt sich in Berlin vor. Im Museum Magicum werden seine Werke ausgestellt. Am 28. Juni 2015 wird die Ausstellung eröffnet. Am Samstag den 27. Juni 2015: Signierstunde von 14 bis 16 Uhr. Alle Fans können dann dem Künstler über die Schulter schauen, Bücher und Karten werden von Ciro Marchetti signiert.



Ausstellungsort: Magicum-Berlin.de, Große Hamburger Str. 17, 10115 Berlin. Mo-So: 10.00 bis 20.00 Uhr, Telefon 030 288 75 635

### Im Einklang mit ihrem Tier



In diesem Seminar beschäftigen wir uns damit, wie Sie als Tierhalter raus finden können was ihr Tier braucht und wie sie einfach anwendbare Methoden aus der alternativen Tierheilung u.a. der Kinesiologie für Ihr eigenes Tier anwenden können. Basis ist der kinesiologische Muskeltest den sie nach wenigen Stunden selbst für ihr Tier einsetzen können. Nach dem Seminar können Sie selbst testen was ihr Tier bewegt und welche Maßnahmen es brauchen könnte, damit die Selbstheilungskräfte gestärkt oder wie Wandlungen des Verhaltens eingeleitet werden können. Sie bekommen einen praktischen Zugang und eine sanfte Möglichkeit an die Hand, um Ihr Tier bei seinem persönlichen Veränderungs- und Entwicklungsprozess zu unterstützen.

11.-12. Juli 2015 in Oldenburg. Kosten 180 EUR. Infos [www.sybille-seifried.de](http://www.sybille-seifried.de)  
Anmeldung: [mail@sybille-seifried.de](mailto:mail@sybille-seifried.de) oder Telefon 0441/9354299

### 1. Qigong-KursleiterInnen-Ausbildung der Deutschen Qigong Gesellschaft e.V.

mit Asta Eichhorst und Gise Schöller



Informations- und Einführungstag in Bremen am 15. November 2015. - Am 15.11.2015 stellen wir uns und die Ausbildung im Rahmen eines Einführungstages von 10.00 – 16.30 Uhr vor. Wir geben einen Überblick über die Ausbildungsinhalte und Methoden, die in der Ausbildung unterrichtet werden, mit praktischen Übungen. Nach dem Abschluss der Ausbildung ist eine Anerkennung im Rahmen der Prävention durch die gesetzlichen Krankenkassen möglich. Der Ausbildungsbeginn ist der 12./13. Dezember 2015.

Informations- und Einführungstag in Bremen am 15. November 2015. Ort: „Centrum für Gesundheit und Bewegung“, Gertrauden Str. 30 in 28203 Bremen. Gebühr für den Einführungstag 60,- EUR. Info und Anmeldung: Gise Schöller, Tel: 0176-79069906, Mail: [gise@trans-zendenz.de](mailto:gise@trans-zendenz.de), [www.trans-zendenz.de](http://www.trans-zendenz.de); Asta Eichhorst, Tel.: 05828-979837, Mail: [info@asta-eichhorst.de](mailto:info@asta-eichhorst.de)

### Allein in der Wildnis auf dem Weg zu sich selbst

Visionssuche – Vision Quest



Wo stehst Du im Leben? Wer bist Du? Was will durch Dich geschehen? Was will sich entfalten? Wer ist Deine Gemeinschaft? Kannst Du das Alte hinter Dir lassen und Dich selbst neu in die Welt bringen? - Zwölf Tage zum Bilanzziehen, davon vier Tage und Nächte allein in der Wildnis, fastend und ungeschützt. Nur ein Schlafsack als Unterkunft, eine Plane gegen die Launen der Natur, eine Isomatte zum Schlafen und genügend Trinkwasser für den Körper. Die Visionssuche ist ein in vielen Kulturen praktiziertes Ritual, mit dem Menschen zu allen Zeiten der Geschichte Krisen bewältigten und Übergänge von einer Lebensphase zur nächsten markierten. Allein in der Wildnis nehmen wir uns die Zeit, herauszufinden, wo wir im Leben stehen, erkennen uns tief im



Spiegel der Natur und verankern uns neu im Netz des Lebens. Nach einer Zeit der Prüfungen kehren wir verändert und mit neuen Einsichten zurück, kennen unseren persönlichen Mythos und fühlen uns bereit, ihn zu leben.

Visionssuche für Frauen und Männer: Datum: 23.7. – 4.8.2015, Ort: Naturpark „Die Hölle“ bei Regensburg, Leitung: Dr. Geseko v. Lüpke & Gabriele Kaupp, Kontakt: [geseko@geseko.de](mailto:geseko@geseko.de), Visionssuche für Männer: Datum: 29.9. – 10.10.2015, Ort: Campalfi bei Siena (Toskana), Leitung: Dr. Geseko v. Lüpke & Ulrich Imrich, Kontakt: [geseko@geseko.de](mailto:geseko@geseko.de)

## Parimal Gut Hübenthal e.G.

Lebendige Commune, Seminarhaus, Meditationszentrum



...die Highlights neben vielen anderen Seminaren und Veranstaltungen:  
 • Parimal Sommerfestival 15.-19. Juli: Ein bunter Reigen von Events, Meditationen und Mini-Sessions • LotusCafé Festival 23.-26. Juli: 50 Mini-Events für Kontakt & Begegnung mit Live-Musik und Parties • Sufi Camp 19.-23. August: Join the Caravan of Love - Musik, Poesie, Tanz, Stille, Feiern, Natur • Parimal Kennenlern-Wochenenden: 19.-21. Juni & 21.-23. August • Ständig Volunteer-Programm und Commune-Gast-Angebot • Für bestimmte Studiengänge bieten wir Praktika an, weiterhin • Wellness- und Heilungswochen mit umfangreichem Angebot an Behandlungen. Wir bieten ggf. eine Kinderbetreuung an. Täglich: Meditationen, Mantra-Singen und Abendgruppen.

Weitere Informationen auf der Homepage: [www.Parimal.de](http://www.Parimal.de)

## Qigong, Yoga, Wandern in Griechenland



Ruhig werden, den Wellen lauschen, Sonne tanken, Freude spüren ... Bei „Iliochoos – der Schule des einfachen Lebens“ auf Pilion erwartet Sie nicht nur Urlaub vom Alltag, sondern vielmehr die Rückbesinnung aufs Wesentliche und die einfachen Dinge. Lina und Jorgos, die ihre Workshops seit bald 20 Jahren auf der grünen Halbinsel abhalten, gewähren Einblicke ins griechische Leben und führen zu den schönsten Plätzen und Badebuchten. In den Übungsstunden finden Sie zu neuer Vitalität. Tauchen Sie ein in die unberührte Natur, genießen Sie Sonne und Meer sowie die Begegnung in der Gruppe!

Workshoptermine: 04.06.-18.06., 18.06.-02.07., 02.07.-16.07., 27.08.-10.09., 10.09.-24.09., 24.09.-08.10., 08.10.-22.10.2015. Infos: Petra Greiner-Senft, Tel. 089 26019446, [iliochoos@web.de](mailto:iliochoos@web.de), [www.iliochoos.gr](http://www.iliochoos.gr)

## Großes buddhistisches Sommercamp in der Lüneburger Heide



Foto: Geshe Pema Samten

Sommerferien! Zeit für das beliebte Sommercamp des Tibetischen Zentrums: Dharma-Freunde treffen, meditieren, buddhistische Unterweisungen hören und abends gemeinsam am Lagerfeuer sitzen. „Wir freuen uns auf ein Wiedersehen mit unseren Gästen aus den letzten beiden Jahren und auf viele neue Gesichter, insbesondere auch auf Familien. Unser Wunsch ist es, dass sie die Zeit in unserem Meditationshaus Semkye Ling in der Lüneburger Heide gemeinsam mit uns genießen“, so Geshe Pema Samten. Vom 13. bis 23. August gibt der Abt des Klosters Tashi Dargye in Ost-Tibet und ständige Lehrer im Tibetischen Zentrum

Hamburg traditionelle Unterweisungen und leitet Meditationen an. Gäste können sich auf die 24 Verse des Wunschgebetes von Maitreya und die Einweihung in diesen Buddha freuen. Die Bereinigung negativer geistiger Anlagen, das Sammeln heilsamer Anlagen sowie die Entwicklung von Weisheit, Ethik und Mitgefühl gehören zu den Themen dieses Textes. Geshe Pema Samtens besonderes Talent ist es, klassische buddhistische Texte so zu erklären, dass sie für jeden, ob Buddhist oder nicht, im Alltag anwendbar sind. Mit seinem tiefgründigen Humor berührt er unsere Herzen. Semkye Ling und der idyllische Garten versprechen entspannte Sommertage für die ganze Familie, inklusive einer erlebnisreichen und professionellen Kinderbetreuung. Ein ganz besonderes Highlight ist das Sandmandala des Buddhas Maitreya. Fünf Mönche des tibetischen Exil-Klosters Sera Dsche streuen es aus buntem Sand. Am Ende der Veranstaltung wird es aufgelöst und unter Begleitung traditioneller Rituale in einen nahegelegenen Fluss gestreut. Das große Tempelzelt im idyllischen Garten bietet Platz für etwa 200 Besucherinnen und Besucher. Die Teilnahme ist auch tageweise möglich. Zur Einstimmung finden Sie auf der Website des Tibetischen Zentrums einen Film zum Sommercamp 2013: <http://www.tibet.de/programm/lehren-des-buddhismus/sommerncamp-film.html>.

**Veranstaltung: Dharma-Sommerncamp in der Lüneburger Heide. Ort: Buddhistisches Meditationshaus Semkye Ling, Lünzener Str. 4, 29640 Schneverdingen. Beitrag: 290 EUR | ermäßigt: 232 EUR (10 Tage inkl. Einweihung), 260 EUR | ermäßigt: 208 EUR (10 Tage ohne Einweihung), 30 EUR | ermäßigt: 24 EUR (Tageskasse). Anmeldung und Information: Tel. 05193-9821809 oder 05193-52511, [sommerncamp@tibet.de](mailto:sommerncamp@tibet.de)**

## Stark Institut Ausbildung Familienstellen

mit den Lehrtherapeuten (DGfS) Heinz Stark und Heinrich Breuer



Am 9. September 2015 beginnt der 11. Ausbildungszyklus in phänomenologisch-systemischer Aufstellungsarbeit im Seminar- und Retreathaus in der Gohrde (bei Lüneburg). Beide Trainer sind erfahrene Therapeuten (Körperpsychotherapie, Hypnotherapie...) und international bekannte System- u. Familienaufsteller. Das Ausbildungs-Curriculum ist ebenfalls von der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellung als Fortbildung anerkannt. Das Stark Institut kooperiert mit der staatlich anerkannten Weiterbildungseinrichtung »Bildungs-Werk für Friedensarbeit« in Minden (NRW). Das ermöglicht den Teilnehmenden, je nach Bundesland ihres Wohnortes Aus- und Fortbildungszuschüsse zu beantragen.

**www.starkinstitute.com; Stark Institut für systemisch integrative Therapie (SYIN)®; Telefon: 05855/978233.**

## 11. Berliner Yogafestival vom 09. – 12. Juli 2015, „Gib Frieden ne Chance“



Die Friedensbotschaft des Yogas ist eine spirituelle, philosophische Botschaft. Yoga führt Dich zu mehr innerem Frieden, zu mehr Freude und besserer Gesundheit. An diesem Wochenende lassen wir vom Yogafestival in Berlin Kladow friedliche Gedanken, Gebete und Gesänge in die ganze Welt ausstrahlen. Dazu laden wir Euch zusammen mit unseren Gast-sprecher/innen herzlichst ein! - Neben dem großen Programm für Profis und Anfänger gibt es dieses Jahr „Yoga auf dem Stuhl“ für ältere Menschen und „Yoga barrierefrei“ für körperlich eingeschränkte Yogis. Dr. Alaknanda und Lothar Pirc leiten das Ayurveda Programm. Verschiedene Kunstprojekte stehen unter dem Zeichen „heilige Geometrie“. Für Kinder gibt es einen großen betreuten Bereich und ein schönes Kinderprogramm. Es darf gezeltet und gebadet werden.



**11. Berliner Yogafestival - Neukladower Allee 9 - 14089 Berlin im Kulturpark Kladow, Veranstalter: Lernen in Bewegung e.V., Weimarerstr. 29, 10625 Berlin, Tel.: 030 381 08093, Fax.: 030 310186 99, [info@yogafestival.de](mailto:info@yogafestival.de), [www.yogafestival.de](http://www.yogafestival.de)**

## Mit Kundalini Yoga den bewussten Weg gehen



Täglich treffen wir unzählige Entscheidungen, - niemals zuvor konnten wir so viel entscheiden wie heute. Wer aber hat die Entscheidungshoheit in unserem Leben?

Die meisten Entscheidungen, die wir treffen, fallen unbewusst, und diejenigen, die wir bewusst treffen wollen, sind oft schon durch frühere Entscheidungen vorab entschieden. Voraussetzung dafür, authentische Entscheidungen zu treffen, ist die Verbundenheit mit sich selbst. Doch viele Menschen fühlen sich „abgeschnitten“, innerlich isoliert, orientierungslos, entwurzelt, erschöpft und geistig leer. Wenn wir uns in diesem Zustand selbst befragen, sind wir nicht in der Lage, die Antwort unseres wahren Selbst zu hören..

Mit Hilfe der alten Erfahrungs-Wissenschaft des Kundalini Yoga biete ich Techniken, die Sie unterstützen, Ihren persönlichen Weg zu gehen. Kraftvolle Kriyas balancieren, entgiften und stärken den Körper. Meditationen reinigen den Geist und schenken innere Stärke und Gelassenheit. Regelmäßiges Praktizieren des Kundalini Yoga stärkt das Selbstwahrnehmungssystem, schult die Intuition, bringt Selbst-Bewusstsein und macht strahlend schön. Das „Yoga des Bewusstseins“ verhilft uns, mit uns selbst in Verbindung zu treten und ist eine Antwort auf die Herausforderungen der heutigen Zeit. Es führt uns zu persönlicher Freiheit.

**Kundalini Yoga, so wie es von Yogi Bhajan gelehrt wurde, mit Sat Pavan Singh: Der bewusste Weg für alle - Jeden Mittwochabend um 20 Uhr im YogaGarten Bremen [www.yogagarten-plantage13.de](http://www.yogagarten-plantage13.de) Mehr Informationen zum Prozess der Freiheitsfindung unter [www.der-bewusste-weg.de](http://www.der-bewusste-weg.de)**

## Kabbalistische Geburtsanalyse und

Einladung zum glücklich werden



Die kabbalistische Geburtsanalyse ist die Gebrauchsanweisung für Ihr Leben. Sie erklärt Ihnen, welche Erfahrungen Sie sich für dieses Leben vorgenommen haben, welche Rolle Ihre Erziehung und das Elternhaus dabei spielen und wie Sie durch Ihr eigenes Verhalten in der Lage sind Ihr Leben zu einem Erfolg zu machen.

In diesem Seminar erhalten Sie alle Informationen über Ihren eigenen Lebensplan und Sie erhalten alle Voraussetzungen um diese Analysen erfolgreich für Dritte anzubieten. Das Seminar „Einladung zum glücklich werden“ lässt Sie Ihre Glaubenssätze und deren Wirkung erkennen. Erfolgreich lösen Sie Ihre alten negativen Glaubenssätze auf und gehen in ein selbstbestimmtes Leben.

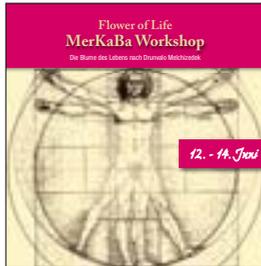


• „Kabbalistische Geburtsanalyse“: Seminarreihe: • **Einladung zum glücklich werden - Modul I: 3. – 5. Juli 2015 und 24. – 26. Juli 2015.** • **Glücklich werden - Modul II: 14. – 16. August 2015 und 11. – 13. September 2015.** Alle Seminare finden im

Seminarhaus Lichtblick in Hude statt. Alle aktuellen Termine finden Sie auf meiner Internetseite: [www.wolfsmond.info](http://www.wolfsmond.info) • Ursula Vogt, Schulstr. 24, 50767 Köln, [ursula.vogt@wolfsmond.info](mailto:ursula.vogt@wolfsmond.info)

## Flower of Life - MerKaBa Workshop

Die Blume des Lebens nach Drunvalo Melchizedek mit Britta Map



Sie ist es, die wenn wir uns ihr widmen, den Zugang zu unserem Selbst gewährt und zu allen außenstehenden Formen sowie unsere Gedanken und Emotionen. Mit Hilfe der MerKaBa Meditation erleichtern wir unser Leben, indem wir unsere 3 Körper (Mental, Emotional & physischer Körper) in Harmonie bringen. Dadurch werden emotionale und physische Belastungen ausgeglichen und unser Leben fließt wieder leicht und erträglich. Durch die Praxis der MerKaBa Meditation entsteht Harmonie.

Sie ist leicht zu erlernen und dauert nur ein paar Minuten, dadurch lässt sie sich im Alltagsleben bestens integrieren. Sie ist sehr hilfreich bei Stress und vielen anderen Symptomen unserer Zeit. Jeder sollte sie anwenden, denn Freude und Leichtigkeit ist das, was das Innere für uns bereit hält und immer für uns bereitgehalten hat. In diesem

Workshop werden wir zum innersten Kern unseres Wesens reisen.

**Termin: 12. Juni 2015 von 17.00 - 20.00 Uhr, 13. Juni 2015 von 13.00 - 20.00 Uhr und 14. Juni 2015 von 13.00 - 19.00 Uhr, Kosten: 270 Euro, Ort: Akademie SteinReich, Schwachhauser Heerstraße 2A, 28203 Bremen, Telefonische Anmeldung: 0 47 06 - 93 12 90**

## Spiegelgesetze!

Vom Opfer in die Eigenverantwortung



Wie wir es in den Wald hineinrufen, so schallt es hinaus; was wir ausstrahlen, das ziehen wir an. Partner, Kollegen, Freunde, Nachbarn... Haus, Auto, Haustier, Keller... alles das sind Spiegel unserer eigenen inneren Einstellung. Wie innen so außen. „Ein Problem ist Dein Problem“, sagte schon Osho. Indem wir die Verantwortung für unsere Probleme übernehmen, übernehmen wir auch wieder die Führung. Wenn Du herausfindest, welcher Teil in Dir die Resonanz erzeugt oder zugelassen hat, kannst Du diese Resonanz heilen und auflösen. Dabei helfe ich Dir!

**Einführung in die Spiegelgesetze am Mittwoch 10. Juni, Mittwoch 8. Juli, jeweils um 18:00 Uhr. Leuchtturmfabrik, Münchener Straße 58, in Bremen. Kosten: 10 Euro.**

Spiegelgesetze-Sprechstunde, jeden Dienstag 10-12 Uhr, jeden Donnerstag 18-20 Uhr. Ort: Leuchtturmfabrik, Münchener Straße 58, Bremen; Kosten: Nach Aufwand. Anmeldung & Info: [www.spiegelgesetze.de](http://www.spiegelgesetze.de)  
Telefon: 0421-2210567

## AMOR - das Paarprojekt nicht nur für Singles

Reif werden für die Partnerschaft



Sie sehnen sich nach einer erfüllenden Liebesbeziehung und ahnen, dass Ihre vergeblichen Bemühungen nicht nur mit dem Außen zu tun haben, sondern mit Ihnen selbst. Das Paarprojekt ist ein transformierender Prozess der Lebens- und Selbstbejahung. Es unterstützt Sie dabei, sich wiederholende Beziehungsmuster zu durchbrechen, und gibt Werkzeuge an die Hand, die eigenen Ressourcen zu nutzen und nahe zu sein, ohne sich zu verlieren.

• **Info-Abende 29.6. + 17.7.2015 in Bremen • Vortrag „Lerne Lieben ohne zu leiden“ am 23.6.2015 in Bremen • Aufstellungs-Workshop „Frei werden für eine neue Liebe“ Sa. 13.6.2015 in Lilienthal • Kontakt-Workshop „Die Kunst, nahe zu sein, ohne sich**

**zu verlieren“ Sa. 4.7.2015 in Lilienthal • Alle Termine auf [www.amor-paarprojekt.de](http://www.amor-paarprojekt.de)**

• **Neue Jahresgruppe: 8 Tagesseminare & 1 WE, monatlich in Lilienthal, ab September 2015.**

Leitung: Silvia Meyer & Raymond Fismer, Tel. 04298-4392, [fismer@gmx.de](mailto:fismer@gmx.de)

## Celebrate Life Festival 2015 - 30. Juli bis 08. August in Wardenburg/Oberlethe

„TRANSFORMATION Die Vergangenheit heilen – Eine neue Zukunft werden“



Zeitlose Mystik, frische Impulse, globale Aktualität und berührende Begegnungen: Ganz gleich, ob man alleine, als Paar oder Familie anreist - bei diesem Non-Profit-Event ist man schnell mittendrin. Das Programm bietet den Teilnehmenden viele Chancen für neue Perspektiven und erweiterte Dimensionen. Es lädt den Einzelnen ein, individuelle Schatten zu erlösen, einschränkende Muster zu transformieren und aktiver Teil einer neuen Wir-Kultur zu werden. Zum Tagesablauf gehören unter anderem Talks und Workshops mit bekannten spirituellen Lehrerinnen und Lehrern, unterschiedliche Meditationsangebote und individuelle Prozessarbeit, Themenzelte, Kinderbetreuung und Arbeitskreise sowie außergewöhnliche künstlerische Performances und vor Lebendigkeit sprühende Tanzabende.

Infos und Anmeldung (nur online !!!) [www.celebrate-life.info](http://www.celebrate-life.info)

## therapie | erfahren | lernen

Heilpraktikerausbildung, naturheilkundliche Fortbildung



Seit 2012 haben angehende und auch bereits tätige HeilpraktikerInnen die Möglichkeit in einem Lehr-Ambulatorium unter Anleitung direkt am Patienten zu arbeiten. Nähere Informationen beziehen Sie bitte über das eos-Institut. Der Wandel im Gesundheitswesen greift zunehmend auf den Heilpraktiker zurück. Einst mehr begnadete Heiler finden Heilpraktiker zunehmend Platz in Großpraxen und Kliniken. Gestiegene Verantwortlichkeit in Diagnose und Therapie („first contact“) spiegelt sich in den Anforderungen der Erlaubniserteilung durch die Gesundheitsämter wieder. Unsere Ausbildungsmodule kommen den unterschiedlichen Anforderungen und Vorkenntnissen der Teilnehmer entgegen und ermöglichen eine flexible Gestaltung des zeitlichen Aufwandes: berufsbegleitende Vormittags- bzw. Abendkurse, Vollzeitkurse etc. In weiterführenden naturheilkundlichen Ausbildungen wird praxisnah medizinisches Fachwissen, klinische Untersuchungsmethoden und Diagnostik fachübergreifend vernetzt.

• **Ambulatorium – die Ausbildungspraxis für HPs • laufende Einstiegsmöglichkeiten in Heilpraktik-Ausbildungen (HP allg, HP psych, HP physio) • 03.06.'15 Ausbildung HP-Psych - laufender Einstieg möglich • 01.06.'15 HP-Ausbildung| ohne med. Vorkenntnisse - lauf. Einstieg mögl. • 03.06.'15 HP-Supervisionsgruppe | Lehrpraxis • 10.06.'15 GebüH - Abrechnungsmöglichkeiten für HP's • 13.06.'15 Krebs - ganzheitliche Onkologie • 24.06.'15 Info-Abend | HP-Ausbildung • 01.07.'15 HP-Supervisionsgruppe | Lehrpraxis • 04.07.'15 Irisdiagnostik | Basiskurs. Weitere Info's und Anmeldung bei: eos-Institut, Heilpraktikerschule, 28211 Bremen, Schwachhauser Heerstr. 55 • Fon: 0421.30399.77 • Fax: 0421.30399.35 • Mail: [info@eos-institut.de](mailto:info@eos-institut.de) • [www.eos-institut.de](http://www.eos-institut.de)**

Sie haben Interesse ihre „VISITENKARTE“ im ganzheitlichen KGS-FORUM zu platzieren?

Die Gestaltung ist einheitlich: Foto/Logo, kurzer Text, Adresse (keine Terminangaben!).

Die „Visitenkarte“ ist im KGS-Standardformat für 3 oder 6 Ausgaben buchbar.

Format: 1/5 Seite (36 x 138 mm), Farbbild in 4c. Preis incl. Satz und einheitl. Gestaltung pro Ausgabe:

90,- EUR + MWST bei Schaltungsdauer von 3 Ausgaben

80,- EUR + MWST bei Schaltungsdauer von 6 Ausgaben (6 Ausgaben = Jahresschaltung).

Dieser Preis beinhaltet einen kostenfreien Eintrag (max. 4 Zeilen) in unserer Rubrik „Wer macht Was“.

Information und Buchung: Email: [anzeigen@kgsbremen.de](mailto:anzeigen@kgsbremen.de) und Tel. 0 44 08 - 80 91 92 0

## Atempause



## Selbstfindung, Inspiration, Regeneration

- Atemtherapie nach Prof. Ilse Middendorf
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Myoreflextherapie
- Fußreflextherapie
- Bioenergetische Meditation
- Bioenergetische Massage
- Heilung durch den Atem

Atempausen schaffen neue Lebenskräfte für Körper, Geist und Seele

## Sanatha Hannig

Atem- und Körpertherapeutin, AFA  
Erlenstraße 76  
28199 Bremen/Neustadt  
Tel./Fax 0421 - 54 86 912  
[www.atempause-bremen.de](http://www.atempause-bremen.de)

## Abbau emotionaler Blockaden



## Hilfe zu Lebensfreude und Aktivierung der Selbst-Heilung durch:

- MET (Meridian-Energie-Techniken)
- BSFF (Selbstheilungsprogramm) bei: z.B. Ängsten, Beziehungsproblemen, verletzter Sexualität, Trauer, Stress, emotionalem & körperl. Leiden
- Handauflegen: alle Leiden
- Energiemassagen

**Pierre Toborek**  
MET – Therapeut  
Anerkannter Heiler DGH  
Coach Sport • Beruf • Privat  
26122 Oldenburg  
Bahnhofsplatz 4  
Tel. 0441-88 2 888  
[www.pierre-sante.com](http://www.pierre-sante.com)

## Aura-Soma® Farbpflugesystem



- Aura-Soma® Farb- u. Duftessenzen
- Informationsabende
- Einführungs- u. Tagesseminare
- Aura-Soma® Berater/in-Ausbildung

Aura-Soma® ist eine eingetragene Marke von Aura-Soma® Ltd.

NEU: LITIOS® Lichtkristallberatung mit Licht-Lord Metatron

Licht-Wege  
Regina Bauer

Aura-Soma® - Beratung und Ausbildungen und Samahita-Yoga  
Bürgereschstraße 27  
26123 Oldenburg  
Tel.: 0441-82118  
Mail: [bauerregina@t-online.de](mailto:bauerregina@t-online.de)  
[www.licht-wege-land.de](http://www.licht-wege-land.de)

## Access Bars® Therapeutin und Lebensberatung



## Diplomierte Spezialistin bietet Hilfestellung

- Stimulierung der 32 Energiepunkte am Kopf nach Access Consciousness®
- Engeltherapie / Engelberatung
- Individueller Beratung zur Entwicklung
- Lebensberatung

versch. Seminare auf Anfrage

**Anna Przybylek**  
Dipl. Lebensberater und Access Bars Facilitator

Korbmacherstr. 8  
28816 Stuhr  
Tel.: 0421 175 26 081  
[anna.przybylek@kristallberatung.com](mailto:anna.przybylek@kristallberatung.com)  
[www.kristallberatung.com](http://www.kristallberatung.com)

## Aura-Soma® &amp; Massagen



- Aura-Soma®-Infoabende
- Verkauf von Aura-Soma®
- Einführungsseminare
- Einzelsitzungen
- Aura-Soma®-Ausbildung
- Ganzheitliche Massage
- Psychische Massage
- Hawaiianische Massage
- Biodynamische Massage

## Amida Koitka

Aura-Soma®-Lehrerin  
Körpertherapeutin  
Gertrudenstr. 30  
28203 Bremen  
Email: [amidak@gmx.de](mailto:amidak@gmx.de)  
Tel.: 0421-77842  
Mobil: 0160 - 35 85 695

## Alternative Lebensberatung



## Spezialisiert auf Beziehungsthemen

- Partnerschaft
- Erkennen und Nutzen des Potentials
- Krisen / Herausforderungen meistern
- Beruf(ung) und Neuorientierung

**Dr. Elfriede Brümmer**

Termine und Anmeldung:  
email: [dre.brueemmer@t-online.de](mailto:dre.brueemmer@t-online.de)  
Tel. 040-456155 (12-13 Uhr oder AB)

## Biodanza® Schule Bremen



## Ausbildung zum/zur zertifizierten Biodanza- Leiter/ -Leiterin (System Rolando Toro)

- Jahresgruppe, Wochenkurse in Bremen und Hamburg
- Workshops
- Events
- Coaching & Supervision

Leitung: Dipl.-Psych. Antje Koolen  
Biodanza-Leiterin seit 1996;  
Ausbilderin & Supervisorin

Co-leitung/Assistenz: Helge Polzin  
Biodanza Leiter & GFK-Coach  
Tel.: 0421 - 69 21 96 32  
mobil: 0176 - 63004582  
[info@biodanza-bremen.de](mailto:info@biodanza-bremen.de)  
[www.biodanza-bremen.de](http://www.biodanza-bremen.de)

## Astrologie-Schule Bremen



## Persönliche Beratung

- Geburtshoroskop
- Berufsberatung, Paarberatung
- Terminplanung

## Professionelle Astrologie-Ausbildung

- für Einsteiger und Fortgeschrittene
- lebensnah und praxisbezogen
- Weiterbildung und Supervision

**Christine Keidel-Joura**

Delmestraße 74  
28199 Bremen  
Tel. 0421 - 7 29 29

[www.astrologie-schule-bremen.de](http://www.astrologie-schule-bremen.de)

## Coaching Beratung Training



- Achtsames Einzel- und Teamcoaching
- change-management
- Einführung in die GFK
- Konfliktmoderation

## Marita Zimmer

Diplomsozialpädagogin (Uni)  
systemische Beraterin  
Mediatorin  
Sozialmanagerin  
Tel.: 0421/72995  
[maritzimmer@aol.com](mailto:maritzimmer@aol.com)



„Emotional frei ist nicht, wer schmerzvolle Erinnerungen verdrängt, sondern wer Schmerz und Erinnerung trennt.“

- Einzeltherapie • Traumatherapie (PITT®)
- Systemische Familienberatung
- Fortbildungen zur Klopfakupressur (EFT) mit Abschlusszertifikat seit 2002
- Autorin „Klopfakupressur – Mit EFT Energieblockaden lösen“

### Christel Preuss

**Christel Preuß**  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
28879 Grasberg  
Tel.: 0172-2743182  
[www.christelpreuss.de](http://www.christelpreuss.de)



### Impulse zu neuen Lösungen durch:

- Meridiankopftechniken (MET, EFT)
- Energetische Wirbelsäulenaufrichtung
- Seelenmeridianmassage
- Beratung z.B. bei BurnOut, Trennung, Mobbing, Raucherentwöhnung

### Impulse zu neuen Lösungen

**Gesundheitspraxis Steinwedel**  
**Heike Steinwedel**  
Heilpraktikerin (Psychotherapie)  
Wachmannstr. 71  
28209 Bremen  
Tel.: 0421-6200456  
[www.gesundheitspraxis-steinwedel.de](http://www.gesundheitspraxis-steinwedel.de)



### Total \*normal\* aber ein wenig \*anders\*

Inneres Gleichgewicht und Selbstwert sind die Grundvoraussetzungen zur Entfaltung Deiner Begabungen.

Mein Ziel ist es Dich zu unterstützen Dein volles Potenzial zu **leben**.

### Coaching für Hochbegabte und Hochsensible

**Kirsten Kampmann-Aydogan**  
Psychosozialer Coach für  
Hochbegabte und Hochsensible

Telefon +49 (0) 421 25 7654 7  
Mobil +49 (0) 173 37 01 112  
info@life-coach-bremen.de

[www.life-coach-bremen.de](http://www.life-coach-bremen.de)



- schamanische Beratung und Behandlung
- Haus- und Grundstück-Clearing • Trommelbau • Medizinradrituale • Einführung in die Grundlagen schaman. Heilens • Kraftorte + Kraftobjekte: Aufspüren, Anlegen, Anfertigen • Sterbebegleitung • Seelenreisen, z.B. Krafttiere, u.a. • Seelenanteil-Rückholungen • Indianische Schwitzhütten in der Lakóta-Tradition • für Einzelpersonen und Gruppen • Supervision für schamanische Heiler

### Inipi

**Andreas Wesemann**  
Traditioneller und zeitgemäßer Schamanismus - Seelenheilungen  
Wollaher Straße 57  
27721 Ritterhude OT Platjenwerbe  
Fon: 0421-62 73 46  
[andreas-wesemann@web.de](mailto:andreas-wesemann@web.de)  
[www.inipi-haus-der-seele.de](http://www.inipi-haus-der-seele.de)



### In-Beziehung-Sein leben

- für Singles, Paare, Eltern, Kinder, Chefs -

- Wie lebe ich dauerhaft Verbundenheit und Nähe? • Wie stehe ich für mich ein und sage was ich will? • Wie lerne ich mir zu vertrauen? • Wie geht es ohne Druck und Stress zu arbeiten? • Wie nehme ich dauerhaft ab und bleibe gesund?

### Dein Leben heilen

**Voicing® & Coaching**  
**Ute Bries**  
Mental-Ressource-Trainer/Coach  
Termine in Bassum und Bremen  
Tel.: 0 42 41/80 48 796  
ute.bries@voicing.de  
[www.voicing.de](http://www.voicing.de)



### HEILENDE KRÄFTE IM TANZ®

- Ausbildungen zur  
- Tanzpädagogin HKIT®  
- Tanztherapeutin HKIT®
- Performancetanzausbildung dancing dialogue®
- Tanzreisen an Orte der Kraft

### Institut HKIT®

**Elke Wagner**  
Begründerin Gabriele Fischer  
D 21256 Inzmühlen  
Fon 05198-9811104  
Fax 05198-9811105  
info@heilende-kraefte-im-tanz.de  
[www.heilende-kraefte-im-tanz.de](http://www.heilende-kraefte-im-tanz.de)



### Die Kunst der Berührung erlernen

- Ausbildung zum Massagetherapeuten
  - Fortbildungen in div. Massagetechniken
  - Regelmäßige Genießler-Workshops
  - seit über 10 J. Ausbildungskompetenz
  - Individuelle Einzelmassagen
- Kostenlose Broschüre anfordern!**

### Die Kunst der Berührung erlernen

**InTouch® Massageschule**  
Hamburg - Kassel  
[www.intouch-massage.de](http://www.intouch-massage.de)  
Organisationsbüro Bremen:  
Tel: 0421-0421-40897852  
info@intouch-massage.de



### therapie | erfahren | lernen Heilpraktikerausbildung & naturheilkundliche Fortbildung

- berufsbegleitende Prüfungsvorbereitung
- Teilzeitausbildung ohne med. Vorkenntnisse über 2 Jahre (montags vormittags)
- naturheilkundliche Fortbildungen, u.a. prozessorientierte Homöopathie
- Förderungen über Bildungsprämie u.ä.

### Heilpraktikerausbildung

**eos-Institut, Heilpraktikerschule**  
**Paul Inama**  
28211 Bremen  
Schwachhauser Heerstr. 55  
FON 0421.30399.77  
FAX 0421.30399.35  
info@eos-institut.de  
[www.eos-institut.de](http://www.eos-institut.de)



### Körperorientiert - Systemisch - Transpersonal

- Einzel- und Paarberatung
- Berufliches Coaching
- BoxCoaching
- **Veranstaltungen:**  
- Integrale Familien- und Systemaufstellungen: Abende, Tage u. WE  
- Der MännerRat  
- Nachsorgegruppe Heiligenfeld

### Integralis Bremen

**Integralis Bremen**  
Coaching - Beratung - Seminare  
Sögestr. 37-39  
28195 Bremen  
0421 - 168 68 15  
info@integralis-bremen.de  
[www.integralis-bremen.de](http://www.integralis-bremen.de)



### Kabbalistische Geburtsanalyse

- Haben Sie Fragen zu Ihrem Leben?
- Warum habe ich schwere Erkrankungen oder erlebe bestimmte Dinge immer wieder?
  - Was sind meine Talente u. Lebensaufgaben?
- Mit Hilfe der kabbalistischen Geburtsanalyse ist es möglich Antworten zu finden die Ihnen einen neuen Blick auf Ihr Leben ermöglichen

### Kabbalistische Geburtsanalyse

**Rechtsanwalt und Heiler (DGH)**  
**Markus Mollet**  
Oslebshauer Heerstraße 33 c  
28239 Bremen  
info@mollet-personaltraining.de  
Mobil: 0049 173 / 2 40 96 01  
[www.praxisfuerselbstheilung.de](http://www.praxisfuerselbstheilung.de)

## Kundalini Yoga



- Kundalini Yoga und Meditation
- Hormonyoga im Kundalini Yoga
- Numerologische Beratung
- Aus- und Fortbildungen
- Coaching und Supervision

Mit Krankenkassenerstattung

**Dr. Anand Martina Seitz**  
**ANAND NIVAS**  
 Institut für Yoga, Beratung u. Training  
 Goethestr. 25  
 28203 Bremen  
 Tel. 04242 / 597169  
 yoga@AnandNivas.de  
[www.AnandNivas.de](http://www.AnandNivas.de)

## Praxis für ganzheitliche Heilkunde



- TCM: Akupunktur
- Ohrakupunktur
- Farbpunktur/ P. Mandel (für Kinder sehr geeignet)
- Massage/ Fußreflexzonen-Massage
- Spagyrische Medizin n. Dr. Zimpel
- Magnetfeld-Therapie/ PERTH
- Ernährungs- und Gesundheitsberatung
- Heilarbeit nach Dr. Eric Pearl:
  - Reconnective Healing®
  - The Reconnection®

**Brigitte Hertel**  
 Heilpraktikerin  
 28215 Bremen  
 Hemmstr. 123-125  
 Tel.: 0421-3762299  
[www.heilpraxis-hertel.de](http://www.heilpraxis-hertel.de)

## Lichtbahnen-Therapie nach Trudi Thali



## Spirituelle Meridianbehandlung

- Lichtbahnen-Behandlung mit Beratung
- Ausbildung zum Lichtbahnen-Therapeuten
- Fernheilung
- Engel-Seminare, -Reading
- Behandlung für Kinder
- Seminarreise Patmos/Griechenland
- Meditationsabende

**Sabine Büsselmann**  
 Birkenweg 37a  
 26203 Tungen  
 Tel. 04407-2735  
 sabine-buesselmann@t-online.de  
[www.lichtbahnentherapie-oldenburg.de](http://www.lichtbahnentherapie-oldenburg.de)

## Reconnection® und Reconnective Healing®



„It's time to come home“ - Eric Pearl  
**Reconnective Healing®**  
 bringt uns in Kontakt mit hochschwingenden  
 Heilfrequenzen für den Einklang von Körper,  
 Geist und Seele  
**The Reconnection®**  
 ist eine einmalige spirituelle Erfahrung  
 und öffnet uns den Weg zu uns selbst

**Miriam Wender**  
 Reconnective Healing® Practitioner  
 Level I, II und III  
 Contrescarpe 9  
 28203 Bremen  
 Tel: 0421 - 16 10 00 04  
 info@miriam-wender.de  
[www.miriam-wender.de](http://www.miriam-wender.de)

## Living in flow

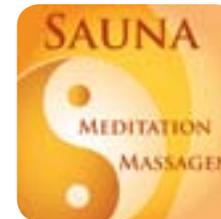


## Zeit für ein gutes Leben!

- Coaching für Beruf, Beziehungen und Schule
- Workshops:
  - Essen und Psyche,
  - Duftmeditationen mit ätherischen Ölen
  - Zeit für Veränderung mit Leichtigkeit
  - Kreatives Malen

**Wiebke Klatt**  
 Heilpraktikerin für Psychotherapie  
 Wingwave coach, Eft Therapeutin  
 Bismarckstr. 48  
 28203 Bremen  
 Mobil: 0174 60 60 555  
[www.living-in-flow.de](http://www.living-in-flow.de)

## Sauna - Meditation - Ayurveda Massage



## Die alternative Sauna in Bremen

- Sauna - in harmonisch angenehmer Atmosphäre
- Dienstags Frauensauna
- OSHO – Kundalini Meditation
- QLB – Atem Meditation
- Ayurveda Massage
- Geschenkgutscheine: Massage / Sauna
- Vermietung: Sauna / Meditationsraum

## Die Sauna im Viertel

Außer der Schleifmühle 76  
 28203 Bremen  
 Tel: 0421 / 840 85 66  
 Mobil: 0174 / 768 75 85  
 Email: info@diesaunaimviertel.de  
[www.diesaunaimviertel.de](http://www.diesaunaimviertel.de)

## Massage

Norddeutsche Massageschule



Süddeutsche Massageschule

## Ganzheitlich Energetische Massage lernen und genießen

- Jahresausbildung an 11 WE
- Für Anfänger und Fortgeschrittene
- Westliche u. östliche Massagepraxis
- Kostenlose Infoabende
- Regelmäßige Einführungsseminare
- Beruf Massage-Practitioner®

**Norddeutsche Massageschule**  
 Bremen, Tel. 0421-3477349  
[www.NorddeutscheMassageschule.de](http://www.NorddeutscheMassageschule.de)

**Süddeutsche Massageschule**  
 Fürth, Erlangen, Tel. 0911-9376764  
[www.SueddeutscheMassageschule.de](http://www.SueddeutscheMassageschule.de)

## Schamanismus



## Schamanische Energiearbeit

u.a. Schwerpunkte:  
 • Beziehungsprobleme  
 • Lebensfragen  
 • Frauenrituale und  
 • für Krisensituationen  
 Ich bediene mich u.a. folgender Technik:  
 Seelenrückholung & Extraktion nach  
 Dr. Alberto Villoldo und der Inka Tradition.

**Annette Assmy**  
 mobil 0176 61315306  
 a.assmy@gmx.net  
[www.chaskawisdom.com](http://www.chaskawisdom.com)

## Medium



## Spirituelles Heilen &amp; Jenseitskontakte

- Lebensberatung, Persönlichkeitsentwicklung
- Standortbestimmung, Trauerarbeit
- Individuelle Meditationen
- Regelmäßige Demonstration von Jenseitskontakten
- Workshops zu Intuition und Medialität

**Undine Zeidler**  
 Medium  
 Bismarckstraße 48  
 28203 Bremen  
 Mobil: 0173/5601748  
[www.spirit-lilienthal.de](http://www.spirit-lilienthal.de)

## Seminar- und Ferienhaus Adelheidshof



- Seminarraum 80m<sup>2</sup> • 2 Ferienwhg
- 3 DZ und 4 DZ, sowie 4 Gästezimmer
- 22 Gäste + Zustellbetten • Selbst-, Teil- oder Vollverpflegung • gr. Garten, Zelten, Feuerstelle, Badesee i.d.Nähe • Massagen, Atemtherapie, Coaching • Und: In den Monaten Mai bis Sept. "Kleines Café" Sa und So geöffnet

**Seminar- und Ferienhaus Adelheidshof**  
 Gästezimmer am Weserradwanderweg, 45 km von Bremen entfernt bei Verden/Aller  
 Magelsen 5, 27318 Hilgermissen  
 Tel.: 04256 573  
 Email: info@adelheidshof.de  
[www.adelheidshof.de](http://www.adelheidshof.de)

## Seminarraumvermietung



- Seminarraumvermietung an Wochenenden und in Ferien langfristig
- 86 qm Gruppenraum, Korkfußboden, viel Licht, warme Farbtöne
- Übernachtung für 12 - 13 Personen
- Selbst-, Teil- oder Vollverpflegung
- Bauerngarten und großer Balkon
- ideal für Körperarbeit und Therapie
- ankommen und wie zuhause fühlen
- Matten, Decken und Sitzkissen vorhanden

## Seminarraum Martfeld

zw. Bremen, Hamburg und Hannover  
Bettina und Edmund Traichel Kraft  
Dorfstr. 18, 27327 Martfeld  
Tel: 04255 - 350

[www.seminarhaus-shiva-shakti.de](http://www.seminarhaus-shiva-shakti.de)

## SteinReich



- Edelsteine • Schmuck • Kunstobjekte
- Sitzkissen • Yogamatten • Hocker
- Engel • Elfen • Trolle • Buddhas • Taras
- Klangschalen • Ayurveda • Aura Soma
- Zimmerbrunnen • Reiki • Zauberampel
- Kristallsalz • Feng-Shui • Räucherwerk
- Primavera-Duftöl • Kugelspiralen
- Beratungen • Bücher • DVDs • CDs

## SteinReich der Erlebnisladen

Am Dobben 78, 28203 Bremen  
Di - Fr: 11 - 19 Uhr, Sa: 11 - 17 Uhr  
Akademie SteinReich  
Raumvermietung für Veranstaltungen  
Schwachachhauser Heerstraße 2a  
Tel: 0421 49 87 303

[www.SteinReich-Bremen.de](http://www.SteinReich-Bremen.de)

## Tanz, Meditation und Energiearbeit



## TANZ &amp; STILLE

## Eine Reise durch die sieben Chakren

- Offene Jahresgruppe
- 14-tägige Gruppe (für Frauen)
- Afrikanischer Tanz  
in Bremen und Bremen-Nord

## Katrin Sack

Tanz- und Rhythmspädagogin  
Körperpsychotherapeutin (HPG)

Saalfelder Str. 28  
28215 Bremen  
Tel. 0421 - 3498912  
katrin.sack@t-online.de

[www.katrin-sack.de](http://www.katrin-sack.de)

## Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) - Shiatsu



- Akupunktur
- Shiatsu
- feinstoffliche Energiearbeit
- Westliche Kräuter nach TCM
- Kräuterlehre

Nathali Winckler  
Heilpraktikerin

Markgrafenstr. 20  
79115 Freiburg  
Email: nate-wi@web.de  
Tel: 0761/15284759

[www.wir-machen-tcm.de](http://www.wir-machen-tcm.de)

## Wellness &amp; Gesundheit



## Gesundheit:

## Vorsorge - Regeneration - Erhaltung

- Dom-Breuss - Rückengesundheit
- Kinesiologie - Harmonisierung der Meridiane
- Facial Harmony - Über das Gesicht den Körper erreichen und die Seele streicheln
- TCM (Traditionelle Chinesische Medizin)
- Workshops rund um die Erhaltung der Gesundheit

## C.- Andrea Lippert

Entspannungstherapeutin, Dozentin,  
Zhineng Qigong Master

23795 Bad Segeberg, An der Trave 158  
Tel: 04551 / 99 308 95

und in: 27798 Hude, Breslauer Str. 36  
(Zweitpraxis) Tel: 04408 / 98 23 70  
info@wellnessundgesundheit.com

## WindWeiteWattenmeer

Eine Oase der Erholung, an der Nordsee  
300 m hinterm Deich, Ganzjährig geöffnet

12 Ferienwohnungen und ein Ferienhaus  
modern und komfortabel eingerichtet,  
Für Familien und Gruppen,  
Gruppenraum und Kinderspielraum,  
Großer Innenhof mit Grill gemütlichen,  
Sitzecken und Spielmöglichkeiten

WindWeiteWattenmeer  
Ferien in Tossens

Meidgrodenweg 1,  
26969 Tossens / Butjadingen  
Stefanie Schuck, 0173 - 3 95 4 59 4  
info@windweitewattenmeer.de  
[www.windweitewattenmeer.de](http://www.windweitewattenmeer.de)

## Yoga und Ayurveda



## Einzelsitzungen und Beratungen:

- Psycho-Yoga-Coaching bei Lebenskrisen
- Abnehmen ohne zu hungern
- Ayurvedische Klangmassage
- Individuelle Meditationsanweisung
- Seelische Entspannung d. Pranaübertragung

## Ausbildungsangebot:

- Yoga-Übungsleiter/in und -Lehrer/in
- Kinderyoga-Kursleiter/in (Kompaktseminar)
- Lachyoga-Kursleiter-Ausbildung

## Nepal Lodh

## Dipl.-Soz.-Wiss. Yogameister

Schwachhauser Heerstr. 266,  
28359 Bremen

Tel.: 0421-239399

email: nepal.lodh@t-online.de

[www.hindu-akademie.de](http://www.hindu-akademie.de)

## Yonia-Rosenblütenmassage



Die Yonia-Rosenblütenmassage ist ein acht-sames und sinnliches Heilritual für Frauen. Körper und Intimbereich werden ausgiebig, liebevoll massiert. Die Yoni (Sanskrit für die weibl. Genitalien) ist ein empfangendes Organ, das während eines Lebens viele Informationen und Erfahrungen speichert. Diese gilt es zu neu erforschen, bzw. kennenzulernen; zwischen Lust und Heilung.

## Susanne Golob

## Yonia-Rosenblütenmassage

Massagen und Vorträge  
in Bremen und Hamburg

Tel. 0178 90 69 101  
susanne@yonia.de

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

## Zhineng Qigong Zentrum ZQ4U

Workshops & Seminare -  
Aus- und Fortbildungen

- das Immunsystem stärken • körperliche Beschwerden lindern - Vertrauen finden
- Wohlbefinden fördern - das Selbstwertgefühl steigern • Stress reduzieren - Emotionen harmonisieren • Achtsamkeit entwickeln - das Bewusstsein kultivieren

## C.- Andrea Lippert

Entspannungstherapeutin, Dozentin,  
Zhineng Qigong Master

23795 Bad Segeberg, An der Trave 158  
Tel: 04551 / 99 308 95

und in: 27798 Hude, Breslauer Str. 36  
(Zweitpraxis) Tel: 04408 / 98 23 70  
info@wellnessundgesundheit.com

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

Veröffentlicht werden • EINZELTERMINE (z.B. 3. Dez. 15), die im Raum Bremen, Oldenburg und Umland, zu einem angegebenen Termin (Uhrzeit, Straße, Ort) - öffentlich - stattfinden. Eingereichte TERMINE die länger sind als 120 Zeichen und „Regelmässige Termine“ werden wie Kleinanzeigen behandelt und pro 30 Zeichen mit 3,- € berechnet. Der nächste Anzeigenschluss (August / September 2015 Ausgabe) ist der 7. Juli 2015. Termine und Kleinanzeigen sind direkt auf unseren Online-Formularen buchbar: [www.kgsbremen.de](http://www.kgsbremen.de)

## JUNI 2015

### 3. Mittwoch

19:30 Uhr: Offener Aufstellungsabend/Kurzvortrag, Seminarhaus Weyhe, Flatterdamm 106, Tel. 0421 808325

20:15 Uhr: Mantra-Singen, Offener Singkreis mit A. v. Oppen im SteinReich, HB, Schwachhauser Heerstr. 2a, Tel. 0421/76191

### 5. Freitag

19:00 Uhr: Abnehmen & Heilend Sein - Übungsabend Praxis Ute Bries, Stift 8, 27211 Bassum, 15,- Euro, [www.schlankmental.coach](http://www.schlankmental.coach)

18:00-22:00 Uhr: „Familien- u. Systemaufstellung – Themenabend/Single sein“ mit Claudia Budelmann. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815, [www.integralis-bremen.de](http://www.integralis-bremen.de)

20:00-22:00 Uhr: "Come Dance And Be" - Tanzmeditation, 12 EUR, Ort: Mitas ZeiTRäume, Feuerkuhle 61, Bremen. Tel: 0421-98503731

### 7. Sonntag

11:00-18:00 Uhr: Erlebnistag am Kulturspaziergang in Schwachhausen mit einem inspirierenden Programm: Bilderausstellung, Märchen, Musik, Gesang, Lyrik, Unterhaltungskunst & Cuisine Natuerelle. Eintritt frei, Ort: Beletage der Akademie SteinReich – Schwachhauser Heerstraße 2A, 28203 Bremen. Info: SteinReich, Am Dobben 78, Tel: 0421-49 87 303, [www.SteinReich-Bremen.de](http://www.SteinReich-Bremen.de)

11:00 Uhr: Bruno Gröning-Doku-Film HB Ostertorsteinweg 105, Cinema, Eintritt frei, Tel. 04791-58050

17:00-18:00 Uhr: Emotionen und Entscheidungen (Arvid Kappes), Wdh. am 4.6., RadioWeser 92,5/101,85 Mhz

### 9. Dienstag

19:30 Uhr: Gesund und entspannt durch die Kraft des Unterbewusst-

seins (Erlebnisvortrag), im ZEPP, Bahnhofstr. 12. Eintritt 8 EUR. Praxis für Stressprävention & Energiearbeit. [www.ilona-herbrig.com](http://www.ilona-herbrig.com)

### 14. Sonntag

16:00 Uhr: Rotkäppchen, Erzähltheater für Kinder / Alleins e.V., Buntentorsteinweg 21/16, Bremen, GuT-Theater/ Tel. 0421-68547896

### 16. Dienstag

19:30 Uhr: Matrix-Aufstellungsabend: Erleben Sie eine ganz besondere Kombination aus Aufstellung, Kinesiologie und Quantenheilung, Ort: ZEPP, Bahnhofstr.12. 15/25 EUR. Praxis für Stressprävention & Energiearbeit. [www.ilona-herbrig.com](http://www.ilona-herbrig.com)

### 18. Donnerstag

19:00 Uhr: Vortrag: Einlassen, Entschleunigen, Geschehenlassen. Doris Plaat. Froben, Lange Str. 4, Ottersberg, Tel. 04283/982310

### 19. Freitag

20:00-22:00 Uhr: "Come Dance And Be" - Tanzmeditation, 12 EUR, Ort: Mitas ZeiTRäume, Feuerkuhle 61, Bremen, Tel: 0421-98503731

### 20. Samstag

10:00-18:00 Uhr: „Familien- u. Systemaufstellung - Tag“ mit Claudia Budelmann. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815, [www.integralis-bremen.de](http://www.integralis-bremen.de)

14:00-18:00 Uhr: Räucherritual mit Michael Buchholz, 39 EUR, Ort: Beletage der Akademie SteinReich – Schwachhauser Heerstraße 2A, 28203 Bremen. Info & Anmeldung: SteinReich, Am Dobben 78, Tel: 0421-49 87 303, [steinreichbremen@gmx.de](mailto:steinreichbremen@gmx.de), [www.SteinReich-Bremen.de](http://www.SteinReich-Bremen.de)

19:00-22:00 Uhr: „Der Stern - Erlebnisabend mit Sabine Gleichmann, 20 EUR, Ort: Beletage der Akademie SteinReich – Schwachhauser Heerstraße 2A, 28203 Bremen. Info & Anmeldung: SteinReich, Am Dobben

78, Tel: 0421-49 87 303, [steinreichbremen@gmx.de](mailto:steinreichbremen@gmx.de), [www.SteinReich-Bremen.de](http://www.SteinReich-Bremen.de)

### 21. Sonntag

17:00-18:00 Uhr: Ich erziehe, wie ich erzogen wurde...(Rolf Arnold), Wdh. am 28.6., RadioWeser 92,5/101,85Mhz

### 23. Dienstag

19:00 Uhr: Lerne lieben ohne zu leiden. Vortrag m. Raymond Fismer. CoreDynamik-Institut, Parkallee 44, Bremen, 12 EUR, Tel. 04298-4392

### 24. Mittwoch

19:30 Uhr: Wertimagination (geführte Meditation) zur Herzensweisheit, 25,- EUR, Anmeldung: [mail@logotherapie-bremen.com](mailto:mail@logotherapie-bremen.com)

19:30 Uhr: Offener Aufstellungsabend / Kurzvortrag, Seminarhaus Weyhe, Flatterdamm 106, Tel. 0421-808325

### 26. Freitag

18:00-19:30 Uhr: Humortraining- mit Humor geht alles besser, Goethestr. 25, Bremen Tel. 0421/69644307, [www.lachschule-bremen.de](http://www.lachschule-bremen.de)

### 28. Sonntag

11:00-14:00 Uhr: Beziehungen meistern, Seminarhaus in Weyhe, Flatterdamm 106; 45,- EUR, Tel. 0421-808325

### 29. Montag

19:00 Uhr: AMOR-Paarprojekt Info-Abend zum Jahrestraining, Core Dynamik-Institut. Parkallee 44, Bremen, Eintritt frei, Tel. 04298-4392

20:00-22:00 Uhr: offene Meditation + Vortrag: realistische Auswertung, Seminarhaus in Weyhe, Flatterdamm 106; 15,- EUR, Tel. 0421-808325

### Die brandneue OASE Wellness Lounge lädt zu einem besonderen Erlebnis ein.

Sie stellt einen in sich geschlossenen exklusiven Neubau auf über 1.000 m² Erholungsfläche dar. Das Angebot richtet sich an Kundinnen und Kunden, deren Anspruch jenseits bekannt hoher Standards liegt, sowie an Genießer, die den exklusiven Augenblick in einem Day Spa suchen, mit einer gemütlichen Lobby & großzügigem Ruheraum, einem Hamam sowie Massage- & Beautykabinen. Finnische Saunen und Dampfbäder laden zum entspannten Genießen ein, auch im separaten Damen Wellness-Bereich. Hier bestimmen Ruhe und Ungestörtheit die besondere Atmosphäre. Großzügige Räumlichkeiten vermitteln das Gefühl einer eigenen Welt.



## OASE - First Class Day Spa / Beautyfarm

Damit das Versprechen der Ungestörtheit gehalten werden kann, hat sich die OASE eine Beschränkung der Besucherzahl für die Wellness Lounge auferlegt. Das Ambiente der Wellness Lounge zeichnet sich aus durch eine nachhaltige zeitlose Gestaltung, die auf

alles Überflüssige verzichtet und dennoch atmosphärische Fülle vermittelt. Subtil prägende Elemente sind Naturbaustoffe, beispielsweise natürlicher Lehmputz an allen Wandflächen. Er sorgt für ein angenehmes Raumklima, dämpft Geräusche und bildet die optische Klammer für ein durchdachtes Einrichtungskonzept, das höchsten Ansprüchen an Natürlichkeit und authentischem Design gerecht wird. Persönlicher Service wird für das OASE Team groß-geschrieben, aufmerksame Dienstleister kümmern sich in der Wellness Lounge um die Wünsche ihrer Gäste, die sich unbeschwert verwöhnen lassen wollen. Sei es bei einer wohltuenden Ganzkörper-Öl-Massage oder mit pflegenden Beautyanwendungen im OASE Institut, bis hin zu reinigenden Zeremonien im Dampfbad.



Informationen zum OASE Wellness Lounge Club und zu allen Angeboten unter [www.oase-weserpark.de](http://www.oase-weserpark.de)  
OASE im Weserpark \* Hans-Bredow-Str. 17 \* 28307 Bremen \* Tel.: ( 0421 ) 42 74 714



JULI 2015

**1. Mittwoch**

20:15 Uhr: Mantra-Singen, Offener Singkreis mit A. v. Oppen im Steinreich, HB, Schwachhauser Heerstr. 2a, Tel. 0421/76191

**3. Freitag**

19:00 Uhr: Abnehmen & Heilend Sein - Übungsabend Praxis Ute Bries, Stift 8, 27211 Bassum, 15,- EUR, www.schlankmental.coach

**5. Sonntag**

17:00-18:00 Uhr: Wirtschaften mit Geist und Seele (Franz-Theo Gottwald), Wdh. am 12.7., RadioWeser 92,5/101,85 Mhz

**8. Mittwoch**

19:30 Uhr: Offener Aufstellungsabend/Kurzvortrag, Seminarhaus Weyhe, Flatterdamm 106, Tel. 0421-808325

**12. Sonntag**

12:00-20:00 Uhr: „Mitmachen, erleben und genießen,...“ Der immer wiederkehrende Erlebnistag - Steinreich's Hausmesse - Eintritt 5 EUR (Inkl. Gutschein für eine Beratung), Ort: Beletage der Akademie Steinreich – Schwachhauser Heerstraße 2A, 28203 Bremen. Info: Steinreich, Am Dobben 78, Tel: 49 87 303 HB, www.SteinReich-Bremen.de

**17. Freitag**

20:00-22:00 Uhr: Come Dance And Be, Tanzmeditation, 12 EUR, Ort: Mitas Zeiträume, Feuerkuhle 61, Bremen. Tel: 0421-98503731

10:00 Uhr: „BoxCoaching als Workshop“ Fortbildung zum Thema Aggression, 2 Tage (17.+18.7.) mit Jörg Kothe. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815, www.integralis-bremen.de

**18. Samstag**

14:30-18:30 Uhr: Wildkräutertag, Seminarhaus Weyhe, Flatterdamm 106, Tel. 0421-808325

19:00-20:30 Uhr: „Sommerabend-Konzert“, die Beletage auf neuen „Klassischen“ Wegen mit Liedern, Arien und Duetten. Gesang: Katharina Stoll, Sarah Nagel, Klavier:

Mira Teofilova. Ort: Beletage der Akademie Steinreich – Schwachhauser Heerstraße 2A, 28203 Bremen. Info: Steinreich, Am Dobben 78, Tel: 49 87 303 HB, steinreichbremen@gmx.de, www.SteinReich-Bremen.de

19:30 Uhr: Rotkäppchen heute - MitmachTheater für die Großen/ Alleins e. V., Ort: GuT-Theater, Buntentorsteinweg 21/16, Bremen

**19. Sonntag**

11:00-18:00 Uhr: Aufstellungstag, Seminarhaus Weyhe, Flatterdamm 106, Tel. 0421-808325

11:00-19:00 Uhr: „Die Prinzessin auf der Erbse“ Heilritual für körperliche Beschwerden - mit Sabine Gleichmann, 95 EUR, Ort: Beletage der Akademie Steinreich – Schwachhauser Heerstraße 2A, 28203 Bremen. Info & Anmeldung: Steinreich, Am Dobben 78, Tel: 0421-49 87 303, steinreichbremen@gmx.de, www.SteinReich-Bremen.de

17:00-18:00 Uhr: Archetyp der Weisheit: Die Weise als Initiationsmeisterin (Ingrid Riedel), Wdh. am 26.7., RadioWeser 92,5/101,85 Mhz

**20. Montag**

20:00-22:00 Uhr: offene Meditation + Vortrag: Lebensaufgabe leben, Seminarhaus in Weyhe, Flatterdamm 106; 15,- EUR, Tel. 0421-808325

**22. Mittwoch**

19:30 Uhr: Wertimagination (Bilderreise) zum Fluss des Lebens, 25 Euro, Anmeldung: mail@logotherapie-bremen.com

19:30 Uhr: Offener Aufstellungsabend/Kurzvortrag, Seminarhaus Weyhe, Flatterdamm 106, Tel. 0421-808325

**24. Freitag**

18:00-22:00 Uhr: „Familien- u. Systemaufstellung - Abend“ mit Claudia Budelmann. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815 www.integralis-bremen.de



**REGELMÄSSIGE TERMINE**

**Lachyoga:** Don.17-18 Uhr; Don. 15-16.00 Uhr krebsbetr. Frauen; Dien.18.30-19.30 Uhr/Neustadt; Humortraining Fr. 18-19.30 Uhr. Tel. 0421/69644307 www.lachschule-bremen.de

**Lachen:** jeden Samstag die besondere Gelegenheit für LachliebhaberInnen. Im Viertel. Roman A., Tel. 0421-3780464

**Nachsorgegruppe:** Abendgruppe für Nachsorge nach Klinikaufenthalt, Mittwoch, 14-tägig, 20 EUR. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815, www.integralis-bremen.de

**MännerRat** – jeden 1. u. 3. Donnerstag, Abendgruppe für Männer mit Jörg Kothe. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815 www.integralis-bremen.de

**Abendmeditation** auf dem Lande, dienstags, 19.00 - 20.30 Uhr, Ort: Meditationshaus Semkye Ling, Lünzener Str. 4, 29640 Schneverdingen

**Tanz & Stille** - Tanz, Meditation, und Energiearbeit- Offene Jahresgruppe und 14-tägige Gruppe (für Frauen), www.katrin-sack.de

**ÖkoMarkt im Steintor:** Mittwochs 14.00-18.30 Uhr Samstags 9.00-13.30 Uhr; ÖkoMarkt Mecklenburger Straße (Berliner Platz)

**ÖkoMarkt im Ostertor:** Diens-tags 14.00-18.30 Uhr Freitags 14.00-18.30 Uhr: ÖkoMarkt Wulwesstraße (Ulrichsplatz)

**ÖkoMarkt in der Neustadt:** Freitags 15.00-18.30 Uhr: ÖkoMarkt Neustadt (Pappelstraße Höhe Delmestraße)

Eine Anzeige unter „Wer macht Was“ kann beliebig lang sein und auf beliebige Dauer geschaltet werden. Mindestens jedoch 4 Einheiten. Mindestlaufzeit: 3 Ausgaben. Eine Einheit kostet 3,- € und entspricht 30 Zeichen. In dieser Rubrik sind keine Terminangaben möglich. • Die Rubriken sind vorgegeben, Wunsch-Rubriken können geäußert werden – ohne Garantie auf Berücksichtigung • Der jeweilige Betrag ist im Voraus fällig, und wird vom Konto des Auftraggebers abgebucht. • Anzeigenschluss für unsere August/September 2015 - Ausgabe ist der 7. Juli 2015 • Kleinanzeigen sind auf Online-Formularen direkt über unsere KGS-Homepage buchbar: www.kgsbremen.de

**Abnehmen**

Abnehmen ist Selbstliebe. Body-Mind-Coaching + Stoffwechsel-Kur: Mental-Emotionale-Ressourcen, Schmerzkörper-Heil-Prozess, www.schlankmental.coach, Telefon: 04241 - 8048 796, Ute Bries

**Astrologie**

Astrologie-Schule Bremen, Christine Keidel-Joura, Delmestr. 74, Tel. 0421/72929, www.astrologie-schule-bremen.de

**Atemarbeit**

Atemtherapie nach Prof. I. Mid-dendorf, Myoreflextherapie und Bioenergetische Meditation nach Philippi. Sanatha Hannig, Bremen, Telefon 0421-5486912, www.atempause-bremen.de

**Aufstellungsarbeit**

Integrale Familien- und Systemaufstellungen: Abende, Einzeltage u. Wochenenden mit Claudia Budelmann. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Tel. 0421/1686815 www.integralis-bremen.de

Spirituelle Aufstellungsarbeit: Geistige Pranaheilung mit Nepal Lodh, Tel. 0421-239399

**Aura Soma**

Regina Bauer, Licht-Wege, Bürgereschstraße 27, Oldenburg. www.licht-wege-land.de und Tel: 0441-82118

**Auszeit**

Auszeithaus-Weiße Muschel ein-fühlsame Begleitung in seel. Krisen. Tel.: 04253-1308 in Asendorf, www.die-weisse-muschel.de, Wiltrud Henning, HP Psych

Schweige Retreats, Meditations Work-shops,... 27628 Harrendorf, www.SwahaLoka.com; Tel. 0151-75095451

**Beziehungen**

Heile Dein In-Beziehung-Sein mit Dir, Anderen und dem Leben. www.voicing.de - Tel. 04241-80 48 796.

**Biodanza**

Biodanza Schule Bremen, Dipl. Psych. Antje Koolen-Polzin, Loggerstr. 7, 28759 Bremen, Tel. 0421- 69 21 96 32, www.biodanza-bremen



Biodanzgruppen und Workshops, Jennifer Knaak, Tel.: 0421/79277748, www.poetry-of-life.de

**Bioläden / Biomärkte**

Naturkost Kontor Bremen, im Frischezentrum (Großmarkt Bremen, Spezialitätenhalle Tor 14, Am Waller Freihafen 1, 28217 Bremen

Bioläden: Kraut und Rüben. Wulve-str. 5 im Ostertor, 28203 Bremen, Tel. 0421-73773

Naturkost Abakus, der Mitglieder-laden im Steintor, Grundstraße 30, 28203 Bremen

Aleco, Bismarckstraße 14, 28203 HB Aleco, Kirchweg 204, 28199 HB

**9. Lebensgarten-Sommerncamp – gemeinsam Vielfalt erleben**  
Im Lebensgarten Steyerberg vom 25.7.-2.8.2015



Der Lebensgarten-Steyerberg veranstaltet inzwischen zum neunten Mal das beliebte Sommerncamp. Verbunden mit der eigenen Mitte, Heilungsräume in einer Gemeinschaft erfahren, Bewusstseinsräume öffnen und im Herzen berührt sein sind die Leitideen des 8tägigen Sommerncamps, das auf einer idyllischen Waldlichtung am Rande des Lebensgartens stattfindet. Die Programminhalte der Workshops und Playshops werden durch die vielfältigen Kompetenzen der LebensgärtnerInnen gefüllt: Tai Chi, Schamanisches Heilungsritual, Singworkshop, Filzen, Experimentieren mit Klängen und Rhythmen, Human Design System uvm.

Telefonische Auskunft erhalten Sie über Moussa Reiner Rosenfeld 05764/942965 und das ausführliche Programm finden Sie unter [www.lebensgarten-sommerncamp.de](http://www.lebensgarten-sommerncamp.de)



Training • Coaching • Beratung

Achtsames  
Einzel- & Teamcoaching

**Marita Zimmer**

Diplom Sozialpädagogin (Uni)  
systemische Beraterin & Coach

**Einführung in die GFK:**

17. Juli -19. Juli 2015

Ort: **Meditationshaus  
in der Gartenetage, Bremen**

Telefon: 0421/72995  
Mobil: 01745329210  
maritazimmer@aol.com

Anzeige

Denn's Biomarkt GmbH, Nadorsterstr.  
54-56, 26123 Oldenburg

Bio Leutner e.K., Ernst-Buchholz-Str.  
3-7, 28279 Bremen, Öffnungszeiten:  
Mo-Sa: 8.00 - 20.00, Tel: 0421 -  
57705628

**Bioresonanz**

Bioresonanztherapie, haw. Kör-  
perarbeit, Dr. med. Barbara Baum,  
Telefon: 0421-16105619, www.  
barbarabaum.de

**Bindungsenergetik**

Bindungsenergetik, die herzgeleitete  
Psychotherapie, Maria Schweigstill,  
Heilpraktikerin (Psychotherapie),  
Telefon: 0421 - 46 888 34, www.  
herzimpulse.de

Einfach schön: die Bindungsener-  
getik ist eine gesundheitsgeleitete  
und bindungsorientierte Psycho-  
therapie - zum Stärken, Wohlfüh-  
len und Vertrauen. Sabine Roemelt,  
Psychotherapeutische Heilpraktikerin,  
Telefon: 0421/7901894, www.sabine-  
roemelt.de

**Boxen**

BoxCoaching als moderne und wir-  
kungsvolle Methode für mehr Selbst-  
vertrauen und Durchsetzungskraft.  
Mit Jörg Kothe, Tel. 0421/1686815  
www.integralis-bremen.de

**Bücher, CDs, DVDs**

Buchhandlung Froben, Bücher zur  
Anthroposophie und zu ganzheit-  
lichen Themen. Lange Straße 4,  
28870 Ottersberg. Telefon: 04205-  
316120

Bültmann & Gerriets, Lange Str. 57,  
Oldenburg

Steinreich, Neue Adresse: Am Dob-  
ben 78, 28203 Bremen, Tel. 0421-  
4987303, www.steinreich-bremen.de

Thalia Buchhandlung, Oberstr. 44-54,  
„1 Etage“, 28195 Bremen, Tel. 0421-  
168343, www.thalia.de

Buchhandlung Wrage, Schlüterstr. 4,  
20146 Hamburg. www.wrage.de

Bücherwurm, Herbergstr. 12, 28832  
Achim

Buchhandlung Müller, Goethestraße  
24, 27356 Rotenburg

**Clearing**

Clearing, Rückführung und Bodytalk:  
www.anja-schubert@t-online.de,  
Tel. 04723-3649

**Coaching**

Integralis Bremen: Jörg Kothe: Tel:  
0421-1686815 und www.integralis-  
bremen.de

Kabbalistische Geburtsanalyse:  
Markus Mollet, Rechtsanwalt und  
Heiler (DGH), Mail: info@mollet-  
personaltraining.de, Mobil: 0049 173 /  
2 40 96 01

Alternative Lebensberatung, Dr.  
Elfriede Brümmer, spezialisiert auf  
Beziehungsthemen, Termine und  
Anmeldung: email: dre.bruegger@  
t-online.de und Tel. 040-456155  
(12-13 Uhr oder AB)

Kirsten Kampmann-Aydogan, Psycho-  
sozialer Coach für Hochbegabte und  
Hochsensible, Tel. 0421-25 7654 7,  
Mail: info@life-coach-bremen.de,  
www.life-coach-bremen.de

Vesseling - Energetisches Coaching.  
Was funktioniert gut? In welche

Richtung sollten wir gehen? Welche  
Talente entfalten? Welche Visionen  
gestalten? Renée Noçon, Vesseling-  
practitioner; www.zurueck-zum-leben.  
de, Tel. 04221-6896291

Coaching - Beratung - Training: Marita  
Zimmer, Diplomsozialpädagogin (Uni),  
systemische Beraterin, Mediatorin,  
Sozialmanagerin, Tel.: 0421/72995,  
mail:maritazimmer@aol.com

**Craniosacrale Therapie**

Craniosacral-Schule Bremen: VSD-  
anerkannte Fachaus- und Weiter-  
bildungen. Elisabeth Bohrer, Holler-  
Haus, Hollerstr. 14, 28203 Bremen, Tel.  
0421-3365081, www.cranioschule-  
bremen.de

**EFT/ Klopfakupressur**

EFT/Klopfakupressur, Einzelbehand-  
lung und Fortbildung für höchste  
Ansprüche!, Christel Preuß/ EFT-  
Trainerin, Telefon: 0172-2743182,  
www.christelpreuss.de

**EMF Balancing Technique**

EMF Practitioner für die Phasen I-XII,  
Renate Schick, Heilpraktikerin für  
Psychotherapie und Reikimeisterin,  
Tel: 04442-802933

**Engel**

Anna Przybylek, Dipl. Lebensberater  
und Access Bars Facilitator, Korb-  
macherstr. 8, 28816 Stuhr, Telefon:  
0421-175 26 081, email: anna.  
przybylek@kristalleratung.com, www.  
kristallberatung.com

**Faszien**

Faszientraining in Ottersberg, Einzel-  
u. Gruppentraining, weitere Infos u.  
www.stube50.de

**Feng Shui**

Klaus Römer + Feng Shui Meister-  
schule: Tel: 04256-720 und www.  
feng-shui-meisterschulen.net

**Frauen**

Yonia-Rosenblütenmassage für  
Frauen, Susanne Golob, Tel. 0178-  
9069101, www.yonia.de

**Frequenzen**

Frequenztraining : Schule der Fre-  
quenzen: Workshops – Fernseminare  
(jederzeit) – Frequenzcoaching,  
EINS werden mit dem „Hohen

Selbst“ & „Der weibliche Aspekt der  
Schöpfung“. www.Transformation-  
ins-Licht.de

**Gruppen**

Spirituelle Gruppe: In Bremen entsteht  
eine bodenständige Gruppe, in der  
es um die Entwicklung des eigenen  
Bewusstseins geht. Einleitung und  
Unterbrechungen für die Konzen-  
tration auf den Atem, den Körper und  
die z. Z. anwesenden Gefühle, sollen  
das Halten der Energie im Jetzt unter-  
stützen. Mehr Infos ab 17:00 Uhr von  
Michael Hengst, Tel. 0172 406 1773,  
ich rufe auch gerne zurück.

**Heilarbeit**

SELBSTHeilung: "Verschmelzung mit  
dem SeelenSelbst." Workshops-Re-  
treats-Einzeltermine A. Genja Eickhoff /  
(Frequenzmedium), Telefon: 05161-  
603034, www.Transformation-ins-  
Licht.de

**Heilpraktiker für Psychotherapie**

Christel Preuß, Heilpraktikerin für  
Psychotherapie, 28879 Grasberg,  
Tel.: 0172-2743182, www.christel-  
preuss.de

**Heilkunde**

Ganzheitliche Heilkunde, Brigitte  
Hertel Hp, 28215 Bremen, Hemmstr.  
123-125, Telefon: 0421-3762299,  
www.heilpraxis-hertel.de

**Homöopathie**

Praxis KörperKlang: Klass. Homöo-  
pathie, tibet. Heilmassagen, Entgift-  
ungsmassagen, Tel. 0421/3467703,  
www.annelie-bolda.de

**Human Design System**

HDS-Hamburg, Telefon: 040-456155,

Email: hds.hamburg@t-online.de,  
Skype: hds.hamburg

**Humor**

Humortraining "Mit Humor geht alles  
besser" Workshops und regelmäßige  
Treffen Lachtraining "Lebensfreude  
durch Lachyoga" Workshops und  
regelmäßige Treffen. Sabine Heimes-  
Freeseemann, Tel. 0421/69644307,  
www.lachschule-bremen.de

**Kabbalistische Lebensberatung**

Lebensberatung auf Basis der kab-  
balistischen Geburtsanalyse. www.  
praxisfuerselbstheilung.de / Rechts-  
anwalt und Heiler (DGH) Markus  
Mollet, Tel.: 0173/2409601

**Kartenlegen**

Lebensberatung seit 4 Jahrzehnten.  
Auch für Sie! Skat, Lenormand, Tarot,  
Zigeunerblatt, Engelkarten und  
Numerologie. Tel. 04795-1052

**Körperarbeit**

Körpertherapie: Die KITE® - Methode  
kann helfen wenn die Selbstregulation  
Ihres Körpers überlastet ist. Xenia  
Gerdes, Oldbg., Tel: 0174 982 1144,  
Info: www.wifaki.de

Sehnsucht nach Veränderung? Skan-  
Körpertherapie, ein Weg zu mehr  
Lebendigkeit! - Markus Koch, Tel:  
04298 466493, www.skanforyou.de

**Klangmassage**

Klangwelten erleben, Andreas Reh-  
länder, Kleibroker Str. 139 a, 26180  
Rastede, Tel.: 04402-9734165, info@  
klangwelten-erleben.de und www.  
klangwelten-erleben.de

Klangmassage nach Peter Hess, Ken-  
nenlernkurse, Gongreisen, Wohlfühl-

abende, www.monika-moellers.de /  
Tel. 0421-9884980

K-Vita - Praxis für Klangmassage  
und Klangtherapie, Angelika Blauert,  
Klangtherapeutin, Heilpraktikerin f.  
Psychotherapie, Am Hulsberg 11,  
28205 Bremen, www.k-vita.com,  
Tel. 0421-699 64 05

Eine Klangmassage auf der Klang-  
welle - ein 40saitiges Monochord, auf  
dem es sich gut liegen lässt - nimmt  
Sie mit auf eine Reise zu sich selbst.  
Peter Hess Klangmassagen, Gesund-  
heitsprävention mit Klangschalen,  
Meditationsabende mit Klangschalen  
und Gongs, Angelika Meisner, Tel.  
04792-1854, www.ameisklang.de

**Kunsttherapie**

www.atelier-fuer-lebensgestaltung.de,  
Therapie & Coaching in Ganderkesee-  
Schierbrok, Dietmar Gagesch, Tel.  
04221-6898311

**Lachen**

Lachyoga: HB-Mitte Do 17-18 Uhr;  
Krebsbetr. Frauen Do 15-16 Uhr; HB-  
Neustadt Dienst. 18.30-19.30 Uhr,  
Info: Tel. 0421/69644307, www.  
lachschule-bremen.de

**Lebensberatung**

Alternative Lebensberatung, Dr.  
Elfriede Brümmer, spezialisiert  
auf Beziehungsthemen, email:  
dre.bruegger@t-online.de, Telefon:  
040-456155 (12-13 Uhr oder AB)

**Lichtarbeit**

Leben meistern mit Botschaften der  
Engel und Aufgestiegenen Meistern.  
Aktive Lichtarbeit - lese und probiere  
es aus. www.Aufgestiegenemeister.de

Anzeige

**Heilen Zahlen**  
Persönliche Heilzahlen erstellen und anwenden  
Von der persönlichen Glückszahl bis zum spirituellen Codesystem – die heilende Kraft von  
Zahlen, Zahlenabfolgen und Zahlenkombinationen ist der Menschheit seit Jahrhunderten  
bekannt. Moderne Erkenntnisse aus der Informationsmedizin beweisen, dass Zahlen-  
schwingungen auf besondere Weise auf Körper, Geist und Seele wirken. Die Autorin gibt  
mit ihrem kompakten Taschenratgeber einen übersichtlichen und praxisnahen Überblick  
über die Bedeutung der einzelnen Zahlen, die Symbolkraft geometrischer Formen und die  
Anwendung von Zahlenreihen, um Beschwerden zu lindern, Störungen  
aufzulösen und sogar Krankheiten zu heilen.  
Petra Heintges, 1. Heilen mit Zahlen | ISBN 978-3-80374-206-9 | 7,99 € (D) | 8,20 € (A)  
Leseprobe und Interessentum mit der Autorin: www.mankau-verlag.de  
man kau



**Männer**

MännerRat – Abendgruppe für Männer mit Jörg Kothe. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39., Bremen, Tel. 0421/1686815 [www.integralis-bremen.de](http://www.integralis-bremen.de)

**Massage**

Jahrestraining in Ganzheitlich Energetischer Massage an 11 Wochenenden, [www.norddeutschemassage.de](http://www.norddeutschemassage.de)

InTouch MassageSchule Hamburg: Tel: 040-7125318 und [www.intouch-massage.de](http://www.intouch-massage.de)

**Matrix-Arbeit**

Mit neuesten Erkenntnissen aus der Quantenphysik erfolgreiche Alternativen zur Schulmedizin schaffen - Bewusstsein erschafft Realität, die Energie folgt der Aufmerksamkeit. [www.matrix-reload.de](http://www.matrix-reload.de)

**MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit**

Innerhalb eins 8-Wochen-Kurses lernen Sie Stress zu vermindern und gewinnen Gelassenheit, Gesundheit und Lebensfreude zurück. Info: Kirsten Bung, Tel. 0157-75076239, [www.kirsten-bung.de](http://www.kirsten-bung.de)

**Meditation**

Thavaro - Seminare und Coaching, José-Manuel Zlauer, Leherlandstr. 80, 27607 Langen, Homepage: [www.thavaro.de](http://www.thavaro.de), Email: [info@thavaro.de](mailto:info@thavaro.de), Tel.: 01706677992

Meditation: Individuelle Meditationsanweisung mit Übernachtung. Nepal Lodh. Tel. 0421-239399

**Medium**

Jenseitskontakte, Spirituelles Heilen, Lebensberatung, individuelle Meditationen: Undine Zeidler, Mobil: 0173/5601748 und mail: [www.spirit-lilienthal.de](http://www.spirit-lilienthal.de)

**Nachsorgegruppe**

Abendgruppe für Nachsorge nach psychotherapeutischem Klinikaufenthalt, Mittwoch, 14-tägig. Integralis Institut Bremen, Sögestr. 37-39. Telefon: 0421/1686815, [www.integralis-bremen.de](http://www.integralis-bremen.de)

**Persönlichkeitstraining**

Bewusstseins Akademie, Erfolgstrainerin und Coach Sabine Abdel-Zaher, Telefon: 04202-766111, Mobil: 0172-1364942, mail: [Bewusstseins-Akademie@web.de](mailto:Bewusstseins-Akademie@web.de)

**Produkte aus aller Welt**

hess klangkonzepte seit 1989 / Nepal Importe, Uenzer Dorfstr. 71, 27305 Süstedt/ Uenzen, Tel. 04252-2411, [info@hess-klangkonzepte.de](mailto:info@hess-klangkonzepte.de), Online Shop unter: [www.hess-klangkonzepte.de](http://www.hess-klangkonzepte.de), Peter Hess(r) Klangmethoden, Aus- & Weiterbildung: [www.peter-hess-institut.de](http://www.peter-hess-institut.de)

**Psychotherapie**

Integrative Primärtherapie, Der Weg des Fühlens. Das Fühlen des Schmerzes beendet das Leiden. Gabriela Luft, Tel. 0421/68547713, [www.primaertherapie-luft.de](http://www.primaertherapie-luft.de)

**Qigong**

Qigong-Kurse in Bremen: Findorff, Schwachhausen, Woltmershausen, Neustadt, Silke Schmidt, Tel: 0421/535542, [www.silke-schmidt.net](http://www.silke-schmidt.net)

Lüer Mehrstens, Taijiquan- und Qigong-Kurse: wudang-Zentrum für Taijiquan- und Qigong, Tel. 0421-702427, [mehr@wudang-bremen.de](mailto:mehr@wudang-bremen.de), [www.wudang-bremen.de](http://www.wudang-bremen.de)

Zhineng Qigong Zentrum ZQ4U, Workshops & Seminare, Aus- und Fortbildungen. C.- Andrea Lippert, Entspannungstherapeutin, Dozentin, Zhineng Qigong Master, 23795 Bad Segeberg, Tel: 04551 / 99 308 95 und in: 27798 Hude, Breslauer Str. 36 (Zweitpraxis) Tel: 04408 / 98 23 70, Mail: [info@wellnessundgesundheit.com](mailto:info@wellnessundgesundheit.com), [www.zq4u.com](http://www.zq4u.com)

**Reconnection® / Reconnective Healing®**

Miriam Wender, Reconnective Healing® Practitioner Level I, II und III, Contrescarpe 9, 28203 Bremen, Tel: 0421 - 16 10 00 04, [info@miriam-wender.de](mailto:info@miriam-wender.de), [www.miriam-wender.de](http://www.miriam-wender.de)

Sandra Heuschmann, Reconnective Healing® Practitioner Level I,II,III; 27283 Verden, Tel. 0160-8466603, Mail: [info@dein-raum-berlin.de](mailto:(info@)dein-raum-berlin.de)

Brigitte Hertel Reconnective Healing® Practitioner Level I-III, Tel. 0421-3762299, [www.heilpraxis-hertel.de](http://www.heilpraxis-hertel.de)

**Retreat**

AuszeitHaus-Weiße Muschel einfühlsame Begleitung möglich Wiltrud Henning HP Psych., Tel: 04253-1308, [www.die-weiße-Muschel.de](http://www.die-weiße-Muschel.de), Aufstellungsarbeit, Transp. Psychologie auch Einzelbehandlung

**Sauna**

Die Sauna im Viertel - Sauna, Meditation, Massagen. Außer der Schleifmühle 76, 28203 Bremen, Tel: 0421 / 840 85 66, [info@diesaunaimviertel.de](mailto:info@diesaunaimviertel.de), [www.diesaunaimviertel.de](http://www.diesaunaimviertel.de)

**Schamanismus**

Schamanisch Heilen: Seelenrückholung, Heilrituale, Trainings, Gabriela Luft, Tel. 0421/68547713, [www.primaertherapie-luft.de](http://www.primaertherapie-luft.de)

Schamanische Arbeiten: Kraftlied und Seelenreisen, Andreas Wesemann, Tel: 0421-627346, [andreas-wesemann@web.de](mailto:andreas-wesemann@web.de) und [www.inipi-haus-derseele.de](http://www.inipi-haus-derseele.de)

Vesseling - leichtes Leben leben! Blockaden lösen, Altes loslassen, Neues empfangen, Talente entfalten und Visionen gestalten; das ist Vesseling. Renée Noçon, Heilpraktikerin, Energietherapeutin nach Martin Brune@, [www.zurueck-zum-leben.de](http://www.zurueck-zum-leben.de), fon 04221-6896291

Schamanische Energiearbeit, Annette Assmy, Bremen, Mobil 0176-61315306, [a.assmy@gmx.net](mailto:a.assmy@gmx.net), [www.chaskawisdom.com](http://www.chaskawisdom.com)

**Seminar- / Retreathäuser**

Lichtblick Seminarhaus & Ferienwohnungen, Sandersfelder Weg 2, 27798

Hude-Hurrel, Tel: 04408-923245. [www.seminarhaus-lichtblick.de](http://www.seminarhaus-lichtblick.de), mail: [info@seminarhaus-lichtblick.de](mailto:info@seminarhaus-lichtblick.de)

Ferienwohnung, Zimmer, Mehrzweck- / Seminarraum für bis zu 50 Personen. Stefanie Schuck, Meidgrodenweg 1, 26969 Tossens / Butjadingen, Ganzjährig geöffnet, Tel. 0173 - 3 954594, [info@windweitewattenmeer.de](mailto:info@windweitewattenmeer.de), [www.windweitewattenmeer.de](http://www.windweitewattenmeer.de)

Haus Ohlenbusch, Viehlander Strasse 5, 27726 Worswede, Tel: 04791-2875 und [www.seminarhaus-ohlenbusch.de](http://www.seminarhaus-ohlenbusch.de)

Seminar- und Retreathaus in der Göhrde. [www.retreathaus-goehrde.de](http://www.retreathaus-goehrde.de), Tel. 05855-978233.

Seminarraum Martfeld: Tel: 04255-350 und [www.seminarhaus-shiva-shakti.de](http://www.seminarhaus-shiva-shakti.de)

Hof Oberlethe, Wardenburgerstraße 24, 26203 Wardenburg, E-Mail: [info@hof-oberlethe.de](mailto:info@hof-oberlethe.de), Telefon: 04407-6840, [www.hof-oberlethe.de](http://www.hof-oberlethe.de)

„Seminar- und Ferienhaus Adelheidshof“, Friederike Stegemann, Adelheidshof, Magelsen 5, 27318 Hilgermissen, Tel.: 04256 573, [www.adelheidshof.de](http://www.adelheidshof.de)

**Tantra**

Monika Entmayr & Reiner Kaminiski, Tantra für Paare: Workshops, Jahresgruppe, Frauengruppen, Paarberatung. Telefon: 04487-9204277, [www.paar-tantra.de](http://www.paar-tantra.de)

Einladung zur Sinnlichkeit, einfühlsame Tantralehrerin, Jutta Kischkat-Camara: Tantra-Massage-Kurse, Tantra-Frauengruppe, Tantra-Massagen, Tantra-Gruppen für geistig und seelisch behinderte Menschen. [www.jukica.de](http://www.jukica.de), Tel. 0170 301 2962

**Tanz**

Institut HKIT - Tanzausbildungen, Elke Wagner, 21256 Inzmühlen: Tel: 05198-9811104 und [www.heilende-kraefte-im-tanz.de](http://www.heilende-kraefte-im-tanz.de)

Katrin Sack, Tanz- und Rhythmuspädagogin, Körperpsychotherapeutin (HPG), 28215 Bremen, Tel. 0421 - 3498912, Tanz & Stille - Tanz, Meditation, und Energiearbeit - Offene Jahresgruppe und 14-tägige Gruppe (für Frauen), [www.katrin-sack.de](http://www.katrin-sack.de)

Come Dance And Be - Tanzmeditation nach Gabrielle Roth in HB und OL. Info: Silke Amritha Schreiner, Tel: 0421-98503731, [5-rhythmen-bremen@gmx.de](mailto:5-rhythmen-bremen@gmx.de)

**Tiere**

Energie-Heilkunde und Kinesiologische Balancen für Tiere. Sybille Seifried, Oldenburg, [www.sybille-seifried.de](http://www.sybille-seifried.de)

**Trauma**

Trauma-Therapie: Ich unterstütze Sie bei der Lösung der traumatischen Erfahrungen durch den Einsatz von systemischer Psychotherapie, EFT und PITT®, Christel Preuß, Heilpraktikerin (Psychotherapie), Tel.: 0172-2743182, [www.christelpreuss.de](http://www.christelpreuss.de)

**Vegan**

Veggiemaid, Lebensmittelgeschäft mit rein veganem Vollsortiment, Stefanie Coors, Gartenstraße 15, 26122 Oldenburg, Tel. 0441 / 68312179, E-Mail: [info@veggiemaid.de](mailto:info@veggiemaid.de), [www.veggiemaid.de](http://www.veggiemaid.de)

**Veränderungen**

Wechsel, Wandel, Wunder: Astrologische telefonische Beratung zur aktuellen Lebenssituation. Ulla Janascheck, Tel. 06147 / 9357198, [www.ulla-janascheck.de](http://www.ulla-janascheck.de)

**Yoga**

Anand Nivas, Dr. Anand Martina Seitz, Goethestr. 25 (Steintor), Tel. 04242 - 597169, [www.AnandNivas.de](http://www.AnandNivas.de).

Yogameister Nepal Lodh bildet aus: Yoga-Übungsleiter/innen, -lehrer / innen, Kinderyoga-Kursleiter/innen, Lachyoga-Kursleiter/innen, Info: 0421-239399, [www.nepal-lodh.de](http://www.nepal-lodh.de)

Sigrid Küttner, Yoga Vidya Zentrum Bremen, Bahnhofstraße 3/4, 28195 Bremen, Tel. 0421 - 2239472, email: [sigridkuettner@gmail.com](mailto:sigridkuettner@gmail.com), [www.yoga-vidya.de/bremen](http://www.yoga-vidya.de/bremen)

**Wellness**

Wellness & Gesundheit: Vorsorge - Regeneration - Erhaltung. Dorn-Breuss, Kinesiologie, Facial Harmony, TCM), u.a. C.- Andrea Lippert, Bad Segeberg, Tel: 04551 / 99 308 95 und in 27798 Hude, Tel: 04408 / 98 23 70, [info@wellnessundgesundheit.com](mailto:info@wellnessundgesundheit.com)



**Meditationskurs:**

Mi, 03.09., 07:30-08:15 Uhr

**Yoga für Frühaufsteher:**

Do, 04.06., 07:30-08:30, 8x

**Yoga soft:**

Do, 04.06., 9:00-10:30 Uh, 8x

**Offene Stunden:**

mehrmals in der Woche!

**Sigrid Küttner**

Yogalehrerin und Heilpraktikerin  
**Yoga Vidya Zentrum Bremen**  
Bahnhofstraße 3/4  
28195 Bremen,  
Tel. 0421 - 2239472   
email: [sigridkuettner@gmail.com](mailto:sigridkuettner@gmail.com)  
[www.yoga-vidya.de/bremen](http://www.yoga-vidya.de/bremen)

Anzeige



**Leuchtturmfabrik Bremen**

Ein Ort der Vielfältigkeit und guten Ideen.

*"Sei Du selbst das Licht, das Du Dir wünschst."*  
(Mahatma Gandhi)

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

Anzeige

Unter den „Kleinanzeigen“ stehen Ihnen **REGELMÄßIGE RUBRIKEN** zur Auswahl. Hier sind Informationen inklusive Terminankündigung möglich. Folgende Rubriken stehen Ihnen in dieser Rubrik zur Verfügung:

- Workshops/Seminare • Ausbildung • Therapie • Vermietung / Räume • Jobs • Reisen • An- & Verkauf • Kontakte • Dies und Das. Pro Einheit: 3,- € (1 Einheit = 30 Zeichen). Mindestpreis: 12,- €. Nächster Anzeigenschluss für die August/September 2015 - Ausgabe ist der 7. Juli 2015. Kleinanzeigen sind auf unseren Online-Formularen direkt über unsere Homepage buchbar: [www.kgsbremen.de](http://www.kgsbremen.de)

**Workshops / Seminare**

**Für Frauen:** Tanz der 5 Rhythmen, Bogenschießen, Zeit für mich, Das Eigene leben, Entdeckungsreise Stimme, Tibet. Heilyoga, Einführung Meditation. [www.altenbuecken.de](http://www.altenbuecken.de), Tel. 04251-7899

**Matrix-Arbeit / Quantenheilung:** Gedanken sind Energie, Bewusstsein erschafft Realität. Wiederkehrende Seminare in 4 Aufbaukursen in angenehmer, gepflegter Atmosphäre Region Ostfriesland/Oldenburg. [www.matrix-reload.de](http://www.matrix-reload.de), Tel. 04941-6019354

**Wölfe beobachten,** Natur erleben, am Lagerfeuer kochen, Geschichten erzählen, einfache meditative Lieder singen, in Tipis schlafen und nachts dem Heulen der Wölfe lauschen.

**Wildnis- und Naturcoaching-Wochenende** im Wolfcenter Dörverden, 13. - 14. Juni oder 19. - 20. September 2015, mit Iris Urbschat - Biologin, Wildnispädagogin, Naturcoach. Flyer anfordern unter Email: [irisurbschat@gmx.de](mailto:irisurbschat@gmx.de)

**Vortrag:** Einlassen, Entschleunigen, Geschenlassen. Doris Plaat stellt Methoden ihrer Arbeit vor. Do 18.06.15, 19.00 Uhr. Buchhandlung Froben, Lange Str. 4, Ottersberg. Infos: 04283/982310

**Verjüngung,** 3 Seminarwochenenden, Neuausrichtung des Bewusstseins, Grundbausteine zum Verjüngungsprozess, Zellenarbeit u.a., 20.06., 18.07., 19.09., Info [www.christine.ohlenbusch.de](http://www.christine.ohlenbusch.de), Tel: 04791-9319433

**Wilde Herzen** -Workshops für mehr Liebe, Achtsamkeit & Wertschätzung mit Antje Koolen & Helge Polzin: Info-Abende 25.6. & 3.9., Wilde Herzen Party: 4. Juli, Roter Salon, Bremen. Wilde Herzen Festival 15.-18. Okt.; Tel. 0421-69219632; [www.biodanza-bremen.de](http://www.biodanza-bremen.de)

**Auf die Intuition hören lernen** (Erlebnisseminar): Entdecke die Stimme Deiner Seele und führe genau das Leben, für das Du bestimmt bist. 20.6., 10.00-18.00 Uhr. Praxis für Stressprävention & Energiearbeit, [www.wilona-herbrig.com](http://www.wilona-herbrig.com)

**Wildkräuterwanderung** mit vegane Rohnkostbuffet in Syke. 20.06. + 05.07.2015, 10-17 Uhr, Kosten: EUR 75,-, Voranm. H. König, 04242-577840, [www.die-wilde-kost.de](http://www.die-wilde-kost.de)

**Einführung in Zen Übung** am 28.6. durch den japanischen Zen Meister Shodo Harada. Ort: Asendorf, Uhrzeit: 13-19 Uhr, Anmeldung unter [Hokuozan.sogenji@gmail.com](mailto:Hokuozan.sogenji@gmail.com)

17. Juli - 19. Juli 2015: **Einführung in die gewaltfreie Kommunikation** in Bremen im Meditationshaus in der Gartenetage. Marita Zimmer, Tel. 0421/72995

**Einführungswochenende in die Ganzheitlich Energetische Massage** am 18.+19.07., Voraussetzung für die Teilnahme am Jahrestaining. [www.Norddeutschemassageschule.de](http://www.Norddeutschemassageschule.de), Bremen, Tel. 0421-34 77 34 9

**Einführungsseminar Gewaltfreie Kommunikation** 04.-06.09. und GFK-Ausbildung ab Okt. 15 in Bremen mit Anja Kenzler, Trainerin CNVC. Info: [a.k.demie.für.Mediation.und.Training](http://a.k.demie.für.Mediation.und.Training), Tel. 0421/5578899, [www.a-k-demie.de](http://www.a-k-demie.de)

**Ausbildung**

1. **Qigong-KursleiterInnen-Ausbildung** der Deutschen Qigong Gesell-

schaft e.V. mit Asta Eichhorst u. Gise Schöller. Informations- u. Einführungstag in Bremen am 15.11.2015, 60 EUR. Ausbildungsbeginn: 12./13. Dez. 2015. Ort: "Centrum für Gesundheit und Bewegung", Gertrudenstr. 30, HB. Info & Anmeldung: Gise Schöller, Tel: 0176-79069906, Mail: [gise@trans-zendenz.de](mailto:gise@trans-zendenz.de), [www.transzendenz.de](http://www.transzendenz.de); Asta Eichhorst, Tel: 05828-979837, Mail: [info@asta-eichhorst.de](mailto:info@asta-eichhorst.de)

**Craniosacrale Therapie:** Zertifizierte Fachausbildung Nov. 2015- Feb. 2018, Einführungsseminar 30.-31.5.2015. Fortbildungsangebote unter [www.cranioschule-bremen.de](http://www.cranioschule-bremen.de)

**Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation** ab Oktober 2015 in Bremen mit Anja Kenzler, Trainerin CNVC. Info: [a.k.demie.für.Mediation.und.Training](http://a.k.demie.für.Mediation.und.Training), Tel. 0421/5578899, [www.a-k-demie.de](http://www.a-k-demie.de)

**Stark Institut für Systemisch Integrative Therapie.** Der nächste Ausbildungszyklus in systemischer Aufstellungsarbeit (Familienstellen) beginnt am 9. September 2015. Infos unter: [www.starkinstitute.com](http://www.starkinstitute.com)

Neue Jahresgruppe **"Mediale Heiler-ausbildung"** mit Luna'Him, heilerin-in-bremen.de, Tel. 0421-255350

**Therapie**

Tiefenpsych. Gesprächstherapie, Reinkarnations- und Erfahrungsth., Sibylle Schäuble, Tel. 0421/4379623, [www.sibylle-schaeuble.de](http://www.sibylle-schaeuble.de)

**Urlaub / Reisen**

**Ferien in Tossens** – ganzjährig geöffnet. Ferienwohnungen 300 m hinterm Deich 0173 – 395 45 94 I [www.windweitewattenmeer.de](http://www.windweitewattenmeer.de)

**Reiki auf Rügen:** Schweigend-wanderung; Baummeditation, Kraftplätze, Mythos, Weitere Informationen: I. Schmidt, Bremen, Telefon: 0421-3887176

**Bewusstsein Retreat** - Lebe die Freude aus dem SEIN. Löse dich von Ängsten & Glaubenssätzen. Leiter: Manfred Binder (Spirituelle Lehrer), [www.yoga-lila/reisen/sein](http://www.yoga-lila/reisen/sein) oder Tel. 0151/53529344

**Zhineng Qigong Übungsleiter-Intensiv-Ausbildung bei Paracelsusschule Oldenburg**

**Dozentin C.-Andrea Lippert**  
**Entspannungstherapeutin, TCM- und Zhineng Qigong-Master**



Qigong ist eine inhaltsreiche Übungslehre, die auf dem Wissen der traditionellen Chinesischen Medizin basiert. Es ist eine ganzheitliche, traditionelle stets weiterentwickelte Methode, die den Körper stärkt, die Gesundheit fördert, die Beweglichkeit erhält, bzw. auch wiederherstellt, den Umgang mit den Emotionen lehrt und die Lebensfreude, das Wohlbefinden steigert. Eine der effektivsten Formen ist das Zhineng-Qigong, welches daher auch als "medizinisches Qigong" bezeichnet wird, und immer populärer wird. Die Form wirkt sich positiv auf sämtliche Prozesse im Menschen aus und unterstützt die notwendige Achtsamkeit für den eigenen Körper. In der Ausbildung, die in 3 Blöcken verläuft, lernen Sie, Zhineng Qigong sowohl für sich selber zu nutzen als auch, wie Sie es kompetent weitergeben können. Grundsteine hierfür sind die erworbenen Grundlagen des Zhineng Qigong in Theorie, Hintergrund und Praxis. In dieser Ausbildung wird ein umfangreiches Fundament für die unterrichtende Praxis erworben. Dabei erfahren Sie einige Tiefen des Qigong und können sie auch direkt anwenden.

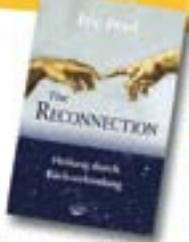
**Infostunden: 19.06.15 / 1. Ausbildung: jeweils donnerstags bis einschl. samstags: Mai: 07. - 09.05.15 / Juni: 18.-20.06.15 / Juli 16.-18.07.15; 2. Ausbildung: jeweils donnerstags bis einschl. samstags: Sept.: 03.-05.09.15 / Okt.: 01.-03.10.15 / Nov.: 12.-14.11.15. Nähere Details bei: Paracelsusschule Oldenburg, Frau Gedik, Tel. 0441/ 925 02 60 oder bei Frau Lippert unter: Tel. 04551/ 99 308 95. Sämtliche Monatskurs-Termine finden Interessenten unter: [www.zqfu.com](http://www.zqfu.com)**

Anzeige

**Erlebnisreicher Vortrag**  
**Freitag, 19. Juni 2015**  
**19:30 - 21:00 Uhr**  
mit Miriam Wender sowie vielen Praktizierenden der Bremer Region Akademie SteinReich, Eintritt: 5,- Euro Schwachhauser Heerstraße 2a, Bremen

**Einladung zum Tag der offenen Tür**  
**Samstag, 27. Juni 2015**  
**13:00 - 17:00 Uhr**  
Machen Sie Ihre EIGENE PERSÖNLICHE Erfahrung und lernen Sie uns in unseren Praxen kennen. Gerne beantworten wir Ihre Fragen. Wir freuen uns auf Sie.

**RECONNECTIVE HEALING®**  
Heilung durch Rückverbindung  
"It's time to come home."  
Eric Pearl



 <b>SUSANNE RIEKERS</b> Langenstr. 25 28816 Stuhr Tel. 0421-809 1212	 <b>MIRIAM WENDER</b> Contrescarpe 9 28203 Bremen Tel. 0421-1610 0004	 <b>ELISABETH AHLERS</b> Würzburger Str. 69 28215 Bremen Tel. 0421-347 8118
 <b>RAPHAËLLE MELLET</b> c/o Yoga Studio 108 Besselstr. 45 28203 Bremen Tel. 0171-270 7808	 <b>NICOLE HENZE</b> Buddestr. 28 28215 Bremen Tel. 0421-6843 9657	 <b>BARBARA KÜHN</b> Kirchhuchtinger Landstr. 97 28259 Bremen Tel. 0421-569 6663
 <b>DR. MARKUS PERK</b> Osterkampsweg 99a 26131 Oldenburg Tel. 0441-5946 4081	 <b>C. BRAUNSCHWEIGER</b> Hinter den Führen 49 28790 Schwanevede/ Löhnhorst Tel. 0421-658 8393	 <b>RENÉE ALLEN</b> Twistringerstr. 18 28217 Bremen Tel. 0421-8394 7770

**MEHR INFORMATIONEN IM INTERNET UNTER: [www.reconnection-verband.de](http://www.reconnection-verband.de)**

Anzeige

Wer will spirituellen Urlaub in Sudeten miterleben? Gesänge, Tanz, Übungen, Wanderung in Polen und Tschechien. aronia4900@fastmail.fm

**An- und Verkauf**

Sehr gut eingeführte Physiotherapie mit großem Patientent Stamm -Kasse u. Privat in Bremen zu verkaufen. Tel. 0421/513917

**Vermietung / Räume / Wohnen**

Wunderschöner Kurs- & Veranstaltungsraum sucht Mitnutzer: Schwingboden Musikanlage, Matten, Kissen, Stühle, Tische uvm. 250 m² säulenfrei, teilbar. Tag der offenen Tür am 12.7. 10h, Infos, Vorträge & Vernetzung zur Gründung eines Zentrums für ganzheitliche Gesundheit, Kreativität & Lebenskunst. Der Rote Salon, Am Speicher XI, Haus 1, Bremen, www.roter-salon-bremen.de; Tel. 0421-69219632

Seminar- und Ferienhaus Adelheidshof, 45km von HB; absolut ruhig, grosser Garten, www.adelheidshof.de / Telefon.: 04256 573

**Dies und Das**

Lachen: jeden Samstag die besondere Gelegenheit für LachliebhaberInnen. Im Viertel. Roman A., Tel. 0421-3780464

Lachyoga: Don.17-18 Uhr; Don. 15-16.00 Uhr krebsbetr. Frauen; Dien.18.30-19.30 Uhr / HB-Neustadt; Humortraining Fr. 18-19.30 Uhr. Tel. 0421/69644307, www.lachschule-bremen.de

Gemeinschaft Clan B in Sandhatten, Nähe Oldenburg, startet mit regelmäßigen Angeboten: Qi Gong, Kundalini Yoga, Schamanische Samstage, Haar-, Haut- & Gesundheitssprechstunde / Vorträge, Sonntagscafé und mehr. Info: Telefon 04482 / 9082571

**Impressum**

Das KGS Bremen – Körper, Geist und Seele Magazin ist ein zweimonatlich erscheinendes Medium mit Themen und Terminen zur Förderung von Gesundheit und ganzheitlicher Kultur. Das KGS Bremen ist frei erhältlich und wird mit einer Auflage von 8000 Exemplaren im Raum Bremen, Oldenburg und Umland verteilt und ausgelegt.

**KGS Bremen  
Körper, Geist und Seele Magazin**

Tel.: 0 44 08 - 80 91 92 0  
www.kgsbremen.de  
Postadresse:  
Von-Witzleben-Allee 1 c  
27798 Hude

**Herausgeberin**

Ruth Haselwander  
ruth.haselwander@kgsbremen.de  
Von-Witzleben-Allee 1 c  
27798 Hude

**Redaktion**

Ruth Haselwander  
redaktion@kgsbremen.de  
Freie Mitarbeiterin: Ingrid Antons

**Anzeigen / Kleinanzeigen**

anzeigen@kgsbremen.de  
kleinanzeigen@kgsbremen.de  
Tel. 0 44 08 - 80 91 92 0

**Druck**

Humburg Media Group, Bremen

Alle Rechte sind vorbehalten. Im Sinne des Copyrights sind Weiterverwendung und Vervielfältigung der Texte und Fotos untersagt. Nachdruck der Inhalte dieser Ausgabe - auch Auszüge davon - nur mit der schriftlichen Genehmigung der Herausgeberin. Anzeigen sind als solche gekennzeichnet und geben nicht die Meinung der Redaktion wieder noch ist diese für deren Inhalte verantwortlich. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder wird keine Haftung übernommen.

Unsere aktuellen Mediadaten finden Sie auf www.kgsbremen.de



Nächste Ausgabe: August/September 2015

Redaktionsschluss: 30. Juni 2015

Anzeigenschluss: 7. Juli 2015

Email: anzeigen@kgsbremen.de • Tel: 0 44 08 - 80 91 92 0

www.kgsbremen.de



OASE WELLNESS LOUNGE

*First Class Spa*

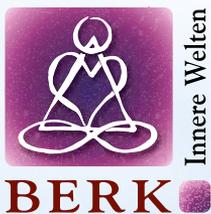
**DAY SPA / BEAUTY FARM**

www.oase-weserpark.de



OASE Wellness Lounge · Hans-Bredow-Str. 17 · 28307 Bremen  
Telefon 0421 427 47 14 · www.oase-weserpark.de · 

Anzeige



# Der Weg nach Innen

Großhandel für spirituelle Produkte

Mystisches Räucherwerk

Energetische Produkte

Meditations-Zubehör

Holy Scents

Zauberwelt

Statuen

Feng Shui

Radiästhesie

Symbolschmuck

Spirituelle Kunst

Ayurvedische Kajals



K. Susanne Berk Esoterik e.K.

Meßkircher Str. 29 • D-78333 Stockach

Tel.: 0049 (0)7771-8004-0 • Fax: -8004-11

Besuchen Sie uns auf [www.berk.de](http://www.berk.de)

