

kostenlos

Frühjahr 2012

ACHTSAMES LEBEN

Das Magazin für ganzheitliche Lebenskunst in Oldenburg und den NordWesten



ICH WILL HEILPRAKTIKERIN WERDEN

Meine Ausbildung? Natürlich bei Paracelsus!

14 Berufsausbildungen mit und ohne Abitur, nebenberuflich oder Vollzeit, mit modernen Lernmedien:

Heilpraktiker, Kinder-, Sportheilpraktiker, Tierheilpraktiker, Psychol. Berater, Heilpraktiker für Psychotherapie, Wellnesstrainer, Ernährungsberater, Massagetherapeut/-praktiker, u.v.m.

In Oldenburg: Kanalstraße 23 · Tel.: 0441/925 02 60
www.paracelsus.de · E-Mail: oldenburg@paracelsus.de

SEMINARE & WORKSHOPS z.B.

- Spiegelseminar
- Quantenheilung
- Entspannungstherapeut, -trainer
- Craniosacrale Ki-Balance
- Ernährungscoach
- Metamorphische Methode
- Energiemassage
- Yogalehrer, -therapeut

paracelsus
die heilpraktikerschulen

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

www.lebenskunst-weser-ems.de

Das neue große Informationsportal für alle regionalen Informationen über...

Gesundheit
Therapie, alternative Heilweisen,
Beratung ...

Kunst & Kultur
Theater, Musik, Kinos,
Kunsth Handwerk, 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!

Den Moment jederzeit vor Augen



Jetzt!-Plakat (70 x 100 cm)

Der komplette Inhalt des Bestsellers »Jetzt! Die Kraft der Gegenwart« auf einem Plakat.

Schlicht: ISBN 978-3-89901-572-5
Farbig: ISBN 978-3-89901-645-2

€ 14,95



Tolle Notizbuch

Kultautor Eckhart Tolle in Pop-Art: immer im Jetzt mit dem neuen Notizbuch.

ISBN 978-3-89901-578-2

€ 9,95

Erhältlich in Ihrer Buchhandlung
oder einfach direkt beim Verlag.

weltinnenraum.de

J.Kamphausen | Mediengruppe



Liebe LeserInnen,

welchen Einfluss unsere Medien wirklich auf das Gehirn von Kindern haben, das hätte ich nicht gedacht. Lesen Sie bitte unbedingt den Artikel auf Seite 9, den uns freund-

licherweise der Arbor Verlag zur Verfügung gestellt hat. Er war in der Zeitschrift „Mit Kindern wachsen“ zu lesen. Wer jetzt noch seine Kinder vor dem Fernseher „parkt“, verstößt meines Erachtens gegen die Menschenrechte. Vielleicht können wir ja eine andere Beschäftigung mit unseren Kindern realisieren.

In diesem Heft haben wir weitere lesenswerte Beiträge: über einen neuen Umgang mit der Geldwirtschaft, über „Klimakatastrophen“ - die Wechseljahre (nicht nur für Frauen gedacht), die wunderbare Arbeit im Hospiz mit Reiki und vieles mehr...

Immer wieder trifft man Kunden aus dem Laden in der City von Oldenburg. Im Lauf des Gesprächs stellen wir dann gemeinsam fest, dass wir immer noch mit Büchern handeln. Und eigentlich könnte man ja auch bei uns bestellen. Richtig! Sehr gerne, das machen wir: Nur weil wir nicht mehr an der alten Stelle zu finden sind, sind wir doch nicht aus der Welt. Die Telefonnummer (0441.17543) wurde behalten, der Bestellservice ebenso, abholen klappt sogar vor der Haustüre (Lindenstraße 35) – am besten nach 14 Uhr, da sind die Berufsschüler wieder weg und Parkplätze vor dem Haus frei. Und der Bring-Service wird auch sehr gerne angenommen.

Unterstützen Sie einen regionalen kleinen Buchhändler. Der wünscht Ihnen jetzt einen schönen Frühling.

Karl-Heinz Plessenborg

inhalt *Frühjahr 2012*

<p>3 Liebe LeserInnen</p> <hr/> <p>4 Inhaltsverzeichnis</p> <p style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 2px; text-align: center;">astrologie</p> <p>5 Zeitqualität Januar bis März'12</p> <p style="background-color: #70AD47; color: white; padding: 2px; text-align: center;">gesundheit</p> <p>7 Von Klimakatastrophen zu Kraft und Lebenslust</p> <hr/> <p>24 „Klangwelten erleben“ erweitert sich...</p> <hr/> <p>26 Gesunden Sie schon oder diäten Sie noch?</p> <p style="background-color: #8E7CC3; color: white; padding: 2px; text-align: center;">bewusstes leben</p> <p>9 Formatierung der inneren Festplatte Bildschirmmedien verändern das Gehirn unserer Kinder</p> <hr/> <p>17 Häusl. Übungspraxis Einige Anmerkungen</p> <hr/> <p>36 Der Weckruf der Seele „Innere Arbeit“ nach OM C. Parkin</p>	<p style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 2px; text-align: center;">nachhaltigkeit & ethik</p> <p>13 Höchste Zeit für Neues Geld</p> <p style="background-color: #FFC000; color: white; padding: 2px; text-align: center;">spiritualität</p> <p>15 7. Internationaler Engelkongress</p> <hr/> <p>29 20 Jahre Hospiz St. Peter in Oldenburg</p> <p style="background-color: #E85C33; color: white; padding: 2px; text-align: center;">veranstaltungen</p> <p>20 Seminarkalender Buntes und Vermischtes</p> <hr/> <p>34 Seminare & Workshops Kurzankündigungen</p> <p style="background-color: #003366; color: white; padding: 2px; text-align: center;">aktuell</p> <p>28 Buchhandlung Plaggenborg Wir informieren</p> <p style="background-color: #C0504D; color: white; padding: 2px; text-align: center;">für die sinne ...</p> <p>55 Sehwelten</p> <hr/> <p>56 Hörwelten</p> <hr/> <p>57 Wortwelten</p> <hr/> <p>61 Kartentipp</p>	<p style="background-color: #A9A9A9; color: white; padding: 2px; text-align: center;">formales</p> <p>37 Verteilerliste</p> <hr/> <p>54 Impressum</p> <hr/> <p>62 Kleinanzeigenauftrag</p> <p style="background-color: #800000; color: white; padding: 2px; text-align: center;">anbieter</p> <p>39 Wer macht was im Internet? Interessante Webadressen</p> <hr/> <p>41 Marktplatz Anbieter stellen sich vor</p> <hr/> <p>63 Wer macht was? Anbieter in Kürze</p> <p style="background-color: #008000; color: white; padding: 2px; text-align: center;">kleinanzeigen</p> <p>64 regelmäßige Termine</p> <p>64 Termine</p> <p>65 Vorträge</p> <p>65 Seminare & Workshops</p> <p>66 Ausbildung</p> <p>66 Reisen</p> <p>66 An- & Verkauf</p> <p>67 Wohnen & Räume</p> <p>67 Dies und Das</p> <p>67 Kontakt</p> <p>67 Wilhelm 13</p>
--	---	---



Echt Oldenburg!



www.stadtbaeckerei-schroeder.de

Die Zeitqualität von April bis Juni 2012

Von April bis Juni wechseln Mars in der Jungfrau und Venus in den Zwillingen nicht ihre Zeichen, was über einen so langen Zeitraum eher selten passiert.

Deswegen geht es nun verstärkt darum, Themen im Miteinander etwas genauer abzuarbeiten, sorgfältig zu erkennen, was funktioniert und was nicht, Kontakte zu knüpfen, sich neu zu sortieren. Hier wird nicht alles klappen, es gibt Differenzen, besonders zwischen schlaunen Ideen und ihrer praktischen Umsetzung. Ende Mai bis Ende Juni hat diese Konstellation ihren Höhepunkt erreicht. Umbrüche stehen an.

Vorwärtkommen mit Prüfsteinen

Zunächst befinden sich Mars und Venus im 90-Grad-Winkel zueinander, Konflikte können aufkeimen, die aber unter Einfluss Neptuns eher verschleiert als konkret angegangen werden. Gleichzeitig kommen Merkur und Mars, die für praktisches Handeln stehen, erst ab Mitte April wieder richtig in Gang. Da ebenfalls Mitte April Saturn zum Innehalten, Korrigieren und Prüfen auffordert, können konkrete Vorhaben besser in den Tagen und Wochen nach dem Neumond am 21.4. auf den Weg gebracht werden.

Gutes Gelingen

Recht förderliche Konstellationen bestehen in der Zeit vom 25.4. bis zum 22.5. Merkur gewinnt wieder an Schwung, was gute Geschäfte, hilfreiche Kontakte und konkrete Entwicklung begünstigt. Einige Vorhaben können jetzt erfolgreich in die Tat umgesetzt werden; geeignet ist diese Zeit auch für Verträge und langfristige Projekte.

Der sogenannte Venustransit

Am 6.6. befindet sich Venus genau vor der Sonne, was an bestimmten Orten der Erde mit einer Sonnenfinsternisbrille beobachtet werden kann, leider nicht in Deutschland. Dieser sogenannte Venustransit findet nur ungefähr alle 125 Jahre



statt, und dann gleich zweimal, nämlich nach acht Jahren wieder. Ein Blick in die Geschichte zeigt große Veränderungen immer in diesen acht Jahren: Galileo veröffentlicht seine Erkenntnisse in populärer Sprache, Descartes begründet den Rationalismus. Die Dampfmaschine wird patentiert und die Industrialisierung beginnt, Jean Jacques Rousseau veröffentlicht seinen „Gesellschaftsvertrag“ - der die Gründung der USA, die Französische Revolution und die gesamte westliche Demokratie beeinflusst. Die erste Sozialversicherung durch Bismarck wird eingeführt, das Telefon wird erfunden, der Ottomotor patentiert, der erste Phonograph konstruiert und die erste brauchbare Glühlampe produziert. Wir können also gespannt sein, welche nachhaltigen gesellschaftlichen Veränderungen uns diese Epoche bringen wird, die auch noch durch weitere Konstellationen bestätigt werden.

Überreizung

Im Juni lassen sich gewisse Erfolge nicht mehr steigern, im Gegenteil, es kommt eher zu einer Art Detailflut, in der es nicht gerade leicht wird, alles zu koordinieren. Manch einer kann hier

gereizt reagieren oder in der Hektik Fehler machen. Konflikte können entstehen. Alles mit Übereifer abzuarbeiten, liegt zwar nahe, aber hilft nicht immer. Sich hier und da mal frei zu nehmen und auf das Eigene zu besinnen, ist schon besser. Rechthaberische Diskussionen zeigen sich zermürend und wenig effektiv. Recht hat in Wirklichkeit nur, was auch stimmt.

Sommeranfang

Bei Sommeranfang am 21.6. ist das Element Wasser im Horoskop betont, aber zum Siebenschläfer am 27. Juni bestehen überwiegend aufhellende Konstellationen, die Licht und Luft im Sommer eine Chance geben. Neue geschäftliche Ideen, geschicktes Umdenken an der einen oder anderen Stelle und eine gewisse Schläue bringen darüber hinaus im weltlichen Leben Erfolg.

Uranus, Pluto und die Revolution

Etwas kritisch zu werten ist der 90-Grad-Winkel von Pluto und Uranus, der am 24. Juni exakt wird. Da es sich um langsam laufende Planeten handelt, ist dieser Winkel jedoch bereits wirksam von 2011 bis 2016. Denn der steht erfahrungsgemäß für Überraschungen; alte Vorstellungsbilder, Rituale und Verhaltensmuster erweisen sich vielleicht als Flop, und stattdessen kann es zu ei-

nem revolutionären Bewusstseinswandel kommen. Auf der Bühne der Welt geht dies oft einher mit einer plötzlichen Wandlung von Leitbildern und Idealen, wobei auch neue, etwas abgehobene entstehen können, wie historisch in der Zeit der Hippiebewegung und der Kulturrevolution.

Venus und Mars („Frauen und Männer“)

Die ganze Zeit über stehen Venus und Mars mehr oder weniger im 90-Grad-Winkel zueinander. Das geht oft mit erhöhten Problemen im Zusammenwirken einher: weibliche und männliche, kooperierende und durchsetzende Anteile ergänzen sich nicht, sondern können sich in die Quere kommen. Das gilt verstärkt in den Tagen um den 8. April und den 5. Juni. In den nervösen Zeichen Zwillinge und Jungfrau, die beide von Merkur beherrscht werden, dürfte es für alle Beteiligten viel zu erledigen, viel zu besprechen, zu klären und zu sortieren geben – was weitere zu klärende Details hervorbringen kann. Da können die Nerven schon mal blank liegen, besonders im Juni. Gut an der Konstellation ist, dass es beiden Parteien um ähnliche Themen geht, der Alltag will bewältigt werden, einige Arbeit steht auch an, Verhandlungen sind zu führen, Einkäufe zu tätigen und schließlich sollten auch die eigenen Interessen

noch wahrgenommen werden. Wer dabei nicht zu sehr auf harmonische Verschmelzung zielt, sondern Aufgabenbereiche teilt, wird es leichter haben. Missverständnisse kann es dennoch geben. Für weibliche, strategisch kooperierende Personen wird es mit Venus in den Zwillingen passend sein, viele Kontakte zu pflegen, mit Freundinnen zu sprechen, sich Anregungen zu holen, dazu zu lernen, Verschönern des in Bewegung zu setzen, Aufträge zu generieren. Männlich handelnde Personen können hingegen mit Mars in der Jungfrau ganze und gute Arbeit leisten, verstärkt ungefähr Ende April bis Ende Mai, auch wenn diese vielleicht nicht völlig den wechselnden Ideen von Venus in den Zwillingen entspricht.

Christine Keidel-Joura ist als Astrologin bekannt durch zahlreiche Veröffentlichungen. Sie gibt seit 1985 Beratungen und leitet eine Astrologie-Schule in Bremen. 2005 ist ihr Buch „Der Siebener-Rhythmus im Horoskop“ im Chiron Verlag erschienen, das 2007 neu aufgelegt wurde. Ihr beliebtes I Ging-Buch wird seit März 2005 vom Hans-Nietsch-Verlag verlegt. Adresse: Christine Keidel-Joura, Delmestraße 74, 28199 Bremen, Tel. 0421-72929, info@keidel-joura.de

Von „Klimakatastrophen“ zu Kraft und Lebenslust

Wie Beschwerden in den Wechseljahren gemeistert werden

Wechseljahre sind nichts, was man in ein paar Lehrbuchseiten abhandeln kann, denn jede Frau und jeder Mann erlebt sie anders. „Was soll ich haben? Wechseljahre? Ich doch nicht!“ intonieren silbernelierte Herren regelmäßig. Und sehr häufig haben sie Recht.

Mancher „new-age“ Mediziner, der gerne dieses und jenes Präparat an den Mann bringen würde, hört das nicht so gerne, aber es ist Fakt: Das starke Geschlecht hat insgesamt wesentlich seltener und weniger Wechseljahresbeschwerden. Beruflich hat der Mann alles erreicht, die Kinder sind „aus dem Größten raus“, und das Image steht – genauso wie das „Beste Stück“. Letzteres entzieht sich allerdings statistisch gesehen oft der direkten Betrachtung, weil sich ein „sehr ordentlicher“, unerklärlicher Bauch darüber wölbt.

Wechseljahre ein Thema beim Mann? – Häufig Fehlanzeige! Im Gegensatz zur männlichen Menopause, die sich in der Regel langsam und ohne ein wesentliches Vorher-Nachher-Gefühl vollzieht, stellt sich allerdings mehr als die Hälfte aller Frauen die Frage: Was ist bloß mit mir los? Gemüt und Körper liefern teilweise in drastischen Abfolgen Phänomene, die sich wie innere Klima-

katastrophen anfühlen. Heißer Wüstenwind steigt aus einer unteren Körperregion nach oben und führt zu einem tropischen Regen aus Schweißbächen, um dann in einem nasskalten Novembermorgen mit Frostschauern zu enden, bevor es erneut von vorne beginnt. Was macht den Unterschied? Frauen gewinnen in den Wechseljahren an Energie, weil sie sich die Kräfte zehrende Vorbereitung für die Empfängnis samt den anstrengenden „Aufräumarbeiten“ der Regelblutung plötzlich sparen können. Dieser Zugewinn an Energie hat aber mehrere Konsequenzen: Bei Frauen, die „im Fluss“ sind und sich entfalten können, wird aus naturheilkundlicher und traditionell chinesisch medizinischer Sicht dieser Zugewinn an Energie in erfreuliche Bahnen ge-

leitet. Diese Frauen im besten Alter sprühen vor Lebenslust. Nebenwirkungen haben in diesem Fall lediglich die Herren der Schöpfung zu befürchten, die sich derzeit gerade so schön entspannen. Die Unternehmungsfreude und Tatkraft der Frau bringt Unruhe, und die von der Bürde einer möglichen Schwangerschaft befreite Sinnlichkeit der Frau stellt bisweilen Forderungen, von denen der junge Mann früher träumte...

Bei Frauen, deren Entfaltungsmöglichkeiten behindert, gehemmt oder blockiert sind, wird der Zuwachs an Energie zu erheblichen körperlichen und / oder seelischen Beschwerden führen oder dazu führen, dass bestehende Beschwerden, sich deutlich verschlimmern. Der Energiezuwachs verstärkt Phänomene von Druck, Einschnü-



ENTWICKLUNGSWEGE



Gesund leben in Harmonie mit der Natur



- Reconnective Healing®
- The Reconnection®
- Lebensberatung
- Aura Soma®
- EM – Effektive Mikroorganismen®

Mechthild Maria Hesse-Herr
 Reconnection® Practitioner
 Reconnective Healing® Practitioner
 Lebensberaterin

www.entwicklungswege.com
 Peterstraße 7
 26160 Bad Zwischenahn
 Telefon 0 44 03 · 8 10 73 72

Neue Öffnungszeiten: Mo–Sa 10–14 Uhr; nachmittags nach Vereinbarung
 Behandlung • Beratung • Vorträge • Kurse • Lichtarbeit • Verkauf

Autorin: Christina Arrieta

rung, Unruhe und Spannung auf körperlicher und seelischer Ebene. Und natürlich sind bei all diesen Phänomenen die Hormone beteiligt, die in ein Ungleichgewicht geraten sind.

Das chinesische Hasenohr CHAI HU, das beispielsweise in nahezu jeder chinesischen Tee-Rezeptur für Wechseljahresbeschwerden enthalten ist, wirkt hervorragend gegen Hitze-wallungen, Schweißausbrüche und das Frösteln. Zudem beruhigt und entspannt es Frauen sehr. Auch Lebensmittel, die das Stress auslösende Insulin in Bodennähe halten, wirken sehr entspannend und belebend. Zudem ist viel zu wenig bekannt, dass durch Sojaprodukte in der Ernährung ein natürliches Östrogen, das Genistein die Folgen des Östrogenmangels wie trockene Haut und Schleimhäute sowie brüchige Haare und Fingernägel bessern wird. Die Pflanzenöstrogene aus heimischem Rotklee und der indianischen Traubensilberkerze werden schon jahrelang in der naturheilkundlichen Frauenheilkunde eingesetzt und haben sich dabei in den Wechseljahren sehr bewährt.

Patientenvortrag: „Lustvolle Zeiten: Wechseljahre meistern - Beschwerden in Energie verwandeln. Aktuelle naturheilkundliche Erkenntnisse, hilfreiche Maßnahmen“, Mittwoch 13. Juni 2012 um 18 Uhr , Praxis Gartenstraße 4, 26122 Oldenburg, Referent Ralph Reck. Um Anmeldung wird gebeten unter der Telefonnummer 0441. 25 8 44. Kostenbeitrag 8,- €.

“Alegria de Vivir”

2. Biodanza Summer Celebration 15. bis 17. Juni in Oberlethe

Mit großer Vorfreude verkünden wir die 2. Biodanza Summer Celebration in Oberlethe. Es ist für Menschen, die es lieben zu tanzen und das Beste, was Du erwarten kannst. Jeder ist willkommen!

Nach dem lebendigen und inspirierenden Auftakt 2011 soll Oberlethe wieder mit Liebe, Musik und Tanz gerockt werden. So viele Teilnehmer haben gestrahlt, waren erfüllt und genährt. Begegnungen mit Leichtigkeit und Leidenschaft lassen die Summer Celebration ganz besonders werden. Christina Arrieta und Facilitatoren aus dem Netzwerk der Biodanza Schulen Hamburg und Bremen präsentieren sich und öffnen diesen wundervollen Raum. Biodanza ist die Kultur der Freude und wir erwecken diese „Alegria de Vivir“ mit Musik und Tanz. Alle Sessions sind so gestaltet, dass Anfänger und Fortgeschrittene zusammen tanzen können. 200 wundervolle Tänzerinnen und Tänzer werden erwartet. Kinderbetreuung wird angeboten.

„Alegria de Vivir“ Biodanza Summer Celebration im Hof Oberlethe, Wardenburger Str. 24, 26203 Wardenburg, 15.-17.6.2012, www.biodanza-festival.de



**UMZUG
GELUNGEN!
JETZT BEIM
WASSERTURM**

Burkhard Wittje
Ganzheitliche Zahnheilkunde

Kranbergstraße 18 · 26123 Oldenburg
VWG-L-309 u. 314
04 41 / 1 38 59 · www.zahnarzt-wittje.de



Formatierung der inneren Festplatte

Die regelmäßige Nutzung von Bildschirmmedien verändert das Gehirn unserer Kinder

Viele Kinder und Jugendliche haben ihr eigenes Fernsehgerät und ihren eigenen Internetzugang. In den USA verbringen bereits Zweijährige täglich zwei Stunden vor dem Fernseher. Mahner vor übermäßigem Fernsehkonsum werden gern als altmodische Kulturpessimisten abgetan, dabei wird jetzt erst deutlich, was für Auswirkungen der Konsum wirklich hat.

Das Sitzen vor dem Fernseher stellt mittlerweile die häufigste Ursache für Übergewicht dar sowie für Krankheiten, die eigentlich erst im Alter auftreten, wie Typ II Diabetes, der so genannte Altersdiabetes.

Hinzu kommt, wie in einigen Studien bereits nachgewiesen wurde, dass regelmäßiger Fernsehkonsum die Leseleistung verringert, die Schulleistungen insgesamt schwächt, zu Aufmerksamkeitsstörungen und gesundheitlichen Folgeschäden führen kann. Wer bereits im Kindergartenalter regelmäßig fernsieht, wird schlechtere Leseleistungen in der Schule aufweisen. Der Effekt ist dosisabhängig, d.h., je mehr geschaut wird, desto deutlicher sind die negativen Auswirkungen.

Nicht zu unterschätzen ist auch der emotionale Stress, der in einer interessanten Untersuchung von Myrtek und Scharff nachgewiesen wurde. Dabei wurde nicht nur die Tagesgestaltung von Kindern und Jugendlichen und deren Fernsehkonsum protokolliert, sondern auch mittels eines Kleincomputers die körperliche Befindlichkeit. Die Kinder und Jugendlichen sollten alle 15 Minuten angeben, ob sie sich gestresst fühlten, während die Pulsfrequenz gemessen wurde. Es ergab sich bei der späteren Auswertung ein krasser Gegensatz zwischen dem Empfinden der Kinder und den gemessenen Daten. So gaben sie an, sich in der Schule gestresst und vor dem Fernseher entspannt zu fühlen, während die Pulsfrequenz ein deutlich anderes Bild zeigte: Die Aufmerksamkeit in der Schule glich



einem Dämmerzustand, während der Puls vor dem Fernseher stark erhöht war. Die emotionale Belastung und der Stress wurden von den Kindern und Jugendlichen nicht bemerkt. Es gab hierbei starke Unterschiede zwischen „Vielsehern“ und „Wenigsehern“. Auch sind jüngere Kinder deutlich stärker gestresst, bei „Vielsehern“ ist der Stress zunehmend geringer. Das heißt, es findet tatsächlich eine emotionale Abstumpfung statt, die Befürworter des Fernsehkonsums so gerne leugnen.

Bildschirmkonsum und Gehirnentwicklung

Das eigentlich Gefährliche am Bildschirmkonsum sind die Auswirkungen auf die Gehirnentwicklung. Unser Gehirn ist keine fertige Maschine, die sich nur noch vergrößern muss, sondern ein elastisches Gebilde, das sich durch die

Art der Nutzung formt. Man spricht hier von neuronaler Plastizität.

Erst in den letzten zehn Jahren ist es gelungen nachzuweisen, wie stark die Strukturierung des Gehirns davon abhängt, wie und wofür ein Kind sein Gehirn benutzt. Wenn wir auf die Welt kommen, sind im Gehirn nur die überlebenswichtigen Verschaltungen und Netzwerke vorhanden, während in der Großhirnrinde ein riesiges Überangebot an Nervenzellverbindungen und Kontakten entsteht. Was davon nicht genutzt wird, wird wieder abgebaut, was genutzt und häufig aktiviert wird, das verfestigt sich. Anfangs kann ein Kind also praktisch alles lernen. Es sucht intensiv die Auseinandersetzung mit der Welt, und wenn es dabei Erfolgserlebnisse hat, erhält es durch die Ausschüttung von Botenstoffen ein Glückserlebnis, das es weiter antreibt. Das Gehirn strukturiert sich nach und nach und verankert bestimmte „innere Bilder“, innere Repräsentanzen bestimmter Bewegungs-, Geruchs-, Seh-, Tast- und Hörerlebnisse. Es erschließt sich die Welt und kommt ins Gleichgewicht.

Verwirrung im System?

Der Mediziner und Psychologe Manfred Spitzer warnt deshalb ausdrücklich vor Fernsehkonsum im Vorschulalter. Was hierbei erlebt wird, hat nichts mit den vielfältigen sensomo-

torischen Reizen zu tun, die das Kleinkind dringend für seine Entwicklung braucht, sondern ist hinderlich und führt zu Verwirrung im System. Ein kleines Kind muss sozusagen erst die „Festplatte formatieren“, um sie dann mit Inhalt füllen zu können. Die Gegenstände im Fernsehen sind flach, riechen nicht, können nicht angefasst werden und bewegen sich nicht im Raum. Wir als Erwachsene haben die Erfahrungen mit den Objekten und ihren Eigenschaften schon gemacht, daher schadet es uns in dieser Hinsicht nicht mehr, während von den Sinnen abgekoppelte Erfahrungen im frühkindlichen Bereich keine Strukturierungsmöglichkeiten für das Gehirn bieten. Wer keine inneren Strukturen ausgebildet hat, der kann auch die äußere Welt schwerer strukturieren. Wer also zu früh mit Bildschirmmedien konfrontiert ist, wird später Konzentrationsprobleme haben.

In diesem frühen Stadium sind also auch Kindersendungen schädlich. Dass viele Eltern es rührend finden, wenn ihre Kleinkinder mit den „Teletubbies“ sprechen wollen, ist fatal. Hier wird für ein Kind vielmehr das Muster etabliert, dass es keine Antwort erhält, wenn es Kontakt sucht.

Spitzer warnt davor, Kinder vor den Fernseher zu setzen, damit sie still sind. **„Man sollte ihnen keine Passivität antrainieren, sie müssen aktiv sein. Inak-**

tivität ist geradezu toxisch. Es gibt sehr wenige wirklich gute Kindersendungen mit Lerneffekt, die Sesamstraße gehört beispielsweise dazu. Nimmt man alle relevanten Untersuchungen zusammen, die es zu dem Thema gibt, und beachtet die Gehirnentwicklung nach dem neuesten Stand der Forschung, ist Fernsehen im Kleinkind- und Vorschulalter absolut abzulehnen, in der Grundschule ist es sehr wahrscheinlich schädlich, sogar bis zur 10. Klasse wahrscheinlich“, so Spitzer. Er appelliert an Eltern, Kleinkinder gar nicht erst in die Nähe von Bildschirmen zu bringen, später die geistige Nahrung der Kinder zu kontrollieren und vor allem auf die Menge zu achten.

Auf der Suche nach Sicherheit und Geborgenheit

Alle Verschaltungen laufen letztlich im Frontal- oder Stirnlappen zusammen, der Hirnregion, die bei den Tieren wesentlich geringer ausgebildet ist und die uns Menschen ausmacht. Sie ist verantwortlich für das Planen unserer Handlungen, das Abschätzen von Situationen und das Hineinversetzen in andere. Gerade diese Region wird in besonderer Art und Weise durch die Sozialisation geformt. Dieser Prozess beginnt bereits vor der Geburt und kann ein Leben lang dauern, wenn man immer weiter nach Heraus-

forderungen sucht. Der Neurobiologe Gerald Hüther unterstreicht hierbei die Bedeutung der Sicherheit und Geborgenheit für die Kinder. Je weniger Sicherheit vorhanden ist, desto bereitwilliger greifen Kinder und Jugendliche auf einfache Möglichkeiten der Angstbewältigung zurück. Wer stundenlang vor dem Fernseher sitzt und mit emotional erregenden Handlungsfetzen konfrontiert wird, lernt, dass das Geschehen abläuft, ohne dass man Einfluss hat oder es auf das eigene Denken und Fühlen ankäme. Solche Kinder, so Hüther, können schwer das Gefühl eigener Handlungskompetenzen entwickeln und werden zu Konsumenten, die immer nur etwas von anderen haben wollen. Sie haben nicht gelernt, dass sie selbst etwas zu geben haben und sich einbringen können.

Wer beim Computerspielen ein extrem befriedigendes Gefühl verspürt, wird es wieder tun

Auch die verwöhnten Kinder, so Hüther, sind gefährdet für Mediensucht. Sie werden von einem Event zum nächsten geschleppt und dürfen niemals traurig sein oder sich langweilen, weil sie der Garant für das Glück der Kleinfamilie sind. Sie müssen die Egos der Eltern bestätigen, erfolgreich und glücklich sein und bekommen ein Rundumprogramm, das sie erstickt. Sie haben keine Frustrationstoleranz und können nicht an Herausforderungen wachsen, die sie eigentlich brauchen. Sie drängen sich ständig in den Vordergrund und kreisen um sich selbst. Diese narzisstischen Persönlichkeiten sind anfällig für die verheißungsvollen Welten der Computerspiele, in denen jedes Versagen wideruffbar ist und man Heldentaten ohne Grenzen vollbringen kann.

Wer bei Computerspielen ein extrem befriedigendes Gefühl verspürt, wird es wieder tun, um den Kick zu erhalten, der entsteht, wenn das emotionale Zentrum für Erfolg und Zufriedenheit optimal in Erregung versetzt wird. An den Nervenenden des Belohnungszentrums wird bei Aktivierung Dopamin ausgeschüttet, das

rauschartige Glückszustände verursacht und ein neuroplastischer Botenstoff ist. Dieser sorgt dafür, dass Verbindungen besonders gut gebahnt werden, Hüther nennt sie die „**Autobahnen im Gehirn**“. Diese Verhaltensweisen dienen letztlich dazu, die uns innewohnende Angst und Unruhe zu bewältigen. Hierzu hat jeder seine eigenen Strategien gefunden: das Anschaffen von Statussymbolen, berufliches Vorwärtkommen, Joggen, Essen, Fernsehen. Wer diese Tätigkeiten dank der sich einstellenden Befriedigung so oft wiederholt, dass die Autobahn im Gehirn groß und breit geworden ist, kann sie nur schwer wieder verlassen.

Ausleben, was sie an sich unterdrückt haben, weil es nicht erwünscht war

Hüther rät den Erwachsenen, selbst in den Spiegel zu schauen, um sich zu fragen, welche Problemlösungsstrategien und Ersatzbefriedigungen sie selbst nutzen und welche sie den Kindern beigebracht haben. Kinder, die stundenlang vor dem Computer hocken, tun es nicht, so Hüther, weil mit ihnen etwas nicht stimmt, sondern aus einem Defizit heraus, einem starken Bedürfnis. Was diese Medien den Kindern bieten, sind klare und verlässliche Strukturen und Regeln, mit denen man an ein Ziel kommt, sind Entscheidungen, die man selbst treffen kann, aufregende Entdeckungen, Bedrohungen, die es zu überwinden gilt, Ziele, die man erreichen kann, Kenntnisse und Fähigkeiten, die man erwerben kann, Vorbilder, denen man nacheifern darf, Leistungen, auf die man stolz sein kann, und eine Gemeinschaft, mit der man im ständigen Austausch ist. Offenbar finden die Jugendlichen all das in ihrer realen Lebenswelt wenig bis gar nicht.

In den Scheinwelten des Cyperspace werden die Jugendlichen nicht abgelehnt und können alles, was sie an sich unterdrückt haben, weil es aus Gründen der Anpassung nicht erwünscht war, ausleben. Sie sind wild und gefährlich, lembereit, äußerst ausdauernd und sehr kompetent, sie kämpfen sich von Level zu Level und

zeigen ein Selbst, das nirgendwo sonst, weder im Elternhaus noch in der Schule, zum Ausdruck kommt. Der Feind, so Hüther, sind nicht die bösen Spiele, sondern das Leben, das wir unseren Kindern anbieten oder gar aufzwingen. Er spricht von mangelnder Lebendigkeit, von den auf ständiges Funktionieren ausgerichteten „Friedhöfen“, auf denen sich unser Leben abspielt. Es war für Kinder noch nie so leicht wie heute, sich von der realen Welt abzuwenden und in die virtuelle zu flüchten. Die Erleichterung und Befreiung, die sie dort erfahren, werden sie so schnell nicht aufgeben.

Das macht glücklich - tief im Herzen

Was sie stark macht, so Hüther, ist etwas, das wir oft nicht hören wollen: Probleme und Herausforderungen, denen sie sich stellen müssen, Fehler, die sie machen dürfen und an denen sie reifen können, und vor allem eine liebevolle Unterstützung, die sie aber frei genug lässt, um selbst wachsen zu können. *„Wer also Kinder stark machen will, der muss ihnen schwierige Aufgaben übertragen, ihnen Mut machen und ihnen Vertrauen schenken. Richtig glücklich wird, wer geben kann und verschenken darf. Glück, das tief innen ankommt, ist geteiltes Glück.“* Hüther beschreibt das kleine Kind, das es geschafft hat, sich aufzurichten, und den Erwachsenen ansieht. *„Es hofft darauf, dass Sie es sehen und dass Sie ihm Ihre Aufmerksamkeit und Ihre Begeisterung schenken. Das macht glücklich. Und zwar nicht oben, auf der Oberfläche eines gestillten Bedürfnisses, sondern tief innen, im Herzen. Und genau dieses Gefühl ist es, das Kinder immer wieder und Erwachsene auch gelegentlich brauchen, um stark zu werden.“*

Quellen: Wolfgang Bergmann/Gerald Hüther: Computersüchtig. Kinder im Sog der modernen Medien, erschienen im Beltz Verlag. Manfred Spitzer: Vorsicht Bildschirm. Elektronische Medien, Gehirnentwicklung und Gesellschaft, erschienen bei dtv.

Die Autorin: Marie Martin, Autorin und Theaterpädagogin, schreibt seit einigen Jahren für die Zeitschrift Mit Kindern Wachsen. Ihr Interesse gilt unter anderem großen PädagogInnen, neuen Bildungswegen und der Kreativitätsförderung.

Wir bedanken uns beim Arbor-Verlag für die Möglichkeit der Zweitveröffentlichung dieses Artikels! Erschienen in der Zeitschrift „Mit Kindern wachsen“, Ausgabe: Heft April 2010.



seit 1987
Salute e Bellezza
 Groß- und Einzelhandel



Schamanischer & Alchimistischer Bedarf

- + Atherische Öle
- + Räucherwerk
- + Heil- & Edelsteine
- + Edelsteinschmuck
- + Kunsthandwerk / Statuen
- + tanztherapeut. Musikcd's
- + tantrischer Bedarf
- + schaman. Musikinstrumente
- + Fachliteratur
- + geomantischer Bedarf
- + Feng Shui

Salute e Bellezza

Freitags 15 -19 Uhr,
 Samstags 11-14 Uhr

Edewechter Landstr. 18
 26131 Oldenburg
 Fon/Fax 0441-59 23 28
 www.salute-isis.de
 mail: salute@ewetel.net

Höchste Zeit für neues Geld – Wie aus der Krise eine Chance wird

Geld regiert die Welt! Das ist heute offensichtlich. Doch wer regiert das Geld? Darüber sind sich selbst die Fachleute selten einig. Die weltweite Wirtschaftskrise belegt, dass diese Frage für die meisten Menschen zur Überlebensfrage geworden ist.

Sie ist nicht die erste Banken- und Währungskrise, die wir in den letzten Jahrzehnten erlebten. Die Datenbank des Internationalen Währungsfonds (IMF) weist zwischen 1970 und 2007 „124 Banken- krisen, 326 Währungskrisen und 64 Staatsverschuldungs- krisen auf nationaler Ebene“ auf. Nur dieses Mal trifft uns die Krise global statt nur national, und ist damit von völlig anderer Wucht und Dauer. Überlassen wir es an diesem Punkt weiterhin den Spekulanten an den Börsen, den großen Investmentbanken und Versicherungen oder dem so genannten „freien Markt“ zu bestimmen, was unsere Währung wert ist? Oder sind wir in der Lage, selbst zu bestimmen, mit welcher „Münze“ wir wen bezahlen?

Vor genau dreißig Jahren lernte ich einen kleinen aber bedeutsamen Konstruktionsfehler in unserem Geldsystem kennen, der mich bis heute beschäftigt: den Zins. Innerhalb von zwanzig Minuten

verstand ich, dass ich als Architektin und Ökologin in diesem Geldsystem keine Chance hatte, ökologische Projekte im notwendigen Umfang finanziert zu bekommen und das obwohl es eine Lösung für dieses Dilemma gab. Ich brauchte sechs Monate, bis ich sicher war, dass dies stimmte. Und es dauerte fünf Jahre, bis ich dazu ein kleines Buch schrieb, das bis heute in dreißig Sprachen übersetzt wurde. Nachdem ich drei Jahrzehnte lang Vorträge gehalten und Bücher und Artikel darüber geschrieben hatte, durfte ich im Jahr 2008 – nach der Pleite von Lehman Brothers und dem Anfang der weltweiten Finanzkrise – erleben, dass die Menschen plötzlich betroffen zuhörten. Ich gab zahllose Interviews, und es schien, als würde sich etwas in den Köpfen der Menschen bewegen. Mehr und mehr Ökonomen fingen an, den Neoliberalismus mit dem Credo „der Markt wird alles richten“ scharf zu kritisieren. Dennoch sprach kaum jemand über diesen Konstruktionsfehler im Geldsystem. Parallel dazu wuchs die Menge der nicht rückzahlbaren Schulden und Finanzprodukte, die keiner mehr durchschaute. Statt Milliarden hatten wir es bald mit Billionen und Trillionen an Euros



oder Dollars zu tun. Größter Posten laut aktueller Statistik sind die Derivate mit ca. 601 Billionen, in Zahlen ausgedrückt: 601.000.000.000.000 USD. Wir kauften Zeit, indem wir die großen Banken retteten und den Crash hinauszögerten, denn wirklich fundamental änderte sich nichts. Für uns Steuerzahler eine teure Verschnaufpause vor dem Kollaps, der durch Rettungsschirme, eine teilweise Beteiligung der Banken und einige neue Bestimmungen nicht aufzuhalten ist.

Im Laufe der Jahre verstand ich, wie solide das „Denkgefängnis“ ist, in dem wir uns in Bezug auf das Thema „Geld“ eingerichtet haben und wie recht der erste Ökonom hatte, mit dem ich seinerzeit sprach, als er sagte: „Die Kritik am Sys-

tem stimmt zwar, aber wir verfügen nicht über die Macht, es zu ändern.“ Erst viel später begriff ich, dass ich an den Grundfesten der ökonomischen Wissenschaften rüttelte. Denn der Zins gehört zum Eingangsparadigma, das alle Ökonomen akzeptieren müssen – vom Studienanfänger bis zum anerkannten Experten der Betriebs- oder Volkswirtschaftslehre. Alle ökonomischen Modelle und Berechnungen setzen den Zins als gegeben voraus. Ich konnte das System wohl nur deswegen unbefangen in Frage stellen, weil ich keine Ökonomin war. Ebenso wie viele andere Systemkritiker, die ich später traf, kam ich aus einer anderen Fachrichtung und durfte meinen gesunden Menschenverstand benutzen, um den Fehlern im System auf die Spur zu kommen.

Die Proteste an der Wall Street, die sich inzwischen zu einer weltumspannenden Bewegung entwickelt haben, sind ein erstes und notwendiges Aufbegehren. Fachleute hingegen – und dazu gehören Ökonomen, CEOs großer Banken und Börsenspekulanten – interessieren sich nicht dafür, ob die große Mehrheit versteht, was passiert. Mit Fachausdrücken, Formeln und einer Sprache, die nur ihresgleichen versteht, verklausulieren sie die tatsächlichen Sachverhalte. Ein Grund dafür ist: Solange das Spiel weiter geht, verdienen sie immer daran – selbst noch an dem Chaos, das sie anrichten. Wie es um denjenigen steht, die die Zeche bezahlen, interessiert sie nicht.

Martin Zeis beschreibt in seiner Rede bei der Occupy-Aktion in Stuttgart am 15.10.2011 eindrucksvoll, wie etwa 200.000 „guys“ (es sind vor allem Männer) im Alter zwischen 25 und 40 Jahren mit Hilfe ausgefuchster Trading-Programme versuchen, jeweils als Erste von den geringen Wertschwankungen von Währungen zu profitieren, weil sich der Gewinn daraus letztlich in ihren Boni und denen ihrer Vorgesetzten niederschlagen. Sie bewegen auf diese Weise täglich Währungen in der Größenordnung von 4,5 Billionen US-Dollar – ein volkswirtschaftlich nutzloses Treiben, das bei gezielten Attacken

auf „Opfer-Währungen“ ganze Länder schwer schädigt.

Der Zins mit Zinseszins führt langfristig jedes Geldsystem zum Zusammenbruch und zerstört sich damit auch selbst. Das muss jeder wissen, damit Geld nicht zur Glaubenssache pervertiert. Lloyd Blankfein, CEO von Goldman Sachs, bezeichnete 2009 in einem Interview mit der Sunday Times seine Arbeit und die seines Geldhauses als „Gottes Werk“. Kein Symbol repräsentiert diese Haltung deutlicher als die Banktürme der Weltmetropolen, die Kathedralen der Neuzeit. Banker sind allmächtige Schöpfer – sie schöpfen Geld und verdienen gut daran, was Max Otte als „Sozialismus für Banken und Finanzdienstleister“ bezeichnet: „Eine Wirtschaftsordnung, die Banken weitgehend vom Risiko der Spekulation freistellt und leistungsfreie Einkommen für Banken, Finanzdienstleister und Superreiche schafft.“ Doch unser Geldsystem ist nicht von Gott gegeben. Wir Menschen haben es geschaffen und können es verändern.

Zur Autorin

Dr. Margret Kennedy ist Architektin, Stadt- und Regionalplanerin mit Schwerpunkt öffentliche und internationale Angelegenheiten. Sie arbeitete für verschiedene weltweite Forschungsprojekte der OECD und UNESCO. Seit über 30 Jahren vermittelt sie in Vorträgen und Workshops, wie der ökonomische Analphabetismus überwunden und das Geldsystem so umgewandelt werden kann, dass es dem Wohle aller dient. Im Dezember ist im Verlag J. Kamphausen ihr neues Buch *Occupy Money* erschienen. Darin beschreibt Kennedy, wie wir die Konstruktionsfehler des Geldes mit alternativen Geldentwürfen beheben können und was jeder Einzelne dazu beitragen kann.

Dieser Textauszug aus dem Buch „Occupy Money“ von Margret Kennedy wurde uns freundlicherweise vom Kamphausen Verlag zur Verfügung gestellt.

7. Internationaler Engelkongress

2./3. Juni 2012 in Hamburg

Über Jahrhunderte hinweg schienen Engel hauptsächlich eine Sache für Maler, Dichter und Theologen zu sein. Engel sehen, mit ihnen umgehen, gar, von ihnen Botschaften empfangen – das schien das Privileg von Propheten und Poeten. Manchem jagten sie eher Schauer ein, als dass sie ihnen Trost spendeten. „Wer, wenn ich schrie, hörte mich denn aus der Engel Ordnungen?“

Und gesetzt selbst, es nähme einer mich plötzlich ans Herz: ich verginge von seinem stärkeren Dasein“, schrieb Rainer Maria Rilke in einem der Gedichte seiner „Duineser Elegien“. Zweifel, ja, Verzweiflung spricht aus diesen Worten. Engel sind



Jana Haas

stark, Engel sind mächtig, wir Menschen sind klein und nichtig, so lässt sich die Botschaft des Dichters lesen.

Heute klingt sie anders. Seit einiger Zeit mehrten sich die Stimmen jener – und es sind ganz gewöhnliche Menschen ohne theologische Vorbildung, ohne kunstgeschichtlichen Background oder literarisches Sendungsbewusstsein –, die sagen: Ich habe Engel gesehen, sie sind mir allezeit gegenwärtig. Sie kommen, wenn ich sie rufe, und



Doreen Virtue

sie helfen mir. Alle, die von sich sagen, einem oder mehreren Engelwesen begegnet zu sein, verweisen auf die Bereitschaft der Engel, die Menschen zu begleiten und zu führen. Einzige Bedingung: Sie wollen gefragt werden, sie müssen gefragt

werden. Engel, so scheint es, funktionieren nach dem Prinzip der Nichteinmischung. Sie respektieren stets etwas, das sich nicht in allen Lebenslagen als die beste Errungenschaft der Schöpfung erwiesen hat: Den freien Willen des Menschen. In Hamburg kommen Anfang Juni 2012 zum siebten Mal in Folge Menschen zum alljährlich stattfindenden „Internationalen Engelkongress“ zusammen. Viele von ihnen hatten eine oder mehrere Erfahrungen mit Engeln. Andere hof-

Alegria Biodanza Festivals And Summer Celebration 2012

15.6. bis 17.6.

2. Biodanza Summer Celebration "Alegria de Vivir" in Oldenburg im Seminarhof Oberlethe

28.4. bis 1.5.

5. Festival bei Frankfurt

6.7. bis 8.7.

2. Festival im Chiemgau

6.9. bis 9.9.

12. Festival im Wendland

all presented by MC Arrieta

biodanza®
alegria
festival

This is for people who love to dance!

biodanza-festival.de

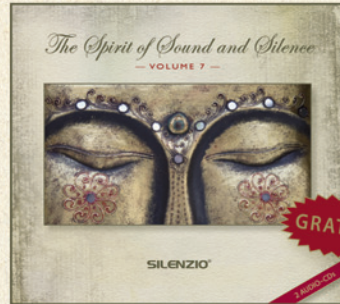


fen auf eine Begegnung mit den Engeln, denn sie haben viel darüber gelesen und spüren darin eine Wahrheit, die sie unmittelbar betrifft. Sie lesen Zeichen am Wegesrand darauf ab, ob sie Botschaften der Engelwelt sind – Federn, Wolken, ein plötzlicher Hauch. Sie üben, ihrer Intuition zu vertrauen, in sich Raum zu schaffen für das Engelwort. Und sie üben, anderen gegenüber mit der Stimme des Herzens zu sprechen, auch wenn das nicht immer bequem ist. Das Thema beschäftigt sie, und es beschäftigt auch uns als Veranstalter. Denn, siehe oben: Engel sind ein Teil unserer Kultur, und es wächst ein Bewusstsein dafür, dass sie uns gerade jetzt, in dieser unübersichtlichen und von Krisen, Unruhen und Naturkatastrophen geschüttelten Welt, viel zu sagen haben.

Wir sind froh und glücklich, auch in dem spirituell so bedeutsamen Jahr 2012 wieder erstklassige Engel-Medien aus mehreren Ländern auf der Bühne in Hamburg präsentieren zu dürfen. Mit Doreen Virtue, Diana Cooper, Jana Haas und Sabrina Fox sind einige der bedeutendsten Botschafterinnen zwischen der Sphäre der Engel und uns Irdischen dabei. Weitere Namen werden hinzukommen. Freuen Sie sich mit uns auf ein intensives Engel-Wochenende im Dienste des einzelnen, der Gemeinschaft und des ganzen Planeten.

7. Internationaler Engelkongress. Kongress, 2./3. Juni 2012, Sa 11-19 Uhr, So 10-17 Uhr. Preise: Kategorie 1 regulär 270,- EUR, Kategorie 2, Frühbucher 210,- EUR (bis 21. April), regulär 240 Euro. Kategorie 3, Frühbucher 190 Euro (bis 21. April), regulär 210,- EUR. Ort: Hamburg, CCH, Sprache: Deutsch und Englisch mit deutscher Übersetzung, Alle Preise zzgl. 1,19 Euro Systemgebühr. Information und Anmeldung: Wrage Seminar Service, Schlüterstraße 4, 20146 Hamburg, Tel. +49(0)40-41 32 97-15 seminarservice@wrage.de, www.engelkongress.de.

GUTSCHEIN



Fordern Sie noch heute unsere Kennenlern-CD **"The Spirit of Sound & Silence Vol. 7"** mit über 2 Stunden Musik auf 2 CDs an. Gegen Zusage von **1,45 €** in Briefmarken (**aus dem Ausland 5 € in bar**) senden wir Ihnen diese CD kostenfrei zu. **Stichwort: "Achtsames Leben"**. Unser Gesamtprogramm mit über 5.000 lieferbaren CDs/DVDs finden Sie im Internet:

www.SILENZIO.de

SILENZIO®

SILENZIO MUSIC AG
 Badstrasse 131 • D-91349 Eglöfstein
 ☎ 09197-6266280 • Fax: 09197-62662888
 info@SILENZIO.de • www.SILENZIO.de



Senden Sie mir kostenlos und unverbindlich Ihre Kennenlern-CD. Briefmarken im Wert von **1,45 €** liegen bei. (Aus dem Ausland bitte 5 € Schein)

Jeden Monat 10 CDs/DVDs zu gewinnen! Ich möchte an der monatlichen Verlosungsaktion teilnehmen und abonniere zusätzlich Ihren Newsletter (**Email-Adresse erforderlich!**)

@ _____

Absender: (bitte gut lesbar!) Frau Herr

Vorname _____

Name _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Achtsames Leben

Einige Anmerkungen zur häuslichen Übungspraxis

Immer wieder tauchen die Fragen auf: Muss ich meditieren oder andere Übungen machen, um weiter zu kommen? Wie „schlimm“ ist es, wenn ich nichts übe? Jetzt übe ich schon so lange und wieso hatte ich immer noch keine Offenbarung? Was soll das alles bringen?

Erst einmal grundsätzlich, Du bist kein wertvollerer oder besserer Mensch im Sinne einer Wertung, wenn Du regelmäßig übst. Es ist Deine freie Entscheidung, was Du mit Deiner Zeit und Deinem Leben machst, denn Leben ist in erster Linie Erfahrung und niemand kann letztendlich sagen, dass eine bestimmte Erfahrung wertvoller ist, und wer kann schon sagen, welche Erfahrung eine Seele in diesem Leben machen möchte. Aus meiner Sicht (Erfahrung) möchte jede Seele das Leben in seiner Vielfalt durch die Inkarnationen hindurch erfahren, also das Leben in seiner Gesamtheit durch eigene Erfahrungen erfassen. So wählen wir uns jeweils die Eltern und das entsprechende Umfeld, um diesem Erfahrungswunsch zu entsprechen.

Wenn Du nun das Bedürfnis nach mehr Bewusstheit, Wachheit, Zufriedenheit, Gelassenheit, Klarheit und Präsenz hast, dann geht es nicht ohne



eine entsprechende Praxis. Eine solche Praxis macht aber nur Sinn, wenn Du sie wirklich freiwillig tust, weil sie Deinem Sehnen nach Klarheit und Bewusstheit entspricht. Das heißt jeden Tag neu die Ausrichtung stärken, „ich will es tun, auch wenn es mir schwer fällt, die Disziplin aufzubringen, auch wenn es mir schwer fällt, nicht in Geschichten, Phantasien, reaktive Emotionen etc. abzudriften. ICH PRAKTIZIERE FREIWILLIG!!!!“

Sobald sich, wie häufig nach einer motivierten Phase, die bewusst oder unbewusst vorgestellten Ergebnisse nicht oder nur unregelmäßig einstellen, lauert die Gefahr, dass sich aus einem „ich will“ ein „ich muss oder ich soll“ entwickelt, begleitet von Gefühlen wie Unwillen, Enttäuschung und schlechtem Gewissen etc. Dann ist es an der Zeit, sich

wieder zu fragen, worum geht es mir, was will ich und was bin ich bereit, dafür zu geben? Auch kann es hilfreich sein, sich eine Pause zu erlauben um dann wieder mit neuer Entschiedenheit zu beginnen. Wenn Du nicht freiwillig praktizierst, nicht freiwillig Bewusstheit üben willst, sondern es machst, weil Du denkst „Ich muss!!“, wird der innere Widerstand Dich auf verschiedene Art und Weise boykottieren. Jede Praxis dient in erster Linie dazu, im JETZT anzukommen, in der bewussten und beobachtenden Wahrnehmung zu sein und aus der permanenten inneren und äußeren Reaktion auszusteigen, wach und bewusst innezuhalten, nach und nach immer mehr in das wahrnehmende Bewusstsein einzutauchen. Das ist bei der stillen Meditation so, beim Atmen nach Jeru Kabal, bei der

Chakrenatmung, bei Wahrnehmungsübungen, beim Yoga, Feldenkrais etc. Du übst also, wach und anwesend zu bleiben und wahrzunehmen, immer wieder dahin zurückzukehren. Und das ist die Hauptausrichtung, denn klare Einsichten, Erfahrungen etc. sind Geschenke, die man nicht planen, heranziehen, erarbeiten kann, die kommen oft, wenn Du es am wenigsten erwartest. Ritualisierte Übungen zu einer bestimmten Zeit sind eine Möglichkeit von Praxis. Eine andere ist der Alltag, d. h. Du übst in Deinem ganz normalen Leben, Dich innerlich wahrzunehmen, gleichzeitig möglichst bewusst voll zu atmen und aus Bewertung und sofortiger Reaktion auszusteigen. Du praktizierst das Innehalten, richtest die Aufmerksamkeit immer wieder nach innen und entspannst Dich in die Wahrnehmung. Du beobachtest, wie Du worauf innerlich reagierst, aber ohne sofort im Außen in Reaktion zu gehen. Du atmest durch und schaust, ob Du statt zu kämpfen, zu verurteilen, anzuklagen etc. bei Dir bleiben kannst, Dich innerlich wahrnehmend, und ohne den anderen abzuwerten; selbst klar sagen kannst, was Dein Anliegen ist, wo Du innerlich stehst, was Deine Grenze ist, Dein Bedürfnis, Dein Empfinden etc.. Das ist ebenfalls eine sehr fruchtbare Praxis, die Dich der Bewusstheit entgegen trägt. Voraussetzung für beide Praxiswege ist die Bereitschaft, Dich davon zu verabschieden, ge-

gen das Leben, wie es erscheint, anzukämpfen; es ist der Abschied davon, darauf zu beharren, dass es anders sein müsste. Das Leben ist vollkommen in seiner Vielfalt, seiner Unterschiedlichkeit, seiner gleichzeitigen Unvollkommenheit, es umfasst alle Erscheinungsformen; wie auch in der Natur sichtbar, ist im Leben alles enthalten. Dort in der Natur kannst Du wahrnehmen, dass alles Wandlung ist, alles stete Veränderung, perfekter Kreislauf. Und ich kann mich Byron Katie nur anschließen, wenn sie sagt, dass alles, was ist, richtig ist, nur richtig sein kann, sonst wäre es nicht. Damit kommen wir zur zweiten Ebene der Übungspraxis, dem Annehmen, dem Mitgefühl zuerst sich selbst und dann auch anderen gegenüber, echtes Mitgefühl für andere braucht echtes Mitgefühl für sich selbst. Das bedeutet, zu üben, Dich Dir selbst freundschaftlich zuzuwenden, Verständnis für Dich aufzubringen und alles, was Du in Dir findest, zu Dir zu nehmen. Das bedeutet, aus dem Kampf mit Dir selbst auszusteigen, aufhören, Dich zu verurteilen, zu beschimpfen, Unrealistisches von Dir zu erwarten, oder von Dir selbst zu fordern, dass Du ein „idealer“ Mensch wirst. Mitgefühl bedeutet, Dich mit Deiner Person zu versöhnen, sehen was Deine Lichtseiten und was Deine Schattenseiten sind und beides liebevoll akzeptieren. Wahrnehmen, dass Du tust, was Du kannst, Dich dafür an-

Das TOR zur STILLE 6-tägiges Retreat auf der Insel Spikeeroog

25.06 - 1.7.2012

Ein Retreat ist ein innerer Rückzug von dem lärmenden Geist (denkender Verstand), der uns täglich antreibt und uns oft zu Zeitsklaven unser Selbst macht.

In diesem Retreat kannst du das wahre Leben, die wahre Liebe in der Stille deines Herzens – in innerem Rückzug deines gedanklichen und emotionalen Geräuschpegels – entdecken, sodass Du eine tief greifende Erinnerung deiner Selbst erfahren kannst. Du lernst, Dir SELBST treu zu bleiben. Stille, Meditationsrituale, Yoga und Strandwanderungen, Weisheitslehre, Dialoge und „in Wahrheit sein“ sind einige Elemente, die dich tiefer zu dir selbst führen.

Diese Retreats sind für Menschen, die einen spirituellen Weg gehen, ebenso wie für Menschen, die sich ent-stressen möchten oder die bereits körperlich erkrankt sind.

Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne einen Prospekt zu. Info-Abende: Termine bitte tel. erfragen!



Retreat 300,- EUR (+UV)

ISAK-Institut, Joachim Satkar Barteit, Karuschenweg 67, 26127 Oldbg., Tel. 0441-68 36 55, satkar@isak-institut.de

erkennen und Dich selbst ermutigen, weiterzugehen. Mitgefühl bedeutet auch, zu sehen, wie schwer dieser Bewusstseinsweg manchmal ist, wie viel Entschiedenheit und Kraft es braucht, immer wieder dorthin zurückzukehren und wie viele Fallen es auf dem Weg gibt. Mitgefühl bedeutet, Dich immer wieder an die Hand zu nehmen. Mitgefühl bedeutet, Dir selbst Liebe zu geben, Hinwendung zu Dir.

Welche Form Du nun auf der praktischen Ebene wählst, bleibt Dir überlassen und wird vielleicht auch immer wieder wechseln. Wichtig ist, dass es Deine eigene Wahl ist. Gleichzeitig ist es hilfreich, sich von den Erwartungen und Vorstellungen, was dabei herauskommen soll, zu verabschieden. Die Früchte sind meist ganz anders als die Vorstellung und fallen irgendwann vom Baum, Du hast nicht in der Hand, wann sie fallen, wie groß sie sind, wie viele es sind und welche Früchte es sind. Aber ich kann Dir versichern, dass es Früchte für Dich gibt, und wenn sie fallen, stellt sich die Frage, ob Du sie wertschätzen kannst oder auf die Früchte anderer schielst.

Du kannst nur Dein eigenes Leben gehen, entfalten, Deine Individualität akzeptieren und anerkennen. Dein Leben ist einzigartig, wie das aller Menschen, nicht mehr und nicht weniger. Und zu Deinem Leben gehören auch Deine individuellen Erfahrungen, Wege und Früchte.

Praxis ist eine wunderbare Sache, siehe oben, aber nicht verhindern, dass unbequeme Gefühle Dich besuchen, dass das Leben Dir Herausforderungen bringt, dass es anders läuft, als Du es Dir wünschst, dass die Menschen anders sind, als Du sie haben willst etc. Aber Praxis kann Dir helfen, Hand in Hand mit dem Leben zu gehen, Dich von der Existenz unterstützen zu lassen und in Resonanz zu all dem Schönen und Wunderbaren in Dir selbst und in den Erscheinungsformen des Lebens zu gehen. Du wirst vielleicht nicht erleuchtet werden, aber mehr Frieden mit Dir selbst könnte doch auch eine leckere Frucht sein, oder?? In diesem Sinne wünsche ich Euch eine stete Praxis.

BUCH-TIPP... BUCH-TIPP... BUCH-

Warum der eine krank wird und der andere gesund bleibt!



Mit einem Vorwort von **Ruediger Dahlke**

K. & P. Michel
12 Gesetze der Heilung
Die Hintergründe von Gesundheit und Krankheit
€ 14,95
Hardcover, 192 Seiten
ISBN 978-3-89427-560-0
Aquamarin Verlag
www.aquamarin-verlag.de



Familienstellen Klass. Homöopathie

Antje Jaruschewski
Heilpraktikerin
Metzer Str. 10
26121 Oldenburg
Tel. 01-973 6194
www.praxis-jaruschewski.de



- Familie
- Beruf
- Gesundheit
- Lebensraum

Familien-/Systemaufstellung

- **Aufstellungstage**
So. 22.4. | So. 20.5. | So. 17.6.
9.30- 18 h, Edewechter Landstr. 18
- **Kurzaufstellungen abends**
19.4. | 24.5. | 21.6. 18.30 h, Weskampstr. 28
Bitte tel./online anmelden! (15,-)
- **Einzelarbeit** individuelle Termine

Fortbildg. Systemaufstellung

- Beginn 5./6. Mai 2012, Info anfordern.
insges. 6 WEs

Klassische Homöopathie

Termine nach Vereinbarung

Halbjahresgruppe: **Neu!**

Glück ist meine eigene Schöpfung!
A. Jaruschewski u. Eva-Maria Wunderlich
Gruppe: mo. abends 18.15 ab 19.3.2012

Die Wunder d. weiblichen Sexualität
Eine weibliche Einweihung für spirituelle
Sucherinnen mit Maitreyi D. Piontek



Eine natürliche und lustvolle weibliche Sexualität ist die Basis, auf der sich die heilenden spirituellen Kräfte der Frau entfalten. Maitreyi D. Piontek schöpft aus dem Erfahrungsschatz ihrer jahrzehntelangen sexologischen und spirituellen Arbeit und führt dich in eine neue Weiblichkeit voller Weisheit, Wunder und Kreativität.

Dein Umgang mit deinen sexuellen Energien entscheidet darüber, ob und wie du dich weiterentwickelst, und er bestimmt auch die Realität in der du lebst. Durch deine Sexualität kannst du neue Dimensionen deines Frauseins erfahren oder die Entwicklung deiner Weiblichkeit versehentlich blockieren. Weil die weibliche Sexualität und auch Spiritualität so lange erfolgreich unterdrückt, manipuliert und ausgebeutet wurden, merken Frauen kaum, wenn das heute wieder und wieder geschieht. Um den Weg aus diesen unbewussten kollektiven Mustern zu finden und das weibliches Potenzial zu entfalten ist es wichtig, die Kunst der weiblichen Heilung sorgfältig und fundiert zu erlernen. Es ist lohnend sich auf das große weibliche Abenteuer gut vorzubereiten. Das Intensivseminar bietet dir eine ganzheitliche Einführung in den heilenden Umgang mit deiner Sexualität. Für diesen tiefen Prozess ist es erforderlich, dass alle Frauen im Seminarhaus übernachten.

Osterseminar vom 4.- 9. April im Seminarhaus Hof Oberlethe bei Oldenburg. Ausführliche Infos unter: www.maitreyipiontek.com

Seminar Essenz d. Seele: Mann - Frau
Ein tiefgreifendes Seminar für Paare und
Singles mit Lex van Someren



Wir können nur glücklich werden und Erfüllung finden in uns selbst und unserer Partnerschaft, wenn wir die heilige Einheit zwischen Frau und Mann in uns selbst erkennen. Nur so werden wir ganz. Wir stehen auf der Schwelle einer neuen Zeit, in der wir alle ein-

geladen sind, uns selbst und einander in Respekt, Achtung, Hingabe und tiefer Liebe zu begegnen. So können wir gemeinsam die tiefe Liebe zwischen Frau und Mann wahrhaftig leben und werden wir zu einer Einheit in Freiheit, zum Wohl aller. Dieser Weg setzt eine Bereitschaft voraus, unsere eigenen Schatten, Verstrickungen und Muster, mit denen wir unabsichtlich (unbewusst) die Liebe und Intimität reduziert und untergraben haben, zu entdecken, anzunehmen und dann loszulassen. Aus der intensiven Seminararbeit von Lex van Someren in den letzten Jahren, in Kombination mit seiner eigenen Weiterentwicklung und Bewusstseinsforschung, ist dieses neue 4-tägige Seminar entstanden.

16.05.-20.05. Gut Saunstorf (zw. Lübeck und Rostock), Seminargebühr € 360,- + Unterkunft/VP Gut Saunstorf, Beginn: 16.05. 19 Uhr - Ende 20.05. 15 Uhr, Anmeldung: Sekretariat Lex van Someren, 07223.806650, music@someren.de www.someren.de

Stille-Retreat mit Michael Kewley
im Benediktiner-Kloster Damme



Wir sind eine Gruppe Oldenburger, die den Meditationslehrer Michael Kewley regelmäßig einladen, um in der Stille Begleitung zu sein. In der geschützten Atmosphäre des Gästehauses des Priorat St. Benedikt fühlen wir uns immer sehr willkommen.

Sechs Tage lang wechseln sich Schweigen, Sitz- und Gehmeditation nach einem Tagesplan ab. Michael gibt präzise Übungsanleitungen: Zu Beginn soll die Aufmerksamkeit immer wieder auf den Atem gelenkt werden. Das fällt die ersten Tage nicht immer leicht. „Make the breath the most important thing in the whole universe“. Nach und nach entsteht Raum, in dem ich meine Gedanken und Gefühle aufmerksamer als im Alltag wahrnehmen kann - und ich übe mich im Spüren und Lassen.

Eine große Hilfe ist mir dabei die geleitete „Liebvolle Güte Meditation“, in der ich zunächst mich selber mit Liebe und Akzeptanz erfülle, und diese dann an alle Lebewesen ausstrahlen lasse. So

seminarkalender

kommen die zwei Säulen der spirituellen Übung zum Wirken: Achtsamkeit und Liebe. Zum Ende des Retreats besteht die Übungsanleitung in „no-technique“ - ohne Technik. In „oneness“ zu sitzen, zu gehen, zu essen, zu sein. Mit ruhigem Geist, ohne Zweifel. Dankbarkeit stellt sich ein.

Retreat mit Michael Kewley im Benediktiner-Kloster Damme. vom 23.-29. Juli 2012. Info & Anmeldung: Andrea Schreiber, Tel.: 0441.9848041, aschreiber29@t-online.de, www.vipassana-oldenburg.de

Chris Jarrett in Oldenburg

Konzert: 15. April, 20 Uhr im Wilhelm 13



Chris Jarrett muss man in Oldenburg nicht mehr vorstellen. Immerhin hat er seine Karriere 1985 in unserer Stadt begonnen. 1988/89 lehrte er an der Carl von

Ossietzky Universität. Er gab viele Konzerte in Oldenburg, u.a. im Alluvium in der Zeughausstraße. Die Musik Chris Jarretts entspringt seinem starken Kommunikationsbedürfnis. Sie ist so vielfältig wie die Ideen, die er in Musik umsetzt. Er setzt sich über Stilzwänge hinweg. Chris Jarrett nutzt die Struktur der Klassik und die Freiheit der Jazz-improvisation, er kombiniert die Durchführungsliebe der E-Musik mit der Lebenslust des Jazz. Das Spektrum seines Ausdrucks ist weit: wild, rhythmisch, innig, episch, melancholisch, jazzig... Seine musikalischen Vorbilder stammen aus verschiedenen Epochen und Stilrichtungen: Johannes Ockeghem, Sergej Prokofiev, Charles Mingus und Frank Zappa. Chris Jarretts Publikum ist sehr gemischt, nicht auf Liebhaber von Klassik und Jazz zu beschränken. Seine Zuhörer sind für ihn Zentrum seiner Live-Auftritte, sie will er begeistern, nachdenklich machen, sich ihnen vermitteln. Die Musik wird nicht gespielt, sie findet statt...

Infos: www.chrisjarrett.de, www.myspace.com/chrisjarrettcomposerpianist. Eintritt: € 12,-/erm. € 10,-. Kartenreservierung per E-Mail: peter.loeffler@wilhelm13.de oder telefonisch: 04481.920227 (AB). Veranstalter: Jazzmusiker-Initiative Oldenburg e.V.

Garten der Liebe

Workshop für Paare mit Monika Entmayr und Reiner Kaminski



Im Mittelpunkt des viertägigen Workshops steht das Thema: Wie können wir in unserer Partnerschaft glücklich sein und einander glücklich machen? Neben Berührung, Bewegung und Meditation gibt es Übungen zur Kommunikation im Paar, zur Balance und Dynamik in der Partnerschaft, zum Umgang mit Konflikten und Wünschen und zum Stärken der liebevollen Verbundenheit.

Das Paar auf seinem Weg zu erfüllter Liebe, glücklicher Partnerschaft und befriedigender Sexualität steht im Mittelpunkt unserer Arbeit.

Im Workshop können die Paare im geschützten Rahmen eine wunderbare Zeit zu zweit genießen, die Sinne verwöhnen, der Liebe neue Impulse geben und das Potential der Partnerschaft entfalten.

Workshop „Garten der Liebe“, 16.-20. Mai (Mittwoch Abend bis Sonntag Mittag), Ort: Kunze-Hof (am Jadebusen). Jahresgruppe „Die Tantrische Hochzeit“ ab 20.4.2012. Infos: www.liebeskultur.de, info@liebeskultur.de, Tel. 04487.9204277.

Das Drehbuch der Liebe – die verborgene Melodie meiner Beziehungsgeschichte finden, Seminar vom 11.-18. Mai mit Harald Reinhardt



Hinter vielen Sehnsüchten nach Partnerschaft und Liebesbeziehungen verbirgt sich mehr als nur der Wunsch nach einer „geliebten Person“. Es ist vor allem auch eine Suche nach innerer Ganzwerdung, und so begeben wir uns auf eine Reise, in der es viele (noch) unbewusste Gestaltungskräfte gibt. Wesentlich für diesen spannenden Kurs ist es, das innere (unbewusst wirkende) Kräftespiel der eigenen Liebesgeschichte zu entdecken und so den Weg zum Glück wirklich selbst zu gestalten. Der

Kurs findet in einem sehr angenehmen Seminarhaus statt und lässt Feriengefühle aufkommen.

Die Themen: Die Liebesreise als die Suche nach Ganzheit; das stimmige eigene Beziehungsmodell entdecken; Männliche und weibliche Seelenkräfte im Beziehungstanz; Der verborgene Rucksack der Herkunftsgeschichte; Licht ins Dunkel bringen; von der „Nacht- zur Tagbeziehung“; Was die Liebe gelingen lässt; den Sinn der Geschichte entdecken; Die heilende Balance von Nähe - und Distanzbedürfnissen erkunden

Kursleitung: Harald Reinhardt, **Zeit:** 11.-18. Mai, **Ort:** Seminarhotel Kunze Hof, Seefeld am Jadebusen, **Kursgebühr:** 420,- €, **info:** www.psychosyntheseinstitut.de.

Qigong - Himmelfahrt auf Spiekeroog



Das „Haus am Meer“, 5 Minuten vom Strand gelegen, bietet ideale Bedingungen zum Üben von Qigong.

„Das Boot ruhig über dem Strom rudern“ heißt eine der Übungen, die Qigong-Meister Lüer Mehrrens unterrichtet. Er gehört zu

den 108 Meisterschülern von Prof. Zhang Guangde, Sportuniversität Peking.

Die Übungen des Lungen-Qigongs stärken die Abwehrkräfte, wirken vorbeugend bei Atemwegserkrankungen und Körper und Geist finden zu Ausgeglichenheit und Balance.

Dies wird im Qigong auch „Zurückkehren zum Ursprung“ genannt.

Neben dem Üben von Qigong bleibt genügend Zeit für lange Spaziergänge oder Müßiggang.

Zeiten: Do., 17.05. bis So., 20.05.12, **Leitung:** Lüer Mehrrens, **Kosten:** 240,- € **Seminargebühr/ 230,- € ÜN im DZ inkl. Vollverpflegung; Anmeldg.:** wudang-Zentrum, Grundstr. 3, 28203 Bremen, Tel. 0421.702427, mehr@wudang-bremen.de, www.wudang-bremen.de

Mach Dich auf Deinen Weg & verändere Dein Leben...!

Selbstheilungszyklus / Seminarreihe mit Melanie Westerheide



Bist Du oft an einem Punkt wo Du Dich getrennt oder nicht verbunden fühlst? Bist Du manchmal erschöpft, weil es soviel Kraft kostet alles im Griff zu haben? Möchtest Du etwas verändern, weißt aber nicht wo Du anfangen kannst? Möchtest Du

Dich öffnen für den Kontakt mit Dir selbst?

Wenn Du Dein Herz, Deine Seele/ Bewusstsein, und Dein Geerdet - Sein in eine Wandlung und dadurch in ein kraftvolles Miteinander zu bringen bereit bist, dann erfahre Dich in diesem Selbstheilungszyklus. Mit anderen zusammen erfährst Du den Kontakt zu Deiner Seele, zum Empfangen von Botschaften & Impulsen, lernst Transformationstechniken wirkungsvoll kennen und erlebst eine kraftvolle Wandlung Deines Selbstbild. Es werden Blockaden und Grundmuster erkannt und in die Wandlung gebracht.

Schenke Dir diesen Selbstheilungs-Transformationszyklus. Du wirst Dich neu erfahren. Dieses spirituelle, und psychotherapeutische „Coaching“ innerhalb einer halbjährlichen Seminarreihe ist ganzheitlich und sehr effektiv. Es ist so angelegt, dass Du sicheren Schrittes Wandlung in Deinem Leben erfahren kannst. Es ermöglicht Dir Zugänge zu seelischer, spiritueller und körperlicher Stärkung.

Ich freue mich auf Dich und begrüße Dich herzlich zum kostenlosen Infonachmittag am Sonntag den 22.04.2012 um 14 Uhr, in Kieselhorst 1, 27243 Winkelsett. Selbstheilungszyklus (Start 2./3. Juni 2012): Teil 1 -Thema: „Aufräumen“, reinigen & stärken, eine Basis erschaffen! Umfasst in 3 Seminaren das Lösen von Blockaden, Bewusstseinsarbeit, Kontakt zum Höheren Selbst, Körper-Erdung, Teil 2 - Thema: Aufbauen & Freude, Was bringt Dein Herz zum Hüpfen? Umfasst in 2 Seminaren die Herzöffnung, Herzensarbeit, Teil 3 - Thema: Verbundenheit von Herz, Seele und Körper im Alltag bewahren. Umfasst 4 Abendtermine, Bewusstheit Deiner täglichen Leitgedanken, im Alltag Verbundenheit mit Deiner Seele/Quelle im Alltag umsetzen

seminarkalender

Energieausgleich Selbstheilungszyklus pro Teilnehmer(in): 133,- € Beitrag pro Monat, Juni - Dez. 2012, (5 Seminare/ 11 WE-Tage & 4 Abendtermine à 2,5 Std.). Infonachmittag: am Sonntag den 22.04.2012 um 14 Uhr in der Idylle von 27243 Winkelsett, Kieselhorst 1, mit Kaffee und Kuchen. Mehr Infos/Termine: mw156@web.de oder unter 04434.9189015

The Work Summer Camp 2012 im Seminarhaus Hof Oberlethe bei OL veranstaltet vom Verband für The Work of Byron Katie e.V.



Vom 5. - 12. August 2012 dreht sich alles um deine Stress auflösenden Gedanken. In Workshops und Partnerübungen kannst du deinen Glaubensmuster auf die Spur kommen und spannende Wahrheiten entdecken, die schon seit langem in dir schlummern.

An zwei Abenden wird Byron Katie live per Videoübertragung dabei sein, um Fragen zu beantworten und mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu wirken.

Durchgeführt wird das Summer Camp von sieben Lehrcoaches (vtw)/Certified Facilitators (ITW), die mit viel Engagement ein Programm für Einsteiger und Fortgeschrittene Worker erstellt haben.

Du möchtest auch dabei sein? Dann kannst du dich unter www.thework2012.de verbindlich anmelden und/ oder den Newsletter abonnieren.

Du bist interessiert und hast noch keinerlei Erfahrungen mit der Work? Dann komm doch zu meiner Info-Veranstaltung und/oder nimm an dem Wochenend-Workshop hier in Oldenburg teil.

*The Work of Byron Katie - Informationsveranstaltung am Freitag, den 1.6.2012 um 20 Uhr.
The Work of Byron Katie - Wochenend-Workshop: Sa. 9.6. - So. 10.06.2012 von 10 -17 Uhr,
Ort und Kosten dieser Veranstaltungen bitte bei mir erfragen.*

*Susanne Dames, Coach für The Work of Byron Katie e.V. (vtw),
www.susanne-dames.de,
E-Mail: info@susanne-dames.de*

Nia und Yoga Reise mit Susann Fischer und Doreen Tönjes 20.-27. Juli 2012 im Seminarhaus MaRah



Yogaübungen wirken reinigend und stärkend, sowohl auf der körperlichen als auch auf der mentalen Ebene. Die Seele schwingt sich ein und verbindet sich mit dem großen in uns wohnenden Potential.

Nia ist Tanz, Kampfkunst, Lebensfreude in Bewegung! Die Elemente der Kampfkünste unterstützen dabei Präzision und Kraft; die Elemente aus dem Tanz verleihen deiner Bewegung Ausdruck und geben Raum; die Elemente aus den körperorientierten Bewegungsbereichen zentrieren dich und richten dich aus.

Für weitere Informationen siehe www.marah.de

*Kursleitung: Susann Fischer und Doreen Tönjes
Kontakt: Susann.Fischer@t-online.de, Tel.: 0441.2176293; doreen.toenjes@gmx.net, Tel.: .0441.6842887, www.nia-oldenburg.de*

Welcher Lerntyp ist mein Kind? Wie kann ich es wirksam unterstützen? Vortrag mit Anne Becker



Jedes Kind kann schreiben, lesen, rechnen lernen - wenn man seinen Lerntyp berücksichtigt! Der Hintergrund meiner Arbeit ist die Terlusologie. Sie ermöglicht, die typenrichtige Händigkeit aus dem Geburtsdatum zu berechnen. Bei Typen falscher Händigkeit fällt es den Kindern oft schwer, Rechtschreibung zu automatisieren. Oft schreiben sie nicht gern. Für das Rechnenlernen habe ich ein eigenes Konzept entwickelt. Es ist vielfach erprobt, macht Spaß und „funktioniert“ immer.

Vorträge am 11.5., 11.6., 11.7.12, Vor dem Holze 5, 26209 Hatten. Infos: Anne Becker, 04482.980612 www.lerntypberatung.de

Autor: Andreas Rehländer

„Klangwelten erleben“ erweitert auf 135m² Jetzt noch mehr Entspannung!

Nach 8 Wochen Umbau und Umgestaltung erfüllt sich Andreas Rehländer mit der Erweiterung auf acht Räume einen Herzenswunsch. Jeder Raum hat sein eigenes Motto. Das Farbkonzept, die liebevoll gestalteten Anwendungsräume machen jeden Aufenthalt zu einem Entspannungserlebnis.



Die besondere Atmosphäre in dem vollökologischen Haus schaffen Geborgenheit und Harmonie. Energie und Kraft schöpfen wird hier möglich.

In der heutigen stressigen und schnellebigen Zeit, ist es wichtiger denn je, seine Kraftreserven in Balance zu halten. Wir brauchen Rückzugsorte der Stille und Ruhe, bei dem wir uns selbst und unsere eigenen Bedürfnisse wieder spüren können so Andreas Rehländer. Negativen Stress, Ängste und kreisende Gedanken loslassen, einfach schwerelos sein, der Seele Raum für Entfaltung geben die Ressourcen stärken und wieder Entspannen lernen. Dieses und vieles mehr sind die Zentralen Themen bei Klangwelten erleben.

Es gibt drei besondere Klangräume im Obergeschoss – den lila Raum für die Klangmas-

sage, den goldgelben Anwendungssaal für die Klangentspannung zu zweit und den weißen Bergkristallraum bei dem Sie wie auf einer weißen Wolke gebettet, auf einem Wasserbett liegen, den Klängen der Kristallschalen lauschen und dabei aus einem Panoramafenster in den blauen Himmel schauen. Etwas ganz besonderes hat sich Andreas Rehländer in den neuen Räumen im Erdgeschoss einfallen lassen. Ein Lavendelraum gefüllt mit den feinsten Lavendelblüten, einem zarten Beduftungs-

und Luftreinigungssystem aus der Schweiz, sowie einem Beschallungsanlage mit Naturklängen laden zum entspannen ein.

Ein besonderes Highlight ist ein beleuchtetes Dia mit einer perspektivischen Lavendellandschaft. Maximal sechs Personen können gleichzeitig zu jeder vollen Stunde 45 Minuten lang, diese besondere Duft- und Klangentspannung erleben.

Die königliche Entspannung erleben Sie in dem schwarzen Airnergy Raum. Ein Hightech Gerät welches Sie sonst nur im sieben Sterne Hotel in Dubai und im Königspalast in Thailand finden, können Sie nun auch in Rastede zum Energie auftanken benutzen. Eine innovative Technologie zur Verbesserung der Sauerstoffverwertung laden zum entspannen ein. Beim Airnergy At-



men kann der Körper optimal das Energiepotenzial der Atemluft nutzen – ohne dabei die Sauerstoff-Konzentration zu erhöhen. Airnergy kommt ohne den Zusatz von Fremdstoffen aus. Airnergy ist reine Atemenergie.

Ein gemütlicher Seminarraum mit viel Licht, lädt kleine Gruppen zu Workshops, Vorträgen und Veranstaltungen ein. Die Teeküche, die am Seminarraum angrenzt, regt die Pausen mit Tee und Wasser zu einem dialogischen Austausch an.

Als Abrundung des Entspannungskonzeptes, ist der neue Private Spa zu erwähnen. Abgeschieden vom Alltag können Sie zu Zweit ein spannendes Vollbad genießen, die Dusche mit Flußsteinen, oder die Bio-Sauna wahlweise mit Dampf und hoher Luftfeuchtigkeit oder klassisch heiß und trocken. Zum Nachruhen genießen Sie von der Liege aus den Blick in die herrliche Natur.

Ab Mitte März gibt es neue Öffnungszeiten. In der Zeit von Mo. bis Fr. von 10 Uhr bis 18 Uhr stehen drei neue Mitarbeiterinnen für Termine und Entspannung zur Verfügung. Neben der Kernöffnungszeit können Sie auch außerhalb der Öffnungszeiten Termine vereinbaren.

Tipp: Das oeins-TV hat bei uns gefilmt und den Beitrag am 30.03. ausgestrahlt. Nun steht er in der Mediathek auf www.oeins.de zum Download bereit (Thema: Burnout-Phylaxe!).

Klangwelten erleben – Andreas Rehländer,
Am Hardenkamp 44, 26180 Rastede, Tel.:
04402.984077, mobil: 0177.2302232, E-
Mail: info@klangwelten-erleben.de, www.klangwelten-erleben.de.

NEU von Wolf-Dieter Storl



Das Thema Neophyten bewegt immer wieder die Gemüter. vielerorts wird ihr Bestand begrenzt, dezimiert oder gar vollständig ausgerottet. Lernen Sie mit Wolf-Dieter Storl die Neophyten von einer anderen Seite kennen. Storl rät zu einem gelassenen und unvoreingenommenen Blick auf die neuen Einwanderer. Ihn interessiert ihre kulturelle Bedeutung in den Herkunftsländern ebenso wie ihr Potenzial als Heil- und Nutzpflanzen, das hierzulande kaum bekannt ist. Storl gelingt ein faszinierendes und kenntnisreiches Lesebuch zu einem brisanten Thema, das mit prächtigen Fotos von Frank Brunke bebildert ist.

Wolf-Dieter Storl / Frank Brunke

Wandernde Pflanzen

Neophyten, die stillen Eroberer
Ethnobotanik, Heilkunde und Anwendungen
ca. 250 Seiten, 70 Farbfotos, gebunden
978-3-03800-680-0
€ 24,90

AT VERLAG

Jetzt in Ihrer
Buchhandlung.

www.at-verlag.ch

Autorin: Christiane Reck

Gesunden Sie schon oder diäten Sie noch?

Diäten haben jetzt Hochkonjunktur und in der Vorfrühlingszeit beginnt der Kampf gegen die überflüssigen Pfunde alljährlich aufs Neue. Häufig gerät es zu einem Kampf gegen sich selbst und führt zu Gefühlen des Versagens, der Ohnmacht und Scham, weil es oft ein Bemühen mit ungeeigneten Methoden und Mitteln ist.

Die häufigsten Gründe für das Scheitern sind:

- Enttäuschung: Schwerer als gedacht, weniger wirksam als erwartet.
- Anfechtung: Ich nehme am Leben nicht mehr richtig teil.
- Hunger: Der Körper meldet Mangel und ruft nach Nährstoffen
- Müdigkeit und Schwäche: Der Mangel wird deutlich
- Stillstand: Der Mangel wirkt weiterem Abbau entgegen
- Konzeptionslosigkeit für die Zeit danach: „Ewige Diät“ oder „Wie gehabt“
- Jojo: Der Mangel wird ausgeglichen und Fett ist immer schneller

Diäten sind „out“

Heute nennt sich jede auf Mangel basierende Ernährung „Konzept“, auch wenn nie erklärt wird, wie jenseits der Kalorienanzahl der Bedarf festgestellt und errechnet wird. So wird uns glauben gemacht, es gäbe so etwas wie eine gesunde Ernährung für Alle. Man müsse eben nur bestimmte Stoffe ins Essen mischen oder Tablet-

ten, Kapseln, Säfte oder Riegel als Ernährungsergänzung zu sich nehmen und „gut ist“. Klingt einfach, erzeugt aber neben Kosten eine Menge ungeahnter Probleme im Stoffwechsel und Immunsystem.

Dank des heutigen Wissens der medizinischen Biochemie kann genau geklärt werden, welche Stoffe ein gesunder Organismus zum Gesundbleiben unbedingt braucht.

Interessant daran ist, dass das bei jedem Menschen anders ist, also abhängig von Geschlecht, Alter, Gewicht, Belastungen durch Vorerkrankungen und Medikamenteneinnahme - und das ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Blutwerte geben uns von den tatsächlichen Verhältnissen im Körper ein Bild. Ausgehend von den Blutwerten und der Erkenntnis, dass die wichtigsten Verbündeten im Kampf gegen ernährungsbedingte Schäden die Erzeuger der Lebensmittel wie Bauern, Fischer, Jäger und deren direkte Verbündete, die „Marktfrauen“ sind, kann das Projekt „Individuelle Ernährung mit gesunden Lebensmitteln“ angegangen werden. Dafür bedarf es eines individuellen und

Global Vision 2012
26.7. - 5.8.2012

CELEBRATE LIFE FESTIVAL

Our Contribution to a Conscious World
Mit Thomas Hübl und internationale Referenten und Künstlern

www.celebrate-life.info

Willst du **NORMAL** sein
oder **GLÜCKLICH**?

Frei und selbstbestimmt
in ein erfülltes Leben

VORTRAG mit ROBERT BETZ

2.4.12 Oldenburg • Weser-Ems-Halle
19-22 h Europaplatz 12, Großer Festsaal
Eintritt 22,- EUR (ermäßigt 15,- EUR)

www.robert-betz.de

bedarfsgerechten Ernährungsplanes für jeden Menschen für den Zeitraum des zu erreichenden Zieles wie der Gesundheit, dem Gewicht und dem Wohlfühl. Vor allem bedarf es eines Konzeptes für die Zeit danach und für die Möglichkeit einer Krise, die nicht primär im Zusammenhang mit der Ernährung steht.

Die medizinische Ernährungsberaterin Christiane Reck erzählt, dass sie mit der Stoffwechselftherapie „Ernährung nach metabolic balance®“ vor nunmehr vier Jahren zunächst sich selbst und dann ihren Mann, den Arzt für Naturheilverfahren und chinesische Medizin, Ralph Reck, auf Dauer von gemeinsamen 60 kg Übergewicht befreit hat. Seither hat das Ehepaar vielen Klienten den Weg zum Erfolg gewiesen. Das medizinische Eingangsgespräch und die Beantwortung gesundheitsrelevanter Fragen führt Ralph Reck in seiner Praxis durch und wertet auch die Blutergebnisse, wenn gewünscht auch in Zusammenarbeit mit den Haus- und Fachärzten, aus.

Christiane Reck übernimmt dann bei einem „go“ die Erstellung des Ernährungsplanes, die Einweisung des Klienten in denselben und seine Betreuung bei praktischen Fragen.

Zehn ärztlich betreute Schulungsabende zum Thema Gesunde Ernährung gehören im Hinblick auf Nachhaltigkeit zum Konzept des Ehepaares. Statt eines kalorienreduzierten Nebenproduktverkaufes zu übersteuerten Preisen hat Christiane Reck mit dem „Schlemmerleicht“ einen Laden voller Lebensmittel zu vernünftigen Preisen am Schlossplatz 20 in Nachbarschaft zum Wochenmarkt eingerichtet.

Bio ist das Qualitätsmerkmal an dem sie sich orientiert und dem sie sich verpflichtet fühlt. Rufen Sie gerne unter der Oldenburger Tel.: 59 43 10 70 an, um Termine für einen Einführungsvortrag zu erfahren oder einen Besuch und ein persönliches Kennenlernen zu vereinbaren.

Christiane Reck, Schloßplatz 20, 26122 Oldenburg, Tel.0441.59431070.

Die Erde erfindet sich neu



Erzengel Chamuel/Ch. Fasching
Die Erde erfindet sich neu
Die neue Welt basiert allein auf Liebe – wie entsteht aus der Liebe diese neue Welt – welche Konsequenzen hat es für die gesamte Erde, wenn einzig und allein auf der Liebe aufgebaut wird.
ISBN 978-3-89568-236-0
Pb./ca. 250 Seiten / ca. € 17,50
erschient März 2012



Barbara Vödtsch
Die Weisheit des Saturn
Die unbestechliche Energie des Saturn kommt jetzt in der Zeit der Bereinigung zum Tragen. Barbara Vödtsch erklärt in klaren Worten was, wie und warum sie in uns allen - zu unserem Segen! - wirkt.
ISBN 978-3-89568-235-3
Pb./128 Seiten / € 14,50
Februar 2012



Saint Germain u.a./P. Tiller
Einssein und grenzenlose Weite
... das entschlüsselte Tor
Dies ist ein Buch, das uns eintaucht in Liebe. Die Meister und Engel lassen uns schon beim Lesen erleben, wie es sein wird, wenn wir uns alle als Eines fühlen und wie uns genau dieses Gefühl in die Weiten des Kosmos trägt. Mit CD und Meditationen von St. Germain, Lenduce und Metatron
ISBN 978-3-89568-234-6
Pb./ca. 252 Seiten mit CD
ca. 90 min. / ca. € 25,00
erschient April 2012

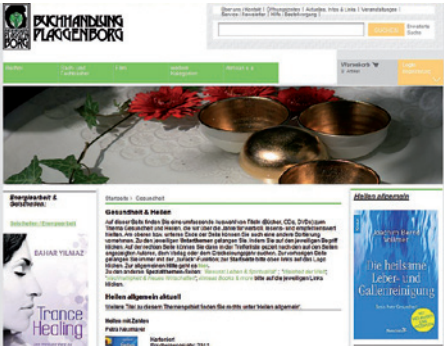


Ptaah/Gabriele Müller
Was Ihr wissen solltet!
Aktuelles zum Aufstieg
Dieses Buch konfrontiert uns mit den aktuellen Ereignissen, die unsere Welt von Grund auf verändern, und stellt uns vor die entscheidende Wahl zwischen der „Welt der Illusion“ und der „Welt der Wirkhaftigkeit“, die wir alle jetzt fallen müssen.
ISBN 978-3-89568-233-9
Pb./260 Seiten / € 18,00
November 2011

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

Die Buchhandlung Plaggenborg informiert

Viele von Ihnen haben ja schon einmal in unserem neuen Internetshop gestöbert. Hier wollen wir Ihnen nun einmal am Beispiel der Themenseite „Gesundheit & Heilen“ darstellen, welche Unter-Themen Sie auf den „Themenseiten“ finden:



Thema: Gesundheit & Heilen:

Linke Seite: Energiearbeit & Geistheilen: Geistheilen, Quantenheilung, Reiki, Kinesiologie u.ä., **Feinstoffliche Energien:** Lichtarbeit, Channeling, Aura-Soma, Aura, Farben, Chakren, Mineralien/ Edelsteine, Engel/ Engelkarten, Zeitwende u.ä.

Orte, Räume & Natur: Geomantie/ Erdheilung, Feng Shui/ Energetische Raumgestaltung/ Räuchern, Radiästhesie/ Pendeln/ Tensor-Arbeit, Tiere/ Bäume/ Pflanzen/ Naturgeister

Rechte Seite: Heilen allgemein
Naturheilverfahren: Homöopathie, Tradition. Chines. Medizin/ Tibetische Medizin/ Ayurveda, Akupunktur/ Akupressur/ Shiatsu/ Jin Shin Jiutsu/ Reflexzonen/ Massage, Bachblüten/ Schüsler-Salze, Ruediger Dahlke

Gesundheit & Ernährung: Ernährung/ Fasten, Stoffwechselprogramme, Kochen: Naturkost/ Vegetarisch/ Ayurveda, Kräuter/ -heilkunde
Körper & Geist: Yoga, Körper-Bewegung/ -Entspannung, Tai Chi & Qi Gong/ Martial Arts
Meditation & -Musik/ Geführte Meditationen, Me-

ditationskissen, Japanische Räucherstäbchen
Sonstige: Klang/ Musik/ Tanz
Ähnlich aufgedgliedert sind auch die anderen Themenseiten „Bewusstes Leben & Spiritualität“, „Weisheit der Welt“ und „Nachhaltigkeit & Neues Wirtschaften“.

Übrigens können Sie auch in Ruhe im Shop stöbern und dann einfach telefonisch oder per E-Mail bei uns bestellen: Tel. 0441.17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Ihre Mail!

Ach, und noch etwas... auch wenn wir jetzt nur im Internet und als Bestellbuchhandlung tätig sind, so sind wir doch ein regional tätiges Klein-Unternehmen und eben nicht ein Riesenunternehmen! Uns können Sie nach wie vor **persönlich** erreichen...

Buchhandlung Plaggenborg, Ulrike und Karl-Heinz Plaggenborg, Lindenstr. 10, 26123 OL, T.: 0441.17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de, www.buchhandlung-plaggenborg.de



20 Jahre Hospiz St. Peter in Oldenburg

Anfang März hat das Hospiz St. Peter in Oldenburg sein 20-jähriges Bestehen gefeiert. Im Hospiz an der Georgstraße finden Menschen, deren Lebenszeit durch eine unheilbar fortschreitende Krankheit begrenzt ist, einen wunderschönen Ort für ein selbstbestimmtes und vor allem würdevolles Leben bis zuletzt. Kaja van Lamoen arbeitet ehrenamtlich im Hospiz St. Peter und wird im Achtsamen Leben ab und zu über ihre Arbeit dort berichten. Vielen Dank dafür!

Was ist Sterbebegleitung für mich?

Sterbebegleitung ist für mich die tiefste Erfahrung in den Frieden und den wunderbaren Sinn des Lebens und allen Seins, der gelebt und geteilten Nächstenliebe ohne „Wenn“ und „Aber“. Es ist auch die schönste Gelegenheit mit einem Menschen ganz tiefe Nähe zu erfahren; genau so wie man es bei der Geburt seiner eigenen Kinder erlebt. Wenn man für diese Energie offen ist, empfindet man sie bei jeder Geburt und beim Tod eines jeden Lebewesens.

Geburt und Tod können uns zeigen, dass wir aus der Liebe kommen und auch dort wieder eintauchen. Für mich ist es ein Geschenk, dass ich diese Arbeit, die eigentlich keine für mich ist, tun darf. Sie bereichert mein Leben ebenso wie Reiki, die göttliche Energie, mit der ich mein Leben im höheren Sinne gestalten und meistern kann. Sie macht froh und frei!

Was ist Sterbebegleitung im herkömmlichen Sinn?

Sterbebegleitung heißt ganz einfach ausgedrückt da zu sein und alles anzunehmen was kommt und ist bei diesem Menschen. Ihn in seiner Würde zu sehen bis zum letzten Atemzug. Alles darf sein, weil es aus seinem Lebenssinn und aus seiner Bestimmung heraus geschieht. Das heißt ihn in Empathie anzunehmen und mich in seine Bedürfnisse hineinzufühlen und ihn dabei zu begleiten. Dafür sollte ich mich ganz zurücknehmen können, was für das eigene Leben eine wunderbare Schulung ist. Auch



Reaktionen die für uns unverständlich sind haben im Hinübergleiten in den Tod ihre volle Berechtigung und dürfen sein. Es könnten z.B. auch Aggressionen, Nichtbeachtung von Dir sein, eine Abwendung von Dir, und trotz allem ist es gerade dann wichtig in bedingungsloser Liebe da zu sein. Mit Reiki ist es wunderbar einfach da zu sein und zu bleiben.

Es gibt ein wunderbares Gedicht von Camus das diese Haltung ausdrückt, und das möchte ich Euch auch mit an die Hand geben:

*Geh` nicht vor mir her,
ich könnte Dir nicht folgen,
denn ich suche meinen eigenen Weg.*

Geh` nicht hinter mir,
ich bin gewiss kein Leiter.
Bitte bleib` an meiner Seite
und sei nichts als Freund und mein Begleiter!

Warum Reiki beim Hinübergleiten wirkt.

Sterbende haben ein unglaublich feines Sensorium und darum ist es so leicht, ihnen in diesem Übergang mit Reiki zu helfen loszulassen und zu verzeihen, damit sie ins Licht gehen können. Das gleiche gilt auch für die Menschen, die sie in den letzten Tagen und Stunden begleiten. Also auch Familienangehörige, Freunde oder begleitende Menschen können diese Energie mit Sterbenden spüren und teilen. Ich bin auch ziemlich sicher, dass sie auch Reiki geben können in den letzten gemeinsamen Stunden, weil Gott ihnen dazu die Energie schickt. Auch das habe ich erlebt und glaube fest daran. Dazu werde ich Euch ein anderes Mal ein Erlebnis mit einer Familie erzählen.

Für die Psyche eines Sterbenden ist es wichtig, unerledigte Angelegenheiten im persönlichen und auch familiären Bereich zu klären und zu einem guten Ende zu bringen, dass heißt „heil“ zu werden für die geistige Welt in die sie eintauchen werden. Genau da setzt Reiki an und vollbringt wirklich Wunder. Die Menschen werden ruhiger und sehen dem Tod gefasster entgegen. Reiki öffnet Kanäle um unerledigte Konflikte aufzulösen und somit kann ein sanftes Hinübergleiten in die geistige Welt geschehen. Wenn es nicht mehr möglich war mit medizinischen Mitteln etwas zu erreichen, konnte ich mit Reiki helfen, und ich bin dankbar, dass ich als Kanal dienen darf. Mein Zugang zu diesen Vorgängen ist einfach. Da die medizinischen Mittel wie Tabletten, Suspensorien u.a. auf die körperliche Ebene einwirken und der sterbende Körper diese Ebene schon verlassen hat, können diese Mittel auch nicht mehr wirken. Unser Reiki wirkt ja auf der geistig / seelischen Ebene.

Informationen: www.hospiz-oldenburg.de
Kaja van Lamoen: www.oldenburg-reiki.de

**Kunst
Handwerk
Design**



**nikolaimarkt 9
oldenburg**

26. + 27. Mai 2012
Sa.-So. 11-18 Uhr
Nikolaiviertel
Kleine Kirchenstraße
Bergstraße
www.nikolai-markt.de



**DIE OLDENBURGER
VIPASSANA-GRUPPE**



**Vorträge & Retreats
2012**

von Michael Kewley,
Dhammachariya Paññadipa
(Lehrbeauftragung in Dhamma)



- 15.-20.05. Retreat in Waldhaus, 56645 Nickenich
Tel.: 02636-3344
- So, 01.07. «Ein Nachmittag in Stille» und Fragen
14-18 Uhr via Skype an Michael Kewley.
Yoga Vidya, Breslauer Straße 74, Oldenburg
- 23.-29.07. Retreat im Benediktiner-Kloster Damme
(Anmeldeschluß: 20. April 2012)
- So, 02.09. «Ein Nachmittag in Stille» und Fragen
14-18 Uhr via Skype an Michael Kewley.
Yoga Vidya, Breslauer Straße 74, Oldenburg
- Fr, 19.10. Dhamma Vortrag im Yoga Vidya Zentrum,
20 Uhr Breslauer Str. 74, Oldenburg
- 20.-21.10. City Retreat Rosenhaus, Weskampstr. 28, Ol
- Mo, 22.10. Vortrag im Rosenhaus
20 Uhr Weskampstraße 28, Oldenburg
- 24.-28.10. Retreat im Haus der Stille, Roseburg
Tel. und Fax: 04158 / 214

Info & Anmeldung: Andrea Schreiber
Tel.: 0441/9848041 email: aschreiber@t-online.de



www.vipassana-oldenburg.de



Tagungs- und Seminarhaus in der Kimmer Heide *Jugendhof Steinkimmen ein lebendiger Ort der Begegnung*

Der Jugendhof Steinkimmen liegt in einem ruhigen, 6 ha großen Waldgrundstück zwischen Oldenburg und Bremen an der Autobahn 28 (Abfahrt



Hude). Das bekannte Gäste- und Seminarhaus in der Kimmer Heide bietet schon seit vielen Jahren Besuchern, Gästen und Interessenten aus nah und fern Vorträge, Workshops, Kurse, Weiterbildungen und kulturelle Veranstaltungen an. Das gemütliche, gastfreundliche und günstige Tagungs- und Gästehaus ist ein energetisch guter Platz für Seminare und Einzelarbeit. Matten, Kissen und Decken für die Körperarbeit stehen in ausreichender Anzahl zur Verfügung. Für die Beherbergung stehen 5 Gästehäuser mit insgesamt 85 Betten bereit. Trainings, Coaching- und Therapiegruppen finden auf dem Jugendhof Steinkimmen moderne Seminarräume unterschiedlicher Grö-

ße vor und schätzen die gute (auch vegane oder vegetarische) Voll-Verpflegung mit vier Mahlzeiten. Gäste des Jugendhofs können auch einen Mal-, Zeichen-, Tiffanyoder Bildhauer-Kurs (Holz/Stein) inklusive Übernachtung und Verpflegung buchen.

Weitere Angebote: Eltern-Wochenenden, Kinderbetreuung für alleinerziehende Mütter/Eltern, Singletreffen für alleinerziehende Mütter/Väter,

Orchester oder Chöre, Firmen-Veranstaltungen und Kennenlern-Wochenenden. Suchen Sie für eine große oder kleine Gruppe ein Haus in idyllischer Umgebung, mit schönem Am-



Nachtwanderungen mit Kinderbetreuung, Übernachtungen für Wanderer und Radfahrer, Familienurlaube, betreutes Wohnen für Problemkinder, Konzerte und Gesangswettbewerbe für Musikergruppen,

biente, professioneller, technischer Ausstattung und einem freundlichen und hilfsbereiten Team - dann sind Sie hier richtig:



jugendhof steinkimmen
überverbändliche bildungsstätte

Jugendhof Steinkimmen, Am Jugendhof 35, 27777 Ganderkesee, T.: 04222.408-0, info@jugendhof-steinkimmen.de



Wir bieten MEHR im Internet-Shop!

www.buchhandlung-



Startseite



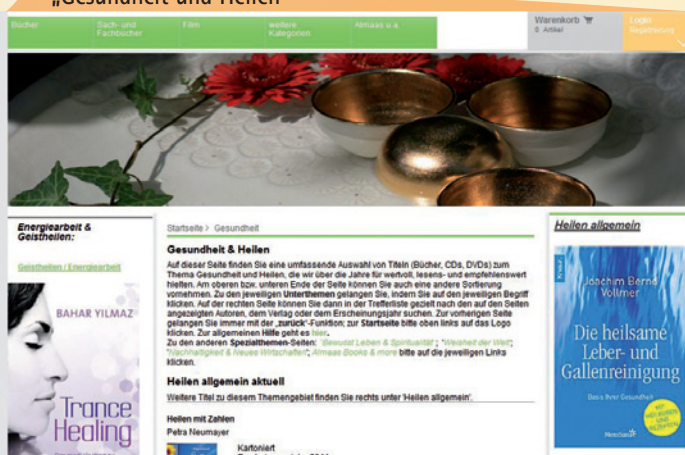
Unsere Philosophie

Wir sind spezialisiert auf das Thema „Ganzheitliches Leben und Gesundheit und bieten zahlreiche Zusatzinfos zu vielen Büchern und CDs! Wo findet man das sonst ...?

Genau wie in einer gut sortierten Fachbuchhandlung schlagen wir Ihnen innerhalb übersichtlicher Rubriken ausgewählte Standardwerke und interessante Neuerscheinungen vor. Und entsprechend können Sie bei uns natürlich auch alle anderen derzeit lieferbaren Bücher bekommen.

- Einfache Handhabung und Bestellung
- Ausführliche Hilfe-Funktionen
- Sichere Verbindung (SSL-Standard)
- **auch telefon. Bestellung möglich!**
- **Versand oder Abholung**

Rubrik „Gesundheit und Heilen“



Unsere Spezialgebiete:

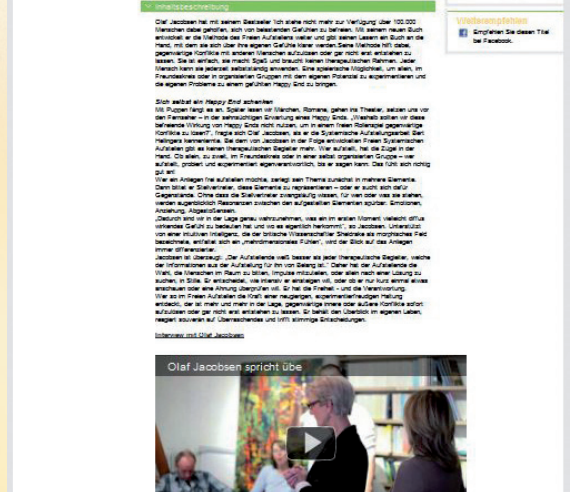
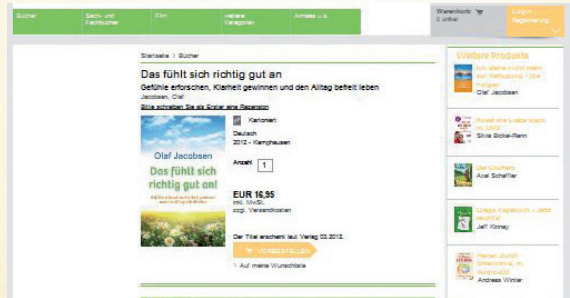
- Gesundheit und Heilen
- Bewusstes Leben und Spiritualität
- Weisheit der Welt
- Nachhaltigkeit und Neues Wirtschaften

Mehr als andere...!

Wir ersparen Ihnen mühsame Recherchen und bieten viele zusätzliche Informationen zu Ihrem Buch bzw. dem Buchautor.

Neben Inhalt und Rezensionen finden Sie bei uns auch weitere Bücher und Produkte des Autors, Videoclips, Interviews, regionale Veranstaltungen und vieles mehr.

Stöbern Sie doch mal ganz in Ruhe bei einer gemütlichen Tasse Tee...!



- Inhalt/Rezension
- Leseprobe
- homepage Autor
- Interview Autor
- online Videoclip

- weitere Videoclips
- Veranstaltungen mit dem Autoren
- Blog
- reg. Veranstaltung



Viele Zusatzinfos zu Buch und Autor

Seminare & Workshops



Vortrag: Willst Du normal sein oder glücklich? **02. APR**
Leitung: Robert Betz
Datum: 02. April 2012, 19-22 Uhr, 22,- €/15,- € erm.
Ort: Weser-Ems-Halle OL, Europaplatz 12, Gr. Festsaal
Infos: Buchhandlung Plaggenborg, 0441.17543
Frei und selbstbestimmt in ein erfülltes Leben. Jetzt wacht der Löwe im Menschen wieder auf und er lernt, dem Ruf seines Herzens zu folgen.



Seminar: Das Wunder der weibl. Sexualität **04.-09. APR**
Leitung: Maitreyi Piontek
Datum: 04.-09. April 2012
Ort: Hof Oberlethe (Wardenburg b. Oldenburg)
Infos: www.maitreyipiontek.de
Eine weibliche Einweihung für spirituelle Sucherinnen. Intensivseminar für eine ganzheitliche Einführung in den heilenden Umgang mit deiner Sexualität.



Vortrag: Fit, gesund & schlank **11. APR**
Leitung: Christiane Reck
Datum: 11.4., 25.04. und 06.06.12, je 18.30 Uhr
Ort: Naturheilpraxis Ralph Reck, Gartenstr.4, OL
Infos: Christiane Reck, 0441.594310
In diesem Vortrag erfahren Sie, wie einfach es ist, das Wohlfühlen und die eigene Gesundheit mit guten Lebensmitteln selbst in die Hand zu nehmen.



Tag der Offenen Tür im Sampoorna Yoga Z. **21./22. APR**
Leitung: Bernhard Dökel
Datum: 21.-+22.04., kostenl. Probestd. 11 + 14 h
Ort: Sampoorna Yoga Zentrum, Zeughausstr.70/72
Infos: www.sampoorna-yoga-oldenburg
Kostenlose Probestunden, dazwischen ein yogisches vegetarisches Buffet. Neue Kurse für Anfänger ab 30.4. Weitere Probetermini 30.4.-11.5.



Infotag: Spiritueller Selbstheilungszyklus **22. APR**
Leitung: Melanie Westerheide, HP (Psychotherap.)
Datum: Sonntag, 22.04.12 um 14.00 Uhr
Ort: Kieselhorst 1, 27243 Winkelsett
Infos: mw156@web.de, 04434.9189015
Bei Kaffee & Kuchen Infos bekommen; Kennenlernen des im Juni startenden spirituellen Selbstheilungszyklus zur Veränderungsbegleitung Deines Lebens.



Vortrag: Was ist Human Design **24. APR**
Leitung: Svaha Schöpfer
Datum: 24.04.12, 19.30
Ort: BeKoS e.V., Lindenstr. 12a, 26123 Oldenburg
Infos: www.svaha.de/info
Eine Landkarte der Planetenstände vor und während der Geburt, die in die Hexagramme des I Ging fallen und somit Energiezentren des Körpers aktivieren.

Seminare & Workshops

In dieser Rubrik veröffentlichen wir in kalendarischer und übersichtlicher Form Vorträge und Seminare. Kontakt: Buchhandlung Plaggenborg, Tel.: 0441.17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de



Yoga am Schloss
OLDENBURG

Bettina Keller - Karin Kneifel

Schlossplatz 26
26122 Oldenburg

Telefon: 0441 - 99 89 333

info@yogaschule-oldenburg.de

www.yogaschule-oldenburg.de

Bushido
Sportschule
Oldenburg



Melkbrink 13 • 26121 OL

Telefon: 0441 - 85726

ACHTSAMES LEBEN
im Abonnement!



4 Ausgaben
per Post nur 10,- €

Bestellung unter
0441.17543 oder

info@achtsames-leben.org

Seminare & Workshops

Franz Bardon
Die Praxis
der magischen Evokation



Franz Bardon Der Weg zum wahren Adepten

Das Geheimnis der 1. Tarotkarte. Theorie und Praxis der hermetischen Einweihung.

25. Auflage!

393 Seiten, geb., € 32,00

*

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. € 26,50

Rüggeberg-Verlag

T./Fax: 0202-592811

www.verlag-dr.de



Vortrag: **Typenrichtiges Lernen**

Leitung: Anne Becker

Datum: 11.5., 11.6., 11.7.12

Ort: Vor dem Holze 5, 26209 Hatten

Infos: 04482.980612, www.lerntypberatung.de

Jedes Kind kann schreiben, lesen, rechnen lernen - wenn man seinen Lerntyp berücksichtigt!

11.
MAI



Seminar: **Das Drehbuch der Liebe**

Leitung: Harald Reinhardt, Inst. f. Psychosynthese

Datum: 11.-18. Mai 2012

Ort: KUNZEHOFF (am Jadebusen)

Infos: www.psychosyntheseinstitut.de

Das Drehbuch der Liebe - die verborgene Melodie meiner Beziehungsgeschichte finden.

11.-18.
MAI



Gruppe: **„Garten der Liebe“**

Leitung: Monika Entmayr & Reiner Kaminski

Datum: 16.-20.05.12, Mi-Abend bis So-Mittag

Ort: KUNZE-Hof (Am Jadebusen)

Infos: www.liebeskultur.de, 04435.9204277

Als Paar eine erfüllte Liebeskultur entwickeln: liebevolle Berührung, bewusste Begegnung, Wünsche u. Bedürfnisse erforschen, partnerschaftliche Kommunikation.

16.-20.
MAI



Seminar: **Qigong - Himmelfahrt a. Spiekerooog**

Leitung: Lüer Mehrstens, wudang-Zentrum Bremen

Datum: 17.-20. Mai 2012

Ort: Haus am Meer, Spiekerooog

Infos: www.wudang-bremen.de, 0421.702427

240,- € Seminargebühr + 230,- € Übernachtung + Vollverpflegung (Einzelzimmer gegen Aufpreis möglich). Information u. Anm.: www.wudang-bremen.de

17.-20.
MAI



Workshop: **„The Work“ of Byron Katie**

Leitung: Susanne Dames

Datum: 9.+10.6., jeweils 10-17 Uhr

Ort: bitte erfragen

Infos: 0441.704494, www.susanne-dames.de

Intensiver Einstieg in dieses kraftvolle Selbst-Coaching. Info-Veranstaltung am Freitag, den 1.6.2012 um 20 Uhr.

09.-10.
JUN



Seminar: **Nia und Yoga Reise**

Leitung: Susann Fischer und Doreen Tönjes

Datum: 20.-27. Juli 2012

Ort: Seminarhaus MaRah

Infos: 0441.2176293 oder 0441.6842887

Yogaübungen wirken reinigend und stärkend. Nia ist Tanz, Kampfkunst, Lebensfreude in Bewegung! Mehr dazu unter www.nia-oldenburg.de

20.-27.
JUL

Seminare & Workshops

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.

Autor: Satkar Joachim Barteit

Hörst Du den Weckruf der Seele...?

„Innere Arbeit auf dem inneren Weg“ als Schlüssel für den Ausstieg aus seinem EGO-Leiden



Enneallionce
School for Inner Work

Jeder Mensch will glücklich sein – glücklich sein, auf seine eigene Art und Weise. Was für den Einen Glück bedeutet, tut es für den Anderen noch lange nicht. Was ist also Glück? Und wer in mir entscheidet, was Glück ist und wann ich glücklich bin?

Aus der Entwicklungspsychologie wissen wir, dass wir uns etwa die ersten 3 Lebensjahre relativ schutzlos, hilflos, und ohnmächtig fühlen und letztlich auf den Schutz, die Hilfe, und die Liebe der Eltern angewiesen sind und dass dies alles die Grundlage für Glück ist. Aber wer hat schon solche weise, liebende, gütige und bewusste Eltern erfahren?

Wir wissen, dass sich im Laufe unserer geistig-seelischen Entwicklung im Alter von ungefähr 3 Jahren das ICH herausbildet mit seinen Abwehrmechanismen zu lügen, zu verleugnen, zu verdrängen, sich abzuspalten, zu vergessen u.a., um den Verlust unse-

rer ureigenen Essenz, erfahren als Schmerz, Angst, Mangel oder Spannung, zu kompensieren. Wir erfahren uns immer mehr als „ICH will nicht“, „ICH will es anders“ oder „ICH weiß gar nicht was ich will“. Dieses ICH wird im Laufe des Lebens immer mehr verdichtet, bis wir irgendwann gar nichts anderes mehr kennen und wollen. Wir sagen: das bin ICH, das ist mein Leben.

Und das ist eine bequeme Lüge, in der ICH mein Leiden kontrolliere. Lieber leiden, als lösen. Bis das ICH scheitert oder aufgibt, meistens durch das Leben – Versagen, Krankheit, Trennung, Verlust, Tod.

Wer und wo ist dieses ICH? Die moderne Hirnforschung hat das gesamte Gehirn erforscht und kommt zu dem Schluss, dass es keinen bestimmten Ort für dieses ICH gibt. Eigentlich existiert es nicht – und doch existiert es. Nur durch uns – durch unsere unbewusste, energetische, lebendige Hinwendung von Identifikation mit alten bedrohlichen Gedanken und Gefühlen, mit Wünschen und Zielen, die aus der Not und der Mangelerfahrung des Kleinkindes geboren sind.

„Innere Arbeit auf dem Inneren Weg“ ist das bewusste Erforschen dieses ICHs, welches

immer das Gute, das Beste will, aber im Sinne von Goethe gesprochen, doch stets das Böse, das Schlechteste schafft.

In der inneren Arbeit auf dem inneren Weg lernen wir die Unterscheidungskraft zwischen unserem ICH und unserem fühlenden Wesen. Es entsteht ein Bewusstsein von innerem Sehen und Hören, sodass ich in jedem Moment die Wahl habe für den Schlaf oder die Wachheit, Himmel oder Hölle. Diese Arbeit beruht auf der Grundlage des Mystikers und Philosophen OM C. Parkin und seinem neu erschienenen Buch: „Intelligenz des Erwachens – die spirituelle Neugeburt des Menschen“ (Advaita-Media-Verlag).

Ich arbeite seit 18 Jahren als heilkundlicher Psychotherapeut und bin seit 8 Jahren Schüler von OM. Ich bin autorisiert von OM als Lehrer des erweiterten Kreises, der 1995 gegründeten „Enneallionce School for Inner Work“, seine Lehre von „innerer Arbeit“ weiterzugeben.

Termine, Info oder unverbindl. kostenloses Gespräch:
Satkar Joachim Barteit,
Karuschenweg 67c, 26127 OL,
Tel. 0441-683655, E-Mail:
horusbart@t-online.de

verteilerliste *achtsames leben***Verteilerliste Achtsames Leben, Stand März 2012**

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; Büsingstift, Wallgraben 3; PFL-Kulturzentrum, Peterstraße 3; Stadtbibliothek im PFL-Kulturzentrum, Peterstraße 3; Wilhelm 13, Wilhelmstr. 13; Roman Wagner-vom-Berg, Blumenstr. 15; Cafe Kneipe Casablanca, Johannesstraße 19; **26122:** Bio-Back, Mottenstr. 19; Cafe Klinge, Theaterwall 47; Cafe Raster, Friedensplatz 1; Reformhaus Ebken, Haarenstr. 31; Stadtbäckerei Achternstr. 47; Stadtbäckerei Lange Str. 31; Stadtbäckerei Lange Str. 87; Pierre Toberek, Bahnhofplatz 4; Praxis Sandra Rasch, Bahnhofplatz 2a; Praxis Galuska, Osterstr. 8; Jin Shin Jiutsu-Praxis Bindgen, Cäcilienplatz 1; Praxis Dr. Reck, Gartenstr. 4; Reformhaus Ebken, Schüttingstr. 2; Ganessa, Schüttingstr. 5; Bistro Safran, Mottenstraße; Naturkosmetik Terra Natura, Gaststr. 12; Kaffeekunst, Bergstr. 6; Teehandel Schliemann, Kurwickstr. 8; Leder Driebold, Kurwickstr. 33; Kaffee & Kleid, Kurwickstr. 6; Praxis Dr.Toben-Hermann, Lange Str. 77; Metabolic Balance Zentrum, Schloßplatz 20; Yogaschule Oldenburg, Schloßplatz 26;

Stadt Oldenburg

26121: Seminarhaus Christa Harms, Zeughausstr. 22; Sampoorna Yoga, Zeughausstraße 70/72; Antiquariat Buchstabe, Ofener Str. 31; Rosenhaus (Haus Weskampstraße), Weskampstr. 28; Praxis Schoenfelder, Würzburger Straße 10; Forum Ziegelhof, Ziegelhofstr. 77; Praxis Ralf Knorr, Gertrudenstr. 14; Sauna Am Melkbrink 42-44; Praxis Einklang, Porsenbergrstr. 12; Praxis Antje Jarschewski, Metzgerstr. 10; **26122:** Praxis von Koenen, Roggemannstr. 13; Stadtbäckerei Hauptstr. 47; Johannes Weerts, Hauptstr. 66; Stadtbäckerei Tannenstr. 31; **26123:** Buchhandlung Plaggengro, Lindenstr. 35, Aikido-Dojo, Lindenstr. 11; Cafe Kneipe Havana, Donnerschwerstr. 8; Restaurant Zocalo, Donnerschwerstr. 31; Olga Naturkost, Donnerschwerstr. 58; Koopmann's Biomarkt und Horizonte, Nadorster Str. 54-56; Tuchführung, Nadorsterstr. 62 OL; Aura Soma Regina Bauer, Bürgereschtr. 27; Stefanie Wahlen, Sandstr. 17; Praxis Birgit Zuschneid-Götsch, Donnerschwerstr. 226; Monika Wiefereg, Ammergaust. 124; **26125:** HP Gisela Richter, Rügenwalderstr. 12; Stadtbäckerei Butjadinger Str. 341; **26127:** Stadtbäckerei bei Familia, Scheideweg 100; Stadtbäckerei Alexanderstr. 338; ISAK Institut, Karuschenweg 67c; Helga Friebe, Am Alexanderhaus 64; Stefanie Putzke, Wittingsbrook 44b; Aenne Milnikel, Feldstr. 74; Michaela Lewitz, Rauhehorst 93c; Praxis Marion Strauß, Johann-Justus-Weg 154; **26129:** Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 70; Astrologie-Praxis, Uwe Christiansen, Strackerjengstraße 10; Koopmann's Biomarkt, Uhlhornsweg 99; Gesundheitshaus, Drögen-Hasen-Weg 32; TGO, Marie-Curie-Str. 1; Sigrid Thimm c/o TGO, Marie-Curie-Str. 1; Stadtbäckerei bei Familia, Posthalterweg 100; Reformhaus Ebken bei Familia, Posthalterweg 100; Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 397; Praxis Old. Hebammenpraxis, Bloherfelder Str. 82; Praxis Klaus Siraazy, Bloherfelder Str. 109; Stadtbäckerei Bloherfelder Str. 157; Stadtbäckerei, Bloherfelder Str. 222, Praxis Siegfried Ober, Schrampenweg 95; **26131:** Isis-Praxis, Edewechter Landstr. 18; Praxis Beate Korfe, Marschweg 123; Sabine Reinker, Ahlkenweg 70a; Dt. Fachzentrum f. Stressbewältigung, Tegelkamp 28; Monika Müller, Osterkampsweg 163; **26133:** Stadtbäckerei im Kreycenentrum, Harreweg 151; **26135:** Irina Matz, Elisabethstr. 4; Cafe am Damm, Am Damm 36; Sternenwiege, Altenseschtr. 3; Homöopathische Praxis Koch, Bremer Str. 40; Seminarhaus am Kanal, Kanalstr. 4; Paracelsus Schule, Kanalstr. 23; Donata Wortmann, Alte Amalienstr. 37-39; Moveo, Hermannstr. 17; Praxis Dr. Ines Blischke, Lustgarten 13; Mehrgenerationenhaus, Cloppenburgstr.; Susanne Dames, Bremer Heerstr. 33; Birgit Bruns, Eisvogelring 83b; Ursula Richert, Am Hayengraben 29; Angelika Nierentz, Leffersweg 14c; Yoga Vidya, Breslauer Str. 74;

Kreis Oldenburg

26197: Komkraft Hostüne, Am Forst 2, Huntlosen; Ute Schierz, Fladderskamp 32, Großenkneten; **26203** Wardenburg u.a.: Medizin. Bäderpraxis, Hunoldstr. 111 a, Hundsmühlen; Christiane Schwarzhuber, Hermann-Labohm-Str. 1, Hundsmühlen; Tonja Hauser, Nachtigallenweg 5, Tungeln; Sabine Büsselmann, Birkenweg 37a, Tungeln; Gabriela Giretova, Neuer Hort 26, Tungeln; Praxis Nicola Hassold-Piezunka, Dorfwinkel 19, Tungeln; Lethé-Apotheke, Oldenburger Str. 232, Wardenburg; Beatrice Steiff, Tannenstr. 12, Wardenburg; Buchhandlung Lesezeit, Friedrichstr. 11, Wardenburg; Bianca Koch, Huntloserstr. 313, Westerburg; Hof Oberlethe, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sharing the Presence, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sabine Kickler, Wiesenstr. 22, Achternholt; Praxis Josef Stotien, Möhlentangen 32, Littel; **26209** Sandkrug u.a.: Reformhaus Praciak, Astruper Str. 1; Kreatürlich, Astruper Str. 3; Praxis Gerd Decker, Kiebitzweg 2; Praxis Tanja Meier, Blumenstr. 7; Günther Schönknecht, Schulweg 52; Petra Wöhler, Alter Postweg 29; Rainer Müller, Auf dem Kötjen 14, 26209 Sandhatten; **27749** Delmenhorst u.a.: Yoga-Praxis Bors, Bremer Str. 64; Reformhaus Ebken, Lange Straße 112/114; Natürlich Biologien, Wittekindstr. 10, **27777** Ganderkesee; Diana Boldt, Schönemoorer Dorfstraße 29, Ganderkesee/ Rita Ravensberg, Katzenböker Berg 34, 27793 Wildeshausen; Flax Naturkost, Zwischenbrücken 11; Kunstharke, Bahnhofstr. 9; **27798** Hude: Lichtblick Seminarhaus, Sandersfelder Weg 2; Christiane Rudolph u. Matthias Badzun, Bahnhofsweg 5, Hude/ Grummersort; Haus Sonnenblume, Witte-Lenoir-Str. 12; Angela Schmidt, Hohlhelcht 41; Brigitte Pung, Grüner Weg 7; Xandra Vogelsang, Langenberger Sand 12; Ihr Bioladen, Parkstr. 61; **27801** Dötlingen: Angelika di Bernardo, Dorfring 27a; Svaha Anke Schöpfer, Im Fuhrenkamp 11;

Kreis Ammerland:

26160 Bad Zwischenahn: Entwicklungswege Mechthild Hesse-Herr, Peterstr. 7; Reformhaus Ebken, Peterstr. 20; Praxis Ursula Amelung, Bahnhofstr. 4-6; LEB, Bahnhofstr. 18; Stadtbäckerei, In der Horst 12; Praxis f. Ergotherapie u. Kinesiologie, In der Horst 10; Naturkost u. Lebensart Albani, Mittellinie 70, Petersfehn; Praxis Thomas Hustert, Hermann-Ehlers-Str. 5b, Ofen; Naturheilpraxis Consoir, Mastenweg 49 f; **26180** Rastede: Buchhandlung Tiemann, Bahnhofstr. 4; Praxis Gerd Schnesche, Bahnhofstr. 2d; Martina Dombrowski, Schulstr. 54g; Margit Bloss-Schneider, Dörpstraat 20, Klangwelten Andreas Rehländer, Am Hardenkamp 44; **26188** Edewecht: Praxis Ursel Plettenberg, Hauptstr. 6c; Buchhandlung Haase, Hauptstraße 73; **26215** Metjendorf/Wiefelstede: Renfried Seminare, Jürneweg 4b; Angela Reins, Thienkamp 95; Gesundheitsteam Pollak, Eisenstr. 22; **26219** Petersdorf/Bösel: Naturheilpraxis Vehnmoor, An der Velthe 1; **26689** Augustfehn u.a.: Antje Ruprecht, An den Eichen 2; Helga Gerdes, Osterende 38, Apen, Britta Wallburger, Gartenstr. 3, Tange; **26655** Westerstede: Uta Link und Rolf Kuhlmann, Weshorn 37; Frauke Blume, Berliner Str. 25; bioladen, Gaststr. 3; Buchhandlung Lesezeichen, Peterstraße 17; Praxis für funktionelle Osteopathie, Gisela Dehne, Upn Hoff 8; **26676** Barbel: Monika Geesen, Westmarkstr. 37;

Kreis Friesland:

26316 Varel: Reformhaus Ebken, Hindenburgstr. 2; Rosenberg Zentrum, Rosenberger Str. 43; Nu-Ra Stefanie Towarnicki, Blumenstr. 18; Die grüne Insel, Oberstr. 16; Der Küstenfriseur, Zum Jadebusen 133; Altes Kurhaus, An der Rennweide 46, Varel-Dangast
 Marike Sprung, Pohlstr. 76, **26340** Neuenburg; Reikihaus Friesland, Ellens,37, **26340** Zetel; Lilli Ahlers, Fichtenstr. 18, **26345** Bockhorn; Institut f. Energet. Kinesiologie, Hauptstr. 6, Bockhorn; Vera Maier, Kreuzmoorstr. 50, **26349** Jade; Friseursalon Haarmonie, Meisenstr. 35, **26349** Jaderberg; Michaela Wolthaus, Oldenburger Str. 18a; Praxis Peter J. Tönges, Usedomer Str. 8; **26419** Scharstens; Gabriele Janz, Störtebeckerstr. 12b, **26434** Wangerland; Buchhandlung Tolksdorf, Am Kirchplatz 21, **26441** Jever: Wunschfänger, Alter Markt 17, Jever; **26452** Sande: Praxis Andrea Christoffers, Diekstaalstr. 3,

Stadt Wilhelmshaven:

26382: Holger Ulrich, Bremer Str. 103 a; Reformhaus Ebken, Nordseepassage, Bahnhofstr. 10; Praxida-Brigitte Siehl, Rheinstr. 101; Doris Bergmann, Sengwarder Str. 149

Kreis Wesermarsch:

Kunze Hof, Deichstr. 16-18, **26937** Seefeld; Reformhaus Ebken, Breite Straße 23, **26919** Brake; **26954** Nordenham: Reformhaus Ebken, Bahnhofstr. 26; Dt. Angestellten-Akademie, Marktplatz 8; Soham Yogazentrum, Ludwigstr. 8; Catarina Auffarth, Gauweg 6, **26969** Butjadingen; Sabine Habenicht, Paalweg 5, **27804** Berne;

Stadt Emden:

Reformhaus Ebken, Am neuen Markt 4, **26721**; Ambulanter Justizsozialdienst, Steinstr. 4; Hermine Baltzar, Jollenweg 22, **26723**; Andrea Barghoorn, Max von Laue Str. 4;

Kreis Leer/ Norden:

Reiki-Oase, Alte Warfen 1, **26670** Uplengen-Remels; Wendeline Schwarz, Möwenstr. 40, **26759** Hinte; **26789** Leer: MS Florina, Mühlenstr. 26; Reformhaus Ebken, Mühlenstr. 99; Buchhandlung Eissing, Mühlenstr. 106 ; Gedine Zellmer, Friedhofstr. 12; Dagmar Rietz, Daimlerstr. 9; Naturheilpraxis, Saxumer Ring 3, **26826** Weener; Naturheilpraxis Diddens, Am Katjedeep 7, **26831** Bunde; Naturheilpraxis Hinrichs, Birkenstr. 36, **26831** Bunde; Rosy Breitkopf, Schifferstr. 374, **26842** Ostrhauderfehn; Flinderke Naturkost, Am Flindhörn 28, **26842** Ostrhauderfehn; Naturheilpraxis Petra Lucia Tapper, Brunter Weg 13, **26845** Nortmoor;

Kreis Aurich:

26506 Norden: Reformhaus Ebken, Neuer Weg 23; Buchladen Neuer Weg, Neuer Weg 85; Lichtquelle, Neuer Weg 66; Brigitte Janssen, Nordsternstr. 1; **26603** Aurich: Stadtbibliothek Aurich, Hafenstr. 7; Das Einhorn, Burgstr. 40; Cirksema Apotheke, Kirchdorfer Str. 3a; Bio-Baier, Fockenbollwerkstr. 15; Eva-Maria Heimann, Allensteiner Str. 2; Reiki-Zentrum, Mozartstr. 7b; Gertrud Willms, Esenser Str. 228, **26607** Aurich: Praxis für ganzheitliche Lebensberatung, Deichhauserstr. 8, **26624** Südbrookmerland; **26629** Großefehn: Energetix Martina Opper, Nordenwieke Süd 15; Praxis Leonre Bälts, Voerstad 5, Bagband;

Ostfriesische Inseln:

26465 Langeoog: Waltraud Hunger, Am Weststrand 15; **26486** Wangerooge: Sandra Weller, Charlottenstr. 41c, **26757** Borkum: Marina Byl, Am langen Wasser 1; Heimke Moll, Sophienstr. 8;

Kreis Emsland:

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

Kreis Cloppenburg:

26169 Friesoythe: Buchhandlung Schepers, Lange Str. 9; Edelsteinstübchen Gunda Koopmann, Schützenstr. 52; Gabriele Werquet, Eichenweg 12a; Maria Meyer, Schwaneburgerstr. 77; Beate Sieverding, Schulstr. 3, **49624** Lönigen; **49661** Cloppenburg: Königsapotheke, Mühlenstr. 2; Barbara Ten Hagen, Hagenstr. 14; Elisabeth Tepe, Danziger Str. 17, **49681** Garrel;

Stadt Bremen:

Amara-Praxisschulen, Martinistr. 60, **28195** HB; Reformhaus Ebken, Pappelstr. 86, **28199**; Christine Keidel-Joura, Delmestr. 74, **28199**; Reformhaus Ebken, Ostersteinweg 87, **28203**; SteinReich im Atrium, Vor dem Steintor 34; Petra Nordhaus, Feldstr. 94; Reformhaus Ebken, Hamburger Str. 7, Wudang-Zentrum, Grundstr. 3; **28205**; Gabriela Luft, Am Rosenberg 11, **28207**; EOS-Institut, Schwachhauser Heerstraße 55, **28211**; Reformhaus Ebken, Waller Heerstr. 1, **28217**; Reformhaus Ebken im Roland-Center, Alter Dorfweg 30-50, **28259**; Wolfgang Schnetzer, Brakkämpe 56, 28259; Eva-Maria Braunschweiger-Brixel, Oberneulander Landstr. 4, **28355**; Nepal Lodh, Schwachhauser Heerstr. 266, **28359**; Ulrike Müller, Lesumer Brink 14, **28717**;

Bremerhaven und umzu:

Morgenland, Bgm.-Smidt-Str. 109, **27568** B'haven; Praxis Marion Elsner, Buchstr. 39-41, **27570**; Praxis Birgit Spangenberg, Im Unterdorf 11, **27570** Beckeln; Praxis Lahn-Samsel, Lengstr. 7, **27572**; Klaus Römer, Magelsen 36, **27318** Hilgermissen; Hotel Taranga, Zum Glockenturm 14-20, **27356** Waffensen;

Sonstige:

Anja Schubert, Am Löschteich 13, **27478** Cuxhaven; Heike Engel-Wollenberg, Fuhrenweg 1, **27612** Loxstedt- Bexhövede; Editha Winkes, Iltisweg 9, **27616** Beverstedt; Ingrid Niewerth, Sielstr. 25, **27628** Sandstedt; Brigitte Thomann, Am Mahnhamm 17, **27638** Wremen; Bücher von Pössel, Große Str. 96, **49377** Vechta; Andrea Diekmann, Lindenstr. 21, **49413** Dinklage; Irene Loose, Buerschestr. 93 Eing. Kanonenweg, **49084** Osnabrück; Praxis Marika Ahlers, Vahrenkamp 6, **49424** Goldenstedt;

wer macht was *im internet?*

Abwun – Meditation – der Neuanfang, Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de/abwun
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
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, Schreibwerkstatt – Mechthild Buse:	www.sternundfeder.de
Astrologie, raum und zeit, Beratung, Stundenastrologie:	www.raumundzeit-astrologie.de
Atelier – Schmuck Design – Edle Steine – biigalla®:	www.biigalla.de
Aufstellung der beruflichen Innen- und Außenwelt:	www.zufrieden-im-beruf.de
Aura Soma® Farb- und Duftessenzen:	www.licht-wege-land.de
Ausbildung – Kinesiologie – Kinergetics n. Philipp Rafferty:	www.josefstotten.de/kinergetics1
Ausbildung im Geistigen Heilen – Engelheilungen – Reiki:	www.reiki-samara.de
Berufsorientierende Beratung, Personalberatung und Coaching:	www.beruf-plus.de
Biodanza®: Musik, Tanz, Begegnung in der Gruppe:	www.biodanza-oldenburg.de
Biodanza® in Oldenburg – mit Lars Ruge:	www.biodanza-in-oldenburg.de
Bücher, CDs, DVDs rund um das ganzheitliche Leben:	www.buchhandlung-plaggenborg.de
Edelsteine, ätherische Öle, Räucherwerk, schamanische Klänge:	www.salute-isis.de
Familienstellen und Systemaufstellungen:	www.praxis-jaruschewski.de
Feng Shui E. Lauper, Gro- & Einzelhandel mit Feng Shui & Geschenkartikeln:	www.feng-shui-elauper.de
Holistische Kinesiologie – Birgit Zuschneid-Götsch:	www.www.kinesiologie-ol.de
Hotel, Seminarhaus in Mecklenburg:	www.gutshaus-stellshagen.de
ISAK-Institut + Psychologische Praxis „Horus“ Joachim Barteit:	www.isak-institut.de
J. Kamphausen Verlag, Bielefeld:	www.weltinnenraum.de
JIN SHIN JYUTSU - Oldenburg, Eika Bindgen:	www.jinshinjyutsupraxiskurse.de
Kinesiologie-Ausbildung, Matthias Weber:	www.kinesiologie-akademie.com
Klassische Homöopathie – HP Dr. Nicola Hassold-Piezunka:	www.www.praxis-piezunka.de
Kunstatelier Naumann – künstler. Kurse/kunsttherapeutische Begleitung:	www.kunstatelier-naumann.de
Kunsttherapie/Kunst Zwischenraum Heike Seifert:	www.zwischenraum.info

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?*

Kunsttherapie, Coaching, Kunstprojekte	www.atelier-fuer-lebensgestaltung.de
Kurse und Seminare zur Stressebewältigung, Ausb. zum Stresscoach:	www.dfme.de
LebensKunst Weser-Ems – Infoportal für ganzheitliches Leben:	www.lebenskunst-weser-ems.de
Lichtchannelheilerin: Heilerin der neuen Zeit:	www.angela-schmidt-praxis.de
Massage lernen und genießen, Ganzheitlich Energetisch:	www.norddeutschemassageschule.de
Massage, Tantra, Therapie, Seminare u.a.:	www.integralis-net.de
Meditation auf Licht und Ton:	www.Santmat.net
Meditationskissen-Manufaktur in Oldenburg:	www.meditationsaustattung.de
Metabolic Typing, Health Kinesiology, Geistiges Heilen:	www.kinesis-tonjahuser.de
Naturheilpraxis und Seminare:	www.renfried.de
Nichtraucher durch Hypnose – Oldenburg:	www.freier-nichtraucher.de
Osteopathie + Wirbelsäulenbehandlung, Christiane Schwarzhuber:	www.praxis-oldenburg.de
Paarberatung und -workshops, Monika Entmayr & Reiner Kaminski:	www.liebeskultur.de
Pferde – Lehrer des Lebens, Releasing u. a. :	www.gesundheitspraxis-calendula.de
Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Körperpsychotherapie und Entspannung:	www.paffy.net
R.E.S.E.T. – Kiefergelenksentspannung – Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de/reset
Rutengänger Rainer Müller:	www.rutengaenger-Feng-Shui.de
Schamanische Heilsitzungen für Mensch & Tier:	www.schamanische-heilsitzungen.de
Selbsterforschung und Enneagramm, Familienstellen:	www.svaha.de
Seminarhaus bei Wardenburg...auch Heilfastenkurse:	www.Hof-Oberlethe.de
Seminarhaus im Lebensgarten:	www.lebensgarten.de
Seminarhaus, Mediale Praxis, Spirituelle Seminare:	www.forum-am-fluss.de
Silke-Wosab-Gaur – Ganzheitliche Physiotherapie:	www.praxiseinklang.de
Stressbewältigungs- und Entspannungstherapie – Fachausbildung:	www.dfme.de
The Reconnection, Reconnective Healing:	www.www.entwicklungswege.com
Therapeutisches und spirituelles Zentrum:	www.rosenhaus-oldenburg.de
Thomas Hübl, ist ein zeitgemäßer spiritueller Lehrer:	www.thomashuebl.com
Tier-Kinesiologie:	www.sybille-seifried.de
Tierkommunikation: Ruth-May Johnson - erfahren, was Ihr Tier fühlt:	www.tiercomm.de
TranceDialog® – Geführte Trancereisen auf Audio-CD:	www.trancedialog.eu
Yoga Wellness LifeArt – Ihr Spezialist für Yoga-Zubehör:	www.kasha-boulevard.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)

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

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

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 in Oldenburg & Huntlosen
 - von Paar zu Paar oder einzeln
 - im Rosenhaus (OL) oder in unserer Praxis
- 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



Abhyanga und mehr

- Ayurvedische Ölmassagen und Spezialanwendungen, z.B. bei Rückenproblemen
- Ernährungsberatung nach Ayurveda
- Hawaiianische Lomi Lomi Nui und Kahi Loa
- Kindermassagen
- Massagekurse
- Viniyoga

Ayurveda-Jivan Pramoda Sabine Altmann Peter Altmann

Stettiner Weg 5
27798 Hude
04408.3089819
www.ayurveda-jivan.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-26123 Oldenburg
P-8500-307 Portimao/Algarve
quantenheilung-erleben.de
die-kinesiologie-ausbildung.de
Berufsverbände DGAK, ÖBK, IASK

Aktiv & Gesundheit



- BREUB Entspannungsmassagen
- DORN Dynamikmassagen
- ENERGIEBALANCE
- Touch for Health
- BRAIN GAM
- Burnoutprävention
- QUANTENKINESIOLOGIE
- WELLFIT-Wochenenden m. Übernacht.

**PR CONSULT & GESUNDSHEITSBERATUNG
FÜR RÜCKEN, FÜSSE & GELENKE**
Petra Rathmann

Dipl. Betriebsw., Gesundheitsberaterin
Begl. Kinesiologin DGAK L1
Im Pollert 12, 26160 Bad Zwischenahn
04403.623333, www.pr-consult.net

Aktiv & Lebenslust



- Wiedereinstieg ins Berufsleben
- Hin zur Selbständigkeit
- Existenzgründung bei Heilberufen
- Individuelles Coaching
- Ganzheitliche Beratung
- Mut, Stärke und Gelassenheit
- Einzel- o. Teamgespräche
- Vor Ort o. als Workshop m. Übernacht.

**PR CONSULT & EXISTENZGRÜNDUNG
KINESIOLOGIE & ENERGIEARBEIT**
Petra Rathmann

Dipl. Betriebsw., Gesundheitsberaterin
Begl. Kinesiologin DGAK L1
Im Pollert 12, 26160 Bad Zwischenahn
04403.623333, www.pr-consult.net
Bis zu 90% Förderung der Kosten!!!

Alexander-Technik-Nord.de



Alexander-Technik ist eine über 100 Jahre alte Form der Körperarbeit mit hohem therapeutischen Nutzen. Einschränkende Bewegungs- und Gewohnheitsmuster können so verändert werden.

Stark – Kraftvoll – Flexibel – und sanft zugleich

Maike Seeber
Physiotherapeutin – Alexander Technik

Gewohnheiten erkennen, nutzen und ändern

Info: 0441.92379061
www.Alexander-Technik-Nord.de

Alte und neuzeitliche Heilmethoden



- ganzheitliche Lebensberatung
- Meridian-Energie-Techniken
- Aufstellungen
- Energie- und Chakrenarbeit
- ToCh of Oneness
- Metamorphosemassage
- Fußreflexzonen- u. Breussmassage
- Bachblüten, Lichtwesenessenzen

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

Astrologie und spirituelle Psychotherapie



- Astrologische Beratungen
 - Beziehungshoroskope
 - Jahreshoroskope
 - Seminare
- Psychotherapie
- Rückführungen
- Clearing

Astrologische Praxis
Uwe Christiansen
 Astrologie und HP (Psychotherapie)

Tel.: 0441.55185
 E-Mail: uwe.christiansen@onlinehome.de
 www.uwe-christiansen.de

Atelier – Schmuck Design – Edle Steine – biigalla®



biigalla®
individuelles schmuck design

- Unikat Schmuck
- Natürliche Edelsteine und Perlen
- Farbe Stil & Imageberatung
- Edelsteinberatung
 basierend auf intensiver
 Steinheilkundeausbildung

Birgit Debelts
Schmuck Design

Buschstraße 1
 26215 Wiefelstede/Neuenkrug
 Terminabsprache: 04402.911142
 Mobil: 0174.9656299
 www.biigalla.de

Aufstellung der beruflichen Innen- und Außenwelt



Gut aufgestellt
Mein Platz im Beruf

- Zusammenhänge begreifen
- Klarheit gewinnen
- Neues wagen

Eintagesseminare, kleine Gruppe,
 vertrauensvolle Atmosphäre,
 infosyon-Qualitätsstandards

Dr. Wolfgang Schnetzer
 Freier Trainer und Therapeut (HPG)
 Training – Beratung – Coaching

Brakkämpe 56
 28259 Bremen
 Tel.: 0421.5980725
 kontakt@zufrieden-im-beruf.de
 www.zufrieden-im-beruf.de

Aura Soma®-Farbpflege-Systeme® & -Ausbildung



- Aura-Soma®-Farb-Pflege-Systeme®
- Informationsabende
- Einführungs- und Tagesseminare
- Aura-Soma® Berater/in-Ausbildung
- 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 Geistheil



**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-Gödecke
Geistheilern / Physiotherapeutin

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

Beratung & Psychotherapie



- Psychotherapie
- Integrative Körpertherapie
- Gestaltberatung
- Paargespräche

Roswitha Breikopf
Dipl.Sozpäd. - Psychotherapie -

Ostrhauderfehn: 04952.942955
E-Mail: therapie@paffy.net
www.paffy.net

Biodanza®



**Tanzen – gemeinsam lachen –
purer Genuss an Bewegung und
Begegnung**

- am Dienstag mit Lars
- am Mittwoch mit Xandra
- am Donnerstag mit Bernhard

Bernhard Dökel, Tel. 0441.48551766
Sampoorna Yoga Zentrum
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

Buchhandlung Plaggenborg



- Bücher
 - CDs und DVDs
- Jetzt als Bestellbuchhandlung aktiv!

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

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
- regelmäßige 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 ...

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

Engel's Reiki



- **Seminare:**
- Basis-Seminar
- Vertiefungsseminare, u.a.:
Erzengelenergie, Krafttierenergie
Christusenergie, Buddhaenergie
Die Energien des Höheren Selbst
- Einzelarbeit
- Reinkarnationsarbeit
- Meditationsgruppen

Sabina Chanuria Reinker
Engel's Reiki Lehrerin

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

Entwicklungswege



- The Reconnection®
- Reconnective Healing®
- Klangmassage auf der Klangliege
- Aura Soma®
- EM - Effektive Mikroorganismen
- Praxis
- Ladengeschäft

Mechthild M. Hesse-Herr

The Reconnection Practitioner
Reconnective Healing Practitioner
Aura Soma®-Beraterin
zert. EM-Beraterin
Peterstr. 7, 26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403.8107372
www.entwicklungswege.com

Familien-/Systemaufstellung • Klassische Homöopathie



Familien- und Systemaufstellung

- Einzelarbeit & Seminare

Klassische Homöopathie

- Akut- + Konstitutionsbehandlung
- Kurse „Homöopath. Hausapotheke“

Praxis für Systemische Lösungen & Gesundheit

Antje Jaruschewski (HP)

Metzer Str.10
26121 Oldenburg
Tel.: 0441/9736194
E-Mail: info@praxis-jaruschewski.de
www.praxis-jaruschewski.de

Feng Shui Meisterschule



- **Feng Shui**
- Privat- und Geschäftsberatung
- Vorträge und Seminare
- **Ausbildung zum/r Feng Shui-Berater/in**
Bitte Unterlagen anfordern!
- **Coaching und Prozessbegleitung**

Europäische Feng Shui Meisterschulen – Schule Bremen, Hamburg, Hannover
Klaus Römer
Magelsen 36 • 27318 Hilgermissen
Tel. + Fax: 04256.720
roemer-fengshui@web.de
www.feng-shui-meisterschulen.net

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

Gestaltung des inneren und äußeren Raumes



- **Haus- und Grundstücksuntersuchungen**
• Geomantie, Feng Shui, Space Clearing
• Baubiologische Messtechnik
- **Ein heiler Ort heilt die Seele**
Eine heile Seele heilt der Ort
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Kinesiologie, Coaching
- Crystal-Clearing

Guntram Staudte
Röwekamp 5
26121 Oldenburg
Tel.: 0441.39063943
Fax: 0441.9833801
E-Mail: guntram.staudte@t-online.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

Kartenlegen



- **Einfühlsames, lösungsorientiertes Kartenlegen**
- Zukunftsdeutung
- Karmaberatung
- Konfliktlösung
- Gebete

Angela Reins
Kartenlegerin
Thienkamp 95
26125 Wiefelstede
Tel.: 04402.69125
www.traum-orakel.de

Kinesiologie für Mensch und Tier


Kinesiologische Balancen für Menschen, Tiere und Gruppen

- Tiere: Für Wohlbefinden und Lebensfreude
- Menschen: Für Veränderungsprozesse in allen Lebensbereichen
- Gruppen: Alle Arten, z.B. Abteilungen, Mannschaften, Offene Gruppen ...

Sybille Seifried

Kinesiologin (ITK)
 Dr. rer. nat. Biologie
 Praxis für Kinesiologie
 Eversten, 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

Klangwelten erleben



- Coaching
- Consulting
- Burnout Prophylaxe
- Business Entspannung
- Peter Hess Klangmassage
- Verkauf von Klangschalen
- Vorträge/Workshops/Seminare

Klangwelten erleben

Andreas Rehländer
 Am Hardenkamp 44
 26180 Rastede
 Tel.: 04402.984077
 Mobil: 0177.2302232
 E-Mail: info@klangwelten-erleben.de
 www.klangwelten-erleben.de

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®



- **Tanz- und Körpererleben**
 - Halbjahresgruppen für Frauen
 - Rhythmische Tanzmeditation
 - Chakrentanz, -meditation
- **Feiern von Bräuchen und Ritualen im Jahres- und Lebenskreislauf**
- **Spirit. Begleitung**
- **Lebensberatung**

Astrid Mügge

- offene Beratung freitags 17-18 Uhr
- Neues Programm

ISIS, Freie Praxis
 Edewechter Landstr.18
 26131 Oldenburg
 Tel. & Fax 0441.592328
 www.salute-isis.de
 E-Mail: info@salute-isis.de

Lichtchannelheilerin



- Hellsichtiges Channelmedium
 - für Erzengel und aufgestiegene Meister
 - Delphinmedium
- Tierkommunikation
- Jenseitskontakte
- Einblicke in Deinen Seelenplan und Seelenvertrag

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

Lichtpunkt



- Channeling
- Soul Clearing
- Spirituelle Heilung
- Lichtkörperprozess
- Bewusstseinstraining
- Einweihungen
- Energieessenzen
- Beratung & Coaching
- Seminare

**die Bewusstseinschule
 Angelika Myriel di Bernardo**

27801 Dötlingen
 Tel.: 04433.968939
 E-Mail: myriel@lichtpunkt-healing-art.de
 www.lichtpunkt-healing-art.de

metabolic balance Zentrum



- Strahlend gesund, fit und schlank**
 Hilfe bei
- Migräne
 - Bluthochdruck
 - Über- oder Untergewicht
 - Verdauungsbeschwerden
 - Allergien
 - Schlafstörungen
 - Diabetes mellitus Typ II u.a.

Christiane Reck

Ernährungsberaterin
 metabolic balance
 Schloßplatz 20, 26122 Oldbg.
 Tel.: 0441.59431070
 E-Mail: metabolic-balance@christiane-reck.de
 www.christiane-reck.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 Kinesiologie & Geistig. Heilen
 Metabolic Typing
 Nachtigallenweg 5
 26203 Wardenburg
 Tel.: 0441.8096118
 E-Mail: info@kinesis-tonjahouser.de
 www.kinesis-tonjahouser.de

Physiotherapeutische Praxis



- Shiatsu
- Dorn-Huck Methode (Wirbelsäulenth.)
- D.A.M. (Dreidimensionale Gelenkmobilisation)
- Cranio-Sacral-Balancing
- Strukturelle Fascienarbeit
- Emotio-Release-Massagen
- NLP

Ralf Knorr

Physiotherapeut
 Gertrudenstr.14
 26121 Oldenburg
 Tel.: 0441.9991690
 E-Mail: info@r-knorr.de
 www.r-knorr.de

Praxis für Gesundheit



- **Gesundheitsvorsorge** (Erkennen von Mangelzuständen, u.a. Vitamin D)
- **Darm-Sanierung**
- **Hildegard v. Bingen Therapie**
- **Behandlung chronischer Schmerzen**
- **Frauenthemen**
- **Hypnose**

Neu in Oldenburg!**Naturheilpraxis Sonja Wolf**

Edewechter Landstraße 52
26131 Oldenburg
Tel: 0441.92379578
E-Mail: wolf.sonja@gmx.net
www.heilpraktikerin-oldenburg.de

praxis für kinesiologie, kunst und yoga



- **Kinesiologische Einzelsitzungen**
- **Neue fortlaufende Yogakurse**
- **Interdisziplinäre Seminar-Reisen** (Yoga-Malreisen, Yoga-Butho-Tanztheater)
- **Ab Januar 2012 berufsbegleitende 1-Jahres-Hatha-Yoga-Lehrer/in! Ausbildung in Oldenburg**
Info: <http://www.paracelsus.de>

Dzenet Hodza

Dipl. Kunsttherapeutin/-pädagogin
Bereich Darstellende Kunst & Sprache
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Yogalehrerin (Hatha & Kundalini Yoga)
Kinesiologin (TfH, 3in 1 Concepts)
Info und Kontakt: 0441.7705936
E-Mail: dzenethodza@web.de
www.praxis3in1.jimdo.com

Praxis für Naturheilkunde & Psychotherapie



- **Klassische Homöopathie**
- **Energiearbeit**
- **Psychotherapie**
- **Astrologie**
- Beratung und Kurse -
- **Themenabende**

Doris Hilbig

Heilpraktikerin, Astrologin,
Ergotherapeutin

Elsflether Str. 219
26125 Oldenburg
Tel.: 0441.9602253
www.doris-hilbig.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

Sampoorna Yoga



- **Neue Yogakurse für Anfänger**
 - **Mittelstufe Senioren**
 - **Rücken Yoga**
 - **Kostenlose Probestunden**
- von den Krankenkassen unterstützt

Silke Pohl & Bernhard Dökel

Yogalehrer BYV – Yoga Hari
Schauspielpädagoge
Erziehungswissenschaftler M.A.
Zeughausstr.70, 26121 Oldenburg
Tel.: 0441.48551766
www.sampoorna-yoga-oldenburg.de
info@sampoorna-yoga-oldenburg.de



Schamanische Heilreisen

- Selbstheilung
- Seelenrückholung
- Kräfttiere
- Visionsfindung
- Rückführungen
- Problemlösungen
- Seminare

Oliver Behram Ritter
 Dipl.-Theologe, Schamane, Autor
 Am Sportplatz 19
 26209 Sandkrug
 Tel.: 04481.8565
 www.Innere-Goettin.de
 E-Mail: ritter-rota@t-online.de



Schlafplatzuntersuchung Geomantie / Seminare

- Messen aller vorhandenen Strahlen
 - Analyse der Wohnraumqualität
 - Beratung bei körperlichen und seelischen Zuständen
 - Pendel- und Rutenseminare
 - Rutengängerausbildung
 - Geomantieausbildung
- Jahresprogramm unter*
www.rutengaenger-feng-shui.de

Rainer Müller
 Rutengänger-Meister, Geomant
 Lebensenergie-Berater
 Auf dem Kötjen 14
 26209 Sandhatten
 Tel.: 04482.9809011
 rutengaengerinfo@online.de
 www.rutengaenger-feng-shui.de



Spirituelle Lebensbegleitung und Psychotherapie

- Spirituelle Lebensbegleitung und Psychotherapie
- Spirituelles Singen und Tönen
- Übungsgruppe Körperzentrierte Herzensarbeit nach Safi Nidiaye
- Gruppe „Spiritualität JETZT!“ mit Übungen von Eckart Tolle

Thomas Dopp
 Heilpraktiker für Psychotherapie
 im „Rosenhaus“
 Weskampstr.28, 26121 Oldenburg
 Tel.: 0441.36131050
 E-Mail: info@thomas-dopp.de
 Weitere Infos unter:
 www.thomas-dopp.de



The Work of Byron Katie

- Einzelcoachings
- Partnercoachings
- Workshops
- Info-Abende
- Privat-Seminare
- Work-Group-Oldenburg

Susanne Dames
Anerkannter Coach
für The Work of Byron Katie e.V. (VTW)
 Bremer Heerstr. 33
 26125 Oldenburg
 0441.5704494, 0176.30435295
 www.susanne-dames.de
 E-mail: info@susanne-dames.de



TouchLife®-Massage

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

Transpersonale und energetische Bewusstseinsarbeit



- Transpersonale energetische Bewusstseinsarbeit
- Supervision

Aramaiti Helga Nowak

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Dipl. Sozialpädagogin
Heiligengeiststr.1
26121 Oldenburg
Tel.: 0441.7703452

Verschiedene Formen Geistigen Heilens



- Magnetopathie
- imaginatives Heilen
- geistiges Heilen nach den Prinzipien der Homöopathie
- Energiekörperausgleich
- u. a.

Wilhelm Hofmann

Praxis für Geistiges Heilen
Ulmenstr. 46
26135 Oldenburg
Tel.: 0441.7793193
Mobil: 0157.72168176
www.wilhelmhofmann-geistigesheilen.de
weghof@web.de

Yoga und Ayurveda



- Einzelsitzungen und Beratungen
- Angstabbau Training
- Abnehmen und Regenerieren
- Ayurvedische Ernährungs- und Fastenberatung
- Yogaübungen
- Yogarituale für Selbstfindung
- Anti-Stress-Yoga gegen Schlafstörungen
- Kinderyoga

Nepal Lodh

Dipl.-Soz.Wiss., Yogameister
Tel.: 0421.239399, Fax 04432.1789
Schwachhauser Heerstr.266
28359 Bremen
Ausbildungslehrgänge f. Yogalehrer/in und ayurved.
Gesundheitspraktiker/n

Yoga Vidya Zentrum Leer und Ostrhauderfehn



- Yogalehrer-Ausbildung in 2012
- Grundkurse (Kassen gefördert)
- Yoga Aufbaukurse
- Meditation
- Psychologische Beratung
- Spirituelle Lebensberatung

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)
- Lachyoga
- Yogalehrer/innen-Ausbildung
- Kundalini-Meditation (OSHO)
- Psychologische Beratung

Simone Manamohini Hug-Breitkopf M.A.

Uwe Purnima Breitkopf, Dipl. Psych.
www.yoga-vidya.de/center/oldenburg
Breslauer Str.74
26135 Oldenburg
Tel.: 0441.5706528 oder 94919107

Anne Milnikel



Anne Milnikel
 Feldstr.74, 26127 Oldenburg
 Tel.: 0441.9620562
 www.aenne-milnikel.de
 info@aenne-milnikel.de

- Pädag.-neurolog. Kinesiologie
- Psychol.-neurolog. Kinesiologie
- Spirituell-energet. Kinesiologie
- Quantenpsycholog. Beratung

Alo ola pono Centrum



Uli Sa Lingenfelder
 Lomi Practitioner
 Breslauer Str.72, 26135 Oldenburg
 Tel.: 0441.2059269
 www.LOMILOM-Oldenburg.de

- Hawaiische Massage f. Frauen
- Lomi und Reiki Ausbildung
- Aura- und Chakraarbeit
- Matrix Energetics

Astrologie und Kartenlegen



Jutta Kalthoff
 Meisterkurs bei Allgeier & Noe
 Lenormandkarten - Tarot - Pendeln
 auch telefonische Beratungen

www.astrosita.de
 E-Mail: jutta-kalthoff@t-online.de
 Tel.: 04482.9739958

Aus Begrenzungen lösen



Sigrid Thimm
 Heilpraktikerin für Psychotherapie
 Tel.: 0441.36116150
 www.schamanische-heilreisen.de

- Schamanische Reisen
- Seelen-Rückholung
- Systemische Aufstellungsarbeit
- NLP
- Astrologie

Ava Tilia



Gabriela Giretová
 Neuer Hort 26
 26203 Tungen-Wardenburg
 Tel.: 04407.5343
 www.avatilia.de

- Lichtbahnen-Behandlung n. T. Thali
- Spirituelle Beratung u. Begleitung
- Weibliche Spiritualität

Beratung, Coaching, Training



... für ein ERFÜLLTES LEBEN

Uta Link
 Dipl. Betriebswirtin und
 Individualpsychologische Beraterin
 Weshorn 37, 26655 Westerstede
 Tel.: 04488.5208650
 utalink@erfuelltes-leben.com
 www.erfuelltes-leben.com

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 Bewusstseins-schulung

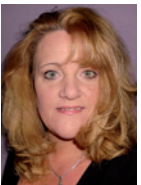
Channel und Heilbehandlung



Uta Knipper
 Amselweg 28a, 26209 Sandkrug
 Tel.: 04481/908531
 Uta.Knipper@ewetel.net

- Heilbehandlung auf der Grundlage von Reiki
- auf dem spirituellen Weg begleiten
- Engel Channel
- Lebensweg Channel

Easy Vital Coach



Martina Fuls
 Am Sodenstich 12
 26188 Edewecht/Friedrichsfehn
 04486.930083, 0151.22762384
 martina.fuls@gmx.de

- Suldiaa Venus Toosmo Reiki
- Blockaden lösen, Chakren reinigen
- mehr Energie für den Alltag
- Unterstützung z. Gesunderhaltung

Einrichtungsberatung n. Feng Shui



Julia Bolting
 Tel.: 0441.5099513
 Mobil: 0176.65623348
 www.Julia-Bolting.de
 info@Julia-Bolting.de

Einrichtungsberatung

- für Ihre Privat- u. Geschäftsräume
- Gartengestaltung
- Seminare und Vorträge

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

Haarmonie – Ihr Friseursalon



Bärbel Janßen
Spirituell orientierter Friseur
Reiki, Mond-Haarschnitte
Meisenstr. 35a, 26349 Jaderberg
04454.8417, 0174.4525154
baerbel.janssen@ewetel.net

Ihr kompetenter Haarstylist für ganzheitliches Wohlbefinden in herzlicher und harmonischer Atmosphäre.

Kunstatelier Naumann



Ute Ilona Naumann
Dipl. Kunsttherapeutin
Tel.: 04486.94571
www.kunstatelier-naumann.de

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

Lichtbahnen-Behandlung



Sabine Büsselmann
Birkenweg 37a, 26203 Tungenl
Tel.: 04407.2735
www.lichtbahnen-therapie-oldenburg.de

- Lichtbahnenbeh. n. Trudi Thali
- Lichtbahnen-Ausbild., -Berat.
- Engel-Seminare, -Readings
- Behandlung für Kinder

Rutengänger



- Haus- und Schlafplatz-Untersuchungen
- Elektromog-Untersuchungen

Lars Schmidt
Geestrandstr. 104
26180 Rastede
Tel.: 04402.9851260
E-Mail: af-on067@web.de

Geld & Psyche



Beratung in Finanzangelegenheiten
Ulrike Müller, Coach, Finanzexpertin
Dipl. Betriebswirtin, Syst. Aufstellerin
Terminvereinbarung 0421.3479334
www.neues-geldbewusstsein.de

- Vorträge*
- Seminare*
- Workshops*

*auf Anfrage im gesamten Bundesgebiet

Kommunikation f. d. (berufl.) Alltag



Kristin Brokopf
Kommunikationstrainerin und -beraterin
Tel.: 0441.54640
www.kb-kommunikation.de
kontakt@kb-kommunikation.de

- Kommunikationstraining für Privatpersonen und Betriebe
- Beratung als Klärungshilfe

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

Reiki & Yoga



Günther Schönknecht
Yoga-, Reiki- und Physiotherapeut
Schulweg 52, 26209 Sandkrug
Tel.: 04481.936520
www.reiki-yoga-ol.de
schoenknecht-rolfes@t-online.de

- Reiki I- IV.Grad nach Dr. Usui
- Yoga n. Mohan & Dr. Shrikrishna
- Physiother. & Akupunkt-Massage

Tanztherapie



Gabriele Janz
Dipl. Tanztherapeutin, Yogalehrerin
Tel.: 04426.929912
www.tanztherapie-oldenburg.de

- Tanztherapie Einzel und Gruppe
- Vision Katzenfrauen
- Jahrestanzfeste
- Orientalischer Tanz
- Frauenheilkreise

Wachsen durch Musik



- Wahrnehmung steigern
- Selbstausdruck stärken
- Block-, Querflöte, Gesang
- Klavier, Keyboard

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

Yoga und Texthandwerk



Judith Trapp
 freie Autorin und Yogalehrerin
 MA german philology /
 education science / gender studies
 yogaqueen@web.de
 Tel.: 0441.35049960

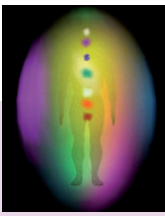
- Kundalinie Yoga Kurse
- Begleitung fürs Bewusst-Sein
- Schreibarbeiten aller Art

Aurafoto/-diagnose

Di. 26. Juni 14 - 18 h
Ralf-Marien Engelbarts (HP)

- Aurafoto mit Beratung
33,- € (ca. 20 min)
- Zwei Aurafotos
(vorher/nachher) mit
Beratung u. Behandlung:
75,- € (ca. 1h)

Praxis Nowak, Heiligengeist-
 straße 1, 26121 Oldenburg
Info/Anm.: Buchhandlung
 Plaggenborg, Tel. OL-17543



ACHTSAMES LEBEN

Internet: www.achtsames-leben.org

Herausgeber Karl-Heinz Plaggenborg,
Lindenstr. 35, 26122 OL,

Redaktion Karl-Heinz Plaggenborg

Satz, Gestaltung Agentur 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.buchhand-
lung-plaggenborg.de

Anzeigenpreisliste www.achtsames-leben.org

Autoren dieser Ausgabe:

Satkar Joachim Barleit,
 Christine Keidel-Joura,
 Margret Kennedy, Marie
 Martin, Aramaiti Nowak,
 Ulrike & Karl-Heinz Plaggen-
 borg, Christiane + Ralph
 Reck, Andreas Rehländer,
 Kaja van Lamoen, Wrage HH.

Titelbild Ulrike Plaggenborg

Termin-Annahmeschluss

Bitte nur den im Heft abge-
 druckten Termin-Auftrag
 benutzen. Veröffentlichung
 nur gegen Vorkasse.
 Alle Angaben ohne Gewähr.
 Kleinanzeigenschluss für die
 nächste Ausgabe ist der
 01. Juni 2012.

Erscheinungsweise vierteljährlich

Auflage 6.000 Exemplare

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist
der 15. Mai 2012.

Bankverbindung Volksbank Oldenburg,
BLZ 280 618 22,
Kto: 1 2215 700

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und
 Fotomaterial kann keine Haftung übernommen
 werden. Gekennzeichnete Artikel geben nicht
 unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

© 2012 Buchhandlung Plaggenborg

sehwelten

Zusatzinformationen und Film-Trailer finden Sie zu diesen und anderen Titeln auch unter www.buchhandlung-plaggenborg.de

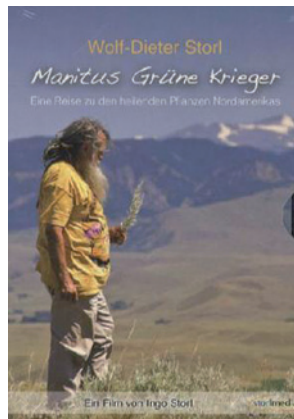


Taste the Waste
Valentin Thurn, DVD

Warum schmeißen wir unser Essen auf den Müll? Deutsche Haushalte werfen jährlich Lebensmittel für 20 Milliarden Euro weg - so viel wie der Jahresumsatz von Aldi in Deutschland. Das Essen, das wir in Europa weg werfen, würde zwei Mal reichen, um alle Hungernden der Welt zu ernähren. Valentin Thurn hat den Umgang mit Lebensmitteln international recherchiert und kommt zu haarsträubenden Ergebnissen. Jeder zweite Kopfsalat wird aussortiert, jedes fünfte Brot muss ungekauft entsorgt werden. Kartoffeln, die der offiziellen Norm nicht entsprechen, bleiben auf dem Feld liegen. In den Abfall-Containern der Supermärkte findet man überwältigende Mengen

einwandfreier Nahrungsmittel, original verpackt, mit gültigem Mindesthaltbarkeitsdatum. Auf der Suche nach den Ursachen und Verantwortlichen deckt er ein weltweites System auf, an dem sich alle beteiligen.

Die Folgen reichen weit, denn die Auswirkungen auf das Weltklima sind verheerend. Die Landwirtschaft verschlingt riesige Mengen an Energie, Wasser, Dünger und Pestiziden, Regenwald wird für Weidflächen gerodet. Mehr als ein Drittel der Treibhausgase entsteht durch die Landwirtschaft. Der Film zeigt, dass ein weltweites Umdenken stattfindet und dass es Menschen gibt, die mit Ideenreichtum und Engagement diesem Irrsinn entgegen treten. Kleine Schritte, die eine große Chance bedeuten.



Manitus Grüne Krieger
Wolf-Dieter Storl
AT-Vlg., 19,90 €

Ein außergewöhnlich tiefer und inspirierender Film: Wolf-Dieter Storl nimmt uns mit auf seinen ethnobotanischen Road Trip durch die überwältigende Natur Nordamerikas und ermöglicht einen faszinierenden Einblick in das Leben der Menschen und ihr Verhältnis zur Natur. Wolf-Dieter Storl ist auf dem Montana Herbal Gathering, einem Treffen der Pflanzenkenner und Pflanzenfreunde, eingeladen, um dort sein Wissen mitzuteilen. Von den fantastischen Waldgebieten Wisconsins über die endlose Prärie und die National Parks Grand Teton und Yellowstone bis tief in Rocky Mountains in Montana zeigt uns Wolf-Dieter die Heilpflanzen des Landes. Wir lernen die typischen amerikanischen und eingewanderten Pflanzen in ihrem kulturellen und ökologischen Kontext kennen und treffen auf dem Weg viele interessante Pflanzenkundige und Medizinmänner.

Begleitet wird Wolf-Dieter von seinem Sohn Ingo Storl, der mit seinem Vater schon einen Kurzfilm über die Herzpflanzen gedreht hat.



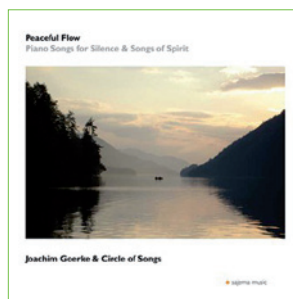
Yoga für die Ohren
Marcel Anders-Hoepgen
und Shri Yogi Hari
 Systemed Vlg., je CD 12,99 €

Pure Energie aus dem Lautsprecher. Aktive und passive Meditationen aus dem Nada Yoga. Nada Yoga ist eine yogische Lehre, die sich besonders auf Musik und ihre Klangschwingungen konzentriert. Sie kann auf ganz verschiedene Arten genutzt werden: als Form der unterstützten Entspannung oder als Konzentrationshilfe für Meditationsübungen. Nada Yoga ist so überaus effektiv, da der Geist stark von Musik angezogen wird und den Charakter der Musik unmittelbar aufnimmt. Die hier verwendete Musik beruhigt den Geist, ohne ihn müde zu machen, entspannt ihn und lädt ihn mit frischer, grenzenloser Energie auf. Sampoorna Yoga strebt danach, Symmetrie, Harmonie und Ausgeglichenheit in allen Systemen des Körpers herzustellen. CD 1: Gelassenheit; CD 2: Eternal Om; CD 3: Runterkommen



Tantra des Klangs
Jonathan & Andi Goldman
 Amra-Vlg., Buch+CD, 22,95 €

Tantra ist das Netz des Lebens, das die gesamte Wirklichkeit miteinander verknüpft. Es ist das energetische Geflecht, das im Universum alles mit allem verbindet. Und Klang ist seine wesentliche Grundlage. Durch erweiterte Klangtechniken kann jeder Körper, Geist und Seele harmonisieren. Eine der höchsten Stufen der tantrischen Praxis besteht darin, durch Verbindung von weiblichen und männlichen Energien einen Bewusstseinsstrom zu erfahren, der von der Ekstase bis zur Erleuchtung reichen kann. Auch gemeinsam mit einem Partner Jonathan Goldman ist ein mehrfach preisgekrönter Musiker und Redner, eine weltweit anerkannte Autorität auf dem Gebiet der Klangheilung.



Peaceful Flow
Joachim Goerke
 SAJEMA Music, 19,50 €

Diese neue CD des Pianisten und Sängers Joachim Goerke ist geprägt von großer Ruhe. Neue „Piano Songs for Silence“ und Klavierimprovisationen mit vokalen Assoziationen wechseln sich ab mit A Cappella Gesängen des Männerquartetts „Circle of Songs“. Die „Songs of Spirit“ sind spirituelle Hymnen, die durch die Piano Solo Klänge eingerahmt werden.

Das Ganze ist in exquisiter Qualität von den legendären Thein Tonstudios (Bremen) in einer Lüneburger Kirche aufgenommen worden. Dadurch ist eine natürliche sakrale Akustik wiedergegeben, die den Zuhörer quasi in die Kirche versetzt. Der wundervolle Klang des Flügels ist der Leihgabe der Firma Grotrian Steinweg aus Braunschweig zu verdanken. Ein berührender Hörgenuss!

wortwelten

Zusatzinformationen, Interviews und Videos finden Sie zu diesen Titeln auch unter www.buchhandlung-plaggenborg.de



Die geheimen Ängste der Deutschen

Gabriele Baring

Scorpio Vlg., 316 S., 19,95 €

Wie kaum ein anderes Volk haben wir Deutschen Schwierigkeiten, uns selbst anzunehmen. Hinter der Last, deutsch zu sein, steckt mehr als eine kollektive Befindlichkeitsstörung: Die Familientherapeutin Gabriele Baring sieht die Ursachen in geerbten und übernommenen Anteilen unserer Seele. Weil wir uns unbewusst mit den Schicksalen unserer Vorfahren verbinden, prägen uns die Schrecken des vergangenen Jahrhunderts bis heute. Doch wir können uns befreien - wenn wir dazu bereit sind, uns diesem tieferen Zusammenhang zu stellen. Gabriele Baring wirft einen völlig neuen Blick auf die

deutsche Seelenlage: Die Traumata des Zweiten Weltkriegs wurden von Generation zu Generation weitergegeben. Sie wirken u. a. in Form von Scham- und Schuldgefühlen nach. Die Zunahme psychischer Erkrankungen, der Zerfall familiärer Bindungen und unsere Unfähigkeit zur Identifikation mit der eigenen familiären Herkunft bestätigen den Befund. Viele verzichten freiwillig auf Glück. Welche Wege können wir beschreiten, um ein positives Selbstbild zu gewinnen? Wenn wir auf die tiefere Dynamik in der eigenen Familie eingehen, selbstzerstörerische Muster und Konflikte erkennen, können wir unsere Angst überwinden. Heilung ist möglich. Ein Plädoyer für die offensive Auseinandersetzung mit der Vergangenheit - damit es uns gelingt, uns selbst und unsere traumatisierte Nation wieder zu lieben.

Unsere besondere Empfehlung: „Ein ganz wichtiges Buch, das einiges erklärt, was uns insgeheim schon immer beschäftigt, bedrückt oder geärgert hat. Keine leichte Kost, aber sehr aufschlussreich!“

Ulrike Plaggenborg



Das fühlt sich richtig gut an

Olaf Jacobsen

Kamphausen Vlg., 270 S., 16,95 €

Olaf Jacobsen hat mit seinem Bestseller ‚Ich stehe nicht mehr zur Verfügung‘ über 100.000 Menschen dabei geholfen, sich von belastenden Gefühlen zu befreien. Mit seinem neuen Buch entwickelt er die Methode des Freien Aufstellens weiter und gibt seinen Lesern ein Buch an die Hand, mit dem sie sich über ihre eigenen Gefühle klarer werden. Seine Methode hilft dabei, gegenwärtige Konflikte mit anderen Menschen aufzulösen oder gar nicht erst entstehen zu lassen. Sie ist einfach, sie macht Spaß und braucht keinen therapeutischen

Rahmen. Jeder Mensch kann sie jederzeit selbstständig anwenden. Eine spielerische Möglichkeit, um allein, im Freundeskreis oder in organisierten Gruppen mit dem eigenen Potenzial zu experimentieren und die eigenen Probleme zu einem gefühlten Happy End zu bringen.

Das Kartenset zum Buch: Impulskarten für freie Systemische Aufstellungen, 52 farbige Anregungen, mit denen jede Aufstellung garantiert gelingt! 14,95 €.



Heilung geschieht im JETZT

Renée Bonanomi

Aquamarin Vlg., 187 S., 17,95 €

Die geistigen Grundlagen des Heilens - Das Leben der größten Schweizer Heilerin der Gegenwart

Renée Bonanomi zählt zu den

Stillen im Lande. Sie wirkt im Verborgenen und ist großen öffentlichen Auftritten eher abgeneigt. Dennoch ist sie im Laufe mehrerer Jahrzehnte zur bedeutendsten geistigen Heilerin der Schweiz geworden, was für ihre außergewöhnlichen Fähigkeiten spricht.

In „Heilung geschieht im Jetzt“ schildert sie erstmals ihren persönlichen Lebensweg und legt die Grundlagen ihrer Heilungsarbeit in Theorie und Praxis dar. Sie beschreibt in radikaler Offenheit die Eigenverantwortung jedes Einzelnen für seine Gesundheit und führt sie zurück auf die gestörte „Einheit allen Lebens“. Heilung tritt ein, wenn Menschen zu einer neuen inneren Klarheit und dadurch zu einer höheren geistigen Ordnung finden.

Der wichtigste Grundsatz für einen Heiler lautet: „Ich liebe mich!“ Renée macht deutlich, dass der Schlüssel zur Lösung aller Probleme und zur Überwindung aller Hindernisse im Innersten jedes Einzelnen liegt. Liebe und Glück entfalten sich nicht aus der Beziehung zum Partner, zum Kind oder zu Freunden, denen daher auch keine Verantwortung dafür aufgebürdet werden darf, sondern sie entfalten sich allein durch innere Transformation. Daher lautet der in allen Meditationen und Übungen gel-

tende Grundsatz: „Ich liebe mich!“ Wer sich nicht selbst liebt, vermag auch keinen anderen zu lieben. Und wer nicht zu lieben vermag, vermag auch nicht heilend auf andere zu wirken. „Wahre Heilung geschieht nur, wenn der Heiler nicht mehr da ist!“



Der Energiekörper des Menschen Handbuch der feinstofflichen Anatomie

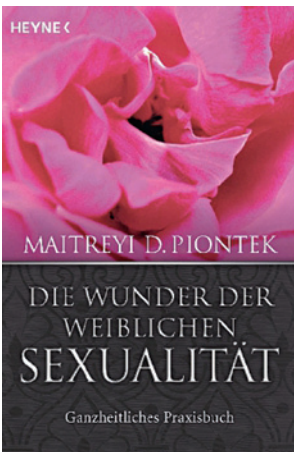
Cyndi Dale

Lotos Vlg., 560 S., 34,99 €

Die unsichtbaren Energieströme im Körper sind Grundlage und Ansatzpunkt für alle Methoden ganzheitlichen Heilens. Dieses Werk macht die energetische Anatomie des Menschen erstmals umfassend und lückenlos sichtbar. Es verbindet auf einzigartige Weise die Erfahrungen uralten Heilwissens mit den Erkenntnissen moderner Medizin. Mit 158 farbigen Illustrationen, zahlreichen Übersichten

wortwelten

und Tabellen, Register und umfassender Bibliografie. Cyndi Dale, international bekannte Autorin und Lebensberaterin, studierte viele Jahre die spirituellen Lehren verschiedenster Kulturen. Ihre Bücher über Chakra-Heilung wurden in den USA zu Bestsellern. Sie lebt in Minneapolis, Minnesota, wo sie die Beratungsfirma Life Systems Services leitet.



Die Wunder der weiblichen Sexualität

Maitreyi Piontek

Heyne Vlg., 320 S., 15,- €

Neue Dimensionen der Weiblichkeit entdecken Eine natürliche und lustvolle Sexualität ist die Basis, auf der sich die heilenden spirituellen Kräfte der Frau entfalten. Dieses wegweisende Praxisbuch führt in eine neue Weiblichkeit voller

Wunder und Kreativität. Mit zahlreichen praktischen Übungen und Meditationen werden Frauen Schritt für Schritt angeleitet, die eigene sexuelle Energie als sinnliche Kraftquelle zu erleben, zu genießen und zu nutzen für eine lustvolle, selbstbestimmte Sexualität, für die Selbstheilung von Körper, Geist und Seele sowie für die Entwicklung eines neuen weiblichen Bewusstseins.

Osterseminar vom 4.-9. April im Seminarhaus Hof Oberleithe bei Oldenburg. Infos unter: www.maitreyipiontek.com



Schulflucht

Liv Haym

Drachen Vlg., 300 S., 29,80 €

Das bundesdeutsche Schulsystem schneidet nicht nur im PISA-Test mittelmäßig bis schlecht ab. Es ist auch das einzige System in Europa, wo

Kinder - wie seit der Gesetzgebung im Jahr 1938 - noch immer von der Polizei gefesselt zum Schulgebäude gebracht werden können. Es gilt nicht nur die Schulpflicht, die gibt es entsprechend in ganz Europa auch. Es gilt darüber hinaus der Schulanwesenheitszwang, und der macht allen Kindern, die mit dem System nicht kompatibel sind, Schwierigkeiten. Sie können nicht so lernen, wie sie gebaut sind, denn vor allem musische Begabungen, die ein anderes Lernen bedingen, werden von der herkömmlichen Schule nicht unterstützt. Es bleiben zwar gewisse Privatschulen, aber wenn das Kind partout nicht zur irgendeiner institutionellen Form von Schule passt - was macht man dann? Wenige Eltern können ins Ausland ziehen, um ihren Kindern dort ein freies Lernen zu ermöglichen. Und nur in Ausnahmefällen haben Eltern den Mut, den unkonventionellsten Weg zu gehen und ihre Kinder in Deutschland zu Hause zu unterrichten. Sie trotzen Bußgeldern und kämpfen gegen den ständig drohenden Entzug des Sorgerechts. Liv Haym hat einen einzigartigen Weg eingeschlagen: Mit viel Fantasie und geschickter Kommunikation nach außen verbarg sie ihre Tochter vor den Behörden wie vor der neugierigen Nachbar-

schaft: Zur Schulzeit war Tochter Klara zu Hause und lernte mit ihrer Mutter und allein, und zwar so gut, dass sie schon in frühen Jahren eine Laufbahn als Pianistin einschlagen konnte. Nun ist die Tochter aus dem Haus, studiert weiter Klavier, und die Mutter erinnert sich. Ihr Buch ist ein umfassender Beleg für die Kreativität, die sich Bahn bricht, wenn das selbstbestimmte Lernen bedingungslos unterstützt wird. Als autobiografischer Roman verfasst, hilft das Buch allen, die wissen, dass ihre Kinder besser ohne Schule gedeihen würden, und nach Ermutigung suchen, einen ungewöhnlichen Weg zu gehen.



Wache Kinder

Susan Kaiser Greenland
Arbor Vlg., 256 S., 16,90 €

Einzigartige und effektive Praktiken für den Alltag, die den Einfallsreichtum, das Konzentra-

tionsvermögen und die Belastbarkeit von Kindern und Jugendlichen beleben. Jede Mutter und jeder Vater sollte „Wache Kinder“ lesen, das praktische Strategien vermittelt, wie man Jungen und Mädchen beibringt, mit Stress umzugehen und ihre Aufmerksamkeit auf das zu richten, worauf es wirklich ankommt. Ein Gegenmittel zur rechten Zeit gegen die hyperaktive Kultur der supervernetzten Turbokids, die abgekoppelt von sich selbst und anderen durch eine seelenlose Welt treiben. Anhand wahrhaft packender Beispiele lädt Susan Kaiser Greenland uns ein, unser Leben zu öffnen hinein in den Erfahrungsraum der Achtsamkeit, als einem Gesundheit fördernden, Stress reduzierenden und Mitgefühl erzeugenden Weg.



Seedballs Broschüre: Blüten für den Großstadtdschungel

Gesine Struck
Kamphausen Vlg., 3,95 €

Für wilde Gärtner und solche die es werden wollen. Guerilla Gardening ist zu einer

weltweiten Bewegung angewachsen. Guerilla-Gärtner sind heimlich unterwegs: Bei Nacht und Nebel gehen sie mit Blumen gegen die Verwahrlosung des eigenen Wohnblocks vor. Werden auch Sie Guerilla-Gärtner! Die Anleitung und die Saatmischungen sind alles, was Sie dazu benötigen. Beutel (je 3 Bällchen):

1) **Heile, heile Gänschen:** Hirtentäschel, Johanniskraut, Kamille, Ringelblume, Schafgarbe, Spitzwegerich, Thymian; 2) **Schmetterlingsschmaus:** Kornblume, Dill, Dost, Klatschmohn, Cosmea, Schafgarbe, Tagetes, Wiesen-Flockenblume; 3) **Magische Kräuter:** Mutterkraut, Pfefferminze, Dill, Senf, Kamille, Katzenminze, roter Klee, Klatschmohn; 4) **Hummelglück:** Löwenmäulchen, Acker-Witwenblume, Klatsch- oder Seidenmohn, chinesisches Vergissmeinnicht, Borretsch, Dost, gemeiner Natertkopf, Wiesen-Flockenblume.

kartentipp



„Ich setze meine Ideen und Energien zum Wohle des Gesamten ein.“

**Brennnessel**

lat. *Urtica dioica*
 Familie: Nesseltgewächse
 Blütefarbe: grünbraun
 Blütezeit: Juli - Oktober
 Erntezeit: März - Oktober

Beschreibung: Der Stängel der Brennnessel ist vierkantig, die Blätter sind gegenständig, eiförmig spitz, gesägt und mit Brennhaaren versehen. Die Große Brennnessel ist eine mehrjährige Staude. Sie besitzt einen viel verzweigten, stark verholzten Wurzelstock, der tief in den Boden hinein reicht. Die weiblichen Blütenstände haben nach der Befruchtung 3 - 8 cm lange, hingehende Rippen. Die Pflanze wird hoch - bis zu 2 m groß. Neben der Großen Brennnessel gibt es auch noch die Kleine (*Urtica urens*). Diese wird ca. 40 cm groß, ist einjährig und hoch in Boden verankert.

Vorkommen: In Marschmählen, an Flussufern, Wegrändern und auf Schuttplätzen. Liebt stickstoffreiche Böden.

Verwendbarkeit: Durch die Brennhaare keine Verwechslungsfahrer. Große und Kleine Brennnessel sind gleichwertig verwendbar.

Körperliche Wirkung: blutregend, aufbauend



„Die Fürsorge des Lebens begleitet mich in jedem Augenblick!“

**Apfel**

lat. *Malus communis*
 Familie: Rosengewächse
 Blütefarbe: weiß bis rosa
 Blütezeit: Mai/Juni
 Erntezeit: Mai (Süden),
 Oktober (Norden)

Beschreibung: Der Apfel ist ein winterharter Laubbauum bzw. Strauch mit wehrtauglich angeordneten Blättern. Diese sind oval bis eiförmig und meist gesägt. Das Holz des Apfelbaums zählt zu den heimischen Edelhölzern und ist herbstlich mit einem roten Kern. Die Blüten stehen einzeln oder in dachförmigen Schirmrispen zusammen und sind 2 - 5 cm groß. Sie werden vorwiegend von Bienen bestäubt. Unser Hausapfel ist die domestizierte Form des Wildapfels.

Vorkommen: In Obstgärten, in verwilderter Form mit oft dornigen Zweigen am Waldrand. Über die ganze Erde verbreitet. Liefert gut durchlässige Lehmblöden.

Verwendbarkeit: Sobald die Frucht erntefähig ist, kann der Baum leicht bestämt werden. Ansonsten unterscheidet die kugelige Baumkrone den Apfelbaum von der länglichen Form des Birnbaums.

Körperliche Wirkung: verdauungsfördernd, blutregend

APFEL Liebe Liebe

Wildkräuter - Heilkraft am Wegesrand Gute Karten für die Gesundheit

Oft sind es kleine Dinge, die eine große Wirkung entfalten. Dazu gehören die Wildkräuter. Ein neuartiges Set mit Meditations- und Bestimmungskarten lässt uns die wohltuenden Kräuter-Kräfte für Körper und Seele intensiv erleben.

Wer die „Heilkraft am Wegesrand“ nutzen möchte, braucht dafür kein Geld auszugeben. Man muss nur wissen und spüren, welche Wildpflanze man wie am besten verwendet. Dieses Set hilft uns dabei. Das innovative Konzept zeigt sich in den Vorder- und Rückseiten der Karten: Wissensdurstige erhalten alle nötigen botanischen Informationen (Karten-Rückseite), während die Vorderseiten der Karten mit ganz besonderen Fotografien zur Meditation anregen: Die Fotos zeigen die Wildkräuter in Vergrößerung unter dem Mikroskop - eine faszinierende Tiefenwelt, berührend schön für die Seele.

Wildkräuter - Heilkraft am Wegesrand, Renate Pelzl / Julia Gruber, Königsfurt-Urania Verlag, Buch 192 S., plus 49 großformatige Karten, 24,99 €

„Die Fürsorge des Lebens
begleitet mich in jedem Augenblick!“

wer macht was

Akupunktur

Martina Klisch – chin. Medizin, Akupunktur, Shiatsu, Heilpraktikerausbildung. Tel. 04482.565.

Heilungspunkte - Praxis für Akupunktur und Beratung, Bärbel Zehnpfund, Heilpraktikerin Tel. 0441.2048845.

Aura-Soma®

Beratung, Ausbildung und Verkauf, Regina Bauer, Bürgereschstr. 27, Oldenburg, Tel. 0441. 82118, bauer.regina@t-online.de.

Ausdrucksmalen

Atelier für Ausdrucksmalen und Praxis für Kreative Therapie, Dipl. Psych. Karen Ritterhoff, Tel.0441.2097192.

Bonding

Selbstbewusstsein u. sicheres Verhalten in Beziehungen sind Ziel d. Bondingpsychotherapie. Thomas Heldmann, 0421.5967 442.

Bücher, CDs, DVDs

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

Familienaufstellung

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

Familienstellen und Supervision. Anke Svaha Schöpfer, 04433.968940, 0173.2468174.

Wer macht was?

Der kleine Branchenführer zum schnellen Nachschlagen

Viele weitere Anbieter finden Sie unter www.lebenskunst-weser-ems.de

Heilpraktiker

Zahn-; Kiefer-; Gesichtsnerven; Rücken-/Schulter-/Nackenverspannungen /-schmerzen
HP Josef Stotten 04407.716387.
Pflanzenheilkunde, Bachblüten, innere Körperreisen, Gesang u. Klänge, heilende Gespräche.
Ananda Lena Kupsch, Tel.: 0441. 9365434.

Jin Shin Jyutsu

Informationen, Seminare und Einzelsitzungen, Eika Bindgen, Heilpraktikerin, Tel. OL 4086431.

Kiefergelenk

Kiefergelenkentlastung. Entspannter – Kiefer-Entspannter Körper-R.E.S.E.T. Lutz Doblies, 04404.9599995.
Chron. Zahnschmerz/ Neuralgien, Selbsthilfe b. Kiefermuskulverspannungen; Amalgamausleit., HP Josef Stotten 04407. 716387.

Kinesiologie

Kinesiol. Praxis Horst Schneegaß. Abbau v. Stress, Angst u. Blockaden. Hilfe in Krisen. Mentaltreisen. OL 9985775.

Klangmassage

Für Einzelne und Paare und Ausbildungsseminare 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 Maren Hauburger – Schwerpunkt Kinderheilkunde - Bloherfelder Str. 82 (Oldenburger Hebammenpraxis) OL 4086253.

HP Dr. Nicola Hassold-Piezunka, Praxis für Klass. Homöopathie, Tungeln, Tel. 04407.715638, info@praxis-piezunka.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, 0421.79474144.

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, 0421.79474144.

Spirituelle Erkenntnisschule

Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Fritz-Bock-Str. 3, Oldenburg, Tel. 0441. 77373, oldenburg@rosenkreuz.de.

Tanz

Orientalischer Tanz für Frauen, Schwangere, Frauen mit Baby. Monika Rimpel, Yoga & Orientalischer Tanz, T. 0441.9200792.

Tanztherapie

Tanztherapie in Einzel- u. Gruppenarbeit für Frauen und Männer. Orient. Tanz, Frauenheilkreise. G. Janz, 04426.929912.

The Reconnection®

Reconnective Healing®-Heilung durch Rückverbindung: Mechtild Hesse-Herr, Entwicklungswege, 04403.8107372.

Tierkinesiologie

Sybille Seifried, Praxis für Kinesiologie, mail@sybille-seifried.de Tel.: 0441.9354299.

Tierkommunikation

Tiercomm-erfahren was Ihr Tier fühlt. Tel.: 04481.1845 od. 0173.8288624 (siehe auch bei: „Wer-Wie-Was im Internet“).

Trommeln

Einzel- und Gruppenunterricht. Barbara Renken, Rhythmspädagogin (Taketina), Tel. 0441. 82785.

Yoga

Wege zur Lebensfreude. Kurse, Seminare, Bewusstseinschulung. Renate Reemts, HP, Tel. 0441-9620450.
.....
Hatha-Yoga Kurse -Anfänger, Fortge., 50 plus, Senioren, Schwangere, Mütter mit Baby. Monika Rimpel, Tel. 0441.9200792.

Termine

Viele weitere Termine finden Sie unter www.lebenskunst-weser-ems.de

Donnerstag 5.4.2012
Im Wandel der Zeit - Gesprächskreis zum Übergang ins Wassermannzeitalter auf Yoga-philosophischer Basis. 19.30h in OL, Schillerstraße 4a. Leitung: Judith Trapp, Tel. 0441.35049960.

Donnerstag 12.4.2012
Im Wandel der Zeit - Gesprächskreis zum Übergang ins Wassermannzeitalter auf Yoga-philosophischer Basis. 19.30h in OL, Schillerstraße 4a. Leitung: Judith Trapp, Tel. 0441.35049960.

Donnerstag 19.4.2012

Im Wandel der Zeit - Gesprächskreis zum Übergang ins Wassermannzeitalter auf Yoga-philosophischer Basis. 19.30h in OL, Schillerstraße 4a. Leitung: Judith Trapp, Tel. 0441.35049960.

Mittwoch 18.4.2012

AURA-SOMA® Info- Abend: ein Einblick i. d. 3 Säulen im Farbpflugesystem, 19.30h, Regina Bauer, Bürgereschstr. 27, OL 82118.

Mittwoch 9.5.2012

AURA-SOMA® Info- Abend: ein Einblick i. d. 3 Säulen im Farbpflugesystem, 19.30h, Regina Bauer, Bürgereschstr. 27, OL 82118.

Sonntag 3.6.2012

Gartenfest 14-19h im Alo Ola Pono Centrum, Breslauer Str. 72. EM-X Keramik, Flohmarkt,...www.lomilomi-oldenburg.de

Mittwoch 13.6.2012

AURA-SOMA® Info- Abend: ein Einblick i. d. 3 Säulen im Farbpflugesystem, 19.30h, Regina Bauer, Bürgereschstr. 27, OL 82118.

Dienstag 26.6.2012

Auradiagnose mit Ralf-Marien Engelbarts 14-18 Uhr in Oldenburg, Heiligengeiststr.1, bei Praxis Nowak. Bitte anmelden über Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

regelmäßige Termine

dienstags

Yoga in der Gruppe, Samahita Yoga mit Entspannung und Atem-Achtsamkeit, Gruppe 1 um 18h; Gruppe 2 um 20h. Anm.: Regina Bauer, OL 82118.

seminare & workshops

20-22 Uhr, **Massageaustausch für Frauen**, offene Gruppe, 14tägig, OL 36105509, heike.plus@gmx.de.

mittwochs

Von 13 bis 18h geöffnet für den **AURA-SOMA® Verkauf**, und nach telef. Vereinbarung, Regina Bauer, Bürgereschstr. 27, OL. Tel. 0441-82118.

Vorträge

Viele weitere Veranstaltungen finden Sie unter

www.lebenskunst-weser-ems.de

2.4. „**Willst du NORMAL sein oder GLÜCKLICH?**“ Frei und selbstbestimmt in ein erfülltes Leben. Vortrag mit Robert Betz. Weser-Ems-Halle, Großer Festsaal, Europaplatz 12, OL, 19-22 Uhr. Eintritt: 22,- €, erm. 15,- € mit Ausweis.

12.4. „**Was der Mund uns sagt**“ - für Interessierte und Therapeuten. Obwohl der HP den Mund nicht behandeln darf, so kann er doch schnell viele Informationen aus dem Mund/Kopf/ Kiefer-Bereich erhalten. 18 Uhr. Ersatztermin Di. 17.04. 20 Uhr. Praxis für ganzheitliche Zahnheilkunde, ZA Wittje, Kranbergstr. 18, Oldenburg, T.: 0441. 33567, Anmeldung erbeten.

13.4. **Medium Daan Akkerman**: Vortrag und Meditation: „**Die Selbstheilungskräfte des Menschen**“ um 20 Uhr im Haus Weskampstraße 28. Infos unter 0441.85315.

24.4. 19.30 Uhr: „**Liebesglück und Paarkultur**“, Vortrag mit Monika Entmayr und Reiner Kaminski, PFL, Info + Anmeldung: www.liebeskultur.de, Tel. 04487.9204277.

24.4. 19:30 Uhr: „**Was ist Human Design?**“ Vortrag mit Svaha Schöpfer, in der BeKoS e.V. Lindenstraße 12a, OL. Eine Landkarte der Planetenstände vor und während der Geburt, die in die Hexagramme des I Ging fallen und somit Energiezentren des Körpers aktivieren. In der Körpergraphik kann man sehen, was angelernt ist und was konditioniert ist. Der Sinn ist sich selbst zu erkennen und die Konditionierungen loszulassen und damit die eigene Einzigartigkeit anzunehmen.

Seminare & Workshops

Neue Kräuterkurse bei Pfeffer & Minze in Wüsting. Programm anfordern unter 04484.998951 oder ansehen unter www.pfeffer-und-minze.de.

www.neuesgeldbewusstsein.de, Vorträge oder Workshops zum Thema: Geld & Psyche, auf Anfrage. Tel. 0421.3479334, Ulrike Müller.

4.-9.4. **Die Wunder der weiblichen Sexualität** - Eine weibliche Einweihung für spirituelle Sucherinnen. Seminar mit Maitreyi D. Piontek im Hof Oberlethe, Wardenburg. Info: www.maitreyipiontek.com

21.+22.4. **Tai Chi Chuan / Qi Gong, und Selbstverteidigung Ausbildung** Teil 3. Ausbildung D Teil I/1 nach § 20 SGB/V * § 284 Abs. Nr. 4 SGB V (Ziel: liz.

Übungsleiter Prüf.). Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.

27.-29.4. **Fünf Elemente im therapeutischen Prozess** - Seminar für Therapeuten und Interessierte in Oldenburg, www.Yase-Institut.de/5-Elemente.

29.4. 18 - 19.30h, **Energietanz für Frauen und Männer** in der ISIS, Anmeldung: Tel. 0441. 592328.

12.+13.5. **Bundeslehrgang „S“ - Survival Combat Fight + Bo Jitsu + Kyujitsu Bogen**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.

27.5. 18 - 19.30h, **Energietanz für Frauen und Männer** in der ISIS, Anmeldung: Tel. 0441. 592328.

9.6., 15 - 19 Uhr, **Die Kraft der ISIS**, die Stärken des Weiblichen, Anmeldung ISIS: 0441. 592328.

9.6. 15-19 h. **Kompaktlehrgang: Karate, Jiu-Jitsu, ATS, Kick-Box, Judo, Kung-Fu, TCC-Chi Gong**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.

22.6., 19.30-21.30 Uhr **schamanisches Sommersonnenwendfest**, Anmeldung ISIS: 0441. 592328.

23.+24.6. **Tai Chi Chuan / Qi Gong, und Selbstverteidigung Ausbildung** Teil 3. Ausbildung D Teil I/2 nach § 20 SGB/V * § 284 Abs. Nr. 4 SGB V (Ziel: liz. Übungsleiter Prüf.). Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.



Noch mehr Entspannung
JETZT auf 135 qm!



... sehen, hören, riechen - entspannen!
Der neue Lavendelraum!
Zu jeder vollen Stunde, können max.
6 Personen eine tolle Duft- und
Klangentspannung erleben.

45 Minuten | 19,- €

...die königliche



... Entspannung!



... Zeit für sich!
Der neue Private Spa!
Ob Sauna, Vollbad oder Dusche mit
Flußsteinen - immer die pure
Entspannung!

ab 120 Minuten | 149,- € für 2 Personen

NEUE - Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. von 10 - 18 Uhr



Klangwelten erleben GmbH • Am Hardenkamp 44 • 26180 Rastede
Telefon: 04402/98 40 77 • www.klangwelten-erleben.de

24.6. 18 - 19.30h, **Energietanz für Frauen und Männer** in der ISIS, Anmeldung: 0441.592328.

26.6. **Auradiagnose mit Ralf-Marien Engelbarts** 14-18 Uhr in Oldenburg, Heiligengeiststr.1, bei Praxis Nowak. Bitte anmelden über Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

30.6. **Konzentrations- und Gedächtnistraining** Tagesseminar in OL. Das Gehirn kreativ nutzen. Info: Gabi Tapken, 01522-6092253.

14. und 15.7. **Tierkommunikation-Kurs n. Penelope Smith** in Rastede. Infos & weitere Termine: 04481.1845 www.tiercomm.de

6. Sommercamp im Lebensgarten Steyerberg vom 21.-29.7.2012. Gemeinsam Vielfalt erleben, Neues entdecken, Fülle erfahren. 390,- € inkl. Mittagessen (Bio-Vollwertkost)/ Kinderbetr. ab 4 J. Nähere Infos: 05764.942961. www.lebensgarten-sommercamp.de

Ausbildung

The Work of Byron Katie: Intensiv-Seminar und Ausbildung mit Ralf Heske in Hude. Tel. 040. 88167930. www.ralf-heske.de

Reisen

Kreta! Seminar 21.-28. September / Meditation & Tanzen & viel Meer / Strandhotel / www.cc-lebenskunst.de, 0421.77795.

An- & Verkauf

Buchhandlung Plaggenborg: neuer Internetshop: www.buchhandlung-plaggenborg.de! Rie-

kleinanzeigen

senauswahl an Büchern, CDs, DVDs, sogar Meditationskissen und Räucherstäbchen. Sorgfältig ausgewählte Titel aus den Themengebieten: Gesundheit & Heilen, Bewusstes Leben & Spiritualität, Weisheit der Welt und Nachhaltigkeit & Neues Wirtschaften. 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!

Wohnen & Räume

Suchen Sie für Ihre Gruppe ein Haus mit Seminarräumen unterschiedlicher Größe in idyllischer Umgebung, mit schönem Ambiente, professioneller, technischer Ausstattung, Übernachtung und Verpflegung - dann sind Sie bei uns richtig: Jugendhof Steinkimmen, Am Jugendhof 35, 27777 Ganderkesee, Tel.: 04222.408-0, Mail: info@jugendhof-steinkimmen.de

Suche zwei Behandlungsräume oder Räume ab 25 m2 für sofort oder später, Parkplatz muss vorhanden sein. Tel. 0163.6 53 46 22. E-Mail: suche-raeume@gmx.net, gern auch mit anderen medizinisch arbeitenden Menschen.

Beratungs-/Besprechungsraum zur gemeinsamen o. tageweisen Nutzung, OL Bahnhofsnähe, günstig, OL 8096065, RaumOL@email.de

Großer Raum frei (ca. 8x8 m), schlicht, in Fachw.hs. auf schönem Hof; n. Abspr. Nutzung des großen (!) Gartens; für z.B. Musik, Kunst, Kultur etc.. Abgelegen, ländlich im Dreieck

Wildeshsn.-Harpstedt-Twistringen. 0175.7943950. Öfter versuchen!

Oberwohnung 3-4 Zi/K/B; Wardenburg-Littel, 100m³ + 40m³ Abstellr.+Flur Vollholzküche, Badewanne; 600, € KM/ 200,- € NK incl. Strom; idyllische Lage; gr. Garten; Tel: 04407.716387 Haus-/Gartenbesichtigung im Internet unter: www.josefstotter.de

Schöne und lichtvolle Gruppenräume (22, 26, 30 und 70 qm) mit 2 Teeküchen für Gruppen, Seminare und Einzeltherapie. Rosenhaus - Zentrum für Selbsterfahrung, Meditation und Therapie. www.rosenhaus-oldenburg.de. Tel. 0441.85315.

Praxisraum mit Blick auf Teich, ca. 27qm, in Rastede zu vermieten (Stunden, Tage oder WE). Liebevoll eingerichtet u.a. mit 2 Sesseln, Massageliege, Seminarstühlen & Kamin. Tel.: 0177.8784107.

Dies & Das

Geldanlagen in sinnvolle Projekte, die getragen sind von einem neuen Bewusstsein, Tel. 0421.3479334, Ulrike Müller.

Spirituelle Sprachunterr., Lern-Coaching, Engl., Franz., Dtsch., Span., Ital., Esperanto, Ndländ. Priv.: 0162.7545779.

„Die unbeabsichtigte Musik“, Klavierunterr. f. Jugendl. & Senioren, Anf. Priv.: 0162.7545779.

Emotionales Schreiben - Dipl.-Lyrikerin/ Autorin bildet Sie vollumfänglich aus für Kurzgeschichten, Kinder-/ Jugendliteratur etc. mobil: 0162.7545779.

Kontakt

37, m., lieb, **su. liebe- u. verständnisvolle Dame** zw. 26 u. 62 J. für tiefe Dauerfreundschaft, später auch mehr. T.: 0160. 6617577 ab 19:30.

Wilhelm 13

Die nachfolgenden Konzerte der Jazz-Musiker-Initiative OL, des Jazzclubs Alluvium und des Singers & Players Clubs finden statt im Musik- und Literaturhaus Wilhelm13, Wilhelmstraße 13 in Oldenburg. Infos zu Kartenbestellungen u.a.: www.wilhelm13.de.

Konzerte

Fr. 13. Apr.: Moritz Sembritzki Trio - Jazz; 5. Apr.: Chris Jarrett Piano Solo; Do. 19. Apr.: Jazz-Session; Sa. 21. Apr.: Swing Kitchen - Jazz; Mi. 25. Apr.: Blues Company Duo; Fr. 27. Apr.: Michele Fazio Piano Solo feat. Dagmar Segbers; Sa. 28. Apr.: Joop van Krugten Group - Jazz; Do. 3. Mai: Newcomer Session; Sa. 5. Mai: Wilhelm13 goes Pop - marie and the RedCat; Di. 8. Mai: The Brazil Organ Orchestra - Latin Jazz; Do. 10. Mai: Joe Dinkelbach & Dutch Tenors - Jazz; Fr. 11. Mai: Wolfgang Ekholt & Jazz smells; Sa. 12. Mai: Fountain Burnett - Jazz; Do. 17. Mai: Jazz-Session; Do. 31. Mai: Wilhelm13 goes Pop - ProViele; Sa. 2. Juni: Mischa Schuman Quartett - Jazz; Do. 7. Juni: Newcomer Session; Do. 14. Juni: Duo Krousis - Jazz; Sa. 16. Juni: Paulo Pereira Quintett; Do. 21. Juni: Jazz-Session Sa. 23. Juni: Jacos - a capella-Konzert; Sa. 30. Juni: Tiree - Folk

Konzerte
Di. 17. Apr.: Annette Pehnt: „Chronik der Nähe“ - Lesung; Di. 24. Apr.: Michel Bergmann: „Machloikes“ - Lesung; Fr. 4. Mai: Poetry Slam Oldenburg; Di. 15. Mai: LitBüro: Bei Schimmang: Patricia Görg - Lesung; Mi.30. Mai: Ralf Rothmann: „Shakespeares Hühner“.

Herz-Seminare

Leuchtfeuer für die Seele

Neu! - Mother Healing

In dem 3 h Workshop wird Weisheitslehrer Thomas Young mit allen Teilnehmern ein intensives Clearing von 7 Generationen Familiengeschichte durchführen, um dann in das befreite Herz zu leiten. Die kraftvolle Erfahrung ermöglicht, das individuelle Erbe der Seele aufzunehmen und sich von Anteilen zu lösen, die dem höchsten Wohl und der Entfaltung des eigenen Herzens nicht mehr dienen.



Young at heart

Thomas Young vermittelt besondere Techniken, die eigene Herzenergie direkt zu erleben. Erleben Sie das Erwachen Ihres eigenen Herzzentrums mit diesem unkonventionellen Lehrer und öffnen Sie sich neu für Freiheit und Lebensfreude! Das erwachte Herz schliesst nichts aus, insbesondere nicht den Humor. Einer der beliebtesten Workshops international!

Heart Healer 2012

In 4 Modulen sind Therapeuten, Heiler, Lehrer, Bewusstseinspioniere, Mütter, Väter, Menschen aus allen Richtungen eingeladen in einer festen Jahresgruppe, neue Heiltechniken zu erfahren und zu erproben. Auf der Basis des mystischen Herzens führt Thomas Young in erweiterte Bewusstseinszustände, die Heilprozesse in Bewegung setzen.

Mother Healing - Die Göttliche Mutter
27.04.12 Courtyard Marriott **Hannover**
Fr 19-22 Arthur-Menge-Ufer 3 Eur 60

Young at heart - Herzöffnung
28./29.04.12 Courtyard Marriott **Hannover**
Sa/So 9-19 Arthur-Menge-Ufer 3 Eur 270

Mother Healing - Die Göttliche Mutter
01.05.12 Ökohaus Raum Ka Eins **Frankfurt**
Di 15-18 Kasseler Strasse 1 a Eur 60

Heart Healer 2012
Jahrestraining ab 11. April **Kisslegg**
2 x Kisslegg, Chiemsee, Lago Orta Eur 2050

Sacred Heart
17.06.-29.06.2012 **Lago Orta/I**
12-tägige Herzeinweihung Eur 1350

Sieben Herzen
30.06.-06.07.2012 **Lago Orta/I**
Die radikale Präsenz der Mystiker Eur 790



Anmeldung | Büro Germany
info@thomasyoung.net | 07563 · 915 355
www.thomasyoung.net