

kostenlos

Frühjahr 2018

ACHTSAMES LEBEN

Das Magazin für ganzheitliche Lebenskunst für Oldenburg und den NordWesten



Gesundheitsreisen an der Nordseeküste von den Krankenkassen unterstützt

WANGERLAND - HORUMERSIEL -SCHILLIG

DIE AKTIVWOCHE - Das Original

Power Walking und Atemgymnastik am Meer sorgen für die Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und wirken positiv auf Ihre Atemwege.

z.B. 7 Tage Hotel mit Frühstück vom 08.04.-14.04.2018
ab 325,00 EUR

WORK-LIFE-BALANCE Spezial

Das Erkennen der persönlichen Stressfaktoren und die Vermittlung eines dosierten Bewegungsprogrammes kennzeichnen dieses Programm.

z.B. 7 Tage Hotel mit Frühstück vom 03.06.-09.06.2018
ab 372,00 EUR

WELL Aktiv -Das Kurzprogramm für Ihre Fitness

Rückentraining, Entspannung mit Yoga und Power Walking direkt am Meer machen Sie mobil.

z.B. 4 Tage Hotel mit Halbpension vom 22.04.-25.04.2018
ab 189,00 EUR

VAREL-DANGAST

DIE AKTIVWOCHE - Das Original"

Nordic-Walking oder Dehn- und Stretchingsequenzen beim Yoga und Pilates -z.B. 7 Tage Hotel mit Frühstück

13.05.-19.05.2018 21.10.-27.10.2018
ab 420,00 EUR ab 309,00 EUR

BAD ZWISCHENNAHN

Best Agers 60+ Das Programm für Junggebliebene

Altersspezifisches, abwechslungsreiches Ausdauer- und Kräftigungsprogramm mit Gleichgewichts- und Koordinationstraining.

z.B. 7 Tage Hotel mit Frühstück vom 19.08.-25.08.2018
ab 294,00 EUR

WELL Aktiv - Das Kurzprogramm Aktiv 50+

Abwechslungsreicher Mix aus Bewegung und Entspannung u.a. mit Pilates, Walking und Rückengymnastik.

z.B. 4 Tage Hotel mit Frühstück vom 15.04.-18.04.2018
ab 169,00 EUR

CUXHAVEN

DIE AKTIVWOCHE -Das Original

Professionelles, ausdauerorientiertes Programm.

z.B. 7 Tage Hotel mit Frühstück vom 29.04.-05.05.2018
ab 332,00 EUR

FAMILIE EXTRA

Aktives Gesundheitsprogramm für die ganze Familie

z.B. 8 Tage Ferienhaus vom 13.05.-20.05.2018

ab 607,00 EUR

WELL Aktiv: Das Kurzprogramm Rundum Fit

Optimaler Mix aus Indoor- und Outdooraktivitäten (z.B. Rückengymnastik, Yoga, Walking an der Küste).

z.B. 4 Tage Hotel mit Frühstück vom 10.06.-13.06.2018
ab 164,00 EUR

LebensSinne-Zentrum

Telefon 04402-9839344 · www.lebenssinne.de

Edition LEBENSKUNST 2018

Handgefertigte Keramikbecher –
in höchster Keramikerqualität in einer kleinen Keramik-Manufaktur in Oldenburg gebrannt. 7 Chakralfarben, versehen mit aufgesetzten Chakrasymbolen.
Jeder Becher ist ein Einzelstück, keine maschinelle Fertigung!
Spülmaschinen geeignet
Jeder Becher nur 18,50 €.



Muladhara



Svadisthana



Manipura



Anahata



Vishuddha



Ajna



Sahasrara

Bestellungen unter
Peter Gerd Jaruschewski
Lagerstr. 62 • 26125 Oldenburg
www.edition-lebenskunst.shop

inhalt frühjahr 2018

formales

3 Inhaltsverzeichnis

4 Liebe LeserInnen

51 Impressum

29 Auslagestellen

spiritualität



5 Einladung zur Freiheit
Von Jack Kornfield

ökologie

7 Die Wildnis ist zurück
Rückkehr des Wolfs

11 Die Erforschung des
Wolfs – Expedition mit
Biosphere Expeditions

aktuell



12 QiGong im Schloss-
garten
Silber-Jubiläums-Treffen

22 Jaspershof e. V.
Vielfalt im Küchengarten

bewusstes leben

13 Algorithmen und wir –
wem gehört die Zukunft

kunst & kultur



19 Eine Stimme, die nicht
verstummt – Zum Tod
v. Reinhard Schimmelpfeng

20 Der Zauber des
Orients in der Rumiform

nachhaltigkeit & ethik

23 Fleischatlas 2018
Umbau der Tierhaltung

veranstaltungen

25 Veranstaltungen

34 Seminarkalender

anbieter

31 Wer macht was im
Internet



35 **Marktplatz**
Anbieter stellen sich vor

61 **Wer macht was?**
Anbieter in Kürze

für die sinne ...



52 **Hörwelten**

53 **Wortwelten**

kleinanzeigen

62 Seminare & Workshops

62 Regelmäßige Termine

63 Ausbildung

63 Dies & Das

63 Reisen

63 An & Verkauf

63 Räume & Wohnen

63 Kontakte

Echt Oldenburg!



www.stadtbaeckerei-schroeder.de

liebe LeserInnen



Paperback, 272 Seiten
ISBN 978-3-86616-422-2

€ 19,95

John Gray/
Arjuna Ardagh
**Wie Männer
zu sich
selbst finden**
Bewusst leben

Katrin Jonas
**Schmerzfrei
ohne Medi-
kamente**
Meditation und
Körperbewusstsein –
Ein 30-Tage-Programm



Paperback, 288 Seiten
ISBN 978-3-86616-426-0

€ 19,95

Heribert Fischeck
**Auch
das Sterben
gehört
zum Leben**



Paperback, 144 Seiten
ISBN 978-3-86616-429-1

€ 14,95

Verlag VIA NOVA
Alte Landstr. 12, D-36100 Petersberg
Tel. (06 61) 6 29 73, Fax 9 67 95 60
E-Mail: info@verlag-vianova.de
Internet: www.verlag-vianova.de



Liebe Leserinnen, liebe Leser,



in unserer Welt finden große Veränderungen statt, und viele davon haben mit Technik zu tun. Ein Thema, das

uns herausfordert, uns als Menschheit erneut zu fragen: Wo stehen wir und wem gehört die Zukunft? Im Beitrag „Die Algorithmen und wir“ befasst sich Tom Steininger ausführlich damit, S. 13. • Zu „Wahrer Freiheit“ in unserem Alltag, unseren Beziehungen, in dieser Welt lädt uns Jack Kornfield in seinem neuen Buch ein, S. 5. • Das Magazin „BIORAMA“ wartet vierteljährlich mit sehr lesenswerten Beiträgen auf, und einen dürfen wir auch Ihnen präsentieren: „Die Wildnis ist zurück“ über die Rückkehr des Wolfes in den deutschsprachigen Raum, S. 7. • Der BUND und die Heinrich-Böll-Stiftung haben den Fleischatlas 2018 veröffentlicht. In unserer Region wird nach wie vor übermäßig viel Fleisch produziert, massives Abstocken sei unumgänglich dem Tierwohl zuliebe, S. 23. • Im Küchengarten Jaspershof in Westerstede hingegen wird viel für eine gesunde Anbauweise und Ernährung getan, S. 22. • Viel für die Gesundheit tut auch, wer Qi Gong übt, und das schon seit 25 Jahren im Oldenburger Schloßgarten, S. 12! • Einen schönen Nachruf auf den im September verstorbenen Reinhard Schimmpfeng hat Wolfgang Stroh verfasst, S. 19. • „Der Zauber des Orients“ umfängt uns in den Illuminationen und Miniaturen von Anne-Elisabeth Seevers, S. 20.

Die wunderbare Frühlingszeit steht bevor – genießen Sie sie mit allen Sinnen, Herz und Seele!

Es grüßen herzlich die Plaggenborgs

Einladung zur Freiheit

Liebe Freunde, nach über vierzig Jahren, in denen ich Tausenden Menschen auf dem spirituellen Pfad Achtsamkeit und Mitgefühl vermittelt habe, ist dies die wichtigste Mitteilung, die ich machen kann: Ihr müsst auf die Freiheit nicht warten. Ihr braucht das Glück nicht aufzuschieben.

Viel zu oft verbindet sich die schöne Praxis der Achtsamkeit und des Mitfühls mit Vorstellungen von Selbstdisziplin und Pflichterfüllung. Wir sehen uns von ihnen auf einen langen Hindernisparcours geführt, an dessen fernem Ende die angestrebten Ergebnisse winken. Ja, es gibt sie, die Arbeit des Herzens, und unser Leben hat seine Zyklen, die uns so manches abverlangen. Doch wo jeder Einzelne auch stehen mag auf seinem Weg, es existiert noch eine andere wunderbare Wahrheit, und die heißt „Die Früchte ernten“ oder „Mit dem Ergebnis beginnen“. Die Früchte des Wohlbefindens, der Freude, der Freiheit und der Liebe sind schon jetzt in unmittelbarer Reichweite, wie auch immer Ihre Lebensumstände sein mögen.

Als Nelson Mandela nach siebenundzwanzig Jahren Haft die Gefängnisinsel Robben Island verließ, war er ein Mann voller Würde und Großmut, so ganz und gar bereit zu verzeihen, dass sein Geist das Land verwandelte und für die Welt zur Inspiration wurde. Auch Sie können diese Freiheit und Würde leben, und zwar genau da, wo Sie jetzt sind. Die Umstände mögen schwierig, die Zeiten unsicher sein – vergessen Sie nie, dass Freiheit nicht für ganz besondere Menschen reserviert ist. Niemand kann Ihren Geist einsperren.

Wenn Sie zum Chef zitiert werden und Sie Befürchtungen oder bange Erwartungen in sich aufsteigen fühlen, wenn jemand in Ihrer Familie unter Konflikten und Nöten zusammenzubrechen droht, wenn die zunehmenden gesellschaftlichen und politischen Probleme der Welt Ihnen schwer zu schaffen machen, haben Sie immer verschiedene Möglichkeiten, darauf zu reagieren. Sie können dann erstarren und sich wie bewegungsunfähig fühlen, oder aber Sie



nutzen die schwierige Phase, um sich weiter zu öffnen, bis sich Ihnen zeigt, wie Sie während dieses Abschnitts auf Ihrem Weg sinnvoll und weise reagieren können. Zyklisch geht das Leben mal seinen ruhigen Gang, dann wieder stellt es uns vor große Herausforderungen oder bringt tiefe Schmerzen mit sich, und manchmal scheint die ganze Gesellschaft ringsum im Umbruch zu sein. In alldem bleibt uns immer die Möglichkeit, tief durchzuatmen, den Blick ein wenig weicher werden zu lassen und uns in Erinnerung zu rufen, dass Mut und Freiheit in unserem Inneren darauf warten, dass wir uns ihrer bewusst werden, um auch andere daran teilhaben zu lassen. Selbst unter ganz düsteren Umständen bleibt die Freiheit des Geistes bestehen – auf wundersame Weise großartig und einfach zugleich. Wir sind in diesem Leben frei und fähig zu lieben, was auch immer geschehen mag. Ganz in unserer Tiefe wissen wir das. Wir wissen es immer dann, wenn wir uns in etwas Größeres eingebunden fühlen – wenn wir Musik

hören, bei der Liebe, beim Wandern in den Bergen oder beim Schwimmen im Meer, wenn wir am Sterbelager eines geliebten Menschen Zeugen dieses Mysteriums werden, dass der Geist still wie eine Sternschnuppe den Körper verlässt, oder bei der Geburt eines Kindes. In solchen Momenten geht eine Welle freudvoller Offenheit durch unseren Körper, und unser Herz ist in Frieden gehüllt.

Freiheit fängt da an, wo wir sind. (...) Jedes Kapitel dieses Buchs stellt die Einladung zu einer bestimmten Form der Freiheit dar. Wir beginnen im persönlichen Bereich mit der Freiheit des Geistes, der Freiheit des Neubeginns, der Freiheit jenseits der Angst und der Freiheit, zu sein, was wir sind. Wir erschließen uns die Freiheit, zu lieben, die Freiheit, für das einzustehen, was wirklich zählt, und schließlich die Freiheit, glücklich zu sein. Anhand von Geschichten, Überlegungen, Lehren und Übungen führen wir uns vor Augen, wie wir uns festfahren und wie wir frei

werden können. Frei werden, das ist ein nie abgeschlossener, stets aktiver Prozess, der Herz, Verstand und Gemüt einbezieht. Die Mittel und die Ziele sind dabei eigentlich dieselben: man selbst sein, träumen, vertrauen, mutig sein und handeln.

Sie können wählen, in welchem Geist Sie leben möchten. Freiheit, Liebe und Freude jedenfalls gehören Ihnen bereits, und das unter allen Umständen. Sie sind Ihr Geburtsrecht.



Aus dem Vorwort zu Jack Kornfields neuem Buch „Wahre Freiheit“, mit freundlicher Genehmigung des O. W. Barth Verlags. Siehe auch unter „Wortwelten“.

Oldenburgs kleinste Bestellbuchhandlung:

www.buchhandlung-plaggenborg.de



Bestellbuchhandlung und Internetshop!
Thema: „Ganzheitliches Leben Et Zukunftsideen“

Bestellbuchhandlung:

- Persönliche Beratung am Telefon
- Abholmöglichkeit Ihrer Bestellung in der Lindenstraße 35 in Oldenburg
- Kostenfreie Zustellung innerhalb Oldenburgs, sonst Postversand

Internetshop:

- 450.000 lieferbare Titel - auch Non-Book-Artikel
- 230.000 deutschsprachige E-Books
- Einfache Handhabung & Bestellmöglichkeit

Zusatzinfos

Interviews

Leseproben

Videotrailer

info@buchhandlung-plaggenborg.de
www.facebook.com/BuchhandlungPlaggenborgOldenburg



www.buchhandlung-plaggenborg.de, Lindenstr. 35, 26123 Oldenburg, T. 0441.17543

Die Wildnis ist zurück – Rückkehr des Wolfs in den deutschsprachigen Raum

Angestrengt schaut Peter Schütte, seines Zeichens Wolfsberater, in den Sand der Lüneburger Heide. Sachte umfahren seine Finger die Spur im Sand. Ein, zwei, drei, viele Trittsiegel, gestempelt in die feuchten Körner.

Deutliche Hinweise auf ein sonst fast unsichtbares Wesen - scheu, vorsichtig, den Menschen vermeidend. „Das waren vier“, murmelt Schütte schließlich, „zwei Erwachsene und zwei Jungtiere, entspannt laufend in diese Richtung“. Vier Blicke folgen seinem ausgestreckten Arm in die Heide. Vier Blicke aus vier Kontinenten. Vier Blicke die hier sind, weil der Wolf, und mit ihm der Hauch der Wildnis, zurück in Mitteleuropa sind. Julia aus Wien; Rasha aus Australien, Rechtsanwältin einer Naturschutzorganisation aus Melbourne; Brian aus Kanada, der „Glasfaserkabelmann“ aus Vancouver, wie er sich selbst nennt; Lalitha aus Indien, Lehrerin aus Mussoorie. Alle hier, um Schütte zu helfen, Wildnis zu erhalten - oder wieder zu erhalten, denn vor 150 bis 200 Jahren rotteten die Menschen den Wolf in Mitteleuropa aus. Nun kehrt er seit geraumer Zeit zurück - nach Österreich seit 2009 - und sein Schutz ist in der EU gesetzlich verankert. Er dringt, vor allem im ländlichen Raum, immer weiter vor.

In Österreich wurden in den Jahren von 2009 bis 2015 jeweils vereinzelt Wölfe genetisch nachgewiesen, allerdings nur Durchzügler aus den Karpaten, der Schweiz und Italien sowie dem slowenisch-kroatischen Raum. Fuß fassen konnte diese Vorhut zunächst nicht. Spätestens Anfang 2016 war es dann soweit: Auf dem Truppenübungsplatz Allensteig im niederösterreichischen Waldviertel ließen sich ein Weibchen und ein Männchen nieder, mit erstem Wolfnachwuchs in Österreich seit mehr als 100 Jahren im August 2016. Deutschland war etwas früher dran. Dort begannen Wölfe im Jahr 2000 aus Polen über die ehemalige DDR bis nach Westdeutschland zurückzukehren. Im Jahr 2006 hatten sie das Bundesland Niedersach-



Sam Mitterham

sen, und damit Schüttes Einsatzgebiet, erreicht. Und jetzt ziehen sie Menschen aus der ganzen Welt an, denn die gemeinnützige Naturschutzorganisation Biosphere Expeditions hat jüngst ein Wolfsprojekt in Zusammenarbeit mit dem niedersächsischen Wolfsbüro im NLWKN (Niedersächsischer Landesbetrieb für Wasserwirtschaft, Küsten- und Naturschutz) ins Leben gerufen. „Schon auf der Warteliste waren über 100 Personen“, berichtet Dr. Matthias Hammer, Gründer und Geschäftsführer von Biosphere Expeditions, „und als wir den Startschuss gaben, waren zwei Gruppen innerhalb von 24 Stunden ausgebucht.“

Das Projekt ist offen für jedermann/-frau, es gibt keine Altersbeschränkungen und es sind keine besonderen Fähigkeiten erforderlich. „Bürgerwissenschaft“ (engl. „citizen science“) nennt sich dieses eindrucksvolle Konzept, erprobt seit Jahrzehnten im angelsächsischen Raum; hier bei uns noch relativ neu, aber stark auf dem Vor-

marsch. Die Expeditionsteilnehmer werden im Rahmen des Projekts geschult, beispielsweise im Erkennen von Spuren oder im Gebrauch eines GPS-Geräts. Einmal als „Bürgerwissenschaftler“ ausgebildet, unterstützen die Teilnehmer das Wolfsbüro und das Netzwerk der ehrenamtlichen Wolfsberater über einige Wochen im Jahr hinweg, wertvolle Felddaten über die niedersächsische Wolfspopulation zu sammeln. „Ich freue mich sehr, dass das Projekt so einen guten Start hingelegt hat“, sagt Wolfsberater Peter Schütte. „Mit Menschen aus Deutschland, sicher vielleicht auch aus anderen Teilen Europas, habe ich gerechnet, aber nicht mit den Anmeldungen aus den USA, Kanada und sogar Indien, Singapur und Australien, die alle mithelfen wollen, Daten über Wölfe zu sammeln. Es ist überraschend und ermutigend zugleich zu sehen, wie viel Unterstützung es weltweit für die Rückkehr der Wölfe nach Deutschland zu geben scheint und wie Menschen bereit sind, ihre Zeit und ihr Geld zu investieren, um uns hier

in Niedersachsen zu helfen. Auch Österreicher sind dabei“, schließt Schütte mit einem Augenzwinkern.



© Sam Milnerham

Akzeptanz ist entscheidend. In Deutschland, Österreich und anderswo in der Kulturlandschaft Europas hängt das Überleben des Wolfs „hauptsächlich von der Akzeptanz in der Bevölkerung ab“, so Schütte. Und der Wolf ist nicht immer gern gesehen. In der Tat reagiert der WWF Österreich mehr als deutlich auf die von der Jäger-

Gesundheit Infos Spiritualität
 Essen & Trinken
 Seminare Kontakte Kunst & Kultur Reisen
 Veranstaltungen

www.lebenskunst-nordwest.de

Das große Informationsportal für alle regionalen Informationen über...



Gesundheit

Therapie, alternative Heilweisen, Beratung ...



Kunst & Kultur

Theater, Musik, Kinos, Kunsthandwerk, Galerien ...



Ökologie

Biohöfe, Biohotels, Stromanbieter ...



Bildung & Reisen

Seminarhäuser, -anbieter, Reiseveranstalter ...

Hier finden Sie alle wichtigen Infos auf einen Blick und mit maximal 3 Klicks gelangen Sie zum gewünschten Suchergebnis. Probieren Sie es aus, besuchen Sie uns im Internet!

schaft wiederholt ins Spiel gebrachten Abschüsse von Wölfen. Es sei nicht nur ein Skandal, dass Teile der Jägerschaft offen für den Abschuss von geschützten Wildtieren werben, wer das mache, sei mit dem Straf-, Jagd- und Naturschutzgesetz konfrontiert und bewegte sich hart an der Grenze der Legalität. Die Abschussfantasien bedeuteten für den WWF eine Überschreitung der Kompetenzen von Seiten der Jägerfunktionäre. „Die fortgesetzte Hetze gegen den Wolf muss sofort aufhören, sie ist kontraproduktiv und hilft nicht dabei, angemessene Lösungen zu erarbeiten. Der WWF wird der Entwicklung eines weiter um sich greifenden Rufes nach der Flinte jedenfalls nicht tatenlos zusehen“, so Christian Pichler, Artenschutz-Experte des WWF Österreich

Deutliche Worte, vor allem vor dem Hintergrund, dass sich Anfang der 1970er-Jahre nur kühnste Naturschützer vorstellen konnten, dass Mittel- und Westeuropa wieder von großen Beutegreifern besiedelt werden könnte. Trotzdem begannen damals einige Visionäre an der Verwirklichung der Utopie zu arbeiten. An Wölfe oder Bären war damals noch nicht zu denken. Aber mit dem Kleinsten der Großen Drei, dem Luchs, wollte man beginnen. So kam es zu den ersten Auswilderungsaktionen in Österreich der Schweiz und Deutschland. Der Wolf indes brauchte keine menschliche Auswilderungshilfe, außer vielleicht den Wegfall des Eisernen Vorhangs vor gut dreißig Jahren. Wildnis braucht der Wolf auch nicht. Er ist höchst anpassungsfähig und in der Lage, in einer vom Menschen dominierten Kulturlandschaft zurechtzukommen, solange er genug Beutetiere – Rehe, Hirsche, Wildschweine – findet und in Ruhe gelassen wird. Aber spätestens wenn tote Schafe auf der Weide liegen, ist die Willkommensfreude bei den Menschen getrübt. „Die Ausbreitung des Wolfes bedeutet, dass die Bedrohung durch den tatsächlichen und subjektiv empfundenen Konflikt mit Menschen, Vieh und Wildarten immer größer wird. Dadurch entsteht die Notwendigkeit von Information der lokalen Bevölke-

rung auf Grundlage einer soliden Datenbasis“, sagt Schütte. „Je mehr Wölfe in der Natur von Menschen gesehen und je mehr Nutztiere gerissen werden, desto höher wird die Berichterstattung in den Medien. Dies hat zu einer messbaren Abnahme der Akzeptanz von Wölfen bei der Bevölkerung vor Ort geführt, vor allem bei Jägern und Tierhaltern. Und gerade diese Menschen spielen eine entscheidende Rolle für das Überleben der Wölfe.“

Hammer nickt. „Es war schon unverschämt und peinlich zugleich wie unsere Expedition emotionsgeladen angefeindet wurde, vor allem von Jägern, die versuchten alle möglichen Schauer- und Lügengeschichten über unsere Arbeit hier zu verbreiten und uns zu diskreditieren. Stattdessen sollten wir ruhig, kooperativ und basierend auf belastbaren Fakten, unsere Energie darauf verwenden, alle an einem Strang zu ziehen. Denn das Interesse an einem möglichst konfliktfreien Nebeneinander von Mensch und Wolf verbindet ja sogar Jäger und Naturschützer“. Allerdings seien Abschussgelüste weder akzeptabel, noch nützlich, da biologisch sinnlos – „das Territorium eines erschossenen Wolfs ist keine Lösung, denn ein anderer Wolf besetzt es einfach wieder. Dagegen sind Herdenschutzmaßnahmen effektiv und mitunter auch Kompensationsprogramme, wenn sie anständig finanziert sind“, so Hammer.

„Bei der Rückkehr des Wolfs sind Zyklen zu beobachten“, beschreibt Hammer weiter. Zuerst wird meist wild und emotionsgeladen diskutiert. Darauf folgt eine Beruhigungsphase und der Rückkehr zur Sachlichkeit, wenigstens bei den meisten. Sobald man dann merkt, dass der verteuflte Wolf doch nicht blutrünstig sämtliche Weidetiere auffrisst“, setzt eine Phase der Lösungsfindung und des Arrangierens mit dem Wolf ein. Dabei hängen die Lösungsansätze sehr deutlich vom politischen Umfeld und der Lobbyismus-Stärke der Jäger ab. „Die Lösungen – und davon gibt es viele – sind dabei so unterschiedlich wie die politischen Landschaften“, erklärt Hammer. Wie sich Österreich dabei

mit dem Wolf arrangieren wird bleibt dabei offen, denn das Land ist ja erst am Anfang seines neunten/alten Weges mit dem Wolf.

Steckbrief Wolf

Canis luus, ca. 50 kg (Weibchen deutlich leichter), lebt in „Rudel“ genannten Familien und kann so relativ große Tiere wie Hirsche oder Wildschweine erbeuten. Nach Ausrottung bis ins 20. Jahrhundert hinein waren Mittel- und Westeuropa nahezu wolfsfrei, derzeit wieder etwa 12.000 Wölfe in 28 Ländern Europas. Um die 40 Wolfsrudel sind in Deutschland belegt sowie eine Gruppe in Österreich.



© Sam Mitterham

Biosphere Expeditions

Biosphere Expeditions ist eine gemeinnützige, mehrfach ausgezeichnete Naturschutzorganisation und Mitglied des IUCN (International Union for the Conservation of Nature) und Umweltprogrammes der UN. Bei ihr arbeiten freiwillige Helfer aus aller Welt arbeiten Hand in Hand mit Feldforschern und den Menschen vor Ort für den Erhalt der Artenvielfalt. Die nächste Wolfs-Expedition in Niedersachsen findet von Juni bis Juli 2018 statt, Gruppenlänge jeweils eine Woche. www.biosphere-expeditions.org/deutschland (auf Englisch).

Dieser Beitrag erschien zuerst in der 51. Ausgabe des Magazins BIORAMA aus Wien, www.biorama.eu. Vielen Dank für die freundliche Überlassung!

Die wahre Ursache von Stress ist nicht ein geschäftiges oder anstrengendes Leben.



Es ist die Machtlosigkeit, die wir fühlen. Das Gefühl, dass wir keinen Einfluss auf die Umstände in unserem eigenen Leben haben, ist der stärkste Anreiz für Stressreaktionen.

Susan Marletta-Hart

Susan Marletta-Hart
Hochsensibilität und Stress
Gelassen – jeden Tag
240 Seiten | 19,95€
978-3-95883-218-3

kamphausen.media

AURUM

PLANET EARTH FIRST



GREENPEACE



Die Erforschung des Wolfs

Einmaliges Expeditionserlebnis mit Biosphere Expeditions

Helfen Sie mit bei der Erforschung des Wolfs in Niedersachsen.
Bewerben Sie sich für ein einmaliges Expeditionserlebnis!



Bewerben Sie sich für einen Expeditionsplatz und helfen Sie aktiv auf Expedition mit, den Wolf in Europa zu schützen. Voraussetzungen sind Englischkenntnisse und die Bereitschaft auf einer echten Naturschutzexpedition (keiner Luxusreise!) aktiv mit anzupacken. Neben dem Hauptgewinn der Expeditionsteilnahme gibt es außerdem einen Schnuppertag mit Biosphere Expeditions zu gewinnen.

Biosphere Expeditions

Biosphere Expeditions ist eine mehrfach ausgezeichnete, gemeinnützige Organisation, die proaktive Naturschutzexpeditionen als Abenteuer mit Sinn für jedermann/frau organisiert. Die Projekte sind keine Touren, Fotosafaris oder Exkursionen, sondern echte, handfeste Forschungsprojekte, an denen jeder teilnehmen kann, der ein bißchen Schulenglisch beherrscht, auch ohne biologische oder irgendwelche anderen Vorkenntnisse oder besondere Fitness. Die Wolfs-Expedition ist nur eine aus einer ganzen Bandbreite wie zum Beispiel Grosskatzen in Südafrika, Wale auf den Azoren, Schneeleoparden im Tien Shan oder Korallenriffe & Walhaie der Malediven.

1. Preis: Die Wolfs-Expedition nach Niedersachsen

Diese Naturschutzexpedition führt sie nach Deutschland, um dort mit einem einheimischen Wissenschaftler Wölfe zu erforschen. Sie werden die Spuren der Tiere lesen und verfolgen lernen und damit wichtige Daten sammeln. All dies, um durch Forschung zum Erhalt der streng geschützten Tierart Wolf in Europa beizutragen.

2. Preis: Ein Schnuppertag mit Biosphere Expeditions

Verbringen Sie einen unterhaltsamen Tag mit uns und schnuppern Sie rein in das Feldforscherleben und Mitforschen bei Biosphere Expeditions. Als Teil eines kleinen Teams erlernen und probieren Sie Seite an Seite mit einem Naturführer und Ihrem Expeditionsleiter Techniken und Fertigkeiten im Natur- und Artenschutz aus. Schnuppertage finden in einigen der schönsten Nationalparkflecken Deutschlands statt, u.a. im Nationalpark Berchtesgaden an der österreichischen Grenze.

Weitere Infos www.biosphere-expeditions.org/ schnuppertage. Bewerben Sie sich jetzt: www.biosphere-expeditions.org/competition-wolf (auf Englisch).

Autor: Manfred Folkers

Qigong im Schlossgarten – Silber-Jubiläums-Treffen: 25 Jahre am 07. Mai

Informations- und Übestunde von 17:45 bis 19:15 Uhr mit vier Anleitenden (Doris Kirstein, Gerd Schnesche, Helga Mansholt, Manfred Folkers). Offen für alle Interessierte. Veranstalter: Achtsamkeit in Oldenburg e.V.



Als im Frühjahr 1994 erstmals montags „Qigong im Schlossgarten“ angeboten wurde, dachte niemand an das Jahr 2018. Diese Vision hätte auch dem erklärten Ziel der Qigong-Praxis widersprochen. Wer sich aufmerksam auf die Atmung und die Bewegung konzentriert, möchte im Kontakt sein mit dem gegenwärtigen Augenblick. Seitdem kommen regelmäßig zahlreiche Menschen, um sich inmitten der Bäume und Sträucher des Oldenburger Schlossgartens zu entschleunigen und die frische Luft zu genießen.

Dieses Jahr startet die 25. Saison - Anlass genug für eine Art „Silber-Jubi-Treffen“. Der Ver-

ein „Achtsamkeit in Oldenburg“ als Veranstalter der Qigong-Übe-Stunden lädt deshalb alle Interessierte (auch Neulinge) ein, am 7. Mai um 17:45 Uhr zur Qigong-Wiese westlich des Tropenhauses zu kommen. Ab 18 Uhr werden sich vier Übe-Gruppen bilden, die von Doris Kirstein, Gerd Schnesche, Helga Mansholt und Manfred Folkers angeleitet werden. Vor- und hinterher gibt es Infos zum Qigong und Möglichkeiten zum Austausch. Die Qigong-Übe-Stunden finden bis zum 10. September bei jedem Wetter jeden Montag (außer Pfingstmontag) von 18 - 19 Uhr statt. Eine regelmäßige Teilnahme ist zwar wünschenswert, aber keinesfalls notwendig. Ein Einstieg ist jederzeit möglich (auch ohne Vorkenntnisse). Die Übe-Stunden sind kein Seminarkurs. Die Teilnahme ist kostenlos. Spenden sind möglich; sie werden an gemeinnützige Organisationen weitergeleitet. Wer mit dem Fahrrad anreist, sollte es im Eingangsbereich des Schlossgartens abstellen.

Infos unter: www.achtsamkeit-in-ol.de

Webservice & Internet-Dienstleistungen

ein Service der Buchhandlung Plaggenborg

- **Webseitengestaltung zu fairen Preisen**

Responsive Designs (optimale Anpassung an mobile Geräte); schöne, zeitgemäße Layouts; Individuelle Farbgestaltung, Einbindung von Texten und Bildern, Videos, Shop, Google Maps, Social Media Verknüpfung, Einbindung von PDF-Dokumenten. Suchmaschinenoptimierung ...

- **Nutzung eines modernen Programms (JIMDO)**

- **Domainhosting ab 3,85 € im Monat**

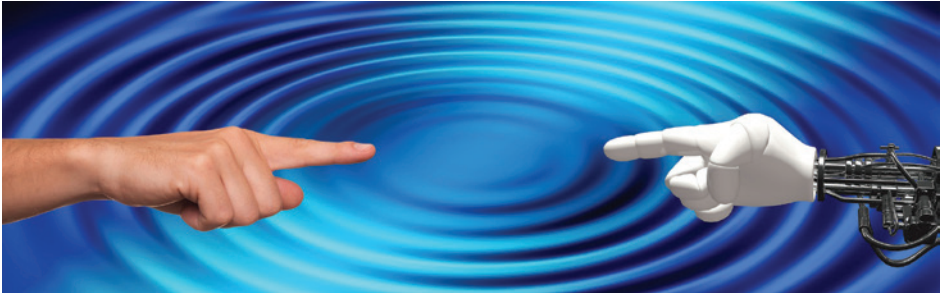
- **kompetente und umfassende Beratung u. v. m.**



Ulrike Plaggenborg • c/o Buchhandlung Plaggenborg
Lindenstr. 35 • 26123 Oldenburg, www.webservice-plaggenborg.de

Die Algorithmen und wir - wem gehört die Zukunft?

Künstliche Intelligenz wird unsere Welt völlig verändern. Viele ihrer Vordenker haben die Vision, dass wir Menschen in naher Zukunft mit intelligenten Maschinen verschmelzen. Mit einer Intelligenz, die unsere Intelligenz weit in den Schatten stellt. Vielleicht ist das ein guter Zeitpunkt zu fragen, was ein Mensch und was eine Maschine ist.



Wir leben mitten in der Big-Data-Revolution, und diese technische Revolution ist ein großer weltgeschichtlicher Umbruch, mehr – als uns oft bewusst ist. In großer Geschwindigkeit werden immer weitere Dimensionen unserer Welt Teil eines großen algorithmischen Netzwerks. Mit den Suchmaschinen, den sozialen Medien, mit unseren Smartphones, aber auch den Webkameras und der neuen Wearable Technology verbinden wir immer größere Bereiche unserer analogen Welt mit den Rechenzentren der Internetkonzerne.

Und diese Rechenzentren entwickeln in einem rasanten Tempo eine neue, künstliche Intelligenz, die wir uns vor wenigen Jahren noch nicht vorstellen konnten. Im Mai 2017 gewann Googles DeepMind-Programm gegen den chinesischen Weltmeister des Go-Spiels Ke Jie. Auch die Fachwelt war völlig überrascht. Go ist nicht Schach, es ist viel komplexer. Es braucht viel mehr Intuition und Improvisation – Fähigkeiten, die wir dem Computer noch nicht zutrauten.

Und DeepMind ist nicht einfach ein Programm. Es ist eine künstliche Intelligenz, die sich das Go-Spiel selbst beigebracht hat und täglich wei-

ter lernt, viel schneller als wir. Die Verbindung der alles umspannenden digitalen Netze mit einer technischen Intelligenz, die in rasender Geschwindigkeit immer Neues lernt, wird unsere Zukunft bestimmen. Bald wird sie unsere gesamte menschliche Intelligenz überflügeln. Sie wird Lösungen für Probleme entwickeln, an die wir noch nicht einmal gedacht haben. Dieser Moment, an dem sie uns ein für allemal überflügeln wird, hat auch schon einen Namen. Ray Kurzweil, der technische Direktor von Google und einer der Propheten dieser digitalen Zukunft, nennt ihn Singularität, und er sagt ihn für das Jahr 2045 voraus.

Bibel der Singularität

Es gibt auch schon eine neue Bibel der Singularität. In dem weltweiten Bestseller Homo Deus beschreibt der israelische Historiker Yuval Harari mit einer brillanten Fülle an Details und Hintergrundinformationen, wie unsere bisherige menschliche Geschichte bald zu Ende gehen wird. Die Zukunft gehört ganz der künstlichen Intelligenz. Wir dürfen nicht vergessen, auch wir Menschen haben die biologische Evolution mit unserer kulturellen Evolution als bestimm-

mendem Entwicklungsfaktor für den Planeten Erde abgelöst. Genauso wird jetzt die künstliche Intelligenz unsere bisherige menschliche Geschichte ablösen. Zu uns herkömmlichen Menschen wird diese neue technische Intelligenz, so Harari, ein ähnliches Verhältnis entwickeln, wie wir es zu unseren Nutz- und Haustieren entwickelt haben. Dieser Prozess ist schon im Gange. In dem Maße, in dem immer mehr Menschen mit dieser neuen künstlichen Wirklichkeit verschmelzen – nicht nur mit Smartphone und Computer, sondern bald auch durch Implantate, technische Schnittstellen und künstliche Verbesserungen unserer Körper – wird der neue Cyborg-Mensch so etwas wie unsterblich, allwissend und allmächtig werden. Deswegen nennt Yuval Harari sein Buch auch Homo Deus.

Das sind sehr religiöse Töne, und das ist besonders interessant, weil die Transhumanisten rund um Ray Kurzweil oder Yuval Harari meist überzeugte Materialisten sind. Ihr Traum ist, und das sprechen sie ganz offen aus, dass uns die Technik von unseren Unzulänglichkeiten erlösen wird. Dieser Erlösungsgedanke hat viel mit ihrer Vorstellung des Menschen zu tun. Wir sind, so ihre Meinung, eine Form hoch entwickelter biologischer Technik. Yuval Harari, der sich in seinem Buch gleichzeitig als Buddhist und Materialist darstellt, bringt diese Ansicht so auf den Punkt: „Alle Lebewesen sind eine Form von Algorithmus.“ Das ist für ihn die logische Schlussfolgerung aus den Erkenntnissen der modernen Naturwissenschaft. So wie Nietzsche Gott für tot erklärt hat, spricht Harari heute vom Tod des Humanismus. Die Zukunft gehört dem „Dataismus“, einer Welt, in der nicht mehr die Menschenrechte den höchsten Wert unserer Gesellschaft darstellen werden, sondern der frei lernende Informationsfluss im globalen Datennetz.

Das ist vielleicht der Kern der Big-Data-Revolution, die wir gerade erleben. Die Frage ist, ob wir diesen Übergang wirklich so wollen. Aber das hängt auch davon ab, wer wir als Menschen eigentlich sind. Die gängige materialistische Na-

turwissenschaft neigt ja wirklich zu der Ansicht, wir seien hochkomplexe biologische Algorithmen. Sollte das so sein, haben wir von der transhumanistischen Zukunft vielleicht nichts zu befürchten. Wir bauen, so ein wesentliches Argument der Transhumanisten, einfach die besseren algorithmischen Maschinen. Wäre unser Dasein damit erfüllt? Um diese Frage zu beantworten, ist es heute so wichtig, noch einmal darüber nachzudenken, wer wir unserem Wesen nach wirklich sind. Gibt es etwas in uns, das Maschinen nie sein können? Wenn dem so ist, stehen wir an einem kritischen Punkt. Dann müssen wir dringend darauf achten, wie wir unsere technische Zukunft so gestalten können, dass wir diese besonderen Qualitäten des Menschseins nicht von einer anderen, der künstlichen Intelligenz, einfach an die Seite drängen lassen. Vielleicht ist das ja der Moment, einen alten Humanisten zu Wort kommen zu lassen. Goethe meinte in seiner Ballade „Der Zauberlehrling“:

TOPSELLER POWERED BY HORIZONWORLD.de
 Impulse für bewusstes leben
 Februar 2018

	1 Emotion – Deutsche Sprachfassung <small>speziell günstigster Bestseller</small> DVD Die neue deutsche Fassung des Bestsellers.
	2 Emotion – Special Edition <small>speziell günstigster Bestseller</small> 2 DVD 2 DVD-Special Edition mit 12 Bonusfilmen.
	3 Illusion Tod <small>speziell günstigster Bestseller</small> DVD Ewiges Bewusstsein aus wissenschaftlicher Sicht.
	4 Jenseits des Greifbaren DVD Engel, Geister und Dämonen.
	5 Bleep DVD What the Bleep do we [k]now?!
	6 The Secret DVD Das Geheimnis ist durch die Jahrhunderte gereist...
	7 Tomorrow DVD Die Welt ist voller Lösungen.
	8 Heile dich selbst DVD Die besten und erfolgreichsten Selbstheilungsmethoden.
	9 Water DVD Die geheime Macht des Wassers.
	10 Evolve your brain DVD Verändern Sie Ihr Bewusstsein

„Die ich rief, die Geister werd ich nun nicht los.“ Es ist ein guter Zeitpunkt, darüber nachzudenken: Was bedeutet es, Mensch zu sein? Wir können uns dabei nicht allein auf persönliche, vielleicht religiöse oder spirituelle Glaubenssätze zurückziehen. Diese Frage betrifft uns alle gemeinsam, als ganze Menschheit. Wir müssen in unserer offenen Gesellschaft miteinander Antworten finden, zusammen mit Agnostikern, Traditionalisten, Fundamentalisten, postmodernen Spirituellen und allen anderen Menschen. Wir brauchen einen gesellschaftlichen Dialog darüber, wer wir sind.

Wir sind hier

Der kürzlich verstorbene amerikanische Philosoph Hubert Dreyfus hat uns hier vielleicht etwas zu sagen. Schon in den 60er Jahren war Dreyfus einer der ersten prominenten Kritiker der künstlichen Intelligenz. Er machte darauf aufmerksam, dass uns Menschen etwas Prinzipielles von künstlicher Intelligenz unterscheidet. Es ist fast zu offensichtlich, um es bewusst zu sehen: „Wir sind hier. Die Welt betrifft uns. Sie berührt uns. Sie ist uns ein Anliegen. Du bist mir ein Anliegen.“ Diese Fähigkeit, in diesem Sinn anwesend zu sein, betroffen zu sein, können auch die intelligentesten Maschinen nur simulieren. Auch wenn sie mit aller nur denkbaren zukünftigen Rechenleistung perfekte fürsorgliche Antworten auf alle Fragen dieser Welt finden werden, so werden diese Antworten doch nur berechnete Antworten, Algorithmen sein. Da ist niemand in der Maschine, der in unserem Sinne von der Welt persönlich betroffen ist. Diese Betroffenheit unterscheidet uns. Und nur weil uns die Welt betrifft, empfinden wir so etwas wie das Bedürfnis nach dem Wahren, dem Guten und dem Schönen. Aus dieser grundlegenden menschlichen Fähigkeit entsteht ein ganzes, eigenes Universum, in dem wir einander etwas bedeuten. Nur so gibt es Sinn in der Welt. Spirituelle Menschen können natürlich noch viel weiter gehen. Eine grundlegende spirituelle Erfahrung ist ja, dass diese Sinnerfahrung

nicht eine willkürliche persönliche Erfahrung ist, sondern dass sie eine universelle Wirklichkeit besitzt. Da würden Atheisten oder Agnostiker vielleicht nicht mitgehen. Aber wir können uns darin treffen, dass uns die Welt als Menschen etwas angeht, dass wir in ihr einen Sinn empfinden oder zumindest einen Sinn suchen. Kein Transhumanist behauptet, dass das in absehbarer Zeit eine noch so intelligente Maschine auch so empfinden wird. Aber wenn, wie die Transhumanisten hoffen, die künstliche Intelligenz uns ab 2045 in der Gestaltung der Welt überflügelt, dann wird diese Frage auch nicht mehr in unserer Hand liegen. Wir leben in einem Moment der Geschichte, in dem wir vielleicht die Deutungshoheit über unser Menschsein verlieren. Wir haben ein Zeitfenster, in dem wir uns neu besinnen können, welche Zukunft wir wollen.

Wir haben uns so daran gewöhnt, die Welt und uns selbst, unser eigenes Menschsein mit einem technisch-instrumentellen Blick wahrzunehmen. Wir schauen sozusagen von außen durch unsere technisch-instrumentelle Brille auf uns selbst zurück. Auf diese Weise nehmen wir uns aus einer Perspektive wahr, aus der wir vielleicht auch Maschinen sein könnten. Unsere materialistisch-moderne Zivilisation ist heute größtenteils von dieser Art der Wahrnehmung durchdrungen. Und unsere großen technischen Zukunftsprojekte wie das der künstlichen Intelligenz werden von Menschen konzipiert, deren nahezu gesamtes Leben von diesem Blickwinkel bestimmt ist. Wenn das einzige Werkzeug, das du kennst, ein Hammer ist, dann kann es leicht geschehen, dass alles in der Welt wie ein Nagel erscheint. Die Menschen in all den Silicon Valleys dieser Welt haben eine gigantische Vision, wie unsere gemeinsame Zukunft aussehen wird. Doch es werden wahrscheinlich Menschen mit einer anderen Wahrnehmung sein müssen, die diesen verengten Blick infrage stellen können.

Die technische Brille

Es ist gar nicht so leicht, die technische Brille als technische Brille zu erkennen – und es braucht Mut. Der Schlüssel dazu liegt darin, dass ich mich von der Welt ansprechen lasse. In dem Augenblick, in dem ich wahrnehme, dass ich wirklich von etwas oder von jemandem gemeint bin, eröffnet sich eine völlig andere Welt. In diesem Angesprochensein wird mir mein unmittelbares In-der-Welt-Sein bewusst, es ist ein umfassendes Empfinden, das unsere üblichen Wahrnehmungsgewohnheiten aufbricht. Erst in dieser Unmittelbarkeit entdecken wir auch wirklich einander. Ich erlebe, dass ich von dir angesprochen bin und du von mir. Eine spirituel-

le Sichtweise lässt diesen Horizont noch weiter werden. Es ist Teil der spirituellen Erfahrung, dass auch die Natur, die Welt, der Kosmos uns meint, uns anspricht. Wir sind nicht in ein bedeutungs- und beziehungsloses Universum geworfen. Alles, was ist, spricht uns an. Wir fühlen uns vom Ganzen angesprochen. Es ist das Wesen der mystischen Erfahrung, dass das, woraus alles kommt, mich, uns meint. Auch hier würden agnostische Menschen natürlich nicht mitgehen. Diese Erfahrung geht ihnen zu weit. Aber dass wir uns als Menschen voneinander angesprochen fühlen, dass wir einander meinen, ist eine universelle menschliche Erfahrung, wenn wir uns auf sie einlassen. In dieser Fähigkeit zeigt sich unser Menschsein in einer besonderen Art, in einer Art, die wir von außen, mit dem analytischen Blick der gängigen Wissenschaft übersehen. Eigentlich wird diese Sicht in der konventionellen Wissenschaft sogar tabuisiert. Nur die Außensicht ist für sie gültig, so als gäbe es im Weltinnenraum nichts zu sehen. Aber erst in diesem direkten Blick sieht man, dass Maschinen, auch superintelligente Maschinen, kein wirkliches Du sein können – kein Du, das mich anspricht, das mich meint. Wie können wir diese authentische Ich-Du-Beziehung, die Fähigkeit, gemeint zu sein und den anderen als Du zu meinen, in einer Zukunft schützen, die uns vielleicht nicht mehr gehört? Diese Frage müssen wir heute an die Transhumanisten richten und an jene, die diese Singularität möglichst schnell technisch verwirklichen wollen.

Ein globaler Besinnungsprozess

Der philippinische Soziologe Nicanor Perlas, den wir für diese Ausgabe von evolve interviewen konnten, hofft, dass dieses Gespräch in der globalen Zivilgesellschaft stattfinden wird. Dort sieht er den globalen Ort, an dem wir für ein neues Verständnis unseres Menschseins eintreten können. Diese Zivilgesellschaft ist neben den internationalen staatlichen Strukturen und den großen wirtschaftlichen Playern die dritte weltweit wirkende Kraft, die unsere planeta-

**TIEFER BLICKEN,
WEITER DENKEN**



evolve
MAGAZIN FÜR BEWUSSTSEIN UND KULTUR

steht für die Entwicklung von Bewusstsein und Kultur.

lebt: integral und evolutionär.

denkt: rational, philosophisch, spirituell.

verbindet: Menschen auf der Suche nach einer progressiven Spiritualität.

www.evolve-magazin.de
Erscheint vierteljährlich.

Die Algorithmen und wir - wem gehört die Zukunft?

re Zukunft mitgestalten kann. In diesem immer dichter werdenden Netzwerk treffen sich in erster Linie nicht politische oder wirtschaftliche Interessen, sondern Menschen und Kulturen mit ihren Werten und ihren Beziehungen. Vielleicht ist die globale Zivilgesellschaft wirklich jenes internationale Forum, in dem es gelingt, gerade durch den Druck der Big-Data-Revolution ein weltweites Gespräch anzustoßen, sozusagen im letzten möglichen Augenblick: Wer sind wir eigentlich? Wer wollen wir sein? Und wie können wir unseren menschlichen Freiraum und Gestaltungswillen auch in einer umfassend digitalisierten Zukunft nicht nur schützen und bewahren, sondern ihm immer neue Ausdrucksformen verleihen? Mit der für 2045 angekündigten Singularität hat Ray Kurzweil eine Vision unserer Zukunft zur Diskussion gestellt. Es liegt an uns, ob es die einzige Vision bleiben wird. Möchten wir, dass eine auf Algorithmen basierende, vernetzte Intelligenz unsere Kultur dominiert? Oder wollen wir darüber sprechen, wie wir unserer menschlichen Intelligenz und Empfindungsfähigkeit im bewussten Umgang mit den Technologien Ausdruck verleihen können, sodass wir mehr und etwas Anderes als biologische Algorithmen sind? Wir sind in der Welt. Wir fühlen uns von ihr angesprochen. Aus dieser Perspektive können wir das Menschsein neu entdecken. Eine der Herausforderungen, die Nicanor Perlas in diesem historischen Augenblick sieht, liegt darin, dass auch viele Aktivisten der globalen Zivilgesellschaft einem materialistisch-mechanistischen Menschenbild anhängen, das dem der Transhumanisten durchaus ähnelt. Aus dieser Perspektive ist es schwierig, die bestehende Herausforderung in ihrer Tiefe wahrzunehmen. Deswegen ist es wichtig, dieses Gespräch anzustoßen. Wer sind wir eigentlich? In einer unserer Initiativen, unserer Online-Plattform „One World in Dialogue“ machen wir auch die überraschende Erfahrung, dass es gerade mittels der neuen Technologien möglich ist, global auf eine ganz neue, unmittelbare Weise zusammenzukommen. Gerade im Kontrast zu dem, was Technik



sonst oft ist, entsteht in diesen digitalen Dialogräumen eine Erfahrung dieser Ich-Du-Wir-Beziehung, die sich über Kontinente und Kulturen hinweg entfaltet und in der sich Menschen als angesprochen und gemeint erkennen. Es ist eine Beziehung, die unser Menschsein ganz neu in die Sichtbarkeit bringt. Ich glaube, wir erleben gerade einen globalen Besinnungsprozess. Menschen fragen sich heute weltweit, wie es uns gelingen kann, die kommende Big-Data-Kultur so zu gestalten, dass sie zu einer neuen menschlichen Kultur wird. Ein wesentlicher Beitrag dazu ist, dass wir uns gemeinsam unserer selbst neu besinnen.

Dr. Thomas Steinger ist Philosoph, Journalist und Herausgeber des Magazins evolve. Dieser Artikel erschien zuerst in evolve – Magazin für Bewusstsein und Kultur, www.evolve-magazin.de. evolve erscheint viermal jährlich und verbindet Menschen aus vielen geistigen Traditionen, die auf der Suche nach einer zeitgemäßen, kulturell und praktisch relevanten Spiritualität sind.

Angebot: Die Leserinnen und Leser von „Achtsames Leben“ erhalten einmalig ein ermäßigtes Jahresabonnement: 4 Ausgaben mit 20 Prozent Rabatt für 27 statt 34 Euro. Interessierte müssten bei der Bestellung unter dem Link <http://www.evolve-magazin.de/kaufen/formular/?p=Jahresabo> im Feld „Gutscheincode“ folgenden Code eingeben: Koop2018. Dann wird der Vorteil automatisch aktiviert.



Familienstellen und wingwave® Coaching

Aufstellung bei Themen rund um...

- Familie, Partnerschaft
- Lebensweg, Beruf
- Körper-Symptome
- Haus, Tiere, Geld, ...

wingwave bei...

- Ängsten • Phobien
- Lernen (Black-Out)
- Stress, Trauma
- BurnOut, Mobbing
- Auftritts±-/Redeangst

Familien-/Systemaufstellung

- Aufstellungsnachmittag OL
Sa. 09.06. | OL, 14:00 bis ca. 18:30 h
ohne Anliegen 15,- EUR, mit 120,- EUR
- offene Abende (Ther. Kurzaufst.)
10.04. | 08.05. | 12.06., 18.45 h, Rosenhaus
- **Fortbildung**, auf Anfrage
„Familienstellen in der Einzelarbeit“
- Einzelarbeit Praxis



Ramakersweg 4 | 26125 Oldenburg | Tel.: 0441.973 6194 | www.praxis-jaruschewski.de

Finde dein Krafttier

KRAFTTIERE

und ihre seelischen Botschaften

Karin Lurz / Regula Meyer, Königsfurt-Urania
49 Karten mit Booklet • ISBN 978-3-86826-768-6 • € 17,95

 www.koenigsfurt-urania.com





HOTEL GUTSHAUS STELLSHAGEN

BIO- UND GESUNDHEITSHOTEL

MECKLENBURGER SOMMER IN STELLSHAGEN

Der Sommer in Mecklenburg sorgt für Entspannung und Wohlfühl auf allen Ebenen mit:

- einer Tiefengewebsmassage
- einem 5€ Einkaufsgutschein für unseren Bioladen
- einem Fruchtcocktail im Saunahaus-Bistro

Preise p.P. z.B. 5 ÜN inkl. HP in 100% Bio-Qualität ab 532€ im DZ, 7 ÜN inkl. HP ab 714€ im DZ, 26.06. bis 13.07.18 und 19.08. bis 31.08.18
www.gutshaus-stellshagen.de

Hotel Gutshaus Stellshagen, Lindenstr. 1, 23948 Stellshagen
T 038825-44-0, F 038825-44-333 | DE-ÖKO-006
info@gutshaus-stellshagen.de, www.gutshaus-stellshagen.de



HOTEL GUTSHAUS PARIN

BIO- UND GESUNDHEITSHOTEL

SOMMER IN PARIN

Verbringen Sie die schönste Zeit des Jahres an der Ostsee:
Genießen Sie die langen Tage bei uns am besten mit einer Radtour durch die Natur, auf einer Liege neben unserem neuen Naturbadeteich oder bei einem leckeren Eisbecher.

Preise p.P. z.B. 5 ÜN inkl. HP in 100% Bio-Qualität ab 526€ im DZ, 7 ÜN inkl. HP ab 704€ im DZ, 29.06. bis 13.07.18
www.gutshaus-parin.de

Hotel Gutshaus Parin, Wirtschaftshof 1, 23948 Parin
T 03881 75689-0, F 03881 75689-555 | DE-ÖKO-006
info@gutshaus-parin.de, www.gutshaus-parin.de




Autor: Wolfgang Stroh

Eine Stimme, die nicht verstummt

Zum Tod von Reinhard Schimmelpfeng

Pythagoras soll nach der Aussage seines Biografen Lamblichos als Einziger in der Lage gewesen sein, die Harmonie der Sphären zu hören und, indem er seine Gesänge danach ausrichtete, Menschen von Depressionen zu heilen.

Heutige Obertonsänger eifern Pythagoras nach, indem sie die Harmonie, die durch die geordnete Abfolge von Obertönen in ihrer Stimme mitschwingt, hörbar machen. Das Publikum ist gebannt vom Zauber der flötengleichen auf- und absteigenden Obertöne, die aus einem lang gehaltenen Grundton hervortreten. Michael Vetter hat 1983 nach einer 13-jährigen Zeit als Zen-Mönch die Technik des Obertongesanges nach Deutschland gebracht und an eine „westliche“ Schülerschaft weiter gegeben. Einer seiner prominentesten Schüler war der Bremer Komponist Reinhard Schimmelpfeng, der die Techniken Veters mit den Ansprüchen der Avantgardemusik seines Lehrers Hans Otte verknüpfte. Daraus resultierte eine spezifische Art von Obertonmusik, die es Reinhard Schimmelpfeng ermöglichte, Abende solistisch zu füllen und Menschen zu faszinieren. Reinhard Schimmelpfengs Kunst geht über das hinaus, was deutschlandweit heute

unter Obertongesang praktiziert wird. Das unkontrollierte Herumirren in den Obertönen hat er ebenso abgelehnt wie Räucherstäbchen oder esoterische Zutaten. Und vielleicht gerade deshalb hat er vielen Menschen das gegeben, was sie suchten. Seine Konzerte haben allen, die auf der Suche nach neuen musikalischen Erfahrungen waren, etwas gebracht, sei es nun die Einkehr zur erfüllten Stille oder einfach einen ästhetischen Hochgenuss. So ist es kein Wunder, dass Reinhard Schimmelpfeng die unterschiedlichsten Musikerinnen und Musiker als Partnerinnen und Partner gewonnen hat: den Jazztrompeter Uli Beckerhoff, den Shakuhachi-Spieler Dieter Weische, die Kirchenmusikerin Sigrid Leger oder den Elektroniker Wolfgang Martin Stroh. Insbesondere das MIDI-Planetarium wird den Leser/innen noch in Erinnerung sein, das seit 1992 regelmäßig an der Universität, im Naturkundemuseum, im Schlaun Haus oder im Hof Oberlehte, in der Weserburg und Olbers Planetarium aufgeführt worden ist. Vielen Menschen ist Reinhard Schimmelpfeng als einfühlsamer Lehrer in Erinnerung. Gerne arbeitete er als Stimmbildner mit Chören, unterrichtete einzeln und in kleinen (auch instrumentalen) Gruppen. Sein



Methode, interessierte Laien zum Hören und selbständigen Produzieren von Obertönen anzuregen, ist in ihrer Systematik einmalig. Sie hat auch Eingang in den Musikunterricht an allgemeinbildenden Schulen gefunden. Seit kurzem ist „Schimmelpfengs Obertonschule“ auch als Playlist in Youtube kostenlos zu finden. Eine ausführliche, wissenschaftlich fundierte und mit vielen Beispielen versehene Version dieser „Schule“ gibt es auch als DVD.

Am 16. September 2017 ist Reinhard Schimmelpfeng gestorben. Man wird seine einprägsame Stimme nicht mehr live hören können. Auf der erwähnten DVD jedoch lebt seine Stimme gerade aufgrund der vielen Videos, die den Obertonmusiker in Aktion zeigen, weiter.

Wer die DVD kostenlos als Erinnerung erhalten möchte, sollte sich auf der Internetseite <http://www.musik-for.uni-oldenburg.de/obertonschule> genauer erkundigen.

Autorin: Anne-Elisabeth Seevers

Der Zauber des Orients in der Rumiform

„Siehe, ich werde immer bei dir sein, bedeutet, wenn du nach Gott Ausschau hältst, ist Gott im Blick deiner Augen, im daran Denken, dass du schaust, dir näher als dein Selbst oder Dinge, die dir widerfahren sind.“



Diese Zeilen gehören zu einem Gedicht von Mevlana, hierzulande eher bekannt als Dschellaluddin Rumi, dem großen Sufi-Lehrer, Mystiker und Dichter aus dem 13. Jhd.

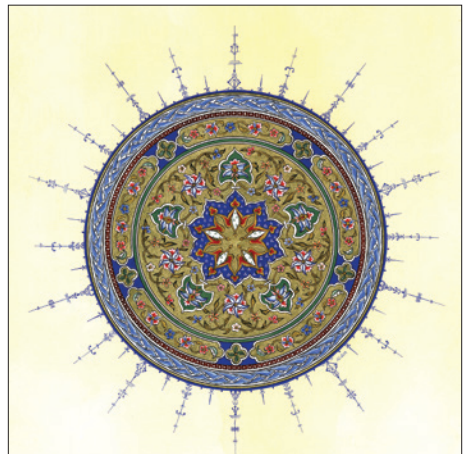
Sein Name Rumi ist abgeleitet von der Stadt Rum in Anatolien, das damals unter byzantinischer Herrschaft stand, wo er die meiste Zeit seines Lebens verbracht hat. Die Bezeichnung Rumi findet sich auch bei einem der am häufigsten verwendeten Grundelemente der islamischen Kunst, deren Werke mich ebenso tief berührt haben, wie die Gedichte Mevlanas. Die Rumiform umfasst eine Vielzahl verschiedener blattähnlicher Strukturen, die in den Werken die Tierwelt repräsentieren, meist in der Form stilisierter Flügel. Im osmanischen Raum wurden sie besonders von den Seldschukken häufig verwendet, die ebenfalls in Anatolien ansässig waren.

Kunsthistorisch werden diese Arbeiten der islamischen Kunst als Illuminationen bezeichnet, abgeleitet von den Vergoldungen und Verzierungen, die die Texte „beleuchten“. Diese Illuminationen bedeuten allerdings viel mehr als

nur ein schmückendes Beiwerk zum Text: wohl geplante Geometrie, die Endlosigkeit der Linien und die ständig wiederkehrenden Tier- und Pflanzenmotive, eingebettet in ein harmonisches Ganzes, sind aus einer tiefen Symbolik heraus entstanden, die die Einheit von Himmel und Erde widerspiegelt.

Meine Liebe zum Malen und Zeichnen hat schon in der frühen Kindheit begonnen. Doch dann hatte ich noch eine weitere Neigung früh entwickelt, nämlich den Drang, heraus zu finden was das Leben ausmacht und was die Welt im Innersten zusammenhält. Diese Neigung hat mich zunächst durch eine naturwissenschaftliche Ausbildung und ein Studium geführt. Das war der analytische Weg.

Doch schließlich wurde mir klar, dass es hier für jede Antwort zehn neue Frage und letztlich keine Lösung gibt. Aber da ist noch ein anderer Weg, und der ist zutiefst individuell und subjektiv. Im Betrachten der alten Meisterwerke kann sich mehr Erkenntnis über das Universum entfalten, als in einer wissenschaftlichen Abhand-





lung. Und im Malen entfaltet sich noch eine weitere Dimension!

Diese Illuminationen sind ein Spiegel unserer Welt und unseres Lebens. Wir alle sind eingebettet in ein Netz aus Harmonie und Regelmäßigkeit. Rhythmen wie Herzschlag und Atmung durchströmen unser Inneres. Der Wechsel von Tag und Nacht, die Jahreszeiten, die noch größeren kosmischen Rhythmen umgeben und bewegen die Erde. Eine endlose Vielfalt von feinen Mustern durchzieht die ganze Natur, vom Aufbau der Kristalle über die Struktur der Pflanzen bis zur Ausformung der Landschaften. Wie viel nehmen wir im Alltag überhaupt davon wahr? Ist es vielleicht leichter das Alltägliche zu erkennen, wenn es ganz aus seinem Zusammenhang herausgenommen ist?

Zu Anne-Elisabeth Seevers: Die Begegnung mit Ilona Klautke, die in Istanbul bei Prof. Ünver und an der Malschule im Top Kapi-Palast studierte, bildete für mich vor etwa 25 Jahren den Einstieg in diese spezielle Kunstrichtung. Dazu kamen viele Reisen in die Türkei, unter anderem auch in das Atelier von Mehmet Gürsoy in Kütahya, nach Algerien zum „Festival d'Illumination et Miniature“ und noch zu eini-



gen weiteren Orten. Seither gab es zahlreiche Ausstellungen im In- und Ausland, außerdem Malkurse und Workshops.

Aktuelle Arbeiten mit frei entwickelten Kalligraphien, zusammengestellt mit Textauszügen und Gedichten (natürlich von Mevlana, von Rilke, Kafka, Ouspensky u.a.), sind in dem Buch „Illuminationen und Miniaturen“ enthalten. Einen Einblick in das Buch gibt es auf der Webseite. Zu beziehen ist es bei Anne-Elisabeth Seevers für 29 € + Porto oder in einigen Geschäften des Hamburger Buchhandels – siehe auch „wortwelten“, Seite 56.



Die nächste Ausstellung von Anne-Elisabeth Seevers ist zur Kulturellen Landpartie zu sehen: Vom 10. bis 21. Mai 2018 in Königshorst, im Yogahaus Ganesha, Remonteweg 3, 29462 Wustrow. Anne-Elisabeth Seevers, Boldtstr. 18, 21039 Hamburg, Tel. 040.7207718, info@ornamentis.de, www.ornamentis.de

Autorin: Christina Martens

Jaspershof e.V. – Gesunde Vielfalt im Küchengarten

Dieses Gemeinschaftsgartenprojekt startet nun in seine dritte Gartensaison auf dem Gelände der Jaspers-Hochkamp Stiftung in Westerstede. Jung und Alt haben dort im Ehrenamt Räumlichkeiten mit Küche, Geräteräumen, Aufenthaltsräumen, Terrasse hergerichtet und auf 3000qm Fläche auf dem wunderschönen weitläufigen Gelände des Hofes einen Garten angelegt.



Dort wachsen diverse Obstgehölze, Rosen, Kräuter, Stauden, einjährige Pflanzen und vor allem verschiedenes Gemüse.

Aktiv dabei sind von ganz kleinen Kindern bis Jugendlichen, berufstätige Erwachsene und Senior/innen mit und ohne Fachwissen. Miteinander draußen herumwerkeln, immer wieder dazu lernen und vom Alltag entspannen und abschalten ist allen wichtig. Es wird auch gerne gemeinsam gekocht und das angebaute Gemüse zusammen verwertet. Mit Kindern Pizza backen, Kartoffeln mit Kräuterdip genießen, Sauerkraut machen, Heilkräutersalben selbst herstellen und vieles mehr. Es gibt verschiedene Kursangebote zur Pflege von Rosen, Obstgehölzen, zur Kompostierung, etc. und auch das gesellige Zusammensein wird am liebsten bei schönem Wetter draußen genossen. Neugierige Besucher und Gäste sind herzlich willkommen. Gemeinschaftlich gegärtnert wird

vor allem am Mittwoch- und am Samstagvormittag. Wer in diesem Jahr selbst leckeres und gesundes Gemüse in eigenen oder Gemeinschaftsbeeten mit anbauen und ernten möchte kann zur Gemüsegruppe noch mit hinzu kommen.

Die Gemeinschaft erhält mit ihren Aktivitäten ein bedeutendes Kulturgut rund um einen Gemüsegarten und die Verwendung in der Küche und freut sich über weitere Mitglieder und Unterstützer, die Zeit und Freude haben sich und der Natur im Küchengarten auf dem Jaspershof etwas Gutes zu tun. Neugierige und Gäste sind herzlich willkommen.

Kontakt: Christina Martens (1.Vorsitzende)
Tel. 04488.861168 oder per E-Mail an christina.martens@ewe.net.

Auszeit Einkehr Stille
im modernen Kloster.



Gut Saunstorf – Ort der Stille
*Zu Gast sein – special: ora & labora, Schweigewochen
Ein Ort auch für ihre Gruppen, Seminare & Retreats*

www.kloster-saunstorf.de
☎ 038424 22 30 60

Zerstörung des Klimas, zur Überdüngung und zur Gefährdung unserer Gesundheit bei wie die industrielle Fleischproduktion. Laut Prognosen wird die Nachfrage nach Fleisch bis zum Jahr 2050 voraussichtlich noch einmal um bis zu 85 Prozent steigen. Ohne Umsteuern, vor allem in den Industrieländern, ist dies ein Garant fürs weitere Aufheizen der Atmosphäre, für globale Ungleichheit, Hunger und Tierleid. Es ist höchste Zeit, dass politisch umgesteuert wird. Ein Hebel dazu ist eine grundlegende Reform der EU-Agrarpolitik. Jedes Jahr gibt die EU knapp 60 Milliarden Euro für agrarpolitische Maßnahmen aus. Dieses Geld sollte zukünftig in Maßnahmen für eine ökologischere und tiergerechtere Landwirtschaft fließen, damit der Graben zwischen umweltpolitischen Notwendigkeiten und den Wünschen der Verbraucherinnen und Verbraucher und der Landwirtschaft nicht noch größer wird. Der Fleischatlas 2018 zeigt konkret für Deutschland praktikable Lösungsstrategien für eine ökologische und global nachhaltige

Gestaltung der Fleischproduktion.“
 Hubert Weiger, BUND-Vorsitzender, sagte: „Abgesehen von Ankündigungen ist in den vergangenen Jahren wenig passiert, um die Bedingungen in der Nutztierhaltung zu verbessern. Die Bundesregierung muss noch in diesem Jahr die Weichen für einen nachhaltigen Umbau der Tierhaltung stellen. Saubere Gewässer und gesunde Böden kann es nur geben, wenn die Tierhaltung wieder an die Fläche gebunden wird. Wichtig ist dabei auch die Einführung einer verbindlichen staatlichen Haltungskennzeichnung. Ein freiwilliges Tierwohllabel mit laschen Anforderungen, wie es Agrarminister Christian Schmidt vorschlägt, reicht für eine echte Trendwende nicht aus. Ein tiergerechter, ökologischer Wandel der Tierhaltung wird von einer Mehrheit der Menschen in Deutschland unterstützt, dem muss die neue Regierung Rechnung tragen.“

Quelle: Fleischatlas 2018 von BUND, Heinrich-Böll-Stiftung, Le Monde Diplomatie.



Ideen für erfolgreiches Marketing!

Beratung für Therapeuten, Seminarleiter, kleine Unternehmen ...

Ob Werbekonzept, Marketingstrategie, Öffentlichkeitsarbeit (PR), Internetmarketing oder Multimedia (Video- & CD- Produktion); ich berate Sie mit **über 25 Jahren Erfahrung** umfassend und setze alle Maßnahmen für Sie um – ganz individuell auf Sie zugeschnitten und zu einem fairen Preis!

Das Alleinstellungsmerkmal als Erfolgsfaktor

Viele Angebote auf dem Markt sind sich ähnlich und viele Methoden konkurrieren miteinander. Umso wichtiger ist die Entwicklung eines Alleinstellungsmerkmals: Was mache ich besser und anders als andere? Worin liegen meine besonderen Stärken? Was hebt mich von anderen Angeboten ab und macht mich stark?

Gern berate ich Sie bei der Entwicklung Ihrer individuellen Strategie!

Info-Telefon: 0441.9736160

Agentur JARUSCHEWSKI • Peter Gerd Jaruschewski
 Lagerstraße 62, 26125 Oldenburg

www.agentur-jaruschewski.eu

Unternehmensplanung, Marketing
 PR, Öffentlichkeitsarbeit, Werbung
 Internet-Marketing, Networking
 Systemische Beratung & Coaching
 Kreativität im Unternehmen
 GrafikDesign, Video & Foto



veranstaltungen

Das Medizinrad – Heilkreis für Mensch und Erde 19./20. Mai in Zetel



Medizinräder sind Kreise aus Steinen, Spiegel des Universums und unserer Seele, Landkarten für unsere Lebensreise und Orte der Heilung.

Die Steinkreise der Medizinräder überall in der Welt sind teilweise uralte. Menschen legten Medizinräder, um das Gleichgewicht des Lebens nicht nur darzustellen, sondern um es auch zu erhalten. Medizinräder sind Kraftorte, und ihre Weisheit hilft uns auch heute: persönlich, gesellschaftlich, ökologisch, global.

In diesem praxisorientierten Seminar arbeiten wir mit dem Medizinrad nach der Vision des Chippewa-Medizinmanns Sun Bear, erforschen unsere persönliche Verbindung mit seiner Kraft und wie wir sie zum Wohl von Mensch und Erde einsetzen können. Mehr Information unter www.medizinradgeber.de.

Info/Anmeldung:

Wolf Ondruschka, 089.120 29 806, wolf-flow@web.de, www.medizinradgeber.de, 150,- €.

Schamanen – Jäger und Heiler Sibiriens Ausstellung vom 17.3. – 16.9.2018 im Landesmuseum Natur & Mensch, OL



Heilkundige, Wahrsager, Scharlatane, Ratgeber, Besessene, Geisteskranke, Verkünder, Magier und Seelenführer – das sind einige unserer

Assoziationen zu Schamanen. Bei sibirischen Völkern gelten Schamanen als besondere Personen, Mittler zur Geisterwelt und Ratgeber der Menschen.

Die Ausstellung thematisiert den Lebenslauf eines Schamanen von der Geburt bis zu seinem Wirken als Heiler anhand von Alltags- und Ritualgegenständen der Ethnien Korjaken, Nanai und Čukčën aus dem circumpolaren Raum. Zentrale Objekte der Ausstellung sind

eindrucksvolle Schamanenaccessoires wie Hut, Amulette, Kultfiguren und Heilpflanzen. Audio-texte begleiten die Exponate.

Die Präsentation geht auch auf Spurensuche nach Schamanen in der europäischen Eiszeitkunst. Die ältesten geschnitzten Tierfiguren ähneln den schamanischen Tierfiguren aus Elfenbein sehr. Sind sie vielleicht, wie auch Motive der berühmten Höhlenmalereien, Belege für einen eiszeitlichen Schamanismus? Die Ausstellung zeigt abschließend, wie der Schamanismus weltweit und auch in Deutschland bis heute fortlebt.

„Schamanen – Jäger und Heiler Sibiriens“ ist eine Kooperation der Reiss-Engelhorn Museen Mannheim (rem) und des Neanderthal Museums. Ergänzt wird die Ausstellung durch Objekte aus den eigenen Sammlungen.

Sonderausstellung des Landesmuseums Natur & Mensch, 17.3. bis 16.9.

*Damm 38–44, 26135 Oldenburg, T. 0441.9244-300, museum@naturundmensch.de
www.naturundmensch.de.*

Oldenburger Zukunftstage 2018

Aufstand für das Leben. Wandel gestalten – jetzt!

18.–20. Mai 2018 im Kulturzentrum PFL



Wir rufen auf zum Aufstand für das Leben. Wir wollen gemeinsam mit Ihnen und vielen anderen den Wandel gestalten – jetzt!

Dazu sollen die Zukunftstage am Pfingst-Wochenende inspirieren. Räume öffnen, Ziele aufzeigen, gemeinsam neue Wege finden – darum wird es in diesen Tagen gehen. Ist das Ziel erst einmal klar, kommt es auf den ersten Schritt an: Dass wir aufstehen, ihn gehen – und in Bewegung bleiben!

Hundert Jahre nach dem Ende des ersten Weltkrieges, das angesichts aller Opfer und Zerstörungen mit einem kulturellen, sozialen und demokratischen Aufbruch verbunden war, empfinden wir die Verantwortung, einen neuen Aufbruch zu wagen.

Dafür brauchen wir Ideen und Visionen, Beispiele für zukunftsweisende Projekte und eine Vernetzung derer, die sich engagieren. Alte Muster von Gruppeninteressen und Diskriminierung führen auch heute in immer neue Katastrophen – weltweit. Stattdessen ist es an der Zeit, den Blick zu schärfen für das, was das Leben bewahrt, das Neue in die Welt bringt, was Hoffnung erweckt: Es ist Zeit für den Aufstand für das Leben.

Mit dem Termin am langen Pfingstwochenende, der sich aus praktischen Gründen ergeben hat, verbinden wir die Hoffnung auf Muße für das Neue und die Möglichkeit, dass auch Teilnehmer*innen aus entfernteren Orten kommen können: Wir werden für Sie wieder eine Quartiervermittlung anbieten und heißen Sie schon heute herzlich willkommen in Oldenburg!

Freuen Sie sich auf inspirierende Referent*innen, spannende Gespräche und Aktionen und viele Begegnungen bei den Oldenburger Zukunftstagen 2018. Das Programm stellen wir Ihnen hier vor: <https://werkstatt-zukunft.org/index18.php?id=ozt/2018/start18.php>.

Eine kleine Auswahl aus dem Programm:

Fr. 18.5.: 11.30 Uhr Auftakt: Jugend engagiert sich für Zukunft

Verleihung des Oldenburger Zukunftspreises: Schulwettbewerb Nachhaltigkeit, Ökologie und Entwicklungszusammenarbeit, ausgeschrieben von Werkstatt Zukunft. Musik. Eröffnung des Marktes der Initiativen.

16.30 Uhr Eröffnung: Aufstehen statt Sitzenbleiben

Nach einem bunten Auftakt mit der Verleihung des Zukunftspreises und dem Markt der Initiativen folgt nun die offizielle Eröffnung der Oldenburger Zukunftstage.

Die Jugendredaktion von Werkstatt Zukunft stellt innovative Projekte für ein besseres Leben in und mit unserer Umwelt vor – Mit Prof. Dr. Niko Paech und weiteren Gesprächspartner*innen. TV-Aufzeichnung durch Werkstatt Zukunft. Musikalische Gestaltung: Markus Stockhausen

20.00 Uhr Aufstand für das Leben. Vision für eine lebenswerte Erde

Ein Plädoyer von Prof. Dr. Claus Eurich – Anschließend Gespräch

Sa. 19.5.: 14.30 Uhr Warten auf die nächste Katastrophe – oder was

Über eine Politik mit Zukunft und wer sie machen könnte. Vortrag und Diskussion mit Dr. Wolfgang Kessler, Ökonom und Chefredakteur von Publik-Forum

20.00 Uhr Markus Stockhausen und Florian Weber

Flügelhorn, Trompete & Konzertflügel ... zwei Virtuosen in wunderbar harmonischem musikalischen Dialog – Konzert in Kooperation mit dem Singers & Players Club
Und vieles mehr...

Alle Veranstaltungen finden im städtischen Kulturzentrum PFL, Peterstraße 3, statt. Ausführliche Ankündigungen zu allen Programmpunkten und Referent*innen folgen.

Spenden erbeten.

Wenn Sie uns unterstützen wollen, freuen wir uns über Ihre Spende zur Deckung der Kosten mit dem Vermerk „Zukunftstage“:
Spendenkonto: GLS Bank, IBAN: DE254306 09672045 949200 (Christengemeinschaft)

Veranstaltet werden die Oldenburger Zukunftstage vom Forum Zukunft der Christengemeinschaft in Zusammenarbeit mit vielen Partnerorganisationen.

veranstaltungen

Neue Yogakurse für Anfänger

Sampoorna Yoga Zentrum feiert am 28./29. April 2018 ein großes Yogafest



Wir laden alle Oldenburger zum Tag der offenen Tür ins Sampoorna Yoga Zentrums ein. Mit Probestunden und einem yogisch-vegetarischen Buffet sagen wir DANKESCHÖN. Viele Oldenburger praktizieren schon regelmäßige Yoga. Vorzugsweise suchen sie im Yoga einen eher körperlichen Ausgleich zum aufreibenden Alltag. Sie wollen ihren ermatteten Körper wieder spüren, um dem rasanten Lebensalltag mit Freude zu begegnen. Sampoorna Yoga verbindet die körperlichen Übungen mit einem hohen Grad an Konzentrationsübungen. Probieren Sie Sampoorna Yoga in einer Probestunde um 11.00 & 14.00 Uhr aus.

Neue Kurse beginnen vom 30.04. - 27.07.2018. Sie werden von den Krankenkassen unterstützt. Weitere Probestunden: 30.04.-11.05. Jeweils Mo. 17.00, Di. 19.30 u. Fr. 19.00, Zeughausstr. 70, Tel. 48551766, www.sampoorna-yoga-oldenburg.de

Film: Eingimpft

Ein Dokumentarfilm von David Sieveking
Filmstart: 19. April 2018



Ein Kind kommt zur Welt. Die glücklichen Eltern, Jessica und David, begrüßen ihre Tochter Zaria mit liebevoller Zuwendung und sie entwickelt sich prächtig. Doch schon nach wenigen Wochen wird die familiäre Idylle

gestört: Das vollkommen gesunde kleine Mädchen soll geimpft werden und zwar gleich gegen acht verschiedene Krankheiten. Jessica ist aufgrund ihrer schlechten Erfahrung mit dem Impfen dagegen. Sie hat Angst vor Nebenwirkungen oder gar einem Impfschaden, während David sich viel mehr Sorgen um die drohenden Krankheiten macht, auch wenn die meisten gefährlichen Seuchen bei uns mittlerweile aus-

gerottet sind. Jessicas Unbehagen bringt David dazu, sich intensiv mit etwas zu beschäftigen, das für ihn nie ein Thema war: Impfen hielt er immer für so selbstverständlich wie Zähneputzen. Um den Familienfrieden zu wahren beschließt er, das Problem auf professionelle Weise anzugehen: Er hat jetzt das Thema für seinen neuen Film und seine Recherchen zeigen bald, dass Jessicas Bauchgefühl nicht aus der Luft gegriffen ist. Die Frage „Impfen ja oder nein? Wann und was?“ ist ein Dauerbrenner für Eltern auf Spielplätzen, Partys und in den Kitas. Aber auch unter renommierten Wissenschaftlern gibt es eine kontroverse Debatte, wie David bald feststellen muss. Während die kleine Zaria wächst und gedeiht, startet David seine investigative Recherche, die ihn um die halbe Welt führt und mit Forschern, Betroffenen und Ärzten zusammenbringt. Doch schon bald erkennt er, wie wichtig es ist, sich bald zu entscheiden, denn in der Berliner Nachbarschaft brechen die Masern aus, und Jessica ist wieder schwanger.

Informationen: <http://www.eingimpft-film.de/>

Kinofilm „Free Lunch Society - Komm Komm Grundeinkommen“

Sa. 19. Mai, 10:30 Uhr im PFL Oldenburg während der Oldenburger Zukunftstage



Die Initiative Grundeinkommen Oldenburg zeigt den weltweit ersten Kinofilm zum Thema Grundeinkommen. Mit Free Lunch und anschließendem Gespräch mit der Initiative.

Was würden Sie tun, wenn für Ihren Lebensunterhalt gesorgt wäre? Das bedingungslose Grundeinkommen galt vor wenigen Jahren noch als Hirngespinnst. Heute ist diese Utopie denkbarer denn je - intensiv diskutiert in allen politischen und wissenschaftlichen Lagern. FREE LUNCH SOCIETY vermittelt Hintergrundwissen zu dieser Idee und sucht nach Erklärungen, Möglichkeiten und Erfahrungen zu ihrer Umsetzung.

www.grundeinkommen-oldenburg.de
www.facebook.com/grundeinkommenol

Mit Verbundenheit im Leben

*Die Vielfalt von Systemaufstellungen
Kongress der DGfS am 05. Mai im PFL*



Am 05. Mai 2018 veranstaltet die Regionalgruppe Nord der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS) im PFL-Kulturzentrum einen Kongress, zu dem alle System- und Familienaufsteller*innen sowie alle an dieser Arbeit interessierten Personen eingeladen sind. Das Programm des 3. Regionalkongresses der DGfS Nord umfasst insgesamt 12 Workshops, davon 3 Workshops mit 1,5 Stunden Dauer und 9 Workshops mit 3 Stunden Dauer. Die Themen sind sehr vielfältig und bilden (fast) das gesamte Spektrum von Systemaufstellungen ab: Von „ALLES IN MIR - Aufstellen im Kreis der Urprinzipien“ und „Wer die Schuld hat, hat die Macht“ über „Nach dem Trauma - verbunden mit mir selbst“ bis zu „Organisationsaufstellungen in der Praxis“ und „Experimentelle Aufstellungen“ reicht die bunte Vielfalt an Workshops, die von langjährig erfahrenen Aufsteller*innen der DGfS angeboten werden. Die Regionalgruppe Nord der DGfS versteht sich als Ansprechpartner sowie Forum für AufstellerkollegInnen als auch für interessierte Laien in Bremen und Niedersachsen. Sie engagiert sich in Sachen Information, Austausch, Supervision und Weiterbildung rund um das Thema Systemaufstellungen. 3 Mal im Jahr veranstaltet sie in Hannover und Bremen sogenannte Regionaltage, zu denen alle Mitglieder eingeladen und auch Gäste gerne gesehen sind. Hier ist Raum für Austausch und Diskussionen, Anliegen zum Aufstellen, experimentelles Vorgehen, praktische Übungen und Tipps – und nicht zuletzt für aktuelle Informationen des Verbands.

Mit Verbundenheit im Leben – Die Vielfalt von Systemaufstellungen. Kongress der DGfS Regionalgruppe Nord am 05. Mai im PFL - Kulturzentrum Oldenburg. Infos: Peter Gerd Jaruschewski, pg.jaruschewski@dgfs-nord.de und www.dgfs-nord.de.

8. Biodanza Summer Celebration

22.6. bis 24.6.2018 im Hof Oberlethe



Tanze mit uns, verbinde dich mit deiner Lebensfreude und Lebendigkeit. Erlebe 6 lichtvolle, transzendente Vivencias (Tanzsessions), ermöglicht von einem großartigen Team aus Oldenburg, Bremen & Hamburg

Celebrating the days of light! - ist eine Feier des Lebens, der Liebe & des Lichts. Wenn die Sonne am längsten scheint, die Nächte nur kurz sind, durchströmt uns die Kraft der Sonne. Wir öffnen uns und empfangen sie. Zusammen werden wir in dieser großartigen Lebenskraft tanzen und das Leben zelebrieren.

Die Erde schenkt uns ihre Fülle und die Sonne spendet Licht und Wärme. Visionen können wachsen und Früchte tragen. Wir fühlen die Dankbarkeit für das Leben.

Die Musik, der Tanz und die Begegnung erlauben uns, unsere Emotionen auszudrücken, den Genuss, die Freude, uns lebendig zu fühlen, wieder zu erlangen.

Cristina Arrieta hat Biodanza 1984 nach Deutschland und Europa gebracht. Viele Biodanza Facilitatoren hat sie ausgebildet und sie bildet weiter aus, veranstaltet Festivals und gibt Workshops.

Alle Sessions sind so gestaltet, dass Anfänger und Fortgeschrittene zusammen tanzen können. Wir erwarten wieder 200 wundervolle Tänzerinnen und Tänzer.

Samstag: Disco „Feelin alive“ DJ Lars Ruge

Das Programm & weitere Informationen findest du auf unserer Seite: www.biodanza-festival.de/summercelebration/. Veranstalter: Biodanza Abundancia und Cristina Arrieta Du kannst dich ganz einfach über die E-Mail bei uns anmelden: info@biodanza-festival.de. Wir freuen uns mit Dir zu tanzen!

auslagestellen *achtsames leben*

Auslagestellen Achtsames Leben, Stand April 2018

Sortiert nach Landkreisen bzw. PLZ. Wir suchen noch weitere Auslagestellen!
Bitte melden Sie sich doch bei uns unter Tel. 0441.17543. Vielen Dank!

Oldenburger Innenstadt:

26122: Praxis Dr. Bier, Grüne Straße 4; Praxis Nicole Neuendorff, Grüne Str. 4; Hankens-Apotheke, Grüne Str. 8; Physiotherapie-Praxis Thyen, Grüne Str. 24; Jin Shin Jyutsu-Praxis, Anna Kipke, Grüne Str. 6; Büsingstift, Wallgraben 3; PFL-Kulturzentrum, Peterstraße 3; Wilhelm 13, Leo-Trepp-Str. 13; **26122:** Cafe Klinge, Theaterwall 47; Naturheilzentrum, Marienstr.18; Reformhaus Ebken, Haarenstr. 31; Stadtbäckerei Lange Str. 31; Loft, Baumgartenstr. 2; Bültmann & Gerriets, Lange Str. 57; Praxis Galuska, Osterstr. 8; Paracelsus Schule, Kaiserstr. 12; Reformhaus Ebken, Schüttingstr. 2; Kaleidoshop, Schüttingstr. 5; Bistro Safran, Mottenstraße; Naturkosmetik Terra Natura, Gaststr. 14; Kaffeekunst, Bergstr. 6; Kaffee & Kleid, Kurwickstr. 6; Tee & Confiseie, Kurwickstr. 8; Praxis Klingler u. a., Lange Str. 77; Yoga am Schloß, Schloßplatz 26; Yoga Vidya Zentrum, Sartoriusgang 4;

Stadt Oldenburg

26121: Praxis für Osteopathie, Zeughausstr. 16a; Sampooma Yoga, Zeughausstraße 70/72; Antiquariat Buchstabe, Ofener Str. 31; Paracelsus Apotheke, Ofener Str. 44; Lebe-Liebe-Leuchte Zentrum, Eike-von-Repkowstr. 28; Rosenhaus, Weskampstr. 28; Praxis Ursula Schoenfelder, Würzburger Straße 10; Seminarhaus 21, Ziegelhofstr. 21; Praxis Bärbel Zehnpfund, Ziegelhofstr. 21; Praxis Sybille Seyfried, Ziegelhofstr. 66; forum Ziegelhof, Ziegelhofstr. 77; EDEKA, Ziegelhofstr. 105; Praxis Ralf Knorr, Gertrudenstr. 14; Astrologiepraxis Uwe Christiansen, Lambertstr. 19; Sauna Am Melkbrink 42-44; Beuteschema, Sandra Wilts, Melkbrink 57; Praxis Einklang, Porsenbergstr. 12; **26122:** Praxis Dr. Reck, Gahrenweg 4; Metabold Balance Zentrum, Gartenstr. 4; Praxis Leimann, Gartenstr. 22a; Praxis Dr. Gleiß-Schwalm, Roonstr. 3; Praxis Hindenburgstr. 21; Stadtbäckerei Hauptstr. 47; Zahnarztpraxis Buck, Prinzessinweg 40; Stadtbäckerei Tannenstr. 31; **26123:** Buchhandlung Plaggenborg, Lindenstr. 35, Aikido-Dojo, Lindenstr. 11; Cafe Kneipe Havana, Donnerschwerstr. 8; denn's biomarkt und HORIZONTE, Nadorster Str. 54-56; Olga Naturkost, Donnerschwerstr. 58; Tüchführung, Nadorsterstr. 62 OL; Restaurant Seidenspinner, Nadorster Str. 87; Aura Soma Regina Bauer, Bürgereschstr. 27; Praxis Eva-Maria Wunderlich, Heinrich-Schütte-Str.107; Stefanie Wahlen, Sandstr. 17; Praxis Birgit Zuscneid-Götsch, Donnerschwerstr. 226; Monika Wiefereg, Ammergaustr. 124; Praxis Burkhard Wittje, Kranbergstr. 18; **26125:** HP Gisela Richter, Rügenwalderstr. 12; Praxis für Systemische Lösungen, HP Antje Jaruschewski, Ramakersweg 4; Aktiv Markt, Hochheider Weg 209; **26127:** Stadtbäckerei bei Familia, Scheideweg 100; Andrea Nagel, Kreyenstr. 35a; Aktiv Markt, Alexandrerstr. 328; familia, Scheideweg 100; HORUS Institut, Karuschenweg 67c; EDEKA, Am Stadtrand 14; Stefanie Putzke, Wittingsbrook 44b; **26129:** Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 70; Stadtbäckerei bei Familia, Posthalterweg 100; Reformhaus Ebken bei Familia, Posthalterweg 10; Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 397; Praxis für ganzheitliche Chiropraktik und Naturheilverfahren, Uhlhornsweg 99b; denn's biomarkt, Bloherfelder Str. 2-6; EDEKA, Bloherfelder Str. 133; Aktiv-Markt, Bloherfelder Str. 190; Blumenhaus Renate, Bloherfelder Str. 222; Praxis Siegfried Ober, Schrampenweg 95; **26131:** REWE, Hauptstr. 89-95; ISIS-Praxis, Edewechter Landstr. 18; Aktiv Markt, Edewechter Landstr. 58; Biolädchen, Ostseestr. 3; Sabine Reinke, Ahlkenweg 70a; ecocion, Ahlkenweg 1; Deutsches Fachzentrum für Stressbewältigung, Tegelkamp 28; Monika Müller, Osterkampweg 163; **26133:** Format Schreibwaren im Kreyenzentrum, Harreweg 151; EDEKA, Harreweg 151; Aktiv Markt, Klingenbergstr. 1; **26135:** Cafe am Damm, Am Damm 36; Sternenwiege, Alteneschstr. 3; Praxis von Koenen, Ulmenstr. 43; Hotel Villa Stern, Bremer Str. 41; Homöopathische Praxis Koch, Bremer Str. 40; Raum der Stille, Hermannstr. 17; denn's biomarkt, Siedinger Str. 6-12; Aktiv Markt, Bremer Str. 46; Ursula Richert, Am Hayengraben 29; Angelika Nierentz, Leffersweg 14c.

Kreis Oldenburg

26197 Großenkneten: Bianca Rühls, Molkeleiweg 20; **26203 Wardenburg** u.a.: Medizin. Bäderpraxis, Hunoldstr. 111a, Hundsmühlen; Christiane Schwarzhuber, Hermann-Labohm-Str. 1, Hundsmühlen; entheos-Praxis, Dietrich-Dannemann-Str. 30, Hundsmühlen; Gingko Biloba Café, Oldenburger Str. 8, Tungeln; Tonja Hauser, Nachtigallenweg 5, Tungeln; Sabine Büsselmann, Birkenweg 37a, Tungeln; Praxis Nicola Hassold-Piezunka, Dorfwinkel 19, Tungeln; Lethé-Apotheke, Oldenburger Str. 232; Aktiv & Irma Markt, Friedrichstr. 19; Praxis für Kinesiologie, Kunst und Yoga, Fiedrichstr. 41; Hof Oberlethe, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sharing the Presence, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Hofbuchhandlung Wellmann, Ziegeleiweg 29, Westerholt; Praxis Josef Stotten, Möhlentangen 32, Littell; **26209 Sandkrug:** Bürgerservicebüro, Gartenweg 15; Praxis Gerd Decker, Kiebitzweg 2; Praxis Tanja Meier, Blumenstr. 7; Günther Schönknecht, Schulweg 52; Erdfrüchte Hofladen, Landschulheimweg 14; Clan B Gemeinschaft, Wöschchenweg 28, Sandhatten; **27749 Delmenhorst** u.a.: Reformhaus Ebken, Lange Straße 112/114; **27777 Ganderkesee:** LichtAkademie Bergedorf, Sabine Bogner, Alte Dorfstr. 13; **27243 Beckeln:** Praxis Birgit Spangenberg, Im Unterdorf 11; **27243 Prinzhöfe-Horstedt:** Wildnisschule Wildeshausen im MIKADO, Zur Großen Höhe 4; **27243 Harpstedt:** Praxis für Ganzheitliche Physiotherapie und Naturheilkunde, Lange Str. 33; **27793 Wildeshausen:** Rita Ravensberg, Katenbäcker Berg 34; Hax Naturkost, Zwischenbrücken 11; **27798 Hude:** Lichtblick Seminarhaus, Sandersfelder Weg 2; Matthias Badzun, Grummersort Dorfstr. 47, Hude/Grummersort; Haus Sonnenblume, Witte-Lenoir-Str. 12; Angela Schmidt, Hohelucht 41; Xandra Vogelsang, Langenberger Sand 12; Ihr Bioladen, Parkstr. 61; Aktiv-Markt, Parkstr. 45; Reformhaus Maria Ohlenbusch, Parkstr. 3; EDEKA, Burgstr. 2; **27801 Dötlingen:** Angelika di Bernardo, Dorfling 27a; Svaha Anke Schöpfer, Im Fuhrenkamp 11; Ute Schierz, Zum Wittensand 4; Hofladen, Am Steinberg 1a;

Kreis Ammerland:

26160 Bad Zwischenahn: Reformhaus Ebken, Peterstr. 20; LEB, Bahnhofstr. 18; Praxis f Ergotherapie u. Kinesiologie, In der Horst 10; Revital Salzgotte, Mühlenstr. 24; Praxis-Licht-Blick, Alte Str. 9; Birgit Bruns, Hinrich-Schmidt-Str. 14, Petersfehn; **26180 Rastede:** Buchhandlung Tiemann, Bahnhofstr. 4; Blumenhaus Renate im Rewe-Markt, Raiffeisenstr. 52; Aenne Milnikel, Diedrichs-Freels-Str. 21; Martina Dombrowski, Schulstr. 54g; Klangwelten Andreas Rehländer, Am Hardenkamp 44; Heilpraxis Weiß, Cäcilienring 58; **26188 Edewecht:** Praxis Ursel Plettenberg, Hauptstr. 6c; Buchhandlung Haase, Hauptstraße 73; Gabriele Werquet, Hauptstr. 142; Michaela Heußler, Hafenstr. 2; **26125 Metjendorf/Wiefelstede:** Renfried Seminare, Jünnweg 4b; Angela Reins, Tienkamp 95; Gesundheitsteam Pollak, Eisenstr. 22; **26219 Petersdorf/Büsel:** Naturheilpraxis Vehnemoor, An der Vehne 1; **26655 Westerstede:** Bioladen, Gaststr. 3; Treffpunkt Gesundheit, Westerkamp 3a; Buchhandlung Lesezeichen, Peterstr. 17; Praxis für Funktionelle Osteopathie, Gisela Dehne, Unp

Hoff 8; Naturheilpraxis Bakker, Neuenburger Str. 41; **26676 Barfel:** Monika Geesen, Westmarkstr. 37; **26689 Augustfehn:** Helga Gerdes, Osterende 38, Apen, Veeteshana Löffelmann, Hauptstr. 173, Apen;

Kreis Friesland:

26316 Varel: LebensSinne-Zentrum, Plaggenkrugstr. 10; Reformhaus Ebken, Hindenburgstr. 2; Nu-Ra Stefanie Towarnicki, Blumenstr. 18; Psychoth. Praxis Bludau, Haferkampstr. 42; Praxis Balance, Ursula Golder, Im Tulpengrund 1; Haarstudio Klimkeit, Zum Jadebusen 56; Altes Kurhaus, An der Rennweide 46, Varel-Dangast; **26340 Neuenburg:** Marika Sprung, Pohlstr. 76; Drogerie und Reformhaus Zimmermann, Zeteler Str. 3; **26340 Zetel:** Seminarraum Einklang, Theresia de Jong, Siedlung 24; Reikihaus Friesland, Ellens 37; Alchemilla Bioladen, Feldhörn 70; **26340 Neuenburg:** Drogerie u. Reformhaus Zimmermann, Zeteler Str. 3; **26345 Bockhorn:** Lilli Ahlers, Fichtenstr. 18; Institut f. Energet. Kinesiologie, Hauptstr. 6, Bockhorn; **26419 Schortens:** Bücherstube am Rathaus, Oldenburger Str. 19; Praxis Peter J. Tönges, Usedomer Str. 8; **26434 Wangerland:** Gabriele Janz, Störtebeckerstr. 12b; **26441 Jever:** Buchhandlung Tolksdorf, Am Kirchplatz 21; Lichtblick, Große Burgstr. 15; Jever; Haus des Qi, Hermann von der Heide-Str. 2 **26452 Sande:** Praxis Andrea Christoffers, Diekstahtstr. 3; Naturfrisör, Paul-Hug-Str.1; HP Lisa Susanne Janssen, Hauptstr. 78a;

Stadt Wilhelmshaven:

26382: Holger Ulrich, Bremer Str. 103 a; Reformhaus Ebken, Nordseepassage, Bahnhofstr. 10; Praxida-Brigitte Siehl, Rheinstr. 101; **26384:** Buchhandlung Prien, Gökerstr. 37; **26388:** Naturfriseur frauenrath, Rominter Str. 33a; **26389:** Praxis Angelika Ricklefs, Ebkeriege 118a; Praxis Jeanne van Deest, Knud-Rasmussen-Str. 22; Bianca Meyer, Europaring 19;

Kreis Wesermarsch:

26349 Jade: Vera Maier, Kreuzmoorstr. 50; Tierärztin Andrea Ceglowski-Weber, Kreuzmoorstr. 36; **26349 Jaderberg:** Reikimeisterin Bärbel Janßen, Meisenstr. 35; **26931 Elsfleth:** Naturkost am Deich, Am Weserdeich 82; Astroita - Jutta Kalthoff, Mühlenstr. 20; **26937 Seefeld:** Kunze Hof, Deichstr. 16-18; **26954 Nordenham:** Reformhaus Ebken, Bahnhofstr. 26; Soham Yogazentrum, Ludwigstr. 8; Kosmetik Claudia Locker, Mecklenburgstr. 11; HP Mario Heien, Friedrich-Ebert-Str. 44; **26969 Butjadingen:** Norma Duhm, Prieweg 5;

Stadt Emden:

26721: Reformhaus Ebken, Neuer Markt 4;

Kreis Leer:

26670 Uplengen-Remels: Reiki-Oase, Alte Warfen 1; **26736 Krummhörn-Hamswehrum:** BEYOND Zentrum für neuenergetische Lebensart, Hamswester Str. 26; **26789 Leer:** Reformhaus Ebken, Mühlenstr. 99; Buchhandlung Eissing, Mühlenstr. 106; Gedine Zellmer, Friedhofstr. 12; Dagmar Rietz, Daimlerstr. 9, **26826 Weener:** Naturheilpraxis, Saxumer Ring 3; **26831 Bunde:** Naturheilpraxis Diddens, Bahnhofstr. 12; Naturheilpraxis Lübbermann-Gabriel, Birkenstr. 36; **26835 Holtland:** Helen Plass, Filsumerstr. 30; **26835 Hesel:** Heike Loers, Alter Postweg 34; **26842 Ostrhauderfehn:** Rosy Breikopf, Schifferstr. 374; Flinderke Naturkost, Am Flindhörn 28; **26845 Nortmoor:** Naturheilpraxis Tapper, Bruntjer Weg 13;

Kreis Aurich:

26506 Norden: Reformhaus Ebken, Neuer Weg 23; Lichtquelle, Neuer Weg 66; **26603 Aurich:** Stadtbibliothek Aurich, Hafenstr. 7; Das Einhorn, Burgstr. 40; Bio-Baier, Fockenbollwerkstr. 15; Reiki-Zentrum, Mozartstr. 7b; Birgit Debels Schmuck Design, Burgstr. 47; **26607 Aurich,** Simone Just, Siedlerstraße 20; **26624 Südbrookmerland:** Praxis für ganzheitliche Lebensberatung, Deichhauserstr. 8; **26629 Grobefeihn:** Praxis Martina Oppper, Norderweide Süd 15; Praxis Leonore Ritter, Voerstad 5, Bagband; 178 A, **26629 Ostgrobefeihn:** Fehntjer Seminarhaus, Kanalstraße Süd; **26632 Ihlow-Riepe:** Naturheilpraxis Hermine Balzar, Vorderfenne 30; Naturheilpraxis Andrea Zager, Bangsteder Kirchstr. 4, Ihlowerfehn; **26736 Krummhörn:** Monika Tümler, Grimersumer Altendeich 17; **26759 Hinte:** Wendeline Schwarz, Möwenstr. 40;

Ostfriesische Inseln:

26465 Langeoog: Insel-Apotheke, Am Wasserturm 8; **26486 Wangerooge:** Sandra Weller, Charlottenstr. 41c; **26757 Borkum:** Marina Byl, Am langen Wasser 1; Cordes-Aurum, Gabriele Morr, Franz-Habichstr. 3;

Kreis Emsland:

26871 Papenburg: Naturheilpraxis Knelangen, Bürgermeister-Nee-Str. 18, Praxis Grit Kolschen, Hauptkanal rechts 30; **49716 Meppen:** Reformhaus Ebken, Am Markt 12; **49808 Lingen:** Reformhaus Ebken, Marienstr. 6;

Kreis Cloppenburg:

26169 Friesoythe: Edelsteinstübchen Gunda Koopmann, Schützenstr. 52; Maria Meyer, Schwaneburgerstr. 77; HP Britta Kröger, Eleonorenring 16; **49624 Lönigen:** Beate Sieverding, Schulstr. 3; **49661 Cloppenburg:** Königsapotheke, Mühlenstr. 2; Praxis Brand, Lange Str. 4; Beate Ostermann, Kösliner Str. 4a; **49681 Garrel:** Elisabeth Tepe, Hauptstr. 68; Praxis für Ergotherapie und Heilpraktik, Petra Lange, Im Fange 23;

Bremen und Umzu:

28199: Reformhaus Ebken, Pappelstr. 86; Christine Keidel-Joura, Delmestr. 74; **28203:** Reformhaus Ebken, Osterorsteinweg 87, SteinReich, Am Dobben 78; Wudang-Zentrum, Grundstr. 3; **28207:** mitas zeitRäume, Feuerkuhle 61; **28211:** EOS-Institut, Schwachhauser Heerstraße 55; **28259:** Reformhaus Ebken im Roland-Center, Alter Dorfweg 30-50, **28355:** Eva-Maria Braunschweiger-Brixel, Oberneulander Landstr. 4; **28359:** Nepal Lodh, Schwachhauser Heerstr. 266; **28717:** Ulrike Müller, Lesumer Brink 14; **28757:** Gabriela Luft, Wilmannsberg 21; **28844 Weyhe:** Prana- & Lebensflusspraxis Sigle, Am Angelser feld 14; **28857 Syke:** Praxis Susanne Henneke, Am Hang 7; Reformhaus Ebken, Hauptstr. 7;

Bremerhaven und umzu & Sonstige:

27318 Hilgermissen: Klaus Römer, Magelen 36; **27478 Cuxhaven:** Anja Schubert, Am Löschteich 13; **27612 Loxstedt-Bexhövede:** Heike Engel-Wollenberg, Fuhrenweg 1; **27616 Beverstedt:** Editha Winkes, Iltisweg 9; **27628 Sandstedt:** Ingrid Niewerth, Sielstr. 25; **27638 Wremen:** Brigitte Thomann, Am Mahnhamm 17; **49377 Vechta:** Bücher von Possel, Große Str. 96; **49393 Lohne:** mowie - Gesundheits- und Regulationspraxis, Brinkstr. 50; Villa Vivendi, Treffpunkt für Gesundheit und Wohlbefinden, Deichstr. 19; **49413 Dinklage:** Andrea Diekmann, Lindenstr. 21; **49424 Goldenstedt:** Praxis Marika Ahlers, Vahrenkamp 6; Annerose Windeler, Moorstr. 20, Goldenstedt-Lutten.

wer macht was *im internet?*

Achtsamkeitstage und Achtsamkeitsretreats	www.dfme-achtsamkeit.de
Äolsharfen, Klangobjekte, Skulpturen – Jutta Kelm:	www.windklangkunst.de
AnuKan – Sinnlich Berühren. System und Massageausbildung	www.AnuKan.de
Aromatherapie, Spagyrik, Touch of Matrix., Licht:	www.heilpraktikerin-kerstin-meyer.de
Astrologie, raum und zeit, Beratung, Stundenastrologie:	www.raumundzeit-astrologie.de
Astrologie, Schreibwerkstatt – Mechthild Buse:	www.sternundfeder.de
Astrologische Themenklärung, Raumberatung, Energiearbeit	www.antjediewerge.de
atelier schmuck ° biigalla® ... erfrischend schön!	www.biigalla.de
Aura Soma® Farb- und Duftessenzen:	www.licht-wege-land.de
Aus- & Weiterbildungen f. Berater, Coaches, Therapeuten & Führungskräfte	www.integralis-akademie.de
Ausflüge mit dem Kanu & Rad – Naturerlebnis auf & an der Hunte	www.Yeti-OL.de
Beratung und Energiearbeit zur Klärung und Selbstentfaltung. Auch telefonisch	www.antjediewerge.de
Beruf coaching, Berufsfindung, Berufsbegleitung:	www.berufe-hannover.de
Biodanza® in Oldenburg – mit Lars Ruge:	www.biodanza-in-oldenburg.de
Biodanza in Oldenburg – mit Mirjam Schele	www.biodanza-unterwegs.de
Biodanza® Schule Bremen – Antje Koolen-Polzin und Helge Polzin	www.biodanza-bremen.de
Craniosacrale Therapie, Heilpraxis Idris	www.cranio-bremen.de
Die Kunst der Berührung erlernen – Aus-, Fortbildg., Workshops in Massage:	www.intouch-massage.de
Edelsteine, ätherische Öle, Räucherwerk, schamanische Klänge:	www.salute-isis.de
Energetische Psychologie (Klopfen) – Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de
Energetische Psychotherapie (Meridianklopfverfahren) in Varel	www.seelenraum-golder.de
Engel, Lebensberatung, Energetische Heilen ...	www.von-magdalade.de
Gartenpflege und Gestaltung - Lars Kalkbrenner	www.kalkbrenners.de
Gemeinschaft Clan B – vielfältige Angebote zu Gesundheit & Bewusstsein	www.clan-b.eu
Heilmedizin für Körper-Seele-Geist + Seminare - Christine Ohlenbusch - Ärztin	www.christine-ohlenbusch.de
Holistische Kinesiologie – Birgit Zuschneid-Götsch:	www.kinesiologie-ol.de
Hotel, Seminarhaus in Mecklenburg:	www.gutshaus-stellshagen.de
J. Kamphausen Verlag, Bielefeld:	www.weltinnenraum.de
Kinesiologie-Ausbildung + Quantenheilung, Matthias Weber:	www.die-kinesiologie-ausbildung.de
Klassische Homöopathie – HP Dr. Nicola Hassold-Piezunka:	www.praxis-piezunka.de
Komplementärmedizin, Anke Logemann-Hilfers	www.praxis-fuer-komplementaere-medizin.de

Veröffentlichung der Internet-Adresse mit kurzer Beschreibung; maximal 80 Zeichen (incl. Leerzeichen). Pro Zeile 5,- EUR (Mindestschaltung 4 Ausgaben (1 Jahr): info@buchhandlung-plaggenborg.de)

wer macht was *im internet?*

Kräuter - Kurse – Vorträge	www.pfeffer-und-minze.de
Kunsttherapie/Kunst Zwischenraum Heike Seifert:	www.zwischenraum.info
Kurse: Chakrenmeditation, Reikiseminare, Bachblüten und mehr ...	www.seelenraum-golder.de
Lösungen finden! Energetisch*Kinesiologisch*Psychologisch*:	www.seelenraum-golder.de
Mathe ist mehr...Physik auch... Nachhilfe mit Hintergrund	www.mathe-nachhilfe-oldenburg.de
MBSR-Kurse, Seminare	www.dfme-achtsamkeit.de.de
Mediale Lebensberatung, Befreiung von dunklen Energien, Heilenergieübertragung	www.simone-renner.de
Mediation-Konfliktschlichtung Paare u. Familie in Varel	www.seelenraum-golder.de
Meditation, Yoga, Reiki, Dharma-Workshops	www.reiki-yoga-ol.de
Meditationskissen-Manufaktur in Oldenburg:	www.meditationsaustattung.de
Metabolic Typing, Health Kinesiology, Geistiges Heilen:	www.kinesis-tonjahauer.de
Naturheilpraxis und Seminare:	www.renfried.de
Naturkosmetik/Behandlungen, äther. Öle, Edelsteine, Schmuck) u.v.m.:	www.terra-natura.eu
Paarberatung und -workshops, Monika Entmayr & Reiner Kaminski:	www.liebeskultur.de
Praxis für Psychotherapie und Lebensbegleitung/Achtsamkeitslehrer	www.thomas-dopp.de
Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Körperpsychotherapie und Entspannung:	www.paffy.net
Primärtherapie – Gabriela Luft:	www.primaertherapie-luft.de
Psychotherapie u. Kinesiologie „Lösungen finden!“	www.seelenraum-golder.de
Q! Quanten!Intelligenz®, Klopfen (EFT/PEP), WIYS Walking in your shoes®	www.licht-blick.jetzt
R.E.S.E.T. – Kiefergelenksentspannung – Lutz Doblies:	www.reset.hp-doblies.de
Schamanische Heilsitzungen für Mensch & Tier:	www.schamanische-heilsitzungen.de
Selbsterforschung und Enneagramm, Familienstellen:	www.svaha.de
Seminar- und Heil-Haus – lichtvoller Ort der Kraft in Worpswede	www.seminarhaus-ohlenbusch.de
Seminare rund um Tier, Mensch & Natur:	www.die-kleine-anderswelt.de.de
Seminarhaus bei Wardenburg...auch Heilfastenurse:	www.Hof-Oberlethe.de
Seminarhaus im Lebensgarten Steyerberg:	www.lebensgarten.de
Silke-Wosab-Gaur – Ganzheitliche Physiotherapie:	www.praxiseinklang.de
Stresstrainer werden	www.fachausbildung-stressbewaeltigung-achtsamkeit.de
The Work of Byron Katie: Coaching – Seminare – Ausbildung:	www.ralf-heske.de
The Work of Byron Katie. Einführungsseminare K.Weyler	www.berufe-hannover.de
Tierkommunikation: Ausbildung & Kurse, Ruth-May Johnson	www.tiercomm.de
Yoga, Qi Gong, Yoga & Malen im Künstlerort Dötlingen	www.tara-raum-fuer-yoga.de

Kunst Handwerk Design

Der 15. Nikolaimarkt findet am Pfingstwochenende auf dem Oldenburger Schlossplatz statt. Am 19. + 20. Mai 2018 richten 90 Kunsthandwerker und Designer ihre Stände zwischen Schloss, Alter Wache und den Schlosshöfen ein. Der Titel „Markt für neues Handwerk und Design“ steht für die besondere Qualität der Aussteller. Kunsthandwerker mit einer traditionellen handwerklichen Ausbildung entwerfen Produkte mit moderner, zeitgenössischer Formgebung in hoher Qualität aus hochwertigen Materialien. Auf dem historischen Oldenburger Schlossplatz werden wieder 30.000 Besucher erwartet. Er bietet einen besonders schönen Rahmen für eine umfangreiche Werkschau mit Produkten von Kleidung, Schmuck, über Wohnaccessoires bis zu Möbeln. Präsentiert werden Arbeiten aus den Werkbereichen Metall, Holz, Textil und Leder, Glas, Keramik und Stein.

Die Veranstalter:
Hergen Garrelts,
Karl-Heinz Plaggenborg
Stefan Scharmann

15
nikolaimarkt
oldenburg

90 Aussteller

Pfingsten
19.+ 20. Mai 2018
Sa. + So. 11-18 Uhr
Schloßplatz
Oldenburg

www.nikolai-markt.de





Vortrag: Auf den Schwingen des Geistes

Leitung: Domo Geshe Rinpoche
Datum: 19. April 2018, 19:30 Uhr
Ort: PFL OL, Peterstr. 3
Info: dungkar.dharma.ol@gmail.com

19.
APR

Domo Geshe Rinpoche teilt buddhistische Weisheiten, die unserem Geist dabei helfen können, sich zu höheren Erkenntnissen aufzuschwingen.

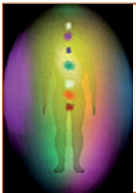


Seminar: Die Glückseligkeits-Therapie

Leitung: Ananda Lena Kupsch
Datum: 28. + 29. April, jeweils 10-17 UHR
Ort: Heilpraxis Kupsch, Iltisweg 126, Oldenburg
Info: 0441.936 54 34 www.ananda-lena-kupsch.de

28.+29.
APR

Die eigene Heilung selbst in die Hand nehmen! Mit Hilfe der Glückseligkeits-Therapie Blockaden lösen, Verletzungen heilen und ein Stückchen ganzer werden.



Sitzung: Auradiagnose

Leitung: Ralf-Marien Engelbarts, Heilpraktiker
Datum: Mo., 28. Mai, 11-19 Uhr
Ort: Raum der Stille, Hermannstr. 17, Oldbg.
Anm.: Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441.17543

28.
MAI

Aurafoto m. Beratung 35,- € (ca. 20 M.). 2 Aurafotos m. Beratung & Behandlung: 81,- € (ca. 60 M.). Leitung: Ralf-Marien Engelbarts, HP, Kieler Str. 55, 24340 Eckernförde.



Festival: Dt. Kundalini Yoga Festival

Veranst.: 3H Organisation Deutschland e.V.
Datum: 30. Mai bis 03. Juni 2018
Ort: Hof Oberlethe
Info: www.kundalini-yoga-festival.de

ab 30.
MAI

Auf dem YogaFestival teilen erfahrene Yoga LehrerInnen aus ganz Deutschland und internationale Gäste ihre Erfahrungen, ihr Wissen und ihre Inspiration.



Worksh.: Familienstellen

Leitung: Anke Svaha Schöpfer, Beate Rupi Protsch
Datum: 02. Juni 2018
Ort: Psychoth. Praxis Protsch, 26316 Varel/Rosenbg.
Anm.: Info: 04456.899661, svaha1@freenet.de

02.
JUN

Aufstellungsarbeit ist eine sanfte Methode um Verstrickungen im Fam.System oder anderen inneren und äußeren Syst. zu lösen. 90,- € Aufst. 25,- € Stellvertreter.



Seminar: Kosmische Gesetze nach Thoth

Leitung: Christine Ohlenbusch, Ärztin
Datum: 16./07.06; 14./15.07.; 11./12.08.18
Ort: Heil-Haus-Ohlenbusch, Worpswede
Info: www.seminarhaus-ohlenbusch.de/seminare

16.
JUN

Dieses bewusstseinsweiternde Seminar ist für vorerfahrene, energiebewusste TeilnehmerInnen. Bitte Vorgespräch vereinbaren – Tel: 04791.9319433.

Seminarkalender

Für einen Eintrag in dieser Rubrik berechnen wir 35,- EUR zuzüglich 19% MwSt. In dieser Rubrik steht nur eine begrenzte Anzahl von Plätzen zur Verfügung. Bitte wenden Sie sich rechtzeitig an uns: 0441.17543.

A.H. Almaas

Begründer der Ridhwan-Schule und „Diamond Approach“

Wir führen alle englischsprachigen

• Bücher/ DVDs und CDs von A.H.

Almaas sowie die deutschen

Übersetzungen. Ebenso erhältlich ist

begleitende Literatur zum Ennea-

gramm und den Sufis. Das gesamte

Angebot finden Sie unter

www.buchhandlung-plaggenborg.com

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

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



Ausführliche Infos zu Almaas &

Ridhwan – Bücher, Medien,

Veranstaltungen & mehr

auf unserer Webseite:

www.buchhandlung-plaggenborg.com



Buchhandlung Plaggenborg
 Lindenstr. 35 • 25123 Oldenburg
 Telefon +49 (0) 441 17543

info@buchhandlung-plaggenborg.com
www.buchhandlung-plaggenborg.com

marktplatz

Der Marktplatz – das „Alternative Branchenbuch“ für den Nordwesten!

Einheitliche Gestaltung (2 Textblöcke, 1 Bild/Logo, gleiche Schrift) – große Übersichtlichkeit.
Kosten incl. Satz/Gestaltung pro Ausgabe (mindestens 2 aufeinander folgende Schaltungen):
Großes Format (124 x 33mm): je 60,- € bei Schaltung für 2 Ausg., je 55,- € bei Schaltung für 4 Ausg.
Kleines Format (62 x 35mm): je 40,- € bei Schaltung für 2 Ausg., je 35,- € bei Schaltung von 4 Ausg.
Änderungen während der Laufzeit werden gesondert berechnet. Alle Preise inkl. 19% USt.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Buchhandlung Plaggenborg: Tel.: 0441.17543.



Aetherische Öle, Edelsteine, schamanischer Bedarf

Über 500 versch. äther. Öle & Essenzen
Über 300 versch. Edelsteine & Mineralien
Räucherwerk und Zubehör
Edelsteinschmuck
Schamanische Musikinstrumente
Alchymistische Zubereitungen & Zutaten
Geomantischer Bedarf / Ruten / Tensoren
Kunsthandwerk / Statuen / Gebetsfahnen
Fachliteratur und Musik-CD's

Salute e Bellezza, Dietmar R. Ehler
Fachgroß- und Einzelhandel
Edewechter Landstr. 18
26131 Oldenburg
Tel. 0441.592328
info@salute-isis.de
www.salute-isis.de
Geöffnet jeden Freitag von 15-19 Uhr
und jeden Samstag von 11-14 Uhr



Alexander-Technik-Oldenburg

Was kann ich lassen, um Bewegung als leicht und koordiniert zu erfahren, so dass Aufrichtung und Wachheit von alleine geschieht?
Lassen Sie sich zeigen, was Alexander Technik ist.

Maïke Seeber
Physiotherapeutin
Alexander Technik Lehrerin

Info: 0441.18119723
Seeber@Alexandertechnik-Oldenburg.de
www.Alexander-Technik-Oldenburg.de



Astrologie

- Persönliche Beratung
- Kurse und Seminare
- Professionelle Ausbildung mit anerkanntem Abschlusszertifikat
- Supervision für Astrolog/innen

Christine Keidel-Joura
Astrologie-Schule Bremen

Delmestr. 74
28199 Bremen
Tel.: 0421.72929
E-Mail: info@keidel-joura.de
www.keidel-joura.de



Astrologie als Spiegel

persönliche Beratung, Geburtshoroskop, Jahreshoroskop, Planetenaufstellung

- strukturierende Hilfe bei Lebensfragen
- Wachstum durch Selbsterkenntnis und Bewusstheit
- Ausfindig machen von Familienthemen, Talenten, Berufung

Karola Wegner
Diplom-Pädagogin
Astrologin
Oldenburg

Tel. 0163.6645650
mail@astrologie-als-spiegel.de
www.astrologie-als-spiegel.de

Aufstellungen , Coaching & mehr



- intuitiv integrative Aufstellungen
- Geburtserfahrungen wandeln, Neustart
- Energy Release Massage & Behandlung
- Lehre von Grigori Grabovoi®
- Mutterbindung, Urvertrauen
- Dualseelen, Seelenpartner
- Alleingeborener Zwilling
- *Ausbildung, Seminare, Selbsterfahrung*

Melanie Klußmann-Bülter
die-wegefnderin
 Coach, Heilpraktikerin

Bramscher Allee 113
 49565 Bramsche-Schleptrup
 Tel.: 05468.8069105
 schreib_mir@die-wegefnderin.de
 www.die-wegefnderin.de

Aura Soma®



- **Aura-Soma® Farb-Pflege-System®**
- **Informationsabende**
- **Einführungs- und Tagesseminare**
- **Aura-Soma® Berater-Ausbildungen**
- **Meditation**
- **Yoga in der Gruppe**

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

Licht-Wege

Regina Bauer

Aura-Soma® und Samahita-Yoga
 Bürgereschstraße 27, 26123 Oldbg.
 Tel.: 0441.82118, Fax: 0441.8859094
 www.licht-wege-land.de
 E-Mail: bauer.regina@t-online.de

Baubiologie



- Endlich wieder durchschlafen & erholt aufwachen
- Steigerung des Wohlbefindens im eigenen Wohnraum
- Förderung des kreativen Potentials am Arbeitsplatz

Geomantie, Feng Shui, Space Clearing
Baubiologische Messtechnik

Absolon – Energie & Coaching für Mensch und Raum

Guntram Staudte

Röwekamp 5
 26121 Oldenburg
 Tel.: 0441.39063943
 Tel.: 0441.1817392
 e-mail: guntram.staudte@t-online.de

BeratungsRAUM • Leben ist Bewegung



- Steuerberatung
- Finanzberatung
- Coaching im selbstständigen und beruflichen Umfeld
- Begleitung und Beratung bei Krisen- und Konfliktbewältigung

Brigitte Mönning
Steuerberaterin

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Am Schießstand 54
 26122 Oldenburg
 Tel.: 0441.59437111
 E-Mail: info@beratungsraum-oldenburg.de
 www.beratungsraum-oldenburg.de

Beratung und Workshops für Paare



- **Paarberatung**
 - von Paar zu Paar
 - oder Einzelsitzungen
- **Tantra für Paare**
 - Tagesworkshops, Wochenenden, Jahresgruppe
 - u. a. im Hof Oberlethe (Wardenburg)

Monika Entmayr & Reiner Kaminski

Institut für Liebeskultur und Paarberatung
 Alte Ziegelei 3, 26197 Huntlosen
 Terminvereinbarung: 04487.9204277
 oder: info@liebeskultur.de
 www.paarberatung-oldenburg.de
 www.liebeskultur.de



Biodanza®

**Biodanza-Tanzen in Oldenburg!
Mit Freude an Bewegung und Begegnung!**

- Dienstag ab 20 Uhr mit Lars
- Mittwoch ab 19 Uhr mit Angela

Lars Ruge, 0441.9987896
im „Raum für Oldenburg“
Nadorster Straße 60-62
www.biodanza-in-oldenburg.de
Angela Ruge, 0441.9987896,
in der Aula des Heilpäd. Schulzweiges
der Freien Waldorfschule Oldenburg,
Stedinger Straße 20-22
www.tanzen-in-oldenburg.de



Biodanza – Das Leben tanzen

Biodanza-Angebote in Oldenburg

- Sonntags-Matinée
- Wochenkurse
- Workshops
- Biodanza in der Natur

Mirjam Schele
E-Mail: info@biodanza-unterwegs.de
www.biodanza-unterwegs.de

*Sei eingeladen zu Deinem ganz
eigenen Tanz des Lebens!*



Biodanza® Schule Bremen

- Biodanza-Ausbildung
- Jahrestraining
- Wochenkurse in Bremen und Hamburg
- Workshops & Events

Wunderschöner Veranstaltungsraum zu
vermieten: www.roter-salon-bremen.de

Leitung: Antje Koolen-Polzin
Co-Leitung: Helge Polzin

Tel.: 0421.69219632
Fax: 0421.69219635
E-Mail: info@biodanza-bremen.de
www.biodanza-bremen.de



Buchhandlung Plaggenborg

- Großer Internetshop
- Bücher
- CDs und DVDs

**Bestellbuchhandlung mit
persönlicher Beratung!**

[https://www.facebook.com/
BuchhandlungPlaggenborgOldenburg](https://www.facebook.com/BuchhandlungPlaggenborgOldenburg)

Buchhandlung Plaggenborg
Inh. Karl-Heinz Plaggenborg
Lindenstr.35, 26123 Oldenburg
Tel.: 0441.17543
info@buchhandlung-plaggenborg.de
www.buchhandlung-plaggenborg.de



Coaching – Beratung – Supervision

- Berufsunterstützung
- Lebensberatung
- Gestaltung von Veränderungsprozessen
- Konflikt- und Krisenbewältigung
- Auflösung v. Blockaden & Widerständen
- Ressourcenstärkung

mehr Lebensfreude & Zufriedenheit

Mechthild Werremeyer
Coach – Projektmanagerin –
Pädagogin
Zertifizierter Coach & Supervisorin
Psychodrama-Practitioner
Tel.: 0441.40863908
Mobil: 0151.16540459
[MechthildWerremeyer.Coaching@
t-online.de](mailto:MechthildWerremeyer.Coaching@t-online.de)

Coaching für Entwicklung in Balance



- **Persönlichkeitscoaching**
Blockaden/Stress abbauen
Ziele/Ressourcen finden
Neuorientierung/Krisen meistern
- **Büroorganisation**
Training und Umsetzung vor Ort
- **Reiki-Behandlungen**
Energereich und gesund leben

Bettina Ebert

- Coach mPK (Psy. Kinesiologie)
 - wingwave®-Coach
 - **Master Coach, DVNLP**
(personal, business, systemisch)
 - **Reiki-Meisterin, USUI**
- Tel.: 0441.36107007
E-Mail: ebert@inordnung-ol.de
www.inordnung-ol.de

Energie & Lichtarbeit



- **Energie und Lichtarbeit**
- **Spirituelle Lebensberatung**
- **Bewusstseinsstrainerin und Medium**
- **Lösen karmischer Muster und Programme aus Körper und Geist**
- **Entwicklung statt Verwicklung**
- **Energie Balance**
- **Seminare und Coaching**

Angelika di Bernardo

Dorfring 27 a
27801 Döttingen
Tel.: 04433.968939
E-Mail:
myriel@lichtpunkt-healing-art.de
www.lichtpunkt-healing-art.de

Engel's Reiki



- **Seminare und Ausbildung in Engel's Reiki:**
- **Aufstellungen von Familien und Systemen mit Energiearbeit**
- **Einzelarbeit**
- **Reinkarnationsarbeit**
- **Meditationsgruppen**

Sabine Chanuria Reinker
Engel's Reiki Lehrerin

Ahlkenweg 70a
26131 Oldenburg
Tel.: 0441.3404830
E-Mail: chanuria@web.de
www.chanuria.de

Enneagramm und innere Arbeit



- **Enneagramm und –Innere Arbeit– (Advaita Vedanta)**
- **Systemische Familienaufstellungen**
- **Analytische Psychotherapie nach C. G. Jung**
- **Integraler Yoga und Meditation**
- **Prüfungs-Vorbereitung für HP-Psychotherapie (Einzel- und Kleingruppen)**

Horus – Institut & Praxis für integrales Bewusstsein und spiritueller Psychotherapie
Joachim Barteit

Karuschenweg 67c, 26127 OL
Tel. 0441.683655
info@hausdeshorus.de
www.hausdeshorus.de

Gestaltungskonzepte



- "A picture is a poem without words."
(Horace)
- **Gestaltungskonzepte**, Grafikdesign, Websites, Logos, Flyer, BabyBloom-Portraits ...
 - **Systemisches Coaching** Beruf, Privat
 - **Reisebegleitung** für Frauen nach Südengland –
Kunst, Gärten, die Orte Avalons

Add-Arts - Kunst & Kreativ Coachings
Susanne Krause, Künstlerin (BBK),
Diplom Kommunikationsdesignerin,
Systemischer Coach
Tel.: 0441.31377
www.add-arts.de
www.babybloom.de

Haare • Leben • Lieder



- **Einfach Haare.** Haut/Haar Sprechstunde
- **Einfach Leben.** Gesundheitsberatung
- **Einfach Lieder.** Kraft- Lieder und Songs

Lebendiger Haarschnitt. Ökologische Haar- und Hautpflege Energetische Klangliege-Haarwäsche. Pflanzen Farb/Tönen.

Thorsten Eckhard Gerth
Ökologischer Friseur Meister
Ganzheitlicher Liedermacher
Gesundheitsberater (GGB)

Gemeinschaft Clan B
Wöschengeweg 28. 26209 Hatten
04482.2566110, 0176.47340290
www.gerth-naturfriseur.de

Heilmedium



Weise Frau hilft Körper, Geist und Seele heilen bei Mensch und Tier

- Mal- und Schreibmedium empfängt **Botschaften** aus der geistigen Welt
- Übertragung **heilender Energie** aktiviert Selbstheilungskräfte

Die Gabe wurde mir vererbt, deshalb nehme ich als Ausgleich nur Spenden.

Heilmedium & Erdheilmeditationen
Elke Morgana Lange

Sodenstich 41, 26131 Oldenburg
Tel.: 0441.9991434
Mobil: 0152.0 6776772
E-Mail: morgana-heilmedium@web.de

Heilpraktiker • Kinesiologie • R.E.S.E.T.



- **Arbeitsschwerpunkte:**
 - unklare Schmerzen jeglicher Art
 - Psychosomatik von Körpersymptomen
 - Zahn- und Kieferproblemen
- **Kinesiologie-Ausbilder für**
 - Kinergetics 1-4
 - R.E.S.E.T.
 - R.E.S.E.T.-Instructoren

Institut für Kinesiologie
Josef Stotten
- **Heilpraktiker** -
Möhlentangen 32
26203 Wardenburg
kinesiologie@josefstotten.de
www.josefstotten.de
telefon 04407.716387

Hypnoanalyse – Hypnosetherapie



Emotionale Ursachen aufdecken und neutralisieren - mittels therapeutischer Hypnose

- Ängste, Panik, Phobien überwinden
 - Ein- u. Durchschlafen verbessern, erholsamer Nachtschlaf
 - Abnehmen, reduziertes Gewicht halten
 - Rauchentwöhnung, endlich Nichtraucher
- Jetzt Befreiung erfahren, mehr Lebensfreude!**

entheos – Praxis für Psychotherapie u. Hypnose
Nathalie Weiß

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Hypnosetherapeutin (NGH)
Diedrich-Dannemann-Str. 30
26203 Wardenburg
Tel.: 0441.48567497
www.entheos-hypnosetherapie.de

Integrale Heilarbeit



- **Individuelle Heil- und Energiearbeit**
- **Stärkung des eigenen Potentials und Aktivierung der Selbstheilungskräfte**
- **Lösung energetischer Blockaden, Balancierung der Energiesysteme**
- **umfassende Wohnraum- und Störfeld-Harmonisierung mit PHI energetics® Technologie**

Dipl.-Ing. André Hof
anerkannter Heiler nach den Richtlinien des DGH e.V.
Hemmelsbäcker Kanalweg 31a,
26135 Oldenburg
Tel.: 0441.36187622 (ab 18:00 Uhr)
www.integrale-heilarbeit.de
mail@integrale-heilarbeit.de

Jin Shin Jyutsu – Japanische Heilkunst



Jin Shin Jyutsu ist eine bewährte Körpertherapie zur Harmonisierung der Lebensenergie. Disharmonien zeigen sich bspw. durch:

- Infektanfälligkeit
- Kopf- / Rückenschmerzen
- Depression / Burn out
- Ohrgeräusche / Schwindel
- Unfruchtbarkeit

Meike Bejenke-Klapproth

Heilpraktikerin
Magnolienring 12
26129 Oldenburg
Telefon 0441-77792250
kontakt@heilpraxis-oldenburg.de
www.heilpraxis-oldenburg.de

Kabbala • Lichtsprache • Divine Intervention



- Kabbalistische Analysen
- Lichtsprache - nach Starr Fuentes
- Divine Intervention - bei Disbalancen
- lösungsorientiertes Coaching
- Energetische Reinigung
- Kabbala Seminare auf Anfrage
- Edelsteinkunst & -schmuck

Michaela Wilmschen

27798 Hude
Tel.: 0152.56750603
Telefonisch, vor Ort in Hude oder am Seminarort.
E-Mail: info@michaela-wilmschen.de
www.michaela-wilmschen.de
www.pur-design.at

Kabbalistische Geburtsanalyse



- Haben Sie Fragen zu Ihrem Leben?
- Warum habe ich schwere Erkrankungen oder erlebe bestimmte Dinge immer wieder?
- Was sind meine Talente und Lebensaufgaben?

Die Kabbala ermöglicht einen neuen Blick auf Ihr Leben.

www.praxisfuerselbstheilung.de Rechtsanwalt und Heiler (DGH)

Markus Mollet
Oslebshauer Heerstraße 33c
28239 Bremen
info@mollet-personaltraining.de
Mobil: 0049.173. 2409601

Kartenlegen



• Einfühlsames, lösungsorientiertes Kartenlegen

- Zukunftsdeutung
- Karmaberatung
- Konfliktlösung
- Gebete

Angela Reins

Kartenlegerin
Kipsweg 9
26939 Ovelgönne
Tel.: 04480.9489960
www.traum-orakel.de

Kinesiologie



Begleitende Methoden in Einzelarbeit:

- Kinesiologie
- Coaching/Supervision/Counseling
- Quantenpsychologische Begleitung
- Enneagrammarbeit
- The Work®
- TRE-KI – TRE und SeiKI Seitai

Seminare „Hilfen zur Selbsthilfe“

Aenne Milnikel Wenderin – niredneW

mobil: +49.173.6050193
Tel.: 04402.8693361
info@aenne-milnikel.de
www.aenne-milnikel.de



Begleitende Kinesiologie (DGAk)

- Touch for Health
- Chakra-Balancen
- Meridianarbeit
- Handauflegen (DGH und IVH-Stiftung Auswege)**
- Förderung der Selbstheilungskräfte (alle Krankheiten)

Mathias Weber

Praxis für Energetische Heilbegleitung

Fasanenweg 31, 26188 Friedrichsfehn
Tel.: 04486.9386323
E-Mail: mathias-weber-heilbegleitung@gmx.de
www.mathias-weber-heilbegleitung.de

Kinesiologie



- Begleitung in Lebenskrisen
Ausgleichen von Ängsten
Loslassen neg. Glaubensmuster
Abbau von Stress in Beziehungen
Neuorientierung
Coachen & eigene Potenziale nutzen
Erleben der neuen Lebensenergie

Birgit Zuschneid-Götsch - Kinesiologin IFHK -

Donnerschwer Str.226
26123 Oldenburg
Tel.: 0441.52352
Fax: 0441.52357
bzg@kinesiologie-ol.de
www.kinesiologie-ol.de

Kinesiologie



Ausbildung zum Kinesiologen im PFL

- Quanten-Kinesiologie®
- Kinesiologie-Teilausbildungen im PFL**
- Pädagogik/Psychologie/Gesundheit
- QEF® Quantenheilung erleben**
- Quantum-Energy-Flow Seminare

Akademie für Kinesiologie und Quantenheilung

Matthias Weber

Veranstaltungsort:
PFL-Kulturerzentrum Oldenburg
die-kinesiologie-ausbildung.de
quantenheilung-erleben.de
Tel.: 0170.8646362

Kinesiologie-Ausbildungen



- Psychosomatische Kinesiologie
- Systemische Aufstellung
- Ernährungsberatung aus der Lehre des Ayurveda und Dr. Riems
- PHI – Essenzen u. Holistische Licht-Therapie
- Biodynamisches Ausleiten
- Chakren ausgleichen
- Neuartige Licht-/Körper-/Hauttherapie

natur, haut u. haar

Marika Ahlers

Vahrenkamp 6
49424 Goldenstedt
Tel.: 04444.1282
E-Mail: info@naturhauthaar.com
www.naturhauthaar.com
Termine per Telefon
Herzlich willkommen ...

Kinesiologie – Systemische Aufstellungen



Einzelarbeit – Kurse – Ausbildung

- Yogakurse & Ausbildung
- Kinesiologische Einzelsitzungen & Kinesiologie-Seminare
- Interdisziplinäre Seminarreisen und Theaterarbeit
- Neu: Yogakurse in Wardenburg

kinesiologie, kunst & yoga

Dzenet Hodza

Dipl. Kunsttherapeutin/-pädagogin
Bereich Darstellende Kunst & Sprache
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Yogalehrerin (Hatha & Kundalini Yoga)
Kinesiologin (TfH, 3in 1 Concepts)
Tel.: 0175.6682232
E-Mail: info@praxis3in1.de
www.praxis3in1.de

Klassische Homöopathie / Ohr-Akupunktur



- Klassische Homöopathie
- Ernährungsberatung
- Ohr-Akupunktur
- Bachblütentherapie

Anja große Osterhues
 Heilpraktikerin
 Ziegelhofstr. 21
 26121 Oldenburg
 Tel: 0441.18170458
 E-Mail: heilpraxis-osterhuis@web.de
 www.heilpraxis-osterhues.de

Körper – Seele –Geist



- Begleitung bei Krisen und Veränderungen
- Klärung wichtiger Lebensfragen
- Stärkung der Selbstheilungskraft
- Energetisches Balancing
- Klangmassage

Uta Müller-Glaßl
 Energiearbeit für Selbstheilungs-
 prozesse
 Lebensberaterin u.a. nach der Kabbala
 Oberneulander Landstraße 42
 28355 Bremen
 Tel.: 0151.23565215
 E-Mail: mail@greenheartbalance.de

Körper-Seele-Geist



- Körper-Seele-Geist
- Homöopathie
- Colon-Hydro-Therapie
- Ernährung
- Zeit und Raum für Klarheit
- Krisen, Trauma, Schmerz
- Energiefest lösen
- Lichtarbeit/Schwingungserhöhung
- Seminarhausbetrieb

Christine Ohlenbusch
 Bewusstseinsweiterung
 Homöopathie, Ärztin
Ich hole jeden dort ab, wo er steht
 Viehlander Str. 5, 27726 Wörpswede
 Tel.: 04791.9319433
 christine.ohlenbusch@web.de
 www.christine-ohlenbusch.de
 www.seminarhaus-ohlenbusch.de

Kreative Therapie und ganzheitliche Körpertherapie



- Praxis für Beratung und Kreative Therapie**
- Tanz- und Bewegungstherapie
 - Kreative Gestalttherapie
 - Traumasensible Behandlung körperlicher Symptome
 - Erwachsene, Kinder und Jugendliche
 - Elternberatung

Claudia Ammer-Bosse
 Heilpraktikerin für Psychotherapie
 Tanz- und Bewegungstherapeutin
 Grund- und Hauptschullehrerin
 Hörneweg 123
 26129 Oldenburg
 Tel.: 0441-77921355
 www.praxis-ammer-bosse.de

Lebens-Beratung, Intuitionsschulung, TAROT-Seminare



- Sensitive Lebens-Energie-Beratung
 - Aktivierung der inneren Heilungskräfte
 - Karma auflösen, Intuitions-Schulung
- Lebens-Beratung gem. TA
- Lebens-Beratung mit Tarot
 - bei Problemen u. Entscheidungen
- TAROT-Karten legen lernen
 - Kurse und WochenEndSeminare
 - Tarot-Vortrag/-Workshop a. Anfrage

Praxida Brigitte Siehl
 Dipl.Sensitive Lebens-Energie-Beraterin
 Psychol. Lebensberaterin (TA)
 Geprüfte Tarot-Beraterin, Ausbilderin
 Prüferin und Mentorin im Tarot e.V.
 Admiral-Klatt-Str. 19
 26382 Wilhelmshaven
 04421.506221, www.energiewissen.eu
 E-Mail: beratungwhv@energiewissen.eu

Lebens- & Sterbebegleitung, Demenzberatung



Ausbildungen:

- Medium & Heiler
- Spiritueller Sterbebegleiter
- Reiki bis VIII. Grad
- Rückführungsleiter
- Systemischer Aufstellungsleiter
- Engelfachfrau

Haus des Qi

Diana Boldt
 Praxis & Lehrzentrum für geistige
 Heilweisen, Coaching und Seelsorge
 Hermann-van-der-Heide-Str. 2
 26441 Jever
 Info & Termine: 0170.2844896
 www.haus-des-qi.de

Lebenstanz – Lebenskunst®



- Kreative Gestaltberatung, Supervision im künstlerisch – spirituellen Lebensprozess
- Entwicklung der eigenen Spiritualität
- Kreativer Tanz, Kinästhetik/Feldenkrais, Luna Yoga, Jin Shin Jyutsu
- Frauentantra, Frauenheilwissen, schamanische Kunst und Magie

Astrid Mügge

Dipl. Pädagogin, Künstlerin
 • Offene Beratung freitags 17-18 Uhr
 • Neues Programm
ISIS, Freies Zentrum für Seele, Körper & Geist
 Edewechter Landstraße 18, 26131 OL
 Tel. /Fax OL 592328, www.salute-isis.de
 E-Mail: astrid@salute-isis.de



Hellsichtiges Channelmedium

- für Erzengel und aufgestiegene Meister
- **Tierkommunikation**
 - **Jenseitskontakte**
 - **Einblicke in Deinen Seelenplan und Seelenvertrag**
 - Emotionalfeldausrichtung
 - Energetische Zellwassererneuerung durch die Wale und Delfine

Lichtchannelheilerin

Angela Schmidt

Heilerin der Neuen Zeit
 Hohelucht 41
 27798 Hude
 Tel.: 04408.7362
 E-Mail: info@angela-schmidt-praxis.de
 www.angela-schmidt-praxis.de
NEUES BUCH: Wale und Delfine – die spirituellen Begleiter



„Steffi´s Heaven“

- Ayurvedische Massagen
- BOWTECH-Behandlungen
- klassische Massagen
- Fußreflexionenmassagen
- Breuss-Massagen
- Bindegewebsbehandlungen
- Beratung auf der Basis der Hermetischen Prinzipien

Massagen

Steffi Wahlen

Masseurin und Trainerin für das Hermetische Prinzip
 Lothringer Straße 58
 26121 Oldenburg
 Tel: 0441-8859349
 mobil: 0176.21529840
 Email: swahlen@web.de

Medium u. Heilmedium für Geist - Psyche - Körper



- Medium für liebevollen Jenseitskontakt
- Trance-Healing (für Mensch u. Tier)
- Geführte Meditation (Selbstheilungskräfte aktivierend)
- Lichtenergie, Reiki, Psych. Kinesiologie
- Spirituelle Sterbebegleitung (kostenfrei)
- Energiefeldlesen bei an Demenz erkrankten Menschen oder Menschen im Koma

Marita Ulrich

Medium u. Heilmedium
 Schützfelder Weg 27
 26954 Nordenham
 Tel.: 04731.2644831
 E-Mail : marita.ulrich@kabelmail.de

Metabolic Typing – Kinesiologie – Hypnose



- Widerstände aller Art
- Stress/Erschöpfung
- andauernde Traurigkeit
- depressive Verstimmungen
- (tiefe) Ängste
- seelische Krisen
- mangelnder Selbstwert
- wenn Abnehmen schwer fällt
- nicht gelingende Beziehungen

Tonja Hauser
 Health Kinesiology & Geistig. Heilen
 Metabolic Typing
 Nachtigallenweg 5
 26203 Wardenburg
 Tel.: 0441.8096118
 E-Mail: info@kinesis-tonjahausen.de
 www.kinesis-tonjahausen.de

Naturfriseur – Das Haar - unser Spiegelbild der Seele



- ganzheitliche Beratung / gesunde Lebensführung
- Mikroorganismen für Haut und Haar
- 100% Naturprodukte + Pflanzenfarbe
- energetischer Haarausgleich
- Entgiftung über die Haare
- regelmäßig Vorträge/Seminare (Sie können mich buchen)

natur, haut u. haar
Marika Ahlers
 Vahrenkamp 6
 49424 Goldenstedt
 Tel.: 04444.1282
 E-Mail: info@naturhauthaar.com
 www.naturhauthaar.com
 Herzlich willkommen ...

Naturheilkunde und Coaching



- **Naturheilkunde für Frauen:**
 - Ganzheitliche Frauenheilkunde
 - Behandlung und Beratung bei unerfülltem Kinderwunsch
- **Coaching und Beratung**
 - Systemisch, integral
- **Jahreskurs Familienstellen**
- **Workshops zu Potenzialentfaltung und Achtsamkeit, Meditation**

Ramona Wagener
 Heilpraktikerin und systemische Beraterin
 Hauptstr. 24, 27801 Neerstedt
 Tel. 04433.9699745
 rw@naturheilpraxis-ramonawagener.de
 www.naturheilpraxis-ramonawagener.de

Osteopathie



- Schmerzen?
- Ängste?
- Unruhe?
- Allergien?
- Unsere Therapien:**
 Osteopathie – Amerik. Chiropraktik, NAET-Allergie Beh. – Quantenheilung, Energetische Psychologie, Access-to-innate – Kinesiologie

Praxis Brand
 Heilpraktiker – Osteopathen - Physiotherapeuten - Energietherapeuten
 Lange Str. 4 – 49661 Cloppenburg
 Tel.: 04471.4454
 www.physio-brand.de

Psychologische Beratung und Therapie



- Transaktionsanalyse
- Gesprächstherapie
- Katathymes Bilderleben
- Hypnose für:
 - **Therapie**
 - **Beratung**
 - **Mediation**
 - **Forum**

Antje Schneider
 Heilpraktikerin für Psychotherapie
 Mediatorin
 Rügenwalder Str. 6
 26125 Oldenburg
 Tel. mobil: 01577.4168813
 info@seelenschaetze-oldenburg.de
 www.seelenschaetze-oldenburg.de

Q! Quanten-Intelligenz® • Klopfen • Walking in your shoes®



Gewahrsein macht frei für Gesundheit und Glück!

- Achtsamkeit und Gespräch
- Q! QuantenIntelligenz®-Coaching
- Energetische Psychologie (Klopfen)
- WIYS Walking in your shoes®
- Ernährungs- u. Vitalstoffberatung
- Stressbewältigung / Hilfe zur Selbsthilfe

**Praxis Licht-Blick.jetzt
Monika Meyer**

Heilpraktikerin f. Psychotherapie
Alte Straße 9
26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403.6099655
info@licht-blick.jetzt
www.licht-blick.jetzt

Reikihaus Friesland



- Wirbelsäulenaufrichtung nach Pjotr Elkunowiz
- Geistheilung
- Reikibehandlungen
- Reiki- und Geistheilerausbildung
- Hausentstörung

Ilse Kamps-Weidemann

Ellens 37
26340 Zetel
Tel.: 04453.3636
info@reikihaus-friesland.de

Schamanisches Heilen



- „Shamanisches Heilen“, Vermitteln zwischen den Welten, Dialog zwischen Dir & den Seelen (den „Geistern“) Deiner Ahnen, Kinder, Partner, etc. herstellen.
- **Sehen**, was noch gesehen werden will
- **Hören**, was Du noch hättest hören sollen
- **Verstehen**, warum alles ist wie es ist
- **Sagen**, was Du noch hättest sagen wollen
- Erlaubnis zu Deiner freien Entfaltung geben

Matthias Badzun, Mato Woglakintse Wanyna Wakan (Lakota: „Bär, der mit den Heiligen Seelen der Ahnen redet)
Heilpraktiker und Psychotherapeut
Heilpraktiker-Zentrum Grummersort
Grummersorter Dorfstr. 47,
27798 Hude-Wüstring, 04484.920390
E-Mail: praxis@badzun.de
Internet: http://badzun.de

Schmuck & Farbe



**UnikatSchmuck
individuell – natürlich**
Farben & Formen, natürliche Elemente
zaubern Faszination & Wohlgefühl

- Individuelles Schmuckdesign
- Individuelle Farb- & Stilberatung
- Freie Reikimeisterin nach Usui
- Steine & Steinheilkunde

**Birgit Debelts
schmuckdesign**
Burgstraße 47
26603 Aurich
Tel.: 04941 9691119

birgit debelts – schmuck – biigalla®

Somatic Experiencing®



- Somatic Experiencing®
Traumahheilung nach Peter Levine
- Arbeit mit dem inneren Kind
- Therapeutische Aufstellungsarbeit

Eva-Maria Wunderlich
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Heinrich-Schütte-Str. 107
26123 Oldenburg
Tel.: 0441.36193300
E-Mail: info@eva-maria-wunderlich.de
www.eva-maria-wunderlich.de

Spirituelles Leben und Sinnorientierung



• Spirituelles Leben & Sinnorientierung

- Rückverbindung zur inneren Quelle
- Bewusstseinsarbeit
- Energiearbeit
- Supervision
- Seminare – Beratungen

Aramaiti Helga Nowak

Dipl. Sozialpädagogin
Gestalttherapeutin
Oldenburg
Tel.: 0441.7703452
www.aramaiti.de
E-Mail: aramaiti-helga-nowak@t-online.de

Tantrakurse



Tantrakurse

- für Singles & Paare
- für Frauen
- Tantra-Massage-Kurse
- sinnliche Massagen

Asmara-Tantra

Ursel Newiger, Ulrich Krogmann
www.asmara-tantra.de
mail: tantra@asmara-tantra.de
Tel.: 0172.4233375 (Ulrich)
Tel.: 0160.8433879 (Ursel)
Tel.: 0421.84994288
(mitas zeiTRäume)

Therapeutische und spirituelle Begleitung

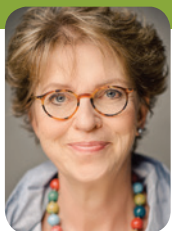


- Lebensweg Analyse
- Psychotherapie und spirituelle Begleitung
- Rückführungen
- Clearing

Praxis Uwe Christiansen

Heilpraktiker für Psychotherapie
Diplom-Sozialpädagoge
Tel.: 0441.55185
E-Mail: uwe.christiansen@onlinehome.de
www.uwe-christiansen.de

Ursachenorientierte biologische Medizin



- Zügige und zielführende Diagnostik mittels medizinischer Kinesiologie und OBERON®-Technologie bei unerklärlichen Symptomen und chronischen Erschöpfungszuständen
- Differenzierung toxikologischer, mikrobiologischer, biochemischer und energetischer Blockaden, naturheilkundliche Behandlung

**Dr. med. Christiane Kruse
Ärztin, systemische und AIT®-
Therapeutin**

Weskampstraße 28, „Rosenhaus“
26121 Oldenburg
0151.11510338
info@ck-informationsmedizin.de
www.ck-informationsmedizin.de

Wellnessmassagen



- Achtsame Tantrische Rituale
- Lomi Lomi Nui Massage
- Chi Energie Massage
- Wellness Ganzkörper-/Teilmassage
- Heisse Rolle
- Fußpflege
- Shellac an den Füßen

**Wellness & Fußpflege Praxis
Kirsten Deicken**

Edewechter Landstraße 52,
26131 Oldenburg
Mobil: 0174/9028705
www.fusspflegewellness.com

Wellnessmassagen – Klangmassagen



Wellnessmassagen
 Peter Hess-Klangmassagen, Klangreisen
Energieübertragungen
 Paketpreise & Schnuppertermin möglich
 Mein Premiumangebot: „In einem Monat
 zu mehr Vitalität und Lebensfreude durch
 Tiefenentspannung“
 (vier abgestimmte Anwendungen)

Eva Maria Alba Santiago
 Massagepraxis AllesImFluss
 Am Kanal 19
 26203 Wardenburg
 Tel: 04486-921881 / 0151-53988207
 E-Mail: info@Massagepraxis-
 AllesImFluss.de
 www.Massagepraxis-AllesImFluss.de

Yoga



- Kundalini Yoga
- Yoga für Schwangere
- Yoga und Coaching
- laufende Kurse, Seminare

Bettina Vierneisel
 Kundalini Yogalehrerin Stufe2 (3HO)
 SAT NAM RASAYAN PRACTITIONER
 Am Strehl 73
 26125 Oldenburg
 0441.80064477
 Energy@innerbalance4you.com
 www.innerbalance4you.com

Yoga und Ayurveda



- **Einzelsitzungen und Beratungen**
- Yogisches Coaching zur Konfliktbewältigung
- Abnehmen, ohne zu hungern
- Ayurvedische Klangmassage
- Yogische Supervision für Paare
- Seelische Entspannung durch Prana-Übertragung

Bettina Vierneisel (fett)
 Kundalini Yogalehrerin Stufe2 (3HO)
 SAT NAM RASAYAN PRACTITIONER
 Am Strehl 73
 26125 Oldenburg
 0441 - 80064477
 Energy@innerbalance4you.com
 www.innerbalance4you.com

Yoga und psychologische Beratung



- Yoga für Frauen in der Lebensmitte
- Hatha Yoga (Präventionskurse)
- Hatha Yoga über 60
- Yoga für Schwangere
- Entspannungsworkshops
- Beratung in Konflikten
- Familiencoaching
- Stressbewältigung

Das Yogastudio
Ute Strodthoff
 Diplom-Pädagogin
 Heilpraktikerin für Psychotherapie
 Yogalehrerin (BYV)
 Entspannungskursleiterin
 Ziegelhofstraße 21, Oldenburg
 Tel.: 0441-2055565
 www.yoga-coaching-strodthoff.de

Yoga Vidya Zentrum Leer und Ostrhauderfehn



- Neue Neue Yogalehrer-Ausbildung ab Januar 2018
- Hochschulzertifikatslehrgang „Wissenschaft des Yoga Vidya“
- Hatha Yoga Anfängerkurse (Kassen geförd.)
- Yoga Aufbaukurse
- Meditation
- Spirituelle Lebensberatung
- Bhishma Yoga

Dipl. Päd. Michael Büchel
Hanuman Yogaschule
 Schifferstr. 374, Ostrhauderfehn
Surya Yogaschule, Mühlenstraße 157,
 26789 Leer, Tel.: 04952.942954
 www.yoga-vidya.de/center/leer
 www.yoga-vidya.de/center/
 ostrhauderfehn

Achtsamkeit / MBSR



Anke Hoffmann
 Tel.: 0441.12609 / 0160-7728201
 www.mbsr-ol.de
 • **Stressbewältigungs- und Achtsamkeitskurse**
 • **Burn-Out-Prophylaxe**
 • **Meditation**
 • **Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)**

Coaching • Beratung • Training



Bettina Heidenreich
Biologin, Coach, Dozentin, Heilpraktikerin (Psychotherapie)
 Haßfurter Str. 30B, 26127 Oldbg.
 Tel.: 0441.63907
 • Einzel- und Paartherapie
 • Bewusstseinsentwicklung
 • Persönlichkeitsentwicklung
 • Berufliches Coaching

Entstressen im Retreathaus



Bauernhaus m. groß. Naturgarten
 • **Übernachten: 1 bis 6 Personen**
 • Meditieren • Studieren
 • Selbständig – oder mit:
 Achtsamkeitslehrerin (MBSR)
 Buddhistischer Meditation
 Grafschaft Bentheim (Osterwald)
Gönne Dir selbst Stille im Grünen
 www.klusecompane.de

Familienstellen und Supervision



Svaha Schöpfer
 Dipl. Sozialpädagogin
 Diplom-Supervisorin
 Tel.: 04433.968940
 www.svaha.de
 E-Mail: svaha1@freenet.de
 • **Familienstellen**
 • **Human Design Readings**
 • **Enneagrammarbeit**

Gesunde Ernährung/Spirituelles Heilen



Annerose Windeler
 • Ganzheitliche Ernährungs- und Gesundheitsberatung
 • Spirituelles Heilen, Geistheilung
 • auch begleitend bei medizinischer Behandlung
 49424 Goldenstedt-Lutten
 0172.4444448 o. 04441.9167866
 anneroese.windeler@gmail.com

Homöopathie • Bachblüten ...



Lisa Susanne Janssen
 Heilpraktikerin
 Hauptstr. 78a, 26452 Sande
 Tel.: 04422-9980288, -9992445
 www.heilpraktiker-sande.de
 • **Klassische Homöopathie**
 • **Bachblüten**
 • **Fußreflexzonenmassage**
 • **Hypnosebehandlung**

Individuelle Meditationskissen



Handgefertigt
 • **Kristallkissen**
 • **Auflagen etc.**
 Energie in Form von Farben und Symbolen
Anna Maria Simmer
 Tel.: 02635.4652
www.diekraftderstille.de
 E-Mail: info@diekraftderstille.de

Kinesiologie



Christine Kroner
 Heilpraktikerin, Physiotherapeutin
 Hummelweg 3
 26188 Edewecht/Friedrichsfehn
 Tel.: 04486-9380122
 www.heilpraxis-kroner.de
 • **Holistische und Transformationskinesiologie**
 • **Omega Healing**

Kinesiologie – NST – R.E.S.E.T.



Lutz Doblies, Heilpraktiker
 Reepschlägerweg 2, Elsfleth
 Tel. 04404.9599995
 www.hp-doblies.de
 • Kinesiologie
 • NST
 • R.E.S.E.T.
 • Energetische Psychologie
 • Entsäuerung und Entgiftung

Kinesiologie und Entspannung



Nicole Rohlf
 Bürgerstr. 38. 26123 Oldenburg
 Telefon: 0176-41264126
 E-Mail: nicole-rohlf@freenet.de
 www.kinesiologie-rohlf.de
 • **Kinesiologische Unterstützung**
 • **Hypnose z. Raucherentwöhnung /Gewichtsred./Entspannung**
 • **R.E.S.E.T. • Quantenheilung**

marktplatz

Kunstatelier Naumann



Ute Ilona Naumann
 Dipl. Kunsttherapeutin
 26160 Petersfehn 1
 Tel.: 04486.94571
 info@kunstatelier-naumann.de

- Kunsttherapie
- Access to Innate
- Trauerbegleitung
- künstl. Kurse für Erwachsene

Lichtbahnen-Behandlung n. T. Thali



Sabine Büsselmann
 Tel.: 04407.2735
 www.lichtbahnentherapie-oldenburg.de

- Lichtbahnenbehandlung/Berat.
- Ausbildung z. LB-Therapeuten
- Seminarreise Patmos
- Meditationsabende
- Engel-Seminare, -Readings

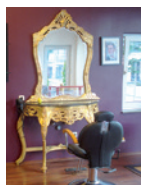
Musiktherapie • Musikunterricht



- Musiktherapie
- Hypnosetherapie
- Block-, Querflöte, Gesang
- Klavier

Musikschule Klangwelt
Stefanie Putzke
 Musikpädagogin, -therapeutin
 Tel.: 0441.2178651
 www.musikschule-klangwelt.de

Pflanzen-Haarfarbe vom Friseur



100% Reine Pflanzen-Haarfarbe
 von Khadi, (Öko-Test: „Sehr gut“)
 Naturkosmetik von Benecos
 Termine: Di. - Fr.: 9.00 - 18.00
 Sa.: 9.00 - 13.00

Hair Art - Insa Fasse
 Alexanderstraße 110
 26121 Oldenburg
 Tel: 0441.2052772

Psychotherapie



Thomas Dopp
 Heilpraktiker für Psychotherapie
 Weskampstr. 28, 26121 Oldenburg
 Tel.: 0441.36131050
 www.thomas-dopp.de

- „Körperzentrierte Herzensarbeit“
- Gruppen „Spiritualität JETZT!“ mit Übungen von Eckart Tolle
- Achtsamkeitskurse / MBSR

Lebensberat., Heilen & Hypnose



Magdalene Sigrid Einhoff
 Große Burgstr.15, 26441 Jever
 Tel.: 0162 7804909
 www.lichtblick-heilpraxis-jever.de
 Kartenlegen & Runenorakel,
 (auch telef). Fernheilung, Klangschalenbehandl., Energ. Hausreinigung, Rückführung, Therap. Hypnose, Raucherentwöhn. usw.

Lomilomi • Lichtarbeit • Ätherische Öle



Uli Sa Lingenfelder
 Tel.: 0441.2059269
 www.LOMILOMI-Oldenburg.de

- Hawaïische Massage f. Frauen
- Lomi und Reiki Ausbildung
- Lichtarbeit mit Arcturian. Codes
- Aura- und Chakraarbeit, Matrix
- Ätherische Öle
- Keramik mit EM

Naturkosmetik und Pflege



Terra Natura, K. Schanno
 Gaststr. 12, 26122 Oldenburg

- Naturkosmetik + SPA-Artikel
- Kosmetik-Behandlungen + Maniküre
- Ayurveda • Edelsteine
- Ätherische Öle/Raumduft
- Naturparfums

Fachkompetente Beratung

Praxismarketing • Existenzgründung



Agentur JARUSCHEWSKI
Peter Gerd Jaruschewski
 Lagerstr. 62, 26125 Oldenburg
 Tel.: 0441.9736160
 E-Mail: agentur@jaruschewski.eu
 www.agentur-jaruschewski.eu

- Existenzgründungsberatung
- Existenzsicherungsberatung
- Marketingberatung

Psychotherapie



Ursula Golder, HP Psychotherapie,
 Kinesiologin, Mediatorin
Beraten, Entspannen, Geistheilen
Psychotherapie, Kinesiologie
Kurse: Chakren, Meditation, Reiki
 26316 Varel, Im Tulpengrund 1
 Tel. 04451-809601 oder 2121
 Einzel- Paar- Gruppenarbeit
 www.seelenraum-golder.de

Qigong



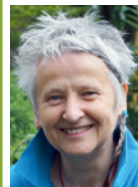
Doris Palm
 Gesundheitswissenschaftl., MPH
 Tel. 0441.2097921
 www.doris-palm.de
 • Qigong-Kurse in Gruppen
 • Qigong Einzelunterricht
 • Qigong-Kurse in der Arbeitswelt
 - von den Krankenkassen gefördert
 - in Oldenburg und umzu!

Reinkarnationstherapie



Ursel Newiger
 Heilpraktikerin für Psychotherapie
 • **Reinkarnationstherapie**
 • **Körperbezogene Therapie**
 • **Spirituelle Begleitung**
 mitas zeITRäume, Feuerkuhle 61,
 28207 Bremen, 0421.84994288
 www.mita-transzendenz.de
 mitatranszendenz@gmx.de

Schamanisches Körperpingen



Annemarie Mascheroni Katamu
 www.annemarie-katamu.de
 annemarie@katamu.de
 mobil: 0162.3461861
 • Schamanisches Körperpingen
 • Polarity
 • GeburtsTraumaArbeit
 • Psychologisch-spirituelle
 Begleitung

VisionWalk®



Antje Jaruschewski
 Heilpraktikerin, Coach
 Lagerstr. 62 • 26125 Oldenburg
 Tel.: 0441.9736194
 E-Mail: office@visionwalk.eu
 www.visionwalk.eu
 • Natur als Raum für Transforma-
 tion und Heilung
 • Naturgänge

Zen – Meditation – Achtsamkeit



Zenkreis Oldenburg
 • Anleitung zur Zen-Übung
 • Meditationskurse
 • Workshops
Dr. Jishu Levent Güтай
 Meditationslehrer und Physiker
 Binsenstr. 18, 26129 Oldenburg
 Tel.: 0441.37946948
 www.zenkreis-oldenburg.de

Reiki • Matrix



Kaja van Lamoen
Reiki-Meister-Lehrerin Usui System
 Oldenburg Tel.0441.4852890
 www.oldenburg-reiki.de
 • Reiki die Energie des Herzens
 • Geistige Wirbelsäulen Aufricht.
 • Matrix (2 Punkt Methode)
 • Begleitung in Trauer und Sterben
 • Höponopono Verzeihungsritual

Rutengänger



• **Haus- und Schlafplatz-
 Untersuchungen**
 • **Elektrosmog-Untersuchungen**
*Neue Termine für Seminare,
 Vorträge und Führungen*
Lars Schmidt
 Geestrandstr. 104, 26180 Rastede
 Tel.: 04402.9851260
 www.lars-schmidt-rutengaenger.de

Therap. Touch/Lichtbahnen-Therap.



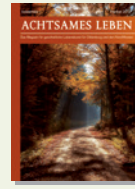
Silke Gollnik – Oldenburg
 Tel.: 0441.99 90 88 80
 www.alchemilla.de
 mail@alchemilla.de
 • **Krieger-Kunz
 Therapeutic Touch (USA)**
 (auch bei Tieren anwendbar)
 • **Lichtbahnen-Therapie**
 nach Trudi Thali (CH)

Webservice



Ulrike Plaggenborg
 • **Webseiten - Gestaltung**
 • **Webseiten - Betreuung**
 Tel. 0441.36182644
 info@ulrike-plaggenborg.de
 www.webservice-ulrike-
 plaggenborg.de
*Ein Service der Buchhandlung
 Plaggenborg*

MARKTPLATZ



Hier könnte auch Ihr Marktplatz
 erscheinen!
Sie haben Fragen dazu?
Rufen Sie uns an:
Tel.: 0441.9250059

innenwelt verlag

„Ein klarer Blick auf die tiefste Kraft im menschlichen Leben - leicht, präzise und mit einer schönen Prise Humor.“
Wilfried Nelles, Autor von „Umarme dein Leben“



„Notburga Fischer hat eine wunderbare Sprache gefunden für alles rundum Sex. Ein empfehlenswertes Buch voller Information, Tiefe und Leichtigkeit.“
Diana Richardson, Autorin von „Zeit für Liebe“



www.innenwelt-verlag.de

ACHTSAMES LEBEN

Internet: www.achtsames-leben.org
Herausgeber Buchhandlung Plaggenborg,
Lindenstr. 35, 26123 OL,
Tel. 0441.17543
E-Mail: info@achtsames-leben.org
Internet: www.buchhandlung-plaggenborg.de

Redaktion Ulrike Plaggenborg
Satz, Gestaltung Agentur JARUSCHEWSKI
Peter Gerd Jaruschewski
Lagerstraße 62, 26125 OL
Tel. 0441.9736160
E-Mail: gestaltung@achtsames-leben.org

Anzeigenleitung Karl-Heinz Plaggenborg
Tel. 0441.17543
E-Mail: info@achtsames-leben.org

Anzeigenpreisliste www.achtsames-leben.org

Autoren dieser Ausgabe:

Manfred Folkers,
Jack Kornfield,
Christina Martens,
Sam Mittmerham,
Anne-Elisabeth SeEVERS,
Thomas Steininger,
Wolfgang StroH.

Titelfoto ©pixabay.com

Termin-Annahmeschluss

Für alle Anzeigenformate
außer Formatanzeigen:
22. Mai 2018
Nur für Formatanzeigen:
08. Juni 2018

Erscheinungsweise vierteljährlich

Auflage 7.500 Exemplare

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist
der 15. Mai 2018.

Bankverbindung Volksbank Oldenburg,
IBAN: DE65280618220012215700
Swift (BIC) Code: GENODEF1EDE

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bildmaterial kann keine Haftung übernommen werden. Gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Die Autoren übernehmen die Haftung für die copyright-Rechte an von ihnen gelieferten Fotos & Abbildungen. © 2018 Buchhandlung Plaggenborg



Geheimnisse der Natur Peter Wohlleben

Der Hörverlag, 9 CD, 24,99 €

Zweimal Wohlleben in einer Box: überraschende Einblicke und faszinierende Fakten zu den Themen: „Naturphänomene verstehen – Von Kranichflug bis Blumenuhr“ und „Bäume verstehen – Was uns Bäume erzählen, wie wir sie naturgemäß pflegen“.

Eine Fundgrube an Wissenswerten über Wälder und Wiesen, ein Plädoyer für die Wertschätzung der Natur und ein Hauschatz für Gartenfreunde: zwei Werke von Peter Wohlleben, Förster und Bestsellerautor („Das geheime Leben der Bäume“), in einer Box!

Wie sagen Gänseblümchen das Wetter voraus? Was verraten Kraniche über die Temperatur? Welcher Baum passt auf das eigene Grundstück, und wie deutet man Beobachtungen an Rinde oder Blättern richtig?

Mit einem bebilderten Booklet. Gelesen von Peter Kaempfe.

Mehr dazu bei www.buchhandlung-plaggenborg.de



Unser Inselleben Angela Krumpen

steinbach sprechende bücher, MP3-CD, 16,99 €

Stellen Sie sich vor: Eine kleine Insel vor der irischen Westküste, weit und breit nichts als Wind, Wasser, Meer und Natur – nur ein einsames Haus und eine Kloster ruine. Genau hier verbringen Angela Krumpen und ihre Familie jedes Jahr ihre Ferien, weit ab von Zivilisation und Weltgeschehen.

Eigentlich war es der Plan nach New York zu reisen, doch die Sehnsucht nach Ruhe und Abstand zum Alltag führte sie in ein kleines Reisebüro und dann auf die Insel Illauntannig - Der Beginn ihres großen Inselglücks. Durch ihre sehr persönliche Erzählweise und ihre detailgetreuen Beschreibungen wird man als Hörer förmlich mitgenommen auf eine Reise nach Irland. Angela Krumpen vermittelt das Gefühl, eins mit der Insel zu werden.

Mehr dazu bei www.buchhandlung-plaggenborg.de



Müssen macht müde – wollen macht wach!

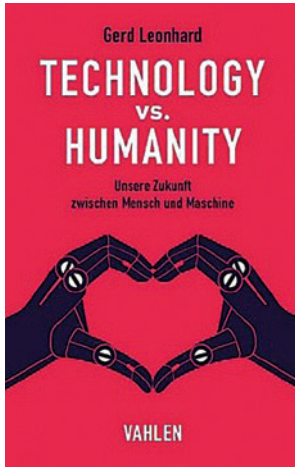
Andreas Winter
Mankau Vlg., CD, 15,00 €

Haben Sie auch das Gefühl, stets irgendetwas zu müssen? Ob Arbeit oder Hausputz, Familie oder Freunde, ob Gassgehen oder Rasenmähen – nahezu alles aus dem täglichen Leben kann zur leidigen Pflicht und damit zur Belastung werden. Erwartungsdruck und Fremdbestimmung sind massive Stressfaktoren und somit unsere Energieräuber Nummer eins! Nicht ohne Grund nehmen die Fälle von Burn-out in alarmierendem Maße zu. Die Folgen von „Sollen“ und „Müssen“ sind jedoch nicht nur Erschöpfung und Antriebslosigkeit; auch Krankheiten wie Herzbeschwerden, Schlafstörungen, Bluthochdruck, Diabetes, Depression, Übergewicht und viele Allergien können daraus entstehen.

Wie Sie aus „Müssen“ wieder „Wollen“ machen und statt Müdigkeit wieder Begeisterung erleben, darum geht es.

Mehr dazu bei www.buchhandlung-plaggenborg.de

wortwelten

**Technology vs. Humanity**

Leonhard, Gerd

Vahlen Vlg., 229 S., 19,80 €

Unsere Zukunft zwischen Mensch und Maschine. Der Buchtitel ist eher als Provokation und nicht als Prophezeiung zu verstehen, denn Gerd ist ein Optimist was unsere Zukunft betrifft. Für ihn wäre „versus“ der schlimmste Fall, der nur dann eintreten könnte, wenn sich Technologien bzw. Technologiefirmen ohne Limits und Verantwortung verselbständigen und selbstverherrlichen, also wenn Technologie vom Werkzeug zum Sinn wird, und wenn wir vergessen was es heißt, Mensch zu sein. In einem Idealbild für unsere Zukunft könnte die Menschheit Technologie weiterhin beherrschen und dazu nutzen, die großen Herausforderungen wie Klimawandel, Krankheiten, Wasserversorgung, Hunger und Energie zu

lösen und wir mehr Zeit für z. B. soziale Interaktionen, Kreativität oder Selbstverwirklichung hätten.

**Homo Deus**

Harari, Yuval Noah

Beck Vlg., 576 S., 24,95 €

In „Homo Deus“ stößt Yuval Noah Harari vor in eine noch verborgene Welt: die Zukunft. Was wird mit uns und unserem Planeten passieren, wenn die neuen Technologien dem Menschen gottgleiche Fähigkeiten verleihen - schöpferische wie zerstörerische - und das Leben selbst auf eine völlig neue Stufe der Evolution heben? Wie wird es dem Homo Sapiens ergehen, wenn er einen technikverstärkten Homo Deus erschafft, der sich vom heutigen Menschen deutlicher unterscheidet als dieser vom Neandertaler? Was bleibt von uns und der modernen Religion des Humanismus, wenn wir Maschinen konstruieren, die

alles besser können als wir? In unserer Gier nach Gesundheit, Glück und Macht könnten wir uns ganz allmählich so weit verändern, bis wir schließlich keine Menschen mehr sind. – Ein schockierendes Buch, das zu einem neuen Denken anregen kann. Siehe Beitrag Seite 13-

**Nächste Ausfahrt Zukunft**

Yogeshwar, Ranga

Vlg. Kiepenheuer & Witsch, 400 S., 22 €

Was bleibt? Was ändert sich? Und was macht das mit uns? In seinem neuen Buch blickt Ranga Yogeshwar aus seiner ganz speziellen Perspektive auf unsere sich rasch wandelnde Welt. Die digitale Revolution, Fortschritte in der Gentechnik oder die Entwicklungen der künstlichen Intelligenz greifen auf fundamentale Weise in unser Leben ein. Ein informatives,

aber auch sehr unterhaltsames Buch. Innovationssprünge sind häufig gleichbedeutend mit Krisen. Wir erfahren derzeit eine epochale Umbruchphase so wie einst, als das Mittelalter durch die Renaissance abgelöst wurde oder die Moderne das Bürgertum erschütterte. Doch oft betrachten wir das Neue mit alten Augen und verkennen, dass der Fortschritt uns selbst verändert. Für Ranga Yogeshwar ist die eigene unmittelbare Erfahrung entscheidend.

Mehr zu den Titeln: www.buchhandlung-plaggenborg.de.



100 Jahre Leben

Schweighöfer, Kerstin

Hoffmann & Campe Vlg., 368 S., 20,- €

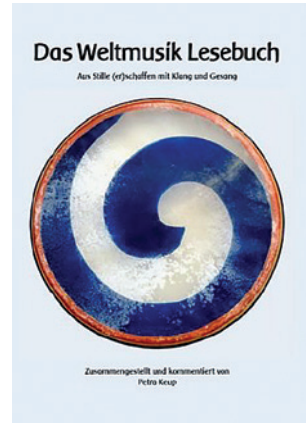
Der Bestseller als Geschenkausgabe: Was uns die Weisheit hundertjähriger Menschen über das Leben, das Glück und die Liebe lehrt.

Denken wir an Hundertjährige, dann bekommt das ansonsten

so gefürchtete Alter etwas Geheimnisvolles. Sie ziehen uns in ihren Bann. Umso mehr, wenn sie uns an ihren hundert Jahren Lebensklugheit teilhaben lassen. Denn wann, wenn nicht dann, weiß ein Mensch, worauf es letztlich ankommt? Diejenigen, die heute hundert Jahre alt sind, haben als Kind den Ersten Weltkrieg erlebt, waren erwachsen, als der Reichstag brannte. Sie wissen, wie Leben und Alltag vor der Erfindung von Fernsehen, Antibiotika oder Kugelschreiber aussahen. Als sich Computer verbreiteten und Deutschland Wiedervereinigung feierte, waren sie längst in Rente. Wer einen solch immensen Wandel von Wertvorstellungen erlebt hat, birgt einen unvergleichlichen Erfahrungsschatz und kann seine Erkenntnisse gelassen weitergeben.

Kerstin Schweighöfer hat für dieses Buch zehn Hundertjährige getroffen - von der Bäuerin zur Künstlerin, vom Priester bis zur Geschäftsfrau, von Cannes über München, Jena oder Dortmund bis London. So erfährt sie manch ein Geheimnis und erhält oft verblüffende Antworten auf die großen Fragen des Lebens: Was macht eine gute Freundschaft, Beziehung oder Ehe aus? Wie kann die große Liebe zur Liebe des Lebens werden? Wie soll man umgehen mit Schmerz und Verlust? Welche Werte zählen im Spiegel der Zeit?

Mehr dazu: www.buchhandlung-plaggenborg.de.



Das Weltmusiklesebuch

Keup, Petra

Infolücke Vlg., 164 S., 24 €

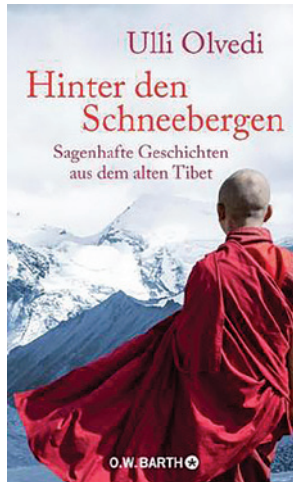
Eine Schatzkiste musikphilosophischer Einsichten und Aussichten. Rezension von Henrik Jäger Das neu erschienene Weltmusiklesebuch von Petra Keup ist eine liebevoll illustrierte kultur- und zeitübergreifende Sammlung von Sagen, Märchen, Gedichten, philosophischen Reflexionen und Essays über die Bedeutung, die Wirkung und den Sinn der Musik. Die Texte werden an Hand von übergreifenden Themen (wie „Singen“, „Heilen und zum Leben erwecken“, „Instrumentenklang“, „Singen und Musizieren mit der Natur“) angeordnet, so dass sich dem Leser ein guter Einblick geschenkt wird, wie sich Erfahrungen mit Musik in verschiedenen Kulturen ausgestaltet haben und wie viele Ähnlichkeiten bzw. Resonanzen es zwischen diesen Erfahrungen gibt. So stehen neben chinesischen, russischen,

wortwelten

spanischen Märchen Texte von Hazrat Inayat Khan, chassidische Gleichnisse, Zitate von Novalis und Konfuzius... Wir lesen in einem Märchen der Brüder Grimm von einer Königin, die ein Eselein zur Welt brachte, das sich durch seine innige Übung in der Musik so entwickeln konnte, das es auch in Eselsgestalt von einer Königstochter zum Mann genommen wurde – und auf Grund seiner inneren Bildung sich in der Hochzeitsnacht als Prinz entpuppte...

In einer Zeit, in der Musik in vielen Bereichen des Lebens immer mehr zum Klangmüll mit Dauerberieselungseffekt verkümmert, in der sie in professionellen Kreisen immer mehr zum Objekt eines gnadenlosen Leistungsdenkens wird, kann das Weltmusik-Lesebuch einen besinnlichen, befreienden und ermutigenden Blick auf dieses Thema ermöglichen: Musik zu hören, zu machen, zu teilen, gehört elementar zum Menschsein: Wir sind eingeladen, alles dazu zu tun, um unsere Sinne für sie zu verfeinern – sei es im eigenen Üben oder auch (nur) im Hören.

Bestellen bei www.buchhandlung-plaggenborg.de, Tel. 0441-17543.



Hinter den Schneebergen

Olvedi, Ulli

O.W. Barth Vlg., 208 S., 18,99 €

Die Bestsellerautorin Ulli Olvedi erzählt außergewöhnliche Geschichten, Märchen und Fabeln aus dem alten Tibet.

Manche der Kapitel mögen an die Gebrüder Grimm, andere wiederum an Äsops Fabeln erinnern, und andere wieder können es an Frechheit mit dem Decamerone aufnehmen. Doch ob sie zauberisch, drastisch oder unverschämt sind, man findet vor allem den Schalk der Tibeter darin. Dieser begleitet den Leser nicht nur in die exotische Vergangenheit Tibets, sondern führt auch in das fröhliche Herz dieser alten Nomaden-Kultur.

Als profunde Kennerin der tibetischen Kultur verwebt Ulli Olvedi die Erzählungen und Märchen nicht nur thematisch

ineinander, sie lässt eigene Erfahrungen und Erkenntnisse einfließen und zeigt uns ihr ganz persönliches Tibet.

Die enthaltenen Geschichten eignen sich zum Selber- und zum Vorlesen. Sie bringen uns dem Dach der Welt ein Stückchen näher und lassen uns einsinken in die wundersame Erzähltradition Tibets.

Mehr dazu: www.buchhandlung-plaggenborg.de.



Die Glückseligkeits-Therapie

Kupsch, Ananda Lena

Eigenverlag, 200 S., 16,80 €

Die eigene Heilung selbst in die Hand nehmen!

Mit einfachen Worten und erklärenden Bildern beschreibt dieses Buch, was bei einer seelischen Verletzung passiert und wie wir diese wieder heilen können. Ananda Lena Kupsch ist Heilpraktikerin, Therapeutin und Heilerin in Oldenburg. Sie entwickelte die Glückseligkeits-

Therapie auf ihrem eigenen Weg der Selbstheilung und teilt hier ihr Wissen und ihre Erfahrungen. Herzoffen und direkt zeigt sie, dass wir unseren Problemen nicht ausgeliefert sind, sondern uns selbst helfen können. Hierfür gibt sie eine Schritt für Schritt Anleitung, wie wir unser Licht in unsere Dunkelheit bringen können. Das Buch hilft, sich selbst besser zu verstehen und macht Mut, den eigenen Heilungsweg zu gehen.

Bestellmöglichkeit direkt: <https://ananda-lena-kupsch.de/das-buch/>



Der Tiger in der guten Stube

Tucker, Abigail

Theiss Vlg., 304 S., 19,95 €

Katzen sind unsere liebsten Haustiere. Im Laufe ihrer gemeinsamen Geschichte mit uns wurden sie zu einer der erfolgreichsten Tierarten auf diesem Planeten. Und heute herrschen

sie über Hinterhöfe, ferne antarktische Inseln und unsere Wohnzimmer ... und einige sind zu Stars des Internets geworden, die höhere Klickzahlen erreichen als so manche Hollywood-Größe.

Aber wie haben Katzen diese Dominanz erreicht? Anders als Hunde haben sie für uns keinen praktischen Nutzen. Sie sind miserable Rattenjäger und gleichzeitig eine Bedrohung für viele Ökosysteme. Und doch lieben wir sie. Um unsere Hausgenossen besser zu verstehen, macht sich Abigail Tucker auf die Reise zu Züchtern, Umweltaktivisten und Wissenschaftlern. Profund und unterhaltend erzählt sie, wie diese kleinen Kreaturen ihre Beziehung zu uns Menschen genutzt haben, um zu einer der einflussreichsten Spezies der Erde zu werden.

Nach der Lektüre werden Sie unsere pelzigen Begleiter mit anderen Augen sehen und sich selbst womöglich auch.

Mehr dazu: www.buchhandlung-plaggenborg.de.



Illuminationen und Miniaturen

Seevers, Anne-Elisabeth

Eigenverlag, 32 S., 12 ganzseitige u. 5 kleinere Abb., 29,- €

Was ist Buchmalerei?

Die Buchmalerei umfasst die Gestaltung von Handschriften, Büchern oder einzelnen Blättern mit Ornamenten, Miniaturen, Randverzierungen und mit der ornamentalen Einfassung von Textelementen. In Verbindung mit Vergoldungen werden diese Arbeiten auch als Illuminationen bezeichnet.

Ihre Verbreitung reicht von Ostasien über den islamischen Raum und Europa bis ins Amerika der Maya und Azteken. Zeitlich sind Buchmalereien seit der Antike dokumentiert. Mit dem Beginn des Buchdrucks verliert sich diese Kunstrichtung nach und nach. Eine besondere Bedeutung kommt der Buchmalerei im islamischen Raum zu. Durch das im Islam geltende Bilderverbot gibt es eine unabwendbare Konzentration auf die Ornamentik und die symbolhafte Stilisierung figürlicher Darstellungen. Die Künstler entwickelten hier eine außerordentliche Kreativität und Feinfühligkeit in der Anlage der ornamentalen Darstellungen und geometrischer Muster für die Buchmalerei des sakralen Bereiches.

Wie entstehen diese Arbeiten? Die Maltechnik dieser Kompositionen stammt aus der Malerschule des Top Kapı Palastes in Istanbul. Jedes Werk beginnt mit

wortwelten

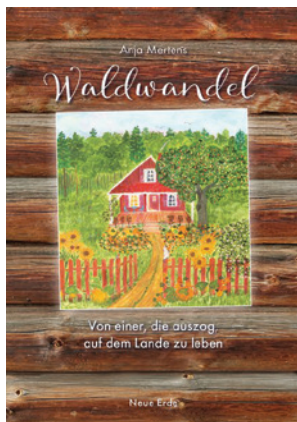
einem Entwurf, einer Zeichnung, die mit Zirkel und Lineal konstruiert und auf das vorbereitete Papier übertragen wird. Darauf folgt das Gold. Dann die Farben. Jede einzelne wieder schwarz konturiert.

Worum geht es dabei? Was soll deutlich werden?

Immer sucht der Verstand nach Antworten. Finden wird er immer neue Fragen. Symbole sind die Sprache des Unterbewusstseins. Das „Sehen mit dem Herzen“ führt direkt in dieses Verstehen hinein.

Siehe auch den Textauszug auf S. 20

Bestellen bei www.buchhandlung-plaggenborg.de, Tel. 0441-17543.



Waldwandel

Mertens, Anja

Neue Erde Vlg., 144 S., 12,- €

Eine waschechte Großstädterin merkt in der Mitte ihres Lebens, dass der Reiz der Stadt dahin ist. In Lärm und Hektik war ihr ihre ursprüngliche

kindliche Lebendigkeit verlorengegangen. Auf der Suche danach und einem besseren Leben geht sie bewusst den Schritt zurück aufs Land, verwandelt ein Waldstück in einen Garten. In diesem leisen Buch erzählt sie uns von ihren Erlebnissen und Gedanken. „Waldwandel“ beschreibt nicht nur die praktische Umsetzung eines Wohnortwechsels von der Stadt in ein kleines Blockhaus im Wald und den dort gelebten Alltag, die Autorin versucht auch, ihre ganz persönliche Antwort auf existentielle Lebensfragen des Menschen in der modernen Gesellschaft zu finden. Unaufdringlich und leise, doch mit Tiefgang und einer Prise Selbstironie und nicht ohne Humor beschreibt Anja Mertens, wie aus dem Traum etwas Greifbares wird: das Blockhaus im Wald, der Umbau, das Anlegen des Gartens, die kleinen Tücken mit dem Ofen - und welcher Reichtum in den einfachen Dingen, in der Bescheidung auf das Wesentliche liegt.

Bestellen bei www.buchhandlung-plaggenborg.de, Tel. 0441-17543.



Physik & Transzendenz Dürr, Hans-Peter (Hrsg.)

Driediger Vlg., 303 S., 19,90 €

Die großen Physiker unseres Jahrhunderts über ihre Begegnung mit dem Wunderbaren. Mit Beiträgen von: David Bohm, Niels Bohr, Max Born, Arthur Eddington, Albert Einstein, Werner Heisenberg, James Jeans, Pascual Jordan, Wolfgang Pauli, Max Planck, Erwin Schrödinger und Carl Friedrich von Weizsäcker. In dieser außergewöhnlichen Sammlung von Texten der Väter der modernen Physik erfahren wir, was die großen Physiker unseres Jahrhunderts über den Zusammenhang zwischen Naturwissenschaft und Spiritualität zu sagen haben. Das Transzendieren oder, um es mit den Worten Erwin Schrödingers zu sagen Überschreiten des Dualismus von Denken und Sein oder von Geist und Materie steht im Mittelpunkt der hier vorgelegten

Auslagestellen

Die Auslagestellen für das Heft finden Sie unter www.achtsames-leben.org/auslagestellen.

Texte einiger der größten Physiker unserer Zeit. Hans-Peter Dürr, Nachfolger Werner Heisenbergs am Max-Planck-Institut für Physik in München, zeichnet als Herausgeber dieses Buches. Es ist ein Grundlagenwerk für alle, die heute in den verschiedensten Lebensbereichen nach jener Einheit des Bewusstseins streben, die auch das Anliegen der hier vertretenen großen Denker war.

Mehr dazu: www.buchhandlung-plaggenborg.de.



Wahre Freiheit

Kornfield, Jack

O.W. Barth Vlg., 304 S., 22,99 €

Der weltbekannte Meditationslehrer Jack Kornfield präsentiert in *Wahre Freiheit* eine zeitlose Botschaft: Wir können in jedem Augenblick innerlich frei und in Frieden sein - auch wenn wir gerade einen schwierigen Moment haben. Auf dem Hintergrund bud-

dhistischer Weisheit befähigt er uns, jeder Situation des Lebens achtsam und liebevoll zu begegnen. Zu den zentralen inneren Qualitäten eines wahrhaft freien Lebens gehören: - die Freiheit von Angst und Furcht, - die Freiheit, immer wieder neu beginnen zu können, - die Freiheit, zu lieben und wirklich authentisch zu sein, - die Freiheit, glücklich zu sein. Jack Kornfield lädt zu einem aktiven Prozess mit zahlreichen Übungen zu Achtsamkeit und Selbstmitgefühl ein. Dabei prägen sich seine warmherzigen und authentischen Geschichten wieder besonders ein, denn jeder kann sich mit ihnen identifizieren. Wahre Freiheit führt uns durch Zeiten persönlicher Herausforderungen und Veränderungen, verwandelt uns und bringt unser erwachtes Herz in die Welt. Jack Kornfield ist einer der international bekanntesten buddhistischen Lehrer und genießt hohen Respekt auch als Psychotherapeut und Gründer zweier bedeutender spiritueller Zentren. Er ist einer der wichtigsten Vermittler von Achtsamkeit für die westliche Welt. Siehe auch den Textauszug auf S. 5

Mehr dazu: www.buchhandlung-plaggenborg.de.



Kinderkrankheiten - Wege der Heilung

Tochtermann, Anja

Neue Erde Vlg., 207 S., 18,- €

Kinderkrankheiten verlieren ihren Schrecken, wenn wir sie verstehen und mit ihnen umzugehen lernen. Sie sind wichtig für die Überwindung genetischer Belastungen und für die Bildung eines intakten Immunsystems - und sie können vermieden werden, wenn wir aus einem tiefen Verständnis der Zusammenhänge vorbeugend tätig werden.

Anja Tochtermann betrachtet Krankheiten nicht als „Entgleisungen“, sondern als Versuche unseres Körper-Seele-Organismus, in ein Gleichgewicht zu kommen. Vor diesem Hintergrund sind die klassischen Kinderkrankheiten Durchgangsstationen zu einer größeren Integrität. Wenn die Lebenskraft vorbeugend gestärkt wird, sind diese Durchgänge leicht und oft gar nicht mehr erforderlich, weil

wortwelten

die notwendigen Entwicklungsschritte ohne solche Krisen getan werden können.

Jede der Kinderkrankheiten steht für bestimmte Themen. So geht es bei Röteln um die Heilung der Weiblichkeit, bei Mumps um die der Männlichkeit. Auch erscheinen Kinderkrankheiten als wichtige Ventile zur natürlichen Ausleitung von Fremdstoffen, wie beim Drei-Tage-Fieber und den Windpocken, oder sie dienen zur Auflösung kollektiver Erbschaften, wie der Keuchhusten.

Jede Krankheit wird ausführlich beschrieben mit ihren Symptomen, Reife- und Lernerfahrungen und vor allem den ganzheitlich vorbeugenden Maßnahmen.

Dabei durchzieht das ganze Buch der Leitgedanke: Krankheit muss nicht sein, und wenn sie sich einstellt, sollte sie nicht bekämpft, sondern die Lebenskraft muss gestärkt werden; alles andere erledigt der Körper selbst. Es ist eine echte Heilkunde, die aus diesem Buch spricht, ein Fanal für eine aufgeklärte ganzheitliche Medizin.

Bestellen bei www.buchhandlung-plaggenborg.de, Tel. 0441-17543.



Sieben Stock Dorf Nothegger, Barbara

Residenz Vlg., 176 S., 19,- €

Als Barbara Nothegger Mutter wurde, wagte sie das Experiment und schloss sich mit ihrer Familie einem gemeinschaftlichen Hausprojekt an. 100 Menschen bauten sich ein Haus mit flexiblen Wohnungen, Gärten, Freiräumen für Kinder und einem ökologischen Lebensstil. Die Bewohner wollten füreinander da sein - ganz so wie früher im Dorf. Doch wie gelingt ein Zusammenleben in einer von Individualismus geprägten Welt? Sind Gemeinschaftshäuser eine Antwort auf drängende Fragen wie Vereinsamung, hohe Mieten und Ressourcenverschwendung? Barbara Nothegger zeigt anhand von vergleichbaren Häusern in Deutschland und der Schweiz,

wie gute Nachbarschaft zu mehr Nachhaltigkeit führt, und schildert humorvoll, wie sie in ihrem Gemeinschaftshaus glücklich wurde.

Mehr dazu: www.buchhandlung-plaggenborg.de.



Wie wir lieben Geßner, Thomas

Innenwelt Vlg., 150 S., 16,50 €

Wie kann man sich - ohne Selbstvorwurf - klarer sehen? Dieser Frage geht Thomas Geßner in seinem Buch nach, indem er ausführt, „wie unbewusste Liebe unser Leben aus einer inneren Notwendigkeit heraus gestaltet.“

Von der Gegenwart aus schaut er im ersten Teil des Buches auf unsere inneren Echos aus der Vergangenheit und wann sie uns heute noch bestimmen. Wann handeln, fühlen und denken wir wie Jugendliche, Kinder oder Ungeborene im Mutterleib? Es zeigt sich,

Kleinanzeigenauftrag

Den Auftrag finden Sie online und als PDF zum Ausdrucken auf www.achtsames-leben.org/ Kleinanzeigenauftrag.

wie die „abhängige Liebe“ für unser Überleben sorgt und dabei keine Fehler macht.

Im zweiten Teil des Buches beleuchtet er den anderen Pol der Liebe, die „Selbstliebe“. Sie kümmert sich ums Wachsen und hat kein Interesse an Überleben und Kontrolle. Sie sucht Entfaltung und Hingabe und kann uns in ein spannteres inneres Erwachsensein führen.

Im dritten Teil geht es darum, wie und wozu wir unbewusst die Überlebensstrategien von damals noch heute in ähnlich anmutenden Situationen aktivieren. Sobald wir diesen inneren „Echos“ recht geben und uns der Gegenwart anvertrauen, wird es innerlich stiller und freier. So können wir ein spannteres Erwachsensein leben.

Bestellen bei www.buchhandlung-plaggenborg.de, Tel. 0441-17543.

Wildbienenhelfer Wildbienen & Blühpflanzen

Hrsg. Klotz, Andreas, Fotos: Eder, Anja

Tipp 4 Vlg., 248 S., 39,90 €

Ein Buch für Entdecker und alle, denen unsere Artenvielfalt am Herzen liegt. Das Buch beschreibt, wie erkenne ich Wildbienen, welche Pflanzen brauchen sie, wie schaffe ich optimalen Lebensraum. Es führt, nach Monaten gegliedert, durch die Wildbienen-saison und zeigt anschaulich, welche Pflanzen Nahrung bieten und welche Wildbienen unterwegs sind. Jeder, der einen Garten, Balkon oder andere Pflanzmöglichkeiten hat, kann gezielt das Nahrungsangebot für die bedrohten Insekten verbessern. Das Buch schärft den Blick auf die teilweise recht unscheinbaren Wildbienenarten und auf unsere heimischen Blühpflanzen. Denn letztlich kann man nur schützen, was man kennt. Die wenigsten Menschen kennen Wildbienen. Dabei gibt es allein in Deutschland über 560 Arten. In unseren Gärten lebt eine ungeahnte Vielzahl an Wildbienen. Sie suchen in unseren Städten Zuflucht, da sie in umliegenden Kulturlandschaften nur wenig oder keine Nahrung finden. Dort sorgen Monokulturen, der daraus entstehende Mangel an heimischen Blühpflanzen und das große Aufkommen an Pestizi-

den dafür, dass ein Überleben kaum möglich ist.

Gartenbesitzer können mit gezielter Bepflanzung sehr viel für den Schutz der Wildbienen und gleichzeitig für viele weitere Insekten wie Schmetterlinge, Schwebefliegen oder Käfer tun. Unsere Gärten sind wichtige Inseln der Nahrungsvielfalt. Unsere heimischen Bienen fliegen in erster Linie heimische Blühpflanzen an.

Wie nisten Wildbienen? Durch das „Aufräumen“ unserer Gärten vernichten wir Nistplätze oder beseitigen unwissend, die in Pflanzenstängeln oder Totholz befindlichen Larven vieler Wildbienenarten. Denn viele Arten überwintern in vertrocknetem Pflanzenmaterial oder in totem Holz. Auch hier ist es gut zu wissen, was wir ändern oder vermeiden können.

Pestizide in unseren Gärten? Durch den Kauf von Großmarktpflanzen können mit Pestiziden belastete Blühpflanzen in unsere Gärten gelangen. Wir Verbraucher können etwas dagegen unternehmen. Umdenken, genauer hinschauen und umweltfreundlich handeln.

Mehr zum Buch: www.buchhandlung-plaggenborg.de

Wildblumenmischungen für Wildbienen gibt es im www.bundladen.de oder beim NABU in Oldenburg: <http://www.nabu-oldenburg.org/>.



wer macht was

Ayurveda

Ayurveda Massagen + Beratungen. Surya Ayurveda + Yogapraaxis, Dagmar Battermann, T. 0441.99864499, info@ayurveda-surya.de.

Bücher, CDs, DVDs

Großer Internet-Shop der Buchhandlung Plaggenborg: www.buchhandlung-plaggenborg.de mit vielen Zusatzinfos, Videos, Interviews. Tel. 0441.17543.

Erwachen

Seminare: 1. Energie- u. Heilarbeit, 2. Impulse zur Verjüngung, 3. Heilfasten - Christine Ohlenbusch, T. 04791.9319433.

Familienaufstellung

HP Bärbel Zehnpfund, systemische Therapie u. Aufstellungen, Paartherapie, Akupunktur, Ziegelhofstr. 21, 0441.2048845.

Heilsames Singen

Mantren, Gebete, Heil- Kraft und Seelenlieder, TrueVoice® Stimmarbeit nach Mark Fox, Ute Ayrall, mayra46@gmx.de

Internetdienstleistungen

Webseiten- Neugestaltung und -Pflege, Facebook u.a., Fotos u.a. Ulrike Plaggenborg, OL 36182644. Ein Service der Buchhandlung Plaggenborg.

Kabbalistische Geburtsanalyse

Lebensberatung nach der Kabbala. Markus Mollet - Tel. 0173.2409601, info@mollet-personaltraining.de.

Wer macht was?

Der kleine Branchenführer zum schnellen Nachschlagen

Viele weitere Anbieter finden Sie unter www.lebenskunst-nordwest.de

Klassische Homöopathie

HP Dr. Nicola Hassold-Piezunka, Praxis für Klass. Homöopathie, Tungeln, Tel. 04407.715638, info@praxis-piezunka.de.

Lebensberatung

Einzel-, Gruppen- und Paarberatung, Anke Svaha Schöpfer, 0173.2468174 und E-Mail: svaha1@freenet.de.

MBSR

MBSR-Kurse mit Doris Kirch. DFME Deutsches Fachzentrum für Achtsamkeit. Tel. 0441.4084117.

Mentaltraining

Aleve Mentaltraining - Den Sinn des Lebens erkennen. Tel. 04222.9477020, E-Mail: aleve-mentaltraining@gmx.de.

Metabolic Typing

Die optimale Ernährung für Ihren individuellen Stoffwechsellyp. Informationen bei Tonja Hauser, Tel. 0441.8096118.

Partnerschaft

Monika Entmayr & Reiner Kamin-ski. Paarberatung, Workshops für Paare. Tel. 04487.9204277, info@liebeskultur.de.

Pendeln

Pendeln, Kartenlegen, Orakel-deutung, Steinheilkunde - auch per Hausbesuch. Vika Meyer, OL, Tel. 0176.51310959.

Primärtherapie

Fühlen, der Schlüssel für Lebendigkeit und Leben im Moment. Integrative Primärtherapie Gabriela Luft, 04482.2566007.

Reiki

Aus dem Herzen durch die Hände. Reiki seit 1987! Erfahrene Reiki-Meisterin-Lehrerin Ursula Schoenfelder, Tel: 0441.36145020.

Schamanismus

Schamanisch Heilen, mit der Hilfe der geistigen Welt. Einzel- u. Gruppenarbeit, Gabriela Luft, 04482.2566007.

The Work of Byron Katie

Coaching, Seminare und Ausbildung zum anerkannten Coach für The Work mit Ralf Heske. Tel: 040.88167930.

Tierkommunikation

Ruth-May Johnson - Ausbildung Tierkommunikation & Ausbildung Schamanische Heilarbeit für Tiere. Tel. 04402.6969500.

Yoga

Hatha-Yoga Kurse -Anf., Fortg., 50 plus, Senioren, Schwangere. Yoga & Orientalischer Tanz, M. Rimpel, Tel. 0441.9200792.

Viele weitere Termine & Veranstaltungen auch unter www.lebenskunst-nordwest.de

Seminare & Workshops

RESET Kiefermuskelentspannung; Behandlungen u. Seminare, www.josefstotten.de.

Seminare rund um Tier, Mensch & Natur. Vielleicht ist etwas für Sie dabei? Just have a look :o). www.die-kleine-anderswelt.de.

6.4. 18-21:30h: **Systemische Aufstellungen.** Ltg.: Bärbel Zehnpfund, Heilpraktikerin, Ziegelhofstr. 21, Anm.: 0441.2048845, www.heilpraxis-zehnpfund.de.

Ab 9.4. **Hatha Yoga für Schwangere** um 19:45 Uhr. Das Yogastudio, Ziegelhofstr. 21, Tel.: 0441.2055565.

14./15.4. **Tierkommunikation-Kurs in Rastede.** Infos & weitere Termine: www.tiercomm.de.

21./22.4. **Schamanisches Reisen Grundkurs:** Infos, Termine & Angebote: www.tiercomm.de.

Hormon Yoga Workshop für Frauen in den Wechseljahren. 21./22.4. und 16./17.6. Das Yogastudio, Ziegelhofstr. 21, 0441.2055565.

8.5. 18-21:30h: **Systemische Aufstellungen.** Ltg.: Bärbel Zehnpfund, Heilpraktikerin, Ziegelhofstr. 21, Anm.: 0441.2048845, www.heilpraxis-zehnpfund.de.

2./3.6. **Tierkommunikation-Kurs in Rastede.** Infos & weitere Termine: www.tiercomm.de.

Termine in der **ISIS – Astrid Mügge und Salute e Bellezza – Dietmar Ehlert, Edewechter Landstr. 18, OL, Info u. Anm. www.salute-isis.de Tel. 0441.592328:**

3.4., 17.45 Uhr, **Bewegende Achtsamkeit,** Luna Yoga, japan. Heilströmen, Meditativer Tanz mit Astrid Mügge

5.4., 18.30 Uhr, **Lebe Deine weibliche Kraft!** Tanz, Selbsterfahrung, Entfaltung der Sinne, Astrid Mügge

13.4., 18 Uhr, **Die Kunst des Innehaltens,** offene Meditationsgruppe mit Astrid Mügge

17.6., 18 Uhr, **Befreie Dein Herz und Tanze!** Offenes Tanzangebot für Frauen und Männer, Astrid Mügge

18.5., 18 Uhr, **Die Kunst des Innehaltens, offene Meditationsgruppe** mit Astrid Mügge

15.6.18, 18 Uhr, **Die Kunst des Innehaltens, offene Meditationsgruppe** mit Astrid Mügge

22.6., 18 Uhr, **Das Fest der Sommergöttin zur Sonnenwende** mit Tanz, Ritual und Musik

Regelmäßige Termine

sonntags

KlangStille - 1. Sonntag im Monat, 11.00-13.00 Uhr, Ute Ayrall, 0441.30419593 oder 0178.8193703, www.mondboot.de.

dienstags

Yoga in der Gruppe, Samahita Yoga mit Entspannung und Atem- Achtsamkeit, Gruppe 2 um 20h. Anm.: Regina Bauer, 0441.82118.

Yoga für Anfänger und Vorerfahrene um 17.45 Uhr und 19.30 Uhr Surya Ayurveda u. Yogapraxis Dagmar Battermann Tel. 0441.99864499.

mittwochs

Von 13 bis 18h geöffnet für den **AURA-SOMA® Verkauf,** und nach telef. Vereinbarung, Regina Bauer, Bürgereschstr. 27, OL. Tel. 0441.82118.

Sanftes Yoga für Einsteiger und Geübte, 9-10.30 Uhr, Surya Ayurveda & Yogapraxis Dagmar Battermann, Tel. 0441.99864499.

Ausbildung

The Work of Byron Katie: Intensiv-Seminar und Ausbildung mit Ralf Heske in Hude. Tel.: 040.88167930. www.ralf-heske.de.

Schamanische Ausbildung in der kleinen Anderswelt - nächster Start Oktober 2018. Weitere Infos unter www.tiercomm.de.

ACHTSAMES LEBEN im Abonnement!



4 Ausgaben per Post nur 10,- €

Bestellung unter 0441.17543 oder info@achtsames-leben.org

Kleinanzeigen

Dies & Das

Intuitiv-integrativer Aufstellungscoach, Ausbildung/Selbsterfahrung, Schwerpunkt Aufstellungen & Energiearbeit, Tel.: 05468.8069105, www.die-wegefinderin.de.

Thai Yoga Massage bei Körperkern in der Ziegelhofstraße 5 in 26121 Oldenburg. Mail: Manuel.drose@web.de. 01511.4320070, Termine nach Vereinbarung.

Wer hat einen Kassettenrekorder und möchte -zig Musikkassetten mit Musik haben? Gratis bei Abholung in Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441.17543.

Buchhandlung Plaggenborg auf Facebook: www.facebook.com/BuchhandlungPlaggenborgOldenburg. Und auch auf Google+.

Achtsames Leben auf Facebook: www.facebook.com/AchtsamesLebenMagazin

Internetdienstleistungen Ulrike Plaggenborg - Webseitenbetreuung: Webseiten- Neugestaltung, Termineinträge, Aktualisierungen, Facebook u.v.m. www.web-service-ulrike-plaggenborg.de. Rufen Sie mich an: Tel. 0441.36182644 o. 17543. Ein Service der Buchhandlung Plaggenborg.

Reisen

Fasten & Wandern auf Borkum. Nehmen Sie sich eine Auszeit! Entdecken Sie ein neues Ich. www.borkumer-fastenwandern.de.

An- & Verkauf

Buchhandlung Plaggenborg: Großer Internetshop: www.buchhandlung-plaggenborg.de! Sorgfältig ausgewählte Titel aus den Themengebieten: Gesundheit & Heilen, Bewusstes Leben & Spiritualität, Weisheit der Welt und Nachhaltigkeit & Neues Wirtschaften. Riesenauswahl an Büchern, CDs, DVDs, auch viele Non-Book-Artikel. Einfacher Bestellablauf, Lieferung ins Haus oder Abholung in der Lindenstr. 35, 26123 OL. Und natürlich alles auch telefonisch bestellbar: 0441.17543. Besuchen Sie uns doch mal!

Räume & Wohnen

Praxisraum ca. 20qm in ruhiger Innenstadtlage gesucht. Gerne als alleinige Nutzung oder teilweise, bevorzugt Donnerstag, Dienstag und Freitag nachmittags. Erste Infos unter www.kbt-oldenburg.de, Christa Rabe-Balz, 0441.7775254.

Metjendorf, Therapie-/Seminarraum (hell, vielseitig verwendbar), ca. 70 m², separater Eingang mit Flur/Garderobe, Küche und 2 WC-Räume vorhanden, tage- oder stundenweise zu vermieten. Gemeinschaftspraxis Reemts & Menke 0441.9620450 (Bilder unter www.renfried.de).

Schöne und lichtvolle Praxen- und Gruppenräume (8, 26, 30 und 70 m²) mit 2 Teeküchen für Gruppen, Seminare und Einzeltherapie. Rosenhaus - Zentrum für Selbsterfahrung, Meditation und Therapie. www.rosenhaus-oldenburg.de. Tel. 0441.85315.

Seminarraum 50 Quadratmeter mit kleiner Küche in idyllischer Lage zu vermieten. Info: www.josefstotten.de.

Behandlungsraum in HP-Praxis für 3 Tage pro Woche zu vermieten. Kann auch für einzelne Tage gemietet werden. www.josefstotten.de.

Freundlicher Raum (9 m²) in Praxishaus im Ziegelhofviertel an Therapeuten/in zu vermieten, Tel. 0441.84869.

Kontakte

Ich interessiere mich sehr für den auth./tibet. Buddh. (Gelug TZ Hamburg, Hannover) und mir fehlt in OL eine Gruppe. Daher suche ich Menschen, die sich ebenfalls sehr dafür interessieren und zus. mit mir eine Gruppe/ Verein gründen und sich zunächst 1 x wö. treffen wollen. E-Mail: tibetische.gemeinschaft@web.de



Die nächste
ACHTSAMES LEBEN
erscheint Ende März 2018,
Anzeigenschluss ist am
22.05.18; Redaktionsschluss
ist am 15.05.18.

Der Goldene Pfad

Der Goldene Pfad ist ein weiteres Buch von Richard Rudd, für alle die sich schon mit den 64 Genschlüsseln auseinander setzen und sich für Ihr Hologenetisches Profil interessieren oder etwas über Ihre Aufgabe bzw. höhere Bestimmung erfahren wollen.

Richard Rudd

Der Goldene Pfad

Eine Reise zur Selbsterleuchtung durch die Genschlüssel

Der Goldene Pfad ist ein Weg in die Tiefen des Mysteriums des Lebens. Es ist ein Pfad der Seele, in dem dein alltägliches Leben zu deiner größten Muse wird. Er lädt dich ein, über einige fundamentale und zum Teil auch schmerzhaftige Fragen zu kontemplieren.

Sobald du den Goldenen Pfad beschreitest, wirst du zutiefst mit drei primären Fragen konfrontiert werden:

1. Was ist deine Lebensbestimmung?
2. Wie erfüllend sind deine Beziehungen?
3. Wie stark bist du in dein Gemeinschaftsumfeld integriert?

Wenn der Mensch im Einklang mit der Schöpfung ist, existieren diese drei Fragen schlicht nicht. In seiner Essenz beschreibt der Goldene Pfad den organischen Fluss des Lebens, wenn man den natürlichen Rhythmen ohne jegliche Widerstände folgt. Es mag Zeiten in der menschlichen Geschichte gegeben haben, wo dies der Fall war, doch es liegt wohl auf der Hand, dass unsere moderne Zeit nicht einer solchen entspricht.

Darum sind die Genschlüssel geschaffen worden, dies ist ihre Aufgabe – einzelne Individuen, Beziehungen und Gemeinschaften in der Wiedereinordnung ihrer Leben in einer erweiterten Harmonie mit der Schöpfung zu unterstützen.

432 Seiten, broschiert

ISBN: 978-90-8879-173-4 · € [D] 27,95

