

- Ausgabe 2/10
- Oldenburg & Weser-Ems
- kostenlos

Achtsames Leben

Vorträge - Seminare - Veranstaltungen für ganzheitliche Lebenskultur in Oldenburg & Weser-Ems





Plaggenborgs Beratungsstube Programm



Astrologische Beratung + heilende Steine

Smita Sabine Bourjau

Geburtsdatum, -Ort und Zeit bei Anmeldung angeben und gewünschtes Schwerpunktthema!
(Dauer: 30 Minuten; Kosten: 35,- € inkl. Horoskop-ausdruck)

Montag; 14-18 Uhr: 12.4./10.5./14.6.10

Aura-Fotographie & Auraheilung

Ralf Marien-Engelbarts

(Dauer: 20 Minuten;
Kosten: Foto inkl. Beratung 33,- €;
Auraheilung: 60 Minuten 75,- €)
Dienstag; 11-18.20 Uhr 11.5.10

Familienstellen auf dem Brett

Anke Svaha Schöpfer

(Dauer: 70 Minuten; Kosten 50,- €)
Donnerstag 14-18 Uhr: 22.4./3.6.10

Feng-Shui

Julia Bolting

Harmonisch Wohnen mit Feng Shui, Kurzberatung
(Dauer: 60 Minuten; Kosten: 40,- €)
Grundriss und Lageplan der Wohnung mitbringen!
Mittwoch; 11-18 Uhr: 14.04./05.05./9.6.

Fördermittelberatung für Therapeuten...

Peter Jaruschewski

Staatliche Fördermittel für Existenzgründung und Existenzsicherung speziell für Therapeuten und Seminarteiler.
(Dauer: ca. 30 Minuten; kostenlos)
Montag; 15-18 Uhr: 26.4./31.5.10

Heilung durch den Seelenpunkt

Beate Korfe

Heilung durch den Seelenpunkt
(Dauer: ca. 50 Minuten; Kosten: 45,- €)
Dienstag; 10-12 Uhr: 20.4./18.5./15.6.10

Jin Shin Jyutsu® i. d. Mittagspause Einzeltermine

Heidi Richter

(Dauer: 35 Minuten; Kosten: 25,- €)
Dienstag; 11.30-13.50 Uhr: 13.4./18.5./22.6.10
Weitere Termine auf Anfrage

Kartenlegen

Claudia Brüning

Kartenlegen mit den Karten von Madame Lenormand.
(Dauer: ca. 30-60 Minuten; Kosten: 30,- bis 60,- €)
Mittwoch; 10-18 Uhr: 21.4./19.5./16.6.10
Weitere Termine auf Anfrage

Spiritual Healing

Karl-Heinz Plaggenborg

Kosmische Energien werden zur Heilung benutzt. Diese werden diese berührungslos übertragen und wirken in der Aura des zu Behandelnden
(Dauer: 60 Minuten; Kosten: 60,- €)
Dienstag; 14-17 Uhr: 20.4./25.5./22.6.10

Spirituelle Lebensberatung und Heilweisen

Ananda Kupsch

Jedes Problem trägt ein Geschenk in sich. Ich begleite Sie dabei, Ihre Geschenke zu entschlüsseln
(Dauer: Individuell, z.B. 60 Minuten; Kosten: 60,- €)
Mittwoch; 14-18 Uhr: 28.4./26.5./30.6.10

www.lebenskunst-weser-ems.de

Peter Jaruschewski, Ulrike &

Karl-Heinz Plaggenborg

Ausführliche Infos mit Demonstrationen über das Eintragen und die Datenverwaltung im großen Infoportal www.lebenskunst-weser-ems.de in kleinen Gruppen.
(Dauer: 30-45 Minuten; kostenlos)
Montag; 15-18 Uhr: - auf Anfrage -

Rechtzeitige Anmeldung für Beratungen und Einzelsitzungen bitte bei:

Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr.1, 26122 Oldenburg, Tel.: 0441/17543, Fax 0441/17528,
E-Mail: info@buchhandlung-plaggenborg.de

Inhalt

Die Zeitqualität von April-Juni	S. 4
Sampoorna Yoga	S. 7
Das Jahr der Selbstverwirklichung	S. 9
Biodanza!	S. 11
Kreativität und Intuition	S. 13
Hawaiianische Tanzmeditation	S. 15
„Frühlingsgefühle“	S. 16
Wirkkräfte der Landschaftsformen	S. 17
Aura Soma® Seite	S. 20
Auradiagnose und Auraheilung	S. 21
Offenes Heilungstreffen	S. 22
Bestimmungsfindung ...	S. 23
SEQUOIA	S. 25
Delfine der Weide	S. 27
Die besondere Veranstaltung	S. 28
Die Heilkraft der Seele	S. 30
Reiki, der Kaiser und ...	S. 31
17 Jahre Umsonst & Draußen	S. 33
Schamanisches Heilen: Medizinrad	S. 34
Seminare auf Spiekeroog	S. 35
Segeln im Sturm	S. 36
Impressum	S. 37
Wer - Wie - Was im Internet?	S. 38
Das Schaufenster	S. 40
Der Kartentipp: Vogelkarten	S. 43
Marktplatz	S. 44
Klangwelten	S. 57
Schwelten	S. 58
Wortwelten	S. 59
Kleinanzeigenauftrag	S. 62
Wer macht was?	S. 63
Termine, regelmäßige Termine	S. 64
Kleinanzeigen	S. 66

Wir danken Ulrike Plaggenborg
für das wunderschöne Titelfoto!

Liebe Leserinnen, liebe Leser,



nach diesem Winter - endlich hatten wir einmal wieder einen, der auch diese Bezeichnung verdient - kann der Frühling kommen. Da erfreut uns jeder wärmende Sonnenstrahl Herz und Gemüt. Genießen wir also den Frühling.

In diesem Jahr können wir wieder zu Pfingsten den 7. Nikolaimarkt in unserem Viertel beherbergen. 60 Kunsthandwerker oder gestaltende Handwerker präsentieren ihre Arbeitsergebnisse am 22. und 23. Mai hier im Quartier. Sie sind herzlich eingeladen.

Zwei besondere Veranstaltungen haben wir im nächsten Quartal. Am 21. April kommt Theresia Maria de Jong zu einer Veranstaltung mit dem Thema „Ortsenergien wahrnehmen. Wie sie uns Kraft geben und schützen“ mit anschließendem Besuch im Schloßgarten.

Am 16. Juni kommt Sylvia Kolk, Autorin des Buches „Segeln im Sturm. Emotion als Weisheitslehrerin“ zu einem Vortrag und Kurzworkshop zum gleichen Thema.

Natürlich finden Sie im „Achtsames Leben“ eine Vielzahl von Veranstaltungen und Terminen. Dennoch möchte ich auf unser neues Portal www.lebenskunst-weser-ems.de hinweisen. Dort finden Sie noch viel mehr Veranstaltungen im Terminkalender. Schauen Sie herein, es lohnt wirklich.

Einen wunderschönen Frühling wünscht Ihnen

Die Zeitqualität von April bis Juni 2010



Ab April läuft Saturn von der Erde aus gesehen wieder in die Jungfrau zurück. Dies bedeutet, dass einige wichtige Entwicklungen nicht so gut vorankommen wie eigentlich geplant. Zwar

gilt es, in bestimmten Situationen eine klare Linie zu finden, doch muss erst einmal einiges sortiert und rückwirkend geordnet werden. Besonders in rechtlichen, politischen und behördlichen Angelegenheiten sieht das mühselig aus. In den Tagen und Wochen um den 27.4. kann sich dabei revolutionäres Potenzial aufbauen, wenn Saturn in Opposition zu Uranus steht - eine Konstellation, die für größere Umbrüche sorgt, welche auch im Sommer 2010 zu erkennen sind, wenn sich beide Planeten zudem an Punkten im Tierkreis befinden, die für Neudurchsetzung stehen.

Am 7.4. wechselt Saturn, der für alles Ernste zuständig ist, zurück in die zweifelnde Jungfrau. Gleichzeitig legt Pluto, der für tiefere Entwicklungsprozesse steht, von der Erde aus gesehen seinen Rückwärtsgang ein. Dabei wollen feurige Elemente wie Mars im Löwen und Sonne im Widder zwar einiges vorantreiben, entscheiden, durchsetzen und konkretisieren, aber es ist gut möglich, dass sich hier zunächst noch mehr Probleme ergeben. Denn schließlich wird auch Merkur ab dem 18.4. rückläufig, was sich aber in den Tagen davor schon bemerkbar macht. Wie die Leserinnen und Leser dieses Magazins bereits wissen, geht bei rückwärts laufendem Merkur vor allem im praktischen Bereich einiges daneben, muss reklamiert, zurückgeschickt oder repariert werden, läuft aneinander vorbei oder klappt erst beim zweiten Anlauf. Zum Glück bestehen

aber um den 17.4. recht günstige Venus-Konstellationen, die soziale Anerkennung, Erfolge und Wohlstand begünstigen. Wer in dieser Zeit etwas renovieren, restaurieren oder aufbessern möchte, oder wem es wichtig ist, alte Bekanntschaften zu pflegen, hat also recht gute Karten bzw. Sterne.

Abreißen und Neubauen

Ende April und Anfang Mai bestehen eher destruktive Konstellationen, auch im materiellen Bereich. Wer aber zunächst etwas abreißen oder anderweitig zerstören möchte, um dann etwas Neues aufzubauen, hat Erfolg. Für alle anderen gilt, lieber mit etwas Bedacht zu handeln, nicht vorschnell folgenschwer zu entscheiden, Gefahren zu meiden und in Diskussionen weniger durch Argumente als vielmehr durch Ergebnisse zu überzeugen.

Stabilisierung, aber dennoch etwas Frustration

Mitte Mai sehen die Konstellationen wieder etwas ruhiger aus. Auch Merkur ist inzwischen wieder direktläufig. Viele Entwicklungen stabilisieren sich. Manche sind aber dennoch nicht so ganz schön. Im Miteinander kann es Frustrationen geben. Das Sachliche funktioniert, aber das Seelische kommt etwas zu kurz. Da kann es besser sein, sich von ungeeigneten Situationen zu trennen.

Interessante Veränderungen

Um den 20.5. wechselt zunächst Venus in den Krebs und dann die Sonne in die Zwillinge. Das bringt in einigen Angelegenheiten mehr Echtheit, in anderen mehr Beweglichkeit und Leichtigkeit. Hinzu kommt, dass am 28.5. Uranus erstmals seit Ende der 1920er Jahre aus den Fischen in das Zeichen Widder wechselt, sich dabei am Frühlingsanfangspunkt befindet.

Sowohl Uranus als auch der Frühlingsanfang stehen für Neuerung, Aufbruch, Befreiung. Mit Uranus im Widder kann es wie in der Zeit bis 1935 aber auch zu extremeren Entwicklungen kommen; der Mut zum Risiko und zur Veränderung steigt. Was in den Jahren zuvor noch vertuscht wurde, in Illusionen oder faulen Kompromissen dümpelte, bricht nun erwachend hervor. Es kann also spannend werden, größere Neuerungen, Erfindungen, Entdeckungen sowie reformierende soziale Impulse setzen sich durch. Die Welt befindet sich im Aufbruch. Wirtschaftliche und andere Risiken können zur Tagesordnung gehören. Neue, am besten sinnstiftende und menschenfreundliche Ideen müssen durchgesetzt werden.

Gutes Funktionieren

Ungefähr vom 9. bis zum 20.6. bilden Merkur und Venus überwiegend harmonische Winkel zu den anderen Planeten. Da sowohl Merkur als auch Venus für das Kommunikative, das Miteinander, vernünftige Absprachen sowie für das Geschäftliche und für konkrete Verbesserungen stehen, eignet sich diese Zeit natürlich besonders, um gute Kontakte zu knüpfen und zu pflegen.

Sommeranfang

Vom Sommeranfang bis Anfang Juli 2010 häufen sich wieder angespannte Konstellationen. Insbesondere um den Vollmond am 26.6. verdichtet sich hier einiges. Es kann zu größeren Auseinandersetzungen kommen. Bestimmte Unvereinbarkeiten brechen auf. Im Idealfall kommt es zu größerer Authentizität nach Konflikten, die die Seele aus falschen Formen befreien.

Venus und Mars („Frauen und Männer“)

Im April 2010 befinden sich Venus und Mars zunächst im kritischen 90°-Aspekt. Dabei wollen mit Venus im Stier die schönen, sinnlichen und gemütlichen Seiten des Seins gepflegt werden, während Mars im Löwen für Herausfor-

derungen steht, energiegeladen und spontan handeln möchte, und keine Konflikte scheut.

Ab dem 25.4. entspannt sich hier die Situation. Venus wechselt in das Zeichen Zwillinge, das für Leichtigkeit im Miteinander steht. Mit dieser Einstellung lässt sich natürlich besser auf die Themen von Mars eingehen, so dass sich Konflikte mit Humor, Verstand und einer gewissen Beweglichkeit gut entschärfen lassen, oft bereits bevor sie entstehen. Besonders in den Tagen um den 7.5. dürfte es zu einem guten Zusammenwirken von Frauen und Männern bzw. sozial ausgleichenden und entschlossen handelnden Komponenten kommen.

20 Jahre
Salute e Bellezza
Groß- und Einzelhandel







- ätherische Öle
- Räucherwerk
- Edel- & Heilsteine
- Schmuck
- Klanginstrumente
- Kunsthandwerk
- Statuen
- tanztherapeut. CDs
- tantrischer Bedarf
- Fachliteratur

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

Am 20.5. wechselt Venus dann in das Zeichen Krebs. Nun geht es im Miteinander wieder mehr um Einkehr. Es ist ratsam, sich auf das Schöne zu besinnen und familiäre Beziehungen zu pflegen - das können natürlich auch Beziehungen zu Wahlverwandten sein, denen wir uns sich seelisch nahe fühlen. Zwar befindet sich Mars noch bis zum 7.6. im Löwen, steuert aber geradewegs auf die Jungfrau zu. So dürften sich bestimmte Konflikte Zug um Zug beseitigen lassen, und es kommt zu praktischen Lösungen. Viele Männer, aber auch andere, eher entschlossen handelnde Menschen dürften sich ab dem 7.6. also wieder mehr von der praktischen Seite zeigen und insgesamt wieder etwas bescheidener und vernünftiger werden. Zum Ausgleich wechselt Venus dann am 14.6. in das Zeichen Löwe, wo sie quasi zur Königin gekürt wird - und mit Mars in der Jungfrau einen guten Diener hat. So eignet sich die Zeit mit Mars in der Jungfrau und Venus im Löwen sehr, um etwas zu verschönern und zu verbessern, um etwas aufzubauen, aber auch um gute Beziehungen zu pflegen und Feste zu feiern, was gleichermaßen mit Spaß und Arbeit verbunden ist.

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

HeilpraktikerIn für Psychotherapie

seit 14 Jahren individuelle und kompetente
Prüfungsvorbereitung

Blockseminare
in Oldenburg, Weener und Ottersberg

Wöchentliche Intensivkurse
in Ottersberg, Stade und Bremen

Einzelunterricht

Grundlagenseminare
Psychotherapeutisches Begleiten

steinmüller seminare
praxis für psychotherapie
und neues lernen

Brunhilde Steinmüller
Im Holze 2 • 28870 Ottersberg
04205 / 77 99 41
info@steinmueller-seminare.de
www.steinmueller-seminare.de



Familienstellen Klass. Homöopathie

Familien-/Systemaufstellung

Aufstellungstage in OL
Sa. 17.4.10 | Sa. 29.5.10 (9.30- 18 h)
Kurzaufstellungen – abends
14.4. | 19.5. | 16.6. (18.30, Weskampstr. 18)
Bitte tel./online anmelden! (15,-)

Aufstellungen – Einzelarbeit
alle Themen! Termine n. Vereinbarung

Klassische Homöopathie
Konstitutionsbehandlg. + akut
Vortrag: Di. 9. Juni 2010
Homöopathische Urlaubs-/Reisapotheke;
19.30-21 h, bitte tel./online anmelden!

Fortbildung Aufstellen
Systemaufstellung in der Einzelarbeit
2 Wochenenden | Wochenende je 185,-
für Kinesiologen: auf Anfrage
für Aufsteller: auf Anfrage



- ▶ Familie
- ▶ Beruf
- ▶ Gesundheit
- ▶ Lebensraum

Bernhard Dökel

Sampoorna Yoga, das Yoga der Fülle

Raus aus dem Alltag - rein in den Körper



Ja, wer möchte nicht mit dem Feierabendgong oder dem Einläuten des Wochenendes, mal soeben Verspannungen und allen Stress einfach von sich abfallen lassen und sich sogleich in seinem Körper

pudelwohl fühlen? Doch Verspannungen können so hartnäckig sein, ganz zu schweigen von den unzähligen Gedanken, die an uns nagen und uns daran hindern, den weiteren Tag mit Freude und Leichtigkeit zu genießen.

Ein wohlbekannter, doch schwer zu durchbrechender, Lauf im Hamsterrad, dem wir scheinbar nicht entrinnen können.

Das über Jahrtausende gesammelte Wissen des Yogas bietet eine Möglichkeit, diesen Kreislauf zu öffnen. Durch systematische Bewegung, verbunden mit einer bewussten Atmung erleben Sie tiefere Entspannung, fühlen sich in Ihrem Körper wohler und bringen Ihre Gedanken mehr zur Ruhe. Am Ende einer Yogastunde fühlen Sie sich entspannt, wieder aufgeladen und zufrieden.

Reicht es aus, einmal in der Woche zum Yoga zu gehen?

Natürlich ist es besser, täglich Yoga zu praktizieren, ähnlich wie Sie täglich essen, schlafen und sich die Zähne putzen, aber ein Mal ist mehr als kein Mal und so erfahren Sie, wenn Sie regelmäßig einmal in der Woche zum Yoga gehen, wie sich Ihr Wohlbefinden stetig verbessert.

Muss ich gelenkig sein, um Yoga zu machen?

Jeder, ob jung oder alt, Frau oder Mann, kann Yoga praktizieren. Es ist ein Schritt für Schritt Prozess, der Ihre Kraft, Beweglichkeit und Balance stärkt und so Verspannungen und Ver-

letzung vorbeugt. Jeder Anfang ist ein Schritt in die richtige Richtung.

Lassen Sie sich zu einer Probestunde, im neu eröffnenden Sampoorna Yoga Zentrum in Oldenburg einladen. In den neu renovierten, hellen und großen Räumen in der Zeughausstr. 70 72, gegenüber der Fachhochschule können Sie in einer entspannten Atmosphäre und unter kompetenter Anleitung, regelmäßig Hatha Yoga praktizieren.

Die Trainingszeiten sind morgens und abends von Montag bis Samstag, so dass Sie, ganz nach Ihren Wünschen, mehrere Kurse besuchen oder auch mal ganz spontan in einen anderen Kurs ausweichen können. Neben regulären Anfängerkursen, mittelstufe und fortgeschrittenen Kursen, Senioren yoga, Schwangeren yoga und Rücken yoga, gibt es auch einen Yogakurs mit anschließendem Saunagang.

Für diejenigen, die tiefer ins Yoga einsteigen möchten, gibt es Wochenendworkshops und Yogatage mit bestimmten Themenschwerpunkten. Die regulären Kurse werden von den Krankenkassen als Präventivmaßnahme unterstützt.

Am 07. + 08. August 2010 öffnet das Sampoorna Yoga Zentrum seine Türen. Sie erleben ein modernes und offenes Yogazentrum, das die Fülle (Sampoorna) des Yogas anbietet.

Gleich zu Beginn können Sie die Präsenz eines Yoga-Meisters erleben. Shri Yogi Hari, der Begründer des Sampoorna Yoga, wird persönlich anwesend sein und das Zentrum einweihen. Seine vierzigjährige Yoga-Erfahrung, seine liebevolle Direktheit und sein strahlender Humor machen ihn zu einem einzigartigen Lehrer auf dem grenzenlosen Yogaweg. Er ist ein Meister des Hatha, Raja und Nada Yoga. Während der Eröffnungsfeier wird er

einen Workshop anbieten. Bitte melden Sie sich frühzeitig an und erfahren Sie die Weisheit seiner 40-jährigen Yogapraxis. Info: www.sampoorna-yoga-oldenburg.de.

Bis zur Eröffnungsfeier finden kostenlose Probestunden freitags von 17:00-18:30 Uhr im Haus Weskampstrasse 28 statt. Info: www.haus-weskampstrasse.de.

Wir stellen das Sampoorna Yoga Zentrum Oldenburg am 23. Juni 2010 in der Buchhandlung Plaggenborg vor. Lassen Sie sich zu einer außergewöhnlichen Exkursion einladen.

Als zusätzliches Highlight findet in den Räumen des Yogazentrums immer donnerstags von 19:00-22:00 Uhr Biodanza® statt.

Aus besonderem Anlass wird Cristina Arrieta, die Begründerin des Biodanza in Deutschland, am 08. August eine Eröffnungsvivencia (Tanzsession) geben. Ihre tiefe Spiritualität, verbunden mit ihrem südamerikanischen Temperament, macht sie zu einer inspirierenden

Lehrerin. Sie hat, durch ihr unerschöpfliches Engagement, Biodanza sowohl in Deutschland als auch in Europa bekannt gemacht und als ein anerkanntes System des menschlichen Wachstums etabliert. Bitte melden Sie sich frühzeitig an und tanzen Sie, auf eine lustvolle und spielerische Art und Weise und in einer lebensbejahenden Atmosphäre den „Tanz des Lebens“. In Tänzen mit sich selbst, in Begegnungen zu zweit und mit der ganzen Gruppe werden schlummernde Potenziale geweckt und können so Schritt für Schritt ins eigene Leben integriert werden. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Sampoorna Yoga in Oldenburg: Eröffnung des Sampoorna Yoga Zentrums am 07. und 08. August 2010 in der Zeughausstr. 70-72.

Vortrag am 23. Juni um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr. 1, 26122 Oldenburg. Bitte zu beiden Veranstaltungen anmelden! Weitere Infos unter www.sampoorna-yoga.de

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, Kunsthandwerk, Galerien ...



Ökologie

Biohöfe, Biohotels, Stromanbieter ...



Bildung & Reisen

Seminarhäuser, -anbieter, Reiseveranstalter ...

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

Steffi Wahlen

2010: Das Jahr der Selbstverwirklichung - und wir sind schon mittendrin!



Mit Begeisterung lese ich immer wieder die schönen Artikel von Christine Keidel-Joura über die verschiedenen Zeitqualitäten aus astrologischer Sicht. An dieser Stelle einmal herzlichen Dank für die wertvollen Einblicke!

Einen weiteren Einblick in die Zeitqualität bietet die Numerologie. Hier einige stichpunktartige Informationen über die Bedeutung der Zahlen:

- 1: Erkenntnis, Individualität, Anfang, Persönlichkeit
- 2: Bewusstsein, Theorie, Urteilskraft, logisches Denken
- 3: Wille, Initiative, Entschlusskraft, Kommunikation
- 4: Tat, Realisierung, Materie, Abgrenzung
- 5: Organisation, Formgebung, Regulierung
- 6: Durchsetzung, Vitalität, schaffende Energie
- 7: Lebensfülle, praktisches Tun, Kreativität
- 8: Harmonie, Balance, Schönheit, Künstlersches
- 9: Beweglichkeit, Flexibilität, Veränderung, Unruhe
- 0: Unendlichkeit, unbegrenzte Möglichkeiten, von der Unwissenheit zur Erkenntnis; die „göttliche Zahl“, zwingende Wandlung

Für eine tiefergehende Beschäftigung mit dem Thema empfehle ich das Buch Zahlenmythik von Faith Javane und Dusty Bunker.

Seit Anfang des 21. Jahrhunderts geht es aus numerologischer Sicht um das göttliche Bewusstsein (20...). Dieses können wir am besten zum Ausdruck bringen, indem wir aus

der Schwingung der Liebe und der Freude heraus handeln. In diesem Jahrzehnt nun geht es darum, wie jeder einzelne (1) dieses Bewusstsein zum Ausdruck bringt, wobei in jedem einzelnen Jahr dabei verschiedene Aspekte im Vordergrund stehen. Um die Zeitqualität des Jahres 2010 besonders gut für sich zu nutzen, ist es ratsam, sich seiner eigenen „Göttlichkeit“ (0) bewusst zu werden und diese auch zu zeigen. Es geht um Selbstverwirklichung im Zusammenhang mit dem göttlichen Bewusstsein. Was ist nun aber in diesem Zusammenhang mit der eigenen Göttlichkeit gemeint? Wie drückt sich der „göttliche Funke“ in uns aus? Es ist die Einzigartigkeit jedes einzelnen, die Eigenarten, Talente und Fähigkeiten, die jedem von uns innewohnen. Zudem sind es

DIE CHAKRAS ERFAHREN



49 farbige Karten der sieben grundlegenden Chakras und ihren sieben unterschiedlichen Qualitäten wie Mudras, Symbolen und Tierzuordnungen.

Ein Begleitbuch beschreibt die Bedeutung der Karten verständlich und klar.



Cees Weteling Chakra-Karten

Box mit Begleitbuch
112 S. / 49 farbige Karten
(14 x 9 cm)
ISBN 978-90-78302-27-8

VERLAG BINKEY KOK

aber auch die eigenen Seelenbedürfnisse, die Sehnsüchte. Diese gilt es sich zunächst einmal in besonderem Maße bewusst zu machen: Was macht mich aus? Was kann ich besonders gut? Was würde ich besonders gern tun? Lebe ich meine Gaben auch aus oder bin ich eher geizig damit, halte ich mich aus diversen Gründen zurück, z.B. weil ich glaube, andere können es besser oder weil ich mich lieber unauffällig im Hintergrund aufhalten möchte. Unsere Sehnsüchte sind der Ruf unserer Seele. Wir hätten diese nicht, wenn wir sie nicht auch in unserem Leben verwirklichen könnten. Es geht darum, diese auszuleben. In diesem Jahr bekommen wir nicht nur gute Voraussetzungen und Unterstützung dafür, sondern werden aufgefordert, uns in größerem Maße in unserer Einzigartigkeit zu zeigen. Welche Veränderungen wünsche ich mir für das Leben – nicht nur für mein persönliches, es geht um das große Ganze -, und wie kann ich besonders mit mei-

nen Gaben dafür eintreten, dass sie passieren? Die Quersumme aus 2010 ist die 3, in der die Eigenschaften von 1 und 2 vereinigt sind. Die 3 steht u.a. auch für Kommunikation, d.h. es geht darum, meine innere Wahrheit auch zu kommunizieren, mich mitzuteilen. Durch den Austausch werden mir dabei u.U. sogar noch weitere Talente und Wünsche bewusst oder ich bekomme mehr Mut zur Umsetzung, da sich andere mit ähnlichen Zielen beschäftigen.

Steffi Wahlen, Praxis für Massage, Ayurveda und Bowtech Seminare, Vorträge, Themenabende über die geistigen Gesetze, Lothringer Straße 58, 26121 Oldenburg. Termine für Themenabende: Mi., 7.April'10: Die Regeln des positiven Denkens – So klapp't's! Mi., 5.Mai'10: Das Licht-Schatten-Orakel zum Kennenlernen vMi., 2.Juni'10: Ziele und wie man sie mit Leichtigkeit erreicht. Weitere Termine und Infos unter: 0441-1815858 oder auf www.das-hermetische-prinzip.com

Psychologie & Lebenshilfe

Schamanische Weisheit für heute



Angaangaq – der Schamane aus Grönland
Christoph Quarch (Hrsg.)
SCHMELZT DAS EIS IN EUREN HERZEN!
Aufruf zu einem geistigen Klimawandel
240 Seiten. Mit zahlr., z. T. farb. Fotos. Geb./SU
€ 19,95 [D]/€ 20,60 [A]
Empf. VK-Preis CHF 34,90
ISBN 978-3-466-34547-2

»Schmelzt das Eis in euren Herzen!« Angaangaqs Botschaft ist von bestechender Klarheit und Kraft. Sie ermutigt zu einem couragierten, liebevolleren Leben in Harmonie mit sich selbst und anderen, im Gleichgewicht mit der Natur. Ein großartiges, mit tiefer Weisheit geschriebenes Buch zu Lebensthemen wie: Geben und Nehmen, Stille, Beten, Heilen, Pflanzen und Tiere, Werden und Vergehen, Familie, Partnerschaft, Sexualität, Jahreszeiten, Zeremonien und vieles mehr.



SACHBÜCHER UND RATGEBER
kompetent & lebendig.

www.koesel.de
Koesel-Verlag München, info@koesel.de

Biodanza!

Lebendigkeit, Freude und Leichtigkeit tanzend erleben



Ich erinnere mich noch sehr gut an meine allererste Begegnung mit Biodanza. Gleich die Eröffnung des tanzenden Miteinanders berührte mich auf besondere Weise: Eine bunt gemischte Gruppe von Männern und

Frauen kam in einem Kreis zusammen und tanzte Hand in Hand, die Füße bewegten sich wie von selbst im Rhythmus der Musik.

Es war eine Musik, mit der ich mich sofort wohlfühlte, die mich in mir und im Kreis mit meinen Mittänzerinnen und -tänzern ankommen ließ und Lust auf mehr machte. Bewusst nahmen wir uns die Zeit, um zu schauen, wer mit uns tanzt: Blicke gingen hin und her, ein Lächeln, und schon war da das Gefühl, willkommen zu sein, so wie ich gerade bin. Mit diesem Gefühl vertraute ich mich dem zweiten Tanz an, der uns einlud, zu gehen. Einfach locker drauflos in den Raum zu gehen, zu mitreißend fröhlicher Musik, mit Spaß und Freude, mal solo, mal zu zweit. Auf einmal fühlte ich wieder die Leichtigkeit und sprudelnde Lebendigkeit, die ich aus meiner Kindheit kenne. Was für eine Freude, mich so vital zu erleben! Meinen Körper neu zu spüren! Ich habe Feuer gefangen an diesem Biodanza-Abend, und dieses Feuer und diese Freude gebe ich mittlerweile als ausgebildete Biodanza-Leiterin an andere Menschen weiter, die Spaß am Tanzen haben.

Biodanza öffnet Türen zu vielfältigen Erlebniswelten

An einem Biodanza-Abend wird eine Vivencia getanzt. Der Begriff „Vivencia“ ist spanisch und heißt „Erleben“. Biodanza wurde in den 60er-Jahren in Lateinamerika entwick-

kelt. Mittlerweile hat sich Biodanza rund um den Globus verbreitet, immer mehr Menschen genießen die Freude an dieser unkomplizierten Art des Tanzes.

Eine Vivencia dauert ungefähr 2 Stunden. Im ersten Teil ist das Erleben mehr nach außen gerichtet, die Musik lädt zu dynamischer Bewegung ein, zu Aktion und Tempo. „Mich im Tanz vital, angeregt und kraftvoll fühlen“ sind hier Schlüsselworte. Im zweiten, ruhigeren Teil der Vivencia öffnen sich wie von selbst die Türen zum inneren Erleben. Tänze mit mir selbst, zu zweit oder zusammen mit der ganzen Gruppe lassen uns Harmonie, Entspannung und Herzensweite spüren. Kraft und Lebensfreude, Spaß, Ausgelassenheit des ersten Teils der Vivencia münden im zweiten Teil ein in das Erfahren unseres inneren Lichts, wir begegnen uns selbst und anderen mit Zartheit. Die sorgfältig ausgewählte Musik trägt uns mühelos in diese unterschiedlichen Erlebniswelten.

Wir tanzen den Reichtum und die Vielfalt unserer Möglichkeiten

Jede Vivencia ist um ein bestimmtes Thema herum aufgebaut. Wir können erleben, wie es sein kann, wenn wir „dem Leben vertrauen“, oder „die Freude im Herzen leben.“ Die Vivencia ist ein Spiegel des Lebens, alles, was den Reichtum, die Fülle und die Schönheit des Menschseins ausmacht, kann getanzt werden: Mut, Gelassenheit, Zärtlichkeit, kreative Begeisterung sind nur einige Beispiele.

Die Biodanza-Leiterin, der Biodanza-Leiter nimmt die Tanzenden mit speziell ausgewählten Tänzen, Musik und ihren Worten mit auf die Reise durch die Vivencia. Auf dieser Reise tanzen wir alle unseren eigenen Tanz, wir entdecken unseren individuellen, inneren Reich-

führendes Malen
ein malerischer Wohlfühltag

Ahler Wärendezeit

www.waendezeit.de Tel.: 04407 - 71 57 48

Weisheiten des hawaiianischen Schamanismus

Serge Kahili King
Grenzenlose
Kraft

Ein Huna-
buch

Entdecken Sie
Ihr Potenzial
mit dem
STADTSCHAMANEN

Lüchow

Neu!

Serge Kahili King
Grenzenlose Kraft
Entdecken Sie Ihr
Potenzial mit dem
Stadtschamanen

160 Seiten
Broschur
978-3-89901-289-7

€ 14,95

Das neue Buch
von Serge Kahili King
bietet praktische Lebenshilfe
aus der Sicht des Huna,
des hawaiianischen
Schamanismus.

Lüchow

tum und bringen ihn in unseren Bewegungen nach außen. Alles ist „richtig“ und wir heißen alles willkommen, was wir in uns finden und sich ausdrücken möchte. Mit Überraschungen dürfen wir rechnen! Tanzerfahrungen sind nicht nötig, es gibt keine Schritte, die erlernt werden müssten. Um Biodanza zu genießen, braucht es einfach nur Freude an Musik und Bewegung und Spaß am Miteinander. Auch die Entdeckung der unendlichen Möglichkeiten, dem unerschöpflichen Potential, das in jedem von uns angelegt ist, will sich in Biodanza entfalten. Biodanza ist ein freudvoller Weg in die Authentizität, ein Entwicklungsprozess, der uns hilft, „ganz“ und heil zu werden, indem es unsere Lebendigkeit und die Liebe zu uns selbst und allem, was existiert, stärkt. Biodanza stellt einen weiten Raum zur Verfügung, in dem ich ganz so sein darf, wie ich bin und mich in jedem Moment ausdrücken möchte. Ein hohes Ziel von Biodanza ist die Ausdehnung der Vivencia in den Alltag: Ich tanze mein Leben.

Wer einen persönlichen Wachstumsprozess mit Spaß und Staunen in der Gruppe beginnen möchte ist herzlich eingeladen, Biodanza einmal wöchentlich mittwochs mit uns zu tanzen.

Zum Kennenlernen biete ich an jedem zweiten Mittwoch im Monat (14. April, 12. Mai, 9. Juni) einen offenen Abend von 20.00- ca. 22.30 Uhr an (Ankommen um 19.45 Uhr). Die Workshop-Samstage finden von 10.30 - 17.30 Uhr statt. Am Samstag, den 5. Juni tanzen wir das Thema: „Lebendig und lustvoll in den Sommer“. Am Samstag, den 25. September tanzen wir zum Thema: „Das Leben genießen“. Wir treffen uns im Tanzraum der Waldorfschule - Blumenhof 9 (blaues Gebäude, linker Eingang). Anmelden kannst du dich bei Xandra Alisha Vogelsang Tel. 04408-809732 oder unter www.biodanza-oldenburg.de.

Peter Jaruschewski

Kreativität und Intuition

Seminar: Kreativität in Beruf und Alltag sinnvoll nutzen



„Ich bin nicht kreativ“ – wie oft höre ich diesen Satz im Gespräch mit anderen Menschen... Doch: Jede/r ist kreativ! Denken Sie daran, wie einfallsreich und ideenvoll wir als Kinder alte Baumstämme zu Piratenschiffen oder einen Kochlöffel zum wunderbaren Zauberstab umfunktioniert haben.

Wir haben nur vergessen, als Erwachsene manchmal wieder zum Kind zu werden und uns zu trauen, Herausforderungen spielerisch und phantasievoll zu begegnen und neue Lösungen mit Intuition und Kreativität zu finden.

Für Albert Einstein war die Intuition schlicht das Wichtigste, was es überhaupt gibt und die Großmutter des russischen Mystikers Gurdjeff riet ihrem Enkel auf dem Sterbebett: „Tue niemals Dinge so, wie andere sie tun!“ Kekulé entdeckte den Benzolring (und damit das Benzin) sozusagen intuitiv im Schlaf, in dem er von einer Schlange träumte, die sich in den Schwanz biss und ihm die Einsicht der Struktur des Benzolrings brachte. Viele weitere Beispiele zeigen, wie wichtig für die größten Geister der Geschichte die Anwendung von Kreativität und Intuition war.

Die neuesten Ergebnisse der Gehirnforschung zeigen uns zum Beispiel, dass unser Unterbewusstes jede Entscheidung schon getroffen hat, bevor wir meinen, sie rational zu treffen – ein Hinweis darauf, wie wichtig es ist, seine Intuition zu schulen und die bestmögliche Verbindung zwischen ratio (Vernunft, Rationalität) und creatio (Kreativität, Intuition) herzustellen. Nun gilt das alte Modell von „linkshirinig-rationalem“ und „rechtshirinig-intuitivem“ Denken als überholt, jedoch können wir zwei verschiedene Denkweisen

konstatieren, die dieser Unterscheidung sehr ähneln und mit ihr in Verbindung stehen.

Die neuere Geschichte des kreativen Denkens ist untrennbar verbunden mit 2 Namen: Zum Einen Edward de Bono, der unser normales „lineares“ (logisches) Denken komplett in Frage stellte und mit dem „lateralen“ Denken einen neuen Denkstil etablierte. Beim lateralen Denken geht es darum, Probleme und Herausforderungen aus komplett neuen Perspektiven zu sehen und damit absolut innovative Lösungsmöglichkeiten zu erschaffen. Edward de Bono hat bisher eine Reihe von Kreativitätstechniken entwickelt, die bekannteste ist sicherlich die „6-Hüte-Methode“.

Zum Anderen ist da Tony Buzan, der Vater des „radialen Denkens“. Ebenso wie Edward de Bono ist er Schöpfer zahlreicher Kreativitätstechniken, seine bekannteste und effektivste ist sicherlich das „MindMapping“, das die herkömmliche Art der Bildung von Gliederungen und Strukturen völlig neu erfindet und ungeahnte Möglichkeiten der Darstellung zulässt.

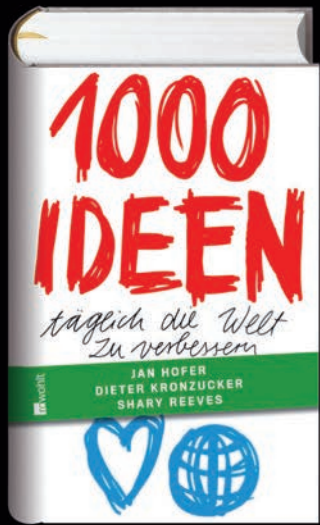
Als Berater von mittelständischen Unternehmen, Trainern und Coaches nutze ich viele dieser Kreativitätstechniken, die ebenso bei beruflichen wie privaten Herausforderungen zu neuen Sichtweisen- und alternativen Lösungsmöglichkeiten führen können. In meinem Seminar stelle ich sowohl die verschiedenen Denkstile als auch Kreativitätstechniken und Methoden zur Intuitionsschulung vor.

„Kreativität & Intuition in Alltag und Beruf“ - Seminar mit Peter Jaruschewski am 5. & 6. Juni im Haus Weskampstr.28, 26121 Oldenburg. Vortrag am 27. Mai um 20 Uhr. Info/Anm.: Peter Jaruschewski, Lagerstr.62, 26125 Oldenburg, Tel.: 0441-9736160, agentur@jaruschewski.com



Es gibt nichts Gutes, außer: Man tut es.

Eine Sammlung toller Ideen, die das Leben erleichtern und die Welt verändern.



512 Seiten, Gebunden, € 22,95 (D)

Flying Hawaiische Tanzmeditation



Flying ist eine kraftvolle Meditationstechnik aus der Lomilomi-Tradition von Hawai'i. Sie weckt die Lebenslust und bringt Freude beim Praktizieren. Flying harmonisiert Körper, Geist und Seele und stärkt

die Verbindung zum eigenen Selbst.

Die Tanzmeditation hilft, sich in der eigenen Kraft und Mitte zu zentrieren, begrenzende Lebensmuster zu erkennen und zu wandeln, neue Wege zu gehen und dabei Herausforderungen mit Gelassenheit und Flexibilität zu begegnen.

Die Flying Tanzmeditation bietet die Gelegenheit, wie bei einer Lomi-Massage in die Energie von Hawai'i einzutauchen, den Körper als Tempel der Seele zu feiern und in all seinen Aspekten kennen- und lieben zu lernen. Die Wahrnehmung des Wunders des Lebens und der Reichhaltigkeit der Umgebung wird intensiviert, es können Bilder von der Üppigkeit des tropischen Dschungels, vom Schwimmen im warmen Meer, von Delfinen, Walen, Blütenduft auftauchen.

Ähnlich wie in einer Schwitzhüttenzeremonie verändert Flying den Stoffwechsel, belastende Emotionen, Glaubenssätze und Schadstoffe werden ausgeschieden und transformiert, die Bereitschaft, sich selbst zu begegnen und Eigenverantwortung zu übernehmen ist gefragt.

Die Armbewegung erinnert an das Schwingen von Flügeln. Sie weitet den Brustraum, vertieft die Atmung, öffnet das Herz für sich und andere und umarmt das eigene Da-Sein immer wieder. Die Beinbewegung sorgt für gute Erdung und das Zentrieren in der Körpermitte

im Beckenraum. Die Kopfbewegung lockert und entspannt die Nackenmuskulatur. Durch die Kombination der Bewegungen werden beide Gehirnhälften gleichermaßen aktiviert, die rechts/links- und die oben/unten- Koordination werden gefördert.

Die Meditation ist dazu überliefert und speziell darauf abgestimmt, die Schwingung des Herzchakras zu erhöhen, die Zellschwingung anzuregen und die DNA zu aktivieren.

In der wiederholten Ausführung der Bewegung findet sich wie bei jeder Meditation Gelegenheit zur Gedankenbeobachtung und zur Kommunikation mit der Seele und dem eigenen Körperbewußtsein.

Flying kann alleine, paarweise, im Kreis oder in anderer Formation in der Gruppe praktiziert werden und bietet eine große Vielfalt an Erfahrungsmöglichkeiten. Dabei werden verschiedene (vielleicht noch unentdeckte) Temperamente in einer Person angesprochen. Das Praktizieren der Meditation erhöht das Energieniveau, verankert im eigenen göttlichen Kern, schenkt Mitgefühl und letztendlich die Erkenntnis des Einsseins und der Verbundenheit allen Lebens, wie sie den indigenen Völkern noch selbstverständlich ist.

Die nächste Gelegenheit, Flying zu erlernen besteht im Tagesintensivworkshop am Samstag, den 17. April 2010. Die Meditation wird angeleitet von Uli Sa Lingenfelder, Lomi Practitioner, autorisiertes Lehren der Flying Tanzmeditation seit 2002. Anmeldung im Alo ola pono Centrum unter 0441/2059269. Weitere Termine werden unter www.LOMILOMI-Oldenburg.de bekanntgegeben.

“Frühlingsgefühle” – offen sein für Partnerschaft **Den Weg freimachen mit Systemischer Aufstellungsarbeit**



Der Wunsch nach einer erfüllenden Partnerschaft steht für fast alle Menschen ganz vorne auf der persönlichen Wunschliste. “Warum klappt es bei mir nicht” oder “Wieso geht es immer wieder ähnlich schief?”, diese

Fragen lassen sich auch sehr gut mit der Aufstellungsarbeit anschauen.

In Partnerfindungs- und Partnerschaftsfragen spielen so ungeheuer viele Faktoren mit hinein (frühkindliche Prägungen, Übernahme von Glaubenssätzen, Traumata und innere Abspaltungen, systemische Verstrickungen, usw), dass es oft wenig effektiv ist, puschalen psychologischen Tipps zu folgen.

Wo ist bei mir der springende Punkt, der eine glückende Partnerschaft ausschlaggebend erschwert oder verhindert? Ist er da, wo ich ihn vermutet habe oder sogar an einer ganz anderen Stelle? Und wie löse ich dieses dann am Besten? Mit der Aufstellungsarbeit kann ich sozusagen einen Blick in mein verborgenes Beziehungs-Drehbuch werfen. Spiele ich die Rolle von jemand ganz Anderem im System? Spreche ich immer noch die alten Texte von Vater und Mutter nach? Bekomme ich immer die Rolle des “Vamps”, fühle mich aber innerlich als Mäuschen? Oder bin ich in eine ewige Tragödie geraten, sehne mich aber nach einem Liebesfilm? Oder bin ich gar noch in der Sesamstraße gefangen? In einem Kriegsfilm?

Letzten Endes geht es darum, alle alten Schichten, alle Systemischen Verstrickungen, karmischen Lasten, Traumata usw. soweit abzulösen, dass ich mehr und mehr mein eigenes Leben leben kann und auch als eigenständiges “Ich” für (zukünftige) passende Partner erkennbar und damit anziehend werde.

Im Rahmen einer Aufstellung können alle wichtigen Phasen von Partnerschaft – innerlich bereit sein für ein Du, andere sehen und selbst gesehen werden, in guter Beziehung zu mir selbst stehen, den anderen kennenlernen und ihm näherkommen, einen guten von einem nicht so guten Partner instinktiv unterscheiden, Nähe und Abgrenzung ausbalancieren, Seite an Seite als Paar stehen – sozusagen virtuell durchgespielt werden und auf wichtige Hindernisse untersucht werden. Diese Punkte kann man dann ganz gezielt und lösungsorientiert klären. Es geht übrigens nie darum, alles perfekt lösen zu müssen um endlich frei für die “perfekte Partnerschaft” zu werden, sondern darum, den nächsten Schritt zu gehen, den schmalsten Engpass zu erweitern. Das reicht vollkommen! “Leben ist das, was passiert, während ich eigentlich andere Pläne habe”, dieses Sprichwort (John Lennon zugeschrieben) drückt dieses Vertrauen in das Lebendige ganz gut aus.

Viele gute Lösungen sind direkt innerhalb der Aufstellung möglich, z. B. die Zurückgabe systemischer Lasten, Klärung von vergangenen Partnerschaften, das Stellen an den eigenen Platz im Familiensystem, das Lösen karmischer Verpflichtungen, die Integration von Trauma-Anteilen. Anderes kann zwar angestoßen werden, braucht dann aber auch Zeit zum Wachsen: Sich als attraktive(r) Frau/Mann fühlen, sich selbst wichtig nehmen, Intimität wagen und Verletzungen riskieren. Es lohnt sich in jedem Fall!

Info: Heilpraktikerin Antje Jaruschewski, Praxis für Systemische Lösungen u. Gesundheit, (Einzelarbeit & Aufstellungs-Seminare), Metzger Str. 10, 26121 OL, www.praxis-jaruschewski.de, Tel.: 0441-9736194.

Wirkkräfte der Landschaftsformen



Landschaft ist nicht gleich Landschaft. Das ist uns allen recht klar, die Frage ist nur, was machen Landschaften mit uns? Wie beeinflussen sie unsere Stimmung, unser Leben?

Durch den Aufenthalt in bestimmten Landschaftsformen werden die dazu passenden Seelenqualitäten in uns angeregt und können leichter gelebt werden. Hügel, Berge, Täler, Ebenen, Seen, Meere; alle Landschaften wirken spezifisch und individuell gleichzeitig. Indem wir uns mit den Erdkräften in Verbindung setzen, sie spüren, ihnen lauschen und mit ihnen in Austausch gehen, kommen wir zugleich mit unserem eigenen inneren göttlichen Kern in Kommunikation. Es ist hilfreich sich über die spezifischen Wirkungen der Landschaftsformen zu informieren und zu klären, in welchen Landschaften man selbst am glücklichsten ist, wo der innere Diamant zu glitzern beginnt.

Ebenen

Die Ebene ist unmittelbar mit der Erde verbunden. Strebt die Energie auf Bergen himmelwärts, so ist sie in der Ebene nach unten gerichtet. Ebenen geben Bodenhaftung. Es ist das Gleichförmige, in gewissem Sinne auch das Ewigliche, das Ebenen ausstrahlen. Geduld und Langmütigkeit sind Attribute der Ebene. Das mag sogar ein Ertragen und sich Hingeben mit einschließen. „Muss ja“, ist der bevorzugte Spruch und Seufzer der Friesen,

wenn sie gefragt werden, wie es ihnen denn gehe. Die Häufigkeit von Hünengräbern ist gerade im Norden Deutschlands besonders hoch. Der Schoß der großen Mutter hat nicht nur Leben gespendet, sie nimmt es auch nach dem Erdenleben wieder in sich auf. Hügelgräber sind als Symbol Tore in die Unendlichkeit, ja in die Ewigkeit, aber gleichzeitig Tore zu unseren inneren verborgenen Kräften.

Wasserlandschaften

Wasser ist ein zutiefst weibliches Element, vielleicht sogar das weibliche Element schlechthin. Wasser ist weich und passt sich an. Und doch ist es in seiner Nachhaltigkeit an Wirkung kaum zu überbieten. Wasser findet Wege, die nicht ohne weiteres sichtbar sind. Wasser und Gefühl gehören untrennbar zusammen. Zu Beginn der Schöpfung kamen wir aus dem Wasser. Als Kind, das zur Welt kommt, waren wir neun Monate vom Fruchtwasser umgeben. Wasser ist der Ort, an dem Leben beginnt. Wasser ist reinigend - sowohl äußerlich, als auch innerlich. Nur einfach ruhig am Wasser zu sitzen und seinen Geist und seine Seele ganz ins Wasser eintauchen zu lassen, ist einer Meditation vergleichbar.

Die Mütter zahlreicher Götter des Altertums waren Nymphen, wie die Mutter von Merkur, oder die Mutter von Venus, die ja selbst als Liebesgöttin aus dem Meer geboren wurde. Überhaupt stehen Wasser und die Liebe in einem engen Zusammenhang. Auch in der Liebe geht es um Hingabefähigkeit, Geschehenlassen, empfangen, aber genauso um



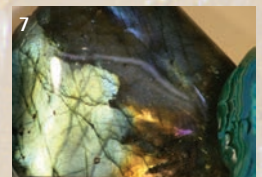
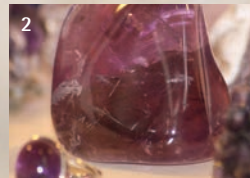


Edle Steine

Neu eingetroffen: Exquisite Einzelstücke!

Bergstraße 1
26122 Oldenburg
Tel. 0441-17543
Mo-Sa 10-18
www.buchhandlung-
plaggenborg.de

- Süßwasserperlen-Armbänder (1)
- Amethyst 1A-Qualität, ca. 6x5 cm (2)
- Chryskoll-Malachit, ca. 10x10 cm (3)
- Karneole in versch. Größen, 1A-Qualität (4)
- Poly-Chrome Jaspis Imperial, ca. 6x5x3cm (5) verschiedene Farben
- Selten: Vanadinit-Kristall (6)
- Herrlicher Labradorit-Anschliff, ca. 11x11cm (7) (ohne Bild):
- Jade-Schälchen, Durchmesser ca. 7 cm
- Bergkristalle 1A-Qualität, verschiedene Größen, natur und überschliffen



Internet-Shop

www.buchhandlung-plaggenborg.de

BUCHHANDLUNG PLAGGENBORG - TEL. 0441-17543

Schnellsuche | alle
Home | Kontakt | AGB

Fachbuchhandlung für Themen wie SPIRITUALITÄT und ESOTERIK, Ganzheitliche Gesundheit, Heilung, Wohlfühlstrategien aus aller Welt / CDs, DVDs, Räucherwaren, Edelsteine, Feng Shui Zubehör

Bücher | Non Book Artikel | Veranstaltungen u.ä. | Registrierung

Sie sind hier: Startseite der Buchhandlung Plaggenborg in Oldenburg ... zurück

Willkommen im Internetshop der Buchhandlung Plaggenborg!
Wir freuen uns über Ihren Besuch auf unserer Webseite.
Was gibt es Neues?
Unsere Website ist komplett neu gestaltet worden...
...mehr Neuigkeiten und Interessante Links.

Falls Sie die Buchhandlung Plaggenborg in der Bergstraße 1 in Oldenburg noch nicht kennen, möchten Sie einfach hier: **Ein Besuch in der Buchhandlung**
Sie können uns Montag bis Sonnabend von 10.00 - 18.00 Uhr besuchen. Hier finden Sie uns: Viel Spaß wünschen Ihnen die Plaggenborgs und Ihre MitarbeiterInnen.

Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, 26122 Oldenburg, Telefon: 0441 - 17543, Fax: 17528
mailto:info@buchhandlung-plaggenborg.de
Handlungsbereich: 98 Oldenburg, H&M Nr.: 29322832; USt-Id: DE12142388; Finanzamt Oldenburg, Steuer-Nr.: 641314/0403

nach oben

Willkommen in unserem Internetshop!

- Über 4000 Artikel: Bücher, CDs, DVDs, Räucherwerk, Essenzen, Feng-Shui-Artikel, Edle Steine u.v.m.
- Erweiterte Buch-Suche: über 450.000 Buch-Titel zum Bestellen über unseren Partner-Großhändler
- Alle unsere Veranstaltungen: Sie können sich hier direkt anmelden
- Einfache Handhabung: übersichtliche Gestaltung (auch für Anfänger gut verständlich)
- Ausführliche Hilfe
- Sichere Verbindung (SSL-Standard)

Wir freuen uns auf Ihren - virtuellen - Besuch!
Und natürlich jederzeit auch über Ihren leibhaftigen Besuch...!!

Leidenschaft und Wildheit. Mit jeder Liebe erneuert sich das Leben, ebenso wie Wasser die Kraft zur Regeneration besitzt.

Bäche und Flüsse

Bäche und Flüsse sind Vitaladern der Erde. Sie versorgen ganze Landstriche mit der notwendigen Lebenskraft. Der amerikanische Geograph James De Meo, führt den Übergang vom Matriarchat zum Patriarchat darauf zurück, dass infolge eines Klimawandels sich ein Wüstengürtel um die Erde legte. Ohne die Stärkung der weiblichen, lebensspendenden Qualitäten durch das Wasser verkümmerten diese schließlich auch im Leben der Menschen und machten Raum für ein Weltbild, in dem der Kampf ums Überleben an forderster Front steht. Ungefähr zeitgleich etablierten sich in der Wüstengegend des nahen Ostens Religionen, die einen einzigen, männlichen und oft strafenden Gott anbeten. Flüsse bringen sogar in hektische Großstädten einen Hauch von Unberührtheit und Ruhe. Sie reinigen nicht nur auf materieller, sondern besonders auf energetischer Ebene die Orte, die sie durchfließen. Wandlungsprozesse können an fließenden Gewässern wunderbar unterstützt werden.

Das Meer

Über zwei Drittel der Erdoberfläche besteht aus Ozeanen und Meeren - so wie übrigens auch unser Körper zu zwei Dritteln aus Flüssigkeit besteht. Das Meer zeigt uns auch, wie stark die Erde von kosmischen Kräften berührt wird. Die Gezeiten lassen uns erkennen, dass der Mond uns mehr beeinflusst, als das manchen Zeitgenossen bewusst ist. Die Mondkraft erinnert an das ständige Werden und Vergehen. Es ist eine Erinnerung oder auch Zeichen des zyklischen Zeitrades. Zwar kann auch das Meer ruhig und einladend sein, die Wellen können sanft am Strand auslaufen, aber es gibt auch die wilden, stürmischen Tage, wo das Wasser wüst und unberechenbar an den Küsten nagt und Teile des Festlandes mit ins Wasser zieht.

Das zerstörende Element ist Teil des Meeres. Es nimmt und verändert ohne Unterlass. Aber auch das ist Teil des Lebens. Ohne das Ende des Alten kann Neues nicht entstehen.

Wälder

Der Wald war den alten Germanen heilig. Er war Stätte der Götter und wichtige Rituale wurden in den heiligen Hainen abgehalten. Im Wald werden wir uns bewusst, wie sehr wir selbst mit der Natur, aber gleichzeitig mit dem Göttlichen verbunden sind. Nicht umsonst wird der Baum in religiösen Zusammenhängen und Legenden als „Achse des Universums“ oder „Himmelssäule“ betrachtet. Fast alle Hochkulturen haben - mit den unterschiedlichsten Namen - den Baum als Verbindungsachse zwischen Himmel und Erde geehrt. Auch die Metapher von der Jakobsleiter ist im Ursprung mit dem Baumsymbol verbunden. Diese Bilder sind ursprünglich und unmittelbar in uns angelegt. Je weiter wir auf der Achse nach oben steigen, desto weiter wird unser Blick und umso näher kommen wir göttlichen Einsichten. Ab einem bestimmten Punkt der Entwicklung tragen dann auch die Menschen, genau wie die Bäume - Früchte, mit denen sie ihre Umgebung nähren und erfreuen können.

Von der Autorin erschienen: „Seelenplätze. Kraft schöpfen an heilenden Orten“. Theresia Maria de Jong begleitet darüberhinaus Menschen bei der Visionssuche. Nähere Infos unter www.theresia-dejong.de

Am 21. April ab 18 Uhr wird Theresia Maria de Jong einen Kurzworkshop „Ortsenergien wahrnehmen“ in der Buchhandlung Plaggenborg anbieten. Nach einer Einführung in der Buchhandlung geht es hinaus in den Schlossgarten, um dort zu spüren und in direkte Tuchfühlung mit Mutter Natur zu treten. Wer mag, kann sein Pendel mitbringen. Anmeldungen über die Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441-17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Preis: 10,- €.

AURA SOMA®

Das Aura Soma® „Kinder-Set“ für die Kinder der neuen Zeit und das innere Kind

Im AURA-SOMA® Equilibrium Set, von derzeit 108 zweifarbigen Kombinationen, gibt es eine Serie von Farb-Ölen, die von der Begründerin Vicky Wall schon in den 80-er Jahren für die „Kinder der neuen Zeit“ geschaffen wurde.

Nummerologisch beginnt die Serie mit der B 11 und geht bis B 15 und dazu gehört die B 20, sowie einige Farbkombinationen, die als „erweitertes“ Kinder-Set bekannt sind.

Diese Serie ist unterstützend für alle Kinder ob GROß oder KLEIN.

Es gibt dabei zwei Blickrichtungen für jedes Öl: für das Kleinkind von Geburt bis Pubertät und auch vorgeburtlich, für Erwachsene und das innere Kind.

Hier geht es um die B 12 klar über blau mit dem Namen: Frieden in der neuen Zeit.

Die Farbe blau liegt im Unteren und zeigt auf den Frieden im „Inneren“, die Zufriedenheit mit sich selbst und hier stellt sich die Frage: WIE bin ich zufrieden ??

Mit der B 12 geht es um Erhellung der emotionalen Themen im Leben.

Es geht um „das Sich-Mitteilen“ der eigenen Gefühle, um liebevolle und friedliche Kommunikation, sowie Achtsamkeit und Verantwortung für die eigenen Worte, die wir in die Welt sprechen.

Die B 12 ist klärend und unterstützt Vertrauen in die eigene Autorität, besonders bei Schüchternheit und Sprachproblemen von Kindern wie auch zurückliegend in der eigenen Kindheit, und es beruhigt die Überaktiven.

Es ist ein „Wohlfühl-Öl“, welches mit der linken Hand verschüttelt wird und dann ist es persönlich geworden, d.h. niemand sollte es anfassen oder schütteln.

Wie eine Body Lotion kann es aufgetragen werden und ist sehr gut um den Hals herum.

Kinder entscheiden wo und ob sie es auftragen möchten, und für die Baby-Massage ist auf „das Abwehren“ des Wesens zu achten.

Dies ist nur ein kleiner einfacher Blick auf dieses bemerkenswerte Öl, zu dem es noch mehr zu berichten gibt. Das Schönste ist, vor Original AURA-SOMA® Equilibrium Kombinationen zu sein, sich berühren zu lassen und selbst zu wählen, auch gerade für Kinder.

Hinweis: Am Mittwoch den 7. April gibt es ein Kurz-Seminar, von 19 bis 22h, zum AURA-SOMA® Kinder Set, bitte weitere Infos erfragen.

Die Farb-Seite wird fortgesetzt von LICHT-Wege, Regina Bauer, AURA-SOMA® Beraterin und Lehrerin aller Stufen und Mitglied in A.S.:A.C.T., Art and Science International Academy of Colour Technologies, UK. Persönliche Beratung nach telefonischer Absprache und jeden Mittwoch von 13 bis 18 Uhr geöffnet: Bürgereschstraße 27, 26123 Oldenburg, Tel. 0441-82118, Fax 8859094, www.licht-wegeland.de, bauer.regina@t-online.de



Auradiagnose und Auraheilung

Ralf Marien-Engelbarts in der Buchhandlung Plaggenborg



Auradiagnose

Jetzt können Sie zur Diagnose die Aura in Echtzeit auf dem PC betrachten. Die Aura ist ein großer Wissensspeicher und ein Spiegel für unsere innere Entwicklung. Zu sehen sind z.B. Blockaden in Form von dunklen oder unklaren Farben, Fremdenergie, Schocks und Löcher. Genauso sieht man Stärken, besondere Fähigkeiten und die spirituelle Entwicklung. Heilpraktiker Ralf Marien-Engelbarts berät Sie und gibt individuelle Hinweise, wie die Aura wieder in Fluss gebracht werden kann.

Auraheilung

Es ist jetzt auch möglich, die Aura direkt behandeln zu lassen. Durch direktes, manuelles Behandeln werden alte gestaute Energien aus der Aura gereinigt. Dies kann zur Folge haben, dass während oder nach der Behandlung Emotionen an die Oberfläche kommen, die vorher in der Aura gespeichert waren. Auch Chakrenblockaden werden gelöst, manchmal tauchen alte karmische Muster auf. Risse in der Aura, die durch Schock oder Trauma entstehen, werden "repariert". Familiäre Muster und Verstrickungen zeigen sich durch lange Fäden, die aus der Aura austreten. Diese können bei Belastungen gereinigt werden, und auch die entsprechende Verbindung zu nahe stehenden Menschen (Lebende oder Verstorbene) wird geklärt. Manchmal werden auch besondere Fähigkeiten erweckt, z.B. Medialität oder besondere Begabungen intensiviert.

Diese Form der Behandlung, in der festsitzende Energien vom Therapeuten durch Bewegungen mit den Händen direkt in der Aura gelöst werden, ist sehr direkt und hat oft eine schnelle Wirkung in der Psyche wie auch im Körper. Zur Stabilisierung gibt es bei Bedarf

Homöopathische Mittel, Bachblüten oder Edelsteine. Nach der Behandlung kann die Veränderung in der Aura auf dem Bildschirm betrachtet werden.

Kosten: Aurafoto mit Beratung 33,- € (ca. 20 Minuten). Zwei Aurafotos: vorher und nachher, mit Beratung und Behandlung 75,- € (ca. 60 Minuten). Nächster Termin: Di. 11.5.2010. Bitte anmelden: Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

Rosmarin

Restaurant

Sie möchten einfach besser essen?

Wir bieten biologische Spitzenküche!

- natürlich aus Überzeugung
- in einem liebevoll gestalteten Ambiente

Willkommen im Restaurant Rosmarin

....weil bewusster Genuss verbindet!

Auch für Ihre Feier!



Nadorster Str. 112, 26123 Oldenburg
Tel. 0441 / 88 37 60, www.rosmarin-ol.de
Dienstag - Sonntag ab 17.30

Bitte auch genießen



Beate Korfe

Offenes Heilungstreffen

zur Sommersonnenwende im Eversten Holz (Liegewiese)



Während einer Meditation in diesem Winter wurde mir ganz klar die Anweisung für ein Heilungstreffen in der Natur gemeinsam mit Naturwesen und Erzengeln „eingeben“. Als ich nach dem

Termin fragte, kam mir - ebenfalls ganz klar - 19. und 20. Juni 2010. Erst später wurde mir bewusst, dass diese Tage ja direkt zur Sommersonnenwende (21. Juni, 13.28 Uhr) hin liegen.

In diesem offenen und kostenlosen Treffen möchte ich sowohl Anteile für Gruppenübungen als auch Einzelunterstützung anbieten. Es handelt sich hier um feinstoffliche Arbeit, die sehr große oder auch sehr kleine Schritte mit sich bringen kann. Mir persönlich ist es sehr wichtig, die Menschen, mit denen ich zusammen arbeiten darf, in ihrem ganzen Sein anzunehmen, d. h. bewertungsfrei zu akzeptieren, wenn der gewünschte Erfolg eintritt, oder wenn ein Erfolg ganz anders eintritt, als ursprünglich vielleicht von der/dem BesucherIn erhofft, oder wenn er für sie oder ihn vielleicht gar nicht wahrnehmbar ist. Letzteres passiert zwar sehr, sehr selten, wir können jedoch nicht vorhersagen (oder zumindest ich kann es nicht) wie was verläuft. Nicht sofort können alle Ebenen harmonisiert werden. Ich meine, dass es dann auch darum geht, die Mechanismen, die uns scheinbar in der Heilung behindern, zu achten, und ihnen vielleicht sogar dankbar zu sein, denn mit großer Wahrscheinlichkeit waren sie uns zu anderer Zeit unter anderen Bedingungen hilfreich. Oft geht es gar nicht darum, Mechanismen völlig abzulegen, sondern sie einfach wieder in Harmonie zu dem restlichen System zu bringen.

Manchmal geht dies in unglaublicher Schnelligkeit und Leichtigkeit, manchmal braucht es ein wenig länger, manchmal beinhaltet der Weg der Heilung auch Erstverschlimmerungen - auch wenn dies eher selten vorkommt.

Themeneinschränkungen gibt es nicht. Zu diesem Heilungstreffen sind alle Menschen, die Zeit, Lust, Interesse, Neugierde ... haben, herzlich willkommen. Fühlen Sie sich frei, mit allen Fragen zu kommen, die Ihnen am Herzen liegen. Natürlich können Sie mich auch gern vorher anrufen oder auf meine Homepage schauen. Einen Arztbesuch ersetzt dieses Treffen nicht.

Programm:

Sa.: 14.00 Uhr Beginn, evtl. einige Einzelsitzungen, 15.00 Uhr Gruppen-Heil-Meditation, ab ca. 15.30 Uhr Einzelsitzungen, ca. 18.00 Uhr einfache Qigong-Übungen

So.: 10.00 Uhr Beginn mit einer stillen Meditation, ab 10.30 Uhr Einzelsitzungen, 13.00 Uhr Gruppen-Heil-Meditation, ab ca. 14.00 Uhr Einzelsitzungen, ca. 15.30 Uhr einfache Qigong-Übungen

Da es sich um ein offenes und kostenloses Treffen ohne Terminvereinbarung handelt, können Wartezeiten evtl. nicht vermieden werden. Bringen Sie sich doch einfach etwas Schönes zum Picknicken mit und nutzen Sie den Tag, um mit sich und/oder Ihren Lieben Zeit zu verbringen. Über organisatorische Hilfe vor Ort freue ich mich ebenfalls. Eine telefonische Besprechung vorher dazu wäre toll. Spenden können, aber müssen nicht sein. Fühlen Sie sich auch insofern gerne frei.

Weitere Infos bei: Beate Korfe, 0441/570 32 39,
www.taiji-energiearbeit-qigong.de

Susanne Henneke

Bestimmungsfindung, Aufstellungsarbeit - und weitere Möglichkeiten der schamanischen Energiearbeit



Irgendwie war ich schon immer auf der Suche nach dem Sinn meines Lebens, nach meiner Berufung. So lange ich denken kann, habe ich nach einer mich erfüllenden Tätigkeit Ausschau gehalten.

Während meiner Suche lernte ich die Techniken verschiedener Heilrichtungen, aber keine sagte mir nachhaltig zu. Einer Eingebung folgend, stieß ich auf ein Buch darüber, wie man durch die Arbeit mit einem Schamanen zu seinem Glück und seiner Lebensaufgabe findet, und ich wusste innerlich, dass das, was da stand stimmte. Ich buchte drei schamanische Heilsitzungen, die mein Leben veränderten. Nach diesen klärenden Fernsitzungen meldete ich mich zur schamanischen Energieschule an. Was ich dort erlebte, war schöner, aussagekräftiger, kompletter und stimmiger als alles, was ich zuvor erlebt oder gehört hatte. Nun habe ich endlich meine Lebensaufgabe gefunden, und möchte am liebsten, dass alle Menschen und Tiere von dieser wunderbaren und effektiven Energiearbeit profitieren. Hier möchte ich Ihnen eine Auswahl an Möglichkeiten vorstellen, die Sie in Ihre Kraft bringen können:

Beratungssitzung:

Bei dieser Form der schamanischen Arbeit geht es um Bestimmungsfindung (Berufung/Lebensaufgabe), Lebensentscheidungen, anstehende Entwicklungen oder Projekte sowie um Fragen zu Partnerschaften und Beziehungen. Manchmal kommen wir mit den eigenen Lebensideen (ob privat oder beruflich) einfach nicht weiter. Dabei habe ich als energetische Beraterin nicht die Aufgabe die Probleme anderer zu lösen, sondern vielmehr

als Spiegel und Inspirationsquelle zu dienen. Durch diese Form der inspirativen Spiegelung ist es möglich die Machbarkeit von Ideen und Vorhaben ganzheitlich, unter Berücksichtigung des Menschen und seines Umfeldes anzuschauen, Entscheidungshilfen zu geben und Visionen zu finden. Diese komplexe Beratungssitzung zu einer Frage dauert ca. 1 Stunden und umfasst auch die nötige energetische Bearbeitung (Auraclearing). Auch ist es möglich, mehrere zusammenhängende Sitzungen zu mehreren Fragen durchzuführen, und somit eine Art »Landkarte« Ihres Lebens zu erstellen. Diese »Landkarte« zeigt Ihnen, wie Sie in Ihr größtes Wachstum gelangen können, mit welcher Form der Partnerschaft, Berufung oder Entscheidung, und in welchem Umfeld Sie

**Die Heilkraft
der Seele**
Symposium
A. Böschmeyer
Die Heilkraft
der Wertimagination
Dr. med. D. Uecker
Selbstheilende Kräfte
des Bewusstseins
Sonntag, 18.4.2010
15 – 18 Uhr, Eintritt 6 € / erm. 5 €
Oldenburg
Kulturzentrum PFL
Peterstraße 3

STIFTUNG
ROSENKREUZ

www.stiftung-rosenkreuz.de

dieses Wachstum erleben können. Durch den Beratungsprozess kann mehr Klarheit in Ihr Leben kommen - die Umsetzung liegt jedoch bei jedem selbst. Die Beratung ersetzt nicht den Prozess der Heilsitzungen.

Energie-Aufstellung nach Martin Brune:

Diese besonders effektive Arbeit verbindet Elemente der klassischen Familienaufstellung mit schamanischer Energiearbeit. Durch die Kombination dieser beiden Elemente ist es möglich, extrem belastende und hemmende Energiestörungen, die mit den eigenen Familien-, Beziehungs- oder Kollegenstrukturen zusammenhängen, auf tiefster Ebene anzugehen und energetisch aufzulösen. Die Aufstellungsarbeit findet in der Regel in Gruppen statt, ist aber auch sehr gut für Einzelpersonen geeignet.

EnergieReise:

An diesem Abend wird vergangener Schmerz ans Licht geholt und gelöst, wichtige verloren gegangene Lebensenergie wird zurückgeholt und unbewusste negative Glaubensgrundsätze werden verändert. Persönliche Talente werden sichtbar gemacht und die Verbindung mit der eigenen Kraft wird gestärkt. Die EnergieReise ist nicht nur eine wunderbare Gelegenheit die energetische Arbeit kennenzulernen, sondern für viele auch eine Unterstützung um nach den Sitzungen weiter im Heilprozess zu bleiben.

VisionAtics-Prozess:

VisionAtics ist ein Prozess, der Menschen in die Eigenverantwortung und damit aus der Ohnmacht führt. Wer wirklich „Ja“ dazu sagt, wird sein Leben verwandeln. Es ist eine Art Aufräumprozess zum Freisetzen von Kräften und Potentialen. Dieser Prozess ist von jedem erlernbar und sofort im Alltag lebbar. VisionAtics besteht aus drei Teilen die über mehrere Wochen verteilt sind und ist sowohl für Privatpersonen, als auch in Gruppen / Firmen anwendbar.

Energetisches Raum- und Gebäudeclearing:

Auch in den Räumen, in denen wir leben und arbeiten, können sich schwere Energien festsetzen, die unser Befinden in hohem Maße beeinflussen und uns blockieren können. Die Veränderung durch eine energetische Reinigung ist oft direkt spürbar und kann von großer Erleichterung für die dort wohnenden und arbeitenden Menschen sein. Ein energetisch gereinigter Ort fühlt sich leichter und klarer an und schafft Raum für Neues. Auch vor Umzügen ist ein energetisches Clearing sinnvoll, da sich noch alte Energien in den Räumen befinden. Ein bis zweimal im Jahr sollte man so ein Clearing machen lassen.

Heilsitzungen:

Hier machen wir eine Art »Freiräumprozess«, denn mit der schamanischen Heilarbeit kehrt innerhalb kürzester Zeit viel mehr Leichtigkeit und Lebensfreude ins Leben zurück. Gesundheit und ein großes Wohlbefinden können so wieder ihren Platz im Leben einnehmen. Wer bereit und offen ist Hinderliches gehen zu lassen und Veränderungen in sein Leben zu holen, wird dadurch eine ganz andere Lebensqualität bekommen. Schamanische Heilkunst ist der Weg der Natur, die uns alle Möglichkeiten zur Entfaltung bietet, da sie nur Fülle und Wachstum vorgesehen hat.

Termine und weitere Informationen bei: Susanne Henneke, Shamanic-Energieseherin/Beraterin, Aufstellerin, VisionAtics-Trainerin, Praxis Röwekamp 5, 26121 Oldenburg, Tel.: 0441-39063941 (AB), www.Schamanische-Heilsitzungen.de



Wir möchten Sie begeistern für eine intensive Ausbildung in der klassischen Homöopathie, die für uns viel mehr bedeutet als eine effektive Heilmethode, und die zu unterrichten uns seit mehr als 10 Jahren Freude bereitet. Für uns ist sie Berufung und zugleich ein Lebensweg voller tiefer und interessanter Erfahrungen, den zu gehen uns wachsen lässt und der unseren Horizont beträchtlich erweitert. Die Homöopathie bringt uns Freude, Lebenssinn und weitreichende Gesundheit und zeigt uns die Schönheit der unendlichen Vielfalt des Lebens. All das möchten wir gern mit Ihnen teilen.

„Aude sapere! - Wage zu wissen“ forderte Dr. Friedrich Christian Samuel Hahnemann vor etwa 200 Jahren. Der geistige Vater der Homöopathie stellte sich damals mutig gegen seine Kollegen der ärztlichen Wissenschaft. Frustriert von der „Unkunst“ der Mediziner, deren Repertoire meist aus Aderlässen, Klistieren oder Arzneiverabreichung aus ungenauen Kenntnissen heraus bestand, entwickelte er im Laufe seines langen Lebens ein umfangreiches und völlig neuartiges Heilsystem.

Heutzutage erfreut sich die klassische Homöopathie weltweit zunehmend großer Beliebtheit und sie gehört neben der Chirotherapie, der Akupunktur und der Ayurvedischen Heilkunde zu den wichtigsten eigenständigen Heilmethoden, welche die Grundpfeiler der modernen komplementären und alternativen Medizin bilden. Die Erfolge dieser sanften, aber höchst effektiven Methode sind sehr überzeugend, und immer häufiger wünschen PatientInnen eine homöopathische Behandlung.

Die klassische Homöopathie ist eine Heilkunde, deren Grundregeln einst vor 200 Jahren formuliert wurden, die heute noch Bestand

haben und die sorgfältig erweitert werden. Der Homöopath oder die Homöopathin benötigt ein sehr genaues Wissen über die Wirkungsweise jeder zum Einsatz kommenden Arznei. Eine ebenso detaillierte Kenntnis von dem allgemeinen Zustand der jeweiligen Patienten ist nötig, denn homöopathische Arzneien wirken nur hilfreich, wenn sie genau nach der Gesamtheit der individuellen Symptomatik verordnet wurden.

Alle Arzneien werden in dynamisierter oder potenziertes Form verabreicht. Das bedeutet, dass die Ausgangsstoffe für die Arzneien zunächst verrieben und dann verdünnt und verschüttelt werden. Die Entwicklung der genialen Methode, die Heilkraft eines Stoffes aus der Materie zu lösen, zu verstärken und dann an einen Träger wie Wasser oder Milchzucker zu binden ist eines der größten Verdienste der Forschungen Dr. Samuel Hahnemanns (mehr Informationen dazu auf unseren Websites).

„Ähnliches werde durch Ähnliches geheilt“ heißt es in unseren Heilgesetzen. Im Aufnahmegespräch mit den PatientInnen versuchen wir, zum Kern des gesundheitlichen Problems vorzudringen, um dann aus dem Schatz der Arzneien diejenige zu finden, die das Thema so ähnlich wie möglich widerspiegelt. Das Heilmittel aktiviert dann jeweils auf seine Weise die Selbstheilungskräfte, um das einst entstandene innere Ungleichgewicht zu beheben, wodurch die Gesundheit wieder hergestellt wird.

Auch nach zwanzig Jahren Praxisarbeit ist es für uns noch immer wie eine Gnade, täglich erleben zu dürfen, wozu die homöopathischen Mittel in der Lage sind: ob es nun die hochakute Mittelohrentzündung des kleinen Mädchens ist, die sich in Minuten zu beruhigen

scheint, oder der verkrampfte Muttermund der Gebärenden, der sich wie durch ein Wunder mit drei Atemzügen öffnet oder die wiederkehrende Blasenentzündung, die endlich nicht mehr auftaucht.

Besonders erfüllend ist für uns die homöopathische Begleitung der Menschen durch Prozesse auch schwerer chronischer Erkrankungen, wie Depressionen, Krebs, MS, Allergien, Rheuma usw. Dabei spielt es keine Rolle, ob sich die Problematik im Geistes- und Gemütsbereich oder auf der körperlichen Ebene manifestiert. Mit Hilfe des richtigen Arzneimittels können unsere Selbstheilungskräfte schließlich den Weg in die Lösung des Problems und zur Gesundung finden.

Auch im Rahmen unserer Arbeitseinsätze für „Homöopathen ohne Grenzen e.V.“ (<http://ohnegrenzen.org/home>) haben wir immer wieder in den verschiedensten Kulturkreisen eindrucksvoll erleben dürfen, wie eine kompetente homöopathische Therapie trotz widrigster Umstände eine tiefgreifende Heilung ermöglichen kann.

In sieben Kursen mit einer Laufzeit von jeweils 2,5 Jahren und in sehr konstruktiver Zusammenarbeit mit der VHS Friesland haben wir in den letzten 11 Jahren vielen Menschen eine homöopathische Grundausbildung ermöglichen können.

Wir möchten Ihnen nun eine noch intensivere und umfangreichere Ausbildung im Rahmen unserer neu gegründeten Sequoia-Schule für Homöopathie und Wachstum anbieten.

Unser Angebot dieser fundierten berufs begleitenden Ausbildung richtet sich ebenso an Menschen aus allen medizinischen und therapeutischen Berufen, wie auch an Laien, die die Homöopathie im Rahmen ihrer Möglichkeiten anwenden wollen.

In unserem dreiteiligen Schulungssystem haben Sie die Möglichkeit, den Umfang Ihrer Ausbildung selbst zu bestimmen. Die Ausbildung erstreckt sich über einen Zeitraum von

3 Jahren und umfasst insgesamt 576 Unterrichtseinheiten. Damit entspricht sie in Inhalt und Umfang den Richtlinien der SHZ (Stiftung Homöopathie-Zertifikat). Dabei können Sie wählen zwischen der Grundausbildung und der umfassenden professionellen und zertifizierten Ausbildung. Der Unterricht findet mittwochs von 19.00 bis 22.00 statt (nicht in den Schulferien). Jährlich werden außerdem jeweils 4 Wochenenden zu Themenschwerpunkten gestaltet.

Ausführlichere Informationen zu den Unterrichtsinhalten, zur Homöopathie allgemein und zu unserer Vita finden Sie auf unseren Webseiten: www.homoeopathie-von-wedel.de, www.heilpraxis-lindner.de Heilpraxen: Elisabeth von Wedel, HP, Wangerstr.9, 26441 Jever Tel: 04461-73434. Kai Lindner, HP, Altenwall 24, 28195 Bremen, Tel. 0421-4309950 und Wangerstr. 9, 26441 Jever, 04461-969330.

Vision | Kreativität | Intuition



Kreativität in Alltag & Beruf

- Kreativität und Intuition bewusst einsetzen -

Seminar mit Peter Jaruschewski

Peter Jaruschewski befasst sich seit vielen Jahren mit dem Thema „Kreativität und Intuition“. Er ist Erfinder des MindChart (www.mindchart.eu) sowie Entwickler der „GreenCards“ und benutzt in der Unternehmensberatung vielfältige Methoden zur Förderung von Kreativität und Intuition.



5. & 6. Juni 2010

Haus Weskampstraße, Oldenburg

Kosten: 210,- EUR inkl. MSt.

Vortrag: 27. Mai um 20 Uhr

Info/Anmeldung: Agentur Peter Jaruschewski
Lagerstr.62, 26125 Oldbg., E-Mail: agentur@jaruschewski.com

Michaela Molzahn & Klaus Stahlberg

Delfine der Weide -

Emotionale Intelligenz u. Stressmanagement mit Lamas und Alpakas

„Kann man sie streicheln?“ Das sagen die meisten Menschen, die das erste Mal einem Alpaka begegnen. Doch anfassen lassen sich die Fluchttiere nur ganz selten.

Auch wenn sie mit ihren großen Augen und ihrer seidenweichen Wolle wie große Kuscheltiere aussehen. „Umso mehr empfinde ich es als Geschenk, wenn unsere Alpakas und Lamas Kontakt zu uns suchen“ sagt Michaela Molzahn, Akupunkteurin und Systemischer Coach. Seit April

2009 wohnt die Hamburgerin mit ihrem Partner Klaus Stahlberg (Akupunkteur) und vier Alpakas und zwei Lamas auf dem Camelidenhof nördlich von Oldenburg. In der Arbeit mit den Tieren und mehreren Kursen im Alpaka Flüstern ist uns aufgefallen, wie sensibel sie auf Stimmungen reagieren und damit unbestechliche Feedbacksysteme für Entspannung und Echtheit bei uns Menschen sind. Sind wir entspannt, klar und respektvoll im Kontakt mit den manchmal störrischen kleinen Kamelen, verläuft der Spaziergang in ungewohnter Umgebung, eine kleine Übung und selbst das Klauenschneiden voller Vertrauen.

Der wichtigste Aspekt im Umgang mit den Tieren ist, dass sie ihre Balance behalten und der Mensch ruhig atmet. Sobald die Atmung stockt, glaubt das Lama der Mensch sammle alle seine Kraft für einen Angriff. Anfangs hatten wir keine Chance gegen die kleine Herde. Wollten Darjeeling, Mozart, Curacao und Campari nicht in den Stall, konnte es schon mal



passieren, dass wir eine Stunde hinter ihnen herlaufen und erst Erfolg hatten als wir aufgaben - Loslassen war das Geheimnis Nr. 2. Körperlich sind die Tiere uns eindeutig überlegen, schneller, stärker und emotional ausgesprochen intelligent. Austricksen lassen sie sich nicht und „Sitz“ machen sie auch nicht. Wie beeindruckt ich also ein Tier mit einem ausgeprägten Fluchtinstitut und Hierarchiestruktur?

Das was in vielen Persönlichkeitsentwicklungskursen gelehrt wird bewährt sich hier in der Praxis. Die innere Haltung macht den Unterschied. Eine klare stimmige innere Ausrichtung, die sich auch in der Körpersprache und Atmung spiegelt, wirkt Wunder. Plötzlich lassen sich die Tiere treiben, führen oder folgen sogar einem Menschen ohne Halfter. Der Leithengst und die Leitstute geben Schutz und Sicherheit und sorgen für klare Abläufe. Klaus Stahlberg und Michaela Molzahn bieten Stressmanagement Workshops und Spaziergänge mit den Tieren auf ihrem Camelidenhof an:

Workshop Emotionale Intelligenz & Stressmanagement mit Lamas und Alpakas: Samstag, 1. Mai 2010, 10-17h. Oder Sie buchen einen Einzeltermin unter: 04456-9482233. Michaela Molzahn & Klaus Stahlberg, Camelidenhof, Kleihörn 11, 26316 Varel, Tel. 04456-948223.

Die besondere Veranstaltung



Ortsenergien wahrnehmen: *Wie sie uns Kraft geben und schützen*

Veranstaltung mit Theresia de Jong am 21. April

Es gibt Orte, an denen wir uns spontan wohlfühlen. Aber es gibt auch solche, die uns eine Gänsehaut bescheren. Um in Kraft und mit guter Energie leben zu können, ist es sinnvoll Methoden kennenzulernen, um Energiefelder in ihrer Qualität wahrnehmen zu können. So lernen wir unser Zuhause in einem Ort der persönlichen Kraft zu verwandeln. Theresia Maria de Jong, Autorin von „Seelenplätze. Kraft schöpfen an heilenden Orten“ wird am 21.4.10, 18 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg ins Thema einführen und bei einer anschließenden Exkursion in den Schlossgarten werden wir unsere Fähigkeiten einsetzen und überprüfen. Hoch schwingende Orte verbinden mit dem Kosmos und lassen uns spüren, dass wir eine Brücke sein können zwischen Himmel und Erde.

Von der Autorin erschienen: „Seelenplätze. Kraft schöpfen an heilenden Orten“. Theresia Maria de Jong begleitet darüber hinaus Menschen bei der Visionssuche. Nähere Infos unter www.theresia-dejong.de.

Am 21. April ab 18 Uhr wird Theresia Maria de Jong einen Kurzworkshop „Ortsenergien wahrnehmen“ in der Buchhandlung Plaggenborg und im Schlossgarten anbieten.

Nach einer Einführung in der Buchhandlung geht es hinaus in den Schlossgarten, um dort zu spüren und in direkte Tuchfühlung mit Mutter Natur zu treten. Wer mag, kann sein Pendel mitbringen.

Anmeldungen über die Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, 26122 Oldenburg, Tel. 0441-17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Eintritt: 10,- €.

Unsere Literatur-Empfehlung:



Theresia Maria de Jong:
Seelenplätze, Allegria Verlag, 221 Seiten, geb., 18,00 €



L. Mallien/J. Heimrath:
Was ist Geomantie?, Drachen Verlag, 252 Seiten, kt., 19,50 €



Segeln im Sturm – *Emotion als Weisheitslehrerin*

Vortrag und Kurzworkshop mit Sylvia Kolk am
16. Juni

Die spirituelle Reise ist ein Abenteuer. Wir brauchen eine konstruktive Sehnsucht, Mut, Wachheit und ein paar gute Wegweiser, um aufzubrechen. Sind wir einmal unterwegs, müssen wir mit Umwegen rechnen und Sackgassen, aus denen wir wieder zurückkehren. Der Gipfel auf dieser Reise ist - allen Vorstellungen zum Trotz - nicht kostbarer als die Wegstrecke, auf der wir uns gerade befinden. Entspannt gegenwärtig und doch nienichtungslos zu sein, ist die Kunst, auch wenn wir schwierige Wegstrecken zu meistern haben.

In ihrer klaren Sprache räumt Sylvia Kolk klassische Missverständnisse im Kontakt zwischen östlicher Weisheit und westlicher Kultur aus dem Weg: Was hat man sich unter dem Streben nach einem Nicht-Ich vorzustellen? Geht es darum, unsere Identität auszulöschen? Sylvia Kolk greift auf westliche Psychologie zurück und stellt in ihrem Buch Identität als einen dynamischen Prozess dar, den es mit achtsamem Gewahrsein zu erforschen gilt. Es geht Kolk nicht darum, alte Selbstbilder zu ersetzen durch den Wunsch, mithilfe der Meditation nun endlich ein sanfterer Mensch zu werden. Im Gegenteil: Es kann durchaus heilsam sein, aller Genügsamkeit zum Trotz „Nein“ zu sagen.

Treffsicher spürt Kolk den scheinbar sicheren, festgefahrenen Alltagsgeist auf und gibt praktische Ratschläge, wie sich die eigenen Muster in einen heiteren, weiten

Raum transformieren lassen. Wer bereit ist, Leiden furchtlos zu begegnen, beendet die Flucht vor der eigenen Angst.

Dr. Sylvia Kolk, *1951, autorisiert durch die Ehrwürdige Ayya Khema. Ihr Schwerpunkt ist die Verbindung des Ruhe- und Einsichtsweges (Samatha/Vipassana) auf der Grundlage von Liebe und Mitgefühl (Metta/Karuna). Ebenso liegt ihr eine Interpretation der buddhistischen Lehre vor dem Hintergrund westlicher Philosophie und Psychologie am Herzen. 2004 hat sie in Hamburg ein buddhistisches Stadt-Zentrum eröffnet.

Vortrag und Kurzworkshop mit Sylvia Kolk am Mi. 16. Juni 2010, 19-ca. 22 Uhr in der Stadtbibliothek Oldenburg, Peterstr. 3. Info und Vorverkauf: Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr. 1, 26122 OL, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

Unsere Literatur-Empfehlung:



Sylvia Kolk: **Segeln im Sturm**, Aurum Verlag, 160 Seiten, kt., 14,95 €



Ayya Khema: **Ich schenke Euch mein Leben**, Jhana Verlag, 237 Seiten, Pb., 17,50 €

Für alle Sinne....!

Lotus Kerze ART

in verschiedenen fein abgestimmten Farbharmonien bei uns erhältlich:

Lotus-Kerze ART

15,50 €

(Höhe 18cm)



Himmlische Düfte!

Räucherstäbchen, Räucherwaren, Smudgesticks....



Gute Schwingungen!

Großes Angebot handgetriebener Klangschalen in vielen Größen aus dem Himalaya



Buchhandlung Plaggenborg
Bergstraße 1 • 26122 Oldenburg
Tel. 0441-17543 • Mo-Sa 10-18 h

Die Heilkraft der Seele

Symposium im PFL am 18.04.10

Krank sein ist nicht nur eine Sache des Körpers. Unsere ganze Person ist einbezogen. Jede Krankheit hat seelische Komponenten, will uns auf seelischer Ebene etwas sagen. Welche Einstellung haben wir zum Leben? Sehen wir einen Sinn in unserem Dasein? Wie gehen wir mit unseren Konflikten um?

In der Tiefe unserer Seele liegen Heilkräfte beschlossen. Sie wollen nicht nur dem Körper und seiner Gesundheit dienen, sondern drängen zu einer umfassenderen Heilung. Krankheiten und Lebenskrisen können uns dazu veranlassen, unser Leben zu überdenken. Wir ahnen, dass es ein Ziel gibt, dem wir noch nicht entsprechen. Die großen Religionen kennen Stufenwege der seelischen Entwicklung. Bilder und Werte liegen in uns verborgen. Sie sind eine Verheißung und enthalten eine Kraft, die wir erwecken können. Sie wollen unser Dasein erneuern: geistig, seelisch und körperlich.

Die Referenten des Symposiums sprechen über die Möglichkeiten, Zugang zu den Heilkräften der Seele zu finden. Bei der Wertimagination (Vortrag von Andreas Böschmeyer) werden die inneren Werte heilbringend erlebt und angewandt. Jede Heilung im umfassenden Sinn setzt voraus, dass wir neue Bewusstseinsmöglichkeiten zulassen (Vortrag von Frau Dr. Uecker).

Programm: 15-15.45 Uhr Andreas Böschmeyer (Mag. Phil.): „Die Heilkraft der Wertimagination“. Pause. 16.15-17 Uhr, Dr. med. Dagmar Uecker: „Selbsteilende Kräfte des Bewusstseins“. 17-18 Uhr: Aussprache und Fragenbeantwortung.

„Die Heilkraft der Seele“ - Symposium am 18.04.10 im PFL-Kulturzentrum, Peterstr.3, 26121 Oldenburg, Eintritt: 6.- EUR/erm. 5,- EUR. Tickets: tickets@rosenkreuzer.de

Reiki, der Kaiser und die Fünf Lebensregeln



„Die geheime Kunst, das Glück einzuladen. Die spirituelle Medizin bei allen Krankheiten.“ So beginnt die Grabesinschrift von Mikao Usui, dem Begründer der alternativen japanischen Heilkunst Reiki, der universalen Lebensenergie, wie sie vereinfacht übersetzen genannt wird. Weiter kann man auf der Grabsteininschrift, frei übersetzt, lesen: Nur heute - Ärgere dich nicht. Sorge dich nicht. Sei dankbar. Arbeite hart. Sei liebevoll zu allen Wesen.

Dies sind die Fünf Lebensregeln, die von Mikao Usui als spirituelle Medizin bezeichnet wurden. Ohne sie, den geistigen Unterbau wird Reiki seinem Anspruch auf Ganzheitlichkeit wenig gerecht. Warum? Auf die ersten beiden Lebensregeln und ihren Hintergrund soll hier etwas genauer eingegangen werden.

Mikao Usui heilte in den zwanziger Jahren des letzten Jahrhunderts in den Armenvierteln von Kyoto viele Menschen von ihren körperlichen Gebrechen, so dass sie ihr Brot endlich

wieder durch Arbeit verdienen konnten und nicht länger in den ärmlichen Verhältnissen leben mussten.

Es dauerte allerdings nicht allzu lang und die gleichen Menschen, denen er vor kurzem die Gesundheit geschenkt hatte, und ließen sich erneut von ihm behandeln. Er fragte die Kranken, warum sie wieder in dem Armenviertel lebten. Sie erwiderten oft, dass es einfacher sei, als Bettler zu leben, als jeden Tag früh aufzustehen und viele Stunden lang hart zu arbeiten. Das bekannte Elend war ihnen weitaus lieber, als die Anstrengungen in der Arbeitswelt.

Mikao Usui erkannte, dass es mit der Heilung des Körpers alleine nicht getan ist. So übernahm er die Geistigen Prinzipien seines Meiji-Kaisers, der von 1867 bis 1912 regierte. Denn die Fünf Lebensregeln, wie wir sie heute nennen, heilen nach Usuis Auffassung auch die Denkweise und den Geist.

Für etliche Menschen, gerade bei Reiki-Praktizierenden, die sich (hoffentlich) mit diesen Prinzipien bei ihrem Reiki-Unterricht auseinandersetzen, entstehen dabei viele Fragen.

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

19. Juli bis 25. Juli 2010

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.

Retreat 300,- EUR (+UV)

Info/Anmeldung: bis 10. Mai

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

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



Wenn man die Worte nur wie Worte ansieht, scheint es so, als verströmen sie ein wenig ein dogmatisches Fluidum. Viele sind dann geneigt sich nicht weiter damit zu beschäftigen.

Mutsuhito, so der Eigenname des Kaisers, spürte, dass sich die Denkweisen und inneren Haltungen seines Volkes auf der Schwelle zum 20. Jahrhundert ändern mussten, wenn sie Anschluss zu den veränderten Lebensbedingungen der damaligen westlichen Zeit halten wollten.

Der Meiji-Kaiser war ein sehr tief sinniger Mensch und wusste um die Fallen des Verstandes und das Leiden des menschlichen Egos. Derart inspiriert, er schrieb u.a. mit seiner Frau etwa 10000 Gedichte für sein Volk, entwarf er fünf geistige Prinzipien als eine Art Wegweiser für sein Volk.

Diese kaiserlichen Prinzipien, die Mikao Usui in leicht abgewandelter Form übernahm, sind dann zu den Fünf Lebensregeln geworden. Sie haben heute die gleiche Aktualität wie vor gut 100 Jahren.

Es gibt viele Meinungen, wie sie am Besten verstanden werden sollen.

Dabei wird oft übersehen, dass Mutsuhitos Worte in die Richtung des Herzens deuten. Denn nur da geschieht Veränderung. Verstand und Unbewusstes stehen dabei nur an nachfolgender Stelle. Die Worte wollen als Wegweiser verstanden werden. Der Wegweiser ist nicht das Ziel, aber er deutet in die Richtung, wo sich das Ziel befindet.

Erste Lebensregel: Ärgere dich nicht.

Der Richtungspfeil des Ärgerns zeigt dort hin, aus der der Ärger gespeist wird, die Vergangenheit. Ärger kann sich nur auf Altes, Vergangenes beziehen. Die Vergangenheit lässt sich um keinen Deut mehr ändern. Trotzdem kann die Vergangenheit über einen Menschen so viel Macht besitzen, dass er kaum noch Energie für die Gegenwart übrig hat, gerade wenn Ärger die Macht ernährt.

Die Identifikation mit dem Ärger ist für etli-

che fast wie Opium, denn sie gefallen sich sehr in diesem Ärger, denn der eigene „blinde Fleck“ wird auf den anderen Menschen projiziert und verschafft u. a. so etwas wie das Gefühl des Rechthabens.

Wenn wir heute davon im bewussten Wahrnehmen ablassen, kann diese nach hinten gerichtete Energie endlich in der Gegenwart strahlen, für das Jetzt verwendet werden und so ein Leben in Wahrhaftigkeit möglich werden lassen. Ob das Ego das zulässt, hängt von der Stärke des wachen Bewusstseins ab ...

Die zweite Lebensregel: Sorge dich nicht.

Sich Sorgen zu machen, wer kennt das nicht. Sorgen und Ärger, zwei treue Begleiter unse-



Martina Klisch
Heilpraktikerin

Seit 10 Jahren
Vorbereitung zur
amtsärztlichen
HeilpraktikerInnen
überprüfung

金

Spezielle Vorbereitung für Aurich / Husum / Salzgitter

Neuer Intensivkurs

30 Termine

- auf Anfrage -

**Repetitorium zur
Heilpraktikerprüfung**

- auf Anfrage -

Info bitte anfordern

Martina Klisch

Heilpraktikerin

Chinesische Medizin

Birkenwinkel 21, 26209 Kirchhatten
04482 / 565, www.martina-klisch.de

res Alltags, der so öd oder gar schwierig zu sein scheint. Sich Sorgen zu machen ist ein Konzept des ängstlichen Ichs um ja nicht an die eigenen wahren Potentiale zu leben. Sorgen entstehen aus den Gedanken: was wäre, wenn dies oder das geschieht... Dies zeigt schon die Richtung an. Sorgen machen können wir uns nur über Dinge, die noch nicht geschehen sind, die also in der Zukunft liegen. Die eigene Energie wird in etwas projiziert, meist sogar aus alten, vergangenen Erfahrungen gespeist, in eine Zeit, die noch nicht da. Oder in eine Situation, die es erst einmal nur in der Vorstellung, in dem engen Rahmen eines recht unbewussten Verstandes liegt. Viel Energie wird in etwas gegeben, das sich oft als Luftblase entpuppt und so wie gedacht und ausgemalt gar nicht entsteht.

Sorgen, und auch der Ärger, sind eine kollektive Krankheit des unbewussten Menschen und von daher sehr hartnäckig transgenerational in unseren Verhaltensmustern eingebraut. Aus diesem Sog des sich Sorgen machens zu enttrinnen, nur für heute, so wie es der Meiji-Kaiser erkannte, ist harte Arbeit. Es ist die Arbeit eines bewussten Geistes, der Akzeptanz findet, für alles was jetzt ist. Das braucht Vertrauen, Vertrauen ins Leben, Vertrauen ins Universum, dass alles was (uns) geschieht, seine Richtigkeit hat. Dieses Vertrauen ist vielen Menschen abhanden gekommen. Mit der Ausübung von Reiki kann es schrittweise wieder erlangt werden. Reiki lehrt uns in der Praxis, dass alles so geschieht, wie es vorgesehen ist und wir Menschen nicht den Einfluss auf das Leben haben, wie wir glauben.

Hieraus und aus der Befolgung der weiteren Lebensregeln kann ein glückliches Leben entstehen – und wer sucht das nicht!

Vortrag mit Ulrich Martitz am Mittwoch, den 2. Juni 2010 um 20.00 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Manfred Folkers

17 Jahre umsonst & draußen Qigong im Schlossgarten

Der Schlossgarten in Oldenburg im Sommer: Augenweide, grüne Lunge, Biotop, täglicher Erholungsraum. Und montags gibt's Qigong - seit nunmehr 17 Jahren.

Am 17. Mai 2010 möchte der Veranstalter (der gemeinnützige Verein „Achtsamkeit in Oldenburg“) diese Tatsache ein wenig feiern.

Ab 17.30 Uhr besteht die Möglichkeit, sich über Qigong und den Verein zu informieren; von 18.00 Uhr - 19.00 Uhr gibt es die gewohnte Qigong-Übe-Stunde; und wer mag, kann ab 19.00 Uhr einer Taiji-Gruppe beim Üben zuschauen. Der Inhalt des bereitstehenden Spendenschweinchens wird auch in diesem Jahr überwiegend der „Oldenburger Tafel“ zukommen.

„Qigong im Schlossgarten“ findet dieses Jahr vom 3. Mai bis zum 13. September jeden Montag von 18.00 bis 19.00 Uhr unter wechselnder Anleitung (Doris Kirstein, Gerd Schnesche, Helga Mansholt, Manfred Folkers) statt.

Gutschein



für 2 Monate kostenl. Taiji quan- (Taichi chuan)
oder

Qigong-Training für Neumitglieder
oder alternativ

15 % Ermässigung

auf das Seminar „4 Tage Lebenspflege“
vom 13.-16 Mai 2010.

Gültig bis 31. Oktober 2010

Schule für Taiji, Qigong und ganzheitliche Energiearbeit,
Praxis für ganzheitliche Energiearbeit, Beate Korfe,
04 41 / 570 32 39, www.taiji-energiearbeit-qigong.de

Wolf Ondruschka

Schamanisches Heilen:

Das Medizinrad



Schamanismus, unser gemeinsames spirituelles Erbe, ist heute aktueller denn je, weil es gebraucht wird. Auf dem schamanischen Weg erkennen wir, dass alles mit allem verbunden ist, weil alles Seele

hat. Wir erfahren unsere Verbindung zu den Elementen, den Steinen, Pflanzen und Tieren und zu den geistigen Hütern des Landes. Machen wir uns diese Verbundenheit bewusst und integrieren sie in unser Leben, spüren wir Kraft und tiefe Heilung für uns und die Erde. Aus schamanischer Sicht entsteht Krankheit durch ein Leben, das aus dem Gleichgewicht geraten und unharmonisch ist. Die Hauptaufgabe des schamanischen Heilers besteht deshalb darin, den Menschen zu helfen, ihr Leben so zu verändern, dass Harmonie zurückkehren kann.

Medizinräder sind Kreise aus Steinen, Kraftorte, Spiegel des Universums und unserer Seele, Landkarten für unsere Lebensreise, Orte der Heilung. Die Lehren des Medizinrades umfassen Spiritualität, Philosophie, Ökologie und persönliche und gesellschaftliche Entwicklung. Der Ausdruck „Medizin“ steht für Leben, Lebenskraft und bezieht sich darauf, in Harmonie mit sich, der Welt und dem Geist zu leben.

Der Vortrag in der Buchhandlung Plaggenborg (siehe unten) gibt eine illustrierte Einführung in die innere und äußere Struktur des Medizinrades. Anschließend besteht Gelegenheit, in einer geführten 'Schamanischen Reise', die Kraft des Lebensrades für sich selbst zu erfahren.

Bücher: „Geh den Weg des Schamanen - Das Medizinrad in der Praxis“, „Entdecke die Liebe

zur Erde - Schamanische Wege zur Heilung von Mensch und Erde“, beide Vlg. Neue Erde

Vortrag mit Wolf Ondruschka am Do. 20. Mai 2010 um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Seminare: „Das Medizinrad/Einführung und Vertiefung“: 11.-13. Juni in Oelde/NRW und 16.-18. Juli in Extertal/Hannover. „Dein schamanischer Weg“: 19.-22. August in Extertal und 2.-5. September in Oelde. Wolf Ondruschka, Tel.: 089-12029806, wolf-flow@web.de, www.medizinradgeber.de

ERWACHSEN – WERDEN

Abschied vom Kind – sein

DO 3. Juni 11 Uhr – SO 6. Juni 2010 16 Uhr

Durch traumatische Erfahrungen in der Kindheit hat jeder Mensch Überlebensstrategien entwickelt, die uns als Erwachsene unbewusst bestimmen, und ein lebendiges Wachstum behindern.

Wenn Du lernen willst, die Tyrannei deines inneren Kindes mit seinen Abwehrstrategien zu entdecken, bist du herzlich zur Gruppe eingeladen!



Ort: Hof Oberlethe
290,- EUR + UVP

Info/Anmeldung:

Christel Westermeier, Hölterweg 20, 49549 Ladbergen
Tel. 05485 / 83 27 14, sudhira@web.de
oder: **Joachim Satkar Barteit**, Karuschenweg 67c
26127 Oldbg., 0441-68 36 55, satkar@isak-institut.de
Auf Wunsch werden Prospekte gerne zugesandt.

Thomas Dopp

Seminare mit Urlaub auf Spiekeroog



Spiekeroog ist die wohl grünste ostfriesische Insel und für diejenigen ein kleines Paradies, die Stille, Entschleunigung und Schönheit suchen. Hochhäuser, Diskotheken, Autos und Lärm findet man hier nicht – dafür

um so eher sich selbst, kaum berührte Natur und viele Menschen, die auf ihrem inneren Weg sind.

Die Insel ist ein idealer Platz für Seminare, bei denen es um Selbstfindung, die eigene Mitte geht und dafür ein stilles, kraftvolles Umfeld förderlich ist.

Seit Jahren bieten Thomas Dopp (Meditationslehrer), Simone Mohini Hug-Breitkopf (Yogalehrerin) und Gabriele Janz (Tanztherapeutin) das Seminar „Meine Mitte finden- die meditative Woche auf Spiekeroog“ an. Eine Sommerwoche lang auf der schönsten ostfriesischen Insel eine Auszeit nehmen, um sich zu zentrieren und die eigene Mitte zu finden. Zeit für Entspannung und stille Momente, um nach zu spüren, wohin das Leben führen soll. Meditation, Yoga und freier Tanz unterstützen dabei (ohne Vorkenntnisse), den eigenen Weg wieder zu finden, der in jedem von uns verborgen ist.

In diesem Jahr findet „Meine Mitte finden“ vom 28. Juni bis 4. Juli statt.

Das Seminar „Meiner inneren Stimme vertrauen- Wege zur Intuition“ findet vom 16. Juli bis 18. Juli statt und wird von Thomas Dopp geleitet. Hier ist Zeit für den Beginn eines Weges, Kontakt mit der eigenen inneren Stimme klar und unverfälscht aufzunehmen. Mit stillen Momenten, um eine tiefere Öffnung dafür zu finden. Übungen helfen dabei, die Verbindung mit ihr zu intensivieren und zu unterstützen. Die Teilnehmer lernen, die innere Stimme von anderen Einflüssen

zu unterscheiden, sie auf unsere Wahrheit und höheres Selbst auszurichten und damit innere Führung zu erhalten.

Bei beiden Seminaren gibt es viel freie Zeit an den Nachmittagen und freie Abende- Raum für Alleinsein, Begegnung oder um die Insel zu erkunden.

Wer vor oder nach den Seminaren Urlaubstage anhängen möchte, kann dies selbstverständlich tun. Der ruhige, schöne und großzügige Gruppenraum liegt direkt an den Dünen im Veranstaltungshaus „Kogge“. Die Unterbringung auf der Insel wird von den Teilnehmern selbst organisiert.

Weitere Infos und Anmeldungen bei Thomas Dopp, Tel. 0441/85315 oder unter www.thomas-dopp.de

Seminare auf Spiekeroog

MIT THOMAS DOPP, SIMONE HUG-BREITKOPF UND GABRIELE JANZ

Meine Mitte finden

Meditative Woche mit Yoga, Tanz und Meditation

vom 28. Juni bis 4. Juli 2010

Meiner inneren Stimme vertrauen

Wege zur Intuition

vom 16.-18. Juli 2010

Anmeldung und Information:
Thomas Dopp, Tel. 0441/85315
www.thomas-dopp.de

Sylvia Kolk

Segeln im Sturm - Emotion als Weisheitslehrerin



In vielen spirituellen Ratgebern wird das Loslassen schwieriger Emotionen als notwendiger Schritt auf dem Weg zur Erleuchtung gepriesen. Prompt haben wir ein neues Ideal, an das wir uns festklammern können:

Einen Perfektionismus, der unangenehme Gemütsregungen nicht wahrhaben will. Die Meditationslehrerin Sylvia Kolk zeigt demgegenüber in ihrem Buch „Segeln im Sturm“ beherzte Navigationspfade zum entspannten Umgang mit Scheitern und Fallstricken auf, die sich auf dem spirituellen Weg zeigen können.

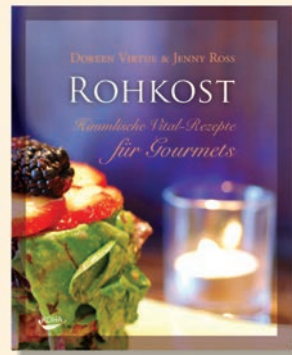
Viele Weisheitstraditionen bemühen sich seit jeher, für einen Zustand jenseits des konzeptionellen Geistes passende Begriffe zu suchen, was nicht selten dazu führt, dass der spirituelle Zustand mit neuen Konzepten daher kommt. Das hehre Vorhaben, alte Anhaftungen loszulassen, fällt leicht dem unbändigen Wunsch nach neuer Sicherheit zum Opfer: Wenn alte Glaubenssätze nicht mehr taugen und das Neue noch nicht tragfähig ist, klammern wir uns in unserer Sehnsucht nach Vollkommenheit erneut an fixe Vorstellungen.

Für diese Übergangszeit hat die Meditationslehrerin Sylvia Kolk einen Leitfaden verfasst, der den Widerstand gegen Probleme auf dem persönlichen Weg völlig neu bewertet. Dabei sind die Einsichten der Autorin geprägt von ihrer buddhistischen Lehrerin Ayya Khema, die zu der Einsicht gelangt ist: Gerade in der Auseinandersetzung mit existenziellem Leiden finden wir die tiefsten Wahrheiten, die allen Theorien überlegen sind.

In ihrer klaren Sprache räumt Kolk klassische Missverständnisse im Kontakt zwischen

östlicher Weisheit und westlicher Kultur aus dem Weg: Was hat man sich unter dem Streben nach einem Nicht-Ich vorzustellen? Geht es darum, unsere Identität auszulöschen? Sylvia Kolk greift auf westliche Psychologie zurück und stellt in ihrem Buch Identität als einen dynamischen Prozess dar, den es mit achtsamem Gewahrsein zu erforschen gilt. Es geht Kolk nicht darum, alte Selbstbilder zu ersetzen durch den Wunsch, mithilfe der Meditation nun endlich ein sanfterer Mensch zu werden. Im Gegenteil: Es kann durchaus heilsam sein, aller Genügsamkeit zum Trotz „Nein“ zu sagen.

Treffsicher spürt Kolk den scheinbar sicheren, festgefahrenen Alltagsgeist auf und gibt praktische Ratschläge, wie sich die eigenen Muster in einen heiteren, weiten Raum trans-



Doreen Virtue / Jenny Ross
Rohkost
*Himmlische Vital-Rezepte
für Gourmets*

€ 16,95
ISBN 978-3-86728-113-3

www.koha-verlag.de

formieren lassen. Wer bereit ist, Leiden furchtlos zu begegnen, beendet die Flucht vor der eigenen Angst.

Nicht zuletzt illustrieren zahlreiche Beispiele aus der Praxis ihrer Schülerschaft, wie buddhistische Theorie und Methoden – zum Beispiel die mitfühlende Metta-Praxis - in den Lebensalltag westlicher Menschen integriert werden können. Damit wird klar erkennbar: Spiritualität spielt sich nicht nur auf dem Meditationskissen ab, sondern auch im stickigen Zugabteil, ebenso wie beim Kampf mit den Nacktschnecken im Garten und in der Auseinandersetzung mit einer unliebsamen Kollegin. Durch eine annehmende Grundhaltung stehen wir immer weniger im Bann heftiger Emotionen, mit der beharrlichen Praxis überwinden wir letztlich all unsere Selbstzweifel. Selbst wenn wir von Gedankenstürmen überwältigt werden, finden wir mit dem Buch von Sylvia Kolk und den darin enthaltenen Anweisungen die Kraft, Kurs zu halten auf dem Weg zur inneren Freiheit.

Dr. phil. Sylvia Kolk war langjährige Schülerin von Ayya Khema. Sie unterrichtet seit 1996 in der Tradition von Ayya Khema als Meditationslehrerin und gründete 2004 in Hamburg das buddhistische Zentrum „Liebe – Kraft – Weisheit“; sie begleitet Hunderte von SchülerInnen auf dem buddhistischen Weg und hält Vorträge und Workshops in ganz Deutschland, Österreich und in der Schweiz. www.sylvia-kolk.de

Buchtipp: Segeln im Sturm. Mit Leidenschaft den spirituellen Alltag meistern. Theseus Verlag, 183 S., 14,95 €

Vortrag und Kurzworkshop mit Sylvia Kolk am Mi. 16. Juni 2010, 19-ca. 22 Uhr in der Stadtbibliothek Oldenburg, Peterstr. 3. Info und Vorverkauf: Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr. 1, 26122 OL, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

Impressum

Internet:	www.achtsames-leben.org
Herausgeber	Karl-Heinz Plaggenborg, Bergstr. 1, 26122 Oldenburg,
Redaktion	Karl-Heinz Plaggenborg
Satz, Gestaltung	Agentur <u>JARUSCHEWSKI</u> Lagerstraße 62, 26125 OL Tel. 0441 - 973 61 60 E-Mail: gestaltung@achtsames-leben.org
Anzeigenleitung	Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr.1, 26122 Oldenburg, Tel.0441 - 1 75 43 Fax 0441 - 1 75 28 E-Mail: info@achtsames-leben.org internet: www.buchhandlung-plaggenborg.de
Anzeigenpreisliste	www.achtsames-leben.org
Autoren dieser Ausgabe:	Regina Bauer, Theresia Maria de Jong, Bernhard Dökel, Thomas Dopp, Ralf Marien Engelbarts, Manfred Folkers, Susanne Henneke, Antje + Peter Jaruschewski, Christine Keidel-Joura, Sylvia Kolk, Beate Korfe, Kai Lindner, Uli Sa Lingenfelder, Ulrich Martitz, Michaela Molzahn, Wolf Ondruschka, Ulrike Plaggenborg, Klaus Stahlberg, Xandra Alisha Vogel-sang, Elisabeth von Wedel, Steffi Wahlen
Titelbild	Ulrike Plaggenborg
Termin-Annahmeschluss	Bitte nur den im Heft abgedruckten Termin-Auftrag benutzen. Veröffentlichung nur gegen Vorkasse. Alle Angaben ohne Gewähr. Kleinanzeigenschluss für die nächste Ausgabe ist der 01. Juni 2010.
Erscheinungsweise	vierteljährlich
Auflage	6.000 Exemplare
Redaktionsschluss	für die nächste Ausgabe ist der 15. Mai 2010.
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.
© 2010 by Buchhandlung Plaggenborg

@@

Wer – Wie – Was im Internet? Von A-Z!

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

@@

Abwun – Meditation – der Neuanfang, Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de/abwun
Academy of Inner Science – Integr. Forschungsstätte v. u. m. Thomas Hübl:	www.innerscience.info
Achtsamkeit, Spiritualität und Esoterik, 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
Aromatherapie, Ohrakupunktur und Traumreisen:	www.heilpraktikerin-kerstin-meyer.de
Astrologie und heilende Steine:	www.smita-bourjau.de
Astrologie, Schreibwerkstatt – Mechthild Buse:	www.sternundfeder.de
Astrologie-Schule: raum und zeit, beratung	www.astrologie-schule-oldenburg.de
Aufstellung der beruflichen Innen- und Außenwelt:	www.zufrieden-im-beruf.de
Aura Soma® Farb- und Duftessenzen:	www.licht-wege-land.de
Ausbildung im Geistigen Heilen – Engelheilungen – Reiki:	www.reiki-samara.de
Ayurveda (Trad.), Kerala + Goa, indiv. Kuren:	www.intensivleben.de
Biodanza: Musik, Tanz, Begegnung in der Gruppe	www.biodanza-oldenburg.de
Bücher, Esoterik, Edelsteine, Musik, Tarot:	www.buchhandlung-plaggenborg.de
Bücher zu Lebenshilfe, Familie & Spiritualität:	www.koesel.de
Edelsteine, ätherische Öle, Räucherwerk, schamanische Klänge:	www.salute-isis.de
Erfülltes leben, Ermutigungstraining, Beratung, Seminare	www.erfuelltes-leben.com
Freie Schule Oldenburg:	www.freie-schule-oldenburg.de
Grundtonbestimmung, Mantras und Atemübungen	www.taiji-energiearbeit-qigong.de
Heilende Tierkommunikation – Kraft- und Helfertiere	www.gast-der-tiere.de
Heilung durch Energiearbeit, Beate Korfe	www.taiji-energiearbeit-qigong.de
Holistische Kinesiologie – Birgit Zuschneid-Götsch:	www.kinesiologie-ol.de
Hotel, Seminarhaus in Mecklenburg:	www.gutshaus-stellshagen.de
ISAK-Institut + Psychol.Praxis „Horos“ Joachim Barteit:	www.isak-institut.de
J. Kamphausen Verlag, Bielefeld:	www.weltinnenraum.de
Kinesiologie-Ausbildung, Matthias Weber:	www.kinesiologie-akademie.com
Kontakt zur geistigen Welt:	www.helga-info.de
Kreatives Schreiben für Erwachsene und Kinder:	www.oldenburger-schreibwerkstatt.de
Kunstatelier Naumann – künstl. Kurse/kunsttherapeut. Begleitung	www.kunstatelier-naumann.de
Kunsttherapie/Kunst Zwischenraum Heike Seifert	www.zwischenraum.info



Wer – Wie – Was im Internet! Von A-Z!



Kurse und Seminare zur Stressebewältigung, Ausb. zum Stresscoach:	www.der-stresscoach.de
LebensKunst Weser-Ems – Infoportal für ganzheitliches Leben	www.lebenskunst-weser-ems.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-tonjahauer.de
Monika Entmayr & Reiner Kaminski:	www.paar-tantra.de
Naturheilpraxis und Seminare:	www.renfried.de
Osteopathie + Wirbelsäulenbehandlung, Christiane Schwarzhuber:	www.praxis-oldenburg.de
Paul Lansley:	www.bluerosespirit.com
Peter Müller-Engelhardt, Persönlichkeitstrainer und Lebenslehrer:	www.peter-mueller-engelhardt.de
Praxismgemeinschaft für Psychotherapie, Körperpsychotherapie und Entspannung:	www.paffy.net
R.E.S.E.T. – Kiefergelenksentspannung – Lutz Doblies	www.hp-doblies.de/reset
Rosmarin Restaurant - essen und genießen	www.rosmarin-ol.de
Rutengänger Rainer Müller:	www.rutengaenger-Feng-Shui.de
Selbsterforschung und Enneagramm, Familienstellen:	www.svaha.de
Seminarhaus bei Wardenburg...auch Heilfastenkurse:	www.Hof-Oberlethe.de
Seminarhaus im Lebensgarten:	www.lebensgarten.de
Silke-Wosab-Gaur – Ganzheitliche Physiotherapie:	www.praxiseinklang.de
Stressbewältigungs- und Entspannungstherapie – Fachausbildung:	www.dfme.de
Taiji-, Qigong-, Energiearbeit-Kurse, Beate Korfe	www.taiji-energiearbeit-qigong.de
Therapeutisches und spirituelles Zentrum:	www.haus-weskampstrasse.de
Thomas Hübl, ist ein spiritueller Lehrer der heutigen Zeit	www.thomashuebl.com
Tier + Mensch: Einzelarbeit, Seminare, Urlaub:	www.heimke-moll.de
Tierkommunikation: Ruth-May Johnson - erfahren, was Ihr Tier fühlt	www.tiercomm.de
Urlaub anders: Malend, entsp. oder m. Pferden an der Hand	www.urlaub-für-körper-und-seele.de
Vipassana Gruppe Oldenburg:	www.vipassana-oldenburg.de
Yoga, Ayurveda, Mona Schübel:	www.yogapraxis-monaschuebel.de
Yoga Wellness LifeArt – Ihr Spezialist für Yoga-Zubehör	www.kasha-boulevard.de

Das Schaufenster

Neu! Auradiagnose und Auraheilung

Ralf Marien-Engelbarts am 11. Mai in der Buchhandlung Plaggenborg



Es ist jetzt auch möglich, die Aura direkt behandeln zu lassen. Durch direktes, manuelles Behandeln werden alte gestaute Energien aus der Aura gereinigt. Dies kann zur Folge haben, dass während oder nach der Behandlung Emotionen an die Oberfläche kommen, die vorher in der Aura gespeichert waren. Auch Chakrenblockaden werden gelöst, manchmal tauchen alte karmische Muster auf. Risse in der Aura, die durch Schock oder Trauma entstehen, werden "repariert". Familiäre Muster und Verstrickungen zeigen sich durch lange Fäden, die aus der Aura austreten. Diese können bei Belastungen gereinigt werden, und auch die entsprechende Verbindung zu nahe stehenden Menschen (Lebende oder Verstorbene) wird geklärt.

Di. 11.5.2010 in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, OL, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Bowtech® –

Sanfte Griffe zum Anregen der Selbstheilungskräfte

Vortrag von Steffi Wahlen am 12. Mai um 20 Uhr



Jedes Symptom, jede körperliche oder psychische „Störung“ ist ein Ausdruck davon, dass der Körper nicht in Balance ist. Bowtech ist eine Muskel- und Bindegewebstechnik, die dem Körper hilft, sich zu entspannen und die ihm innewohnenden Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Durch sanfte Impulse bekommt er die Informationen, die er braucht, um seinen harmonischen Zustand wiederherzustellen. In diesem Vortrag erfahren Sie etwas über Herkunft und Geschichte, Anwendungsgebiete und Wirkungsweise von Bowtech (siehe auch „Achtsames Leben“ 4/08 u. 4/09).

Vortrag am Mittwoch, 12.5.2010 um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstrasse 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Schamanisches Heilen: Das Medizinrad

Vortrag mit Wolf Ondruschka am 20. Mai um 20 Uhr



Medizinräder sind Kreise aus Steinen, Kraftorte, Spiegel des Universums und unserer Seele, Landkarten für unsere Lebensreise, Orte der Heilung. Die Lehren des Medizinrades umfassen Spiritualität, Philosophie, Ökologie und persönliche und gesellschaftliche Entwicklung. Der Ausdruck „Medizin“ steht für Leben, Lebenskraft und bezieht sich darauf, in Harmonie mit sich, der Welt und dem Geist zu leben. Der Vortrag gibt eine illustrierte Einführung in die innere und äußere Struktur des Medizinrades. Anschließend besteht Gelegenheit, in einer geführten 'Schamanischen Reise', die Kraft des Lebensrades für sich selbst zu erfahren.

Vortrag mit Wolf Ondruschka am Do. 20. Mai 2010 um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldbg., Tel. 0441-17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Das Schaufenster

Faszination „Gedankenautobahn“

Buchvorstellung und Vortrag von Stefanie Eichler am 26. Mai um 20 Uhr



Die Kraft der Gedanken ist themenmäßig schon fast zum „alten Hut“ geworden und doch reißen die Problemketten der Menschen nicht ab. Warum? Manchmal sind es bereits klitzekleine Gedanken, die das Leben komplett aus den Fugen geraten lassen. Dabei ist es schon ein großer Unterschied, ob man das Gute liebt oder das Schlechte hasst. Doch wo beginnt hier Schicksal oder endet Karma? Die selbst an MS erkrankte Buchautorin und Heilerin, schildert eindrucksvoll und lebensnah die große Bandbreite der Möglichkeiten, mit Gedankenenergien zu arbeiten. Sei es, Energiefrequenzen zu verändern, sie in ihrer Intensität zu steigern oder mit ihnen erfolgreich zu manifestieren.

Ein Abend mit Stefanie Eichler am 26.05.10 um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr.1, Oldenburg, Tel. 0441-17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Reiki, der Kaiser und die Fünf Lebensregeln

Vortrag von Ulrich Martitz am 2. Juni um 20 Uhr



Reiki kann jede medizinische Behandlung sehr gut unterstützen. Die Fünf Lebensregeln, die Mikao Usui von seinem Kaiser übernahm, wurden von ihm als spirituelle Medizin bezeichnet. Die Fünf Lebensregeln und Reiki gehören zusammen wie Himmel und Erde. Vernachlässigen wir bei körperlichen Reiki-Anwendungen die geistigen Prinzipien, entsteht ein Ungleichgewicht. Wir wundern uns dann, dass Reiki nicht immer so richtig wirkt oder weiter hilft. Was ist Reiki? Was steckt hinter den Fünf Lebensregeln? Warum sind sie spirituelle Medizin und was lehren uns 100 Jahre alte „Sprüche“ heute, im 21. Jahrhundert?

Vortrag von Ulrich Martitz am Mi., den 2. Juni 2010 um 20.00 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr.1, Oldbg., Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Geld & Psyche

Vortrag mit Ulrike Müller am 9. Juni um 20 Uhr



Der Umgang mit Geld ist genau die Abbildung dessen, was uns beschäftigt, wichtig ist, was uns fehlt und was wir meinen zu brauchen. Wenn wir mit unseren Gedanken ständig angstvoll um unser (vorhandenes oder fehlendes) Geld kreisen, „schwimmen“ wir in einem Meer von Angst. Wir glauben vielleicht, wenn wir mehr Geld hätten oder eine ganz gute Geldanlage, dann wäre die Angst weg. Wir koppeln Geld mit Sicherheit und glauben, dass die Gefühle von Angst verschwinden, wenn wir Geld haben. Das stimmt zum Teil, denn wir sind beruhigt – für den Augenblick. Aber im Inneren tobt weiter die Unsicherheit, und sobald sich im Außen eine entsprechende Situation ergibt, finden wir wieder die Gefühle von Angst vor.

Vortrag mit Ulrike Müller am Mi. 9. Juni 2010 um 20.00 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Das Schaufenster

Sampoorna Yoga – das Yoga der Fülle

Ein praktischer Vortrag von Bernhard Dökel am 23. Juni um 20 Uhr



Haben Sie schon mal einem Eskimo erklärt, wie Lasagne schmeckt? Sie können lange Abhandlungen schreiben, Vorträge halten. Doch erst in dem Moment, wenn er eine Lasagne probiert, weiß er, wie sie wirklich schmeckt. Intuitiv erfassen wir das sinnliche Erlebnis und spüren unmittelbar seine Wirkung. Das bedeutet den Himmel auf Erden holen. Ähnlich verhält es sich beim Yoga. Es ist eine subjektive Wissenschaft. Sie müssen es ausprobieren, um es zu erfahren. Sie erleben in einer Sampoorna Yogastunde die Flexibilität, die Kraft und Balance Ihres Körpers. Sie vitalisieren Ihr Energiesystem und empfinden vollständige Entspannung. Ein Zustand, in dem sich Körper und Geist regenerieren.

Vortrag von Bernhard Dökel am 23. Juni um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, OL, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Quantensprung der Erde

Vorschau

Ein Vortrag von Marko Pogacnik am 9. November um 19.30 Uhr



Im September 2008 hatte Marko Pogacnik in Athen einen klaren Traum, der ihn zur Überprüfung von 61 früheren Schlüsselträumen zum Thema Erdwandlung veranlasste. Inhalt war die Alternative zu den illusorischen Versuchen, man könne durch irgendwelche Maßnahmen die exklusiv an die Materie gebundene Welt retten. Daraus entstand das Buch „Quantensprung der Erde“, das im September im AT Verlag erscheinen wird. In seinem Vortrag wird Marko Pogacnik über die Inhalte dieses Buches und das Thema der Kooperation der parallelen Welten sprechen.

Vortrag von Marko Pogacnik am 9. November um 19.30 Uhr in Oldenburg. Ort wird noch bekannt gegeben. Info und Anmeldung: Buchhandlung Plaggenborg, Bergst.1, 26121 Oldenburg, Tel.: 0441-17543, E-Mail: info@buchhandlung-plaggenborg.de.

seit 6 Jahren erfolgreiche Ausbildungen!

Fachkompetente Ausbildung zum/zur

**Heilpraktiker/in für
Psychotherapie**

Erleben Sie 160 interessante Unterrichtsstunden!

- Tageskurs, jew. 10 -17 h (Beginn bitte erfragen)
- Abendkurs, jew. 18 - 21 h (Beginn bitte erfragen)

Ausbildungsort: Haus Weskampstr., Oldenburg
www.haus-weskampstrasse.de



Anmeldung & Info:

**Mahadevi Institut für
Fort- und Weiterbildung**
Marion Mahadevi Strauß

0441-380 26 73 oder 0171-24 62 838

**Kunst
Handwerk
Design**

nikolaimarkt
oldenburg

22. + 23. Mai 2010
Sa.-So. 11-18 Uhr
Nikolaiviertel
Kleine Kirchenstraße
Bergstraße
www.nikolai-markt.de





Der Karten-Tipp

Vogelkarten

Vögel haben uns mehr zu bieten als ihre wunderschönen farbigen Federkleider und ihre heiteren Lieder. Auf einer spirituellen Ebene können sie uns auch mit ihren besonderen Heilqualitäten unterstützen, wenn wir sie brauchen. Jeder Vogel hat seine einzigartige Ausdrucksform. Jeder kennt zum Beispiel die Eule, die Weisheit und Wissen ausdrückt, oder den Storch, der mit der Geburt verbunden wird, oder auch den mythischen Phönix, der aus seiner Asche wiedergeboren wird. Jane Toerin beschreibt im Begleitbuch zu den Karten sehr poetisch und spirituell die charakteristischen Energien von 55 mehr oder weniger bekannten Vögeln und gibt der Leserin und dem Leser hilfreiche meditative Affirmationen, um die Vogelkraft in sich zu wecken. Joyce van Dobben lässt die Vögel durch die Kraft ihrer schillernden Farben lebendig werden.

Dieses Paket enthält 55 großformatige Karten für verschiedene Legeweisen von Joyce van Dobben und ein 160-Seiten-Buch in dem Jane Toerin ausführlich beschreibt, wie man die Karten für verschiedene Zwecke legen kann und welche Bedeutung sie haben.

Jane Toerin lebt in Kapstadt, Südafrika. Sie hatte ihr ganzes Leben lang schon eine starke Beziehung zu Vögeln. Sie arbeitet als Komplementärtherapeutin und nutzt die Vogelkarten als Therapiehilfe. Die Künstlerin Joyce van Dobben lebt und arbeitet in Spaarndam, Holland.

Michael J. Roads („Mit der Natur reden“): „Ich bin sehr beeindruckt von der Qualität dieses Buches.“

Vogelkarten, mit 55 Orakelkarten, Jane Toerien und Joyce van Dobben, Binkey Kok Verlag., 25,- €



Marktplatz

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

Einheitliche Gestaltung (2 Textblöcke, 1 Bild/Logo, gleiche Schrift) – große Übersichtlichkeit.

Kosten incl. Satz/Gestaltung pro Ausgabe (mindestens 2 aufeinander folgende Schaltungen):

Großes Format (128 x 35mm): je 60,- € bei Schaltung für 2 Ausgaben, je 55,- € bei Schaltung für 4 Ausgaben

Kleines Format (62 x 35mm): je 40,- € bei Schaltung für 2 Ausgaben, je 35,- € bei Schaltung von 4 Ausgaben

Änderungen während der Laufzeit werden gesondert berechnet.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Buchhandlung Plaggenborg: Tel.: 0441 / 1 75 43.



- **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**

Abbau emotionaler Blockaden

Pierre Toborek

- MET-Therapeut
- Anerkannter Heiler DGH
- Coach • Sport • Beruf • Privat

26122 Oldenburg
Bahnhofstr. 4
Tel.: 0441/882888
www.pierre-sante.com



- **Hormon-Yoga**
 - bei vorzeitiger Menopause
 - Wechseljahresbeschwerden
 - Prämenstruellem Syndrom
- **Hatha Yoga**
 - Atem - Entspannung - Meditation
 - Einzel- und Gruppenarbeit
 - Anerkennung als Präventionsm.

ABWUN – atmendes Leben

Angelika Nierentz

Yogalehrerin BYV u. Ergoth.
zertifizierte Hormon-Yoga-Therap.

Weskampstr.28
26121 Oldenburg
Tel.: 0441/2059493
E-Mail: nierentz@gmx.de



Fachausbildung zum Beruf

Kinesiologie & Coach AK

berufsbegleitend, praxisorientiert, professionell

- Die Nr.1: 20 Jahre Ausb.-Erfahrung
- Teilausbildungen in Kinesiologie
- Gesundheit/ Psychologie/ Pädagogik
- TFH • Brain Gym® • Edu-K Blueprint

Akademie für Kinesiologie

Oldenburg • Madeira

Matthias Weber

Donnerschwer Str.35
26123 Oldenburg
Fon.: 0441/8859794
www.holistische-kinesiologie.de
Berufsverband DGAK e.V.



- Energie- und Chakrenarbeit
- Klopfakupressur
- Fußreflexzonenmassage
- Metamorphosemassage
- Touch of Oneness-Behandlung
- Ganzheitliche Lebensberatung
- Bachblütenberatung
- Wirbelsäulentherapie nach Dorn

Alte und neuzeitliche Heilmethoden

Donata Wortmann

Heilpraktikerin

Praxis für ganzheitliche Heilweisen
Alte Amalienstr.37-39
26135 Oldenburg
Termine unter Tel.: 0441-9503985
E-Mail: donata@wordtmann.de

Altbewährtes und aktuelles Heilwissen



für den Körper u.a.

- Klassische Ausleitung und Umstimmung
- Amalgamausleitung
- Eigenblut, nativ oder aktiv
- Ozon, Sauerstoffbehandlung, SMT
- Schmerztherapie mit Laser-, SCENAR®
- Neuraltherapie sowie Akupunktur
- Erkrank. d. Bewegungsapparates
- Stoffwechselerkrankungen, KPU/HPU

Matthias Badzun & Christiane Rudolph

Heilpraktiker u. Psychotherapeuten
EU-weit zertifiziert: EAP u. DGSH
Bahnweg 5, 27798 Hude-Grummersort
04484-920390 und 04484-9459760
<http://badzun.de>
<http://naturheilpraktikerin.net>
Termine nur nach Vereinbarung

Altbewährtes und aktuelles Heilwissen



für die Seele u.a.

- Psycho-Kinesiologie®
 - Selbstorganisatorische Hypnose, K.I.P.
 - Arbeit am Tonfeld®
 - Systemische Familientherapie
 - Reiki, Energiearbeit
 - Metamorphosetherapie
- Körper, Geist & Seele sind eine untrennbare Einheit

Matthias Badzun & Christiane Rudolph

Heilpraktiker u. Psychotherapeuten
EU-weit zertifiziert: EAP u. DGSH
Bahnweg 5, 27798 Hude-Grummersort
04484-920390 und 04484-9459760
<http://badzun.de>
<http://naturheilpraktikerin.net>
Termine nur nach Vereinbarung

Astrologie und spirituelle Psychotherapie



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

Astrologische Praxis

Uwe Christiansen

Astrologe und HP (Psychotherapie)

Tel.: 0441/55185

E-Mail: uwe.christiansen@onlinehome.de

www.uwe-christiansen.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®-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:
 - Zahn- und Kieferproblemen
 - Zahnfehlstellungen (bei Jugendlichen und Erwachsenen)
 - Zahnsparngentherapien
- Kinesiologie-Ausbilder für
 - Kinergetics 1-4
 - R.E.S.E.T.
 - R.E.S.E.T.-Instructoren

**Institut für Begleitende Kinesiologie
Josef Stotten**
Möhlentangen 32
26203 Wardenburg
kinesiologie@josefstotten.de
www.josefstotten.de
telefon 04407-716387
telefax: 04407/716388



Ausbildung Psychotherapie • Kinesiologie

- **Fachkompetente Ausbildung**
 - Heilpraktiker/in für Psychotherapie
- **Körperorientierte Psychotherapie**
 - Einzel- und Paarbegeleitung
- **Kinesiologie**
 - Klärung bei Wendepunkten im Leben
- **Themenzentrierte Aufstellungsarbeit**

**Institut für Fort- und Weiterbildung
Marion Mahadevi Straub**
HP für Psychotherapie/Kinesiologin

Ausbildungsort: Haus Weskampstr.
Weskampstr.28, 26121 Oldenburg
Tel.: 0441/3802673
E-Mail: mahadevi3@freenet.de



Ausbildung zum Coach

Manche Wege erfordern eine kompetente Begleitung

- Stärkenprofile erstellen
- Individueller Reflexionsprozess
- Integration von Theorie und Praxis
- Begleitung von interaktiven kollegialen Lerngruppen

LEB Bad Zwischenahn
- Projektbüro -

Bahnhofstr.18
26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403/98478-25
E-Mail: tatzko@leb.de
www.assessment-center.leb.de



Beratung & Psychotherapie

- Psychotherapie
- Integrative Körpertherapie
- Gestaltberatung
- Paargespräche

Roswitha Breitkopf
Dipl.Sozpäd. - Psychotherapie -

Oldenburg: 0441/94919028
Ostrhauderfehn: 04952/942955
E-Mail: therapie@paffy.net
www.paffy.net



**Musik – Tanz – Begegnung
in der Gruppe**

- Wir erleben**
- Lebensfreude
 - das Hier & Jetzt
 - Lebendigkeit
 - Kreativität
 - Gefühlsfülle

Offener Abend: Jeder 2. Mi. im Monat

Biodanza®

Xandra Alisha Vogelsang
Biodanza®-Leiterin
Dipl.-Sportlehrerin

Ort: Kulturetage
Tel.: 04408/809732
www.biodanza-oldenburg.de

**Biodanza®**

Feiere das Leben – grenzenlos
 Ein poetischer Moment getragen von
 Musik, der unter die Haut geht und in
 einer tänzerischen Bewegung die
 menschliche Essenz enthüllt.
 Eine Hommage an Körper-Geist-Seele
 Keine Tanzkenntnisse nötig!
 Offene Abende 12. & 19. Aug. 2010

Bernhard Dökel

Schauspieler, Biodanza®-Leiter
 Erziehungswissenschaftler M.A.

Sampoorna Yoga Zentrum
 Zeughausstr. 70-72, 26121 Oldbg.
 Tel.: 04408/806669
 www.biodanza-oldenburg.de



- Bücher
- CDs und DVDs
- Edelsteine, Kristalle
- Räucherwerk, Öle
- Klangschalen, Zimbeln
- Figuren: Egel, Buddhas u.a.
- Tarot
- Essenzen (z.B. Lichtwesen)

Buchhandlung Plaggenborg**Buchhandlung Plaggenborg
 Inh. Karl-Heinz Plaggenborg**

Bergstraße 1, 26122 Oldenburg

Tel.: 441/17543

Fax: 0441/17528

E-Mail: info@buchhandlung-
 plaggenborg.de

www.buchhandlung-plaggenborg.de

Deeksha – Oneness Blessing

- Übertragung von
 kosmischer Energie
- Zugang zur eigenen
 Energiequelle
- Innere Ziele entdecken
- Ruhe und inneren Frieden
 erfahren
- Deeksha hilft da, wo wir uns
 selbst nicht helfen können



Deeksha-Geber in Oldenburg
 im Haus Weskampstraße
 Weskampstraße 28, Oldenburg

F. Kohl: 0441/51141

O. Walker: 0176/23727370

www.deeksha.de

www.haus-weskampstrasse.de

Design und Fotografie

- Kreativ Werkstatt
 - Fotografie
 - Entwicklung von Logos
 - Graphik & Web-Design
 - Internet-Marketing
 - Raumgestaltung
 - Ausstellungen

**Lifeline-Design****Caterina Auffarth**

Dipl. Kommunikations-Designerin

Gauzeweg 6

26969 Butjadingen

Tel.: 04735/278

www.lifeline-design.de

info@lifeline-design.de

Die Lösung liegt in Dir**Die hermetischen Prinzipien als Grund-
 lage für ein glückliches Leben**

- Wie Gedanken unser Leben formen -

Seminare, Gesprächskreise, Themena-
 bende

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**

Sabine Chanuria Reinker
Engel's Reiki Lehrerin
 Ahlkenweg 70a
 26131 Oldenburg
 Tel.: 0441/3404830
 E-Mail: chanuria@web.de
 www.chanuria.de



Entwicklungswege

- **Entwicklungswege**
- **Gesund leben in Harmonie m. d. Natur**
- **Aura Soma®**
- **EM – Effektive Mikroorganismen**
- **Umwelttechnologien**
- **Gesprächsberatung**
- **Meditation und Qi Gong**
- **Klangmassage auf der Langliege**
- **Lichtarbeit**

Mechthild M. Hesse-Herr
 Lebensberaterin, Aura Soma® Beraterin, Umweltspezialistin
 Peterstr. 7, 26160 Bad Zwischenahn
 Tel.: 04403-8107372
 E-Mail: m.hesse-herr@entwicklungswege.com
 www.entwicklungswege.com



Erfolg durch Persönlichkeitsarbeit

- **Hypnose- & Reinkarnationstherapie**
- **NLP Mentalarbeit**
- **Systemische Aufstellungsarbeit**
- **Psycholog.-analytisches Coaching**
- **Ausbildung zum Qi-Worker (Heiler)**
- **Reiki-Ausbildung bis VIII. Grad**

Haus des Qi – Praxis & Lehrzentrum für Kompetenz-entwicklung, Krisenmanagement & Qi-Work
Diana Boldt, HP Psych./Coach IHK Jever/Spohle
 Termine – Tel.: 0170/2844896
 info@haus-des-qi.de
 www.haus-des-qi.de



Ermütigung & individualpsychologische Beratung

- für:
- ein harmonisches Familienleben
 - Erfolg im Beruf
 - Gesundheit
 - den Sinn im eigenen Leben
 - mehr Lebensfreude

Erfülltes Leben – Uta Link
 Dipl. Betriebswirtin und Individualpsychologische Beraterin
 Weshorn 37, 26655 Westerstede
 Tel.: 04488/764093
 mobil: 0178/7729835
 Email: utalink@hotmail.com
 www.erfuelltes-leben.com



Existenzgründungsberatung, Ganzheitliches Marketing

- **Existenzgründungsberatung**
- **Existenzsicherungsberatung**
- **Systemische Beratung**
- **Kreativitätscoaching**
- **Ganzheitliches Marketing**
- **Öffentlichkeitsarbeit**

Peter Jaruschewski
 (Agentur JARUSCHEWSKI)
 - Berater im KfW Beraterpool
 - Berater für die N-Bank
 - Berater für die BafA
 Lagerstr.62, 26125 Oldenburg
 Tel.: 0441/9736160
 E-Mail: agentur@jaruschewski.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 Energetische Massage

Ganzheitlich Energetische Massage lernen und genießen

- Jahresausbildung an 10 WE
- Für Anfänger u.nd Fortgeschrittene
- Westliche u. östliche Massagepraxis
- Regelmäßige Infoabende
- Regelmäßige Einführungsseminare
- Zertifikat Massage-Practitioner®
- Kostenloses Programmheft



Norddeutsche Massageschule

Bremen, Tel.: 0421/3477349

www.norddeutschemassageschule.de

hb@norddeutschemassageschule.de

Süddeutsche Massageschule

Fürth/Erlangen, Tel.: 0911/9376764

www.sueddeutschemassageschule.de

info@sueddeutschemassageschule.de

Geistiges Heilen / Spirituelle Medizin



- Einzelsitzungen
- Fernheilungen
- Lebensberatung
- Sterbebegleitung

Susanne Dames

Geistheilerin (Spiritual Healer)

Bremer Heerstr.33

26135 Oldenburg

Tel.: 0441-5704494

Mobil: 0152-03158335

E-Mail: info@susanne-dames.de

www.susanne-dames.de

Gestaltung des inneren und äußeren Raumes



Vom Heilen d. Ortes z. Heilen d. Seele

- Ein heiler Ort heilt die Seele
- Eine heile Seele heilt den Ort
„Werde der Du bist“
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Kinesiologie, Coaching, Energiearbeit
- Holographic Healing, Crystal Clearing
- Haus- und Grundstücksuntersuchungen**
- Geomantie, Feng Shui, Space Clearing

Guntram Staudte

Röwekamp 5

26121 Oldenburg

Tel.: 0441/39063943

Fax: 0441/9833801

E-Mail: guntram.staudte@t-online.de



Hilfe zur Selbsthilfe – Lichtbahnenbehandlung – Singen

- Lichtbahnenbehandlung n. Trudi Thali
- Spirituelle Lebensberatung
- Spirituelle Begleitung
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Singen, Chanten
- Kraftlieder, Mantras
- Neues Bewusstsein

Gabriela Giretová
Lichtbahnentherapeutin
Neue Energie – Energiearbeit

Neuer Hort 26
26203 Wardenburg-Tungeln
Tel.: 04407/5343
E-Mail: beratung-filia@web.de



Institut für Energetische Kinesiologie

Profess. Kinesiologie-Ausbildung:
2 Jahre, berufsbegleit., praxisbezog.
Abschluss: Kinesiologin/e (IFEK)

- Einzelseminare (z.B. Päd. Kinesiol.)
- Praxis
 - Kinesiologie
 - Energetische Psychotherapie
 - Hypnotherapie
 - Orthotherapie

Institut für Energetische Kinesiologie
Marion Vogel (Pädagogin/Kinesiol.)
Jürgen Litwiz (Dipl.Psych./eHP,
Kinesiologe)

Hauptstr.6 • 26345 Bockhorn
Tel.: 04453/9797820
Fax: 04453/979098
Weitere Infos im Internet:
www.energetische-kinesiologie.de



Institut für Transpersonale Kinesiologie

- **Kinesiologie-Ausbildung**
2 Jahre berufsbegleitend
- **Ausbildung HP für Psychotherapie**
1 Jahr berufsbegleitend
- **Seminare und Coachings**
u.a. mit internationalen Kursleitern
- **Kinesiologie Basisseminare**
- **Life-Lines (Biographiearbeit)**
- **Transformationskinesiologie**

Ulrike Sawert
Ziegelhofstr.66
26121 Oldenburg
Tel.: 0441/8859384
Fax: 0441/8853631
E-Mail: info@ulrike-sawert.de
www.ulrike-sawert.de



Kartenlegen

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

Angela Reins
Kartenlegerin

Thienkamp 95
26125 Wiefelstede
Tel.: 04402/69125
www.traum-orakel.de



Kinesiologie & Coaching

- **Stressabbau**
- **Konflikt- und Krisenbewältigung**
- **Lösen von Ängsten und Phobien**
- **Konzentrations- und Lernstörungen**
- **Meditationen und Seelenreisen**
- **Transformationskinesiologie**
- **Persönlichkeitsentwicklung**
- **Coaching i. Phasen d. Neuorientier.**
- **Gruppenbalancen, Seminare**

Birgit Bruns
Holistische Kinesiologie (IFHK)

Eisvogelring 83 b
26135 Oldenburg
Tel.: 0441/2171902
E-Mail: info@birgit-bruns.com
www.birgit-bruns.com



Kreatives Schreiben

- Kreatives Schreiben mit Buchbinden für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Förderkurse Lesen und Schreiben für 3. bis 5.- Klässler
- Wissenschaftliches Schreiben
- Korrektur- und Lektorsarbeiten
- Fernstudium

Oldenburger Schreibwerkstatt

Liane Hadjeres

(Germanistin und Kunstwissenschaftlerin M.A.)

Bonhoefferstr7, 26129 Oldenburg

Tel.: 0441/51944

www.oldenburger-schreibwerkstatt.de



Lebens-Beratung, Rückführungen, TAROT-Seminare

- Sensitive Lebens-Energie-Beratung
 - Rückführungen, Hypnosearbeit
 - Intuitions-Schulung
- Lebens-Beratung gem. TA
- Lebens-Beratung mit Tarot
 - bei Problemen u. Entscheidungen
- TAROT-Karten legen lernen
 - Kurse und WochenEndSeminare
 - Taror-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

Edewecker Landstr.18

26131 Oldenburg

Tel. & Fax 0441/592328

www.salute-isis.de

E-Mail: info@salute-isis.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

Nadorster Str.60-62, 26123 Oldbg.

Tel.: 0441/3099430

Handy: 01520/1784234

E-Mail: metabolic-balance@

christiane-reck.de

www.christiane-reck.de



Metabolic Typing – Kinesiologie – Geistiges Heilen

- Widerstände aller Art
- Wenn abnehmen schwer fällt
- Missbrauchsthemen
- Niedergeschlagenheit und Trauer
- Mangelnde Durchsetzungskraft
- Ängste
- Aurareinigung
- Chakrenklärung

Tonja Hauser

Health Kinesiology & Geistig. Heilen
Metabolic Typing

Nachtigallenweg 5
26203 Wardenburg
Tel.: 0441-8096118
E-Mail: tonja.hauser@freenet.de
www.kinesis-tonjahauser.de



Naturfriseur – „Corpus-flora“ – Haar- und Hautpraxis

- chemiefrei-biologisch
- Pflanzenfarbe
- ganzheitliche Beratung
- Gesunde Lebensberatung mit Energiehaarschnitt
- Soleopathie

Ingrid Baumann

Tonkuhlenweg 1
26160 Bad Zwischenahn
(am Ende der Bloherfelder Straße)
Tel.: 04486/921600
Tel.: 0171/3278051

Terminabsprache erbeten

Ich freue mich auf Sie!



Persönliche Entwicklung mit Lamas & Alpakas

- Trekking /Spaziergänge mit Lamas
- Workshops:
Die Mitte wieder finden – Stress-
management & Emotionale Intelligenz
mit Lamas & Alpakas
- Einzelcoaching
- Offene Seminare

Camelidenhof

Michaela Molzan & Klaus Stahlberg

Kleihörn 11
26316 Varel
Fon: 04456/9482233
www.delfinederweide.de



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

Physiotherapeutische Praxis

Ralf Knorr

Physiotherapeut

Gertrudenstr.14
26121 Oldenburg
Tel.: 0441/9991690
E-Mail: info@r-knorr.de
www.r-knorr.de



Praxis für Holistische Kinesiologie

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

Birgit Zuschneid-Götsch

Donnerschwer Str.226
26123 Oldenburg
Tel.: 0441/52352
Fax: 0441/52357
bzg@kinesiologie-ol.de
www.kinesiologie-ol.de



Bei sich selbst ankommen mit Hilfe von

- The Journey®
- PSYCH-K®
- Releasing
- echo.therapy
- systemischen Lösungen

Einzelsitzungen, Gruppen, Vorträge

Praxis für mehr Lebensqualität

Petra Nordhaus

Heilpraktikerin Psychotherapie

Feldstr.94

28203 Bremen

Tel.: 0421/2064462

praxis@petra-nordhaus.de

www.petra-nordhaus.de



Praxis für Psychotherapie und Kinesiologie

- Körpertherapie
- Psychokinesiologie
- Energetische Psychologie nach Gallo
- Heilung des Inneren Kindes
- Familienstellen
- Bowtech
- Supervision
- Traumatherapie

Dr. Stefan Schweizer (HP)

Lustgarten 13

26135 Oldenburg

Tel.: 0441/9987676



Sampoorna Yoga

- kostenlose Probestunden
- Anfängerkurse – Mittelstufe
- Fortgeschrittene
- Senioren Yoga
- Rücken Yoga

von den Krankenkassen unterstützt

Bernhard Dökel

Yogalehrer BYV

Schauspielpädagoge

Erziehungswissenschaftler M.A.

Ort: Haus Weskampstraße 28

Tel.: 0151/58155303

www.sampoorna-yoga.eu



Schamanische Heilsitzungen & Beratungen

Mit Leichtigkeit zu Lebensfreude und Gesundheit

- Heilsitzungen für Mensch und Tier
- Bestimmungs- und Visionsfindung
- Entscheidungshilfen (privat/berufl.)
- Raum- und Gebäudecleanings
- Aufstellungen und EnergieReisen
- "Visionäre Hochzeit" & VisionAtics

Flyer wird auf Wunsch zugeschickt

Susanne Henneke

Shamanic Energieseherin/-Beraterin

Praxis Rôwekamp 5

26121 Oldenburg

Tel.: 0441-39063941

Susanne.Henneke@web.de

www.Schamanische-Heilsitzungen.de

Termine nach Vereinbarung



Schlafplatzuntersuchung

- Messen aller vorhandenen Strahlen
- Analyse der Wohnraumqualität
- Beratung zu allen körperlichen und seelischen Zuständen
- Pendel- und Rutenseminare
- Exkursionen

Rainer Müller

Rutengänger-Meister

Feng Shui-Berater

Auf dem Kötjen 14

26209 Sandhatten

Tel.: 04482/9809011

rutengaengerinfo@online.de

www.rutengaenger-feng-shui.de

SEQUOIA – Schule für Homöopathie und Wachstum



- **Klassische Homöopathie**
 - professionelle berufsbegleitende Ausbildung in Oldenburg
 - dreistufiges Ausbildungsprogramm
 - Sie bestimmen den Umfang Ihrer Ausbildung

Elisabeth von Wedel

Praxis in Jever: 04461/73434

Kai Lindner

Praxis in Jever: 04461/969330
Praxis in Bremen: 0421/4309950
Weitere Informationen:
www.heilpraxis-lindner.de
www.homoeopathie-von-wedel.de

Spirituelle Lebensbegleitung und Psychotherapie



- **Spirituelle Lebensbegleitung und Psychotherapie**
- **Gruppen für spirituelles Singen und Mantrengesang**
- **Offene Meditationsgruppe (14-tägig, montags 19.30 Uhr)**

Thomas Dopp

Heilpraktiker für Psychotherapie im „Haus Weskampstraße“
Weskampstr.28, 26121 Oldenburg
Tel.: 0441/36131050
E-Mail: info@thomas-dopp.de
Weitere Infos unter:
www.thomas-dopp.de

TouchLife®
Massage nach Leder & von Kalkcreuth



Ausbildungen für Anfänger & Fortgeschrittene in TouchLife® Massage

- 36-tägige Grundausbildung
- ganzheitl., erfahrungsorient. Unterr.
- mit Prüfung und Zertifizierung
- nebenberuflich (WE- u. Blockunter.)
- selbst. Tätigkeit als TouchLife® Praktiker/in möglich
- Kurse b. Rostock, Kassel, Darmstadt

TouchLife® Massage

TouchLife®-Schule

Frank B. Leder &
Kali S. Gräfin von Kalkcreuth
Breckenheimer Str. 26a
DE-65719 Hofheim
Tel.: 06192/24513
team@touchlife.de
www.touchlife.de

Transpersonale Bewusstseinsarbeit, Fortbildung, Supervision



- **Transpersonale Bewusstseinsarbeit**
- **Energetisches Heilen**
- **Training „Transpersonale Intuitive Begleitung“** für therapeutische, begleitende, pädagogische und beratende Berufe

Aramaiti Helga Nowak

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Dipl. Sozialpädagogin
Heiligengeiststr.1
26121 Oldenburg
Tel.: 0441-7703452

Yoga und Ayurveda



- **Einzel Sitzungen 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 für Yogalehrer/in und Yogaübungsleiter/in und ayurved. Gesundheitspraktiker/n



Yoga Vidya Zentrum Oldenburg

- Hatha Yoga
- Lachyoga
- Yogalehrer/innen-Ausbildung
- Kundalin-Meditation (OSHO)
- Psychologische Beratung

Simone Manamohini Hug-Breitkopf
M.A.

Uwe Purnma Breitkopf, Dipl. Psych.
www.yoga-vidya.de/center/oldenburg
Breslauer Str.74
26135 Oldenburg
Tel.: 0441/5706528 oder 94919107

Aenne Milnikel



Aenne 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.LOMILOMI-Oldenburg.de

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

Arbeit im Cranio-Feld



Krisana Nadine Dyba
Erzieherin
26127 Oldenburg
Tel.: 0441/2055484

- **Biodynamisch orientierte Cranioarbeit**

Ausbildung in Craniosacral-Balancing
Heilpraktikeranwärterin

Bewusstseinsschule 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
- Lebens- und Bewusstseinsarbeiterin

Biodanza® in Oldenburg



Lars Ruge
Biodanza®-Leiter
Dipl.-Sozialpädagoge/Sozialarbeiter
Telefon: 0441/9987896
E-Mail: larsruge@gmx.de

Erlebe den Tanz des Lebens!

www.biodanza-in-oldenburg.de

Edelsteine und Geomantie



Elke Lopes
26939 Ovelgönne-Strückhausen
www.kristallheilungszentrum.de
Tel.: 04480/1661

- Ausbildung
- Edelsteine
- TCM – 5 Elemente
- Ernährung

Einrichtungsberatung n. Feng Shui



Julia Bolting, Feng Shui Beraterin
Hermannst. Str.44, 26127 OL
Tel.: 0441/36132457
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
- Supervision
- Lebensberatung

Lichtbahnen-Behandlung



Sabine Büsselmann
Birkenweg 37a, 26203 Tungeln
Tel.: 04407/2735
www.lichtbahnen-therapie-oldenburg.de
• Lichtbahnenbeh. n. Trudi Thali
• Lichtbahnen-Ausbild., -Berat.
• Engel-Seminare, -Readings
• Behandlung für Kinder

Peter Müller-Engelhardt



**Persönlichkeitstrainer
und Lebenslehrer**
• Sinn-Findung
• Lebens-Beratung
• Persönlichkeits-Stärkung
• Einzelberatung u. Seminare
Tel. 0421/47887191
www.peter-mueller-engelhardt.de

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
Tanz- u. Physiotherapeutin
Tel.: 04426/929912
www.tanztherapie-oldenburg.de
• Tanztherapie in Einzel und
Gruppenarbeit
• Jahrestanzfeste
• Orientalischer Tanz
• Arbeit m. Frauen m. EBstörungen

Yoga-Vidya Kooperationszentrum



Hanuman Yogaschule
Michael Büchel
Ostrhauderfehn
Tel.: 04952/942954
• Yogalehrer-ausbildung
• Yoga Mittelkurse
• Yoga mit Power
• Rückenschule und Yoga
ostrhauderfehn@yoga-vidya.de

Kunstatelier Naumann



Ute Ilona Naumann
Dipl. Kunsttherapeutin
Tel.: 0441/7705177
www.kunstatelier-naumann.de
• Kunsttherapie
• künstl. Kurse für Erwachsene
• künstl. Kurse für Kinder
• Kindergeburtstag im Atelier

Psychosomatik



HP Melanie Grabowski
www.ichwerdewasichbin.de
Tel.: 0441/8007574
• Shiatsu • Akupunktur
• Psychophysiognomik
• Schröpfen • Ausleitung
• Trauerbegleitung
• spirituelle Traumdeutung
• GK Hochsensible (HSP)

Reiki und Energetische Aufrichtung



Martina Dombrowski
Schulstr.54g
26180 Rastede/Wahnbek
Tel.: 04402/83186
MartinaDombrowski@gmx.de
• Reiki
• Energet. Wirbelsäulenaufriechung
Anwendung und Ausbildung

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

Marktplatz-Werbung

Hier könnte auch Ihre Marktplatz-Werbung
einen schönen Platz finden!

Wir beraten Sie gern:
Buchhandlung Plaggenborg
Tel.: 0441 - 1 75 43
E-Mail: info@buchhandlung-plaggenborg.de



Anti-Stress-Box (5 CDs)
Entspannen und meditieren -
Anleitungen und Übungen
für jede Lebenslage
Von Doris Kirch
Gesamtlaufzeit: ca. 277 Min.,
Mankau Vlg., 29,95 €

- Autogenes Training • Progressive Muskelentspannung • Geführte Meditationen
- Begleitung auf dem Arbeitsweg • Musikalische Tiefenentspannung

Viele Wege führen zur Gelassenheit - doch nicht jeder ist für jeden und jederzeit gleichermaßen geeignet. Je nach Stimmung und Situation bietet Ihnen diese Box verschiedene Möglichkeiten, um Ihre tägliche Entspannung und Regeneration zu unterstützen. Ein praxisnaher Mix aus bewährten Entspannungsmethoden und sinnlichen Wohlfühlelementen, entwickelt und angeleitet von der Stress-Spezialistin Doris Kirch („Handbuch Stressbewältigung“).

CD 1: Autogenes Training:
Eine sanfte, aber sehr effektive Methode für Menschen, die Ruhe und Stille bevorzugen.

CD 2: Progressive Muskelentspannung nach Jacobson:
Eine dynamische Methode für aktive Menschen, die nicht innerhalb von zwei Sekunden von 100 auf Null herunter-schalten können.

CD 3: Geführte Meditationen:
Ängste überwinden - In der Vielschichtigkeit unserer Psyche gibt es eine Instanz, die sehr viel weiser ist als unser Tagesbewusstsein. Lernen Sie in einer geführten Meditation, mit Hilfe dieser Instanz Ihre Ängste zu überwinden. Kraft schöpfen - Lassen Sie sich zu einem Abend am Strand entführen und tanken Sie in der untergehenden Sonne Kraft für die vor Ihnen liegenden Aufgaben.

CD 4: Begleitung auf dem Arbeitsweg:
Motivation für den Arbeitstag - Gedanken und Übungen für den Weg zur Arbeit, die Sie auf die Anforderungen des Arbeitstags einstimmen. Entspannt nach Hause kommen - Beruhigen Sie Ihre Gedanken und verarbeiten Sie Ihren Tag.

CD 5: Musikalische Tiefenentspannung:
Tauchen Sie mit der Musik in die kraftvolle Tiefe des Meeres ein, um dort mit der Stille Ihrer eigenen Mitte in Berührung zu kommen.

Wichtige Einsatzmöglichkeiten und wertvolle Hintergründe zu den einzelnen Methoden ver-

mittelt das Begleitbuch (ausführliches Booklet).

Doris Kirch (geb. 1961) ist Gründerin und Leiterin des Deutschen Fachzentrums für Stressbewältigung (DFME), Vorsitzende der Deutschen Gesellschaft für Meditationskultur e.V. und Zen-Schülerin seit 1985. Sie gab 1989 ihre betriebswirtschaftliche Tätigkeit im Management auf und arbeitet seitdem als Dozentin und Beraterin/Coach im Gesundheitswesen mit Schwerpunkt Stressbewältigung, Entspannungsverfahren und Meditation. Sie wirkte federführend an einem Zertifizierungssystem für einen verlässlichen Ausbildungs-Qualitätsstandard in dem noch jungen Fachbereich Stressbewältigung mit, aus dessen Kriterien sie später die Basis-Fachausbildung Stressbewältigungs- und Entspannungstherapie® entwickelte. Ihr wertvolles Wissen aus 20 Jahren Berufserfahrung gibt Doris Kirch in der „Anti-Stress-Box“ und in ihrem „Handbuch Stressbewältigung“ wieder, wobei sie besonderen Wert auf hohe Wirksamkeit und praktische Alltagstauglichkeit der Strategien und Methoden legt.



Verlust eines geliebten Menschen

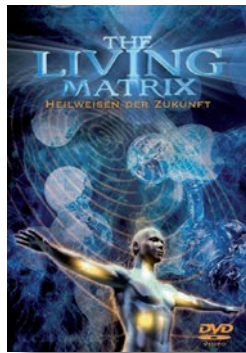
Byron Katie

Kamphausen Tao-Cinemathek

Viele unserer leidvollen Erfahrungen basieren auf unseren Urteilen über andere. „The Work“ nutzt die Urteile, die wir über andere abgeben, für die eigene Selbsterkenntnis mit den vier Fragen: 1. Ist das wahr? 2. Kannst du absolut sicher wissen, dass das wahr ist? 3. Was passiert, wie reagierst du, wenn du diesen Gedanken glaubst? 4. Wer wärst du ohne diesen Gedanken, ohne diese Überzeugung? Darauf folgen mehrere Umkehrungen, bei denen man die Aussage auf sich selbst anwendet. Z.B. kann „Paul versteht mich nicht“ zu „Ich verstehe mich nicht“ umgekehrt werden.

Auf dieser DVD lehrt Byron Katie auf sehr berührende Weise, welche einfache Wahrheit in schmerzlichen Verlusten verborgen liegt. Am Beispiel von drei Menschen, die

um einen Angehörigen trauern, zeigt sie uns, wie The Work funktioniert und wie mit den vier Fragen ein umfassender Perspektivwechsel eingenommen und tiefgehende Heilung möglich werden kann. Eckhart Tolle, Autor von: Jetzt! Die Kraft der Gegenwart: „*The Work von Byron Katie ist ein großer Segen für unseren Planeten. Die Ursache, die all unserem Leiden zugrunde liegt, ist unsere Identifikation mit unseren Gedanken. The Work wirkt wie ein rasierklingscharfes Schwert, das diese Illusion durchtrennt und uns ermöglicht, die zeitlose Essenz unseres Wesens zu erfahren.*“



The Living Matrix-Heilweisen der Zukunft

Lynne McTaggart u.a.

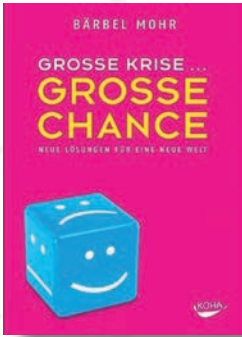
Koha-Verlag

„The Living Matrix“ bietet eine hervorragende Einführung in das Wesen und die Wirksamkeit der bioenergetischen Medizin: Anhand nachgewiesener Forschungsergebnisse wird

gezeigt, dass nicht unsere Gene, sondern Energie und Informationsfelder unsere Physiologie und unsere Biochemie bestimmen. In ihrer Dokumentation mischen der amerikanische Produzent Harry Massey und der kalifornische Filmemacher Greg Becker Interviews mit Experten und Betroffenen, erfolgreiche Fallbeispiele und vertiefende 3-D-Animationen, welche die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse einprägsam veranschaulichen.

Zu den Experten gehören unter anderem Koryphäen der bioenergetischen Medizin wie Peter Fraser, Professor für Akupunktur, und James Oschman, Biophysiker und Spezialist für Bindegewebsforschung, aber auch international bekannte Heiler wie Dr. Eric Pearl und berühmte Grenzgänger der Wissenschaft wie der Biologe Rupert Sheldrake und der Zellbiologe Dr. Bruce Lipton; des Weiteren die Nullpunkt-Spezialistin Lynne McTaggart und der ehemalige Astronaut Dr. Edgar Mitchell.

Entdecken Sie, wie Sie nach den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen die Selbstheilungsfähigkeiten Ihres Körpers aktivieren können. Ihre Vorstellungen von „Gesund-Werden“ und „Gesund-Bleiben“ werden sich nachhaltig verändern.



Große Krise–große Chance

Bärbel Mohr

Koha Vlg., 158 S., 12,95 €

Ein beängstigendes Szenario: Unser Lebensraum Erde droht im menschengeschaffenen Chaos, im Finanzdesaster, Schuldenberg und Kollaps des Gesundheitssystems, im Kampf um fast erschöpfte Ressourcen, in Müllhalden an Land, im Meer, im Weltall zu versinken... Dagegen setzen kreative Menschen die begründete Vision: Die bereits vorliegenden innovativen Lösungen abseits des herrschenden, bankrotten Systems - Lösungen für sämtliche Notlagen der Menschheit - verbreiten sich weltweit wie Lichtfunken. Wir alle sind gefordert, die einmalige Chance wahrzunehmen und unser Leben umzukrempeln. Dass dies keine bittere, mit Zähneknirschen zu erfüllende Schikane, sondern ein schöpferisches, lustvolles, hochinteressantes Abenteuer darstellt, ist garantiert, wenn sich Bärbel Mohr dafür engagiert und die Neugier auf Tausende von Alternativen weckt.



Das Tahiti-Projekt

Dirk Fleck

Piper Tb, 343 S., 8,95 €

Cording, ehemals idealistischer Journalist für eines der großen Magazine, ist müde von den vielen Recherchereisen an die zerstörten Orte der Welt, zu denen mittlerweile im Jahr 2022 auch seine Heimatstadt Hamburg gehört. Die Bäume sind abgeholzt, die Pflanzen gentechnisch verändert, die Innenstadt ist für die Arbeitslosen gesperrt. Als Cording deshalb den Auftrag erhält, in Tahiti über das dortige Projekt eines ökologisch und ethisch vertretbaren alternativen Lebenskonzepts zu berichten, sieht er darin zunächst nichts als eine wohlverdiente Auszeit. Doch schon bald lässt er sich vom Idealismus des jungen Präsidenten Omai anstecken. Nur dass das friedliebende Land der globalen Wirtschaft ein Dorn im Auge ist und Cording schon bald in eine Affäre ungeheuren Ausmaßes hineingezogen wird ...



Klänge aus der Natur

Hannes Heyne

Drachen Vlg., 254 S., 24,80 €

Das Hören ist der eigentliche soziale Sinn. Der Musiker Hannes Heyne spricht daher von akustischer Ökologie, wenn er seine Arbeit mit traditionellen Musikinstrumenten aus aller Welt und selbstgebaute Instrumenten aus allen nur denkbaren Naturmaterialien, wie Steinen, Hölzern oder Schneckenhäusern, beschreibt. Miteinander Musik zu erfinden, die der Natur nahe ist, beschreibt er als heilsame Erfahrung. Sie hebt das Vorurteil auf, jemand sei unmusikalisches, denn jedem Menschen ist es möglich, eigene Rhythmen wie Atem, Puls und Gehen zu entdecken und Instrumente wie Steine, Hölzer oder Metallplatten zu spielen, die kaum vorbelastet sind von Können oder Nichtkönnen. Die Erfahrung des gemeinsamen Improvisierens verbindet mit anderen Menschen und weckt

ungeahnte Potenziale. Mit einfachen Bau- und Spielanleitungen und vielen Beispielen für musikalische Improvisationsspiele.



Mein Zuhause spiegelt mich

Louise Kranawetter

Param-Vlg., 144 S., 14,20 €

Unser äußeres Leben ist ein direktes Spiegelbild unseres inneren Wesens. Alles, was wir im Außen erleben, kann uns wertvolle Hinweise geben, wie wir unser Leben erfüllender gestalten können. Was uns auf die Nerven geht oder krank macht, lässt sich mit der Spiegelgesetz-Methode nach Christa Kössner in vier einfachen Schritten auf schädigende Glaubensmuster zurückführen, die wir meist schon jahrelang mit uns herumtragen, ohne uns ihrer bewusst zu sein. Dieses Buch zeigt Ihnen anhand einfacher Beispiele, wie Sie Ihr Zuhause aufmerksam und unvoreingenommen

betrachten können, um alles, was Sie daran ärgert oder womit Sie unzufrieden sind, in wertvolle Geschenke zu verwandeln. Dadurch erkennen Sie ganz leicht die dahinter liegenden destruktiven Denkmuster und können sie durch kraftvolle, aufbauende ersetzen, damit Sie endlich das Leben leben können, das Ihrem Wesen wirklich entspricht.



Die Göttin im Federkleid

Luisa Francia

Nymphenburger Vlg., 212 S., 17,95 €

Spurensuche nach unseren weiblichen Wurzeln: Wie lebten die Frauen bei Kelten und Germanen? Göttinnen, weise Frauen, Seherinnen gab es auch in unserem Kulturraum. Luisa Francia beschreibt das weibliche Universum bei Kelten und Germanen. Wie haben die Frauen gelebt, was war ihnen heilig, welche Rituale feierten sie? Wir begegnen Göttinnen, Landesmüttern und Schicksalsspinnerinnen, wir

tauchen ein in die dunklen Wälder, in ein spirituelles Verbundensein mit der Natur und kommen so wieder in Kontakt mit unserer weiblichen Urkraft. Luisa Francia ist Schriftstellerin, Künstlerin, Zauberkundige, Reisende, hat eine erwachsene Tochter, spricht fünf Sprachen und hat über zwanzig Bücher veröffentlicht, von denen einige Bestseller wurden. Sie beschäftigt sich zur Zeit am liebsten mit Stadtritualen und der Wiederverzauberung der Welt.



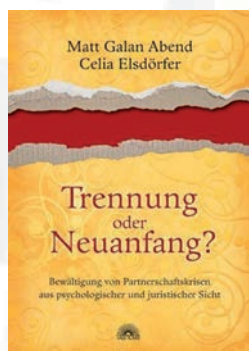
Maria Magdalena - Jetzt rede ich!

Ammon, Eva-Maria; Myriam von Magdala

Smaragd Vlg., 421 S., 25,- €

Noch ein Buch über oder von Maria Magdalena? Gibt es nicht bereits genügend davon? Ja! Es gibt mehr als genug davon. Und: Nein! Dieses hier fehlt noch, denn hier schreibt Maria Magdalena selbst ihre ganz eigene Geschichte. „Wer bin ich?“ So beginnt die Geschichte von

Maria Magdalena. Hier kann man sie ganz neu erfahren, als die große Göttin, Ehefrau, Lehrerin und Mutter, die sie in Wahrheit war, ist und bleiben wird. Magdalena schildert detailliert ihr Leben und Sein mit Jeshua. Ihr Lieben, ihren Zorn, aber auch ihr Leiden. Schonungslos offen und ehrlich betrachtet sie ihr Leben und Sein als Maria Magdalena, damit jede Frau, doch auch jeder Mann, der sich der weiblichen Kraft öffnet, Heilung tief in sich selbst finden kann. Eva-Maria Ammon arbeitet seit mehr als 20 Jahren mit den Meisterebenen und gibt die Informationen in ihren Büchern und im Internet gerne an die Menschheit weiter.



Trennung oder Neuanfang

Matt Galan Abend/ Celia Elsdörfer

Vianova Vlg., 156 S., 14,90 €

Die beiden Autoren Matt Galan Abend (Psychologe) und Celia Elsdörfer (Rechtsanwältin) behandeln die psychologische und die juristische Seite

einer Problematik, in die heutzutage immer mehr Menschen verstrickt sind. Das, was einmal als Glück empfunden wurde, entwickelt sich nicht selten zu leidvollem Unglück, und unschuldige Kinder leiden meist mit.

Dieses Buch zeigt genau auf, auf welchem Boden sich solche Problematiken entwickeln, welche Fehler gemacht werden, wie solche Fehler zu vermeiden sind, was dabei unsere Lernaufgabe ist und was wir selbst dann noch tun können, wenn das Kind schon in den Brunnen gefallen zu sein scheint.

Menschen, die in problematischen Partnerschaften leben, die vielleicht schon vor der Frage des Aufgebens stehen, erhalten hier fundierte Antworten, die aus täglicher Praxis und eigener Lebenserfahrung entstanden sind und nicht nur irgendwelchen Theorien folgen.



Oscar

Die Geschichte eines ganz besonderen Katers

Dr. David Dosa

Droemer Vlg., 255 S., 16,95 €

Wenn sich Oscar, der Stationskater, zu einem Patienten auf das Bett legt, dann wissen Doktor Dosa und die Schwestern des Pflegeheims, dass es so weit ist. Denn Oscar spürt, wann ein Mensch sterben wird. Schnurrend schmiegt er sich an ihn- und bleibt bis zum letzten Atemzug. Oscar gibt Sterbenden, was ihnen von den Menschen oft verwehrt wird: tröstenden Beistand am Lebensende. In unserer Gesellschaft, die das Alter und den Tod tabuisiert, liefert uns Oscar ein anrührendes Beispiel für liebevolle Sterbebegleitung, für die Möglichkeit, die Einsamkeit des Todes aufzuheben und in Würde friedlich aus dem Leben zu scheiden.

„Wenn wir sterben, zählt allein die Wärme, die uns begleitet.“

David Dosa ist Juniorprofessor an der Warren Alpert Medical School der Brown University in Providence, Rhode Island, und praktiziert als Geriater. Neben etlichen Fachpublikationen hat er im Juli 2007 im New England Journal of Medicine einen Artikel über den Kater Oscar veröffentlicht, der in den internationalen Medien große Beachtung fand. Dr. Dosa lebt mit seiner Frau und zwei Kindern in Providence, Rhode Island.

Akupunktur

Martina Klisch – chin. Medizin, Akupunktur, Shiatsu, Heilpraktikerausbildung. Tel. 04482-565.

Ayurveda

Trad. Ayurveda, seit 35 Jahren, Indien, Arzt, Familientrad. Indiv. Kuren, Reisen, Ausbild. Tel. 07222-29201, Fax 398377.

Energiearbeit

Praxis f. ganzheitliche Energiearbeit u. Schule f. Taiji, Qigong u. ganzheitl. Energiearbeit, Beate Korfe, OL 570 32 39.

Familienaufstellung

HP Antje Jaruschewski, Metzgerstr. 10, 26121 OL, Tel. 0441-9736194, e-mail: praxis@jaruschewski.com.

Familienstellen und Supervision. Anke Svaha Schöpfer, 04433-968940, 0173-2468174.

Heilpraktiker

Wirbelsäulentherapie n. Dorn/Breuß, Osteopathie, Atem-Stimm-Körperarbeit. Gisela Richter HPn, OL, Tel. 0441-82591.

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, 04404-9599955.

Kinesiologie

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

Kinesiologische Partnerberatung mit Aufstellungselementen. W. Menke, HP, 0441-9620450.

Wer macht was?

Der kleine Branchenführer zum schnellen Nachschlagen

Klangmassage

Wohlfühlen und Entspannen. Klangmassage mit Johannes bewirkt tiefe Entspannung. Hauptstr. 66, OL; Tel. OL 36164502.

Klassische Homöopathie

Praxis, Arbeitskreis, Intensivseminare und Arznei-Verreibung. Axel Thyarks, Schubertstr. 3, OL, 0441-16117, Fax 16118.

HP Antje Jaruschewski, Metzgerstr. 10, 26121 OL, Tel. 0441-9736194, e-mail: praxis@jaruschewski.com.

HP Maren Hauburger – Schwerpunkt Kinderheilkunde - Bloherfelder Str. 82 (Oldenburger Hebammenpraxis) OL 4086253.

HP Dr. Nicola Hassold-Piezunka, Praxis für Klass. Homöopathie, Dorfwinkel 19, Tungeln, Tel. 04407-715638.

Kreatives Schreiben

Kreatives Schreiben für Kinder und Erwachsene, Buchbinden, Förderkurse: Oldenburger Schreibwerkstatt 0441-51944.

Kunsttherapie

Kunst & Therapie Male dich frei – erkenne d. Potenziale d. künstl. Arbeit im ZWISCHEN-RAUM, Heiligungseinstztr. T. 9694166.

Meditation

Meditation auf das innere Licht und den inneren Ton nach dem Weg des Sant Mat, Info: 04246-964492. (Tel. ist neu, Peter)

Metabolic Typing

Die optimale Ernährung für Ihren individuellen Stoffwechseltyp. Informationen bei Tonja Hauser, Tel. 0441-8096118.

Pendeln

Pendeln, Kartenlegen, Orakel-deutung, Steinheilkunde – auch per Hausbesuch. Vika Meyer, OL, Tel. 0176-51310959.

Primärtherapie

Lebendig Fühlen - Vollständiges Fühlen beendet d. Leiden; Primärtherapie jetzt in Bremen. Gabriela Luft, 0421-79474144.

Reiki

Aus dem Herzen durch die Hände. Reiki seit 1987! Erfahrene Reiki-Meisterin-Lehrerin Ursula Schoenfelder, Tel: 0441-36145020.

Schamanismus

Schamanisches Heilen - Einzel- u. Gruppenarbeit, jetzt in Bremen. Gabriela Luft, 0421-79474144.

Tantra

Monika Entmayr & Reiner Kamin-ski. Workshops für Paare, Paarberatung. Tel. 04435-916868, info@liebeskul-tur.de.

Tanztherapie

Tanztherapie in Einzel- und Gruppenarbeit für Frauen und Männer. Orientalischer Tanz. G. Janz, Tel. 04426-929912.

Tierkommunikation

Tierkommunikation was Ihr Tier fühlt-Tel.: 04481-1845 od. 0173-8288624 (siehe auch bei: „Wer-Wie-Was im Internet“).

Traditionelle Thai-Massage

Trad. Thai-Massage und Chinesische Medizin. HP Maiké Splithöfer, Tel. 0441-2049540 o. 0176-20908655.

Trommeln

Trommeln mit Leib & Seele. Einzel- und Gruppenunterricht. Barbara Renken, Rhythmuspädagogin, Tel. 0441-82785.

Yoga

Wege zur Lebensfreude. Kurse, Seminare, Bewußtseinsschulung. Renate Reemts, HP, Tel. 0441-9620450.



Praxisgemeinschaft Reemts & Menke Renfried Seminare

Yoga der Energiezentren/Chakren

Termin: Samstag
17.04.2010
14.00-18.00 Uhr

R.E.S.E.T. – energetische Kiefergelenksbalance

Termin: Samstag
19.06.2010
10.00-18.00 Uhr

Anmeldung & Information:

Renfried Seminare
Jürnweg 4b

26215 Wiefelstede/Metjendorf
Tel. **0441/ 96 20 452**
Fax **0441/ 96 20 451**
www.renfried.de

Termine

**Viele weitere Termine unter
www.lebenskunst-weser-ems.de**

Freitag 2.4.2010

Sampoorna Yoga Probestunde gratis im Haus Weskampstr. 28. Jeden Fr. 17-18.30. Bernhard Dökel, Tel. 04408-806669.

Mittwoch 7.4.2010

Info- Abend AURA-SOMA®: ein Einblick i. d. einmalige Farb-Pflege-System aus England, 19.30h, Regina Bauer, Anm. OL 82118.

Samstag 10.4.2010

20-23.30 Uhr: Das Leben ist ein Fest – Eine Tanznacht der Weltmusik, ISIS, 0441-592328.

Dienstag 13.4.2010

Das Geheimnis der Seele, 20h, Intern. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Fritz-Bock-Str. 3, 26121 OL, www.rosenkreuz.de.

Ganzheitliches Gedächtnisstraining für Kinder – kostenloser Infoabend, Marschweg 123, Oldenburg, Info und Anmeldung: 01522/6092253

Freitag 23.4.2010

Was Tiere uns bedeuten. Der Weg zu einem neuen Verständnis. Spiritueller Vortrag, kostenlos, OL, 19:30h, 04246-964492.

Sonntag 25.4.2010

18-19.30 Uhr: Energietanz für Frauen und Männer, Tanze mit Liebe, Lust und Leidenschaft ... ISIS, 0441-592328.

Dienstag 27.4.2010

Der tiefe Sinn des Lebens, 20h, Intern. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Fritz-Bock-Str. 3, 26121 OL, www.rosenkreuz.de.

Dienstag 4.5.2010

Geheime Botschaft im Märchen, 20h, Intern. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Fritz-Bock-Str. 3, OL, www.rosenkreuz.de.

Mittwoch 5.5.2010

Info- Abend AURA-SOMA®: ein Einblick i. d. einmalige Farb-Pflege-System aus England, 19.30h, Regina Bauer, Anm. OL 82118.

Dienstag 11.5.2010

NEU: Auradiagnose und Auraheilung mit Ralf-Marien Engelbarts in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, OL, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Mittwoch 12.5.2010

Bowtech® – Sanfte Griffe zum Anregen der Selbstheilungskräfte. Vortrag mit Steffi Wahlen am Mittwoch, 12.5.2010 um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Freitag 14.5.2010

18-20.30 Uhr: Die Göttin in Dir – die Kraft und Schönheit des Weiblichen, ISIS, Tel. 0441-592328.

Sonntag 16.5.2010

Gartenfest Alo ola pono Centrum: 14-19 Uhr, Breslauer Str. 72. MatrixEnergetics-Präsentation, Lomifilm, EMX-Keramiskulpturen.

Donnerstag 20.5.2010

Schamanisches Heilen: Das Medizinrad. Vortrag mit Wolf Ondruschka um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Mittwoch 26.5.2010

Faszination „Gedankenautobahn“: Buchvorstellung und Vortrag von Stefanie Eichler um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Sonntag 30.5.2010

18.19.30 Uhr: Energietanz für Frauen und Männer, Tanze mit Liebe, Lust und Leidenschaft ... ISIS, 0441-592328.

Mittwoch 2.6.2010

Reiki, der Kaiser und die Fünf Lebensregeln. Vortrag von Ulrich Martitz um 20.00 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Mittwoch 9.6.2010

Geld und Psyche. Vortrag mit Ulrike Müller um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Mittwoch 16.6.2010

Die besondere Veranstaltung: Segeln im Sturm - Emotion als Weisheitslehrerin. Vortrag und Kurzworkshop mit Sylvia Kolk, 19 - ca. 22 Uhr in der Stadtbibliothek Oldenburg, Peterstr. 3. Info und Vorverkauf: Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr. 1, 26122 OL, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

Sonntag 20.6.2010

16-18.30 Uhr: Sommersonnenwendfest – Wir feiern die Kraft der roten Sonne. ISIS, Tel. 0441-592328.

Mittwoch 23.6.2010

Sampoorna Yoga – das Yoga der Fülle. Ein praktischer Vortrag von Bernhard Dökel um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

Info- Abend AURA-SOMA®: ein Einblick i. d. einmalige Farb-Pflege-System aus England, 19.30h, Regina Bauer, Anm. OL 82118.

Regelmäßige Termine

montags

Meditation auf das innere Licht und den inneren Klang nach dem Weg des Sant Mat, Information und Film, 19:15 Uhr, Kanalstr. 4, Info: 04246-964492 und www.santmat.de.

dienstags

Offener Rhythmuskreis um 19.30h Umwelthaus, PFL. Rhythmus als meditative Kraft erleben. Barbara Renken, Tel. 0441-82785.

Meditationsgruppe: mit den Aufgestiegenen Meistern meditieren. Jeden 1. Dienstag im Monat. Bitte anmelden: Sabine Chanuria Rein-ker, 0441-3404830.

Wege zur Wahrheit – spirituelle Themenabende. Beginn 20 Uhr. Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Fritz-Bock-Str. 3, Oldenburg, www.rosenkreuz.de .

Ab 13.4.: Yoga in der Gruppe, Entspannung und Atem-Achtsamkeit, 19-20.30h. Bitte anmelden: Regina Bauer, Tel. OL 82118 o. bauer.regina@t-online.de.

Kundalini Meditation nach Osho, 18 Uhr, Yoga Vidya Zentrum OL. Anmeld. und Info: Uwe-Purnima Breitkopf, OL 94919107.



Wohnen und Reiten

Islandhof
SPIEKEROOG

In der Zeit vom 12.-30.04.2010 und vom 26.09.-09.10.2010 sind noch mehrere Wohnungen in meinem Gästehaus frei. Vielleicht mögen Sie einen Kurs in meinem Haus halten – mit oder ohne Reiten. Oder Sie kommen um eine Pause am Meer zu machen. Es gibt die Möglichkeit mit mir Einzelarbeit nach Rhea Powers zu erleben. Ich freue mich über einen Anruf.

Frauke Strothmann · Up de Höcht 5 · 26474 Spiekeroog
04976-219 · www.islandhof-spiekeroog.de

Gedächtnistraining mit allen Sinnen für Erwachsene/Kinder. Infos u. Anmeldung: Gabi Tapken, OL 5703239 o. 01522-6092253.

mittwochs

Jeden Mittwoch AURA-SOMA® Verkauf, von 13 bis 18h geöffnet, Regina Bauer, Bürgereschstr. 27, OL. Tel. 0441-82118.

Biodanza: Tanz-Musik-Begegnung, Tanzraum der Waldorfschule - Blumenhof 9, 20h, Xandra Vogelsang 04408-809732; www.biodanza-oldenburg.de. Jeden 2. Mi. im Monat Offener Abend.

Meditationskreis „Den Herausforderungen des Lebens begegnen und mit ihnen umgehen“. Ort: Seminarraum in Oldenburger Innenstadt. Infos und Anmeldung: 0178-6879370.

donnerstags

Kinesiologische Aufstellungsarbeit in kleinen Gruppen 1x im Monat donnerstags von 19-22 Uhr. W. Menke, OL 9620450.

freitags

Sampoorna Yoga Probestunde gratis im Haus Weskampstr. 28. Jeden Fr. 17-18.30. Bernhard Dökel, Tel. 04408-806669 o. 0151-58155303.

Vorträge

21.4. **Die besondere Veranstaltung:** Ortsenergien wahrnehmen – Veranstaltung mit Theresia de Jong um 18.00 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, danach im Schlossgarten. Info und Vorverkauf: Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr. 1, 26122 OL, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

12.5. Bowtech® – Sanfte Griffe zum Anregen der Selbstheilungskräfte. Vortrag mit Steffi

Wahlen am Mittwoch, 12.5.2010 um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstrasse 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

20.5. Schamanisches Heilen: Das Medizinrad. Vortrag mit Wolf Ondruschka um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

26.5. Faszination „Gedankenautobahn“: Buchvorstellung und Vortrag von Stefanie Eichler um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

2.6. Reiki, der Kaiser und die Fünf Lebensregeln. Vortrag von Ulrich Martitz um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

9.6. Geld und Psyche. Vortrag mit Ulrike Müller um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

23.6. Sampoorna Yoga – das Yoga der Fülle. Ein praktischer Vortrag von Bernhard Dökel um 20 Uhr in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, Oldenburg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden

24.6. Vortrag homöopath. Arzneimittelbilder: „Baumwolle, Granatum, Granit“. Offen für Alle. Praxis A. Thyarks, Schubertstr3, OL, 17:30-20 Uhr, Eintritt frei, bitte telef. anmelden: 0441-16117.

Seminare

10. und 11.4.: Der klingende Lebensbaum, mit den AURA-SOMA®-Farben; ein Hinfinden in die eigenen Farbklänge. 10-17h bzw. 16h, Ausgleich 120,- €. Anm. OL-82118, oder bauer.regina@t-online.de.

17.4. / 1.5. / 29.5.: Die Mitte wieder finden-Stressmanagement Workshop mit Lamas & Alpakas auf dem Camelidenhof in Varel, www.DelfinederWeide.de, 04456-9482233.

23.-25.4.: Lebendig Fühlen – integrativ-primärtherapeutische Arbeit in kl. Gruppe: Vergangenheit, Kindheit, frühe Kindheit, Geburt u. vorgeburtl. Zeit klären u. integrieren. Kosten: 190,- €. Info: Gabriela Luft, 0421-79474144, www.primaertherapie-luft.de.

24.4.: Tages-Seminar: Die Erzengel Serie in AURA-SOMA® erforschen; ein Tag mit den Engeln im Zeitaspekt. 10-17h, Ausgleich 60,- €, Anm. 0441-82118, oder bauer.regina@t-online.de.

24./25.4.: Kreativität in Alltag und Beruf – ein Seminar mit Peter Jaruschewski über Kreativität und Intuition. Infos bei Peter Jaruschewski, Lagerstr.62, 26125 Oldbg., Tel.: 0441-9736160, E-Mail: agentur@jaruschewski.com

25.4. Tages-Seminar: Farbe bekennen... mit AURA-SOMA®. Erfahre dich in den gewählten Farb- und Duft-Essenzen. 10-17h, Ausgleich 60,- €, Anm. 0441-82118, oder bauer.regina@t-online.de.

1. und 2.5.: Seminar: Die Meister-Alchemisten erforschen, zwei Serien treffen sich zur Meisterschaft der eigenen Farben... 10-17h bzw. 16h, Ausgleich 120,-

€ . Anm. 0441-82118, oder bauer.regina@t-online.de.

4.5../ 11.5./ 18.5../ 25.5. Selbsthilfekurs I Jin Shin Jyutsu® IST. 4x dienstags 19:30 Uhr inkl. Buch 120,- € in OL, Bergstr.1. Anmeldung Heidi Richter 0441-36142 836.

11.5. NEU: Auradiagnose und Auroheilung mit Ralf-Marien Engelbarts in der Buchhandlung Plaggenborg, Bergstraße 1, OL, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de. Bitte anmelden.

12.-13.6. Grundkurs Pranaheilung. Entfernen von Blockaden und Stauungen in der Aura. Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Tel. 04481-928002. T. Meier, HP.

16.6. **Die besondere Veranstaltung:** Segeln im Sturm - Emotion als Weisheitslehrerin. Vortrag und Kurzworkshop mit Sylvia Kolk, 19 - ca. 22 Uhr in der Stadtbibliothek Oldenburg, Peterstr. 3. Info und Vorverkauf: Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr. 1, 26122 OL, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

24.7.-1.8.: Sommercamp im Lebensgarten Steyerberg. Gemeinsam Vielfalt erleben. Workshops, Meditationen und Rituale/ Kinderbetreuung. 390,- € inkl. Bio-Vollwertkost. Näheres und Anmeldung: 05764-942961; www.lebensgarten-sommercamp.de.

Ausbildung

Yoga Lehrerausbildung 2010-11: in vier Grundkursen, acht Wochenenden und zwei Intensivwochenenden die Grundlagen des Unterrichtens lernen und einen tieferen Zugang zu sich selbst und zur „Welt des Yoga“ finden. Info und Anmeldung: 7.5., 19 h im Shendao, Mathildenstr. 17, 28203 Bremen; Kundalini Yoga

Lehrerausbildung, 3HO e.V., Dr. Anand Martina Seitz, Hollerstr. 14, 28203 Bremen, Tel. 0421-79 031 986, www.AnandNivas.de .

Reisen

Neueröffnung: Ayurvedisches Kurkloster/ Indien, Preisspecials bis Okt 2010, Kuren, Reisen, Ausbildung. www.globalveda.de, 07222-29201.

17.-31.7.: 14. Sommercamp auf Kreta! Sonne & Meer, Tanz, Meditation, Atemarbeit, Herz & Gemeinschaft; T. 0421-77795, www.cc-lebenskunst.de.

Schamanische Reise nach Mexiko im Oktober 2010 mit spiritueller-therapeutischer Begleitung in kl. Gruppe. Info: Gabriela Luft: 0421-79474144, www.primaetherapie-luft.de.

Wohnen/ Räume

Plaggenborgs Beratungsstube (14 m²) kann stunden- und tageweise gemietet werden. Informationen bei Buchhandlung Plaggenborg, Bergstr. 1, 26122 Oldbg., Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

Schöne und lichtvolle Gruppenräume (22, 26, 30 und 70 m²) mit 2 Teeküchen für Gruppen, Seminare und Einzeltherapie. Haus Weskampstraße-Zentrum für Selbsterfahrung, Meditation und Therapie. www.haus-weskampstrasse.de. Tel. 0441-85315.

Nebenraum zu vermieten, ca. 40m² (ggf. teilbar in 2 Räume), in neu eröffnungem, modernem Sampoorna Yoga Zentrum, Zeughausstr. 70-72, Oldenburg ab 1.08.2010 für Kinesiologie, Osteopathie, Physiotherapie, Heilpraktiker, Energie-Arbeit, Massage oder ähnliches zu vermieten. Tel. 04408-806669 oder 0151-58155303, www.sampoorna-yoga-oldenburg.de.

Schöne Praxis-/ Seminarraum in Top Lage Nähe Pferdemarkt tageweise und WE zu vermieten. Info: 04456-9482233.

An& Verkauf

Internet-Shop der Buchhandlung Plaggenborg. Besuchen Sie unseren Laden im Internet: alle Bücher unseres Sortiments, alle anderen Artikel – wie CDs, DVDs, Räucherwaren, Schmuck, Engel (-Karten), Essenzen, Feng Shui-Zubehör, Meditationskissen u.v.m. sowie ca. 450 000 Buchtitel über unseren Großhändler alles zum Bestellen von Zuhause aus. www.buchhandlung-plaggenborg.de . Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Buchfänger Gebrauchthandel f. Sachbücher u. Taschenromane. OL, Donnerschweer Str.12, www.buchfaenger.de. OL 2488469.

Kontakte

Suche Kontakt zu Gleichgesinnten der psychosomatischen Kliniken Bad Herrenalb und Rastede, die bei sich das Bedürfnis verspüren ihre Seele, Gemeinschaft, sowie die liebevollen Eindrücke neu zu beleben. Tel. 0162-6081414.

Bushido Sportschule Oldenburg

Melkbrink 13 • 26121 OL
Telefon: 0441 - 85726



Eröffnungsfeier am 7. – 8. August 2010 in der Zeughausstraße 70/72

Sampoorna Yoga Zentrum Oldenburg

Shri Yogi Hari



Cristina Arrieta



04408 / 80 66 69

www.sampoorna-yoga-oldenburg.de

Kurse von den Krankenkassen unterstützt!

Info-Vorträge: 17.06. PFL & 23.06. Plaggenborg

Weitere Informationen: Seite 7-8 in diesem Heft