

kostenlos

Frühling 2015

ACHTSAMES LEBEN

Das Magazin für ganzheitliche Lebenskunst für Oldenburg und den NordWesten



Neuerscheinungen Frühling 2015



Aannathas/Erzengel
Raphael/Ursula Frenzel

Himmlische Engel-Medizin

ISBN 978-3-89568-264-3
Pb. / ca. 232 S. / ca. € 19,80
erscheint März 2015



White Bull/P. Tiller

Die Heilung der gefallenen Engel – Rückkehr ins Licht

ISBN 978-3-89568-265-0
Pb. / ca. 352 S. / ca. € 19,80
erscheint Mai 2015



Jesus Sananda/Ines Nandi

Der physische Aufstieg des Menschen

ISBN 978-3-89568-266-7
Pb. / 220 S. / € 18,50
Februar 2015



Die Christusenergie Einweihungen und Praxis

ISBN 978-3-89568-267-4
Pb. / 112 S. / € 15,50
Februar 2015



Erzengel Metatron
durch Ursula Frenzel

Kristalline Zell- energie durch den Opalstrahl

ISBN 978-3-89568-268-1
CD ca. 60 min. / ca. € 19,00
erscheint April 2015

ch. falk-verlag · Ischl 11 · 83370 Seeson
Telefon 08667-1413 · Fax 08667-1417
email@chfalk-verlag.de · www.chfalk-verlag.de



BEING AWAKE OLDENBURG



SOMMER-RETREAT „ACHTSAMKEITSTRAINING“ 24.-30-August im Benediktiner-Kloster Damme.

Info: AndreaSchreiber, Tel.: 0441/9848041, aschreiber29@t-online.de
„Mit Achtsamkeit sehen wir, mit Liebe nehmen wir an, mit Weisheit leben wir.“



Der Tag beginnt um 5:30 Uhr und endet um 22:00 Uhr. Sitz- und Gehmeditationen (jeweils 45 Minuten) wechseln sich mit Pausen ab. Es gibt jeden Tag einen Vortrag auf Englisch (ohne Übersetzung) und die Möglichkeit zu Einzelgesprächen mit Michael Kewley (ebenfalls auf Englisch). Der Kurs findet im Schweigen statt. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.
Kursgebühr: 260,00 EUR zzgl. Unterk. und Verpf.

Anmeldung:
Kloster St. Benedikt
Benediktstr. 19
49401 Damme
Tel.: 05491-958125
gaestehaus@benediktiner-
damme.de



MONATLICHES TREFFEN ZUR MEDITATION (OHNE MICHAEL KEWLEY):
Im Rosenhaus, Weskampstraße 28, Oldenburg / Infos: Florian Schwindt, 04407 / 709171
Samstags, 15-17 Uhr, 28.3., 18.4., 23.5., 20.6., 19.9., 24.10., 21.11., 19.12.2015

Mit Michael Kewley, Dhammachariya Paññadipa (Lehrbeauftragung in Dhamma)
www.puredhamma.org



ACHTSAMES LEBEN

Internet: www.achtsames-leben.org
Herausgeber Karl-Heinz Plaggenborg,
Lindenstr. 35, 26123 OL,
Redaktion Karl-Heinz Plaggenborg
Satz, Gestaltung Agentur JARUSCHEWSKI
Peter Gerd Jaruschewski
Lagerstraße 62, 26125 OL
Tel. 0441.9736160
E-Mail: gestaltung@achtsames-leben.org
Anzeigenleitung Buchhandlung Plaggenborg,
Lindenstr. 35, 26122 OL,
Tel. 0441.17543
Fax 0441.17528
E-Mail: info@achtsames-leben.org
Internet: www.buchhandlung-plaggenborg.de
Anzeigenpreisliste www.achtsames-leben.org
Autoren dieser Ausgabe:
Wolfgang J. Aurose,
Uwe Christiansen,
S.H. der Dalai Lama,
Thomas Hübl,
Barbara Kramer,
Ilka Luiken,
Karl-Heinz + Ulrike Plaggenborg,
Geseko v. Lüpke.
Titelfoto Ulrike Plaggenborg
Termin-Annahmeschluss Die Veröffentlichung von
Anzeigen/Kleinanzeigen
erfolgt auf Rechnung.
Alle Angaben ohne Gewähr.
Kleinanzeigenschluss für die
nächste Ausgabe ist der
01. Juni 2015.
Erscheinungsweise vierteljährlich
Auflage 7.500 Exemplare
Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist
der 15. Mai 2015.
Bankverbindung Volksbank Oldenburg,
IBAN: DE38280618220012215701
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. © 2015 Buchhandlung Plaggenborg



Liebe LeserInnen,
der Frühling ist schon da. So viel Sonne Anfang März - wunderbar! Voller Erwartung sehen wir der Laubentfaltung entgegen, wie sie auf unserem

Titelbild schon zu sehen ist.

Die Zukunft wartet auch auf Entfaltung und deshalb freuen wir uns besonders über den Beitrag von S.H. dem Dalai Lama, der meint, dass es Zeit für ein Jahrhundert des Mitgefühls sei. – Thomas Hübl stellt in seinem Interview heraus, dass erst durch Heilung der Vergangenheit die Zukunft werden kann. – Dass auch ganze Staaten ein gemeinsames Bewusstsein, eine Vergangenheit und Zukunft, haben, das ist das Thema von Wolfgang J. Aurose. – Und am 22.4. kommt Geseko v. Lüpke nach Oldenburg zu einem Vortrag über Inseln der Zukunft im Meer des Chaos. Außerdem freuen wir uns mit dem buddhistischen Jhana Verlag über seine 25-jährige Verlagsgeschichte.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei Uwe Christiansen, der in dieser Ausgabe seine astrologischen Betrachtungen beendet, weil er sich anderen Aufgabenfeldern zuwendet. Mehr dazu in seinem Beitrag zur Zeitqualität. Es gibt eine neue Rubrik ab dieser Ausgabe: „Praxis & Methoden“, wo sich AnbieterInnen etwas ausführlicher darstellen können. Ob Ihnen das gefällt, das können Sie uns in unserer Umfrage sagen, die wir auf www.achtsames-leben.org für Sie bereitstellen.

Wir wünschen allen einen guten Start in die schönste Jahreszeit mit ihren Farben, Düften, der frischen Luft! Genießen Sie das Leben!

Karl-Heinz & Ulrike Plaggenborg

formales

3 Impressum

3 Liebe LeserInnen

4 Inhaltsverzeichnis

astrologie

39 Verteilerliste

5 Zeitqualität von April bis Juni '15

nachhaltigkeit & ethik

9 Es ist Zeit für ein Jahrhundert des Mitgefühls

15 Inseln der Zukunft im Meer des Chaos

aktuell

14 Jhana Verlag
25 Jahre Jubiläum

23 Diamond Approach®:
Neue Gruppen & Retreats

spiritualität

18 Ein kleines Strück vom Paradies
Garten der Religionen

29 Transformation
Interview mit Thomas Hübl

bewusstes leben

19 Die Skala der Seele
Eins & besonders sein

kunst & kultur

22 Mandala
von den Wortfinderinnen

veranstaltungen

25 Veranstaltungen

32 Seminarkalender

42 Seminarkalender
Friesland

anbieter

32 Seminarkalender

33 Praxis & Methoden

39 Wer macht was im Internet

43 Marktplatz
Anbieter stellen sich vor

67 Wer macht was?
Anbieter in Kürze

für die sinne ...

60 Klangwelten

61 Schwelten

62 Wortwelten

kleinanzeigen

68 Vorträge

68 Seminare & Workshops

69 Termine: freier Eintritt

69 regelmäßige Termine

70 Ausbildung

70 Therapie

70 Dies und Das

71 An- & Verkauf

71 Räume/Wohnen

71 Wilhelm 13 - Konzerte

71 Wilhelm 13 - Lesungen



Die nächste
ACHTSAMES LEBEN
erscheint am 27. März 2015.
Anzeigenschluss ist am
01.06.15; Redaktionsschluss
ist am 15.05.15.



Echt Oldenburg!



STADTBÄCKEREI

Schröder

DIE HANDBÄCKER

www.stadtbaeckerei-schroeder.de

Die Zeitqualität von April bis Juni 2015

Politische Brisanz

Die Auswirkungen der vom Juni 2012 bis März 2015 „gültigen“ Spannungskonstellation (Uranus im Zeichen Widder im Quadrat zu Pluto im Zeichen Steinbock) sind nunmehr deutlich sichtbar in Europa angekommen. *„Schon der Name klingt wie eine Drohung: „Wir können“, so haben sich die Europakritiker in Spanien genannt. Podemos heißt die linke Protestpartei und sie tritt mit guten Aussichten zur Parlamentswahl an. Ist Griechenland nur der Anfang einer Bewegung, die sich in Europa in den kommenden Monaten Bahn brechen könnte? Schließlich ist 2015 ein Superwahljahr. In acht EU-Ländern werden Parlamente neu gewählt, allen voran in Frankreich (Regionalparlamente), Großbritannien, Portugal und Spanien. Zwischen 27 und 35 Prozent der Wählerstimmen versammeln die Protestparteien in den großen EU-Staaten hinter sich. In Spanien liegt Podemos mit 28 Prozent gleichauf mit der regierenden Volkspartei. Gewählt wird im Herbst.“* ZEIT Online, 20.2.2015.

Im Gründungshoroskop von Griechenlands Demokratie ist der Transformationsplanet Pluto, der für Stirb und Werde Prozesse steht, in das „Begegnungshaus“ „gewandert“, mit Sicherheit kein Indiz für mit Augenmaß und Ruhe geführte politische Verhandlungen. Wer die aktuelle Presse z.Z. verfolgt, weiß was ich damit meine. Bis September dieses Jahres wird sich zeigen, ob wir in unserem nächsten Griechenland Urlaub wieder mit der Drachme bezahlen werden.

Die Horoskope von Frankreich, Spanien und Italien zeigen ebenfalls eine große Veränderungsdynamik an.

Das sinnbildliche Sterben alter (Lebens-) Strukturen Wir sollten uns noch einmal wirklich bewusst machen, dass es in dieser Zeit um das sinnbildliche Sterben alter (Lebens-) Strukturen geht; und das natürlich auch auf gesell-



schaftlicher Ebene! Die Sehnsucht nach neuen, auf mehr Freiheit ausgerichteten Strukturen lässt sich auf der persönlichen – wie auch auf der überpersönlichen Ebene wiederfinden. Letztlich geht es um die Frage, nach welchen Werten wir uns persönlich und auch im Kollektiv ausrichten.

Schön finde ich die Vorstellung, dass die in den letzten drei Jahren geborenen „jungen“ Seelen in 20 bis 25 Jahren sehr auf Veränderungen in unseren Lebenssystemen drängen werden. Das können wir bestens gebrauchen!

Rückläufigkeitszyklen

Die aktuelle Rückläufigkeit von Jupiter, dem Prinzip Ausweitung durch Bewusstwerdung, endet am 8. April 2015 (auf 12 Grad Löwe). Eine Phase des nach innen Lauschens - welchen Raum gebe ich meinem kreativen und spielerischen Ausdruck - geht damit zu Ende. Zu welchem Ergebnis kommen Sie selbst bei dieser Fragestellung? Am 11. August wechselt Jupiter in das Erdzeichen der Jungfrau.

Neptun wird ab dem 12. Juni auf 9 Grad Fische bis zum 18. November auf 7 Grad Fische rückläufig. Ganz besonders wird diese Zeit von den Fische Geborenen (25. Februar bis 1. März) und den Jungfrau Geborenen (30. August bis 2.

September) erlebt werden. Bei aller Feinspürigkeit sollte nun für einen guten Bodenkontakt gesorgt werden. Nicht jede Vision ist zielführend und umsetzbar; der realistische Blick sollte in diesem Zeitfenster nicht verloren gehen. Die Fische Geborenen (25. Februar bis 1. März) erleben in dieser Zeit eine extreme Ausdehnung ihres Bewusstseins. Ihre Definitionen von „wer bin ich“ und „was macht meine Persönlichkeit aus“ greifen nicht mehr. Sie befinden sich in einem machtvollen Prozess, der alle alten begrenzenden Selbstbilder aufweicht. Positiv kann so zu einem wirklich neuen und stimmigen Selbstbewusstsein gefunden werden. Negativ kann diese Entwicklung aber auch immense Angst auslösen: Was bleibt bestehen, worauf kann ich mich noch verlassen? Eine sehr gute Zeit, um sich in der Tiefe mit sich selbst auseinander zu setzen, am besten mit einem klaren Gegenüber, der von diesem Zeitgeschehen nicht berührt ist! Bei den Jungfrau Geborenen (30. August bis 2. September) verläuft diese Entwicklung ähnlich. Auslösender Faktor ist hier aber die Begegnung mit einem Gegenüber, welcher den Auflösungs- oder Hinterfragens- Prozess initialisiert. Eine zu starke Idealisierung des Partners oder der Partnerin und eine Enttäuschung dessen kann hier zu einem ebenso starken sich-in-Frage-stellen führen.

Pluto ist ab dem 17. April (15 Grad Steinbock) bis zum 25. September 2015 (12 Grad Steinbock) rückläufig. Er bleibt im zweiten Dekanat und wirft damit weiterhin die Frage auf, nach welchen Regeln und Konventionen wir Beziehungen eingehen und führen. Der aktuelle Prozess des Hinterfragens führt uns evtl. auch zu bisher nicht angeschauten und wahrgenommenen Wünschen und Sehnsüchten in unserer Sexualität. Alte, nicht mehr stimmige Begrenzungen müssen „sterben“ um einer neuen und freieren Form des in Beziehung-Seins Raum zu geben. Das wird natürlich nicht alles in diesem Zeitraum geschehen, aber die Fragestellungen und das Spüren von „es reicht so nicht“ werden angestoßen.

Merkur wird ab dem 19. Mai (13 Grad Zwilling) bis zum 12. Juni auf 4 Grad Zwilling rückläufig. Für dieses Zeitfenster heißt es wieder, einfach damit rechnen, dass ihr Gegenüber einen anderen Zeitplan im Kopf hat oder ernsthaft gesprochen, bei wichtigen Verabredungen und Vereinbarungen noch einmal prüfen, ob beide Seiten dasselbe verstanden haben.

Saturn ist in der Zeit vom 14. März (4 Grad Schütze) bis zum 2. August (28 Grad Skorpion) rückläufig. Wir kommen noch einmal in tiefen Kontakt mit unserem „Keller“ und dadurch die Möglichkeit, die in 2014 gemachten Erfahrungen zu ei-



Heilen Sie Beschwerden durch bloße Erkenntnis!

Allergien, Migräne, Schlafstörungen und sogar Krebs – viele chronische Krankheiten haben gar keine körperlichen, sondern seelische Ursachen und können allein durch deren Aufdeckung und „Neuinterpretation“ zum Verschwinden gebracht werden. Mit diesem tiefenpsychologischen Ansatz vereint Andreas Winter seit vielen Jahren die etablierte Medizin mit der Geisteswissenschaft und behandelt erfolgreich Tausende von Betroffenen. Anhand neuester Erkenntnisse und verblüffender Fallbeispiele zeigt der Erfolgscoach, wie das Wissen um die wahren Ursachen zur Heilung führt – oft schon nach einem einzigen Gespräch und ohne Arzt.

Andreas Winter | Heilen ohne Medikamente
ISBN 978-3-86374-190-7 | 9,95 € (D) / 10,30 € (A)

Leseprobe und Internetforum mit dem Autor: www.mankau-verlag.de

Bücher, die den
Horizont erweitern



Die Zeitqualität von April bis Juni'15

ner neuen Lebensausrichtung zu verdichten!
Für Skorpion Geborene vom 20. bis zum 22. November findet eine wichtige Überprüfungszeit nun ihren Abschluss. Und ganz wichtig: Die Energie kehrt zurück!

Besondere Mondzyklen

Am Vollmond vom 4. April (abends um 20.58 Uhr) steht der auf Harmonie bedachte Mond in der Waage dem spontanen Handlungsimpuls (Sonne Konjunktion Uranus) gegenüber. Eine prima Gelegenheit, um in Spürung zu bringen, welchen dieser Pole wir mehr in unserem Leben besetzen: Das nur- nicht- anecken- wollen oder das sich- um- jeden- Preis- frei- zum- Ausdruck- bringen- wollen.

Der Neumond am 18. Mai (morgens um 6.14 Uhr) steht dem einschränkenden Prinzip von Saturn gegenüber. Ein guter Tag für das Gewahrwerden dessen, wie wir auf die aktuellen Einschränkungen in unseren Lebensbezügen reagieren.

Das war nun der letzte Astrologische Newsletter von mir im „Achtsamen Leben“ in dieser Form. Andere Aufgaben und Arbeiten nehmen mich stark in Beanspruchung, so dass ich nicht mehr an weitere terminliche Vorgaben gebunden sein möchte. Der astrologische Newsletter wird aber auch zukünftig weiterhin erscheinen und zwar unregelmäßig auf der Internetausgabe des „Achtsamen Lebens“. Und natürlich können Sie meinen Praxis Newsletter auch per E-Mail erhalten. Unter www.uwe-christiansen.de können Sie ihn abonnieren.

Uwe Christiansen ist Dipl. Sozialpädagoge und Heilpraktiker für Psychotherapie und seit 1987 in eigener Praxis in Oldenburg selbstständig tätig. Er berät und coacht Privatpersonen sowie Firmen. Die aktuelle Zeitqualität lässt er in seine therapeutische Arbeit mit einfließen. Weitere Informationen finden Sie auf seiner Webseite: www.uwe-christiansen.de

Himmel & Erde verbinden...



10 Jahre
2005–2015



Qi Gong
im Kloster

Bekannt aus der
„NDR-Nordtour“

- 17.–19. April, Kloster Damme
- 20.–24. April, Kloster Damme
- 26.–29. Mai, Kloster Nütschau
- 19.–21. Juni, Kloster Himmelspforten
- 22.–26. Juni, Kloster Nütschau
- 03.–05. Juli, Ev. Akad. Loccum
- 28.–30. August, Kloster Nütschau
- 21.–25. Sept., Kloster Damme
- 25.–27. Sept., Für Männer, Damme

Qi Gong als Gebet

- 01.–04. Juni, Ansverus-Haus, Aumühle

Qi Gong Tanz

- 31. Mai, Kirche der Stille, Hamburg

Hans Martin Lorentzen
Telefon 04 51 / 6123 792
www.hanslorentzen.de

innenwelt verlag

Einstellungen und Glaubenssätze über Geld verstehen

Wie man sein Geld gut verwaltet

Eine Einladung zur Selbsterforschung



Mayuri Onerheim
GELD & BEWUSSTSEIN
Ein klarer Blick auf unsere Finanzen
Eine Einladung zur Selbsterforschung
ISBN 978-3-942502-41-2 264 Seiten 19,95 €

Wohin du auch gehst,
geh' mit deinem ganzen
Herzen



„Klartext“ ist spirituelle Psychologie vom Feinsten. Weise, humorvoll, leicht verständlich, alltagstauglich und herrlich provokativ.

Ein Muss für jeden, der sich ein frei bestimmtes Leben voller Erfolg, Freude und Liebe wünscht!

ISBN 978-3-942-88005-3

www.HORIZONWORLD.DE



Marketing ist mehr als Werbung!

Beratung für Therapeuten, Seminarleiter, kleine Unternehmen ...

Ich berate seit vielen Jahren in allen Bereichen des ganzheitlichen Gesundheitswesens und der Ökologie! Ob Werbekonzept, Marketingstrategie, Öffentlichkeitsarbeit (PR), Internetmarketing oder Multimedia (Video- & CD- Produktion; ich berate Sie umfassend und setze alle Maßnahmen um – ganz individuell auf Sie zugeschnitten und zu einem fairen Preis!

Neu! Ab sofort bin ich Ihr exklusiver regionaler Ansprechpartner von unternehmenswelt.de für Existenzgründungsberatung im Großraum Oldenburg mit bundesweit 100.000 betreuten Existenzgründungen und 400.000 Mitgliedern.

Existenzgründungs- und -sicherungsberatung
Ich verfüge über 20 Jahre Erfahrung in der Existenzgründungs- und -sicherungsberatung und bin bei der **KfW**, der **N-Bank** und dem **BaFA** (Bundesamt für Ausfuhrwirtschaft) als Berater akkreditiert. Fragen Sie mich nach Fördermitteln!

unternehmenswelt.de

Tel.: 0441.9736160

Agentur JARUSCHEWSKI • Peter Gerd Jaruschewski
Lagerstraße 62, 26125 Oldenburg
www.agentur-jaruschewski.eu
www.berater-nordwest.de

- Unternehmensplanung, Marketing
- PR, Öffentlichkeitsarbeit, Werbung
- Internet-Marketing, Networking
- Systemische Beratung
- Kreativität im Unternehmen
- GrafikDesign



Autor: S. H. der Dalai Lama

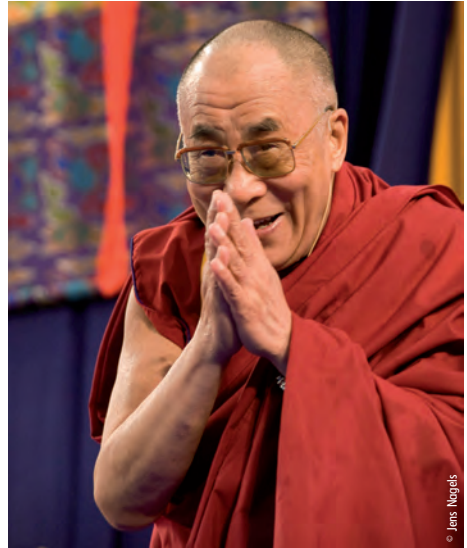
„Es ist Zeit für ein Jahrhundert des Mitgefühls“

Für S.H. der Dalai Lama ist die Zeit reif, um aus dem 21. Jahrhundert ein friedvolles, glückliches, mitfühlendes Jahrhundert zu machen. Die Grundlage, um die Probleme in der Welt zu lösen, sieht er in einer säkularen Ethik, unabhängig von Religion.

„Ich möchte darüber sprechen, wie wir ein glückliches Leben führen können, und zwar auf einem säkularen Weg, jenseits von Religion. Meine Freunde, zum Beispiel aus dem Islam oder Christentum, meinen, dass sich der Säkularismus gegen die Religion richte; daher versuchen sie, diesen Begriff zu vermeiden. Sie denken auch, dass jede Form der Ethik auf religiösem Glauben beruhen müsse. Mit beiden Punkten stimme ich nicht überein.

Ich verstehe Säkularismus so, wie der Begriff in Indien gebräuchlich ist und als eine der Grundpfeiler der Verfassung angesehen wird. Es bedeutet hier nicht, dass man keinen Respekt gegenüber Religionen hat. Tatsächlich spielt in Indien die Religion eine große Rolle. Moderne politische Führer Indiens wie Mahatma Gandhi waren religiöse Menschen. Säkularismus nach dem indischen Verständnis heißt, dass man alle Religionen wertschätzt, ohne Unterschied, und dass man auch Nicht-Gläubige respektiert. Der Begriff ist also mit einer Haltung großer Offenheit verbunden, mit Respekt und Toleranz gegenüber Gläubigen und Nicht-Gläubigen gleichermaßen.

Alle Lebewesen, bis hin zu den kleinsten Insekten haben eine tiefe Sehnsucht nach Frieden und wünschen keine Hindernisse und Störungen. Und jeder hat das Recht, ein glückliches Leben zu führen und Schwierigkeiten zu überwinden. Das ist eine Tatsache, dafür brauchen wir keine Argumente oder Experimente. Die Frage ist, wie wir dieses Ziel erreichen. Aus meiner Sicht sollten die Methoden realistisch sein, denn jedes Mittel, das nicht im Einklang mit der Wirklichkeit steht, führt nicht zum Ziel.



© Jens Moggi

Als Menschen sind wir mit dieser wunderbaren Intelligenz ausgestattet. Wir haben die große Fähigkeit, einen Weg einzuschlagen, der mit der Wirklichkeit übereinstimmt. Wir können unsere Situation untersuchen und in einen größeren Zusammenhang stellen. Wir haben die Gabe, kurzfristige Interessen hintanzustellen, um langfristige Ziele zu erreichen, denn es gibt zwei Ebenen von Erfahrungen: die Ebene der Sinneswahrnehmung und eine tiefere geistige Ebene.

Die Sinneseindrücke sind nur vorübergehend. Wenn wir uns beispielsweise einen Film anschauen, Menschen treffen oder umherreisen, so bereitet uns das Vergnügen, allerdings nur kurzfristig. Sobald die Sinneswahrnehmung en-

det, schwindet auch das Vergnügen; es ist dann nur noch eine Erinnerung. Es gibt aber noch eine andere Dimension unseres Seins: Wenn wir tiefere Erfahrungen auf geistiger Ebene machen, so bleiben diese länger.

In der modernen Gesellschaft heute sind wir völlig absorbiert von den Sinneseindrücken und ganz auf die temporäre Befriedigung durch die Sinne und auf materiellen Wohlstand bedacht. Dabei vernachlässigen wir die tieferen geistigen Erfahrungen.

Den inneren Kosmos erforschen

Störende Emotionen, die uns so viel Leiden bereiten, rühren nicht von den Sinneswahrnehmungen her, sondern von tieferen Ebenen des Geistes. Was wir sehen oder hören, kann eine Emotion auslösen, aber die Ursachen liegen tiefer, in unserem Geist. Um in den wechselhaften Situationen des Lebens einen ruhigen, glücklichen Geist zu bewahren, müssen wir in den Geist schauen. Wir sollten den inneren

Werten mehr Aufmerksamkeit schenken. Glück und Leiden beginnen im Geist.

Wir haben mittlerweile sehr viele Informationen über die äußere Welt erworben, die Wissenschaft hat hier viel Wissen erschlossen. Mit unserem Gehirn ist es uns gelungen, den ganzen Kosmos zu erforschen, aber sind wir auch in unseren inneren Kosmos vorgedrungen, um ihn zu verstehen?

Es ist sehr nützlich, mehr über den Geist und die Emotionen nachzudenken – und das können wir auf einer ganz praktischen Ebene tun. Sobald eine negative Emotion aufkommt, beobachten wir sie aus der Ecke unseres Geistes. Schon allein dadurch verringert sich ihre Intensität. Wenn Sie zum Beispiel wütend sind, versuchen sie, die Wut zu betrachten und ihren Geist zu beobachten, der unter der Kontrolle der Wut steht. Sobald Sie das tun, verraucht die negative Energie der Wut allmählich.

Das 20. Jahrhundert war vielleicht eines der wichtigsten

in der Menschheitsgeschichte. Wir haben sehr viel Wissen angehäuft, die Technik hat sich enorm entwickelt, unser Lebensstandard ist in Teilen der Welt angehoben worden ... Aber richtig ist auch, dass das 20. Jahrhundert ein Jahrhundert des Blutvergießens war. Gerade die Europäer haben unglaublich viel Zerstörung erlebt, Furcht, Schmerzen, Leiden.

Wenn diese Zerstörung eine neue Weltordnung gebracht hätte, so könnte man sagen, das hätte noch einen Sinn gehabt. Aber auch zu Beginn des 21. Jahrhunderts gibt es viele unheilvolle Entwicklungen, im Irak, in Afghanistan. Nehmen sie den Terrorismus, der erst im 21. Jahrhundert so stark geworden ist. Das ist ein Resultat vergangener Versäumnisse. Unter den Jugendlichen gibt es Gewalt, auch das ist ein Symptom von Fehlern, die wir in der Vergangenheit gemacht haben. Die Hauptursache für all das ist, dass wir die äußeren Dinge zu stark betonten.

Nun muss es darum gehen,

Natürlich heilen
mit Julia Gruber

224-seitiges Buch und 40 Karten
Die wirksamsten Heilpflanzen aus aller Welt
€ 22,99

www.koenigsfurt-urania.com

Es ist Zeit für ein Jahrhundert des Mitgefühls

eine umfassendere Sichtweise zu entwickeln, die nicht nur auf Äußerlichkeiten beschränkt ist. Materieller Wohlstand ist zwar hilfreich, aber nun ist es an der Zeit, die inneren Werte stärker zu berücksichtigen.

Mit Ethik die Probleme der Welt lösen

Die Kluft zwischen reich und arm wird immer größer – und zwar in vielen Ländern der Welt. Die Korruption scheint zuzunehmen, sogar in demokratischen Ländern wie Indien. Warum ist das so? Es liegt an einem Mangel an Selbstdisziplin und moralischen Prinzipien. Die Inder sind allgemein religiös ausgerichtete Menschen. In ihren Häusern stehen Statuen von Göttern, jeden Morgen bringen die Gläubigen vor ihrem Altar Blumen und Räucherwerk dar und sprechen Gebete. Aber wofür beten sie eigentlich? Vielleicht dafür, dass die Korruptionsversuche erfolgreich sind? Diese Leute beten zu Gott, aber sie sind nicht aufrichtig. Wären sie ernsthaft, sollten sie ihr ganzes Leben an Gott ausrichten, an Liebe, Genügsamkeit, Selbstdisziplin.

Die große Kluft zwischen arm und reich, die rücksichtslose Ausbeutung der Natur für unseren Konsum – dies sind klare Anzeichen dafür, dass wir uns viel mehr um die Ethik bemühen sollten. Mit ethischem Verhalten kommt auch

die Selbstdisziplin. Das bedeutet, freiwillig bestimmte Dinge nicht zu tun, die man tun könnte – und zwar nicht aus Furcht oder Zwang, sondern aus innerer Überzeugung: Unmoralische Handlungen stehen nicht im Einklang mit meiner Lebensweise, sie verstoßen gegen die ethischen Prinzipien, und deshalb unterlasse ich sie – aus freien Stücken, aus innerer Überzeugung in den Wert ethischen Handelns.

Wir brauchen mehr Anstrengung für moralisches Handeln. Sonst wird die Situation immer schlimmer werden. Die Bevölkerung wächst, die natürlichen Ressourcen schwinden, es wird noch mehr Probleme geben. Die Zeit ist gekommen, um aus dem 21. Jahrhundert ein friedvolles, glückliches, mitfühlendes Jahrhundert zu machen. Die Basis dafür ist die Ethik, und mit Ethik können wir die Probleme in der Welt lösen.

Die anderen als Brüder und Schwestern sehen

Ethik hängt für mich sehr stark mit Warmherzigkeit zusammen, darunter verstehe ich ein Interesse am Wohlergehen anderer. Wir sehen, dass es keinen Unterschied zwischen anderen und mir in der Hinsicht gibt, dass sie fühlende Wesen sind, die Glück wünschen und kein Leiden. Die anderen wie unsere Brüder und Schwestern zu sehen, darum geht es bei der Ethik. Wir sind



HOTEL GUTSHAUS PARIN

BIO- UND GESUNDHEITSHOTEL

- idyllische Lage
- Café & Restaurant im Gewölbekeller
- vegetarische Delikatessküche in 100 % Bio
- baubiologisch renoviert
- Tagungen und Incentives in wunderschönen Seminarräumen

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

soziale Wesen, und mein Glück hängt maßgeblich von der Gemeinschaft ab. Denn wir sind Teil des Ganzen. Die anderen sind die eigentliche Quelle für unser eigenes glückliches Leben. Wenn wir Fürsorge für andere in uns tragen und ihre Bedürfnisse anerkennen, dann gibt es keinen Raum für Ausbeutung, Schikane, Täuschen, Lügen. Wir übernehmen aus freien Stücken Verantwortung für ihr Wohlergehen. Warmherzigkeit und Fürsorge für andere sind der Schlüssel. Das müssen wir nicht künstlich hervorbringen, wir tragen sie als Menschen in uns, und zwar seit der Geburt. Denn wir haben, sobald wir auf die Welt kamen, ein Höchstmaß an Liebe und Zuneigung von unserer Mutter empfangen. Dieser biologische Faktor ist von Anfang an da, ja, nur durch die Liebe der Mutter konnten wir überleben. Diese Erfahrung ist tief in uns, in unserem Körper, unseren Genen, und jeder hat diesen Samen in sich. Die Frage ist, wie wir diesen Samen zum Blühen bringen können.

Das Denken „Ich, Ich, Ich“ sollte ersetzt werden durch das Denken in größeren Zusammenhängen, größeren Gemeinschaften. Die Europäische Union ist ein gutes Beispiel für diesen Spirit. Wir brauchen das „Große Wir“ („Big We“), ja die ganze Welt, die sieben Milliarden Menschen müssen als Teil des Ich gesehen werden. Dann gibt es keinen Raum für Kriege und für Ausbeutung. Wir respektieren alle, sie sind unsere Brüder und Schwestern, sie sollten alle die gleichen Rechte haben, ihren Anteil am Wohl-

stand. Diese Wertschätzung füreinander ist das, was unsere Welt trägt, ob es in der Wirtschaft, in der Religion, in der Erziehung ist. Das ist der Schlüssel. Die Wertschätzung füreinander, das moralische Verhalten hat im Übrigen nichts mit Religion zu tun. Die Religion ist Privatsache, aber die Ethik betrifft die ganze Menschheit. Wir sind durch dieses Gefühl der Verbundenheit geboren und sollten unser Leben lang dieses Gefühl beibehalten. Dann gedeihen Selbstdisziplin, Respekt vor anderen ganz von allein, und wir würden gar nicht auf die Idee kommen, andere zu täuschen oder auszubeuten.

Ein ausgeglichener Geist als Basis

Selbst für unsere körperliche Gesundheit ist die Warmherzigkeit von Bedeutung. Einige Wissenschaftler sagen: Permanente Angst, Wut und Selbstbezogenheit essen unser Immunsystem auf. Angst entsteht aus extremer Selbstbezogenheit, dem Gedanken „Ich“; wir erleben die anderen als getrennt von uns. Das Ergebnis ist: Furcht in mir, Misstrauen gegenüber anderen, Einsamkeit, Gefühle von Unsicherheit und Distanz.

Wenn man dagegen ein offenes Herz hat und sich um andere sorgt, dann hat man mehr Selbstbewusstsein und kann offen, vertrauensvoll und wahrhaftig sein. Man nimmt die anderen als Brüder und Schwestern wahr. Und dazu ist es gut, wenn wir den ersten Schritt tun und auf andere zugehen. Gelegentlich kann es vorkommen, dass andere unsere Freundlich-



For people who love to dance!

Alegria Biodanza Festivals 2015

30.4. - 3.5. --- Kapellenhof

19.-21.6. --- Hof Oberlethe

9.-12.7. --- Kißlegg

10.-13.9. --- Proitze

www.biodanza-festival.de | info@biodanza.de

biodanza
alegria
Festival

Es ist Zeit für ein Jahrhundert des Mitgefühls

keit nicht erwidern. Dann haben Sie vielleicht das Recht, Maßnahmen zu ergreifen (lacht). In den meisten Fällen wird die Resonanz positiv sein, sogar bei Tieren. In Deutschland ist es mir einmal passiert, dass eine junge Frau mein Lächeln mit großem Misstrauen, mit Argwohn beantwortet hat (lacht). Dann kann ich auch nichts mehr machen.

Es ist meine feste Überzeugung, dass es das Beste ist, die Warmherzigkeit, die uns unsere Mutter von Geburt an entgegen gebracht hat, in uns selbst zu kultivieren und bis zu unserem Tod beizubehalten. Dadurch werden Sie nicht nur zufriedener sein, sondern sich auch gesunder fühlen. Darüber hinaus brauchen wir eine Haltung, die mit der Wirklichkeit übereinstimmt. Um aber die Wirklichkeit zu untersuchen benötigen wir einen friedvollen Geist. Steht der Geist unter der Kontrolle negativer Emotionen, ist er nicht klar und mit vorgefertigten Urteilen beladen. Ein friedlicher, besonnener Geist gedeiht auf der Basis von Liebe, Mitgefühl und Vertrauen. Das gilt auch für junge Menschen! Ein turbulenter, abgelenkter, sorgenvoller Geist ist ein großes Hindernis für das Lernen. Und wir kennen es alle selbst: Wenn der Geist ruhig ist, können wir unsere Aufgaben besser ausführen, sei es in der Schule, am Arbeitsplatz, in der Politik. Unser Glück hängt von einer Haltung ab, die der Wirklichkeit entspricht. Und diese Haltung braucht als Basis einen ausgeglichenen Geist. Dieser wiederum kann nur gedeihen, wenn wir ein offenes Herz haben und uns mit anderen verbunden fühlen. Das ist es, was ich unter „Säkularer Ethik“ verstehe. Ob Sie an eine Religion glauben oder nicht, spielt keine Rolle, solange Sie sich dieser Zusammenhänge bewusst sind. Das ist die Kunst, glücklich zu sein. Ich finde das für mich überzeugend. Wenn Sie einiges davon sinnvoll finden, setzen Sie es um. Wenn nicht, vergessen Sie es einfach.“

Aus dem Englischen übersetzt von Christof Spitz. Mit freundlicher Genehmigung des Netzwerks Ethik heute: ethik-heute.org

STEFAN REUTTER GUT, DASS ES DIR SCHLECHT GEHT!

WARUM DIE SCHLIMMSTEN
TAGE IM LEBEN MANCHMAL
DIE BESTEN SIND



ALLES
WIRD
GUT!

Stefan Reutter

Gut, dass es Dir schlecht geht

Warum die schlimmsten Tage im Leben
manchmal die besten sind

264 Seiten, Broschur, € 16,95
ISBN 978-3-89901-872-1

jkamphausen
weltinnenraum.de

Autor: Claudia Wildgruber

Der Jhana Verlag wird 25 Jahre jung! Wir gratulieren von Herzen!



25 Jahre Jhana Verlag im Buddha-Haus

Der Jhana Verlag wurde im Jahr 1990 auf Initiative der deutschen buddhistischen Nonne und Meditationsmeisterin Ayya Khema mit dem Anliegen gegründet, die Lehren des Buddha und Kommentare in deutscher Sprache im Westen zu veröffentlichen.

Die Schwerpunkte bilden die Herausgabe von Vorträgen, Kursen und Meditationen von Ayya Khema, die mit ihrem Wirken vielen Menschen auf der ganzen Welt Wege zu tiefer Erkenntnis verhelfen. Sie hatte die Fähigkeit, aus ihrer Erfahrung heraus die Lehre des Buddha in klaren und einfachen Worten auszudrücken und so direkt die Herzen der Menschen im Innersten zu berühren. Im Mittelpunkt stand immer wieder der Interreligiöse Dialog um auf die gemeinsame Akzeptanz und wesensmäßige Übereinstimmung der Weltreligionen hinzuweisen. Ihre zahlreichen Bücher sind in mehr als zehn Sprachen übersetzt. Unser Verlagsprogramm beinhaltet außerdem ausgesuchte Werke anderer Autoren des Theravada-Buddhismus.

Mit unserer Arbeit möchten wir möglichst vielen Menschen den Zugang zu den Anweisungen des Buddha für ein glücklicheres Leben und innere Freiheit ermöglichen.

www.jhanaverlag.de oder www.buddha-haus.de

Je reicher die Menschen sind, desto eher betrachten sie ihre Privilegien und Vorzüge als eine Selbstverständlichkeit.

Wenn wir uns bester Gesundheit erfreuen und das Leben uns zudem mit vielen günstigen Gelegenheiten beschenkt, nehmen wir diese wahrscheinlich ebenfalls für selbstverständlich, was nicht gerade unsere Zufriedenheit mehrt.

Zufriedenheit wächst vielmehr aus der Dankbarkeit, die wir für alle positiven Lebensumstände fühlen.

Wir können nirgendwo zu Hause sein, wenn wir uns nicht selbst Zuflucht und Heimat sein können, wenn wir uns nicht entspannen, in uns keine Ruhe finden.

Wo unser Herz ist, fühlen wir uns zu Hause, nicht wo unser Körper ist.

Deswegen sind wir endlich zu Hause angekommen, sobald wir unser Herz öffnen, sobald wir ein Gefühl liebevoller Wertschätzung spüren, sobald wir dankbar, zufrieden, erleichtert und sorglos sind.

Wenn wir uns so fühlen, sind wir überall auf diesem Erdball, ja im ganzen weiten Universum zu Hause.“

Ayya Khema

Autor: Geseko v. Lüpke

Inseln der Zukunft im Meer des Chaos

Als am 21. Januar 2011 irgendwo in Kairos Altstadt der 30-jährige Wael Ghonim an seinem Computer die ‚Enter-Taste‘ drückt, ist es physisch nur eine minimale Geste, kaum mehr als der Schlag eines Schmetterlingsflügels.

Doch aus der Chaosforschung kennen wir die Metapher, dass ein solcher Flügelschlag buchstäblich einen Tornado auslösen kann. Und der Tastendruck des ägyptischen „Facebook“-Aktivisten trat tatsächlich eine Dynamik los, die innerhalb von kaum mehr als zwei Wochen zu einem politischen Sturm wurde, der das autokratische Mubarak-Regime stürzte und durch Nordafrika fegte.

Was als Ideen längst in den Herzen der Menschen wirkte, hat da ein Ventil gefunden: Die Sehnsucht nach einer Zukunft mit neuen demokratischen, menschlichen und ökologisch nachhaltigen Werten, ohne soziale Not und Unterdrückung, mit freier Meinungsäußerung und wirklicher Freiheit. Überall auf der krisengeschüttelten Welt entstehen solche Bühnen der globalen Zivilgesellschaft.

Seit dem letzten Jahrzehnt des 20. Jahrhunderts ist reihenweise Erstaunliches geschehen: 1989 brach innerhalb von wenigen Wochen eine Mauer quer durch Europa in sich zusammen, nachdem eine zuvor fast unsichtbare Bürgerbewegung zu einer gewaltigen Welle des Protestes gewachsen ist. Zwei Jahre danach hört die Sowjetunion auf zu existieren, und zahllose Sa-



tellitenstaaten werden auf Druck ihrer Bevölkerung unabhängig. 1994 bricht in Südafrika das Apartheid-System zusammen. In immer mehr Ländern schütteln Bürger das Joch jahrzehntelanger Diktaturen ab: in Südamerika und auf dem Balkan, in Zentralasien und auf dem Dach der Welt, in der Karibik und in Schwarzafrika. Friedensnobelpreisträger Desmond Tutu verweist darauf, dass in den letzten 30 Jahren nicht weniger als 61 Gewaltherrscher ohne den Einsatz von Waffen von regionalen Bürgerbewegungen weltweit aus ihren Palästen gejagt wurden. Und nach der Zählung des englischen Radiosenders BBC war Hosni Mubarak bereits der 85. Gewaltherrscher, den es seit 1980 so erwischte.

Es geht ein Gespenst um die Welt. Das Gespenst der Zivilgesellschaft! Als am 15. Februar 2003 mehr als fünfzehn Millionen Menschen in 600 Städten der Welt gegen den drohenden Irakkrieg auf die Straßen gingen, schrieb New York Times sogar über die „Geburt einer neuen Weltmacht“.

Weltweit zählt man heute etwa zehn Millionen „Nicht-Regierungs-Organisationen“ (NGOs). Das können lokale Initiativen für eine Umgehungsstraße sein, lose Protestnetzwerke, aber auch in-

Ganzheitliche Zahnmedizin
am **Wasserturm**

Burkhard Wittje
Kranbergstr. 18 26123 Oldenburg
Tel.: 0441-13859 www.zahnarzt-wittje.de


ternationale Organisationen wie Greenpeace, Amnesty International oder das Rote Kreuz. Die globale Zivilgesellschaft ist nicht mehr nur ‚öko- oder ‚friedensbewegtl‘ und in der Summe längst weit mehr als ihre Teile. Sie gestaltet Sozialpolitik, treibt Umweltschutz voran, verhindert Kriege, verwirklicht Menschenrechte, baut Städte nachhaltig um oder arbeitet an der Wende zu einer grünen Landwirtschaft. Potentaten verteidigen sich und ihre Pfründe mit den Knüppeln, Wasserwerfern und Präzisionsgewehren ihrer Sicherheitsapparate. Die Macht ihrer zivilen Gegenspieler scheint dagegen unsichtbar, aber unbesiegbar: Es sind andere Werte, die sie antreiben – Freiheitsdurst, der Wunsch nach persönlicher Entfaltung, Gerechtigkeit, kultureller Identität und Bewahrung der Schöpfung – einer Liebe zum Leben, die auch die härteste Betondecke durchbrechen kann.

In den meisten Fällen ist das kein organisierter Widerstand nach irgendwelchen Programmen oder Ideologien. Da bricht vielmehr etwas auf und organisiert sich selbst – fast so, als würde ein lebender Organismus, der aus dem Gleichgewicht geraten ist, seine Selbstheilungskräfte aktivieren. „Die Zivilgesellschaft ist so etwas wie ein Immunsystem der Gesellschaft“, sagt der ungarische Zukunftsforscher und Begründer der Allgemeinen Systemtheorie Ervin Laszlo. Dabei

kann die Verankerung neuer Werte für die Repräsentanten staatlicher Macht oft bedrohlicher sein als lautstarke Straßenproteste. Kulturelle Macht kann etwas sehr Gefährliches sein, denn sie bestimmt, wie Menschen leben, denken und handeln. Die Zivilgesellschaft – so zeigt sich immer deutlicher – ist der Motor für einen derartigen kulturellen Wertewandel. Dort – in der persönlichen Identität der Menschen, ihren Sehnsüchten für die Zukunft, ihren erdachten Visionen einer ‚anderen Welt‘ – liegt ihre unbesiegbare Kraft verborgen. In den Köpfen ist sie tatsächlich eine ‚Weltmacht‘. Aber erst wenn sie sich als ‚kulturelle‘ Kraft versteht, kann sie wirklich erfolgreich sein. Ihre Mitglieder wollen, wie es die indische Aktivistin Vandana Shiva ausdrückt, „vor Ort die Kontrolle über ihr eigenes Leben wieder gewinnen. Und wenn das überall geschieht, entstehen in der Vielfalt globale Lösungen!“

Es scheint, als würde das Phänomen der globalen Zivilgesellschaft – aufgesplittert in zahllose Initiativen, Gruppen und Netzwerke, längst wie das Mycel eines Pilzes unter der sichtbaren Oberfläche der politischen Wirklichkeit eine ‚andere Welt‘ vorbereiten. Hier ist der Wertewandel, den die Postwachstums-Gesellschaft braucht, schon längst lebendig. Hier werden neue Lebensformen, andere Mobilität, solidarische so-

Hamburger Institut für systemische Lösungen


 www.systemloesungen-hisl.de



Neue Wege - Neue Chancen

Praxisorientierte nebenberufliche Weiterbildungen

Bis zu 750 € Förderungsmöglichkeiten



Ihre Qualifizierungen am HISL:

- Systemischer Beziehungstherapeut** >> 21.03.2015
- Systemischer psychologischer Mediator** >> 21.03.2015
- Systemischer psychologischer Coach *** >> 21.03.2015
- Systemischer psychologischer Berater *** >> 21.03.2015

Einstieg in alle Weiterbildungen noch möglich !

* Auch als Kombi-Fernstudium, Beginn jederzeit

- Coaching Kompakt Praxistag** >> 06.09.2015

Verschiedene Workshops

Professionelles Stressmanagement
>> 25.-26.04.2015

Aikido-Rhetorik: Der mit dem Wort tanzt®
>> 27.-28.04.2015

Umgang mit dem inneren Kritiker
>> 13.-14.06.2015

Johannes Steilmann 040/572 011 68 • Dag Werner 040/410 15 71

Inseln der Zukunft im Meer des Chaos

ziale Netzwerke, Tausch- und Schenkwirtschaft, verminderter Konsum, regionale Wirtschaftskreisläufe, Selbstversorgung, Repair-Cafes und zahllose andere Beispiele schon erprobt. Die krisengeschüttelte globalisierte Wirtschaft und ihre politischen Vertretungen braucht heute nicht mehr ‚gestürzt‘ werden, sie ist auf dem besten Wege, sich selbst zu Tode zu siegen. Den Aktivisten einer Postwachstumsgesellschaft kommt dabei eine doppelte Rolle zu: Die eines Sterbebegleiters, der verhindert, dass der Kollaps allzu dramatisch verläuft. Und der einer Hebamme, die die Geburt einer neuen ‚enkeltauglichen‘ Kultur in zahllosen Projekten unterstützt und gestaltet

Was wir heute brauchen, so sagte einmal der Nachhaltigkeitsexperte Wolfgang Sachs, ist der Umbau eines Supertankers in zehntausende kleiner Segelboote in voller Fahrt und auf hoher See. Die globale Zivilgesellschaft kann diese Metapher wahr machen: Für den Moment, an dem der Supertanker ‚industrielle Wachstumsgesellschaft‘ sinkt, entstehen da mitten im Sturm der Krisen zahllose kleine Rettungsboote. Gemeinsam bilden sie so etwas wie zahllose Inseln der Zukunft im zunehmenden Meer des Chaos. Fazit: Die Zukunft ist nicht mehr weit weg: Sie findet heute statt, in den Nischen und an den Rändern der Gesellschaft. Sie gilt es zu finden, zu verstehen und als Modelle zu nutzen. Geseko von Lüpke, geboren 1958, arbeitet als Visionssucheleiter, Journalist, Buchautor und internationaler Netzwerker.

Lesetipp: Projekte der Hoffnung - Der Alternative Nobelpreis: Ausblicke auf eine andere Globalisierung. Hrsg. Geseko v. Lüpke und Peter Erlenwein, oekom Vlg.

Geseko v. Lüpke kommt am Mi. 22. April nach Oldenburg zu einem Vortrag mit dem Thema: Inseln der Zukunft – Die Zivilgesellschaft als Chance einer Postwachstums-Kultur im Rahmen der Ringvorlesungen zur Postwachstumsökonomie. 18.15-20 Uhr, Universität Oldenburg: Uhlhornsweg, Hörsaalzentrum 14 – Hörsaal 2.

spirit
Topseller Februar 2015

1		From the known to the unknown Eine Reise nach Indien und zu sich selbst
2		Die geheimnisvolle Sprache des Wassers Von Masaru Emoto <small>Gratis Download</small>
3		Die Schicksalsgesetze Auf der Suche nach dem Meisterplan
4		Heile Dich selbst Die besten und erfolgreichsten Selbstheilungsmethoden
5		Die Heiler – Der Film Der Weg vom Heiler zur Heilung
6		Eben Alexander & Raymond A. Moody Zwischen Diesseits und Jenseits – Nahdistanzreisen
7		For the next 7 Generations 900 Jahre Weisheit, 900 Jahre Prophezeiungen
8		Hope for Humanity Die Weisheit der neuen Kinder
9		Der verratene Himmel Was wird wirklich auf diesem Planeten gespielt?
10		Packe jetzt dein Schicksal bei den Hörnern Die Schicksalsgesetze-DVD + Vortrags-DVD

POWERED BY **HORIZON**

Erscheinungstermin: 1. - 20. Februar 2015

werkstatt zukunft kreativ. nachhaltig. solidarisch.

WO BLEIBT DER MENSCH?

In Zeiten von Materialismus & Beschleunigung, müssen Wissenschaft, Spiritualität & Praxis an einem Strang ziehen

Der Nachhaltigkeits-Dialog mit
Manfred Volkers & Gour-Ni-Times

Donnerstag 9. April 2015
20:00 Uhr Oldenburgisches Staatstheater - Kleines Haus

MEHR INFOS, TERMINE & SPANNENDE THEMEN AUF
www.werkstatt-zukunft.org

Autor: Barbara Kramer

Ein kleines Stück vom Paradies

Barbara Kramer lädt ein in den „Garten der Religionen“

Jede Kultur, jeder Mensch hat eine eigene Verbindung, eigene Vorstellungen vom Schöpfer, von der Schöpfung, wie immer wir ES nennen.



Religion (lat. religere) = Rückbindung an den Schöpfer

Im GARTEN DER RELIGIONEN wird eine Verbindung zwischen den Religionen geschaffen, wird das Einende gezeigt, erlebt und nachempfunden.

Vorsicht: die Menschen, die sich durch den Garten führen lassen, bleiben von dieser Verbindung nicht unberührt – vielleicht erleben Sie danach Ihren Glauben, Ihre Spiritualität ganz neu?!

Im „Garten der Religionen“ finden Sie

- Adam, den Menschen
- einen islamischen Gebetspavillon
- Maria
- einen doppelzüngigen Schattenkönig
- einen Engellandeplatz
- eine Schutzhütte
- Buddha als Bettelmönch
- ein Stück Klagemauer
- einen ALOHA-Segen
- biblische Pflanzen
- Jesus, gekrönt ohne Dornen
- einen Steinkreis
- ... und hoffentlich ein Stück vom Paradies.

Die erlebnisreiche Führung dauert ca. 90 Minuten und schließt ab mit einem kleinen, gemeinsamen Mahl, bestehend aus Wasser, Brot & Wein. Teilnehmerzahl: 1 - 8 Menschen.

Belohnung: Jede/r gebe, was sie/er freien Herzens geben kann (nach 2.Kor.9 Vers 7).

Ich freue mich auf Ihre Anmeldung und Ihren Besuch. Barbara Kramer

Garten der Religionen in Ohe/ Dötlingen. Die Führungen finden wieder statt vom 21. März bis 31. Oktober nach tel. Absprache unter 04433.9393788. barbaras-wortreich@ewe.net, www.bau-auf-das-Reich-Gottes.de

Autor: Wolfgang J. Aurose

Die Skala der Seele: Eins & besonders sein Der Weg zum Frieden mit dem eigenen Land und den anderen Nationen

Eine Art innere Freude und ein Gefühl der Würdigung schien die Hunderttausende zu erfüllen, die sich am 9. November letzten Jahres zum lichtkugelerleuchteten Mau-erfallgedenken vor dem Brandenburger Tor versammelt hatten. Die Stimmung, so konstatierte der Rezensent der Spiegel Online- Redaktion, erinnerte fast an Christos Reichstagsverhüllung, der im Jahr 1995 Millionen von Besuchern mit kaum erklär-barer Freude beiwohnten.

Beide Events haben in der Tat etwas gemein-sam: Sie symbolisieren zum einen mit der kollektiven Entdeckung des demokratisch aufer-standenen Reichstags und zum anderen mit der friedlichen Wiedervereinigung der beiden deut-schen Staaten Meilensteine der jüngeren Lan-desgeschichte. Könnte es sein, dass die Deut-schen anlässlich dieser Veranstaltungen wieder eine Ahnung von ihrer fast schon verloren ge-glaubten Seele verspürten?

Dazu ein kleiner Exkurs. Es gibt heute eine neue, aus verschiedenen Quellen entstandene Welt-sicht, die im Einzelnen und auch in Gemein-schaften und Nationen sich entwickeln-de seelische Felder erkennt. Laut dieser integ-ral genannten Betrachtungsweise liegt der Welt und ihrer Entstehung eine - letztlich von die-sem Feld ausgehende - Evolution des Bewus-steins zugrunde.

Nationen sind demnach mehr als nur weiter-entwickelte Stammesgemeinschaften oder inter-essengebundene Zweckkonstruktionen. Sie sind, gleich Individuen und allen leben-digen Wesen, schon zu Beginn ihres jewei-ligen Daseins mit einer seelischen Grundinfor-mation ausgestattet. Diese verkörpert, so wie es viele Traditionen berichten, die unverbrüch-liche Verbundenheit ihres Trägers mit dem al-lem zugrunde liegenden Sein und der Be-wusstheit der All-Einheit. Dieses seelische Feld entwickelt jedoch, besonders im Mensch und in menschlichen Gemeinschaften, zugleich auch



ein sich individualisierendes Bewusstsein. Es führt den Einzelnen und bis zu einem gewis-sen Grad auch Gemeinschaften zu jeweils ein-zigartigen Aufgaben und Erfahrungsfeldern. Doch es gibt auch eine Schattenseite der See-le. Es ist das Ego-Konstrukt, dem ursprünglichen Pionier von Evolution und Individualität. Leid-vollerweise ist dieses Ego-Ich ohne Bewusstheit der nur seelisch erfahrbaren All-Einheits-Wirk-lichkeit.

Soweit die integrale Seelenperspektive.

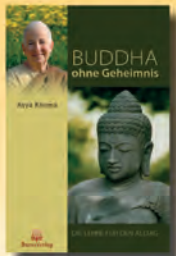
Es waren übrigens vor allem deutsche Philo-sophen, Dichter und Denker, die als erste eine sich entwickelnde Seele auch in Nationen ent-deckten und beschrieben. Dieses Vermächtnis

von Herder, Hegel und anderen deutschen Idealisten und Romantikern wurde jedoch später von den Nationalsozialisten fürchterlich entstellt. Sie verkehrten das Bild der seelischen Lern- und Wertegemeinschaft, die eine Nation im Tiefsten darstellt, in ihr krasses Gegenteil, in ein Blut- und Boden- Kollektiv auf pseudo-mythischer Grundlage. Die Deutschen jedoch durchschauten die Täuschung ihres eigenen Erbes nicht und wurden willige Helfer von Holocaust und Totalem Krieg. Die schattenhafte Vision der Nazi-Ideologie konnte genau deshalb ihre ungeheure Wucht entfalten, weil sie in verzerrter Form und perfekter Perfidie einer tiefen und legitimen Sehnsucht der Deutschen entsprach. Die Nazis vermochten es, den Deutschen scheinbar aus der Seele zu sprechen.

Eine Interpretation dieser Art offenbart das „Dritte Reich“ als völlig entgleistes, kollektiv-seelisches Selbstverwirklichungsprojekt der Deutschen. Trotz der großen Seelen-Philosophien der deutschen Geistesgeschichte war die Masse der „Volksgenossen“ für eine authentische Unterscheidung zwischen Seele und Schatten nicht vorbereitet. Sie jubelten ihrem Führerhelden angesichts dessen scheinbar heroischen Entschlossenheit zur Verwirklichung des Schicksals ihres Landes und ihres Deutschseins begeistert zu. Diese Mobilisierung tiefer seelischer Kräfte und Bestrebungen der Deutschen hilft auch zu erklären, warum es den Nazis darüber hinaus gelang, zumindest anfänglich einen Teil der geistigen Elite des deutschen Volkes – Künstler, Wissenschaftler, Denker – für ihre Sache zu werben.

Doch der schreckliche Bann ist gebrochen, wir schreiben 2014 und glücklicherweise gelang es den Deutschen mittlerweile, mit Hilfe und aus eigener Kraft, einige Lehren aus ihrer katastrophalen Fehlentscheidung zu ziehen. Es geht jedoch natürlich nicht nur um die Deutschen. Wenn wir uns in Europa und in anderen Teilen der Welt friedens-, ökologie- und solidaritätsorientiert vereinigen wollen - und das ist der einzige Weg zum nachhaltigen Überleben - gilt es ein neues Nationsverständnis zu finden. Es kann uns die evolutionär neue Möglichkeit bieten, die seelische Wirklichkeit der All-Einheit von Mensch und Welt zu erfahren und zugleich die jeweiligen Besonderheiten unserer Heimatländer zu leben. Wie könnte also solch ein neues und integrales Verständnis aussehen?

Ayya Khema
Buddha ohne Geheimnis
Die Lehre für den Alltag



Klappenbroschur, 224 S., 14,00 €
 ISBN 978-3-931274-48-1

JhanaVerlag
 im Buddha-Haus



Bestellungen von Büchern
 und CDs direkt in unserem
www.buddha-haus-shop.de

Ayya Khema
Die vier Ebenen des Glücks
Die Anweisungen des Buddha



Klappenbroschur, 256 S., 12,00 €
 ISBN 978-3-931274-48-1

Nationen ließen sich in dieser – jetzt anbrechenden – Zukunft beschreiben als unterschiedliche Menschengruppen, die sich über zuvor geteilte oder auch nicht geteilte Mythen, Sprache, Rasse, Geschichte und Geografie hinaus zu Gemeinschaften entwickelt haben, der Menschen unterschiedlichster Abstammung, Sprache, Religion und Hautfarbe angehören können. Was sie im Tiefsten verbindet, ist der Wille, an der Erfahrung, den Aufgaben und der Entwicklung dieser bestimmten Gruppe teilzuhaben, die durch ihr Schicksal und durch ihre Seelengeschichte einzigartige Grundwerte, Einsichten und Lebensweisen errungen hat und weiter entwickelt - gewissermaßen ein „seelischer Verfassungspatriotismus.“

Diese Seelengeschichte kann 20 oder 2000 Jahre alt sein. Die Nation ist eine sich ihres seelischen Zentrums bewusst gewordene oder werdende Wertegemeinschaft. Das bedeutet, sie hat die innere Einheit aller Nationen erfah-

ren, und sie kennt zugleich die besondere Mission ihres Landes in deren jeweiliger zeitlicher Anpassung. Sie weiß von der unumgänglichen Schattenarbeit am nationalen Ego, und sie trägt der Tatsache Rechnung, dass es zunächst dem Individuum, dem auch von nationaler Seele und Schatten geprägten Einzelnen obliegt, diese seelische Integration und Heilungsarbeit bei sich vorwegzunehmen. Das Kollektiv und der Einzelne wissen, dass dieser Prozess über die persönliche Heilung und Realisierung des Individuums hinaus entscheidend zur Vorbereitung der Nation für den anstehenden Weg in eine multinationale Weltgesellschaft beiträgt.

Es wäre gleichsam das Bild einer Fußballnationalmannschaft von elf starken Individualisten aller Hautfarben und mit unterschiedlichen persönlichen Träumen, die, geeint durch einen spezifischen und nationaltypischen Spielgeist und einer daraus in langer Erfahrung abgeleiteten Strategie, ihre höchsten Ziele erreicht. Die ihrer seelischen Qualitäten bewusst gewordene Nation kann ihre in die Wiege gelegte Mission entwickeln und erfüllen und ihre Schatten klären. Sie wird reif für den transnationalen Zusammenschluss mit anderen Nationen, für den Beitritt und den Übergang in eine vielgestaltige Weltgesellschaft.

(Erstveröffentlichung KGS Berlin, Dezember'14)



Vermittlung von individuellem
LEBENSRAUM &
energetische Wohnberatung
Tel. 04453-9305869



T. de Jong
0176-98584978



S. Buschmann
0177-5925755



A. Hinrichs
0160-94157300

info@buschmannundpartner.com

Wolfgang J. Aurose MA, Autor und Workshop-leiter, arbeitete lange für das internationale Auroville-Stadtprojekt in Südindien. Er lebt in Ashland/ Oregon und ist Autor des 2014 erschienenen Buches „Die Seele der Nationen. Evolution und Heilung“, Europa Verlag Berlin, 206 S., Euro 18,99. (Auszüge auf www.facebook.com/nationenseele). Lesungen und Workshoptermine auf www.sunwolfcreations.com

Worterfinderinnen

Mandela

Er lebt in allen, wenn wir alle unser Licht leuchten lassen.
Dann geben wir anderen die Erlaubnis, dasselbe zu tun.

Wenn wir alle beginnen, aus uns dieses Licht der Ewigkeit hervor zu
bringen, wird sich für uns etwas Grundlegendes ändern:
Wir werden sehen lernen. Wir werden uns wahrnehmen.

Wir werden uns erkennen als ewige Momente der fließenden Richtungen,
in denen wir gemeinsam das Ganze erzeugen.

Wir werden wissen, dass die Erscheinung der Dunkelheit nichts anderes als
die Tiefen unserer eigenen Schönheit sind, aus der wir unsere liebevollen
Ideen schöpfen, um neues Leben zu erschaffen.

Wir werden spüren, dass der Raum uns geschenkt wurde,
um Freiheit zu erfahren.

Frei von Vergänglichkeit und Begrenzungen, frei von Hochmut und von
Angst gebären wir alle dieses Licht, als Mütter und Väter
des einen großen Geistes. In diesem Geist sind wir der Strom,
der sich immerzu selbst hervor bringt.

Wenn wir leuchten, beginnen wir zu fühlen, dass alles, was wir anderen an-
tun, uns selbst verletzt und jeder Moment, dem wir unsere Liebe schenken,
wird ein Funken im Herzen unserer Schöpfung sein.

Von Ilka Luiken

Aus dem Buch „Die Worterfinderinnen“, Hrsg. Theresia de Jong, erschienen im Einklang-Verlag, Zetel. Die Texte sind entstanden im Rahmen der „Schreibwerkstatt“.

Mehr dazu: www.einklang-verlag.de

Autorin: Ridhwan Foundation & Ulrike Plaggenborg

Neue Gruppen und Retreats beim Diamond Approach®

Der Diamond Approach®, ein spiritueller Erkenntnisweg, gegründet von Hameed Ali (A. H. Almaas) und Karen Johnson, ist inzwischen auch hier im Nordwesten bekannt, u.a. will die Internationalen Gruppen im Kunze-Hof in Seefeld am Jadebusen stattfinden, und weil es in Oldenburg eine stetig wachsende deutschsprachige Gruppe gibt, die Gary Kaufhold leitet (Infos: Gary Kaufhold).

Im Oktober startet eine weitere Internationale Gruppe in Seefeld. Und im Mai kann man A.H. Almaas und Karen Johnson live in Berlin erleben. Die Kursprache ist englisch, daher hier auch die englischen Infos. Weitere Infos über A.H. Almaas (Bücher usw.) & Ridhwan: www.buchhandlung-plaggenborg.com

Diamond Heart Europe III

Announcing a new on-going Diamond Approach® Group. Following this path, we have the opportunity to discover, realize and actualize our true nature, our deepest spiritual dimension. The Diamond Approach® recognizes the uniqueness of each individual soul and adapts itself to each person's needs at the time. It does not require that people adapt to some ideal, but welcomes people as they are and helps them to take the natural next step for their unique development.

The Diamond Approach® is a path of wisdom, an approach to the investigation of reality and a method of working on oneself that leads to increased understanding and liberation. It is a spiritual path that grew out of and in response to the needs of those leading ordinary lives in our current Western culture.

The Diamond Approach® addresses the return to our fundamental nature, the essence of what we are. Based on the work of A.H. Almaas, it bridges the traditional dichotomies of the psychological and the spiritual, the body and the soul, and the mundane and divine. Its methodology includes the practice of presence and open-ended inquir-



ry into our moment-to-moment experience oriented by a love for truth. This orientation to our experience, opens our awareness giving us access to dimensions of reality that have traditionally been available only to the few.

DHE3 retreats

This group will meet twice a year for a residential 7-day retreat. First retreat: 9-16 Oct 2015. Second retreat: 26 Feb.-4 Mar. 2016.

These meetings will be held in Kunzehof, Seefeld, Northern Germany. Teachers: Rob Merckx, Tejo Jourdan and different Diamond Approach guest teachers will present the teachings. Individual sessions and Small group meetings will be lead by an international team of Ridhwan teachers. For applications and information contact Jill at DHEurope3@Ridhwan.org.

For more information about the Diamond Approach®: www.ridhwan.org.

Quasar 2015 - Freedom of Unity - Breaking down the Walls

Dates: Tuesday, May 5 - Sunday, May 10, 2015
 This 5-day Retreat is a rare opportunity to experience the founders of the Diamond Approach®, Hameed Ali (A. H. Almaas) and Karen Johnson, who together discovered and developed the path of inner realization, known as the Diamond Approach® which is a contemporary original spiritual understanding and path, expressing timeless wisdom on self-realization using the insights of our time.

The dismantling of the Berlin wall was a great step toward freedom and unity. It was both a concrete event and a symbolic one. It is concrete in the sense that it made Germany one nation again, with the promise of greater freedom for all. There was great elation and celebration throughout the world as this oppressive structure fell, for it symbolized the breaking down of walls that separate people. However, the freedom that humans thirst for will not be completely satisfied only with an external act. This seminar continues the process of dissolving the subtle inner walls that divide us within ourselves and also perpetuate the distance and separation from one another.

True inner freedom requires us to see that the inner walls of rigid structures of mind, heart and body have become our separated self. When we understand this our desire for a more complete union can be truly fulfilled as we taste the nectars of our most quintessential nature.

We will gather together to work with the practices and exercises, the tools of the path, to learn to use them effectively to identify the walls and see them for what they are. We will engage in individual, dyadic and group processes to support the search for unity and the experience of freedom.

This seminar is a chance both to work with difficult challenges and to open to new opportuni-

ties for adventure, freedom and delight in living. To know our inner unity is to realize our true being, and to realize our true being is to see the unity of all. This is a great gift for us all. We are offering the eighth in a series of public seminars, primarily for individuals who wish to have a direct and experiential taste of the Diamond Approach® work. The seminar will be nonresidential and will consist generally of two meetings a day. It will be held in the English language – without translation. These seminars present the teaching from a specific and new perspective and even though there might be a relationship of one to another, each Quasar seminar stands on its own.

Location: Auditorium Friedrichstraße, Friedrichstr. 180, 10117 Berlin, Germany. To register: Please send your registration by email to: quasarberlin2015@gmail.com

**Kunst
Handwerk
Design**

12

**nikolaimarkt
oldenburg**

90 Aussteller

Pfingsten
23. + 24. Mai 2015
Sa. + So. 11-18 Uhr
Schlossplatz
Oldenburg
www.nikolai-markt.de






veranstaltungen

Neues von Adam & Eva

„Männlich“ und „Weiblich“ im Spiegel der Natur und im menschlichen Miteinander

4-tägiges Seminar vom Do. 9.4. bis So 12.4.2015 in der Bielefelder Bildungsstätte Einschlingen



Wo wird in unserer Gesellschaft „Beziehung leben“ unterrichtet? Wo kann mensch lernen, Kinder in ihrem Wachsen zu begleiten? Welche

Anteile an der Anziehungskraft der Geschlechter sind naturgegeben, welche sind kulturell und gesellschaftlich vereinbart? Und was hat der Anstieg der Temperatur unserer Meere gemeinsam mit der drastischen Zunahme menschlicher Geburten durch Kaiserschnitt?

Den Ethnologen und Journalisten Geseko von Lüpke und die Frauenärztin Karin Wenzel-Gahbler haben solche Fragestellungen schon lange beschäftigt. Gemeinsam mit der Visionssuche-Leiterin Ursula Wältring und dem Männertherapeuten Norbert Gahbler haben sie ein 4-tägiges Seminar entwickelt:

In der Evolution des Lebens auf der Erde hat sich das Zusammenspiel von Weiblich und Männlich über Jahrmillionen als Erfolgsmodell bewiesen. Allerdings hat das, was wir Menschen in den letzten Jahrhunderten daraus geformt haben, auch viel Unheil in die Welt und in unsere Beziehungen gebracht. Nicht zuletzt eine weit verbreitete Geringschätzung der Natur und des Weiblichen sind daraus gewachsen. Solch rücksichtslose Ausbeutung und Schädigung von Natur und menschlichen Ressourcen führt zu einer zunehmenden Gefährdung allen Lebens auf der Erde.

Wie können wir zu einer gesunden Achtung unserer eigenen weiblichen und männlichen Anteile und zu einer lebensbejahenden Begegnung und Beziehung der Geschlechter finden? Was sagt uns die Natur zu diesen Aspekten des Lebens und was stärkt uns, unsere Gesundheit und den inneren und äußeren Frieden? Welche Modelle für ein achtsames und gegenseitig achtendes Geschlechterverhältnis können die Kinder von heute von uns und unseren Beziehungen lernen? Wie kann eine gerechte, fried-

liche und von allseitiger Wertschätzung geprägte Geschlechterkultur aussehen und was kann sie fördern?

„Der Mensch ist ein Teil der Natur und nicht etwas, das zu ihr im Widerspruch steht.“

(Bertrand Russell, brit. Philosoph)

Anmeldung und Information: 0521.9117095 oder www.einschlingen.de (Seminar Nr. TD 1007), www.mannforum.de

Der Baum am Fluss des Lebens – wachsen im ewigen Wandel

Wochenendkurs Sa./So. 25./26. April mit Harald Reinhardt



„Man muss das Pferd reiten in der Richtung, in der es geht“ (ZEN-Weisheit)

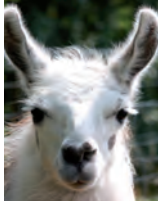
Orientierung aus sich selbst heraus macht uns stark in der Welt ... Wir modernen Menschen entdecken immer mehr, wie sehr Gelingen von einer

Gespürigkeit für unser natürliches Kräftespiel abhängt. Im inneren Dialog mit dem Symbol des Baums und des Lebensflusses kann eine lebendige Begegnung mit der eigenen Entwicklungsdynamik und dem Potential unserer ganzen Vitalität gefunden werden. Dabei bringt das Seminar eine tiefe Erfahrung unserer Gestaltungskräfte, die in Richtung Erfüllung und Ganzwerdung streben, und dabei unsere Persönlichkeit zu schöpferischen Wagnissen verführen wollen. In der vitalen Antriebskraft und ihrer Richtung findet sich das Geheimnis unseres Daseins und der entscheidende Schlüssel zu unserer Orientierung. In der tiefen Begegnung mit diesen beiden bedeutenden Symbolen kann das Seminar einen erfrischenden Impuls zur Selbstwerdung in unseren Alltag bringen. Ideal für Einsteiger und Fortgeschrittene, die „wachsen und im Fluss bleiben“ wollen

Leitung: Harald Reinhardt, Kursgebühr: 190,- €, Zeit: 25./26.04.2015 jeweils von 10-13 Uhr und 15-18 Uhr, Ort: Moveo, Herrmannstr. 17 in Oldenburg, Anmeldung: Telefon: 0221.9130809, E-Mail: Psychosynthese-Koeln@t-online.de

Delfine der Weide:

Naturerfahrungen, Medizinwanderungen & Persönlichkeitsentwicklung mit Lamas & Alpakas



Tiere haben eine sehr feine Wahrnehmung und reagieren auf unbewusste Gefühle, Gedanken und Körpersprache. Als sanfte Begleiter geben sie uns wichtige Informationen für Visions- bzw. Entscheidungsfindung oder unterstützen achtsam die Begleitung von körperlichen und seelischen Symptomen. Sie werden z.B. eingebunden in Methoden des Naturcoachings, wie der Medizinwanderung, der Heldenreise und in systemischen Aufstellungen. Die entstehenden „Bilder“ und Gefühle in der Begegnung sind unvergesslich. Ihre nachhaltige Wirkung trägt durch Krisen und hin zu neuen Lebensentwürfen.

Die Heldenreise – folge dem Inneren Ruf: 25.-28.6.15, Beginn der tiergestützten Fortbildung (NLP Pract. möglich): 3.7.2015, Medizinwanderungen/Tierbegegnungen siehe www.camelidenhof.de, Michaela Molzahn: 04456.9482233.

Lebendige Wahrheit

Workshop mit Sybille Seifried



Dieser Samstag lädt dazu ein beseelt mit neuer Energie zu starten und die Schwere und das Wühlen im Alten hinter uns zu lassen. Wir nutzen den Tag, um das was uns noch an den Fesseln hängt mit Leichtigkeit zu transformieren. Wir werden kraftvolle Übungen machen und uns in Bewegung bringen. Wir werden unser Herz befragen und neue Perspektive erleben. Wir werden erforschen was unsere ganz individuelle Wahrheit ist und wie wir uns etwas mehr Freiheit schaffen können unser einmaliges Selbst zu leben.

Das Jahr 2015 lädt zur Erneuerung ein. Uranus - der Planet des Wassermanns - ist der Lichtträger, der uns hilft das Neue zu sehen. Die Zei-

tenergie ermöglicht es uns diese wunderbare Energie zu nutzen um den Raum für brillante, intuitive Ideen zu öffnen, die unser Leben bereichern.

Termin: 11.04.15, 10.30-18 Uhr. Info: 0441.9354299, www.sybille-seifried.de

Kabbalistische Geburtsanalyse und Einladung zum glücklich werden



Die kabbalistische Geburtsanalyse ist die Gebrauchsanweisung für Ihr Leben. Sie erklärt Ihnen, welche Erfahrungen Sie sich für dieses Leben vorgenommen haben, welche Rolle Ihre Erziehung und das Elternhaus dabei spielen und wie Sie durch Ihr eigenes Verhalten in der Lage sind Ihr Leben zu einem Erfolg zu machen. In diesem Seminar erhalten Sie alle Informationen über Ihren eigenen Lebensplan und Sie erhalten alle Voraussetzungen um diese Analysen erfolgreich für Dritte anzubieten. Das Seminar „Einladung zum glücklich werden“ lässt Sie Ihre Glaubenssätze und deren Wirkung erkennen. Erfolgreich lösen Sie Ihre alten negativen Glaubenssätze auf und gehen in ein selbstbestimmtes Leben.

„Kabbalistische Geburtsanalyse“: Start der neuen Seminarreihe: 2. und 3. Mai 2015. Sie erkennen und verstehen die Zusammenhänge und Ereignisse Ihres Lebens und gleichzeitig erhalten Sie alle Informationen um erfolgreiche Analysen für Dritte zu erstellen.

„Einladung zum glücklich werden“: Modul I: 3.- 5. Juli 2015

Ihnen wird bewusst, wie stark Sie jede Situation Ihres Lebens mit beeinflussen und verändern aus dieser Erkenntnis heraus Ihr Konzept für ein erfolgreiches Leben.

Alle Seminare finden im Seminarhaus Lichtblick in Hude statt.

Alle aktuellen Termine finden Sie auf meiner Internetseite: www.wolfsmond.info, Ursula Vogt, Schulstr. 24, 50767 Köln, ursula.vogt@wolfsmond.info

veranstaltungen

Heilung des Herzens

Vortrag 9. Mai 2015 um 19.00 Uhr im PFL, Oldenburg mit Domo Geshe Rinpoche



Domo Geshe Rinpoche, rein-karnierte Lama aus der Geluk Tradition des tibetischen Mahayana Buddhismus, gibt Einblicke in die tibetische Heilkunde nach buddhistischer Tradition.

Körper und Geist werden als

Einheit gesehen, innere und äußere Faktoren als Ursachen für Wohlbefinden oder Krankheit untersucht. Beim Heiler wird das Mitgefühl genauso sorgfältig geschult wie die Sachkenntnis. In der anschließenden Diskussion mit einem Human-Mediziner und/oder einer Therapeutin werden Unterschiede und Gemeinsamkeiten der westlichen und tibetischen Medizin erörtert.

Info: dungkar.dharma.ol@gmail.com; www.dungkar-dharma-zentrum.org, www.white-conch.org, www.satisfiedbuddhist.blogspot.de, Spendenempfehlung 5,- bis 15,- €.

Familien- & Asien-Wochenende

30. & 31. Mai 2015 im Rhododendronpark Hobbie



Ein buntes Wochenende für die ganze Familie: Spiel und Spaß für die Kleinen, Kunst und Informatives für die Großen, Kulinarisches und Unter-

haltsames für alle.

Zahlreiche Vereine und Organisationen, die mit Menschen mit Behinderungen arbeiten, stellen ihre Arbeit vor.

Zudem gibt es ein buntes Potpourri asiatischer Waren und Spezialitäten sowie Tanz, Musik, Taiji, Jiu Jitsu, Qigong und Informationsstände wie z.B. über asiatische Kultur und Medizin, etc. inmitten der idyllischen Kulisse des Parks. Asien ist die Heimat der meisten Rhododendron-Wildarten. Viele davon wachsen inzwischen seit Jahrzehnten in unserem Rhododendron-

park, der mit seinen 70 ha Deutschlands größter Rhododendronpark ist und nicht nur unter Fachleuten als einer der schönsten in Europa gilt.

Mehr Infos: Rhododendronpark Hobbie, Alpenrosenstraße 7, 26655 Westerstede/Petersfeld, Tel.: 04488.2294, www.hobbie-rhodo.de, E-Mail: buero@hobbie-rhodo.de

5. Biodanza Summer Celebration

19.-21.6. im Hof Oberlethe



„Wir wollen all die Bewegungen tanzen, die unser Leben für die Liebe öffnen. Wie eine Mutter, die sich kümmert und den inneren Raum nährt,

damit wir wachsen und uns erfahren, wollen wir einen neuen Raum für die menschliche Familie schaffen, in dem es möglich ist, Du selbst zu sein und Dein inneres Licht zu stärken, um alle Talente ins Universum fließen zu lassen. Ich glaube, der Tanz ist im Sinne der natürlichen Bewegung des Lebens ein beständiger Fluss von Erfahrungen, der neues Bewusstsein schafft; eine Kunst zu leben, in der wir fühlen und mit Anderen in einem geschützten und harmonischen Raum sind.

Schamanismus ist eine alte Kunst zu heilen und ins Gleichgewicht zu kommen - mit Mutter Natur, mit der inneren Heilung des Planeten, mit dem inneren Heiler Deiner Familie und schließlich mit Dir selbst. Wir bewegen uns in eine neue Dimension voll neuer Paradigmen, eine Dimension, die nötig ist in dieser Übergangszeit des Planeten. Musik ist die natürliche Sprache, die uns mit dem Rhythmus des Lebens verbindet. Bewegung ist die Art und Weise, all das zu erfahren, was wir fühlen können, und zu lernen, all das zu sein, was wir sind. Und Bewegung ist schließlich das Erwachen der Absicht unserer Emotionen und des Geistes, um in das universelle Bewusstsein der Liebe einzutauchen. Das ist es, was es braucht, um die Weltordnung von Frieden, Gesundheit, Wohlbefinden und Liebe wieder herzustellen, die die Menschen in sich selbst verloren haben. Es ist Zeit gemeinsam aufzuwachen, um den Traum der Liebe dieses

Universums zu erfüllen. Dieses Universums, das sich in die Ewigkeit ausdehnen will, um spirituelle Erleuchtung und physisches Glück zu erreichen. Lasst uns tanzen, um die Welt mit Freude zu erfüllen und ganz lebendig unser kreatives und heilendes Potential zu entwickeln!

Ich möchte jeden einladen, es nur einmal auszuprobieren und dann mittendrin zu sein in der Freude des Herzens - gefeiert zu werden, respektiert und geliebt. Liebe Dich selbst - Dein Leben ist das, was Du hast!

Nur Du kannst es für Dich tun. Es gibt nur einen, der sich in Deinem Körper und Deinem Geist bewegen kann. Es gibt nur Dich, der den Geist der Göttlichkeit spüren kann. Es gibt nur Dich, der das Leben lieben und es durch sein Herz und seine Seele fließen lassen kann. Wenn nicht jetzt...wann dann? Wenn nicht Du...wer dann? Wenn nicht hier...wo dann? The dance of life gibt Dir die Möglichkeit, Dich selbst auf die positivste, süßeste und sanfteste Art und Weise herauszufordern: hervorzulocken, wer Du wirklich bist. In Deiner Kraft, in Deinem Geist, mit allen Sinnen - und mit Deiner Liebe zur Reise Deines Lebens. Sei das beste Du, was Du sein kannst - in jeder Bewegung Deines Lebens! Sei das höchste, tiefste und mitfühlendste Wesen. Sei der Heiler Deines eigenen Lebens und des neuen Planeten, den Du erleben und genießen willst - für Dich und für zukünftige Generationen. Komm und tanze um Dein neues Leben in die Welt zu bringen!"

Dipl.-Psych. MCArrieta, Pioneer and Founder of the Biodanza movement in Germany.

www.biodanza.de/events/summercelebration

Rüdiger Dahlke:

2 Vorträge am 15. April in Bremen



Angstfrei leben um 18.30:

Wenn wir Angst haben, wird alles eng - der Körper, unser Denken und unser Fühlen. Ruediger Dahlke leitet dazu an, unsere Angst zu verstehen und sich ihr behutsam zu nähern. Tatsächlich gibt es

einfache Wege mit Angst, im wahrsten Sinne des Wortes, fertig zu werden. Der Vortrag wird darauf eingehen und ein sehr einfaches Angst-Bewältigungs-Ritual in Theorie und Praxis vermitteln, das sich anschließend wundervoll in Eigenregie anwenden lässt.

Mythos Erotik um 20.30 Uhr: Der zeitlose Mythos von Eros kann uns helfen, ein Lebensprinzip in seiner Tiefe zu verstehen, das uns heute oft mehr Ärger als Lust macht. Der Mythos kann uns erlösende Informationen vermitteln, wie wir mit der Liebe und ihren verschiedenen Spielarten zurecht kommen. Der Vortrag erklärt unsere heutigen Wünsche und Probleme im Hinblick auf Erotik und eröffnet Chancen und Auswege. So wird es möglich, Schuldgefühle zu durchschauen und aufzugeben und neue Freiheit zu gewinnen, um Sinnlichkeit und Sinn zu finden und neue (Lebens)Lust.

Vortrag 1 oder Vortrag 2 sind im Vvk 12€ bis Sa 28.03. danach 20€. Beide Vorträge zusammen sind im Vvk 15€ bis Sa 28.03. danach 25€. Ort: Cappella della Musica , Osterdeich 70A, 28205 Bremen. Info & Anmeldung im SteinReich, Am Dobben 78 28203 Bremen, Tel: 0421.79424922.



Antje Jaruschewski
Heilpraktikerin

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

- **Aufstellungstage OL**

Sa. 09.5. | So. 21.6. | OL, 9,30 bis 18 h ohne Anliegen 20 EUR, mit 105 EUR

- **offene Abende (Ther. Kurzaufst.)**
28.4. | 02.6. | 07.7., 18,30 h, Rosenhaus
- **Fortbildung, 6 WE**, ab Mai 15
„Fam.-stellen in der Einzelarbeit“
- **Einzelarbeit Praxis**



Metzer Straße 10 26121 Oldenburg Tel. 0441-973 6194 www.praxis-jaruschewski.de

Transformation

Die Vergangenheit heilen – eine neue Zukunft werden

Thomas, das Celebrate Life Festival 2015 widmet sich dem Thema Heilung sowohl auf individueller Ebene als auch als kollektives Anliegen im Sinne einer heilenden Kultur. Was hat dich zu diesem Thema inspiriert?

Thomas Hübl: Heilung, Trauma-Arbeit und die Integration unerlöster Anteile sind meine Passion. Wenn man sich eingehender mit Mystik beschäftigt, erkennt man, dass es in allen großen Weisheits-Traditionen einen gemeinsamen Kern zeitloser Weisheit gibt, der das Leben - den Einzelnen, die Kulturen, den Kosmos - nicht isoliert voneinander, sondern als etwas Ganzes begreift.

In diesem Sinne ist Heilung die Wiederherstellung der ursprünglichen Bewegung, Intelligenz und Ausdruck des Lebens. Das gilt sowohl für das Individuum als auch für die Bezogenheit von allem mit allem und den intersubjektiven Beziehungsraum. Integration ist deshalb sowohl eine individuelle als auch eine kollektive Angelegenheit. Auch der kollektive Körper muss offenbar noch lernen, unterschiedlichste Aspekte zu beinhalten, ähnlich wie dies in individuellen Heilungsprozessen geschieht. Die ganze Welt erlebt derzeit eine Welle von Aufruhr, Umbruch und Re-Traumatisierung. Jahrtausende alte Schatten entladen sich. Überall dort, - in uns selbst und in der Welt -, wo es uns nicht gelingt, Konflikte durch Bewusstsein zu lösen, müssen wir erneut durch die Erfahrung hindurch. Es geht also nicht nur um uns persönlich, sondern auch um ein gemeinsames heil-sames Kümmern um die Welt.

Dafür brauchen wir Räume, die wir zusammen aufbauen. Räume, in denen sich vor allem die kollektiven Schattenthemen in unserer Bezogenheit erlösen können. Durch unsere gemeinsame Intelligenz bringen wir wieder mehr Bewegung in erstarrte Strukturen.

Was bedeutet das, bezogen auf die individuelle Weiterentwicklung des Einzelnen?



T.H.: Zunächst einmal ist es ungemein spannend, dass es so viele Menschen gibt, Therapeuten, Ärzte, Lehrer, Coaches, Heiler u.a., deren innerstes Anliegen es ist, einen heilsamen Beitrag in dieser Welt zu leisten. In ihnen ist etwas, das sie antreibt. Eine Kraft, die herausfinden möchte, wie sich das Leben heiler, integrierter, authentischer und erfüllender leben lässt. Etwas, das danach verlangt, sein volles Potenzial zu entfalten, inspiriert von ursprünglicher Kreativität.

Diese Leidenschaft trifft auf unerlöste Traumata, Schatten und Kontraktionen. Teile des Lebens verlangen danach, heiler und vollständiger zu werden. So entsteht eine Spannung, die einerseits persönliches Leid überwinden will, und die zugleich ein großes Interesse daran hat, immer tiefer in das Thema Heilung einzutauchen und zu ergründen, wie Heilung funktio-

niert. Diese evolutionäre Spannung ist von großer Schönheit, denn sie führt immer tiefer in die Essenz, zu immer tieferen Erkenntnissen und mehr Integration.

Und genau diese evolutionäre Spannung ist – wenn sie kreativ benutzt wird – der treibende Motor für Heilung und Entwicklung. Alle Menschen, die diese Aufgabe annehmen, werden sich im Laufe ihres Lebens immer mehr integrieren und dadurch immer mehr ihren wahren Beitrag in der Welt leisten.

Das Anliegen des Festivals geht deutlich über individuelle Heilreisen hinaus. Was macht das Thema Heilung kollektiv aktuell so wichtig?

T.H.: Viele Menschen entwickeln gegenwärtig ein höheres Bewusstsein und bringen sich damit weltweit sowohl in ihre privaten Beziehungen als auch in Unternehmen und kulturelle Belange ein. Ich glaube, dass es dringend notwendig ist, dass dieses kollektiv erweiterte Bewusstsein neue Möglichkeiten findet, um die Vergangenheit wirklich zu bewältigen.

Die unerlösten Traumen der verschiedenen Kulturen brechen an vielen Brennpunkten der Erde wieder auf. Die Menschheit schreit förmlich nach einer Weiterentwicklung, die uns dazu befähigt, unsere kulturellen Traumen aufzuarbeiten.

Gelingt uns das nicht, werden uns die nicht integrierten Traumen dazu zwingen, die entsprechenden traumatischen Erfahrungen nochmals und nochmals zu wiederholen. Dieses Prinzip trifft auf die Weiterentwicklung der Welt ebenso zu wie auf individuelle Heilreisen.

Die kulturellen Schatten drängen global massiv danach, ans Licht gebracht und erlöst zu werden. Nun liegt es an uns, geeignete kollektive Gefäße zu entwickeln, wie wir die kollektiven Narben in eine Integration führen können. Auf dem Weg zu einem globalen Verständnis ist dies meiner Meinung nach unumgänglich. ***Wie können wir uns der Verantwortung für kollektive Heilung stellen?***

T.H.: Wirkliche Verantwortung ist die Fähigkeit, Augenblick für Augenblick adäquat auf das Leben zu antworten. Um uns diese Fähigkeit zu eigen zu machen, müssen wir selber heil werden. Verantwortung zu übernehmen bedeutet also, mich den unerlösten Teilen meiner Entwicklungsgeschichte zu stellen. Dadurch werde ich selbst ganz und kann das Leben ganz verkörpern.

Ich glaube, dass Bewusstsein und die Evolution des Bewusstseins neue Wege finden können, um sich aus eigenem Antrieb um eine sich weiterentwickelnde Welt zu kümmern. Und ich glaube auch,

dass es vielen Menschen gemeinsam gelingen kann, die Schatten der Vergangenheit auf eine heilsame Weise in die Zukunft zu integrieren. Heilung kann eine kulturelle Tätigkeit werden, ein kollektives Potenzial, unsere gemeinsame Aufgabe. Wir können lernen, wesentlich präziser und effektiver die essenziellen Themen zu adressieren, die in Gruppen von Menschen oder unterschiedlichen Kulturen thematisiert werden müssen. Oft ist Kommunikation verwoben und undurchsichtig. Man könnte sagen, wir agieren miteinander im Rauch, aber wir kümmern uns nicht um das Feuer. Und ich glaube, dass es an der Zeit ist, sich sowohl in individueller als auch in kollektiver Hinsicht um das Feuer zu kümmern.

(...)

Welchen Fragen stellt sich das Celebrate Life Festival 2015?

T.H.: Das Celebrate Life Festival 2015 widmet sich den Themen Trauma, Heilung und Integration. Wir schauen uns diese Themen sowohl in individueller Hinsicht an – was ist meine eigene Heilreise? – als auch in Bezug auf die mystischen Prinzipien von Heilung, und darüber hinaus fragen wir: Was sind die kulturellen Aspekte von Heilung? Eine spannende Reise durch die Mystischen Prinzipien. Gleichzeitig erforschen wir, wie das Vergegen-

Transformation, die Vergangenheit heilen – eine neue Zukunft werden

wärtigen unseres Zukunftspotenzials uns dabei unterstützen kann, die Vergangenheit zu erlösen. Wir erfahren, wie uns die höhere Inspiration beim Heilungs- bzw. Integrationsprozess unterstützt.

Mystische Prinzipien von Heilung wirken auf individueller Ebene, in Beziehungen zu anderen und als Teil einer Kultur, die sich ihren eigenen Herausforderungen stellen kann. Gemeinsam kreieren wir während des Festivals ein hoch energetisches, kraftvolles Experimentierfeld für die konkrete Weiterentwicklung von heilenden Kompetenzen und Optionen.

Grundsätzliche und individuelle Fragen, denen sich das Festival widmet sind: Was ist die Essenz, also die energetische Natur von Trauma-Arbeit? Welche heilsamen Fähigkeiten können wir durch innere und äußere Praktiken ausbilden? Wie können wir zuhause sein in einer Dimension, die größer ist als unsere Persönlichkeit? Wie können wir uns immer wieder öffnen für Unbekanntes und vertrauensvoll und zu-

gleich verantwortungsbewusst ins Nicht-Wissen gehen? Wie können wir unsere Lebensgrundlagen mit Licht erfüllen und den Boden für fruchtbaren, heilenden Austausch bereiten?

Fragen in der kulturellen Dimension sind: Wie können wir eine Kultur mitgestalten, die sich um ihre eigene Heilung und die Bewältigung ihrer Traumen kümmert? Welche Werkzeuge kann eine Kultur entwickeln, um ihre abgespaltenen Anteile zu erlösen? Wie können wir kulturelle Weisheit erlangen, die es ermöglicht, die Vergangenheit, die unser tägliches Leben beeinflusst, in eine höher entwickelte Zukunft zu integrieren?

(...)

Das komplette Interview findet sich auf www.achtsames-leben.org.

Das Celebrate Life Festival 2015 findet statt vom 30. Juli – 8. Aug. im Hof Oberlethe. Alle Infos auf www.celebrate-life.info.

Sa. 18. April 2015 10.00 - 16.00 Uhr
Dorfflohmarkt
 in Hurrel
 auf dem Gelände des Seminarhauses Lichtblick.
 nur private Anbieter, Standreservierung: Ulla.Grashorn@ewetel.net

So. 19. April 2015 10.30 - 18.00 Uhr
Tag der offenen Tür
 im Heilkundezentrum
 Vorträge, Workshops, Klangerlebnis,
 Cafeteria

Lichtblick

Seminarhaus | Heilkundezentrum | Ferienwohngarten

Seminarhaus Lichtblick • Barbara Wurmsee
 Sandersfelder Weg 2 • 27798 Hude-Hurrel
 Tel: +49 (0)4408 - 92 32 45 • Fax: +49 (0)4408 - 83 08
 e-mail: info@seminarhaus-lichtblick.de • www.seminarhaus-lichtblick.de



Franz Bardon
Der Weg zum wahren Adepten

Das Geheimnis der 1. Tarotkarte. Ein Lehrgang wissenschaftlicher Magie in 10 Stufen. Theorie und Praxis der magischen Einweihung.

27. Auflage!

393 Seiten, geb., € 34,00

Die Praxis der magischen Evokation

Das Geheimnis der 2. Tarotkarte. Kontakt mit Engeln der geistigen Hierarchie.

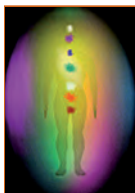
560 Seiten, geb., € 40,00

Der Schlüssel zur wahren Kabbalah

Das Geheimnis der 3. Tarotkarte. Das einzige Buch über die kabbalistische Praxis.

309 Seiten, geb. € 28,50

Rüggberg-Verlag
T./Fax: 0202-592811
www.verlag-dr.de



Sitzung: Auradiagnose

Leitung: Ralf-Marien Engelbarts, Heilpraktiker

Datum: Fr., 17.4.15, 11-19 Uhr

Ort: B. Ebert (Moveo), Hermannstr. 17, Oldbg.

Anm.: **Buchhandlung Plaggenburg, Tel. 0441.17543**

Aurafoto mit Beratung 35,- € (ca. 20 Minuten). Zwei Aurafotos - vorher und nachher - mit Beratung und Behandlung: 81,- € (ca. 60 Minuten)

**17.
APR**



Ausbild.: Schmerz- und Regulationstherapie

Leitung: H.-H. Brand, C. Purk-Wölke

Datum: 18./19.4.15 + 6./7.6.15 (1+2)

Ort: Cloppenburg

Infos: www.physio-brand.de

RTB ist eine Schmerztherapie, die energetische u. manuelle Osteopathie-Techniken verwendet, zusammen mit energetischer Psychotherapie und Kinesiologie.

**18./19.
APR**



Vortrag: Inseln der Zukunft

Leitung: Geseko v. Lüpke

Datum: Mi. 22.04.2015, 18.15 Uhr

Ort: Uni Oldenburg, Hörsaalzentrum 14, Hörsaal 2

Infos: onenken@sozialoekonomie.info, OL-36111797

Vortrag im Rahmen der Ringvorlesungen des Fachbereichs Postwachstumsökonomie der Uni Oldenburg.

**22.
APR**



Ausbild.: „Walking in Your Shoes“

Leitung: Xenia Gerdes

Datum: Beginn: 25./26.04.2015

Ort: Oldenburg

Infos: www.wifaki.de oder 0441.4088697

Eine Alternative zur Familienaufstellung. Nach der Ausbildung können Sie eigene Gruppen mit „Walking In Your Shoes“ leiten.

**25./26.
APR**



TdoT: Tag d. offenen Tür Sampoorna Yoga

Leitung: Bernhard Dökel & Team

Datum: 25./26. April, kostenl. Probestd. 12 + 15 Uhr

Ort: Sampoorna Yoga Zentrum, Zeughausstr. 70, OL

Infos: www.sampoorna-yoga-oldenburg.de

Neue Kurse für Anfänger ab 4.5.. Weitere Probestd.: 4.-15.5., Mo. 17, Di. 19.30, Do. 20 & Fr. 19 Uhr. Tel. 0441.48551766. Von den Krankenkassen unterstützt.

**25.+26.
APR**



Seminar: Tanz f. Frauen a. d. Insel d. Aphrodite

Leitung: Pramoda S. Habenicht, Tanztherap. (ITTH)

Datum: 22.-29. September 2015

Ort: Zypern – nahe Latchi – Aphrodite Beach

Infos: **04408.923485**, www.tanz-der-goettinnen.de

Ein besonderes Erlebnis in einer zauberhaften Umgebung. Aphrodités Qualitäten: Freiheit, Lebensfreude und Wahrfähigkeit stehen im Fokus dieser Woche.

**22.-29.
SEP**

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.

praxis & methoden

Ernährung ist wichtig für den Körper!

... Und Worte, können sie satt, glücklich und gesund machen!?

Von Petra Lucia Tapper



Viele Krankheiten zeigen sich im Blut. Meist lange, bevor die ersten Symptome auftreten. Ich biete eine spezielle, umfassende Blutdiagnostik an. Schwächen und Tendenzen in Ihren Systemen werden aufgedeckt, bevor es zu einer Entgleisung kommt. Auch Mangelzustände an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen sind wir mit der Methode auf der Spur. Sie erhalten Ihren persönlichen Ernährungsleitfaden mit der optimalen Auswahl an Nahrungsmitteln für Ihren individuellen Stoffwechsel.

Das Hormonsystem hat einen immensen Einfluss auf unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. 80 % aller chronischen Erkrankungen entstehen durch Abbaustoffwechselentgleisung.

In der ‚Heilsamen Begegnung‘ schaffe ich eine Atmosphäre, die es ermöglicht, im geschützten Raum, ganz im Vertrauen (... zu sich selbst) zu sein, das Wort zu ergreifen, sich von Worten berühren zu lassen. Häufig verschwinden dann die Warnsignale des Körpers, wie Symptome und Schmerzen. Gemeinsam finden wir die eigentlichen Ursachen und Schwächen heraus.

Therapiebegleiter, wie homöopathische Präparate, Vitalstoffe und Pilzextrakte sind dabei eine sinnvolle Ergänzung zur naturheilkundlichen Basisbehandlung.

Raum schaffen für: Erkenntnis, Entwicklung und Bewusstsein. Ich glaube, dass es unsere Aufgabe ist, die Hülle (aus Erziehung, Kultur und Religion) abzuschälen und herauszufinden, wer wir wirklich sind und was wir tatsächlich wollen. Entwickeln Sie Achtsamkeit und Bewusstsein für das was Ihnen gut tut ... Zum Kennenlernen biete ich Ihnen gerne einen kostenlosen, unverbindlichen Termin von ca. 15 Minuten in meiner Praxis an.

**Informationsabende: 7. April und 5. Mai 2015
jeweils um 19.30 Uhr.**

Bitte melden Sie sich kurz telefonisch an!

Petra L. Tapper, Heilpraktikerin.

Tel. 04950.3577, www.heilsam-begegnen.de

Schreckliche Erinnerungen verarbeiten mit der KiTE®-Methode

Von Xenia Gerdes



Wer einmal eine schreckliche Erfahrung gemacht hat – egal ob es sich um einen Unfall, eine Trennung oder andere belastende Situationen handelt – für den ändert sich oft schlagartig das ganze Leben.

Die belastenden Erfahrungen (=Trauma) werden (körperlich und psychisch) im Unterbewusstsein abgespeichert. Wenn der Mensch nach dem Erlebnis nicht wieder in seine Balance findet, können Blockaden im Körper entstehen.

Die Folgen dieser Blockaden: Menschen werden krank und fragen sich warum. Depressionen, Burnout, Ängste, Phobien, Allergien, Süchte, alle körperlichen Beschwerden wie Rücken oder Bandscheibe usw.

Mit der KiTE®-Methode werden die Blockaden gefunden und über entsprechende Reflexpunkte an den Füßen behandelt und gelöst - auch wenn sich der Mensch an die belastende Situation nicht erinnern kann oder möchte.

In der Regel fühlen sich meine Kunden schon nach einer Behandlung leichter und befreiter.

Xenia Gerdes

Heilpraktikerin (Psychotherapie)

Donnerschweer Straße 56, 26123 Oldenburg

Telefon: 0441.408897

www.wifaki.de

Jin Shin Jyutsu

Mit Anna Kipke



Menschlichkeit, Göttliches, Kunst: Jin Shin Jyutsu ist eine Lebenskunst. Es gibt viele Gründe, Jin Shin Jyutsu anzuwenden, beispielsweise um sich wohler und fitter zu fühlen, um Schmerzen zu lindern und einen Ausweg aus chronischen Belastungen zu finden. Durch einfaches, sanftes Berühren definierter Körperstellen mit den Händen werden Energieströme harmonisiert. Häufig nennt man diese Vorgehensweise

praxis & methoden

„Strömen“. Jin Shin Jyutsu kann sowohl als Selbsthilfe angewendet werden, als auch durch einen ausgebildeten Praktiker.

Jin Shin Jyutsu: Eine Hilfe zur Selbsthilfe

Selbsthilfekurse vermitteln die Grundlage, um sich selbst zu helfen und ermöglichen die eigene Gesundheit buchstäblich wieder in die eigenen Hände und Verantwortung zu nehmen. Damit Sie Jin Shin Jyutsu zur Selbsthilfe für sich und Ihre Familie erlernen können, biete ich Selbsthilfekurse an. Ein Schwerpunkt in diesen Kursen ist das Selbstströmen, eine traditionelle Methode aus dem Jin Shin Jyutsu, die man altersunabhängig erlernen und für sich und die Familie nutzbar machen kann. Die Selbsthilfekurse finden jeden Freitag statt, der Abendkurs von 19-20 Uhr terminiert, für alle Interessenten und Interessentinnen ohne Voranmeldung offen.

Anna Kipke, Heilpraktikerin

Cäcilienplatz 1, 26122 Oldenburg

Tel.: 0441.4086431

naturheilpraxis-anna-kipke-heilpraktikerin-oldenburg.info

Yoga statt Hormone

Von Ute Strodthoff

Eine besondere Yogaübungsreihe bietet eine natürliche und ganzheitliche Lösung für die meisten Probleme während der Wechseljahre. Hormon Yoga wurde von der Brasilianerin Dinah Rodrigues entwickelt. In wissenschaftlichen Untersuchungen hat sie die Effektivität dieser Übungsreihe nachgewiesen. Elemente aus verschiedenen Yoga-Richtungen, sanfte Körperhaltungen im Sitzen und in der Rückenlage, eine spezielle Atemtechnik sowie Konzentrationsübungen mit einer Energielenkung bewirken eine gezielte und ausgleichende Wirkung auf das Hormonsystem einer Frau. Die körpereigene Hormonbildung wird damit reaktiviert und führt zu einer spürbaren Linderung verschiedener Symptome wie Hitzewallungen, Reizbarkeit, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, die charakteristisch sind für die Wechseljahre. Das Besondere an



diesem Programm ist eine intensive Atmung während der Körperhaltungen, die wie eine Massage auf die inneren Organe wirkt. Einfach auszuführende Entspannungsübungen gegen inneren Stress ergänzen die Übungsreihe. Hormon Yoga steigert nachhaltig das körperliche und geistige Wohlbefinden.

Informationen zum Hormon Yoga: 14.4. - 18:15

Uhr, 17.4. - 19:30 Uhr.

Hormon Yoga Kurse ab 21.4.2015. Workshops: 13./14.6. und 11./12.07.

Infos: 0441.2055565

www.yoga-coaching-strodthoff.de

ute.strodthoff@web.de

Bärbel Zehnpfund – Heilpraktikerin

Systemische Therapie, Aufstellungen,

Akupunktur



Als Therapeutin begleite ich Sie gerne dabei, frei zu werden für Ihre Gesundheit, Ihre Freude, Ihre Fähigkeit, den Herausforderungen des Lebens zu begegnen. Infolge von Verletzungen oder Enttäuschungen lehnen wir oft

Teile von uns selbst, unserem Körper oder von uns nahestehenden Menschen ab. Gleichzeitig, und das ist das Paradoxe, sind wir gerade mit diesem Teil oder Menschen durch unsere Ablehnung stark verbunden. Auch traumatische Ereignisse aus vorhergehenden Generationen können die Ursache für festgefahrene Glaubensmuster oder Lebensweisen sein, die mitunter unserer Gesundheit schaden.

Das Leben strebt nach Ganzheit. Manches kann erst heilen, wenn es wahrgenommen, gewürdigt und bewusst verabschiedet wurde.

Informieren Sie sich gerne weiter auf www.heilpraxis-zehnpfund.de

oder rufen Sie mich an: 0441.2048845.

praxis & methoden

„Rede-Wendung“ – damit auch Du wieder lachen magst! Mit Bianca Franken



Um Deinem Leben eine positive Wendung zu geben, kann es hilfreich und oft auch heilsam sein:

- Dir mal alles von der Seele zu reden
- Deine derzeitige Situation zu reflektieren

- Deinen Körper und seine Reaktionen zu verstehen
- Dir bewusst zu werden, was DU für DICH tun kannst.

Wenn DU einen aufrichtigen Zuhörer brauchst oder die Wartezeit auf Deinen Therapieplatz überbrücken möchtest, ruf an. :-)

Mit Lebenserfahrung und Empathie höre ich Dir aufmerksam zu und nehme Dich und Deine Probleme ernst. Diese Gespräche finden je nach Wunsch, als Walk & Talk (heilsame Gespräche in der Natur), als Beratungen bei mir in Hude oder anderen Orten (z.B. Deinem Lieblings-Café), statt, ersetzen aber keine Behandlung durch einen Arzt, Heilpraktiker oder Psychotherapeuten. Keine Kas- senabrechnung möglich!!!

Bianca Franken
Geistheilerin, Beratung für mehr Lebens-Freude
Tel. 0176.84477140.

Jedes Kind kann rechnen lernen – wenn man seinen Lerntyp berücksichtigt!



Seit über 18 Jahren unterstütze ich Kinder und Jugendliche mit Schulschwierigkeiten im außerschulischen Förderbereich. Ich arbeite mit ihnen bis einschließlich Klasse 10, dabei habe ich mich zusätzlich auf die Förderung von Grundschulern spezialisiert. Eine Grundlage für meine Arbeit bildet die Methode ‚Terlusollogie‘, mit deren Hilfe ich den Lerntyp aus dem Geburtsdatum berechne.

Für die Förderung im Fach Mathematik habe ich ein eigenes System entwickelt, mit dem ich Grundschulern die Grundrechenarten nahe brin-

gen kann. Ich arbeite mit vielen Rechenricks, mit 1x1 Liedern und Wiederholungen, damit sich die erworbenen Kenntnisse automatisieren. Natürlich arbeite ich lerntypbezogen.

Die Erfahrung zeigt: je früher die Kinder Unterstützung erhalten, desto schneller können die Schwierigkeiten behoben werden.

Wenn Ihr Kind Schwierigkeiten hat: Ich arbeite gern mit ihm!

Aber: ich beziehe Sie als Eltern gern mit ein und zeige Ihnen in einem Kurs, wie Sie mit Ihrem Kind arbeiten und wie Sie es unterstützen können. Sie bekommen genaue, auf den Lerntyp Ihres Kindes abgestimmte Anleitungen, die entsprechenden Arbeitsmaterialien und ich begleite Sie in der Umsetzung.

Typenrichtiges Lernen

Anne Becker

Tel. 04482.980612

www.lerntypberatung.de

Sound Healing:

Die Schwingungen deiner Seele ...



...„übersetze“ ich in Töne und Melodien und singe sie für dich. Was dann ertönt, ist dein ganz ureigenes Seelenlied. Es erinnert dich daran, wer du im Grunde deines Herzens bist und daran, weshalb du hier bist. Es bringt deinen Zel-

len tiefe Entspannung, Wohlbefinden und oft auch neue körperliche Kraft und Gesundheit. Wissenschaftliche Studien haben bewiesen, wie ungeheuer positiv Musik wirkt: auf das Immunsystem, den Blutdruck, die Vitalfunktionen. Am Anfang der Schöpfung war der Ton, ungeformt und voller Potenzial. Die Schöpfung ist nicht vollendet – jeder Tag bietet die Möglichkeit teilzuhaben am Schöpfungsgeschehen. Lasse dich einhüllen in deine eigene Schöpfungsmelodie und spüre, wie das Leben durch dich fließt.

Wie ich das mache, werde ich oft gefragt. Ich habe es mir nicht ausgesucht, soviel vorab. Es ist zu mir gekommen, als ein Geschenk aus der Quelle. Es wurde in einem Traum angekündigt, hat sich in der „Realität“ gezeigt und ich bin Schritt für Schritt weiter geführt worden. Inzwischen gehe ich die-

praxis & methoden

sen Weg seit über 10 Jahren. Ich habe mich mit anderen Sound Healern ausgetauscht und von ihnen gelernt. Es fließt durch mich hindurch, es ist das, weshalb ich hier bin.

Theresia de Jong

Siedlung 24, Zetel

Tel: 04453.1596

info@theresia-dejong.de

www.theresia-dejong.de

Schmerz- und Regulations-Therapie nach Brand (RTB)



RTB ist eine Schmerztherapie, die energetische und manuelle Osteopathie-Techniken verwendet, zusammen mit energetischer Psychotherapie

und Kinesiologie.

RTB ist sehr erfolgreich besonders in Fällen von chronischen, schmerzhaften Verlaufsformen, ausgethierten Patienten oder bei Schmerzen unklarer Genese und natürlich auch bei akuten Schmerzen. RTB fokussiert das Wissen aus verschiedenen alternativen Therapien und der Schulmedizin.

Bei der RTB lernen Sie Achtsamkeit, im Denken, Handeln und Fühlen. Und wie Sie mit sich und anderen einfühlsamer umgehen können, mehr Therapieerfolg haben und damit erfolgreicher werden im eigenen Leben. Ihre Behandlungserfolge erhöhen sich signifikant und damit auch die finanziellen Erfolge. Ihr Leben wird freier.

Ihre Patienten werden es Ihnen danken und weitertragen.

RTB 1 und 2 am 18./19.04.15 und 06./07.06.15

RTB 1 und 2 am 12./13.09.15 und 31.10./01.11.15

RTB 1 und 2 sind nur in Kombination buchbar

Preis 380,00€ pro Wochenende

Praxis Brand

(Heilpraktiker-Physiotherapeuten-Osteopathen)

Lange Str. 4, 49661 Cloppenburg

Tel. 04471.4454

E-Mail: brand@vpt-online.de

www.physio-brand.de

Mobbingberatung & Kinderhypnose

Sarina Dierkes, HP psych.



Mein Name ist Sarina Dierkes und ich bin Heilpraktikerin für Psychotherapie. Seit einiger Zeit beschäftige ich mich mit der Hypnose und bin begeistert von dieser Form, Menschen mit Problemen und Beeinträchtigungen hiermit eine Stütze zu sein.

Akute Krisen, Ängste, Phobien u.v.m. sind Störungen, die uns im Alltag beeinträchtigen und bei denen die Menschen große Unterstützung benötigen. Hier ist die Hypnose eine hilfreiche Methode.

Die Kinderhypnose ist ebenfalls eine gute Methode, um Kinder in akuten Problemsituationen unterstützen zu können. Einschlafstörungen, Angstzustände, Einnässen gehören zu plötzlich auftretenden Problemen, bei denen die Kinderhypnose gut einzusetzen ist.

Meine besondere Leidenschaft ist die Beratung für Mobbingbetroffene. Sie befinden sich in ständigem Konflikt mit sich selbst und der Außenwelt. Wieder ein Teil der Gruppe/ Klasse/ Clique zu sein und Anerkennung zu bekommen, die keinen großen Einsatz erfordert, ist der Wunsch eines jeden Menschen. Bei Mobbingopfern ist dieser Wunsch umso größer und es ist oft ein hilfloser Kampf. Viele Fragen stellen sich die Betroffenen und können diesen Teufelskreis nicht durchbrechen.

Ich biete Dir/ Ihnen eine umfassende Beratung und Behandlungsmethode an mit einem Training, um wieder Selbstbewusstsein zu gewinnen und zu erkennen wie wertvoll Du/ Sie bist/ sind.

Auch hier ist die Hypnose eine sehr gute Methode.

Sarina Dierkes

Weskampstraße 28, 26121 Oldenburg

E-Mail: info@sarina-dierkes.de

Tel.: 0441.35091984 oder: 0151.46510039

www.mobbingberatung-nordwest.de

www.sarina-dierkes.de.

verteilerliste *achtsames leben***Verteilerliste Achtsames Leben, Stand April 2015**

Sortiert nach Landkreisen bzw. PLZ. Wir suchen noch weitere Verteilerstellen!

Bitte melden Sie sich doch bei uns unter Tel. 0441.17543. Vielen Dank!

Oldenburger Innenstadt:

26121: Praxis Dr. Bier, Grüne Straße 4; Hankens-Apotheke, Grüne Str. 8; Physiotherapie-Praxis Thyen, Grüne Str. 24; Büsingstift, Wallgraben 3; PFL-Kulturzentrum, Peterstraße 3; Wilhelm 13, Leo-Trepp-Str. 13; Roman Wagner-vom-Berg, Blumenstr. 15; Cafe Kneipe Casablanca, Johannesstraße 19; **26122:** Bio-Back, Mottenstr. 19; Cafe Klinge, Theaterwall 47; Naturheilzentrum, Marienstr.18; Bärbel Zehnpfund, Katharinenstr. 12; Reformhaus Ebken, Haarenstr. 31; Stadtbäckerei Lange Str. 31; Loft, Baumgartenstr. 2; Schmuckstück, Baumgartenstr. 7; Bültmann & Geriets, Lange Str. 57; Pierre Toborek, Bahnhofplatz 4; Praxis Galska, Osterstr. 8; Jin Shin Jiutsu-Praxis Anna Kipke, Cäcilienplatz 1; Praxis Dr. Reck, Gartenstr. 4; Reformhaus Ebken, Schüttingstr. 2; Kaleidoshop, Schüttingstr. 8; Bistro Safran, Mottenstraße; Naturkosmetik Terra Natura, Gaststr. 12; Kaffeekunst, Bergstr. 6; Tee & Feine Coniserie, Kurwickstr. 8; Kaffee & Kleid, Kurwickstr. 6; Praxis Klingler u. a., Lange Str. 77; Yoga Vidya Zentrum, Schloßplatz 26;

Stadt Oldenburg

26121: Seminarhaus Christa Harms, Zeughausstr. 22; Sampoorna Yoga, Zeughausstraße 70/72; Antiquariat Buchstabe, Ofener Str. 31; Rosenhaus, Weskampstr. 28; Beate Korfe, c/o Rosenhaus, Weskampstr. 28; Praxis Ursula Schoenfelder, Würzburger Straße 10; Praxis Sybille Seyfried, Ziegelhofstr. 66; Forum Ziegelhof, Ziegelhofstr. 77; Praxis Ralf Knorr, Gerttudenstr. 14; Sauna Am Melkbrink 42-44; Beuteschema, Sandra Wilts, Melkbrink 57; Praxis Einklang, Porsenbergstr. 12; Praxis für Systemische Lösungen, HP Antje Jaruschewski, Metzger Str. 10; Aktiv Markt, Alexanderstr. 164;

26122: Metabolic Balance Zentrum, Gartenstr. 4; Veggiemaid, Gartenstr. 15; Naturheilpraxis Gadey, Gartenstr. 22a; Praxis Dr. Gleiß-Schwaln, Roonstr. 3; Praxis von Koenen, Roggemannstr. 13; Praxis Maria Kirch und Antje Kroke, Hindenburgstr.11; Stadtbäckerei Hauptstr. 47; Johannes Weerts, Hauptstr. 66; Stadtbäckerei Tannenstr. 31; Gadanga, Prinzessinweg 43;

26123: Buchhandlung Plaggenborg, Lindenstr. 35, Aikido-Dojo, Lindenstr. 11; Cafe Kneipe Havana, Donnerschweerstr. 8; Restaurant Zocalo, Donnerschweerstr. 31; denn's biomarkt und HORIZONTE, Donnerschweer Str. 54-56; Olga Naturkost, Donnerschweerstr. 58; Tüchfuldung, Nadorsterstr. 62 OL; Restaurant Seidenspinner, Nadorster Str. 87; Aura Soma Regina Bauer, Bürgereschtr. 27; Praxis Eva-Maria Wunderlich, Bogenstr. 45; Stefanie Wahlen, Sandstr. 17; Praxis Birgit Zuschneid-Götsch, Donnerschweerstr. 226; Monika Wieferig, Ammergaustr. 124; Praxis Burkhard Wittje, Kranbergstr. 18; **26125:** HP Gisela Richter, Rügenwalderstr. 12; **26127:** Stadtbäckerei bei Familia, Scheideweg 100; Aktiv irma-Markt, Alexanderstr. 328; familia, Scheideweg 100; HORUS Institut, Karuschenweg 67c; Helga Friebel, Am Alexanderhaus 64; Stefanie Putzke, Wittingsbrook 44b; Hofladen vom Kösterhof, Vahlenhorst; Michaela Lewitz, Rauehorst 93c; Praxis Marion Strauß, Johann-Justus-Weg 154; **26129:** Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 70; TGO, Marie-Curie-Str. 1; Sigrid Thimm c/o TGO, Marie-Curie-Str. 1; Stadtbäckerei bei Familia, Posthalterweg 100; Reformhaus Ebken bei Familia, Posthalterweg 10 Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 397; Stadtbäckerei Bloherfelder Str. 157; Blumenhaus Renate, Bloherfelder Str. 222; Praxis Siegfried Ober, Schramperweg 95; **26131:** Astrologie-Praxis, Uwe Christiansen, Konradstr. 3; Isis-Praxis, Edewechter Landstr. 18; Sabine Reinker, Ahlkenweg 70a; ecocion, Hundsmühler Str. 151; Dt. Fachzentrum f. Stressbewältigung, Tegeelkamp 28; Monika Müller, Osterkampsweg 163; **26133:** Format Schreibwaren im Kreyenzentrum, Harreweg 151; **26135:** Cafe am Damm, Am Damm 36; Sternenwiege, Altenschtr. 3; Homöopathische Praxis Koch, Bremer Str. 40; Paracelsus Schule, Kanalstr. 23; Donata Wortmann, Alte Amalienstr. 37-39; Moveo, Hermannstr. 17; Aktiv Markt, Bremer Str. 46; Praxis Dr. Ines Blischke, Lustgarten 13; Mehrgenerationenhaus, Cloppenburger Str.; Susanne Dames, Bremer Heerstr. 33; Ursula Richert, Am Hayengraben 29; Angelika Nierentz, Leffersweg 14c;

Kreis Oldenburg

26197 Großenkneten: Bianca Rüks, Molkereiweg 20; **26203 Wardenburg** u.a.: Medizin. Bäderpraxis, Hunoldstr. 111a, Hundsmühlen; Christiane Schwarzhuber, Hermann-Labohm-Str. 1, Hundsmühlen; Tonja Hauser, Nachtigallenweg 5, Tüngeln; Sabine Büsselmann, Birkenweg 37a, Tüngeln; Gabriela Giretova, Neuer Hort 26, Tüngeln; Praxis Nicola Hassold-Piezunka, Dorfwinkel 19, Tüngeln; Lethe-Apotheke, Oldenburger Str. 232; Praxis für Kinesiologie, Kunst und Yoga, Friedrichstr. 41; Naturkost vor Ort, Friedrichstr. 43, Wardenburg; Beatrice Steiff, Tannenstr. 12, Wardenburg; Bianca Koch, Humtloserstr. 313, Westerburg; Hof Oberlethe, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sharing the Presence, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sabine Kickler, Wiesenstr. 22, Achterthol; Praxis Josef Stotten, Möhlingtangen 32, Littell; **26209 Sandkrug** u.a.: Praxis Gerd Decker, Kiebitzweg 2; Praxis Tanja Meier, Blumenstr. 7; Günther Schönknecht, Schulweg 52; **27749 Delmenhorst** u.a.: Yoga-Praxis Bors, Bremer Str. 64; Reformhaus Ebken, Lange Straße 112/114; **27777 Ganderkesee:** Natürlich Bioladen, Wittekindsring 10; LichtAkademie Bergedorf, Sabine Bogner, Alte Dorfstr. 13; **27243 Beckeln:** Praxis Birgit Spangenberg, Im Unterdorf 11; **27243 Prinzhöfte-Horstedt:** Wildnisschule Wildeshausen im MIKADO, Zur Großen Höhe 4; **27793 Wildeshausen:** Rita Ravensberg, Katendäker Berg 34; Flax Naturkost, Zwischenbrücken 11; **27798 Hude:** Lichtlich Seminarhaus, Sandersfelder Weg 2; Matthias Bodzun, Grummersorter Dorfstr. 47, Hude/ Grummersort; Haus Sonnenblume, Witte-Lenoir-Str. 12; Angela Schmidt, Hohelucht 41; Brigitte Pung, Grüner Weg 7; Xandra Vogelsang, Langenberger Sand 12; Ihr Bioladen, Parkstr. 61; Aktiv-Markt, Parkstr. 45; Reformhaus Maria Ohlenbusch, Parkstr. 3; Ayurveda-Jivan, Stettiner Weg 5; Futterschüssel Exclusiv, Brookweg 14; **27801 Döttingen:** Angelika di Bernardo, Dorffring 27a; Svaha Anke Schöpfer, Im Fuhrenkamp 11; Ute Schierz, Zum Wittensand 4; Hofladen, Am Steinberg 1a;

Kreis Ammerland:

26160 Bad Zwischenahn: Entwicklungswege Mechthild Hesse-Herr, Peterstr. 7; Reformhaus Ebken, Peterstr. 20; LEB, Bahnhofstr. 18; Stadtbäckerei, In der Horst 12; Praxis f. Ergotherapie u. Kinesiologie, In der Horst 10; Bioläden Naturkost u. Lebensart Albani, Mittellinie 70, Petersfehn; **26180 Rastede:** Buchhandlung Tiemann, Bahnhofstr. 4; Blumenhaus Renate im Rewe-Markt, Raiffeisenstr. 52; Aenne Milnikel, Diedrichs-Freels-Str. 21; Marina Dombrowski, Schulstr. 54g; Klangwelten Andreas Rehländer, Am Hardenkamp 44; **26188 Edewecht:** Praxis Ursel Plettenberg, Hauptstr. 6c; Buchhandlung Hulse, Hauptstraße 73; Gabriele Werquet, Hauptstr. 142; **26215 Metjendorf/Wiefelstede:** Renfried Seminare, Jürweg 4b; Angela Reins, Thienkamp 95; Gesundheitsteam Pollak, Eisenstr. 22; **26219 Petersdorf/Bösel:** 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, Upn Hoff 8; Naturheilpraxis Bakker, Neuenburger Str. 41; **26676 Barbel**: Monika Geesen, Westmarkstr. 37; **26689 Augustfehn**: Helga Gerdes, Osterende 38, Apen; Veeleshana Löffelmann, Hauptstr. 173, Apen;

Kreis Friesland:

26316 Varel: Reformhaus Ebken, Hindenburgstr. 2; Rosenberg Zentrum, Rosenberger Str. 43; Nu-Ra Stefanie Towarnicki, Blumenstr. 18; Der Küstenfriseur, Zum Jodebusen 133; Altes Kurhaus, An der Rennweide 46, Varel-Dangast; Gesundheitszentrum Lichtbogen, Goethestraße 8, Varel-Obenstrohe; **26340 Neuenburg**: Marike 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, Feldhorn 70; **26340 Neuenburg**: Drogerie u. Reformhaus Zimmermann, Zeteler Str. 3; **26345 Bockhorn**: Lilli Ahlers, Fichtenstr. 18; Institut f. Energet. Kinesiologie, Hauptstr. 6, Bockhorn; **26349 Jade**: Vera Maier, Kreuzmoorstr. 50; Tierärztin Andrea Ceglowski-Weber, Kreuzmoorstr. 36; **26349 Jaderberg**: Reikemeisterin Bärbel Janßen, Meisenstr. 35; **26419 Schortens**: Praxis Peter J. Tönges, Usedomer Str. 8; **26434 Wangerland**: Gabriele Janz, Störtebeckerstr. 12b; **26441 Jever**: Buchhandlung Tolksdorf, Am Kirchplatz 21; Lichtblick, Große Burgstr. 15; Wunschfänger, Alter Markt 17, Jever; Haus des Qi, Hermann van der Heide-Str. 2 **26452 Sande**: Praxis Andrea Christoffers, Diekstahlstr. 3; Naturfrisör, Paul-Hug-Str. 1;

Stadt Wilhelmshaven:

26382: Holger Ulrich, Bremer Str. 103 a; Reformhaus Ebken, Nordseepassage, Bahnhofstr. 10; Praxida-Brigitte Siehl, Rheinstr. 101; Doris Bergmann, Sengwarder Str. 149; **26386**: Der Regenbogenkreis, Am Siel 1; **26389**: Praxis Angelika Rickfels, Ebkeriege 118a; Praxis Jeanne van Deest, Knud-Rasmussen-Str. 22; Bianca Meyer, Europaring 19;

Kreis Wesermarsch:

26931 Eisfleth: Naturkost am Deich, Am Weserdeich 82; Astrosita – 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; Praxis Jana Ganzert, Paracelsustr. 3; **26969 Butjadingen**: Norma Duhm, Prieweg 5; **27804 Berne**: Sabine Habenicht, Paalweg 5;

Stadt Emden:

26721: Reformhaus Ebken, Am neuen Markt 4 Ambulanter Justizsozialdienst, Steinstr. 4; **26723**: Andrea Barghoorn, Max von Laue Str. 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, **26817 Rhaderfehn**: Naturheilpraxis Andrea Zager, Schwarzmoorstr. 1; **26826 Weener**: Naturheilpraxis, Saxumer Ring 3; **26831 Bunde**: Naturheilpraxis Diddens, Bahnhofstr. 12; Naturheilpraxis Hinrichs, Birkenstr. 36; **26835 Holtland**: Helen Plass, Filsumerstr. 30; **26835** Hesel: Heike Loers, Alter Postweg 34; **26842 Ostrhauderfehn**: Rosy Breitkopf, 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; Birgit Debelts Schmuck Design, Neuer Weg 1; **26603 Aurich**: Stadtbibliothek Aurich, Hafenstr. 7; Das Einhorn, Burgstr. 40; Bio-Baier, Fockenbollwerkstr. 15; Reiki-Zentrum, Mozartstr. 7b; **26607 Aurich**, Simone Jant, Siedlerstraße 20; **26624 Südbrookmerland**: Praxis für ganzheitliche Lebensberatung, Deichhauserstr. 8; **26629 Grobfehn**: Energetix Martina Opper, Norderwieke Süd 15; Praxis Leonie Böls, Voerstad 5, Bagband; 178 A, **26629 Ostgrobfehn**: Fehnjher Seminarhaus, Kanalstraße Süd; **26632 Ihlow-Riepe**: Naturheilpraxis Hermine Balzar, Vorderferne 30; Naturheilpraxis Andrea Zager, Bangsteder Kirchstr. 4; **26736 Krummhörn**: Monika Tümmler, Grimersumer Altendeich 17; **26759 Hinte**: Wendeline Schwarz, Möwenstr. 40;

Ostfriesische Inseln:

26465 Langeoog: Waltraud Hunger, Am Weststrand 15; **26486 Wangerooge**: Sandra Weller, Charlottenstr. 41c; **26757 Borkum**: Marina Byl, Am langen Wasser 1;

Kreis Emsland:

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

Kreis Cloppenburg:

26169 Friesoythe: Buchhandlung Schepers, Lange Str. 9; Edelsteinstübchen Gunda Koopmann, Schützenstr. 52; Maria Meyer, Schwaneburgerstr. 77; **49624 Lönigen**: Beate Sieverding, Schulstr. 3; **49661 Cloppenburg**: Königsapotheke, Mühlenstr. 2; Praxis Brand, Lange Str. 4; **49681 Garrel**: Elisabeth Tepe, Danziger Str. 17;

Bremen und Umzu:

28199: Reformhaus Ebken, Pappelstr. 86; Christine Keidel-Joura, Delmestr. 74; **28203**: Reformhaus Ebken, Ostertorsteinweg 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, Oberneuander 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, Magelens 36; **27478 Cuxhaven**: Anja Schubert, Am Löschteich 13; **27612 Loxstedt-Bexhövede**: Heike Engel-Wollenberg, Fuhrerweg 1; **27616 Beverstedt**: Editha Winkes, Illisweg 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, Brinksstr. 50; Villa Vivendi, Treffpunkt für Gesundheit und Wohlbefinden, Deichstr. 19; **49413 Dinklage**: Andrea Diekmann, Lindenstr. 21; **49424 Goldenstedt**: Praxis Marika Ahlers, Vahrenkamp 6; **49681 Garrel**: Praxis für Ergotherapie, Petra Lange, Im Fange 23;

wer macht was *im internet?*

Academy of Inner Science – Integr. Forschungsraum v. u. m. Thomas Hübl:	www.innerscience.info
Achtsamkeit, Spiritualität und Gesundheit, Weisheitslehren aus aller Welt	www.achtsames-leben.org
Äolsharfen, Klangobjekte, Skulpturen – Jutta Kelm:	www.windklangkunst.de
Agentur JARUSCHEWSKI, Marketing, Existenzgründungsberatung:	www.agentur-jaruschewski.eu
Akupunktur, Chinesische Medizin, Heilpraktiker, Feng Shui:	www.martina-klisch.de
Amalgamausleitung/Kiefermuskulentspannung/Zahnprobleme:	www.josefstotten.de/reset
Aromatherapie, Ohrakupunktur und Traumreisen:	www.heilpraktikerin-kerstin-meyer.de
Astrologie (psycholog. – klassisch – Karma) – Jutta Kalthoff:	www.astrosita.de
Astrologie, raum und zeit, Beratung, Stundenastrologie:	www.raumundzeit-astrologie.de
Astrologie, Schreibwerkstatt – Mechthild Buse:	www.sternundfeder.de
atelier schmuck ° biigalla® ... erfrischend schön!	www.biigalla.de
AufstellerInnen finden Sie hier:	www.aufstellerliste.info
Aura Soma® Farb- und Duftessenzen:	www.licht-wege-land.de
Aus- & Weiterbildungen für Berater, Coaches, Therapeuten & Führungskräfte	www.integralis-akademie.de
Ausbildung – Kinesiologie – Kinergetics n. Philipp Rafferty:	www.josefstotten.de/kinergetics1
Ausflüge mit dem Kanu & Rad – Naturerlebnis auf & an der Hunte	www.Yeti-OL.de
Beruf coaching, Berufsfindung, Berufsbegleitung:	www.berufe-hannover.de
Biodanza: Musik, Tanz, Begegnung in der Gruppe	www.biodanza-oldenburg.de
Biodanza® in Oldenburg – mit Lars Ruge:	www.biodanza-in-oldenburg.de
Biodanza-Schule Bremen, Antje Koolen & Helge Polzin	www.biodanza-bremen.de
Bücher, CDs, DVDs rund um ein ganzheitliches Leben:	www.buchhandlung-plaggenborg.de
Craniosacrale Therapie und Körperarbeit, A. Dele Idris, HP:	www.modernmassage.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
Enegetische Heilbehandlungen	www.entwicklungswege.com
Enegetische Psychologie (Klopfen) – Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de
Energiearbeit, Perspektivcoaching, EnergetiCoaching, Raumklärung:	www.antjediewerge.de
Existenzgründungs- & -sicherungsberatung	www.berater-nordwest.de
Familien- und SystemaufstellerInnen finden Sie unter	www.aufstellerliste.info
Familien- & Systemaufstellungen, Klass. Homöopathie	www.praxis-jaruschewski.de
Feng Shui, Einrichtungsberatung, Julia Bolting:	www.feng-shui-j-bolting.de
Feng Shui E. Lauper, Gro- & Einzelhandel mit Feng Shui & Geschenkartikeln:	www.feng-shui-elauper.de
Ganzheitliche Lebensberatung, Channeling, Seminare	www.silvia-metzelaers.de
Ganzheitliche Lernförderung, Lerntherapie: Jule Svea Mannerow	www.lernsprung-julesvea.com
Ganzheitliches Marketing: Konzepte, Umsetzung, Strategien	www.agentur-jaruschewski.eu
Gartenpflege und Gestaltung - Lars Kalkbrenner	www.kalkbrenners.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?*

Geistig emotionales Heilen	www.entwicklungswege.com
Geistiges Heilen und Geomantie	www.atlantis-heilerpraxis.de
Heilmedizin für Körper-Seele-Geist + Seminare - Christine Ohlenbusch - Ärztin	www.christine-ohlenbusch.de
Holistische Kinesiologie – Birgit Zuschneid-Götsch:	www.www.kinesiologie-ol.de
Hotel, Seminarhaus in Mecklenburg:	www.gutshaus-stellshagen.de
Hypnose - medizinische & psychoth. , T. Kemmler-Kell, Arzt	www.intrance.info
Hypnoseausbildung im Therapeuticum OL unter ärztlicher Leitung	www.intrance.info
Internet-Dienstleistungen, Facebook-Beratung, Fotos & mehr:	www.webservice-ulrike-plaggenborg.de
J. Kamphausen Verlag, Bielefeld:	www.weltinnenraum.de
Kinesiologie-Ausbildung, Matthias Weber:	www.kinesiologie-akademie.com
Klassische Homöopathie	www.praxis-jaruschewski.de
Klassische Homöopathie – HP Dr. Nicola Hassold-Piezunka:	www.praxis-piezunka.de
Komplementärmedizin, Anke Logemann-Hilfers	www.praxis-fuer-komplementaere-medizin.de
Konzentrierte Bewegungstherapie KBT®, Christa Rabe-Balz:	www.kbt-oldenburg.de
Kunsthandwerk & Design am Pfingstsonnabend und -sonntag, Schloßplatz Oldbg.:	www.nikolai-markt.de
Kunsttherapie/Kunst Zwischenraum Heike Seiferth:	www.zwischenraum.info
Kurzzeittherapie & Coaching mit Hypnose	www.intrance.info
LebensKunst NordWest - Infoportal für ganzheitliches Leben	www.lebenskunst-nordwest.de
Massage lernen und genießen, Ganzheitlich Energetisch:	www.norddeutschemassageschule.de
Mediale Lebensberatung, Befreiung von dunklen Energien, Heilenergieübertragung	www.simone-renner.de
Meditationskissen-Manufaktur in Oldenburg:	www.meditationsaustattung.de
Metabolic Typing, Health Kinesiology, Geistiges Heilen:	www.kinesis-tonjahuser.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 medizinische und psychotherapeutische Hypnose	www.intrance.info
Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Körperpsychotherapie und Entspannung:	www.paffy.net
Primärtherapie – Gabriela Luft:	www.primaertherapie-luft.de
R.E.S.E.T. – Kiefergelenksentspannung – Lutz Doblies:	www.reset.hp-doblies.de
Schamanische Heilsitzungen für Mensch & Tier:	www.schamanische-heilsitzungen.de
seelische präsent & stimmungskraft – eine bewegende therapie:	www.nachtwind.com
Selbsterforschung und Enneagramm, Familienstellen:	www.svaha.de
Seminar- und Heil-Haus – lichtvoller Ort der Kraft in Worpswede	www.seminarhaus-ohlenbusch.de
Seminarangebote – großes Angebot an Kursen und mehr ...	www.Gesundheitszentrum-Lichtbogen.de
Seminare für ganzheitliche und spirituelle Gesundheit:	www.reiki-yoga-ol.de
Seminare rund um Tier, Mensch & Natur:	www.die-kleine-anderswelt.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?

Seminarhaus bei Wardenburg...auch Heilfastenurse:	www.Hof-Oberlethe.de
Seminarhaus im Lebensgarten Steyerberg:	www.lebensgarten.de
Seminarhaus, Mediale Praxis, Spirituelle Seminare:	www.forum-am-fluss.de
Silke-Wosab-Gaur – Ganzheitliche Physiotherapie:	www.praxiseklang.de
smoveys – swing, move and smile, Beate Korfe	www.lebensenergie-oldenburg.de
Stressbewältigung: MBSR-Kurse, Seminare	www.dfme.de
Stresstrainer werden	www.fachausbildung-stressbewaeltigung-achtsamkeit.de
Tai Chi Chuan – der authentische Yang-Stil, Cornelia Weilke:	www.itcca-oldenburg.de
Taiji quan / Taichi chuan, Beate Korfe	www.lebensenergie-oldenburg.de
The Work of Byron Katie: Coaching – Seminare – Ausbildung:	www.ralf-heske.de
Therapeutisches und spirituelles Zentrum	www.rosenhaus-oldenburg.de
Thomas Hübl, ist ein zeitgemäßer spiritueller Lehrer:	www.thomashuebl.com
Tierkinesiologie:	www.sybille-seifried.de
Tierkommunikation: Ruth-May Johnson - erfahren, was Ihr Tier fühlt:	www.tiercomm.de
Urlaub & Seminar im In- und Ausland, Coachingreisen 0176-92429428	www.coachreisen.de
Wellness für die Seele, Reisen zur Entspannung, Auszeit & Loslassen, 0176.92429428	www.coachreisen.de
Wingwave®-Coaching	www.praxis-jaruschewski.de

Oldenburgs kleinste Bestellbuchhandlung:
www.buchhandlung-plaggengorg.de



Bestellbuchhandlung und Internetshop!
 Thema: „Ganzheitliches Leben & 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



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

Seminarkalender Friesland



Worksh.: Yoga und Feldenkrais

Leitung: Purnam Schäfer

Datum: 12.4.; 31.5., 10-17 Uhr, je 60,- €

Ort: Seminarraum Einklang, Siedlung 24, Zetel

Info: 04453.985515 o. www.theresia-dejong.de

Energiereserven auffüllen, kraftvoll durchstarten, entspannen und genießen. Ein Tag zum Auftanken.

**12.
APR**



Worksh: Tanz i. d. Balance, Tanz d. 5 Rhythmen

Leitung: Gertraud Weidlich, Tanzpädagogin

Datum: 13.04.-22.06.2015

Ort: Fehntjer Seminarhaus, 26629 Ostgroßbefehn

Info: 04946.899800 oder 0151.5557200

*Tanz in die Balance: 13.4. - 22.6.: 17 - 18 Uhr, 60,- €;
Tanz der 5 Rhythmen: 13.4. - 22.6.: 18:15-19:15, 60,- €.
Info: www.fehntjer-seminarhaus.de.*

**13.
APR**



Konzert: Klangreise und Sphärenklänge

Leitung: Heidi Blisse & Theresia de Jong

Datum: 27.04.; 29.5.; 26.6., 19-20.30 Uhr, je 15,- €

Ort: Seminarraum Einklang, Siedlung 24, Zetel

Info: 04421.72809 o. www.theresia-dejong.de

Wohlbefinden, Endlosigkeit, Schweben – das können Sie erleben, wenn Heidi Blisse ihre Klangschalen spielt und Theresia de Jong Seelenlieder singt.

**27.
APR**



Worksh: „In Zungen reden“ ...

Leitung: Theresia de Jong

Datum: 23.5., 10-17 Uhr, 45,- €

Ort: Seminarraum Einklang, Siedlung 24, Zetel

Info: 04453-1596, www.theresia-dejong.de

„In Zungen reden“ – öffne deinen Kanal nach oben: Pfingsten im ursprünglichen Sinne erleben / selbst Channel sein.

**23.
MAI**



Ausstell.: Lebensfreude mit Leichtigkeit

Leitung: Ingrid Prielipp

Datum: 29.5.,17-21h, 30.5.,13-19h, 31.5.,11-19h

Ort: Am Siel 1, 26386 Wilhelmshaven

Info: 04421.9500242, der-regenbogenkreis.de

Ausstellung im Regenbogenkreis: Ingrid Prielipp präsentiert Ihnen seltene Heilsteine, Unikat-Steinschmuck, Anhänger, Öle und mehr.

**29.-31.
MAI**



Worksh: Das Herz öffnen für das Leben ...

Leitung: Sabine Bevendorff & Theresia de Jong

Datum: 30.5., 10-17 Uhr, zw. 50,- € und 70,- €

Ort: Seminarraum Einklang, Siedlung 24, Zetel

Info: 04453-1596, www.sabinebevendorff.de

Singen und tönen / sich berühren lassen von der Natur und den Klängen. Ein schamanisches Kratritual hilft unser Herz zu öffnen.

**30.
MAI**

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 für 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.



Abbau emotionaler Blockaden

- **Hilfe zu Selbstheilung und Lebensfreude durch:**
 - **MET (Meridian-Energie-Techniken)**
 - **BSFF (Selbstheilungsprogramm)**
bei z.B. Ängsten, Konflikten, Stress, Trauer, Beziehungsproblemen & körperlichen Leiden
 - **Handauflegen:** alle Leiden
 - **Energiemassagen**

Pierre Toborek
• MET-Therapeut
• Anerkannter Heiler DGH
• Coach • Sport • Beruf • Privat
26122 Oldenburg
Bahnhofsplatz 4
Tel.: 0441.882888
www.pierre-sante.com



Abenteuer Liebe

- **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



Absolon – die Kraft des eigenen Kristalls

- Entdecken und Leben des eigenen Potentials durch
- Crystal Clearing
 - Aktivierung des inneren Kristalls
 - Ausgleich der Elemente
- Energiesteigerung durch Arbeitsplatz- und Schlafplatzuntersuchungen
- Geomantie, Feng Shui, Space Clearing
 - Baubiologische Messtechnik

Guntram Staudte
Röwekamp 5
26121 Oldenburg
Tel. 0441-39063943
Fax 0441-9833801
e-mail: guntram.staudte@t-online.de



Achtsamkeit – das Wunder des Jetzt

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

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

Add-Arts – Gestaltung, Coaching, Design & Kunst



„Die Kunst ist eine Vermittlerin des Unaussprechlichen. (J. W. von Goethe)

- **Gestaltungskonzepte**, Grafikdesign, Websites, Fotos & Illustrat., Kreativkurse
- **Systemische Einzelcoachings & Gruppen**
- **Kommunikation mit inneren Bildern**
- **Reisebegleitung** für Frauen nach **Südengland**
Kunst, Gärten, die Orte Avalons

Add-Arts

Kunst & Kreativ Coachings seit 2007
Susanne Krause, Künstlerin (BBK),
Diplom Kommunikationsdesignerin,
Dozentin und Systemischer Coach •
Beruf • Privat
Informationen & Termine
Tel.: 0441.31377
krause-s@f-online.de

Ahnen-Energie hier und jetzt für Dich nutzen



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

Akademie für Kinesiologie



- Ausbildung zum Kinesiologen im PFL**
- **Holistische Quanten-Kinesiologie®**
- Kinesiologie-Teilausbildungen im PFL**
- Pädagogik/Psychologie/Gesundheit
- Mini-Workshops und Erlebnisabende**
- Kinesiologie & Quantenheilung erleben
- QEF® Quantenheilung erleben**
- Quantum-Energy-Flow Seminare

D-Oldenburg • Portugal • Schweiz
Matthias Weber
D-26125 Oldenburg
P-8500-307 Portimao/Algarve
quantenheilung-erleben.de
die-kinesiologie-ausbildung.de
Berufsverbände DGAK, ÖBK, IASK

Alexander-Technik-Oldenburg.de



Alexander-Technik ist eine über 100 Jahre alte Form der Körperarbeit. Einschränkende Bewegungs- und Gewohnheitsmuster können hiermit verändert werden.
Stark | Kraftvoll | Flexibel
und sanft zugleich

Maike Seeber
Physiotherapeutin
Lehrerin für Alexander Technik
Gewohnheiten erkennen, nutzen und ändern
Info: 0441.18119723
www.Alexander-Technik-Oldenburg.de

Altbewährte und neuzeitliche Heilmethoden



- ganzheitliche Gesprächstherapie
- Meridian-Energie-Techniken
- Familien- und Systemaufstellungen
- Aurareinigung, Chakrenausgleich
- Quantenheilung, R.E.S.E.T.
- Bachblüten, Lichtwesenessenzenzen
- Fußreflexzonen- u. Breussmassage
- MEDITATIONSABENDE

Donata Wordtmann
Heilpraktikerin
Praxis für ganzheitliche Heilweisen
Alte Amalienstr.37-39
26135 Oldenburg
Termine unter Tel.: 0441.9503985
E-Mail: donata@wordtmann.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

Aufstellungen und Traumata



- Systemische Aufstellungsarbeit
- Traumatherapie nach Peter Levine
- Aussöhnungstherapie n. Dr. Prekop

Gruppen- und Einzelarbeit

Eva-Maria Wunderlich
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Bogenstr. 45
26123 Oldenburg
Tel.: 0441.36193300
www.eva-wunderlich.net
www.sio-institut.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

Ausbildung Kinesiologie: Kinergetics – R.E.S.E.T.



- Kinesiologische Hilfe bei:
 - unklaren Schmerzen jeglicher Art
 - Psychosomatik von Krankheits-symptomen
 - 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

Ausbildung zum Geistheilser



- 2jährige Gruppe – 12 Wochenenden (inklusive 11 Einzelsitzungen)**
- Aufbau einer Energiebehandlung
 - Schulung d. feinstoffl. Wahrnehmung
 - Balancierung der Chakren und der Aura
 - Entwicklung der eigenen Spiritualität
 - verantwortlicher Umgang mit Klienten
 - Selbsterfahrung u. prakt. Anwendung

Claudia Hempler-Gödeke
Geistheilserin / Physiotherapeutin

Hauptstraße 10
31191 Algermissen/Lühnde
Tel.: 05126.8107
www.geistheilung-luehnde.de

Ausbildungen & Personalschulungen



- Geistheilung/Reiki/Aura
- Coaching/NLP
- Sterbebegleit./Betreuung Angehöriger
- Hypnose- u. Reinkarnation
- Medium & Heilerin
- Systemische Aufstellungen
- *Erlebnispvorträge in Ihrer Praxis & Firma*
- 1. Mo./Monat Reiki- und Heilertreffen

Haus des Qi
Diana Boldt
 Praxis & Lehrzentrum für geistige
 Heilweisen, Coaching und Seelsorge
 Blumenstr. 3
 26441 Jever
 Info & Termine: 0170.2844896
 www.haus-des-qi.de

Bewusstseins- und Seelenarbeit



- Analyt. Psychotherapie nach C.G. Jung
- Enneagramm und -Innere Arbeit-
- Systemische Familienaufstellungen
- Integraler Yoga und Meditation
- Prüfungs-Vorbereitung HP-Psych.
- Paracelsus HP-Schule ab März 2015
 1-jährige Ausbildung in
 „spiritueller Psychotherapie“

**Horus – Institut & Praxis für
 integrales Bewusstsein und
 spiritueller Psychotherapie**
Joachim Bartheit
 Karuschenweg 67 c, 26127 OL
 Tel. 0441 - 68 36 55
 info@hausdeshorus.de
 www.hausdeshorus.de

Biodanza®



- Tanzen – gemeinsam lachen –
 purer Genuss an Bewegung und
 Begegnung**
- am Dienstag mit Lars
 - am Mittwoch mit Xandra
 - am Donnerstag mit Thorsten

Thorsten Vogelsang, neue Gruppe
 in Oldenburg, Tel. 04408.809732
 www.biodanza-oldenburg.de
Lars Ruge, 0441.9987896
 Tanzraum Nadorster Str.60-62
 www.biodanza-in-oldenburg.de
Xandra Vogelsang, 04408.809732
 Tanzraum der Waldorfschule
 www.biodanza-oldenburg.de

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
Co-Leitung: Helge Polzin
 Tel.: 0421.69219632
 Fax: 0421.69219635
 E-Mail: info@biodanza-bremen.de
www.biodanza-bremen.de

Birgit Debelts – UnikatSchmuck



- UnikatSchmuck**
feinfühlig – individuell inszeniert
- individuelles Schmuckdesign
 - handgefertigter UnikatSchmuck
 - schöne natürliche Edelsteine
 - Farb-, Stil-, Typ- & Imageberatung
 - individuelle Edelsteinberatung

Birgit Debelts
schmuck design
 Neuer Weg 1 (Fußgängerzone)
 26506 Norden
 telefon 04931.9551372
www.biigalla.de



- Großer Internetshop
 - Bücher
 - CDs und DVDs
- Bestellbuchhandlung mit
persönlicher Beratung!

Buchhandlung Plaggenborg

Buchhandlung Plaggenborg
Inh. Karl-Heinz Plaggenborg
 Lindenstr.35, 26123 Oldenburg
 Tel.: 0441.17543
 Fax: 0441.17528
 E-Mail: 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

Coaching für Entwicklung in Balance



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

Das Haar - unser Spiegelbild der Seele – Naturfriseur



- ganzheitliche Beratung /
 gesunde Lebensführung
- das lebendige Produkt:
 Mikroorganismen für Haut und Haar
- 100% Naturprodukte + Pflanzenfarbe
- energetischer Haarausgleich
- energetische Massagen, Hot Stone
- regelmäßig Vorträge/Seminare

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

Dem Leben Farbe geben ...



- Psychologische Beratung in allgemeinen
 Lebensthemen, Konflikten und Krisen**
- ganzheitliche Traumatherapie (EMDR)
 - ganzheitliche Bild- und Gestalttherapie
 - Farbdialog
- Das Therapieangebot richtet sich sowohl
 an Erwachsene als auch an Kinder und
 Jugendliche*

Privatpraxis für
 heilkundliche Psychotherapie
Yvonne Franziska Haller
 Heilpraktikerin für Psychotherapie
 Mediatorin
 Kieler Straße 62, 26382 Wilhelmshaven
 Telefon: 04423.9165309
 www.yvonne-haller.de
 info@yvonne-haller.de

Der andere Weg



- Reiki
- Energetische Wirbelsäulenaufrichtung
- Signaturzellheilung
- Anwendung und Ausbildung

Martina Dombrowski

Schulstr.54g
28180 Rastede
Tel.: 04402.83186
info@der-andere-weg.com
www.der-andere-weg.com

Die Lösung liegt in Dir



Die hermetischen Prinzipien als Grundlage für ein glückliches Leben

- Wie Gedanken unser Leben formen -
Seminare, Ausbildung, Themenabende
außerdem:
Ayurveda, BOWTECH, Massagen
- Gönn' Dir eine Auszeit! -

Steffi Wahlen

Masseurin und Trainerin für das
Hermetische Prinzip
Lothringer Str.58, 26121 Oldenburg
Tel.: 0441.8859349
mobil: 0176.21529840
E-Mail: swahlen@web.de
www.das-hermetische-prinzip.com

Energetische Heilbegleitung



Begleitende Kinesiologie (DGAK)

- Brain Gym
 - Touch for Health
 - Chakra-Balancen
 - Meridianarbeit
- Handauflegen (DGH)**
- Förderung der Selbstheilungskräfte (alle Krankheiten)

Mathias Weber

Praxis für Energetische Heilbegleitung
Weskampstraße 28, 26121 Oldenburg
Tel.: 04486.9386323
E-Mail: mathias-weber-heilbegleitung@gmx.de
www.mathias-weber-heilbegleitung.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

Entwicklungswege



- geistig-emotionales Heilen
- Reconnection®-Heilbehandlungen
- Gesprächsberatung
- Licht-Qi-Gong

Seminare und Kurse

Mechthild Maria Herr

Lebensberaterin und Heilerin
Peterstr. 7
26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403.8107372
E-Mail: info@entwicklungswege.com
www.entwicklungswege.com

Existenzgründungsberatung • ganzheitliches Marketing



- **Marketing**
 - Marketingstrategien
 - Nischenpositionierung
 - Alleinstellungsmerkmal
- **Werbung & PR**
 - Mediaplanung, Grafik, Videos
 - Öffentlichkeitsarbeit
- **Social Marketing**
 - facebook, YouTube, Google+ u v. m.

Peter Gerd Jaruschewski
 Agentur JARUSCHEWSKI
 Lagerstraße 62
 26125 Oldenburg
 Tel.: 0441.9736160
 E-Mail: agentur@jaruschewski.eu
 www.agentur-jaruschewski.eu
 skype: agentur.jaruschewski
 facebook.com/AgenturJaruschewski

Ganzheitliche Gesundheitsförderung



- **Dynamische Massage nach Dorn**
- **Entspannungsmassage nach Breuß**
- **Anleitung zur Selbsthilfe bei Beckenschiefstand, Beinlängendifferenz, Wirbelfehlstellungen**
- **Energiebalance**
- **Chakra- und Meridianausgleich**
- **Bewusstseinsgespräche**

Klaus Wendeln
 Gesundheitsberater für Rücken, Füße und Gelenke
 Wiesenstr. 41
 26135 Oldenburg
 Tel.: 0441.33014
 Mobil: 0172.7469212
 klaus.wendeln@ewetel.net
 www.klaus-wendeln.net

Garten der Religionen • Barbara Kramer



Atme Ruhe. Sei.
 In dem über 3000 m² großen Waldgarten wurde von mir an 12 Stationen eine Verbindung zwischen den Religionen geschaffen, um DAS EINENDE zu zeigen, zu erLEBEN und nachzuempfinden.

Führungen vom 21.März bis 31.Oktober

Anmeldung und Info bei
Barbara Kramer
 27801 Dötlingen
 Tel.04433-9393788
 www.bau-auf-das-reich-gottes.de
 E-Mail: barbaras-wortreich@ewetel.net

Gesundheit im Mittelpunkt



- Ganzheitliche Lebensberatung
- Ernährungsberatung
- Psychometrie
- Schüßler Mineralsalze
- Bachblüten Therapie

Gloria Unkel
 Heilpraktikerin, Ernährungsberaterin
 Im Oberdorf 10, 27243 Beckeln
 Tel.: 04244.9685792
 www.gloriaunkel.de
 E-Mail: gloriaunkel@freenet.de
 seminare@gloriaunkel.de
Zeit, die wir uns nehmen, ist Zeit, die uns etwas gibt.

Heil-Haus-Ohlenbusch



- **Heilmedizin**
- **Körper-Seele-Geist**
- **Lichtsäule**
- **Energiestau lösen**
- **Homöopathie**
- **Reinigen/Entschlacken**
- **Seminare: Mensch, Heilung & Kosmos**
- **Meditation**

Christine Ohlenbusch
 Lehrerin für Bewusstseinsenerweiterung
 Homöopathie, Ärztin
 Viehlander Str. 5
 27726 Worpswede
 Tel.: 04791.9319433
 christine.ohlenbusch@web.de
 www.christine-ohlenbusch.de
 www.seminarhaus-ohlenbusch.de

Holistische Kinesiologie



- Zielorientierte kinesiologische Lebensberatung
- ganzheitliche Gesundheitsförderung
- Stress-/Krisenmanagement
- Lösen von Ängsten, Energie-, Verhaltens- u. Lernblockaden
- Bachblüten, Chakraarbeit
- Vorträge, Workshops

Birgit Zuschneid-Götsch
- Kinesiologin IFHK -

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

Hypnose-Praxis/-Ausbildung



- Behandlung in ärztlicher Praxis**
- Kurzzeittherapieverfahren
 - Lösungsorientiert & selbstorganisatorisch
 - Therapie & Coaching

Ausbildung

- 1-tägige Workshops
- Fortlaufende, berufsbegl. Ausbildung

inrance – Praxis für medizinische und psychotherapeutische Hypnose

Thomas Kemmler-Kell – Arzt
Ziegelhofstr. 66, 26121 Oldenburg

Tel.: 0441-93925700

service@inrance.info

www.inrance.info

www.inrance-hypnoseausbildung.info

Jin Shin Jyutsu – Japanische Heilkunst



Jin Shin Jyutsu ist eine alte Heilkunst 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

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

Thienkamp 95

26125 Wiefelstede

Tel.: 04402.69125

www.traum-orakel.de

Kinesiologie und Naturheilkunde für Menschen und Tiere



Für Körper, Geist und Seele

- Behandlungen für Menschen
- Behandlungen für Tiere, auch zu Hause oder im Stall
- Gruppenbalancen für Menschen
- Seminare, z.B. Kinesiologie für Tiere
- Abendveranstaltungen, z.B. Allergien und Kinesiologie

Sybille Seifried

Kinesiologin (ITK)
Heilpraktikerin
Dr. rer. nat. Biologie
Ziegelhofstr. 66, Oldenburg
Tel.: 0441.9354299
E-Mail: mail@sybille-seifried.de
www.sybille-seifried.de

Kinesiologie und Quantenheilung



Ein Leben in **Freude, Kraft und Leichtigkeit**
Durch das Auflösen von Blockaden.
DEN Sinn deines Lebens erkennen und Leben!

Praxis für Kinesiologie
Claudia Mennenga
Birgit Blancke-Backhus
In der Horst 10
26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403.818816
Fax: 04403.910138

Leben - heilt - Praktikerin®



Lebensberatung mit
- Spiegelgesetzmethode nach Louise Kranawetter®
- EFT (Klopfakupressur)
Aktivierung der Selbstheilungskräfte mit
- Böthing (Besprechen)
- Reiki (Handauflegen)
- Leben - heilt® - Matrix (Quantenheilung)
- Leben - heilt® - Heilzeichen (Medizin zum Aufmalen)

Karin Brunswinkel - Röh
Leben - heilt - Praktikerin®
Bergfelder Ort 1
49635 Badbergen
Tel: 05433 - 9148531
<http://www.kbr.leben-heilt.de/>
info@kbr.leben-heilt.com

Lebens-Beratung, Rückführungen, TAROT-Seminare



- **Sensitive Lebens-Energie-Beratung**
- Rückführungen, Hypnosearbeit
- Intuitions-Schulung, Aura-Clearing
- **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
Anerkannte Heilerin im DGH
Dipl.Sensitive Lebens-Energie-Beraterin
Psychol. Lebensberaterin
Geprüfte Tarot-Beraterin, Ausbilderin
Prüferin und Mentorin im Tarot e.V.
Rheinstr.101, 26382 Wilhelmshaven
Tel.: 04421.506221
www.energiewissen.eu

Lebenstanz – Lebenskunst®



- **Lust auf Tanz, Ausdruck, Selbsterfahrung und Entwicklung der eigenen Spiritualität**
- **Inspiration, Supervision, Lebensweisheit im künstlerisch – spirituellen Lebensprozess**
- **Frauentantra und Frauenheilwissen, schamanische Kunst und Magie**

Astrid Mügge
• offene Beratung freitags 17-18 Uhr
• Neues Programm
ISIS, Freie Praxis f. Gesundheitsberatung
Edewechter Landstraße 18
26131 Oldenburg
Tel. & Fax 0441.592328
www.salute-isis.de
E-Mail: astrid@salute-isis.de

Lichtbahnenbehandlung nach Trudi Thali



Spirituelle Meridianbehandlung

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

Sabine Büsselmann

Birkenweg 37a
26203 Tungenl
Tel. 04407-2735
www.lichtbahnentherapie-oldenburg.de
E-Mail: sabine-buesselmann@t-online.de

Lichtchannelheilerin



- **Hellsichtiges Channelmedium**
- für Erzengel und aufgestiegene Meister
- Tierkommunikation
- Jenseitskontakte
- Einblicke in Deinen
Seelenplan und Seelenvertrag
- Spezielle Seelenreisen
zu meinem eigenen Ich

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
*NEU: Mein Buch
„Die Macht der Engel und ...“*

Liebesfreuden



- sinnliche Massagen
- Tantrakurse
- Tantra-Massage-Kurse
- Tantra-Nächte

für Paare/Singles/Frauen
mitas zeITräume, Bremen

Jutta Kischkat-Camara & Ursel Newiger

Tel.: 0170.3012962
E-Mail: kischkat-camara@gmx.de
Tel.: 0421.84994288
Mobil: 0160.8433879
E-Mail: mitatranszendenz@aol.com
www.mita-tarnszendenz.de

Massage, ganzheitlich energetisch



Ganzheitliche energetische Massage lernen und genießen

- Jahresausbildung an 11 Wochenenden
- mit Abschluss als Massage-Practitioner®
- geeignet für Anfänger & Fortgeschrittene
- mit Elementen aus westlicher & östlicher Massagepraxis

kostenlose Info-Abende und regelmäßige Einführungswochenenden

Norddeutsche Massageschule

Bremen, Tel. 0421.3477349
www.NorddeutscheMassageschule.de

Süddeutsche Massageschule

Fürth + Erlangen, Tel. 0911.9376764
www.SueddeutscheMassageschule.de

Metabolic Typing – Kinesiologie – Geistiges Heilen



- Widerstände aller Art
- Wenn abnehmen schwer fällt
- Missbrauchsthemen
- unerklärliche Traurigkeit
- unerfüllter Kinderwunsch
- nicht gelingende Partnerschaften
- Ängste
- Einsamkeit

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



Mobbingberatung, Kinderhypnose

- Unterstützung bei Mobbing
- Hypnose bei Ängsten, Phobien, akuten Krisen,
- Stärkung des Selbstbewusstseins,
- Motivationstraining..
- Kinderhypnose zur Unterstützung von Ängsten, Traurigkeit, Panik, ADHS..
- Burnoutberatung
- Entspannungstraining

Sarina Dierkes

Heilpraktikerin für Psychotherapie
 Weskampstraße 28
 26121 Oldenburg
 Telefon: 0441.35091984
 Handy: 0151.46510039
 Email: info@sarina-dierkes.de
 www.sarina-dierkes.de
 www.mobbingberatung-nordwest.de



Musik für alle Lebenslagen

- Kompositionen und Live-Musik für viele Gelegenheiten
- Musik hören und verstehen – mit dem Herzen in die Welt horchen
- Ganzheitlicher Musikunterricht
- Kraftlieder – Mantras – Integrale Gesänge aus aller Welt mit Euch, auch bei Euch zuhause ...

Alexander Goretzki

- Komponist - Pianist - Performer -
 Musiker im Hier und Jetzt
 0441.2005678
 0177.7596641
 goretzki@klangwerft.com
 www.klangwerft.org



Mysterienschule Lichtpunkt

- Fernschule von Jesus Christus
- Channeling
- Grace Integrity
- Einweihungen
- Energieessenzen
- Healing & Coaching
- Seminare

Angelika Myriel di Bernardo

Bioenergie-Therapeutin (Master)
 27801 Döttingen
 Tel.: 04433.968939
 E-Mail:
 myriel@lichtpunkt-healing-art.de
 www.lichtpunkt-healing-art.de



praxis für kinesiologie, kunst und yoga

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

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



Psychologische Beratung und Psychotherapie

- Psychologische Beratung & Psychotherapie
 in Lebensfragen und Krisensituationen

Irina Groeneveld

Heilpraktikerin für Psychotherapie
 Langebrügger Straße 4
 26160 Bad Zwischenahn
 Tel.: 04403.9116615
 E-Mail: groeneveld-hp@t-online.de
 www.psychotherapie-groeneveld.de

Reikihaus Friesland



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

Ilse Kamps-Weidemann & Michael Weidemann

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



smovey, Taiji, Qigong

- smovey – health in your hands
- Taiji quan (Taichi chuan)
- Taiji Schwert
- Taiji Fächer
- Qigong

Beate Korfe

Tel.: 0441.5703239
www.lebensenergie-oldenburg.de
info@lebensenergie-oldenburg.de

Kurse in Oldenburg und
Bad Zwischenahn

Spirituelles Leben und Sinnorientierung



- **Spirituelles Leben & Sinnorientierung**
 - Rückverbindung zur inneren Quelle
 - Bewusstseinsarbeit
 - Energiearbeit
 - Supervision
 - Seminare – Beratungen

Aramaiti Helga Nowak

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

Therapeutische Beratung – Coaching – Workshops



BeratungsRAUM Leben ist Bewegung

- Therapeutische Beratung
- Themen-Workshops
- Coaching im Beruf
- Team-Entwicklung

Brigitte Mönning

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Transaktionsanalytikerin i. A.
Am Schießstand 54
26122 Oldenburg
Tel.: 0441.59437111
E-Mail: info@beratungsraum-oldenburg.de
www.beratungsraum-oldenburg.de

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

TouchLife® Massage

TouchLife®
Massage nach Leder & von Kalkcreuth



Ausbildung für Anfänger & Fortgeschrittene in TouchLife® Massage

- 36-tägige Grundausbildung
- erfahrungsorientierter Unterricht
- mit Prüfung und Zertifizierung
- nebenberufl. (WE u. Blockunterricht)
- selbst. Tätigkeit als TouchLife Praktiker/in möglich
- in Rostock, Kassel, Köln, Darmstadt

**TouchLife-Schule
Frank B. Leder &
Kali S. Gräfin von Kalkcreuth**

Breckenheimer Str. 26a
65179 Hofheim
Tel.: 06192/24513
team@touchlife.de
www.touchlife.de

Yoga und Ayurveda



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

- **Ausbildungsangebot**
 - Yoga-Übungsleiter/in + -Lehrer/in
 - Kinderyoga-Kursleiterin
- Kompaktseminar, noch 2 Plätze frei
Nepal Lodh, Dipl.-Soz.Wiss., Yogameister
Schwachhauser Heerstr. 266
28359 Bremen, Tel.: 0421.239399
www.hindu-akademie.de
E-Mail: nepal-lodh@t-online.de

Yoga und psychologische Beratung



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

**Das Yogastudio
Ute Strodt Hoff**
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 in 2015**
- Grundkurse (Kassen gefördert)
- Yoga Aufbaukurse
- Meditation
- Psychologische Beratung
- Spirituelle Lebensberatung
- Klangmassage

Dipl. Päd. Michael Büchel
Schifferstr.374
26842 Ostrhauderfehn
Tel.: 04952.942954
ostrhauderfehn@yoga-vidya.de
www.yoga-vidya.de/Leer
www.yoga-vidya.de/Ostrhauderfehn.de

Yoga Vidya Zentrum Oldenburg



- Hatha Yoga
(von der Krankenkassen gefördert)
- **Neu: Mama Baby Yoga und Schwangerenyoga am Freitag**
- Lachclub Oldenburg
- Yoga Workshops, Meditations-Workshops am Wochenende
- Psychologische Beratung
- Yogatherapeutische Beratung

**Simone Mohini Hug-Breitkopf und
Uwe Purnima Breitkopf**

www.yoga-vidya.de/oldenburg
Schloßplatz 26
26122 Oldenburg
Tel.: 0441.5706528

Aenne Milnikel



Aenne Milnikel
 Tel.: 04402-8693361
 www.aenne-milnikel.de
 Mobil 0173.6050193
 • Pädag.-neurolog. Kinesiologie
 • Psychol.-neurolog. Kinesiologie
 • Spirituell-energet. Kinesiologie
 • Quantenpsychologie. Beratung

Analytische Hypnose



**Psychotherapie, Traumanalyse
 und Entspannung in Hypnose**
John Kempf –
Praxis für therapeutische Hypnose
 Haarenufer 3, 26122 Oldenburg
 Tel.: 0152-25669739
 www.praxis-therapeutische-
 hypnose.de

Bewusstsein und Reiki



Ulla Amba Richert
 Am Hayengraben 29, Oldenburg
 Tel.: 0441.202698
 E-Mail: ulla.richert@gmx.de
 • Reiki-Meisterin/Lehrerin nach
 Dr. Usui
 • Bioenergie-Therapeutin
 • Lebensberatung und
 Bewusstseinschulung

Coaching • Beratung • Training



Bettina Heidenreich
**Biologin, Coach, Dozentin,
 Psychotherapeutin (HPG)**
 Haßforter Str. 30B, 26127 Oldbg.
 Tel.: 0441.63907
 • Einzel- und Paartherapie
 • Bewusstseinsentwicklung
 • Persönlichkeitsentwicklung
 • Berufliches Coaching

Individuelle Meditationskissen



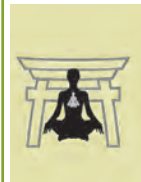
Handgefertigt
 • Kristallkissen
 • Auflagen etc.
 Energie in Form von Farben
 und Symbolen
Anna Maria Simmer
 Tel.: 02635.4652
 www.diekraftderstille.de
 E-Mail: AMSimmer@t-online.de

Alo ola pono Centrum



Uli Sa Lingenfelder
 Lomi Practitioner
 Tel.: 0441.2059269
 www.LOMILOMI-Oldenburg.de
 • Hawaïische Massage f. Frauen
 • Lomi und Reiki Ausbildung
 • Aura- und Chakraarbeit
 • Matrix Energetics
 • Aromaölmassage und Beratung

Bachblütenberatung



Heidrun Glenz
 Oldenburger Centrum
 für AlternativMedizin CAM-OL
 Auguststraße 51
 26121 Oldenburg
 Tel.: 0441.40590979
 Fax: 0441.40590977
 www.cam-ol.de • info@cam-ol.de

Bio-Restaurant Seidenspinner



Zertifiziertes Bio-Restaurant
 Vegane und vegetarische Gerichte
 Saisonal und regional
 100% Bio-Qualität
 Öffnungszeiten: Mi-Sa 17-23
 So 12-15 & 17-22
 Nadorster Straße 87,26123 OL
 Tel.: 0441.96945223
 www.restaurant-seidenspinner.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

Individ. spirit. Lebensgestaltung



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

Karin Heinemann



**Perspektivenwechsel
Karin Heinemann**
Oldenburg; Tel.: 0441-3617631
www.karin-heinemann.de

- Mediation
- Psychotherapie und Beratung
- Kurse: Gewaltfreie Kommunikation; Heilprakt. f. Psychoth.; Selbsthilfe bei Depressionen

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 Rohlfs
Bürgerstr. 38. 26123 Oldenburg
Telefon: 0176-41264126
E-Mail: nicole-rohlfis@freenet.de
www.kinesiologie-rohlfis.de

- Kinesiologische Unterstützung
- Hypnose z. Rauchentwöhnung /Gewichtsred./Entspannung
- R.E.S.E.T. • Quantenheilung

Kinesiologie und Reiki



**Kinesiologie & Reiki in Oldenburg
Ursula Dieterich-Retzlaff**
Porsenbergstr. 18, 26121 Oldbg.
Tel.: 0441.2052051
kinesiologie-und-reiki-oldenburg.de

- Begleitende Kinesiologin (AK)
- Reikimeisterin, Reikilehrerin
- Fuß- und Handreflexzonenmassage (auch Kurse)

Kraut & Klang



Dorothee Stübe
Astrologin
Musikpädagogin, Kräuterkundige
Tel.: 0441.36182184
www.krautundklang.de
dstuebe@web.de

- Seminare „Heilpflanzen & Gesang“
- Kräuterwanderungen
- Astrologie & Heilpflanzenkarten

Kunstatelier Naumann



Ute Ilona Naumann
Dipl. Kunsttherapeutin
Edewechter Landstr. 52, Oldbg.
Tel.: 04486.94571
www.kunstatelier-naumann.de
info@kunstatelier-naumann.de

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

Lebensbegleitung & Psychotherap.



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
- Silvesterretreat 2014

Lebenshilfe und Beratung



Magdalene Sigrid Einhoff
Störtebeckerstr. 10, 26441 Jever
Tel.: 0162.7804909
sigrid-einhoff@gmx.de

Klangschalenbehandlung, Reiki, Quantenheilung, Kartenlegen, Run Valdr, Pendeln, Runenarbeit/-Orakel, Energetische Hausreinigung

Naturkosmetik und Pflege



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

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

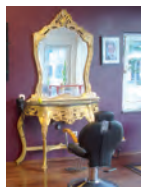
Fachkompetente Beratung

Neuraltherapie – b. Kristin Willnow



Kristin Willnow
Oldenburger Centrum
für AlternativMedizin CAM-OL
Auguststraße 51
26121 Oldenburg
Tel.: 0441.40590979
Fax: 0441.40590977
www.cam-ol.de • info@cam-ol.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

Praxis für systemische Lösungen



- Familien- & Systemaufstellungen
- Wingwave®
- Klassische Homöopathie

Antje Jaruschewski
 - Heilpraktikerin -
 Metzger Str. 10, 26121 Oldenburg
 Tel.: 0441.9736194
 E-Mail: info@praxis-jaruschewski.de
 www.praxis-jaruschewski.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!

Reconnective Healing n. Dr. Pearl



Raum für Reconnective Healing
 Jule Svea Mannerow OL 96019160
 info@julesvea.com
 www.julesvea.com

- Reconnective Healing
- The Reconnection

Dieses hochfrequente Heilspektrum aktiviert deine Selbstheilungskräfte und schenkt dir innere Ruhe.

Reinkarnationstherapie



Ursel Newiger
 Heilpraktikerin für Psychotherapie

- Reinkarnationstherapie
- Körperbezogene Therapie
- Tantra

mitas zeiTRäume, Feuerkuhle 61,
 28207 Bremen, T.: 0421.8433879
 www.mita-transzendenz.de
 mitatranszendenz@aol.com

Rutengänger



Dieter Adelmund

- Haus u. Schlafraumentersuchung
- Psychodynamische Radioästhesie
- Elektromog Messungen
- Hausräucherungen

Höchter Str.25, 26629 GroBefehn
 Tel.:04946-9179642
 www.schlafraumentersuchung.de
 info@schlafraumentersuchung.de

Rutengänger



- Haus- und Schlafplatz-Untersuchungen
- Elektromog-Untersuchungen
- Klärung von geopathischen Belastungen bei Tieren

Lars Schmidt
 Geestrandstr. 104, 26180 Rastede
 Tel.: 04402.9851260
 www.lars-schmidt-rutengaenger.de

Shiatsu – bei Hartmut Stock



Hartmut Stock, Shiatsu
 Oldenburger Centrum
 für AlternativMedizin CAM-OL
 Auguststraße 51
 26121 Oldenburg
 Tel.: 0441.40590979
 Fax: 0441.40590977
 www.cam-ol.de • info@cam-ol.de

Theatertherapeutische Praxis



Maria Stiens
 Tel.: 0421.5228862, Bremen
 www.heilsames-theater.de

- Essstörungen & Abhängigkeiten
- Burn-Out & Krisenbewältigung
- Paar- & Beziehungskonflikte

- Gruppentherapie
 - Paartherapie
 - Einzeltherapie

Veggiemaid



Wir bieten vegane Lebensmittel, frei von Laktose, Milch, Ei, Fleisch oder Fisch, komplett cholesterinfrei, außerdem bieten wir eine Vielzahl an glutenfreien Artikeln, Büchern usw. an

Veggiemaid Laden: Gartenstr. 15
Bistro : Damm 32, OL
 www.veggiemaid.de

marktplatz

Wachsen durch Musik



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

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

Was die Seele uns sagen will



Marika Ahlers
 Heilpraktikerin f. Psychotherapie
 Vahrenkamp 6
 49424 Goldenstedt
 Tel.: 04444.204478
 E-Mail: info@naturhauthaar.de
 www.naturhauthaar.de

- Familienstellen • Bachblüten
- Walking in your shoes

Zen – Meditation – Achtsamkeit



Zenkreis Oldenburg

- Anleitung zur Zen-Übung
- Meditationskurse
- Workshops

Dr. Jishu Levent Gütay
 Meditationslehrer und Physiker
 Binsenstr. 18, 26129 Oldenburg
 Tel.: 0441.37946948
 www.zenkreis-oldenburg.de

MARKTPLATZ



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

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

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!



Selbstgesteuerte Neuroplastizität

Hanson, Rick

Arbor Vlg., Buch m. 3 Audio-CDs, 29,90 €

Selbstgesteuerte Neuroplastizität ist das praktische Trainingsprogramm für die gezielte Kultivierung positiver Geisteszustände. Gelassenheit und Zufriedenheit sind erlernbar. Wir können sie einladen, bei uns zu verweilen, und sie so zu einer inneren Eigenschaft werden lassen.

Um unseren Vorfahren das Überleben zu sichern, hat sich unser Gehirn so entwickelt, dass es negative Erfahrungen anzieht und positive Erfahrungen weit aus weniger berücksichtigt. Die gute Nachricht ist jedoch, dass wir diese angeborene neuronale Struktur verändern können: Wir können den Überlebensmodus verlassen und uns in einen Modus begeben, in dem wir tieferes Wohlbefinden, mentale Klarheit und die Wertschätzung eines jeden Moments erfahren. Geführte Übungen und Meditationen auf den CDs.



Lichtmedizin

Reimann, Michael

AMRA Vlg., CD, 68 Min. 19,95 €

Die Schwingungen unserer Gehirnwellen entscheiden über unsere Wahrnehmung und Befindlichkeit. Bringen wir sie auf eine ähnliche Frequenz wie diejenige der Erde, setzt eine Resonanz ein, die natürliches Wohlbefinden hervorruft. Wir schwingen dann im Einklang mit unserem Planeten.

LICHTMEDIZIN verbindet binaurale Beats aus der modernen Gehirnforschung mit der Grundschwingung der Erde, der sogenannten Schumann-Frequenz. Das stärkt die energetische Harmonie, was zu mehr Kreativität und erhöhter Medialität führt. Reines Anhören der bezaubernden Klänge erzielt bereits Resultate: Entspannung, Fokussierung der Gehirnwellen, Abnahme der motorischen Unruhe, Innere Ausgeglichenheit.

Michael Reimann ist Multi-Instrumentalist und Obertonsänger.



Blütenstaub

Shoshan

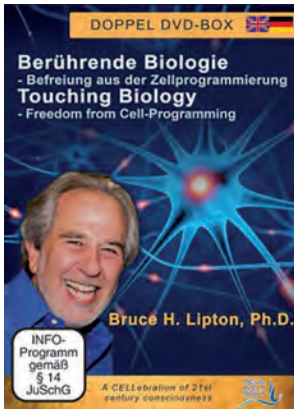
Shoshan Vlg., CD, 19,- €

Acht herzberührende Lieder auf denen Shoshan zum Entspannen und zum Mitsingen einlädt. Klänge die tief berühren.....so findet Shoshan mit engelsgleicher Stimme direkt den Weg ins Herz der Menschen. Deutsche Texte und indische Mantras vereinen sich mit sanften und melodischen Klängen zu einem wundervollen Klangteppich. Authentisch und sehr gefühlvoll lädt Shoshan mit ihrer Musik zum Mitsingen und Fühlen ein. „Im gemeinsamen Singen schaffen wir Raum für diese berührende und wohltuende Auszeit. „Lass´ Dich verzaubern und spüre, wie Dein Herz sich öffnet, wie eine Blüte, tritt ein, in die Welt des Geistes... des Universums.“

Shoshan ist eine Musikerin und Sängerin aus Deutschland. Sie lebt in Hamburg, und spielt seit 6 Jahren ihr Programm auf Festivals, Yoga-Zentren u.a.

Hörproben & Bestellmöglichkeit: www.buchhandlung-plaggenborg.de o. 0441.17543

sehwelten



Berührende Biologie – Befreiung aus der Zellprogrammierung

Lipton, Bruce H.

Neue Weltsicht Vlg., 2 DVD,
134 Min., 19,90 €

Vielen gilt der Wissenschaftler Bruce Lipton als Vater der „neuen Biologie“. Die DVD *Berührende Biologie - Befreiung aus der Zellprogrammierung* bietet einen faszinierenden Einblick in neue Forschungszweige, in deren Licht Spiritualität in einem anderen Licht erscheint: Nicht nur, dass sie sich plausibel mit den neuesten Erkenntnissen aus Quantenphysik, Stammzellenforschung und Neurowissenschaften in Einklang bringen lässt - wer Liptons aufrüttelndem Vortrag folgt, erkennt, dass die Wissenschaft geradezu zwangsläufig zu einer empirisch abgesicherten spirituellen Weltsicht führt. „Wir werden in den Himmel geboren“, sagt Lipton.

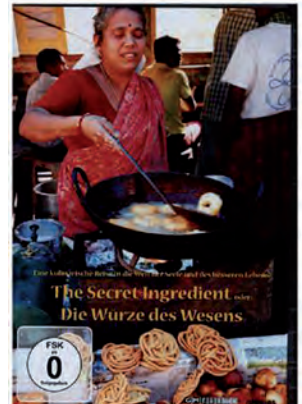


Warum Selbstheilung funktioniert

Thomas Schmelzer u.a.

Mystica TV, DVD, 95 Min., 12,99 €

Was tun bei Ängsten, Blockaden, Burnout oder chronischen Krankheiten? Immer mehr setzt sich die Erkenntnis durch, dass dies viel mit unseren Gedanken und Gefühlen zu tun hat. Welche Methoden helfen uns, gesund zu werden und zu bleiben? Thomas Schmelzer sprach mit bekannten Ärzten, Therapeuten und Seelenberatern und erhielt wertvolle, manchmal verblüffende Antworten. Erstmals erzählt er auch seine eigene Geschichte von der Überwindung einer Krebskrankheit im Alter von 24 Jahren. Tipps und Anregungen zu: Wann sind wir gesund? Psychosomatik; Was tun bei Burnout? Ich habe Krebs; Elektromog; Belastende Emotionen transformieren; Mit Ängsten umgehen; Blockaden erkennen und lösen...



The Secret Ingredient oder Die Würze des Wesens

Shostak, Dror

GMfilms, DVD, 65 Min., 12,99 €

Warum schmeckt indisches Essen immer so gut? Und warum geht es den Indern seelisch so gut, obwohl sie oft bettelarm sind? Vier Freunde wollen es wissen und reisen auf den Subkontinent auf der Suche nach dem „wahren Geist“. Sie lernen dabei viel über ihre eigene Identität und ihre Herkunft und treffen auf berühmte Gurus und Heiler, von Sri Sri Ravi Shankar bis zu Amma, die die Menschen mit ihren Umarmungen glücklich macht. Und: sie lernen alles über Gewürze! „The Secret Ingredient oder Die Würze des Wesens“ beschreibt auf emotionale Weise eine kulinarische Reise in die Welt der Seele und des besseren Lebens. Die israelische Produktion begeistert seit Monaten Besucher auf Festivals in der ganzen Welt.

Video-Trailer & Bestellmöglichkeit: www.buchhandlung-plaggenborg.de o. 0441.17543



Frühjahrs-Neuerscheinung

Eckhart Tolle – Jetzt; sein Leben, seine Lehre Van de Ven, Evert

Kamphausen Vlg., 160 S., 14,95 €

Eckhart Tolle ist einer der weltweit bedeutendsten spirituellen Lehrer unserer Zeit. In seinem Buch gelingt es Evert van de Ven die Lehre von Eckhart Tolle und dessen bemerkenswerten Lebensweg zu verknüpfen. Aus zahlreichen persönlichen Begegnungen und der jahrelangen Auseinandersetzung mit dem Werk Eckhart Tolles entstand ein Buch, das uns die Botschaft und den Menschen Eckhart Tolle näher bringt. Die gelungene Mischung aus der Einführung in die ‚Lehre der Gegenwärtigkeit‘ und den Einblicken in den Lebensweg eines großen spirituellen Lehrers können uns dabei helfen, unseren Weg zu mehr Gegenwärtigkeit im Leben zu finden.

Evert van de Ven arbeitet international als Bewusstseinstainer, Redner und Autor. Er interessiert sich für Anthroposophie, Buddhismus und Krishnamurti. Seit 2001 arbeitet er intensiv mit den Lehren Eckhart Tolles und versucht, dessen wunderschöne und tiefempfundene Botschaft ins alltägliche Leben zu integrieren. Seine Art zu lehren und zu sprechen ist geprägt von Leichtigkeit, Einfachheit und Humor.

Video & Bestellmöglichkeit bei
www.buchhandlung-plaggenborg.de
und Tel. 0441.17543.



Acht Gesichter der Schuld Schuld begegnen, verstehen und auflösen

Bertold Ulsamer

Scorpio Vlg., 240 S., 17,99 €

Der erfahrene systemische Therapeut Bertold Ulsamer stellt in seinem neuen Buch die verschiedenen Formen von Schuld dar und Möglichkeiten, mit der jeweiligen Schuld umzugehen

und Lösungen zu finden. Besonders interessiert ihn die Frage: Was ist persönliche Schuld - jenseits von religiösen Sichtweisen? Was geschieht zwischen einem Täter und einem Opfer? Und daraus folgend: Wie geht ein Täter mit seiner Schuld um? Gibt es Heilung? Braucht es Versöhnung? Die Frage nach der Schuld der Deutschen im Dritten Reich wirft noch einmal speziellere Aspekte auf: Wie können die Nachgeborenen mit der Last, die ihnen aufgebürdet wurde, umgehen? Schuldgefühle haben viele Gesichter. Sie können aus tiefen Verbindungen stammen, aber auch durch mitgebrachte Prägungen und Gefühle entstehen. Am eigenen Leib spüren wir ihre schwächende und lähmende Wirkung. Erst wer diese versteht, kann über sie hinauswachsen. Nicht sofort, nicht absolut, doch wenn wir uns mit ihnen auseinandersetzen, verlieren sie ihre negative Kraft.

Dr. Bertold Ulsamer ist Jurist, Diplom-Psychologe, NLP-Trainer und Familientherapeut. Er leitet Seminare und Weiterbildungen zum Familien-Stellen nach Bert Hellinger und ist Autor zahlreicher Bücher und Artikel zu NLP und Familienaufstellungen.

Bestellmöglichkeit bei www.buchhandlung-plaggenborg.de
und Tel. 0441.17543.

wortwelten



Entwicklungs-trauma heilen

Heller, Laurence; LaPierre, Aline

Kösel Vlg., 427 S., 29,99 €

Alle Überlebensstrategien lösen - Selbstregulierung und Beziehungsfähigkeit stärken - Das Neuroaffektive Beziehungsmodell zur Traumaheilung NARM Ein frühes Trauma beeinträchtigt unsere Fähigkeit, mit uns selbst und mit anderen in Kontakt zu sein. Auf diese Weise werden unsere Lebenskraft und Lebendigkeit eingeschränkt, worauf die meisten psychologischen und viele körperliche Probleme beruhen. Das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NARM), ein neues therapeutisches Werkzeug zur Traumaheilung, stärkt die Fähigkeit zur Selbstregulierung und ermöglicht die Entwicklung eines gesünderen Selbstbildes.

Dieses Buch wendet sich an alle, die daran arbeiten, Ent-

wicklungstraumen zu heilen, oder die neue Werkzeuge suchen, um Selbstwahrnehmung und das eigene Wachstum zu unterstützen. Im Mittelpunkt stehen Konflikte, die mit der Fähigkeit zusammenhängen, wirklich in Kontakt mit sich selbst und anderen zu sein. Die klinischen Psychologen Laurence Heller und Aline LaPierre führen aus, inwiefern eine Beeinträchtigung auf dieser Ebene und die hieraus resultierende verminderte Lebendigkeit versteckt den meisten psychischen und vielen physiologischen Problemen zugrunde liegen. In Verbindung hiermit stellen sie das Neuroaffektive Beziehungsmodell (NeuroAffective Relational Model, NARM) vor, einen umfassenden Ansatz für die Arbeit an Entwicklungs-, Bindungs- und Schocktraumen, der die Vergangenheit eines Menschen zwar nicht ignoriert, bei dem die Betonung jedoch auf der Arbeit im Hier und Jetzt liegt.

NARM ist eine auf somatischen Grundlagen basierende Psychotherapie, die hilft, desorganisierte und dysfunktionale Anteile von uns wahrzunehmen, ohne dass die regressiven, dysfunktionalen Elemente zum Hauptthema der Therapie werden. Das Verfahren betont die Stärken, Fähigkeiten, Ressourcen und die Resilienz der Betroffenen und ist ein höchst wirkungsvolles Werkzeug für die Arbeit an der Regulierung des Nervensystems und auch für die an Identitätsverzerrungen

wie einem geringen Selbstwertgefühl, Scham und chronischer Selbstbewertung und -verurteilung.

Leseprobe & Bestellmöglichkeit bei www.buchhandlung-plaggenborg.de und Tel. 0441.17543.



Frühjahrs-Neuerscheinung

Neo Nature

Foerster, Christo

Gabal Vlg., 176 S., 24,90 €

Wir Menschen sind Teil der Natur, doch unser Verhalten ist alles andere als natürlich. Wir bewegen uns kaum, essen industriell aufbereitete Lebensmittel und wollen unser Leben immer weiter optimieren. Dabei wusste schon Darwin, dass nicht das perfekte, sondern das am besten angepasste Individuum die Nase vorne hat. Um gesund, glücklich und erfolgreich zu leben, brauchen wir weder Fitnessstudio noch den perfekten Lebensplan. Alles, was wir brauchen, liegt in unserer ureigenen Natur.

Christo Foerster stellt die Natur des Menschen in den Mittelpunkt und einen Großteil unserer gelernten Verhaltensweisen infrage. Er verbindet Jahrtausende altes Wissen mit den neuesten Erkenntnissen der Wissenschaft und verdichtet die Geheimnisse eines gesunden Lebens auf neun Power Roots für mehr Zufriedenheit und Erfolg. Er zeigt uns, wie wir mit einfachen Maßnahmen unser Bewegungsverhalten, unsere Ernährung, unseren Umgang mit uns selbst und anderen verbessern. Wie wir gelassener werden und ungeahnte Energiepotenziale freisetzen.

Neo Nature ist ein faszinierender Impulsgeber für eine gesunde Lebensführung. Er befreit uns von unserem Perfektionswahn, dem Erfolgsmythos des Höher-weiter-schneller und lässt uns unsere natürlichen Potenziale wiederentdecken und wertschätzen.

Christo Foerster ist Diplom-Sportwissenschaftler, systemischer Business-Coach und Vortragensredner. Er ist Gründer der Natural Coaching Academy, in der er Menschen lehrt, wie Körper und Geist zusammenwirken.

Leseprobe & Bestellmöglichkeit bei
www.buchhandlung-plaggenborg.de
 und Tel. 0441.17543.



Märchen von Sehnsucht und Glück

Belschner, Helga

Da-Da-Research Vlg., 63 S.,
 12 farb. Abb., 14,80 €

Zwölf Märchen, zu einem Kranz gebunden, entführen Erwachsene und Kinder in die geheimnisvolle Welt der Nixen, Luftgeister und Zauberer. Heldinnen und Helden begeben sich auf die Suche nach ihrem innersten Wesenskern und folgen spontan ihrer Sehnsucht, sei es nach Abenteuern, Ruhm oder Reichtum, Geborgenheit, Liebe oder Heilung. Letztlich sind alle dem Glück auf der Spur. Illustriert werden die Märchen von zauberhaften Naturcollagen der Bremer Künstlerin Helga Tillmann.

Leseprobe: Schach-Märchen

„Es waren einmal zwei mächtige Zauberer, die kämpften darum, wer der Stärkere war. Das taten sie, indem sie Schach gegeneinander spielten. Die Schachfigu-

ren waren aber nicht aus Holz oder Stein, sondern aus Fleisch und Blut. Es waren junge Burschen aus den umliegenden Dörfern, die die Zauberer in willenslose Schachfiguren verwandelten und mit ihnen ihr Spiel trieben. So ging das viele Jahre. Das führte dazu, dass in den Dörfern die jungen Männer fehlten, um auf den Feldern und in den Werkstätten zu arbeiten. Den Frauen fehlten die Männer zum Heiraten, und Kinder wurden auch nicht mehr geboren. Das gefiel den Frauen nicht, und sie beschlossen, etwas dagegen zu tun“

Die Autorin Helga Belschner ist Meditationslehrerin und Heilpraktikerin für Psychotherapie. Sie arbeitet psychotherapeutisch und astrologisch in der eigenen Praxis KAIROS in Oldenburg. Mitglied der Oldenburger Autorengruppe WORTSTATT seit 1998. Preisträgerin des Kunstpreises Bad Zwischenahn 2006 Poesie im Wind.



wortwelten

Frühjahrs-Neuerscheinung

Kinder sprechen mit dem Dalai Lama

Wie wir eine bessere Welt erschaffen

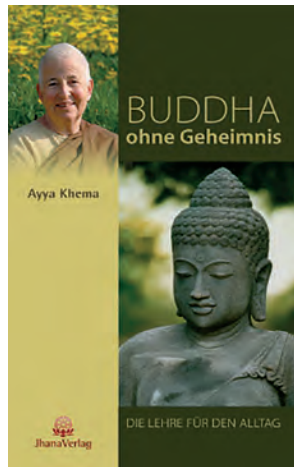
Rinke, Claudia; Dalai Lama XIV

Beck Vlg., 158 S., 18,95 €

Wie können wir lernen, warmherzig zu sein? Wie werde ich glücklich? Was mache ich, wenn ich mit Worten oder körperlich angegriffen werde? Warum lassen wir zu, dass Menschen an Hunger sterben? Was halten Sie vom Islam? Haben Sie Angst vor dem Sterben? Waren Sie schon mal verliebt? - Diese und viele andere Fragen haben Schülerinnen und Schüler in Deutschland 2013 und 2014 an den Dalai Lama gerichtet, der darauf kluge, visionäre, überraschende und immer ganz offenherzige Antworten gegeben hat. Der Dalai Lama wendet sich seit einigen Jahren vor allem an die junge Generation. Dieses Buch dokumentiert auf der Grundlage von Veranstaltungen in Deutschland erstmals seine Botschaft an Kinder und Jugendliche. Claudia Rinke war bei diesen Veranstaltungen dabei. Sie erzählt einleitend das Leben des Dalai Lama, der seine Kindheit als Gottkönig verehrt im Potala-Palast verbracht hat, und erklärt für junge Leser die Grundzüge seiner Lehre und des Buddhismus. Und sie dokumentiert die Rede des Dalai Lama sowie über fünfzig Fragen und Antwort-

ten. Ihr engagiertes, nachdenkliches Buch richtet sich an die Generation der „Digital Natives“, die virtuell mit der ganzen Welt kommuniziert und selbst Verantwortung für diesen Planeten und eine Welt voller Krisen übernehmen will.

Video & Bestellmöglichkeit bei www.buchhandlung-plaggenborg.de und Tel. 0441.17543.



Buddha ohne Geheimnis Die Lehre für den Alltag

Ayya Khema

Jhana Vlg., 224 S., 14,- €

Wie können wir mehr Ruhe, Freude und Harmonie in unseren oft stressigen Alltag bringen? Die Lehre des Buddha mit den ewig gültigen Wahrheiten über die menschliche Existenz, ist von ungebrochener Aktualität und stößt auf immer größeres Interesse in der westlichen Welt. Ayya Khema gibt in diesem Buch einen umfassenden Einblick in die grundlegenden Konzepte der buddhistischen

Lehre und beschreibt zahlreiche Methoden, die uns helfen können, „das innere Auge für die Wahrheiten und Herrlichkeiten des Herzens“ zu öffnen. Die buddhistische Lehre kann, so Ayya Khema, eine tief greifende Wandlung in uns bewirken, sodass wir unser menschliches Potenzial an Erkenntnis, Weisheit und Mitgefühl vollkommen verwirklichen können. Voraussetzung dafür ist aber, dass wir die Lehre gut kennen. Nur so können wir entscheiden, ob sie für uns heute noch Gültigkeit besitzt und ob sie der Weg ist, auf dem wir voranschreiten sollen. Ayya Khemas Buch vermittelt das entscheidende Rüstzeug, dass wir diese Fragen für uns beantworten können. Mit praktischen Beispielen zeigt sie uns, wie wir die östlichen Weisheiten für uns verwenden können.

Bestellmöglichkeit bei www.buchhandlung-plaggenborg.de und Tel. 0441.17543.

Wolfgang J. Aurose

Die Seele der Nationen

Evolution und Heilung

EUROPAVERLAG BERLIN

Die Seele der Nationen Evolution und Heilung Aurose, Wolfgang J.

Europa Vlg., 208 S., 18,99 €

Das kollektive Unterbewusstsein der Nationen offenlegen und heilen: Nationale Weltanschauungen und die mit ihnen verbundenen Strömungen haben in der Geschichte vieler Länder ihre Schatten geworfen. Angesichts dieses Leids und Unrechts gerät jedoch in Vergessenheit, dass Schatten sowohl auf dem individuellen als auch auf dem kollektiven Erkenntnisweg nichts anderes als verzerrte (Seelen-) Aspekte sind, die der Heilung bedürfen. Der Blick in den Abgrund, aber damit zugleich in die Tiefe der nationalen Seelen ruft auf zu einer Integration jener Qualitäten, aus denen heraus evolutionäres Potenzial freigesetzt werden kann. Erstarkende Nationalgefühle ohne seelische Integration dürfen nicht die Antwort auf die Bedrohlichkeit der heutigen Weltkrise sein. Nur eine Evolution nationaler Identität, die auf der Bewusstwerdung der seelischen Potenziale des Landes wie auf der Heilung seiner Schatten gründet, kann uns aus nationalistischen Widersprüchen führen und eine neue globale Vision entstehen lassen. Während Deutschland sich in Vergangenheitsbewältigung übt und sich allmählich aus dem Trauma des „Dritten Reichs“ löst, zögern beispielsweise die USA weiterhin, sich zum indiani-

schen Genozid zu bekennen. Ein gefährlicher Mechanismus, wie der ungebremsste Machtanspruch des Landes beweist. Nur wenn eine seelische Aufarbeitung stattfindet, kann jenseits von Aggression und Wettstreit ein Bewusstsein entstehen, das eine nachhaltige Weltidentität und eine erstmals auf Frieden basierende, globale Ordnung real werden lässt.

Siehe auch den Beitrag von Wolfgang J. Aurose auf S. 19.

Video & Bestellmöglichkeit bei
www.buchhandlung-plaggenborg.de
und Tel. 0441.17543.



Der Krieg ist nicht vorbei! Frauke Teschler

Polarity Vlg., 124 S., 9,80 €

70 Jahre Kriegs-Ende in diesem Jahr, aber ist er wirklich vorbei? Nein, denn er ist in unserem Erbgut, in unseren Körpern, in unseren Seelen noch immer spürbar. Das weiß ich aus eigener Erfahrung, und das ist das Thema des Buches von Frauke Teschler mit Berichten aus der Reinkarnationstherapie. In vielen

Beispielen zeigt sie auf, wie die vergangenen Geschehnisse in unser Leben hineinragen, und das nicht nur aus den Weltkriegen des 20. Jahrhunderts sondern noch viel weiter zurückgehend - bis zum 30-jährigen Krieg beispielsweise.

Wie merke ich, dass es sich um Ereignis aus vergangener Zeit handelt? Wenn ich alles in diesem Leben in Frage Kommende untersucht habe und ein Thema mich dennoch weiterhin beutelt und ich mir einfach keinen Reim darauf machen kann, wo das herkommen könnte. In den dargestellten Beispielen wird deutlich, dass es sich um ein traumatisches Erlebnis eines Vorfahren handeln könnte. Denn das ist die neue Erkenntnis, dass sich solche tiefgreifend schrecklichen Erfahrungen wie in Kriegssituationen mit ihren Bedrohungen vielfältiger Art sogar m Erbgut über viele Generationen weitervererben können (epigenetisch).

Es ist ein sehr berührendes Buch, und es macht deutlich, dass wir die Chance haben, diese Ereignisse nun hinter uns zu lassen, so wir sie denn deutlich anschauen, z.B. mithilfe eines Reinkarnationstherapeuten. Und es ist wirklich ein Anti-Kriegsbuch, weil es so klar aufzeigt, wie sinnlos und unmenschlich Krieg ist und welche weitreichenden Folgen er hat!

Rezension: Ulrike Plaggenborg
Bestellmöglichkeit bei www.buchhandlung-plaggenborg.de
und Tel. 0441.17543.

wer macht was

Akupunktur

Martina Klisch – chin. Medizin, Akupunktur, Shiatsu, Heilpraktiker-
kerausbildung. Tel. 04482.565.

Atemtherapie

HP Beate Heeren hilft Medikamen-
ten-frei bei Asthma, chroni-
schem Schnupfen, Schlafapnoe.
info@naturheilpraxis-bockhorn.de

Ayurveda

Ayurveda Massagen + Beraten-
gen. Surya Ayurveda + Yogapra-
xis, Dagmar Battermann, T.
0441.99864499, info@ayur-
veda-surya.de.

Bücher, CDs, DVDs

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

Clearing

Mediale Lebensberatung, Karten-
legen, Pendeln, energetisches
Heilen, Clearings, Simone
Renner, OL 3802230.

Erwachen

Seminare monatlich: Mensch,
Heilung und Kosmos - Herzent-
wicklung zum Erwachen. Christine
Ohlenbusch, 04791.9319433.

Familienaufstellung

HP Antje Jaruschewski, Metzger
Str. 10, 26121 OL,
Tel.0441.9736194, E-Mail: info@
praxis-jaruschewski.de .

HP Bärbel Zehnpfund, systemi-
sche Therapie und Aufstellun-
gen, Paartherapie, Akupunktur,
Katharinenstr. 12, Tel.
0441.2048845.

Wer macht was?

*Der kleine Branchenführer
zum schnellen Nachschlagen*

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

Feng-Shui

Einrichtungsberatung nach Feng-
Shui, Julia Bolting, Tel.: 0441.
5099513, mobil: 0176.65623
348, info@feng-shui-j-bolting.de.

Heilpraktiker

Praxis für Kinesiologie und
Naturheilkunde; Heilpraktikerin
Sybille Seifried; OL 9354299.

Integraler Tanz

Tanz in Einzel- u. Gruppenarbeit
für Frauen und Männer. Orient.
Tanz und Yoga in Oldenburg,
Gabriele Janz, 04463.9389225.

Internetdienstleistungen

Webseiten-Pflege oder Neuge-
staltung, Facebook u.a., Fotos
u.a. Ulrike Plaggenborg, OL
36182644.

**Kabbalistische
Geburtsanalyse**

Lebensberatung nach der Kab-
bala. Markus Mollet, info@
mollet-personaltraining.de, Tel.:
0173.2409601.

Kiefergelenk

Kiefergelenkentlastung. Ent-
spannter Kiefer-Entspannter Kör-
per-R.E.S.E.T. Lutz Doblies,
04404.9599995.

Klangmassage

Erfahrener Klangpraktiker seit
2004 nach Peter Hess. Johannes
Weerts, Hauptstr. 66, OL; Tel.
36164502.

Klassische Homöopathie

HP Antje Jaruschewski, Metzger
Str. 10, 26121 OL, Tel.: 0441.
9736194, E-Mail: info@praxis-
jaruschewski.de.

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

Lebensberatung

Coaching, Channeling, Geisthei-
lung und Seminare Silvia Metzel-
aers, Tel: 04928.9145168,
E-Mail: silvia-metzelaers@gmx.de

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

MBSR

MBSR-Kurse im DFME Deutsches
Fachzentrum für Stressbewälti-
gung, Achtsamkeit und Persön-
lichkeitsentwicklung. 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 Stoffwechselfyp.
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, 0421.68547713.

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, 0421.68547713.

The Work of Byron Katie

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

Tierkinesiologie

Praxis für Kinesiologie und Naturheilkunde; Heilpraktikerin Sybille Seifried; OL 9354299.

Tierkommunikation

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

Traumanalysen

Persönliche Traumanalysen, Eva Boström, Oldenburg, Tel. 0441.86558.

Yoga

Hatha-Yoga Kurse -Anfänger, Fortgeschrittene, 50 plus, Senioren, Schwangere. Monika Rimpel, Tel. 0441.9200792.

Vorträge

9.4. **Life Alignment** – erleben Sie die Wirkungsweise energetischen Heilens. 19 Uhr, HARFE, Kanalstr. 21, Eintritt 5,- €.

22.4. **Vortrag mit Geseko v. Lüpke: „Inseln der Zukunft“**, im Rahmen der Ringvorlesungen des Fachbereichs Postwachstumsökonomie der Uni Oldenburg, 18:15 Uhr im Hörsaalzentrum 14, Hörsaal 2.

Seminare & Workshops

Kräuterkurse und -vorträge. Neues Kursprogramm ansehen unter www.pfeffer-und-minze.de.

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

Schamanische Energiearbeit nach Dr. Alberto Villoldo und der Inka Tradition: Illumination - Extraktion - Seelenrückholung - Todesriten - Munay Ki Riten - The Rite of the Womb - Despachos - Hausreinigung - Archetypenarbeit. Annette Assmy a.assmy@gmx.net, mobil 0176.61315306, www.chas-kawisdom.com.

Monatliches Treffen zur Vipassana-Meditation: Im Rosenhaus, Weskampstr. 28, OL. Samstags, 28.3., 18.4., 23.5., 20.6. 15-17 Uhr. Info 04407.709171 www.puredhamma.org.

14.4. 18-22 Uhr: **Systemische Aufstellungen.** Leitung: Bärbel Zehnpfund, Heilpraktikerin, in der "Harfe", Kanalstr. 21, Anm.: 0441.2048845, www.heilpraxis-zehnpfund.de.

18.-19.4. **Kurs: Schamanisches Reisen in Rastede.** Infos & Termine: www.tiercomm.de, Tel. 04402.6969500.

2.-3.5. **Tierkommunikation-Kurs in Rastede.** Infos & Termine: www.tiercomm.de, Tel. 04402.6969500.

5.5. 18-22 Uhr: **Systemische Aufstellungen.** Leitung: Bärbel Zehnpfund, Heilpraktikerin, in der "Harfe", Kanalstr. 21, Anm.: 0441.2048845, www.heilpraxis-zehnpfund.de.

8.-17.5.: **Intensives Dunkelre-treat** in einer Kleingruppe mit dem Fokus Astralreisen in Süd-deutschland. Nur 5 Personen, Anmeldung erforderlich. Bharati Corinna Glanert - www.spiritbalance.de. Kontakt: 07706.978 9691, info@spiritbalance.de.

9.5./ 30.5. Lernsprung, Raum für Ganzheitliche Lernförderung, Tagesseminar am 9. Mai **"Wie unterstütze ich mein Kind bei Lese-Rechtschreibschwierigkeiten?"**, 30. Mai **"Wie unterstütze ich mein Kind bei Rechenschwierigkeiten?"**, Anmeldung unter 0441.96019160.

9.5. und 27.6. „Tanzen zum eigenen Selbst“ **Tanzmeditation nach Gabrielle Roth.** 19:30 - 21:30. Ort: Heilpädagogischer Zweig der Freien Waldorfschule, Stedinger Str. 20-22, 26135 OL. 15,- €, Info & Anmeldung: Silke A. Schreiner, 5-rhythmen-bremen@gmx, Tel: 0421.98503731.

12.-14.6. **Ein stiller und bewegend, meditativer und lebendiger Yoga- und Tanz-Workshop** im Lebensgarten Steyerberg! Infos unter www.yoga-und-tanz.jimdo.com.

CELEBRATE LIFE FESTIVAL

TRANSFORMATION

die Vergangenheit heilen, eine neue Zukunft werden

30. JULI - 8. AUGUST 2015

HOF OBERLETHE, WARDENBURG

CELEBRATE-LIFE.INFO

21.6. **Weltyogatag 10-12 Uhr:** Yogastunde mit Spende für das Tara-Projekt und 16-18 Uhr Sing let me sing! Spirituelle Lieder mit Gitama und Kabir hören und selbst singen. Anmeldung: Yoga Vidya Zentrum Oldenburg, Tel.: 0441.5706528.

30.7.-8.8. **Celebrate Life Festival 2015 im Hof Oberlethe.** Themen: Trauma, Heilung und Integration. Alle Infos auf www.celebrate-life.info.

Termine mit freiem Eintritt

Die nächsten Termine des **Oldenburger Repair-Cafes** finden in den Räumen des Theaters in der Baumgartenstraße 11-12 statt. 11.4., 2.5., 6.6., 4.7., jew. 14 - 18 Uhr.

21.4. Raum für Reconnective Healing in Oldenburg: **Informationsabend zu Reconnective Healing und The Reconnection** nach Dr. Eric Pearl, 20 Uhr, Arp-Schnitker-Str. 4, Anm.: 0441.96019160, www.julesvea.com.

25./26.4. **Tag d. offenen Tür Sampoorna Yoga** mit Bernhard Dökel & Team, kostenl. Probestd. 12 + 15 h, Sampoorna Yoga Zentrum, Zeughausstr. 70, OL, Neue Kurse für Anfänger ab 4.5.. Weitere Probestd.: 4.-15.5., Mo. 17, Di. 19.30, Do. 20 & Fr. 19 Uhr. Tel. 48551766. Von den Krankenkassen unterstützt. www.sampoorna-yoga-oldenburg.de

24.4. **Kostenlose smovey-Kennenlerntermine:** Termin 1: 17-ca. 18.45 Uhr, Termin 2: ca. 18.50 - 20.30 Uhr im Rosenhaus, Weskampstr. 28, OL. Infos und Anm.: KraftDesign Beate Korfe, info@lebensenergie-oldenburg.de, 0441.5703239.

27.4. Lernsprung, Raum für Ganzheitliche Lernförderung: **Informationsabend zu Methoden und Materialien bei LRS, Dysk., etc.,** 20 Uhr, Arp-Schnitker-Str. 4, Anm.: 0441.96019160, www.lernsprung-julesvea.com.

31.5. **Gartenfest Alo ola pono Centrum,** 14-19 Uhr. 16 Uhr Vortrag: Haus-Apotheke mit Ätherischen Ölen, www.LOMILOMI-Oldenburg.de.

Regelmäßige Termine

Life Alignment - Regelmäßige Vorträge und Energiebalancen in Ol. Infos u. Kontakt: Bettina Heidenreich: 0441.63907.

montags

Hatha Yoga für Einsteiger - Präventionskurs: Bewegung, Atmung, Entspannung, Stressabbau für Körper + Geist. Ab 13.4., 18:00 Uhr. Das Yogastudio, Tel.: 0441.2055565, www.yoga-coaching-strodthoff.de.

18-19 Uhr (ab 4. Mai bis 14. Sept.): **Qigong im Schlossgarten.** Zum 22. Mal seit 1994 finden wieder die Qigong-Übestunden im Oldenburger Schlossgarten statt. Auf der Wiese hinter dem Tropenhaus werden unter wechselnder Anleitung (Doris Kirstein, Gerd Schnesche, Helga Mansholt, Manfred Fol-

kers) leicht erlernbare Qigong-Übungen angeboten. Eine regelmäßige Teilnahme ist zwar empfehlenswert, aber keine Bedingung. Ein Einstieg (auch für Ungeübte) ist jederzeit möglich. Die Teilnahme ist kostenlos, aber ein kleines Schweinchen „frisst“ Spenden ...

dienstags

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

Die **ZEN-Gruppe Oldenburg** trifft sich **19 - 20:45 Uhr**. Auch Ungeübte sind herzlich zur Meditation eingeladen. Anm.: Detlef Busemann, Tel.: 0176.12020552.

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

Was ist mein Lebensthema – meine Lebensaufgabe? Im täglichen Ringen? Leben? Was hört sich besser an? Vertiefende Reflexion in einem Gesprächskreis. 1x im Monat Dienstag/ 6-8 Personen/ 2 Std., 15,- €, fortlaufend. Ort: Therapiezentrum am Schlossgarten, Elisabethstr. 13, Tel. 0441.9603362, Christa Bruder.

Hatha Yoga über 60 – Beweglichkeit und Wohlbefinden für Rücken und Gelenke. Individuell angepasste Übungen, Präventionskurs. Ab 21.4., 10:30 Uhr. Das Yogastudio, Tel.: 0441.2055565, www.yoga-coaching-strothhoff.de.

mittwochs

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

Ausbildung

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

Fortbildung systemische Aufstellungsarbeit, Beginn: 11.04.15. Info und Anmeldung: Anke Svaha Schöpfer, 0173.2468174 und E-Mail: svaha1@freenet.de.

Therapie

Gestalttherapeutische Einzel- und Gruppensitzungen, Christiane Osterwiek, Tel. 0441.36131369.

Dies & Das

Restless –Legs. Aus eigener Erfahrung kann ich vielleicht helfen. Tel. 0441.9833655.

Spirituelle Lebensberatung – Hilfe zur Selbsthilfe. www.numerologie-meyer.de.

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

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

A.H. Almaas

Begründer der Ridhwan-Schule und „Diamond Approach“

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

Das neue Buch von A.H. Almaas: „Runaway Realization“, 272 S., ca. 17,- €. Hier bestellbar: info@buchhandlung-plaggenborg.com oder Tel. 0441.17543.



Ausführlicher Prospekt aller Bücher, CDs & DVDs von Almaas u.a. Bitte anfordern.



Buchhandlung Plaggenborg
Lindenstr. 35 • 25123 Oldenburg
Telefon 0441.17543

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

Internetdienstleistungen Ulrike Plaggenborg – Webseitenbetreuung: Webseiten- Neugestaltung, Termineinträge, Aktualisierungen, Facebook u.v.m. www.webservice-ulrike-plaggenborg.de. Rufen Sie mich an: Tel. 0441.36182644 o. 17543.

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, sogar Meditationskissen und Räucherstäbchen. 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

Bad Zwischenahn, schöner, heller Seminarraum, 23 m² mit Teeküche vormittags und am Wochenende zu vermieten. Tel.: 04403.818816.

Schöner Raum, 17 m², für 2 oder 3 Tage/Woche an Therapeuten und schöner Raum, 27 m², mit Küche am WE in Praxis und Seminarhaus im Ziegelhofviertel zu vermieten. 0157.80428958.

Schöne und lichtvolle Gruppenräume (8, 26, 30 und 70 m²) mit 2 Teeküchen für Gruppen, Seminare und Einzeltherapie. Rosen-

haus - Zentrum für Selbsterfahrung, Meditation und Therapie. www.rosenhaus-oldenburg.de. Tel. 0441.85315.

2 Wohnungen zu vermieten auf dem Siebenmeyerhof in Magelsen, heute Gesundheitszentrum (Praxis und Seminarbetrieb) www.roemer-therapie.de, Geschäftsbetrieb www.roemer-fengshui.de und Hofgemeinschaft: **Whg. 1:** 3 Zimmer, gr. Wohnküche/Bad; 112qm; ab 01.06.15; **Whg. 2:** 1 ½ Zimmer/Kü/B; 55qm; ab sofort. Gerne an freundliche, achtsame Menschen mit Liebe zur Natur und Freude an Garten- und Geländegestaltung. Die Wohnungen sind im Haupthaus in der ersten Etage und können auch gemeinsam gemietet werden. Der Hof mit einigen Nebengebäuden ist umgeben von Wald und Wiesen, liegt im Dorf Magelsen (12km nach Verden/Aller, 8km nach Hoya, 40km nach Bremen). Kontakt: Nora und Klaus Römer, 04256.580, nora@roemer-therapie.de, klaus@roemer-therapie.de.

Wilhelm13

Die nachfolgenden Konzerte und Lesungen der Jazz-Musiker-Initiative OL, des Jazzclubs Alluvium und des Literaturbüros finden statt im Musik- und Literaturhaus Wilhelm13, Leo-Trepp-Str. 13 in Oldenburg. Infos zu Kartenbestellungen u.a.: www.wilhelm13.de.

Konzerte: Beginn jeweils 20 Uhr (außer, wenn anders angegeben):
Sa 11. Apr. Contrast Trio - Jazz
Do 16. Apr. Jazz-Session
Fr 17. Apr. Westcoast 4 - Jazz
Sa 18. Apr. Howard Alden/
Helmut Nieberle - Gitarren-Swing
Do 23. Apr. Northwest Concert

Band - Jazz
Fr 24. Apr. Chris Jarrett & Luca Ciarla - Jazz
Sa 25. Apr. Harface & The Heydays - Blues
So 26. Apr. 18:00 Alluvium-Clubabend mit Hartmut Lang
Do 7. Mai Bandshop - Schülerkonzert - Jazz/Rock/Pop
Fr 8. Mai Gehörgänge: HCL Ensemble trifft Mizuki Wildenhahn - Tanz und Improvisation
Sa 16. Mai Oli Poppe Trio - Jazz
Do 21. Mai Jazz-Session
Fr 22. Mai Afropean Project - Jazz
Do 28. Mai Alluvium-Clubabend
Fr 29. Mai 18:00 Walk „n' Art - Promenade mit jungen Künstlern
Do 4. Juni Newcomer Session
Fr 5. Juni Alex de Grassi - Fingerstyle-Gitarist
Sa 6. Juni Ohropack - Jazz
Di 9. Jun. bis Sa 15. Juni:
Das Wilhelm13 feiert 100 Jahre Isolierbaracke und 5 Jahre Wilhelm13 mit Konzerten, Lesungen usw.
Do 18. Juni Jazz-Session
Fr 19. Juni Bolshakov Trio - Jazz
Sa 20. Juni 18:00 Lange Nacht der Musik
Fr 26. Juni Offshore Quintet - Jazz
Sa 27. Juni SIENTO Latin-Jazz

Lesungen: Beginn jeweils 20 Uhr
Di 28. Apr. Judith Hermann: „Aller Liebe Anfang“
Mi 6. Mai Kai Weyand: „Applaus für Bronikowski“
Mi 22. Apr. Thomas Brussig: „Das gibts in keinem Russenfilm“
Di 19. Mai Konstellationen: Saskia Hennig von Lange
Mi 3. Juni Lesebühne Metrophobia



Aus Leidenschaft

zur Entspannung!

Ihr Ausbildungs- & Schulungszentrum in Rastede!

Ob Sie die Klangmassage in unserem Wellness & Spa Bereich einfach mal genießen möchten oder die Klangschalen im beruflichen oder privaten Rahmen einsetzen möchten - bei uns finden Sie das passende Angebot. Erlernen Sie doch gleich selbst die Klangmassage und entspannen so oft Sie wollen!

Die nächsten Termine - Ausbildung:

Klangmassage 1 - Wochenendkurs

Die eigene Mitte stärken

Sa. 16.05.15 bis So. 17.05.15

Sa. 01.08.15 bis So. 02.08.15

NEU Klangmassage 1- an 2 Tagen

Do. 09.04.15 und Do. 16.04.15

Fr. 29.05.15 und Fr. 05.06.15

Regelmäßige Veranstaltungen:

Konzerte • Trainings • Prävention

www.klangmassage.tv

www.klangwelten-erleben.de

NEU

Der Film über die Ausbildung!

Kostenlose Filme auf

klangmassage.tv



Klangwelten erleben GmbH • Oldenburger Str. 249 • 26180 Rastede • Tel.: 04402 97 34 165

