

# gesund & glücklich

Magazin für Körper, Geist & Seele

11. Jahrgang – Nr. 22 – Herbst 2019 / Winter 2020

gratis

## Reinhard Stengel Entfessele dein Potenzial



**Pascal Voggenhuber** ←  
„Enjoy this life“

**Dr. Akuma Saningong** ←  
Epigenetik – Wie Umwelt und Verhalten  
Gene steuern

**Annemarie Herzog** ←  
Räuchern –  
Nahrung für die Seele

**Prof. Dr. h. c.** ←  
**Christos Drossinakis**  
Geistiges Heilen –  
Therapie ohne Grenzen

**Thomas Young** ←  
Tough Love of a Teacher

gesund & glücklich

**19. Messe für Körper,  
Geist & Seele**

**15. bis 17. Nov. 2019  
Messe Klagenfurt**

**Infos Seiten 5 bis 11**



RÄUCHERMANUFAKTUR  
Annemarie Herzog



Altes Wissen  
heimische Kräuter  
echte Handarbeit  
[www.malusa.at](http://www.malusa.at)

Achanta Räuchermanufaktur und Annemarie Herzog stehen für

## Bücher Räucher

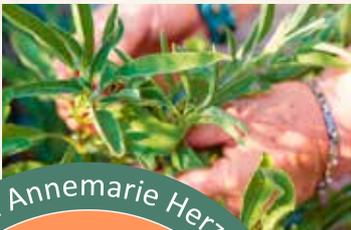
„In meinen Büchern finden Sie einen einfachen Zugang zum europäischen Räucherwissen. Ich erkläre Ihnen in einfachen Schritten, wie Sie selbst Ihre Wohnräume säubern, ihrem Körper, der Seele und dem Geist etwas gutes Tun, oder wie Sie Ihren vierbeinigen Freunden helfen können.“

### Alles aus einer Hand

„Mir ist es besonders wichtig, das mir von meiner Großmutter übertragene Wissen zum einfachen Umgang mit den verschiedenen Räucheranwendungen weiter zu geben. Altes Wissen bleibt somit erhalten.“

## Werke Räucher

„Meine Räucherwerke werden von hand geerntet, geschnitten und luftgetrocknet. Alle Räucherwerke werden nach alten Rezepturen von mir gemischt. Ich lege besonderen Wert auf reine, unbehandelte Zutaten.“



Bücher von Annemarie Herzog  
Bücher zu allen Achanta Räucherthemen im Online-Shop und Fachhandel

Handarbeit

KONTAKT UND INFORMATIONEN:  
ACHANTA Räuchermanufaktur - Annemarie Herzog  
[www.malusa.at](http://www.malusa.at) – [annemarie.herzog@chello.at](mailto:annemarie.herzog@chello.at)

Bezugsquellen: Im Shop unter [www.malusa.at](http://www.malusa.at) oder in den Verkaufsstellen (siehe Landkarte im Shop)

Anfragen zu Vorträgen, Workshops und Seminaren:  
[annemarie.herzog@chello.at](mailto:annemarie.herzog@chello.at)





Liebe Leserin,  
lieber Leser!

Auf den Profilseiten von vielen Nutzern auf Facebook, Twitter & Co. schreiben sog. „Freunde“ regelrechte Hasstiraden gegen alles, was anders ist als deren meist rechtsradikales Weltbild. Es wird diffamiert, bloßgestellt und verächtlich gemacht sowie gemoppt. Deren Hass richtet sich gegen Schwule, gegen diversgeschlechtliche Menschen, gegen „Linksgrüne“, gegen Moslems, gegen Ausländer u. v. a. m. In ihrer Wortwahl sind sie nicht zimperlich: „entsprungene Ausgeburten“, „die Ratten kriechen aus ihren Löchern“, „linkes Geschmeiß“, „exhibitionistische Scheiße von Christopher Street“ sind nur ein kleiner Ausschnitt menschenverachtender Terminologien, die sehr stark an die Zeiten des Faschismus erinnern.

Mich stört vehement, dass es viele Nutzer gibt, die solche Äußerungen auf ihren Profilseiten belassen, also nicht löschen. Diese Ausführungen haben nicht nur auf spirituellen, sondern auf den Profilseiten aller Nutzer nichts, aber auch gar nichts zu suchen. Ich sage: Auseinandersetzung ja, aber auf einem Niveau, das geprägt ist von Respekt und Achtung des Andersdenkenden, ohne dass jemand bzw. eine Personengruppe beim Diskurs verächtlich gemacht wird.

Die hasserfüllten Worte von manch einem Zeitgenossen, wie ich sie oben geschildert habe, entsprechen in keiner Weise dem spirituellen, aber zum Beispiel auch dem christlichen, dem jüdischen und dem moslimischen Weltbild, die alle Liebe und Achtsamkeit predigen. Letztlich haben wir alle denselben Gott. Und zu Recht sagte die Bürgermeisterin Lianne Dalziel nach dem Terroranschlag in ihrer Stadt Christchurch (Neuseeland) vom März dieses Jahres auf zwei Moscheen vollkommen zu Recht: „We are one“, wir sind eins. Wie wahr, sind wir doch alle Gotteskinder, wo auch immer auf dieser Welt.

Ich wünsche Ihnen an dieser Stelle zum 22. Male eine angenehme Leselektüre.

Rolf Bickelhaupt & das Magazin-Team



**GEFÄLLT  
MIR NICHT**

GRAFIK: TIM RECKMANN/PIXELIO.DE

## IMPRESSUM

**Medieninhaber, Herausgeber, Gesamtherstellung & Verlag:** Verein „gesund & glücklich“, Sitz Klagenfurt am Wörthersee. **Chefredakteur:** Dipl.-Verw. (FH) Rolf Bickelhaupt. **Redaktion und Mitarbeiter dieser Ausgabe:** Petra Beier (DE-Oldenburg), Tanja Draxler (AT-Knittelfeld), Sabrina Dengel (AT-Nüziders), Prof. Dr. h. c. Christos Drossinakis (DE-Frankfurt/Main), Caroline Ebert (DE-Töging am Inn), Bettina Maria Haller (AT-Marchegg), Dipl. FW Annemarie Herzog (AT-Klagenfurt), Ing. Thomas Kail (AT-Bodensdorf), Wolfgang Maiworm (DE-Kelkheim), Lara Marie Obermaier (DE-Achberg/Bodensee), Helena Paulus (DE-Bad Dürkheim), Sabine Reinelt (DE-München), Jeanne Ruland (DE-Darmstadt), Dr. Akuma Saningong (DE-Hamburg), Heidi Schirner (DE-Darmstadt), Barbara Simonsohn (DE-Hamburg), Lara Weigmann (DE-Glashütten im Taunus), Katrin Weise (DE-Bad Dürkheim). **Redaktionskontakt:** gesund & glücklich, Redaktion, Sittersdorf 34, A-9133 Sittersdorf, Tel. +43 (0)664 7376 5521, redaktion@gesund-und-gluecklich.at. **Grafik:** einklangmedia.de (DE-Hamburg). **Medienberatung Österreich:** Annemarie Herzog, AT-Klagenfurt, Tel. +43 (0)664 7376 5524, oesterreich@gesund-und-gluecklich.at. **Medienberatung Deutschland:** Sabine Reinelt, DE-München, Tel. +49 (0)89 1709 5400, deutschland@gesund-und-gluecklich.at. **Medienberatung Slowenien/Kroatien:** Martina Verčkovnik, SLO-Slovenj Gradec, Tel. +386 (0)51 328 698, slovenija@gesund-und-gluecklich.at. **Rechte:** Alle Rechte, auch die Übernahme von Beiträgen gem. § 44 Abs. 1 und 2 Urheberrechtsgesetz, sind vorbehalten. **Titelfoto:** K.K.

Sie möchten das Magazin „gesund & glücklich“ kostenlos auslegen:

Kontaktieren Sie uns: info@gesund-und-gluecklich.at oder Tel. +43 (0)664 7376 5521



**Ölmühle Im Steinkreis Scheidegg**  
A: Zollstraße 6 – D-88175 Scheidegg  
T: +49 (0)172 6247971  
E: annette.gruebnaeu@gmail.com  
I: www.im-steinkreis-scheidegg.de

## Herzlich Willkommen in der Ölmühle Im Steinkreis Scheidegg!

Besuchen Sie unsere Ölmühle und genießen dabei den wunderbaren Geschmack unserer wertvollen, naturbelassenen Bio-Rohkost-Öle zum Nutzen Ihrer Gesundheit! Jeden Donnerstag können Sie bei der Produktion dabei sein und ausgiebig unsere Feinkostprodukte probieren. Melden Sie sich gerne auch als Gruppe an.



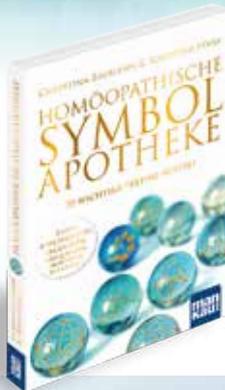
**Öffnungszeiten** Mo.–Fr. 10.00–12.30 Uhr & 14.30–18.00 Uhr Sa. 10.00–12.30 Uhr

# NEU IM BUCHHANDEL!

www.mankau-verlag.de



Dr. med. Joel K. Kahn  
**Das gesunde Herz**  
 Wie Sie Herzerkrankungen trotz beruflicher Belastung vermeiden  
 174 Seiten  
 14,95 € (D) / 15,40 € (A)  
 ISBN 978-3-86374-529-5



Christina Baumann  
 Roswitha Stark  
**Homöopathische Symbolapotheke.**  
**70 wichtige „Kleine Mittel“**  
 Mit beiliegendem A2-Plakat  
 221 Seiten  
 19,90 € (D) / 20,50 € (A)  
 ISBN 978-3-86374-525-7



Annemarie Zobernig  
**Räuchern für die Seele.**  
**Kompakt-Ratgeber**  
 Energien reinigen, harmonisieren und stärken.  
 Zeitgemäß räuchern für Mensch, Tier und Haus  
 159 Seiten  
 9,99 € (D) / 10,30 € (A)  
 ISBN 978-3-86374-535-6

Bücher, die den Horizont erweitern



## Aus dem INHALT

### BRAUCHTUM & ALTES WISSEN

**Annemarie Herzog** 19  
 Räuchern – Nahrung für die Seelen

### GEIST & BEWUSSTSEIN

**Dr. Akuma Saningong** 22  
 Epigenetik – Wie Umwelt und Verhalten Gene steuern

**Prof. Dr. h. c. Christos Drossinakis & Bettina Maria Haller** 25  
 Geistiges Heilen – Therapie ohne Grenzen?

**Wolfgang Maiworm & Lara Weigmann** 28  
 Wir heilen unser verletztes inneres Kind ... wir wachsen.  
 Familienstellen mit Sophie Hellinger live in Peking

**Thomas Young** 32  
 Tough Love of a Teacher – Sind wir bereit für die Herzlehren

### GEIST & BEWUSSTSEIN

**Reinhard Stengel** 36  
 Entfesse dein Potential

### LEBENSILF

**Pascal Voggenhuber** 39  
 Enjoy this Life

**Tanja Draxler** 53  
 Kraftvoll und authentisch Frau sein

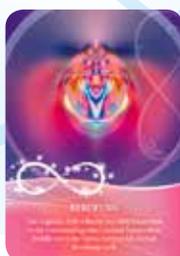
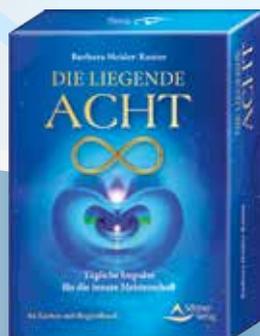
### ISS DICH ... GESUND & GLÜCKLICH

**Jeanne Ruland, Sabrina Dengel & Diana Holzschuster** 66  
 Lecker Kochen mit den Naturgeistern

### KUNST & KULTUR

**Bettina & Tino Mosca-Schütz** 73  
 Zauberhafte Musik mit wunderschönen Stimmen.

## DAS ERSTE KARTENSET ZUR LIEGENDEN ACHT FÜR MEHR BALANCE UND HARMONIE IM LEBEN



Barbara Heider-Rauter  
**Die liegende Acht**  
 Tägliche Impulse für die innere Meisterschaft  
 44 Karten mit Begleitbuch  
 ISBN: 978-3-8434-9123-5 | D € 19,95 | A € 20,60

Barbara Heider-Rauter  
**Die Kraft der liegenden Acht**  
 136 Seiten, broschiert, farbig, mit zahlreichen Abb.  
 ISBN: 978-3-8434-1244-5 | D € 9,95 | A € 10,30



Jetzt bestellen unter (D) 06151 – 391 831 28 · (A) 0720 – 98 27 26 www.schirner.com · vertrieb@schirner.com

# gesund & glücklich

Die 19. Österreichische Messe für Körper, Geist & Seele



## Mit den Messen



**gesund & glücklich**  
mit ihren Schwerpunkten Ganzheitliche Heilmethoden, Spiritualität, Energetik & Naturkosmetik sowie gesundes Wohnen und Essen



**Schirmer Tage**  
mit einer 150 m<sup>2</sup> großen Buchhandlung als „Buchmesse in der Messe“

gemeinsam mit der



**Gesund Leben**  
mit ihren Schwerpunkten Fit & Vital, Schönheit & Wohlbefinden und vieles andere mehr

## Messe-Facts

- ca. 110 Aussteller und rund 20 Buchautoren aus 5 Nationen
- Rund 2.800 m<sup>2</sup> Ausstellungsfläche mit 30.000 Besucher (2018)
- Über 120 Vorträge Buchvorstellungen und Vorführungen
- 2 ONITANI-Konzerte
- 3 Workshops mit Thomas Young und Prof. Dr. h.c. Christos Drossinakis
- 1 Heilerabend mit Mare Radic
- 1 Podiumsdiskussionen mit prominenten Buchautoren
- 2 Messerestaurants  
(veganes Catering und Kärntner Schmankerl)

**FR 15. bis SO 17. 11. 2019** (15. + 16.11.2019: 9-19 Uhr | 17.11.2019: 9-18 Uhr)  
**Kärntner Messen Klagenfurt – Messeplatz 1 – AT-9020 Klagenfurt**

EIN Eintrittspreis für alle Messen: Tageskarten: Erwachsene: 7,00 €. Kinder/Schüler (8-16 Jahre): 2,00 €. Jugendliche (17-19 Jahre): 3,00 €. Familienkarte (max. 2 Erwachsene, 2 Kinder): 14,00 €. Senioren: 4,50 €. Präsenzdienere, Studenten, Behinderte: 3,00 €.



## MESSEPARTNER



## AUSSTELLERSPONSOREN



## MEDIENPARTNER



## PARTNERMESSE

GESUNDHEITSMESSEN.CH



## Messe-Podiumsdiskussionen

Freitag, 15. 11. 2019, 17.15 Uhr  
Schirner Bühne | Halle 3 OG  
**Die Heilkraft der Spiritualität -  
Chance für ein gesundes & glückliches Leben?**

Mit:



**Prof. Dr. h. c. Christos Drossinakis**  
Geistheiler und Buchautor

**Dipl. FW Annemarie Herzog**

Raumenergetikerin, Räucherin, stellv. Fachgruppensprecherin  
Wirtschaftskammer Kärnten und Buchautorin



**Tom Peter Rietdorf**

Heiler, Dozent, Entwickler des Kahi-Heilsystems  
und Buchautor

**Reinhard Stengel**

„Rainbowman“, Schamane und Buchautor



**Thomas Young**

Weisheitslehrer, Mystiker und Buchautor

Moderation: **Veronika Musterer**

## Messe-Konzert

Samstag, 16. 11. 2019 | 17.30 Uhr  
Sonntag, 17. 11. 2019 | 14.30 Uhr  
Schirner Bühne | Halle 3 OG

### Seelen-Musik



Mit:

**ONITANI-Seelenmusik**

Bettina & Tino Mosca-Schütz

Seelen-Musik von ONITANI entsteht aus dem Moment. Das Zaubhafte berührt das Tiefste des Herzens und schenkt dir Freude, Befreiung, Harmonie Bewusstsein. Die Seelen-Musik entsteht in dem Augenblick, in dem sie gespielt wird.



# LEBENSKRAFT 2020

32. Erlebnismesse und Kongress für Bewusstsein, Nachhaltigkeit und Gesundheit

SAVE THE DATE

26. - 29. März 2020  
Messe Zürich (Oerlikon)

Kongress  
mit über **35**  
Referenten

Messe  
mit **150**  
Ausstellern



[www.lebenskraft.ch](http://www.lebenskraft.ch)



## MESSE-HEILERABEND SAMSTAG

mit  
**Rade Maric**  
Heiler und Buchautor

Samstag, 16. 11. 2019 | 17.00 - 19.00 Uhr  
MesseCentrum | Halle 5 OG

### Wenn die Seele sich befreit

Die Erfolge von Rade Maric sprechen für sich: Aus den Trümmern körperlicher und geistiger Disharmonien bildet er mit seiner Methode der Geistheilung neues gesundes Leben. Seine besondere Gabe besteht in seiner Hochsensibilität, mit der er die Beschwerden der Menschen fühlen und lösen kann. Allein durch das Hören der Stimme kann er jedem sagen, ihn bedrückt. Vor allem besitzt er die herausragende Gabe, das Potential zu sehen, das in jedem von uns steckt. Die meisten Menschen ahnen nichts von diesem Potential, weil sie sich an ihre persönlichen Grenzen gewöhnt haben. Doch für Rade Maric sind die Möglichkeiten der Heilung prinzipiell grenzenlos. Bei seiner Arbeit mit Ärzten und Vertretern der Wissenschaft ist es sein Ziel, das Geistige Heilen nachprüfbar zu machen.

**Preis: 40,00 €**

Anmeldung: nicht erforderlich

Veranstalter:

Rade Maric, Welfenstraße 13, DE-70736 Fellbach



Rade Maric ist einer der energetisch kraftvollsten Heiler unserer Zeit. Er wurde mit der Gabe der Hochsensibilität für Reize wie Hören, Sehen, Fühlen geboren und maßgebend von seiner Großmutter gefördert. Ein langer Leidensweg durch chronische Krankheiten, begleitet von Ängsten, tiefen Depressionen und Klosterleben

verbinden ihn noch intensiver mit dem christlichen Glauben und seinen spirituellen Fähigkeiten.

Den Weg der Heilung hat er an sich selbst erfahren. Aus Dankbarkeit entwickelt er seine eigene Methode des Handauflegens und Heilens. Er bezeichnet sich selbst als Kanal, über den er die göttliche Heilenergie zu den Menschen führt. Er ist davon überzeugt, dass alternative Arbeitsweisen – wie die von ihm praktizierte Energiearbeit – früher oder später vollständig wissenschaftlich nachweisbar sein werden.

# GESUNDHEITSMESSE

4 Tage für Körper, Geist & Seele

**Solothurn**

Landhaus Landhausquai 4

**2. - 5. April 2020**

[www.gesundheitsmesse-solothurn.ch](http://www.gesundheitsmesse-solothurn.ch)

## Highlights die Abend -Events



**Melanie Missing & ONITANI**  
Meditations-Konzert



**Rita Fasel**, Autorin  
Die Spuren der Seele



**Johanna & SEOM**  
Seminar  
Folge den Zeichen



**Konzert mit SEOM**  
& Zugabe mit ONITANI



## MESSE-WORKSHOPS SONNTAG

mit

**Thomas Young**

Weisheitslehrer, Mystiker und Buchautor

Sonntag, 17. 11. 2019 | 10.00 - 13.00 Uhr

MesseCentrum | Halle 5 OG

3 H Workshop

### SEELENBEBEN – Die Herzerleuchtung

Erlebe in diesem intensiven 3 H Workshop die höchste Freisetzung Deiner Seelenkraft! Herzlehrer & Bewusstseinsforscher Thomas Young wird mit einer Fülle von neuen Übungen und Meditationen, das Herz-Zentrum der Teilnehmer zum Glühen bringen. Der Mystiker teilt in diesem Workshop hoch wirksame Werkzeuge, die sonst nur auf längeren Retreats zum Einsatz kommen. Die Herz-Arbeit des Bestsellerautors zeichnet sich durch eine große Bewusstseinstiefe und die radikale Präsenz der Mystiker aus. „Erleuchtung ist kein Fernziel, sondern eine nahbare Erfahrung, die jedem Menschen möglich ist.“ Lassen wir gemeinsam in unseren Herzen die Seelen erbeben.

Sonntag, 17. 11. 2019 | 14.30 - 17.30 Uhr

MesseCentrum | Halle 5 OG

3 H Workshop

### ZIRBEL-WIRBEL – Die Meisterdrüse

Erlebe in diesem intensiven 3 H Workshop die Aktivierung Deiner Zirbeldrüse! Herzlehrer & Bewusstseinsforscher Thomas Young wird dazu anleiten, mit einer Fülle von neuen Übungen und Meditationen, die Zirbeldrüse der Teilnehmer zu erwecken. Die aktivierte Zirbeldrüse wirkt als Tor in mystische Dimensionen des Seins. Die Herz-Arbeit des Bestsellerautors zeichnet sich aus durch große Bewusstseinstiefe und die radikale Präsenz der Mystiker. Zur Zeit findet ein weltweites Erwachen der Zirbeldrüsen statt und die damit einhergehende Meisterung ihrer Kräfte. Werde Teil dieser evolutionären Bewegung der Menschheit uns schenke ihren Segen weiter.

**Preis je Workshop: 60 €**

Anmeldungen:

eMail [info@gesund-und-gluecklich.at](mailto:info@gesund-und-gluecklich.at), Tel. +43 (0)664 7376 5521

Veranstalter:

Büro Thomas Young, Andechser Straße 20, DE-82346 Andechs



Seit vielen Jahren bringt der Herzlehrer und Bestsellerautor Thomas Young die Menschen in Kontakt mit der alchemistischen Kraft ihrer Seele. Seine Bücher und geführten Meditations-CDs zeichnen sich aus durch die virtuose Verbindung von Sprache und Bewusstsein. In den letzten 20 Jahren haben unzählige Menschen auf seinen Retreats, Herz-Einweihungen, Seminaren spirituelle Durchbrüche erlebt. Ein Hauptfokus seiner Transformationsarbeit liegt auf der Aktivierung des Herzzentrums. Thomas Young lebt auf Big Island Hawaii und in Süddeutschland.

mit

**Prof. Dr. h. c. Christos Drossinakis**

Heiler und Buchautor

Sonntag, 17. 11. 2019 | 13.00 - 16.00 Uhr

MesseCentrum | Halle 5 OG

### Geistiges Heilen – Demonstrationen zur geistigen Schmerzauflösung

Wie aktiviert man die Selbstheilungskräfte?  
Was ist Krankheit, was ist Gesundheit?  
Wie unterstützt man die Regeneration des Systems?

**Preis: 60 €**

Anmeldungen:

eMail [info@gesund-und-gluecklich.at](mailto:info@gesund-und-gluecklich.at), Tel. +43 (0)664 7376 5521

Veranstalter:

Verein IAWG, Hauptplatz 44, AT-2293 Marchegg



Eine ausgeprägte Heilbegabung und außersinnliche Fähigkeiten zeigten sich bei dem Griechen schon in frühester Kindheit. Für vermeintlich „Austherapierte“ gilt er weltweit als letzte Hoffnung. Selbst Ärzte und Hochschulprofessoren suchen seine Hilfe. In der Geschichte der Alternativmedizin ist kein anderer Geistheilender häufiger von Ärzten und Wissenschaftlern getestet worden als er – fast immer mit positivem Ausgang.

Für seine Verdienste um die Erforschung Geistigen Heilens wurde Christos Drossinakis 2005 vom Russischen Gesundheitsministerium mit dem renommierten ENIOM-Preis ausgezeichnet - als erster westlicher Heiler. Als ersten Heiler in der Geschichte der Geistheilung wurde am 23. Mai 2018 Christos Drossinakis der Ehrentitel Prof. Dr. h. c. der Wissenschaft in Moskau von der International Academy of Natural History feierlich verliehen.



# Aussteller-Tagesseminar

nach der Messe

18. 11. 2019 – 9:30-17:30 Uhr – Schloss Krastowitz Klagenfurt

Reinhard Stengel, Aussteller der diesjährigen Messe „gesund & glücklich“, gibt am Tag nach dem letzten Messetag in Klagenfurt am Wörthersee ein Tagesseminar. Veranstalter ist die Firma Veranstaltungen Schmidberger.



SEMINARORT: DAS AM STADTRAND VON KLAGENFURT IN HERRLICH RUHIGER LAGE GEELEGENE BILDUNGSHAUS SCHLOSS KRASTOWITZ.  
Foto: K.K.

## Tagesseminar

Montag, 18. 11. 2019 – 9.30-17.30 Uhr



Bildungshaus Schloss Krastowitz, Krastowitz 1, A-9020 Klagenfurt  
**„Die Sprache der Seele – die Wirkkraft schamanischer & alternativer Heilweisen“**  
 mit „Rainbowman“ und Buchautor Reinhard Stengel

In seinen Seminaren zeigt Rainbowman Reinhard Stengel einen Querschnitt aus seiner seelenschamanischen Ausbildungsreihe. Flüche/Besetzungen/Implantat lösen: Was sind Besetzungen, Flüche, Implantate, Verwünschungen, Versprechen? Wie kann man sie lösen? Lösen von Blockaden auf geistiger Ebene an bestimmten Lebensthemen: Blockaden lösen mit den Stäben.

Inneres Kind/Frau/Mann: Viele Verletzungen entstehen in der Kindheit. Es werden Schritt für Schritt Blockaden gelöst, und dadurch werden Sie frei von alten lähmenden Mustern.

Ursachen für Krankheiten an den Fingern erkennen: Hier werden Techniken gezeigt, um seelische Hintergründe einer Krankheit zu erkennen. Dies bedeutet die Auflösung der Ursachenkette sämtlicher Energie-Blockaden auf geistiger, seelischer sowie körperlicher Ebene. Dadurch werden die ureigenen Selbstheilungskräfte aktiviert.

Kosten: € 150,00 (ermäßigt für Arbeitslose, Studenten und Rentner € 130,00-) + Tagungspauschale € 28,00.

### Anmeldungen und Infos:

Roswitha Schmidberger – E: [office@veranstaltungen-schmidberger.at](mailto:office@veranstaltungen-schmidberger.at) – T: +43 (0)664 2498429 – I: [www.veranstaltungen-schmidberger.at](http://www.veranstaltungen-schmidberger.at)

## KONZERTTOUR 2019

# Wie im Himmel

MIT BAND & CHOR

### MANTRAS UND MEHR... !

### Seelennahrung pur!

22.11. Dortmund, Pauluskirche	04.12. Graz/Gleisdorf/A, forumKLOSTER	19.12. Darmstadt, Orangerie
23.11. Hannover, Markuskirche	06.12. München/Ottobrunn, Wolf-Ferrari-Haus	20.12. Ludwigsburg, Friedenskirche
24.11. Berlin, Urania Berlin, Humboldt-Saal	07.12. Ulm/Vöhringen, Kulturzentrum	
25.11. Dresden, Kulturpalast	12.12. Basel/CH, Offene Kirche Elisabethen	
26.11. Erfurt, Thomaskirche	13.12. Zürich/CH, Kirchgemeindehaus Neumünster	
01.12. Salzburg/A, Die Bachschmiede	14.12. Nottwil/Luzern/CH, AulaParaplegiker-Zentr.	
02.12. Wien/A, Burg Perchtoldsdorf	17.12. Würzburg, Mainfrankensäle	
03.12. Linz/A, Palais Kaufmännischer Verein	18.12. Köln, Lutherkirche	

**- TRAUMGALA -**  
 29.12. Baden-Baden, Kurhaus  
 Konzertbeginn 19 Uhr

Konzertbesucher berichten: „Es ist Lex und seinen Musikern gelungen, uns für die Dauer des Konzertes in eine andere Welt eintauchen zu lassen - eine Welt voller Liebe, voller Frieden, voller Herzensberührung, Verbindung und Herzöffnung... Vom ersten Ton an Gänsehaut pur!“

**WWW.SOMEREN.DE · TICKETS: +49 (0)7223-806650**

# LEX VAN SOMEREN

TRAUMHAFTHE MUSIK FÜR DIE NEUE ZEIT

„Wohl kaum zuvor habe ich ein Konzert erlebt, in dem jeder Künstler so authentisch, pur, ganz bei sich und doch so verbunden mit dem Publikum ist. Eine großartige Show ohne Show... eine Einladung an das pure Sein und die wahre Essenz!“

**NEUE CD**

**DVD**



## Buchautorinnen und -autoren auf den Messen

### Messe „gesund & glücklich“

Es gehört zur gelebten Tradition der „gesund & glücklich“-Messe, dass viele BuchautorInnen die Veranstaltung als ihr Forum betrachten. In diesem Jahr werden zehn von ihnen als Aussteller und Vortragende den Besuchern mit Rat und Tat zur Seite stehen. Weitere sieben AutorInnen werden im Rahmen der „Schirner Tage Austria“, die Teil der „gesund & glücklich“-Messe ist, ihr Wissen den Besuchern zur Verfügung stellen.



### Die teilnehmenden BuchautorInnen der Messe „gesund & glücklich“:



#### Tanja Draxler

ist Expertin für ganzheitliches Selbstmanagement. Nach dem Motto „GELASSEN – ENTSPANNT & VOLLER ENERGIE“ zeigt sie in ihrem Blog, in Radio- und TV-Auftritten, in Vorträgen, in ihrem Podcast sowie in ihren erfolgreichen Online-Programmen, wie es möglich ist, trotz der täglichen Anforderungen ein selbstbestimmtes, entspanntes und energiegelbes Leben zu führen.

[www.tanjadraxler.at](http://www.tanjadraxler.at)



#### ONITANI

Bettina und Tino Mosca-Schütz sind ONITANI. Die beiden lernten sich vor Jahren im Chor kennen. Seither schafft das Künstlerpaar mit Gesang, Synthesizer und Erdklangflöten eine Musik, die aus dem Moment geboren ist. Auf ihren Konzerten verbinden sie sich mit den Seelen der Anwesenden und lassen aus dieser Vereinigung berührende Klänge entstehen.

[www.onitani.com](http://www.onitani.com)



#### Silke Wagner

kam 2009 durch eine Lebenskrise und nach langer Pause wieder mit Ihrer Spiritualität in Kontakt. Das geschah so intensiv, dass sie 2011 ihre Berufung zum Beruf machte. Fast gleichzeitig trat die Atlantisenergie in ihr Leben und begeistert sie noch heute. Sie gibt ihr Wissen in zahlreichen Vorträgen und Seminaren weiter.

[www.die-zauberwolke.de](http://www.die-zauberwolke.de)



#### Prof. Dr. h. c. Christos Drossinakis

ist einer der namhaftesten Heiler. Seit Jahren lässt er keine Gelegenheit aus, um in Tests und Experimenten nachzuweisen, was Geistiges Heilen vermag. Weltweit ist kein Heiler häufiger und intensiver von Ärzten und Wissenschaftlern beobachtet und geprüft worden als er – sogar von Universitäten.

[www.heilerschule-drossinakis.de](http://www.heilerschule-drossinakis.de)



#### Tom Peter Rietdorf

hält als Dozent Vorträge und gibt Workshops und Seminare in ganz Europa. Als Heiler praktiziert er in verschiedenen Ländern bei Ärzten oder in einer der Kahi-Healing Gemeinschaftspraxen. Er hat mit Kahi-Healing ein in sich stimmiges Heilsystem entwickelt, das sich insbesondere durch das Arbeiten im hohen Bewusstsein auszeichnet.

[www.tom-peter-rietdorf.de](http://www.tom-peter-rietdorf.de)



#### Thomas Young

hat die Fähigkeit, Menschen zutiefst in ihren Herzen zu berühren. Der in Deutschland geborene Weisheitslehrer zeichnet sich durch Klarheit, Liebe und einem herzerfrischenden Humor aus. Durch ständige Vortragsreisen und Workshops in Europa und den USA ist er einem größeren Publikum bekannt. Thomas Young lebt auf Big Island Hawaii und in Süddeutschland.

[www.thomasyoung.com](http://www.thomasyoung.com)



#### Helene Kollross

erkannte schon sehr früh ihre intuitiven Fähigkeiten. Themen wie Heilende Hände, Geistheilung, Quantenphysik waren für sie spannende Themen, die ihren Wahrnehmungen eine Richtung gaben. Sie bietet mit großer Leidenschaft ihre Fähigkeiten den Menschen an, um Harmonie von Körper, Geist und Seele wiederzuerlangen.

[www.repair-energetics-kollross-helene.de](http://www.repair-energetics-kollross-helene.de)



#### Sabine Ruland

ist als geistige Heilerin und hell-sichtiges Medium tätig und versteht sich als Wanderin zwischen den Welten. Als solche begeistert es sie, die verborgenen Ursachen für verschiedene Lebensthematiken zu erforschen und sichtbar zu machen. Ihre Devise: „Heilung durch Bewusstsein macht happy.“

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



#### Stefanie Menzel

ist die Instanz für ganzheitlich spirituelle Persönlichkeitsentwicklung. Als Begründerin der Heilenergetik und der Sinn-Aufstellungen erarbeitet sie mit Ihren Klienten zielorientierte Lösungen für einen Weg in ein erfülltes, bewusstes und selbstbestimmtes Leben. Mit ihrem Tun schafft sie eine Brücke zwischen Wissenschaft, Alltag und Spiritualität.

[www.stefanie-menzel.com](http://www.stefanie-menzel.com)



#### Reinhard Stengel

ist der „Rainbowman“. Nach dem er lange im Management tätig war, entschied er sich 2004 nach der Begegnung mit einem Medizinmann, als Heiler und Schamane zu wirken. Heute füllt der Vortragsredner und Trainer im gesamten deutschsprachigen Raum die Säle. Seine Erfolge in der Behandlung psychischer und physischer Störungen sprechen für ihn.

[www.reinhard-stengel.de](http://www.reinhard-stengel.de)



### Schirner Tage Austria



Heidi und Markus Schirners großes Herzensanliegen ist es, jedem Interessierten die Möglichkeit der ganzheitlichen Selbstverantwortung an die Hand zu geben. Mit über 1.400 Titeln und jährlich 140 Neuheiten bietet das Sortiment ihres Schirner Verlages ganz neue Perspektiven und Impulse zu faszinierenden Themen. Die beliebten Schirner-Autoren verfassen fundierte Sachbücher, Kartensets und CDs zu den Themen Gesundheit, Ernährung und Heilung.

Auf der Area der „Schirner Tage Austria“ sind folgende Schirner-BuchautorInnen für die Besucher ansprechbar:



**Caroline Ebert**

ist Optikermeisterin und ganzheitliche Augentrainerin. In ihrer Augenschule „Eyeland“ bietet sie kinesiologische Sitzungen, energetische Behandlungen sowie Trainings für Personen mit Augenproblemen aller Art an. Darüber hinaus gibt sie in Unternehmen regelmäßig Augenschulungen für am Bildschirm tätige Mitarbeiter.

[www.augenschule-eyeland.de](http://www.augenschule-eyeland.de)



**Christine Arana Fader**

ist die „Drachefrau“. Sie wurde von der Geistigen Welt mit der Energie der Drachen verbunden. Sie fand auch nach Avalon sowie zu einem natürlichen Verständnis von Magie: Mit ihren Workshops möchte sie die wundervolle Magie von Avalon zu den Menschen zurückbringen und diese wieder mit der Kraft der Drachen, jener magischsten aller Energien, verbinden.

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



**Georg Gschwandler**

unternahm aufgrund einer spirituellen und gesundheitlichen Krise Reisen nach Lateinamerika, in der Hoffnung, die Harmonie in seinem Inneren wiederherzustellen. Im Zuge dessen wurde er 1998 von den Shuar-Indianern zum Schamanen und zum Heiler ausgebildet. Seit 2001 bietet Heiler-Seminare an. [www.curandero.at](http://www.curandero.at)



**Sabine Hauswald**

hat 20 Jahre Erfahrung im schulmedizinischen Bereich gesammelt. Nach zahlreichen Fortbildungen in TCM, Naturheilkunde, Ayurveda, Energiearbeit und Astrologie ist sie als Astrologin und Coachin tätig. Durch ihre eigene Schilddrüsenerkrankung konnte sie tiefe Erkenntnisse über die ganzheitlichen Zusammenhänge gewinnen.

[www.schilddruese-in-harmonie.de](http://www.schilddruese-in-harmonie.de)



**Annemarie Herzog**

unterstützt mit ihrem Räucherwissen Menschen bei energetischen Hausreinigungen und bei Krankheiten. Zudem bietet sie Räucherwerk aus ihrer eigenen Manufaktur an. Sie organisiert die bekannte österreichische Gesundheitsmesse »gesund & glücklich« und schreibt für das gleichnamige Magazin. [www.malusa.at](http://www.malusa.at)



**Claudia Köller**

arbeitet als Heilpraktikerin mit den Schwerpunkten Schwingungsmedizin, Pflanzenheilkunde und Persönlichkeitsentfaltung. Sie widmet sich besonders den Baumheilkräften und hat 76 homöopathische Essenzen entwickelt. Ihre hohe Empathie und Sensitivität ermöglichen es ihr, ihre Klienten zu individueller Entfaltung und Gesundheit zu begleiten.

[www.schwingung-potenziert.de](http://www.schwingung-potenziert.de)



**Anneliese Tschennett**

ist Heilpraktikerin (Psychotherapie) und absolvierte eine Ausbildung zum Master für Hypnose nach Erickson sowie für das Familienstellen nach Bert Hellinger. Ihre Vision ist es, Menschen mit einfachen Worten und lebhaften Darstellungen die grundlegenden Kräfte und Dynamiken aufzuzeigen, die im Familiensystem wirken.

[www.duchnapur.com](http://www.duchnapur.com)

Die folgenden Schirner-AutorInnen sind außerhalb der Schirner-Area mit einem eigenen Messestand vertreten:

**Stefanie Menzel,**

**ONITANI Bettina & Tino Mosca-Schütz,**

**Sabine Ruland**

**und Reinhard Stengel.**

*„Geistige Erkenntnis und gelebte Herzensqualitäten bringen Befreiung auf allen Ebenen des Seins und führen uns immer tiefer zur Quelle unseres ICH BIN.“*

*Silke Bader*

**Nachruf**

Silke Bader

\* 1973 | † 2019



Am 5. Mai dieses Jahres ist in den Morgenstunden die Autorin, Malerin, mediale Beraterin, Kunsttherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie Silke Bader überraschend verstorben.

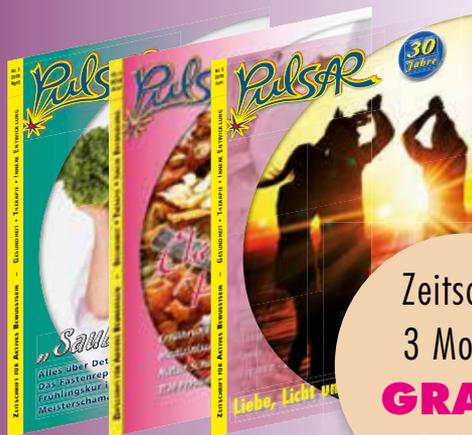
Liebe Silke, gerne denke ich an Deinen Auftritt bei unserer Messe „gesund & glücklich“ im November 2009 in Klagenfurt zurück, die Du zusammen mit deinem Mann Siegfried bereichert hattest. Auch unser Interview für das Magazin „gesund & glücklich“ an einem Deiner Lieblings(kraft)plätze, dem Michthildsbrunnen, gelegen unweit von Dießen am Ammersee am Rande des Schatzberges, bleibt für mich unvergessen (Foto). Auch wenn wir danach nicht mehr im engen Kontakt waren, musste ich immer wieder in Dankbarkeit an Dich und unsere Begegnungen denken.

Liebe Silke, ich bin sicher, dass Du nun das erfahren wirst, was Dir wichtig war: Ruhe, Frieden und Einklang zu finden mit allem was ist. Danke Dir auch für die Geschenke, die Du uns gegeben hast. Lieber Siegfried, Dir viel Kraft und Liebe!

Rolf Bickelhaupt



... sensibilisiert für die Wunder  
des alltäglichen Lebens!



Zeitschrift  
3 Monate  
**GRATIS**  
testen!

*Lesen Sie*

## *Gesundheit & Spiritualität*

Die vielseitige Zeitschrift PULSAR steht für:  
Gesundheit, Alternative Medizin, Bewusstes  
Leben, Spirituelle Entwicklung, Ökologisches  
Denken, Umweltschonende Technologien ...

Kongress-Programm, nähere Infos und  
Bestellung der Zeitschrift PULSAR:

Tel: +43 (0) 3135 / 80 90 20

E-Mail: [zeitschrift@pulsar.at](mailto:zeitschrift@pulsar.at)

[www.pulsar.at](http://www.pulsar.at)

► *Alle Karten an der  
Tageskassa erhältlich!*

# 26. PULSAR-Kongress

## Lebens- HeilKunst

13. – 15. März 2020 in Graz



- Ca. 40 ReferentInnen
- Mehr als 60 Vorträge
- Workshops / Seminare
- Abendveranstaltungen

# Engelkongress & Lebenskraft

## Zwei Events der Extraklasse



DIANA COOPER WAR EINE DER STARS AUF DEM ENGELKONGRESS IN SALZBURG. FOTO: K.K.

**Im Mai dieses Jahres fanden mit dem „Internationalen Engelkongress“ in Salzburg und der „Lebenskraft“ in Zürich zwei Events der Extraklasse statt, die das Magazin „gesund & glücklich“ als Medienpartner unterstützt hat. Chefredakteur Rolf Bickelhaupt war jeweils vor Ort.**

Es war wieder ein großartiger „Engelkongress“ im Salzburg Congress, prächtig organisiert von Greta und Jürgen P. Lipp mit ihrem Wrage-Team aus Hamburg. Mit dabei waren am letzten Wochenende im Mai dieses Jahres wieder viele Stars aus der Szene wie Diana Cooper, Ursula Frenzel, Kyle Gray, Jana Haas, Annemarie Herzog, Pavlina Klemm, Jacqueline Le Saunier, Melanie Missing, Chamuel Schauffert, Radleigh Valentine, Isabelle von Fallois, Tim Whild, Diana Wunsch und Bahar Yilmaz. Bettina und Tino Mosca-Schütz mit ihrer Gruppe ONITANI waren das kulturelle Highlight des Events. Rolf Bickelhaupt traf dort auch Medienkollegen wie Frank M. Schenker (WunderbarMedia), Leander Merlin von Kraft (Neue Weltsicht TV) und R.-Andreas Klein (Delphin-TV) zum Meinungsaustausch.



VON LINKS: „GESUND & GLÜCKLICH“-CHEFREDAKTEUR ROLF BICKELHAUPT AUF DEM „ENGELKONGRESS“ MIT MEDIUM JANA HAAS UND RÄUCHERIN ANNEMARIE HERZOG.

FOTO: K.K.



„GESUND & GLÜCKLICH“-CHEFREDAKTEUR ROLF BICKELHAUPT MIT CORNELIA HEMPFILING UND NORBERT BRAKENWAGEN.

FOTO: K.K.

Zwei Wochen zuvor strömten wieder Tausende von Besucher zur Messe Zürich (MCH), um die wieder von Angelika E. Meier und ihrem Team großartig organisierte „Lebenskraft“, der Erlebnismesse und dem Kongress für Bewusstsein, Gesundheit und Transformation, zu besuchen.

Rund 150 Aussteller präsentierten ihre Produkte und Dienstleistungen. Beim Kongress mit dabei waren u. a. Prof. Dr. Christos Drossinakis, Gordon Smith, Jana Hass, Keith Sherwood, Patric Pedrazolli, Sabine Linek, Thomas Young und Tom Peter Rietdorf. Auch dort traf sich „gesund & glücklich“-Chefredakteur Rolf Bickelhaupt mit Medienschaffenden wie Cornelia Hempfling (Life Emotion Events) und Norbert Brakenwagen (TimeToDo / Schweiz TV5) zum intensiven Gedankenaustausch.

Die grosse  
**5 JAHRES  
JUBILÄUM**  
Erlebnis-Messe

Erlebnis-Messe für ein  
inspiriertes Leben

**2020**

Freitag, 14. Feb. bis  
Sonntag, 16. Feb.

# Wohlfühl Tage

Luzern  
Messehallen



 Kinder begleiten

 Persönlichkeitsentwicklung

 Bewusstes Leben und Wohnen

 Gesundheit und Heilung

 Ausbildungen und Reisen

 Wirtschaft und Spiritualität

- Top Referenten
- 3500–4000 Besucher
- über 150 Aussteller auf 4000m<sup>2</sup>

- Forum mit 480 Sitzplätzen
- 6 Räume mit 50–150 Sitzplätzen für Vorträge & Events

- Event- und Aktionsbühne für Talks und Interviews
- Top Infrastruktur & Verkehrsanbindung

[wohlfuehl-tage.ch](http://wohlfuehl-tage.ch)

  
**MESSELUZERN**

**Weitsicht**  
MAGAZIN Inspiration für ein  
bewusstes Leben

**KOSTENLOSE  
TEILNAHME**

Anmeldung ab  
sofort möglich

www.shift-up.online

# SHIFT UP

FRÜHJAHR  
2020

Tools  
für dein  
inspirier-  
tes Leben

Speakers:

Anet Janik  
Anke Evertz  
André Stern  
Armin Risi  
Bianca Sissing  
Birgit Bernauer  
Braco  
David Russel  
Dieter Broers  
Eric Standop  
Giorgio Benedetti  
Günther Malleck  
Hampi van de Velde  
Jana Haas  
Jacqueline de Saunier  
Jeanne Ruland  
Köbi Meile  
Krisztina Nemeth

Ladina Kindschi  
Namayan  
Nadine Reuter  
Patric Pedrazzoli  
Pavlina Klemm  
Peter Uwe Pötter  
Pirmin Loetscher  
Priska Simatha Wyss  
Rainer Lessmann  
Rasmus Gaupp-  
Berghausen  
Robert Franz  
Sereina Heim  
Silke Schäfer  
Simone Balmer  
SEOM  
Thomas Schmelzer  
Tom Kraus  
und viele mehr....

## DIE REVOLUTIONÄREN MÖGLICHKEITEN - KOMM AUF DAS NÄCHSTE LEVEL

- Interviews
- Vorträge
- Workshops
- Podiumsgespräche
- Symposien
- Konzerte

Melde dich jetzt  
zum kostenlosen  
Online-Kongress an:  
[www.shift-up.online](http://www.shift-up.online)

Erleben sie den Live Event zum Online-Kongress mit den Speakers  
am 14.-16. Februar 2020 in Luzern [www.wohlfuehl-tage.ch](http://www.wohlfuehl-tage.ch)



Organisator:  
Marco  
Rossi



Organisator:  
Leander  
von Kraft



FREIBURGER FORUM

**WIRTSCHAFT UND SPIRITUALITÄT**  
 Unternehmerischer Erfolg und Mitmenschlichkeit

## Abschied von der Illusion der Berechenbarkeit

### Verkörperte Spiritualität als integraler Bestandteil einer zukunftsfähigen Wirtschaft

Von 3. bis 6. Oktober 2019 findet in Kirchzarten bei Freiburg der Kongress „WIRTSCHAFT UND SPIRITUALITÄT – unternehmerischer Erfolg und Mitmenschlichkeit“ statt. Eine Pionierleistung der Veranstalter mit der Hoffnung auf eine integrative Unternehmenskultur, die die Wirtschaftlichkeit, globale Verantwortung, Sinnhaftigkeit, Würde und menschliche Wertschätzung gleichermaßen beinhalten kann. VON PETRA BEIER

Über 30 Vertreter erfolgreicher Unternehmen und hochkarätige Berater (u. a. aus dem Hause McKinsey & Company, Luftansa und Weleda), bekannte Lehrende, Kreativitätsforscher, Philosophen und Coaches (u. a. Dr. Franz Alt, Prof. Dr. Claus Eurich, Thomas Hübl) haben ihre Teilnahme zugesagt und wollen in Vorträgen, Workshops und Diskussionsrunden als Impulsgeber für eine mitmenschlichere Unternehmenskultur mit den Teilnehmenden in Austausch treten. Aber was treibt sie an?

Der erfahrene Unternehmensberater und Coach Hans-Jürgen Lenz, der den Kongress zusammen mit dem IAK-Forum International auf die Beine stellt, sagt: „In unserer Arbeit mit Tausenden von Menschen, von Friseursalons bis hin zu Großkonzernen, begegneten wir vielen Menschen, die, wenn wir ihnen in die Augen schauten, innerlich leer wirkten und nicht wirklich von ihrem Tun erfüllt waren. Es hatte den Anschein, als wäre niemand mehr zu Hause. Menschen, die nur noch funktionieren, sind wie Bioroboter. Oft sind wir Unternehmenskulturen begegnet, die ausschließlich von Effizienz, Konkurrenz, Regeln, Egoismus und Gewinnmaximierung geprägt waren und deren Führungskräfte ganz vergessen hatten, dass sie mit Menschen zusammenarbeiten.“

#### Die Krise der irrlichternden Ratio

Seit der Aufklärung folgen wir gesamtgesellschaftlich einer dem kaufmännischen Denken entsprungenen, allgegenwärtig suggerierten Berechenbarkeit, und dementsprechend hat jedes Ding in unserer Gesellschaft seinen Preis: Naturwissenschaftliche Kreativität und Forschungsfinanzierung sind fundamental verknüpft. Gier, Aggression und Verblendung – die „drei Geistesgifte“ in der buddhistischen Ethik – begegnen uns als kulturell etabliertes Profitstreben, Konkurrenzdenken und Geldillusion.

Der Kongress will unternehmerisches Bewusstsein dafür schaffen, dass Menschen sich nicht auf Rechenautomaten

reduzieren lassen. Unsere innere Rebellion gegen unsere Programmierung auf „Marktauglichkeit“ und unsere unerfüllte Sehnsucht nach Sinnhaftigkeit spiegeln sich immer häufiger in Burnout und in seelischen oder psychosomatischen Erkrankungen wider. Was uns durch das rationale Fenster als Makel erscheint, ist aus einer beseelten höheren Perspektive ein „gesunder“ Hilferuf unserer menschlichen Natur.

Auch kulturell und global wird die Illusion der Berechenbarkeit seit einigen Jahren immer offenkundiger. Die gesamte Natur ist anders als das, was durch die mathematische Brille erscheint. Dieses Andere zeigt sich immer, wenn die Rechnungen versagen:

*Fake-Science, Klimaveränderungen, Naturkatastrophen und Finanzcrashes, Kunst als Ware und entmenschlichtes Unternehmertum markieren die tiefe Krise der irrlichternden Ratio.*

„Die Größe des Problems verlangt langfristig eine große Lösung“, erläutert Prof. Dr. Karl-Heinz Brodbeck, emeritierter Professor für Volkswirtschaftslehre, Statistik und Kreativitätstechniken. Er hält auf dem Kongress einen Vortrag und gibt anschließend einen Workshop zu dem Thema „Das Wesen des Geldes aus der Sicht des Buddhismus“. Brodbeck hat zahlreiche Bücher und Schriften, u. a. zu den Themen „Geld als Denkform“ und „Buddhistische Wirtschaftsethik“, veröffentlicht. Er sagt: „Eine solch fundamentale Reform lässt sich nicht mit den Mitteln der Vergangenheit bewerkstelligen. Es geht nicht um die Wiedereinführung des Tauschhandels, nicht um neue Etiketten für alte Interessen, sondern um eine grundlegende Reform des Denkens!“

*„Wir brauchen eine ethische Durchdringung von Wissenschaft und Ökonomie von innen heraus. Wir können die Widersprüche, Grenzen und Unhaltbarkeiten etablierter Theorien durchdenkend in unser Bewusstsein bringen und die Illusion der Berechenbarkeit loslassen.“*

**Auf der Suche nach einer gemeinsamen Sprache**

In einer Welt, in der das Geld zur neuen Religion geworden ist, gilt es, sich an wirkliche Wurzeln der Spiritualität zu erinnern, doch nicht nur in der Wirtschaft gibt es gegenwärtig noch viele Vorurteile gegenüber Spiritualität, vielmehr sind die Vorbehalte auf beiden Seiten groß. Blandina Kalmbach, Geschäftsleiterin Ides AK-Forum International, sagt: „Auch in spirituellen Kreisen gibt es nach wie vor tiefe Berührungsängste mit der Wirtschaft, und es ist in vielen Fällen eine Frage des Selbstbewusstseins. Wir beobachten oft eine innere Haltung, die der Wirtschaft wie selbstverständlich ein Übergewicht an Kompetenz zuschreibt und die davon ausgeht, dass es ohnehin keine gemeinsame Sprache geben kann.“

Es geht also nicht nur um gegenseitige Toleranz, sondern auch darum, wie man selbstbewusst aus der Esoterik-Ecke herauskommt? „Absolut“, sagt Kalmbach, „es gibt inzwischen vereinzelt Engagement dafür, Bewusstseinstechniken in die Wirtschaft einfließen zu lassen, aber dafür braucht es mutige, selbstbewusste Führungskräfte, die aufhören, in Paralleluniversen zu denken, und integrative Ansätze vorleben.“

*Es geht um eine lebendige, zeitgemäße Spiritualität, die keine Flucht vom Marktplatz, kein Paralleluniversum und keine Privatsache ist, sondern ein integraler Bestandteil einer gesun-*

*den Unternehmenskultur.*

„Es bedeutet das Hineinwachsen in ein mitmenschliches, zukunftsfähiges Unternehmertum, das Spiritualität nicht abspaltet, sondern Bewusstsein, Sinnhaftigkeit und Würde in den wirtschaftlichen Alltag integriert. Wir brauchen mehr Unternehmer, die sich dafür öffnen, und wir brauchen mehr spirituell erwachsene Führungskräfte, die den integralen Ansatz selbstbewusst verkörpern und in die Welt tragen.“

Dr. Jens Riese, Senior Partner McKinsey & Company and Senior Expert Mobius Leadership, Executive Coach und Trainer, ist eine solche Führungskraft und einer der Hauptredner beim Kongress. Er erläutert: „Fast alle Manager, die ich berate, stellen sich früher oder später Fragen nach dem Sinn ihres Daseins und ihrer Arbeit. Die Top-Talente zieht es zu Firmen, die sich an höheren Werten orientieren. Ethische Erwägungen werden angesichts unserer enormen technischen Fähigkeiten in der Biotechnologie und der künstlichen Intelligenz in der Wirtschaft plötzlich sehr praktisch. All das sind für mich spirituelle Fragen. Die Antworten lassen sich nicht rein analytisch ableiten. Aber sie stehen auch nicht in den alten Schriften. Deshalb ist es wichtiger als je zuvor, Spiritualität und Wirtschaft zusammenzubringen. Im Dialog, als gemeinsame Praxis. Ich freue mich, dass der Kongress einen wichtigen Schritt in diese Richtung macht.“

FOTOS: BIGI ALT, EXEK HEBENSTREIT, MARIA KORGE, ACADEMY OF INNER SCIENCE, MCKINSEY

**Folgende Speaker und Workshop-Geber nehmen u. a. am Kongress teil:**



**Dr. Franz Alt**  
Autor und Journalist



**Vivian Dittmar**  
Autorin und Impulsgeberin für kulturellen Wandel



**Christoph Harrach**  
Trendforscher, „spiritual Entrepreneur“ und Autor



**Thomas Hübl**  
moderner Mystiker und spiritueller Lehrer



**Dr. Jens Riese**  
ehem. Senior Partner McKinsey & Company

**Kongress „Wirtschaft und Spiritualität – unternehmerischer Erfolg und Mitmenschlichkeit“**

- Termin: **3. Okt. 2019**, 14.00 Uhr, bis **6. Okt. 2019**, ca. 13.00 Uhr
- Ort: Kurhaus Kirchzarten bei Freiburg  
Dietenbacher Straße 22  
D-79199 Kirchzarten
- Zielgruppe: Unternehmer, Inhaber, Führungskräfte, Berater, Trainer, Coaches, Politiker, Personalleiter, Personal- und Organisationsentwickler, Klinikleiter, interessierte Menschen
- Kosten: € 670,00 (50 % Ermäßigung für Schüler, Studenten und Arbeitslose) inkl. Verpflegung
- Anmeldung: [www.iak-freiburg.de](http://www.iak-freiburg.de)
- Programm/Infos: [www.freiburger-forum.com](http://www.freiburger-forum.com)



*Als Team zum Kongress zu kommen, zahlt sich aus! Nicht nur inhaltlich, sondern auch finanziell! Team-Ticket „3 für 2“ für nur 1340,- EUR!*

**K O N G R E S S  
I N F O U N D A N M E L D U N G**

**medizin**und**bewusstsein**  
Gesund bleiben - Krankheit heilen

**Kongress in Königstein**  
**8.-10. November 2019**

[www.medizinundbewusstsein2019.de](http://www.medizinundbewusstsein2019.de)



Veranstalter: Lara Weigmann  
und Wolfgang Maiworm



## ÄGYPTEN TOUR

6. - 16. Januar 2020

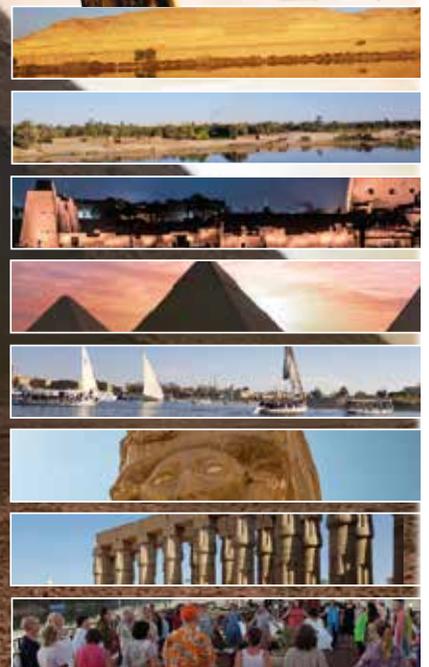
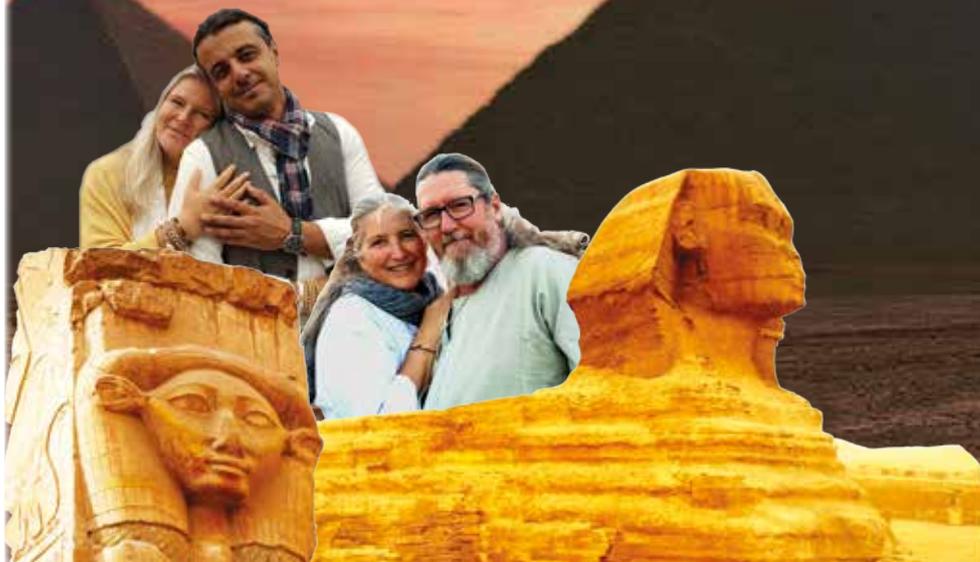
### Spirituelle Reise

durch das Land der Pharaonen &  
Geheimnisse der Meister- und  
Meisterinnen der alten Zeit.

[www.soul-journey.ch](http://www.soul-journey.ch)

## Lichtspuren der Ewigkeit

Jeanne Ruland & Murat Karacay  
Bettina & Tino von ONITANI



# Räuchern

## Nahrung für die Seele



ILLUSTRATION: PETRA WITNE

Räuchern ist ein uraltes Naturheilmittel, das immer dann von den Menschen angewendet wurde, wenn Hilfe auf allen Ebenen notwendig war. Unsere Seele freut sich besonders, wenn sie über den feinstofflichen Rauch und damit mit der Kraft der pflanzlichen Zutaten genährt wird.

Ich habe nun für jeden Menschen eine Möglichkeit gefunden, dass er ganz genau herausfinden kann, welches Seelenthema für ihn gerade in diesem Moment aktuell ist – mit Hilfe meiner neu kreierten „Räucherkarten für die Seele“, die im November im Schirner Verlag erscheinen werden. VON ANNEMARIE HERZOG

Ich befasse mich seit meiner Kindheit mit den vielen Möglichkeiten des Räucherns, und ich habe dazu auch schon sehr viele Bücher geschrieben und CDs besprochen. Das traditionelle Räucherwissen aus den Gefilden unseres deutschsprachigen Raumes ist mir dabei ein Herzensanliegen. So verwende ich folgerichtig nur Pflanzenteile wie Blüten, Blätter, Wurzeln und Harze sowie Kräuter, die bei uns gedeihen. Dieses Wissen des Räucherns wurde mir von meiner Oma übertragen, und die Oma hat es wiederum von ihrem Onkel erhalten. Solche tradierten Überlieferungen können nur innerhalb einer Gruppe wie einer Familie – von Generation zu Generation – erfolgen und bleiben damit auch in der Tradition des jeweiligen Kulturkreises. Durch meine Werke möchte ich das Räuchern für die Nachwelt erhalten.

Heutzutage, wo sich die Welt im ständigen Wandel befindet, wird auch bei den Menschen die Sehnsucht nach altbewährten Methoden wieder wach. Mehr Menschen denn je wenden bei Bedarf wieder etwas an, was sie von Erzählungen ihrer Großeltern kennen. Es

geht dabei aber nicht in erster Linie um körperliche Beschwerden, sondern heutzutage besonders um seelisches Leid. Dabei kann das Räuchern wunderbar helfen. Durch die entsprechenden Seelenkräuter zum jeweiligen Thema ergibt sich beim Entfalten des Rauches eine sehr schnell wirkende Anwendung.

Schon lange habe ich ein Projekt in meinem Kopf und auch mit meinem Bauchgefühl reifen lassen: „Die Räucherkarten für die Seele“.

Viele meiner Leserinnen und Leser haben mich angesprochen und dabei zum Ausdruck gebracht, dass es oft schwierig ist, herauszufinden, welches Seelenthema man gerade selbst hat. Mein Buch „Die Räucherapotheke für die Seele“ (siehe Infobox) beschreibt ja viele dieser Themen und gibt Hilfestellung. Aber die Frage ist berechtigt: Wie soll das erkannt werden, was uns die Seele in diesem Moment sagen möchte? Zumal es ja nicht immer leicht ist, das Thema auch anzunehmen, welches nun vor einem steht, um aufgelöst zu werden. Es kann ja auch eines sein, das man schon sehr lange mit sich herumschleppt,

was dann die „harten Fälle“ sind, die nicht über Nacht verschwinden. Da ist schon genaues Hinschauen, Annehmen und Bearbeiten gefragt.

Diese „Räucherkarten für die Seele“ sind deshalb so einzigartig, da durch das Ziehen der Karte schon einmal umgehend erkannt wird, worum es denn überhaupt bei einem geht. Da es in der Natur für jedes Seelenleid auch die entsprechenden Pflanzen gibt, können hier auch genau diese Helferlein zusammengemischt werden – und sie wirken dann sehr effektiv. Durch das Veräuchern dieser Zutaten erfolgt die Hilfe noch viel schneller, denn die Pflanzenteile können durch Erhitzung all ihre Kraft nach außen bringen und so ganz viel für uns tun.

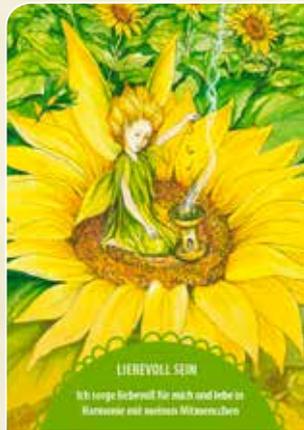
Jede Zelle deines Körpers kann den feinstofflichen Rauch gleichzeitig aufnehmen, sodass er sofort wirken kann. Wenn während des Räucherns die Affirmation, die auf der gezogenen Karte steht, dabei gesprochen wird, verstärkt sich die Wirkung.

... weiterlesen nächste Seite

**Zusammengefasst wird das Kartenset wie folgt angewendet:**

1. Eine der 44 Karten verdeckt ziehen.
  2. Räuchern mit jenem Räucherwerk, das mit der gezogenen Karte korrespondiert.
  3. Während des Räucherns die passende Affirmation sprechen.
- Im Begleitbuch des Kartensets gibt es dazu eine sehr einfache Anleitung.

Jede der 44 Themenkarten ist liebevoll von der begnadeten Künstlerin Petra Kühne gemalt worden. Sie ist Illustratorin und arbeitet seit fast 20 Jahren u. a. mit dem Beziehungsexperten und Bestsellerautor Chuck Speziano zusammen. Ihre Motive sind zumeist in fantasievollen, fast märchenhaften, aber auch spirituellen Welten angesiedelt. Ich habe sie noch nie persönlich ge-



ZWEI VON 44 KARTEN AUS DEM KARTENSET „RÄUCHERN FÜR DIE SEELE“, GETEXTET VON ANNEMARIE HERZOG UND ILLUSTRITIERT VON PETRA KÜHNE.

troffen. Wir hatten den Kontakt nur über Telefon oder E-Mail. Aber wir waren sofort aufeinander ausgerichtet. Ich habe ihr immer die Räuchermischung zur jeweiligen Karte geschickt und ihr eine Pflanze daraus stellvertretend für die anderen zum Malen vorgeschlagen. Sie hat dann den dazugehörigen Pflanzen-

geist künstlerisch mit jeweils einer Räucherschale dazu in Erscheinung treten lassen. Es ist ihr sehr liebevoll gelungen.

„Wenn ich das erste Kartendeck in Händen halten werde, bilde ich am Boden einen Kreis aller Karten und stelle mich mitten hinein. Das wird sicherlich ein überwältigendes Gefühl.“

Ich wünsche allen Leserinnen und Lesern, dass sie durch das Ziehen dieser Karten immer einen Hinweis bekommen, wo sie im Leben gerade hinschauen sollen. Wenn jeder zu sich selbst ehrlich ist und sich das Thema eingesteht, die über die Karte gespiegelt wird, dann helfen die Pflanzen und auch die Naturwesen dabei, den inneren Frieden wieder zu finden.

In meiner Räuchermanufaktur finden Sie die richtige Räuchermischung zum jeweiligen Thema, das auf der Karte steht. Somit hat jeder gleich genau diese Kräuter und Pflanzenteile, die beim jeweiligen Seelenleid helfen können. Damit kommt alles aus einer, meiner Hand: die Seelenkarten, das entsprechend passende Räucherwerk und – wenn gewünscht – auch das dazu ideale Buch „Die Räucher-Apotheke für die Seele“. Sie erhalten meine Produkte in meinem Shop unter [www.achanta.at](http://www.achanta.at) (Deutschland, Österreich, Italien) und in der Schweiz bei meinem Vertrieb Schnarwiler AG unter: [www.schnarwiler.ch/air-therapie/raucherwaren.html](http://www.schnarwiler.ch/air-therapie/raucherwaren.html)

**Kartenset, Buch und Räucherwerke zum Artikel**



**NEU Annemarie Herzog und Petra Kühne Kartenset: „Räucherungen für die Seele – Intuitiv zur richtigen Mischung“**

Unsere Seele ist für die Energien von Räucherungen besonders empfänglich. Diese Karten stellen nicht nur ein Räucherwerk vor, sondern bieten konkrete Rezepte von der bekannten Expertin Annemarie Herzog an, etwa für Entspannung, Dankbarkeit oder Urvertrauen. Dank Affirmationen und der zauberhaften Naturwesen der bekannten Illustratorin Petra Kühne kann der Anwender das jeweilige Thema umfassend in seinen Alltag einfließen lassen. Intuitiv gezogen, zeigen die Karten dem Anwender immer die Räuchermischung, die er gerade benötigt.

Schirner Verlag, 44 Karten im Format 89 x 127 mm, mit Begleitbuch  
ISBN 978-3-8434-9122-8 | € 19,95 [D] | € 20,60 [A] | € 21,90 [I] | Fr. 33,90 [CH]  
Erscheinungsdatum: 14.11.2019



**Annemarie Herzog Buch: „Die Räucherapotheke für die Seele“**

Ob seelisches Leid oder psychische Krankheit: Räuchern war für unsere Vorfahren eine selbstverständliche Unterstützung des Seelenlebens. Das traditionelle Wissen um die Wirkkraft des Räucherns wurde Annemarie Herzog von ihrer Großmutter vermittelt. Mit ihrer „Räucher-Apotheke“ gibt sie es an Sie weiter! Für die in der heutigen Zeit häufigsten Themen hat die Autorin kraftvolle Mischungen zusammengestellt: gegen Burn-out, Essstörungen und Ängste, für innere Balance, Fülle und Selbstliebe ... Dabei werden nur heimische Pflanzen verwendet, sodass Sie das Räucherwerk auch direkt vor der eigenen Haustür sammeln können.

Schirner Verlag | 128 Seiten | ISBN 978-3-8434-1203-2  
€ 9,95 [D] | € 10,30 [A] | € 10,90 [I] | Fr. 15,90 [CH]



**Räuchermischungen für die Seele**

20 Räuchermischungen, die für seelische Themen bestimmt sind, bietet Annemarie Herzog mit ihrer Räuchermanufaktur ACHANTA an. Durch die Wirkung der Kräuter sowie der Wurzeln, Harze, Hölzer, Blüten und Blätter können Themen sehr rasch und effektiv behandelt werden, weil der Rauch großflächig von den Zellen des Körpers aufgenommen wird.

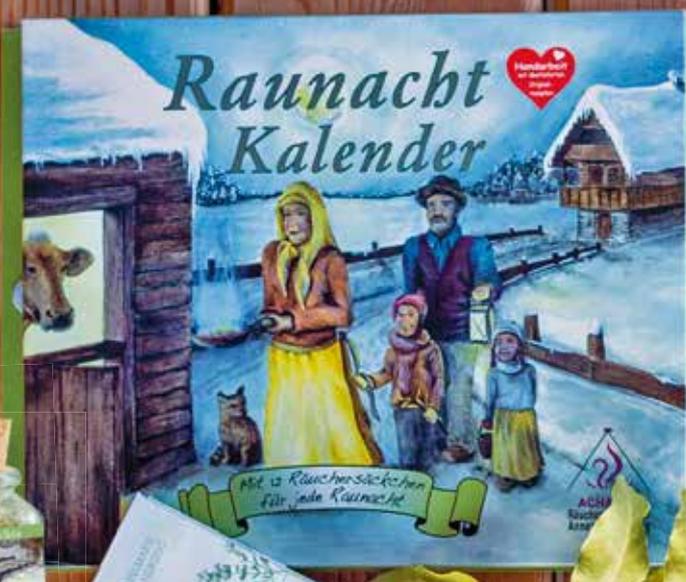
Räuchermanufaktur ACHANTA | 20 verschiedene Themen | 50 ml pro Glas (Thema)  
€ 9,95 [D] | € 10,30 [A] | € 10,30 [I] | Fr. 16,50 [CH] pro Glas (Thema)

**KONTAKT ZU DEN PERSONEN DES KARTENSETS**

Annemarie Herzog, Autorin  
T: +43 (0)650 3845 842  
E: [achanta@malusa.at](mailto:achanta@malusa.at)  
I: [www.malusa.at](http://www.malusa.at)



Petra Kühne, Illustratorin  
T: +49 (0)6434 9063405  
E: [traumwelt@petralefaye.de](mailto:traumwelt@petralefaye.de)  
I: [www.petralefaye.de](http://www.petralefaye.de)



# ANNEMARIE HERZOG

Kaum ist der Advent mit dem 24. Dezember, dem Heiligabend, zu Ende, beginnt am 25. Dezember, am Christtag, wie wir in Österreich diesen ersten Weihnachtsfeiertag nennen, die Zeit der Raunächte.

Raunachtprodukte der ACHANTA RÄUCHERMANUFAKTUR

- ① **Raunacht Kalender** (ISBN978-3-200-05717-3)  
Bestehend aus einem Kalender gefüllt mit 12 Räuchermischungen, passend zum jeweiligen Raunachtsthema.
- ② **Raunacht Kalender Nachfüllung**  
12 Räuchermischungen
- ③ **Buch: „Gelebte Rau(ch)nächte“** (ISBN978-3-99025-282-6)  
Freya Verlag, 136 Seiten  
Beinhaltet sehr leicht verständlichen Informationen zu den Themen der Raunächte. Erklärung der Zusammensetzung der Räuchermischungen jeder einzelne Raunacht.
- ④ **Raunacht Tagebuch** (Lingen Verlag, ASIN: B073LNY24M)  
Zum Eintrag aller Vorkommnisse während der Raunachtszeit (auch Träume)
- ⑤ **Räucherwerk Raunacht** 100 ml Glas oder Geschenksverpackung in Organza 15g
- ⑥ **Meditationen für die Raunächte CD**  
12 Kurzmeditationen gesprochen von Annemarie Herzog  
Hintergrundmusik der Kultband Humus aus Kärnten.
- ⑦ **Holzbox: „Meine Raunachtskiste“**  
Raunachtskalender, Raunachtsbuch, Raunachtstagebuch, Raunachtsmeditations CD, Räucherschale, Räuchersand, Räucherkohle

# Epigenetik

## Wie Umwelt und Verhalten Gene steuern

„1 % der Krankheit ist genetisch bedingt und 99 % beziehen sich auf die Umwelt, d. h. die Art und Weise, wie Du die Umwelt, in der Du lebst, interpretierst oder wahrnimmst.“

Bruce Lipton (Entwicklungsbiologe und Stammzellenforscher)

Die Wissenschaft der Epigenetik, was wortwörtlich „Kontrolle oberhalb von Genetik“ bedeutet, ändert unser Verständnis dafür, wie das Leben kontrolliert wird. Umwelteinflüsse, einschließlich Ernährung, Stress und Emotionen, können Gene verändern, ohne ihren Grundentwurf zu verändern. Die Umgebung dient als „Dienstleister“, der diese genetischen Entwürfe liest und sie einschaltet und letztlich für den Charakter des Lebens einer Zelle verantwortlich ist. Es ist das „Bewusstsein“ einer einzelnen Zelle von der Umgebung, das überwiegend die Mechanismen des Lebens in Bewegung setzt. VON DR. AKUMA SANINGONG

Tatsächlich ist heutzutage die Epigenetik, das Studium der molekularen Mechanismen, durch die die Umwelt die Genaktivität kontrolliert, einer der aktivsten Bereiche der wissenschaftlichen Forschung. Die Epigenetik enthüllt das, wenn wir unsere Wahrnehmungen und Umwelt verändern, sich dann unsere Gene ebenfalls ändern können.

Die Idee, dass unsere Wahrnehmungen unsere Gene überschreiben können, ist jetzt an der Spitze der medizinischen Forschung. Alles, was wir aus dem medizinischen Modell ausgeschlossen haben – Energie, Gedanken, Geist –, stellt sich jetzt als der Hauptmechanismus der Interaktion mit der physischen Realität heraus.

Die Geschichte der epigenetischen Kontrolle ist die Geschichte darüber, wie Umweltsignale die Aktivität der Gene kontrollieren. Es ist jetzt klar, dass die Vorrangstellung der DNS revidiert wurde und als „die Vorrangstellung der Umwelt“ bezeichnet wird. Der neue, komplexere Informationsfluss in der Biologie beginnt mit einem Umweltsignal, geht dann über zu einem Steuerprotein und erst dann zur DNS, RNS und zum Schluss zum Protein.

Die Wissenschaft der Epigenetik hat auch klargemacht, dass es zwei Mechanismen gibt, durch die Organismen Erbinformationen weitergeben. Diese zwei Mechanismen ermöglichen Wissenschaftlern einen Weg, um den Beitrag der Natur (Gene) und den Beitrag der Erziehung (epigenetische Mechanismen) im menschlichen Verhalten zu studieren. Spezifische Frequenzen und Muster der elektromagnetischen Strahlung steuern die DNS, RNS und die Proteinsynthese; verändern die Proteinform und Funk-

tion und kontrollieren die Genregulierung, Zellteilung, Zellspezialisierung, Morphogenese, Hormonausschüttung, das Nervenwachstum und die Nervenfunktion.

Zellen werden – genauso wie Du und ich – davon geformt, wo sie leben. Mit anderen Worten: Es ist die Umwelt, Dummkopf! Deine Gene bestimmen nicht Dein Leben, und Du änderst Dein Leben, wenn Du Deine Ansichten änderst. Du „steckst nicht fest“ mit Deinen Genen. Es sind Deine eigenen Gedanken, Emotionen und Ansichten, die eine Kette von physiologischen Effekten in Deinem Körper auslösen.



DR. AKUMA SANINGONG HAT IM FACHGEBIET NATURWISSENSCHAFTEN MIT SCHWERPUNKT BIOTECHNOLOGIE UND PROTEIN-BIOCHEMIE PROMOVIERT. FOTO: TABOTGRAPHY.COM

### Epigenetik anschaulich erklärt

Betrachte Epigenetik so: Ein Computer kommt voll beladen mit Anfangssoftware, aber mit der Zeit wird unterschiedliche zusätzliche Software heruntergeladen. Der Computer (die DNS) bleibt gleich, aber abhängig von der Software, die eine Per-

son heruntergeladen hat (die epigenetischen Variationen), kann es starke Unterschiede geben, was der Computer macht und wie er operiert. Wenn wir also unsere Gedanken denken und unsere Gefühle fühlen, dann antworten unsere Körper mit einer komplexen Formel von biologischen Änderungen und Umstellungen, und jedes Erlebnis löst reale genetische Veränderungen in unseren Zellen aus.

Dieselben Gene können bewirken, ob sich jemand glücklich oder depressiv fühlt, abhängig von der Umgebung. Wenn man Genforschung und kognitive Forschung kombiniert – unsere „Filter“ beeinflussen, wie wir unsere Umwelt wahrnehmen –, können wir ein besseres Verständnis für psychische Erkrankungen entwickeln und damit bessere Therapien.

Die Mehrzahl der Gene – Schätzungen schwanken zwischen 75 und 85 % – werden von Signalen aus unserer Umwelt an- und ausgeschaltet, einschließlich der Umwelt der Gedanken, Ansichten und Emotionen, die wir in unserem Gehirn ansammeln. Eine Klasse dieser Gene, die Immediate-Early-Genes (IEGs), benötigt nur drei Sekunden, um aktiviert zu werden. IEGs sind oft regulierende Gene, welche die Aktivierung von hunderten anderen Genen und tausenden von anderen Proteinen an entfernten Orten in unserem Körper kontrollieren. Diese Art von tiefgreifender und schneller Änderung ist eine plausible Erklärung für Spontanheilungen.

Wenn man über die Epigenetik spricht und dabei die Telomere nicht einbezieht, ist die Diskussion nicht vollständig. Deine Geisteshaltung und Deine Telomere haben eine enge Verbindung.

### Epigenetik im Alltag – Praxistipps

Es gibt einen Haken: Lebenserfahrungen können die Aktivität von Telomerasen stimulieren oder einschränken. So können pränatale Stresserfahrungen, Missbrauch (verbaler wie physischer Natur), häusliche Gewalt, posttraumatische Be-

lastungsstörung (PTSD), Ernährungsfehler und Liebesentzug die Aktivität von Telomerase behindern. Diese Faktoren tragen zu einem Ausbruch von Krankheiten und einer verkürzten Lebensdauer bei.

Im Gegensatz dazu können Sport, gute Ernährung, eine positive Grundeinstellung, glückliches und dankbares Leben, anderen Helfen und das Erfahren von Liebe die Aktivität der Telomerase verbessern und zu einem längeren und gesünderen Leben führen. Tatsächlich konnte eine kanadische Studie feststellen, dass Brustkrebspatienten, die in einer Selbsthilfegruppe waren und aufmerksame Meditation betrieben, die Länge ihrer Telomere erhalten konnten, während in der Kontrollgruppe ohne Begleitung die Telomere kürzer wurden.

Den Haupteinfluss auf die Aktivität der Telomerase hat der eigene Kopf. Und ja, wir können uns bewusst dazu bringen, die Aktivität unserer Telomerase zu verbessern. Die Rolle von Telomeren und Telomerasen bei Krebs und Alterungsprozessen ist so bedeutend, dass den Entdeckern 2009 der Nobelpreis verliehen wurde.

### Zusammenfassend gehören zu einem epigenetischen Lebensstil folgende Aspekte:

► **Essen und Wasser:** Eine ausgewogene Ernährung, bei der auch die Qualität und Quantität eine wichtige Rolle spielen, sowie sauberes Wasser, z. B. Quellwasser oder zumindest filtriertes Leitungswasser, sollen in Erwägung gezogen werden.

„Lasst eure Nahrung eure Medizin und eure Medizin eure Nahrung sein!“ Hippokrates

► **Bewegung:** Mehr als 25 % aller Erkrankungen können durch Bewegung therapiert werden. Eine erkannte Gefahr ist eine gebannte Gefahr.

► **Schlaf und Sex:** Schlaf ist die Erholung des Geistes. Ausreichender Schlaf und eine Balance im sexuellen Leben sollen nicht zu kurz kommen.

► **Licht und Luft:** Gehe nach draußen, um natürliches Licht zu empfangen. Das hilft bei der Melatonin-Produktion für den Schlaf. Sonnenlicht unterstützt auch die Produktion von Vitamin D.

► **Soziale Umwelt:** Deine soziale Umwelt ist wichtig. Die Menschen, mit denen Du am meisten Zeit verbringst, beeinflussen die Wahrnehmung Deiner Umwelt und Deiner Gedanken und Deine Biologie und Dein Leben.

► **Mentale Hygiene:** Deine Gedanken sind alles und sie kreieren Deine Realität. Dein Körper ist nur ein Instrument Deiner Gedanken. Er sagt und führt aus, was der Geist ihm sagt. Beruhige Deinen Verstand und lasse Deine Seele mit Dir sprechen. In der Ruhe finden sich mit einem plötzlichen Quantensprung Kreativität und Lösungen von Problemen.

... weiterlesen nächste Seite

### BUCHTIPP



**Dr. Akuma Saningong**  
**Innere Türen öffnen: Inspirierende Zitate und zeitlose Weisheiten für 365 Tage**

Independently published – 376 Seiten  
 ISBN 978-1791515508 | € 20,00  
 Siehe: <http://bit.ly/zitatetaschenbuch>

#### VIDEOREIHE:

Anmeldung zur kostenlosen Videoreihe zum Thema „Persönlichkeitsentwicklung 4.0“ mit einem Modul über die Epigenetik: <http://bit.ly/videoreihepersönlichkeitsentwicklung>

Positive und negative Faktoren aus unserer Umwelt sind ganz wesentlich an der Steuerung unseres Körpers und damit an der Entwicklung unserer Gesundheit beteiligt. Ernährung, Bewegung, Vitamin D, aber auch mentale Aspekte sind Beispiele dafür.

Die Gestaltung unserer Umwelt und unseres Lebensstils bestimmt, in welchem Ausmaß die positiven und negativen Faktoren zum Tragen kommen. Nutzen wir die Ressourcen der Natur und schaffen wieder gesunde Lebenswelten, die den inneren Arzt zur Entfaltung bringen.

*Es ist das „Bewusstsein“ einer einzelnen Zelle von der Umgebung, das überwiegend die Mechanismen des Lebens in Bewegung setzt.*

### ZUR PERSON ↷

Dr. Akuma Saningong ist promovierter Naturwissenschaftler, Buchautor, Keynote Speaker und Motivationstrainer im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung. Er beschäftigt sich mit Epigenetik und Quantenphysik, damit jeder sein volles Potenzial entfalten kann.



### KONTAKT ↷

Dr. Akuma Saningong  
A: Jevenstedter Straße 53  
D-22547 Hamburg  
T: +49 (0)40 74060197  
E: info@drsaningong.com (auch für Vortragsanfragen)  
I: www.drسانینگونگ.com/de  
(mit der Möglichkeit der Anmeldung zum kostenlosen Newsletter „Mittwoch Inspiration“)



### Margarethe Schweiger:

### In der eigenen Kraft der Mitte bleiben

Die gebürtige Steirerin Margarethe Schweiger lebt seit 2012 in Klagenfurt. Ihr erlernter Beruf ist Bürokauffrau. Seit 13 Jahren arbeitet sie als Energetikerin und unterstützt durch Wirbelsäulenbegradigung, Ausleiten von Allergien und Rück-Polarisierung nach Eduard Guljaev liebevoll Menschen bei ihren körperlichen, seelischen und geistigen Problemen.

Ihr spezielles Fachgebiet ist es, seelische bis schwere traumatische Verletzungen zu bearbeiten. Sie entwickelte eine eigene Technik der Neutralisierung und wendet

sie seit Februar 2018 bei allen Problemen der Hilfesuchenden an. Ihre Klienten erleben durch diese Methode große Erfolge und berichten von einem harmonischeren Miteinander in allen Bereichen.

2010 erschienen zwei eigene CDs:

- Wirbelsäulen-Selbst-Aufrichtung und
- Reinigung des Zentralkanals durch deinen Seelenstern.

Im März 2019 veröffentlichte der Synergia Verlag ihr erstes Buch „Selbst-Schutz Abgrenzung“, in dem sie beeindruckend aufzeigt, wie sehr wir dem ständigen Abziehen unserer Energie unbewusst ausgesetzt sind. Sie zeigt durch viele Beispiele auf, wie Sie dank praktischer „Abgrenzungs-Übungen“ in Ihrer eigenen Kraft und Mitte bleiben können und den Umständen im Außen künftig mittels Beobachtung mit Leichtigkeit begegnen werden. Probieren Sie es aus, Sie werden begeistert sein!

### BUCHTIPP



### Margarethe Schweiger Selbst-Schutz Abgrenzung

Synergia Verlag  
108 Seiten  
ISBN 978-3-906873-76-3  
€ 15,90 (D) | € 16,40 (A)  
€ 17,50 (I) | Fr. 21,90 (CH)

### KONTAKT ↷

Margarethe Schweiger

T: +43 (0)676 5162325  
E: info@schule-des-heilseins.at  
I: www.schule-des-heilseins.at



# Geistiges Heilen - Therapie ohne Grenzen ?

Über die Arbeit der beiden Heiler  
Prof. Dr. h. c. Christos Drossinakis  
und Bettina Maria Haller

FOTO: K.K.

Ist *Geistiges Heilen* erlernbar? „Vor mehr als einem Jahrzehnt hätte ich diese Frage entschieden mit NEIN beantwortet“, sagt heutzutage der Heiler Prof. Dr. h. c. Christos Drossinakis. „Ich dachte, dass es sich bei der *Fähigkeit, zu heilen*, um eine *Gnadengabe Gottes* handelt, die nur wenigen Auserwählten schicksalhaft zu Teil wird – ein *Charisma*, wie christliche Theologen sagen“, so der gebürtige Grieche. Doch heute weiß er: *Geistiges Heilen ist erlernbar.*

„Durch nichts lässt sich der Erwerb dieser Fähigkeit erzwingen. Stets habe ich diese Worte meines Großvaters im Sinn, der bis heute für mich der begnadetste Heiler geblieben ist, den ich je kennengelernt habe.“ Er sagte einst zu seinem Sohn Christos: „Mein Junge, für jeden von uns hat ein göttlicher Plan eine bestimmte Lebensaufgabe vorgesehen. Aus dir soll ein Heiler werden, das weiß ich. Wenn du eines Tages aus ganzem Herzen Ja dazu sagst, so wirst du die Richtigkeit deiner Entscheidung an der tiefen Erfüllung spüren, die du erlebst, wenn du diese Aufgabe erfüllst. Und es wird dir an der großartigen Hilfe deutlich werden, die du Leidenden dadurch bieten kannst.“

Lange Zeit hat Christos Drossinakis darüber nachgedacht, wie er in welcher Weise diese Gottesgabe, die Gabe, wie „Gott durch mich heilt“, mit anderen teilen kann. „Ich bin mir ziemlich sicher, dass meine Gottesgabe sich nicht zur Vollendung entwickelt hätte, wenn mein Großvater mich nicht zeitlebens angeleitet und gefördert hätte, meine Fähigkeiten zu trainieren und zu verfeinern.“

Heute gilt Drossinakis mit mehr als 135 wissenschaftlichen Experimenten, die seine Fähigkeiten bestätigen, als der meistgetestete Heiler der Welt. All diese Experimente dienen jedoch nur seinem Ziel und seiner Lebensaufgabe, der er mit Hingabe folgt: „Es ist meine tiefste Überzeugung, dass die Wirkweise des Geistigen Heilens nur auf dem langen Weg wissenschaftlicher Überprüfung und Bestätigung die verdiente öffentliche Anerkennung finden wird, um in das Gesundheitswesen einbezogen zu werden.“ Deshalb liegt es ihm am Herzen, dass alle Mitglieder der IAWG-Familie im Zuge des Jahrestrainings durch wissenschaftliche Experimente mit namhaften Professoren ihre Fähigkeiten einer Überprüfung unterziehen.“

## Die Wirkweise Geistigen Heilens ohne Grenzen

Heilung ist Glaube, Liebe und Kraft.

Die Konzentration auf einen bestimmten Menschen in Liebe, der für diesen Augenblick der Wichtigste vor allen anderen ist, kennt keine zeitliche noch räumliche Grenze. Die Energie der Liebe ist

schneller als das Licht.

Genau dies hat kürzlich das letzte Experiment von Drossinakis über die Einflussnahme auf die DNS mit dem Biophysiker Prof. Ignat Ignatov eindrucksvoll bestätigt. Jetzt werden diese Ergebnisse von weiteren Wissenschaftlern überprüft und auf weitere Hinweise der Wirkweise Geistigen Heilens untersucht, um baldigst allen Forschenden auf unserer Website zur Verfügung zu stehen.

Die Experimente über die Einflussnahme auf Krebszellen zeigen eindeutig, dass Geistiges Heilen kranke Zellen in gesunde Zellen verändern kann und dass es eine positive Einflussnahme auf das Immunsystem, die Mitochondrien, auf Entzündungen, auf die allgemeine Lebensdauer und die Entwicklung der Tumorzellen haben kann. Aufgrund dieser unerwartet positiven Forschungsergebnisse hat Drossinakis nun eine Einladung zum diesjährigen Kongress über Stammzellen und Krebs in die südkoreanische Hauptstadt Seoul erhalten.

... weiterlesen nächste Seite

Bei einem Fernexperiment im Dezember 2018 von Frankfurt in das 11.000 km entfernte japanische Nagano haben Christos Drossinakis und seine Heilerkollegin Bettina Maria Haller, beide vom IAWG – Internationale Akademie für Wissenschaftliche Geistheilung, bewiesen, dass Energie keine Grenzen kennt.

Dazu wurden von beiden Heilern jeweils zwei Versuche durchgeführt. Wasser in Nagano wurde zum einen in einer Glasflasche und zum anderen in einer Wasserflasche, die sich in einem Metallbehälter befand, von Frankfurt aus energetisiert.

In beiden Fällen wurde eine Veränderung der Wassercluster in meV (Megaelektronenvolt) gemessen, die eindeutig die Fernwirkung der Heiler auf die Proben belegt. In den Wasserclustern der energetisierten Proben wurden mehr Moleküle nachgewiesen. Weiters wurde festgestellt, dass die fernenergetisierten Proben die Qualität von Heilwasser haben. Das bedeutet, dass energetisiertes Wasser entzündungshemmend wirkt und über mehr Elektronen verfügt, mit dem Ergebnis, dass das Wasser antioxidative Wirkung hat.

## Messung der UV-Emissionen während der Heilsitzung

Bei Versuchen vom 20. bis 22. Februar 2012 in der Föderativen Staatlichen Einrichtung Sankt Petersburger Forschungsinstitut für Sport unter der Leitung von Prof. Dr. Konstantin Korotkov kam es zu einem erstaunlichen Versuchsergebnis.

Bei der Energieübertragung, die Bettina Maria Haller an einer Frau in St. Petersburg im Februar 2012 durchführte, wurde unter Verwendung einer Hochleistungsdigitalkamera C8484-16C von Hamamatsu

und einer UV-Lichtquelle zum ersten Mal eine starke Transformation der UV-Lichtparameter festgestellt. Es wurde beobachtet, wie Licht in den Körper der behandelten Person überging. Bei der Energieübertragung von Drossinakis wurde eine Färbung des gesamten Bildes festgestellt.

Ohne UV-Lichtquelle wurden ebenfalls helle, sich bewegende Punkte festgestellt.

Diese Daten bestätigen die Idee, dass im Heilungsprozess von den Händen und vom Körper des Heilers eine starke Ausstrahlung ausgeht, die in verschiedenen Frequenzbereichen festgestellt werden kann. Versuchsergebnisse dieser Art wurden zum ersten Mal in der Forschung erzielt.



HEILER PROF. DR. H. C. CHRISTOS DROSSINAKIS (BILDMITTE) MIT DEN WISSENSCHAFTLERN PROF. DR. GEORGI GLUHEV (LINKS) UND PROF. DR. IGNAT IGNATOV. FOTO: K.K.

## Geist lässt Neonröhre leuchten – Drossinakis im Psychokinese-Test

Am 3. August 2005 belegt ein faszinierender Test vor laufenden Kameras, wozu der menschliche Geist im Stande ist. Im Forschungszentrum für Medizinische Biophysik in der bulgarischen Hauptstadt Sofia lässt Drossinakis durch bloße Konzentration eine Neonröhre aufleuchten, die keinen Stromanschluss hat. Um jede Täuschungsmöglichkeit auszuschließen, musste der Heiler für diesen Test seine Kleidung bis auf die Unterhose ablegen. Die Hände wusch er vorher gründlich, die Leuchtröhre durfte

er nicht berühren. Der Test wurde in drei unterschiedlichen Parametern durchgeführt:

1. Drossinakis sitzt unmittelbar vor der Röhre,
2. Drossinakis sitzt einen halben Meter vor der Röhre und
3. Drossinakis konzentriert sich auf die Neonröhre aus einem anderen Zimmer, das zweieinhalb Meter entfernt ist.

Unfassbar: In allen drei Versuchen leuchtete die Röhre deutlich sichtbar auf, wie Prof. Dr. Ignat Ignatov bestätigt. Allerdings nahm der Effekt mit größerem Abstand ab.

## Russisches Gesundheitsministerium testet Drossinakis als Fernheilender

Zu den aufgeschlossenen Gesprächspartnern von Drossinakis zählte in Moskau auch Prof. S. V. Zenin, Leiter des Problem Laboratory im Russischen Gesundheitsministerium. Er überprüfte im November und Dezember 2002 in drei Fernheiltests Drossinakis Fähigkeiten wie folgt:

1. Ferneinfluss auf die elektrische Leitfähigkeit von Wasser – die Wasserproben wiesen deutlich veränderte elektrische Leitwerte auf.

2. Fernwirkung auf die Beweglichkeit von Würmern – während des Einflusses bewegten sich die Würmer mehr.

3. Fernwirkung auf Blutserum – das von Frankfurt aus beeinflusste Blut in Moskau reagierte mit deutlichen Veränderungen mehrerer Parameter; Tumormarker und Marker des Autoimmunprozesses wurden verbessert.

Zusammenfassend stellte Professor Zenin fest: „Alle drei Tests zeigen,



DIE HEILER PROFESSOR PROF. DR. H. C. CHRISTOS DROSSINAKIS UND BETTINA MARIA HALLER. FOTO: K.K.

dass der Ferneinfluss von Drossinakis von Frankfurt am Main aus nach Moskau tatsächlich existiert. Darüber hinaus kann bestätigt werden, dass ebenfalls ein von Drossinakis ausgehender Heileffekt beobachtet worden ist.“

Oftmals wurde Drossinakis vorgeworfen, er sei ein Sekundenheiler, da er die Hände nur für eine kurze Zeit auflegt. In der Biophotonenmessung bei dem deutschen Biophysiker Professor Dr. Fritz Albert Popp wurde jedoch bestätigt, dass von den

Händen von Drossinakis ein geheimnisvolles Licht ausgeht, das er willentlich weit über Normalwerte verstärken kann – und dass dies möglicherweise der Schlüssel zu seinen Heilerfolgen ist. Popp, der Entdecker dieses von einem lebenden Menschen ausgehenden geheimnisvollen Lichtes, nennt es Biophotonen. Er entwickelte eigene Apparate, um dieses Licht messen und sichtbar machen zu können.

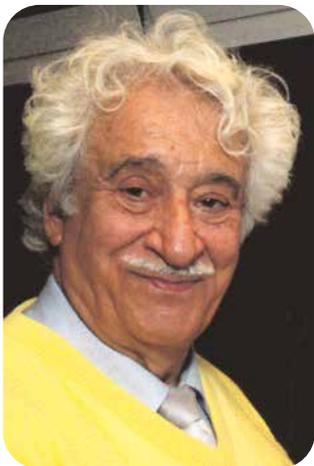
Bei einer Biophotonenmessung von Drossinakis rechter Hand, während

er sich auf das Heilen konzentriert, stellte Popp fest, dass es nach 35 Sekunden zu einer regelrechten Eruption von 900 gemessenen Einheiten von Biophotonen kommt, was für den Physiker schlicht nahezu spektakulär und sensationell ist. Normalerweise treten aus der Handfläche eines Menschen nur wenige Photonen aus. Damit wurde Drossinakis Annahme, dass ein längeres Liegenlassen der Hände bei einer heilenden Energieübertragung einem Placebo-Effekt gleiche, von Popp eindrucksvoll bestätigt.

All diese Experimente belegen eindeutig die Wirkweise Geistigen Heilens. Trotzdem ist Drossinakis bestrebt, noch mehr „Beweise“ zu sammeln.

In der IAWG freut er sich mit jeder/jedem seiner Schülerinnen/Schüler über errungene Darstellungen der Wirkweise der Geistheilung, denn schließlich gilt es nicht nur den eindeutigen Nachweis zu erbringen, sondern auch nach dem Wie zu forschen. Dieses Wie ist immer noch nicht eindeutig nachvollziehbar, da die Änderungen der Tausende, womöglich sogar aber Millionen von Funktionsänderungen noch nicht dokumentiert werden können.

Deshalb ist auch die Forschung in diesem Bereich wahrlich ohne Grenzen.



Prof. Dr. h.c.  
Christos Drossinakis

## Geistheilung

Termine  
am 18. + 19. November

Schloss Krastowitz  
Krastowitz 1, A-9020 Klagenfurt



Bettina Maria Haller

Anmeldung unter: 0043/664 460 76 54, Sms oder Tel.

## Wir heilen unser verletztes inneres Kind – wir wachsen ... Familienstellen mit Sophie Hellinger live in Peking



TAUSENDE KAMEN UND WAREN IN PEKING BEGEISTERT VOM FAMILIENSTELLEN NACH HELLINGER. FOTO: K.K.

„Zwei Augen hat die Seele: Eins schauet in die Zeit, das andre richtet sich hin in die Ewigkeit.“ Diese Aussage des Arztes, Priesters und Dichters Angelus Silesius alias Johannes Scheffler (1624 – 1677) kennzeichnet Anliegen und Wirkung der Hellinger-Arbeit, von der wir so überzeugt sind, dass wir Ihnen allen nahelegen, wo immer sich die Gelegenheit bietet, die tiefe innere Erfahrung zu machen, welchen Bogen dieses „Familienstellen“ nach Original-Hellinger zu Welt und Gott zu schlagen vermag. Wir wiederholen uns gerne, wenn wir sagen: Es gibt derzeit keine bessere Lebenshilfe als die Hellinger-Arbeit. VON WOLFGANG MAIWORM UND LARA WEIGMANN

Warum? Weil sie die Gesetze des Lebens in ihrer Folgerichtigkeit aufnimmt: Polaritätsgesetz, Resonanz-Gesetz, Gesetz der Anziehung – und das alles auf der Basis von Liebe = Leben. Und in unserer persönlichen Essenz gipfelnd, dass auch unsere Erfahrungen, die wir während der Gestalt-Ausbildung auf der Grundlage von Virginia Satirs Aufstellungskriterien 1982/83 machten, meisterlich von Bert und Sophie Hellinger übertrumpft werden. Sie erfuhren die Gnade des Verstehens größerer Zusammenhänge. Mutig und demütig erfüllten und erfüllen sie den Auftrag, dem Leben zu dienen.

Nachdem wir im letzten Herbst in São Paulo (Brasilien) die Gelegenheit hatten, Sophie Hellinger in der Nachfolge des sich mittlerweile zurückziehenden Meisters und Ehemannes Bert Hellinger (93) zu erleben, waren wir nun begünstigt, ihre Arbeit in Peking als einen absoluten Höhepunkt zu erfassen: Weit mehr als tausend Chinesen haben in Peking erfahren, dass sie sich schwertun, ihre Gefühle zu offenbaren und Emotionen zuzulassen; doch die einfühlsame, intuitive und zugleich klare und strukturierte Hingabe von Sophie Hellinger an des Einzelnen Seelentiefe machte das vermeintlich Unmögliche möglich – und wie eine Rosenknospe sich der Wärme zuneigt und sich öffnet, weiteten sich die Herzen, verströmten Liebe, überwandten sprachliche, gesellschaftliche, politische Grenzen. Das ist Völkerverständigung gewesen, die nachhaltig wirken wird!

Die Crew um Sophie Hellinger (insbesondere Yao Yao und Matthias Posch) machte im Vorfeld zu diesem Event eine hervorragende Arbeit. Die Organisation, das Bühnenbild, der Blumenschmuck, die Dramaturgie und Energie, die Übersetzung vom Deutschen

ins Chinesische und umgekehrt, die Hotelauswahl, die zeitliche Einteilung, die Präsenz, die wechselnde, passend venusische Kleidung von Sophie – alles perfekt! Entsprechend dem Gesetz „Wie außen, so innen“ war der Grundstein gelegt für die erfolgreiche Umsetzung des Leitgedankens zur Veranstaltung: „Wir heilen unser verletztes inneres Kind.“

Wer die Hellinger-Arbeit noch nicht kennt, muss wissen, dass die Person, die ihr „inneres Kind“ verloren hat und nun wiederzufinden sucht, ihr Anliegen Sophie vorträgt. Diese erfasst dann, ob das vorgebrachte Anliegen ernsthaft hinterfragt werden will oder ob es vielleicht nur einen Neugierde-Effekt beim Gegenüber befriedigen soll. Kommt es zur Aufstellung des Anliegens, werden für die zum Thema gehörenden Personen von Sophie im lebendigen Feld der Anwesenden als „Stellvertreter“ ausgesucht. Auf der Bühne durchleben die aufgestellten Personen die Wirkung des kollektiven Unbewussten, folgen den sie durchströmenden Bewegungen der Seele, vermitteln dem Betrachter ein Bild, wie die einzelnen Personen (oder Aspekte eines Ereignisses) zueinander stehen, offenbaren Nähe oder Entfernung, Hinwendung oder Ablehnung, Wärme oder Kälte usw.

Dabei entsteht im Raum eine Spannung, die nur entstehen kann, wenn die Energie in eine Richtung gelenkt ist: in ein Mitgefühl göttlichen Ausmaßes. Und wieder drängt sich die gesammelte Weisheit des Angelus Silesius als ein Gleichnis auf: „Zeit ist wie Ewigkeit und Ewigkeit wie Zeit, so du nur selber nicht machst einen Unterschied.“ Es gibt nur dieses Hier und Jetzt, Vergangenheit und Zukunft treffen sich in einem Punkt, und in uns offenbart sich der Sinn, wie er in allen Aufstellungen aufleuchtet: „Liebe, Dir ergeb ich mich,

Dein zu bleiben ewiglich!“ Können Sie sich vorstellen, was es für uns politisch Verbogene, die vor einiger Zeit noch die Chinesen als „gelbe Gefahr“ betrachten sollten, bedeutet, die aufgebrochenen, aufgetauten Seelen als Dir und mir verwandt zu erkennen? Es wird überdeutlich, wie sehr gerade wir Deutsche so viele Wesenszüge unser Eigen nennen, die wir im Spiegel bei den Chinesen finden: Ordnungsliebe und gleichzeitig ein Verlorensein im Materiellen, ehe uns das „innere Kind“ wieder begegnet und die massiv sich als Zeitgeist ausbreitende künstliche Intelligenz zugunsten einer bewussten, hautnahen Kommunikation in ihre Schranken verweist. „Handys bitte ausmachen! – Nehmt Euch an der Hand, spürt Euch, tanzt, klatscht in Eure Hände, spendet Euch den Beifall für Wachheit und Weisheit!“



Sophies Worte sind eindringlich. Sie redet schnörkellos. (Vielleicht) ohne es zu wissen, ist sie im Tao verwurzelt und erfüllt den Lebenssinn des chinesischen Weisen Laotse (6. Jh. v. Chr. / Vers 81 „Tao Te King“): „Wahre Worte sind nicht schön, schöne Worte sind nicht wahr. Der Gute redet nicht gefällig, wer gefällig redet, ist nicht gut. Der Weise ist nicht gelehrt, der Gelehrte ist nicht weise. Der Weise häuft keinen Besitz an; je mehr er für die Menschen tut, desto mehr besitzt er. Je mehr er den Menschen gibt, desto mehr empfängt er. Das Tao des Himmels ist: nützen, ohne zu schaden. Das Tao des Weisen ist: tun, ohne zu streiten.“

Nachdem Bert Hellinger das Familienstellen in alle Munde brachte und die Kritik der Ewiggestrigen auf sich zog, aber beharrlich immer tiefer die Zusammenhänge von Mutter und Vater zu Beziehungen aller Art ergründete, erkannte er meisterlich, dass eine Weiterentwicklung seiner pionierhaften Arbeit nur von Sophie, seiner geliebten Frau, ausgehen kann. Sein Vertrauen, ausgehend von einer erwachsenen Beziehung und gewachsener Bereitschaft, der auferlegten Verantwortung für eine Heimführung der individuellen Seele in ihre allumfassende Dimension der Weltenseele gerecht zu werden, ist die Kraft, die Sophie nährt und Tausende in ihren Bannkreis zieht.

„Liebe, Dir ergebe ich mich,  
Dein zu bleiben ewiglich!“

Ja, es ist die MUTTER, von der alles ausgeht. Ja, es ist das Mütterliche, das von Sophie ausgeht und die Glaubwürdigkeit der Hellinger-Arbeit auch in dieser ganz persönlichen Ausstrahlung offenbart. Wir fragen Sie mit ihr und abertausend Hellinger-Freundinnen und -Freunden in der ganzen Welt: „Haben Sie Ihrer Mutter Auge in Auge gesagt, dass Sie sie lieben, weil sie Ihnen das Leben geschenkt hat?“ Wenn nicht, holen Sie es um Ihrer selbst Willen nach, denn andernfalls haben Sie keine Chance, eine glückliche Beziehung im Privaten und im Beruflichen zu gestalten. Und wenn Ihre Mutter nicht mehr leben sollte, holen Sie es in Gedanken nach. Auch diese Energie wirkt. Wecken Sie auf diese Weise Ihr inneres Kind. Nehmen Sie es an der Hand und lassen Sie es wachsen. Was Sie als Kind erlebt haben, ist die Aufforderung, JA zur Herkunft zu sagen, um dann daraus das Eigene zu schöpfen – selbstverantwortlich und des Sinnes folgender Worte gewiss: „Und wäre Christus tausendmal in Bethlehem geboren, und nicht in dir: Du bliebst doch in alle Ewigkeit verloren. Das Kreuz von Golgatha kann dich nicht von dem Bösen, wenn es nicht auch in dir wird aufgerichtet, erlösen.“



MIT DABEI IN PEKING: DIE AUTOREN LARA WEIGMANN UND WOLFGANG MAIWORM (VORNE RECHTS).

INFO

Nutzen Sie jede Gelegenheit, die Hellinger-Arbeit live zu erleben:  
[www.hellinger.com](http://www.hellinger.com)

AUTORENKONTAKT

Wolfgang Maiworm  
T: +49 (0)6174 2599460  
E: wolfgang@lebens+raeume.de

Lara Weigmann  
T: +49 (0)172 5299113  
E: lara@c-networking.de

# Heilen mit allen Sinnen

## Sternenkinder

- Ungeborene Kinder
- Früh verstorbene Kinder
- Verwaiste Eltern
- Seelenbrücke



Helene Kollross

08283/9287709 | 0162/8509031

[www.repair-energetics-kollross-helene.de](http://www.repair-energetics-kollross-helene.de)



Helene Kollross / Geistiges Heilen

# Heilen mit allen Sinnen Teil 2



HELENE KOLLROSS

Das Leben hat es nicht immer gut gemeint. Viele schwere Prüfungen musste sie im Laufe ihres Lebens meistern. Trotzdem hat sie ihre positive Grundeinstellung behalten. Und nicht nur das: sie nutzt ihre heilenden Fähigkeiten, um anderen Menschen zu helfen. Lesen Sie hier Teil 2 des Interviews mit Helene Kollross.

INTERVIEW: SABINE REINELT

### Frau Kollross, Sie sind ein positiver und zuversichtlicher Mensch, obwohl es das Leben nicht immer gut mit Ihnen meinte ...

In meinem Leben gab es schwere Prüfungen. Die schwerste war der Tod meines Sohnes. Die außergewöhnliche Situation und die prägenden Emotionen in dieser Nacht bestärkten mich auf dem Weg zum geistigen Heilen. Ich bin daran nicht zerbrochen. Es führte mich zu meiner Lebensaufgabe, Hilfesuchenden zur Seite zu stehen und ihren Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Über diese Erfahrung in meinem Leben habe ich ein Buch geschrieben. Und daraus ist eine Buchreihe von Büchern entstanden, welche ich in meinen Behandlungen einsetze, ähnlich eines Kartendecks. Für die Leser ist die Licht- und Klangsignatur in den Büchern enthalten, welche als Anker während des Lesens und nach einer Behandlung aktiviert werden können.

### Diese Schicksalsschläge führten Sie zu Ihrer Lebensaufgabe, Menschen zu helfen. Wie machen Sie das?

Durch meinen aktiven Herzmagneten und meine ausgeprägte Empathie empfangen ich die Schwingungen des Hilfesuchenden, welche ich dann in eine verständliche Sprache übersetze. Ich erkenne die Signale und finde heraus, was das Thema und die Blockaden der Hilfesuchenden sind. Jeden von uns beschäftigt ein Thema. Die Licht- und Klangsignatur, die durch mich fließt, lasse ich wirken und es lösen sich Blockaden. Ich verfüge über stark ausgeprägte telepathische Fähigkeiten – dies nutze ich in Kombination mit diversen Formen alten und neuen Heilerwissens.

### Derzeit liegt Ihnen das Thema „Sternenkinder“ sehr am Herzen. Worum geht es?

Meine ungeborenen Kinder (Sophie, Felix und Isis) hatten sich mehrfach gezeigt. Das erste Mal zeigten sie sich vor Jahren auf einer Dienstreise. Sie zeigten sich energetisch als Delfine und machten mit mir einen Termin zum Treffen auf Teneriffa aus. Wie sich das zugetragen hat, steht in meinem Buch „Date mit meinen ungeborenen Kindern, Zeichen erkennen“.

Meinen Kindern war wichtig, Kontakt zu mir zu bekommen. Sophie zeigte mir meine Gabe der heilenden Hände zu nutzen, Felix brachte mir mein Hellwissen und Isis den Herzmagneten, meine Empathie. Am 26. Mai 2019 zeigten sich andere Sternenkinder, um den Kontakt zu ihren lebenden Angehörigen zu finden. Sie waren alle energetisch da, kein einzelnes Bild, weil es so viele waren. Die Sternenkinder wollen, dass ich eine Seelenbrücke zu ihren Eltern baue, damit sie ihre Kinder wahrnehmen und Kontakt mit Ihnen aufnehmen können. Ich soll den Eltern beistehen, einen Weg ihre Trauer zu überwinden, den Sinn im Ganzen zu finden, sie dahinführen, es wieder zulassen zu können, ihre Gefühle zu spüren. Alles Erlebte führte dazu, dass ich meine Gabe nach außen lebe.

Weitere Bücher aus meiner Buchreihe, die das Thema Sternenkinder und die Erfahrungen mit der geistigen Welt ergänzen sind „Atlas. Trägst du die Last der ganzen Welt“ und „Weiße Taube in finsterner Nacht. Wie ich meinen Sohn verlor“.

*„Letztlich sind wir fähig, sehr viel mehr auszuhalten, als wir uns vorstellen können.“*

### KONTAKT

Helene Kollross  
A: Nordendstraße 13  
D-89352 Ellzee  
T: +49 (0)162 8509031  
E: kollross.helene@web.de  
I: [www.repair-energetics-kollross-helene.de](http://www.repair-energetics-kollross-helene.de)



FOTO: MURATART/SHUTTERSTOCK.COM

# Tough Love of a Teacher

Sind wir bereit  
für die Herzlehren?

FOTO: MASSONFORSTOCK/CLIPDEALER

## Fragen an dein Herz:

Was ist, wenn der spirituelle Weg ein ständiges Aufs-Gesicht-Fallen ist? Eine Universität der harten Schläge, der tiefen Prüfungen, ohne Persilschein auf Unversehrtheit? Was ist, wenn trotz aller Führung Schicksalhaftes passiert? Sind wir dann immer noch bereit, den Seelenkontakt, die Verbindung in einen überpersönlichen Bereich hinein, ins Herz, um jeden Preis aufrechtzuerhalten? Was ist, wenn der Lehrer es sich zur Aufgabe gemacht hat, fixierte Strukturen, die er im Schüler erkennt, aufzulösen, wenn er darauf aus ist, einen Zustand der Unzufriedenheit zu erzeugen, ohne den keine neue Offenheit möglich ist? Was ist, wenn Ermutigung schwächt und die Wildheit eines Lehrers letztendlich zur Freiheit führt? Sind wir dann immer noch bereit für das Teaching? VON THOMAS YOUNG

Das Ego versucht grundsätzlich, sich Spiritualität zu erwerben. Hier ist das Geld, her mit der Erleuchtung! Viele möchten unterhalten werden, ohne sich wirklich verändern zu wollen. Eine wirkliche Lehre zielt darauf ab, das Ichbewusstsein zu transzendieren und in einen neuen, umfassenderen Bereich von Vertrauen vorzustoßen. Manchmal wollen sich Schüler vor dem Lehrer verstecken, im Prinzip wollen sie sich vor der Realität verstecken. Sie möchten Sicherheit und nicht Wachstum. Es geht ihnen nicht um Transzendenz. Wirkliche Spiritualität kann sehr ernüchternd sein. Das Bedürfnis, ein besserer Mensch zu werden, indem man spirituell ist, ist eine Strategie des Egos, zu überleben. Sich dieses einzugestehen kann äußerst frustrierend sein. Wer wirklich das Herz erfahren möchte, ist bereit für eine große Wandlung. Er ist bereit, sich auf Erfahrungen einzulassen, die nicht kontrollierbar sind.

## Das Fundament

„Geh wieder und wieder  
in dein reines Herz.  
Erlaube dir,  
dich selbst zu sehen ...“

Jede Generation hat das Recht, einen eigenen Weg in das große Ganze hinein zu kreieren. Sie hat die Freiheit, sinnvolle Traditionen fortzusetzen, Sinnloses gehen zu lassen und sich vollkommen neu zu verbinden. Wer hätte vor hundert Jahren gedacht, dass wir uns heute mit DNA-Aktivierung und Lichtkörperharmonisierung beschäftigen, aurasomatisch kultiviert den neuesten Algencocktail schlürfen, um uns die Chakren kurz vertikalisierend tachyonenschnell zur Arbeit zu bewegen? Sind wir dadurch spiritueller als andere? Kommt es nicht vielmehr auf eine neue Charakterbildung an? Wo, wenn nicht im Herzen, findet diese Bildung statt?

Wie lernen wir zu unterscheiden, was im Sinne der Seele unserer Entwicklung förderlich ist und worauf wir gut und gern verzichten können? In den Mysterienschulen wird großer Wert darauf gelegt, ein Fundament im Herzen zu legen, die Reinheit des Herzens viele Jahre lang zu kultivieren, bevor es darum geht, die Ebenen des dritten Auges zu bereisen, welche kühl, gleichgültig, vollkommen indifferent sein können und daher die Tendenz haben, sich für manipulative Zwecke einzusetzen zu lassen, sofern kein Fun-

dament gelegt wurde. Auch sollte genügend Schattenarbeit geleistet worden sein. Das Wort „Schatten“ löst häufig unwohle Empfindungen aus. Es klingt dunkel und gefährlich. Aus meiner Sicht ist es lediglich eine Umschreibung dessen, was zu diesem Zeitpunkt im Leben des Individuums unbewusst ist. Das kann alles sein – ein blinder Fleck, ein Hemmnis, eine unbekannte Angst, ein Potenzial, ein Talent.

Wenn wir wirklich bewusst werden wollen, kann es nur heißen, das Unbewusste bewusst zu machen, Licht in die Dunkelheit zu bringen, das heißt: alles, was wir an uns nicht wahrnehmen, wahrnehmen zu wollen! Ob es nun schöne oder nicht so schöne Aspekte sind. Der Punkt ist, dass diese Aspekte in einem wesentlich größeren Maße unser Leben bestimmen, als wir es gemeinhin wahrhaben wollen. Und diese Aspekte sprechen. Sie sind aktiv. Sie zeigen sich. Sie wollen gesehen werden. Stellen wir uns das Bewusstsein einmal wie einen Wald mit lauter Bäumen vor, die unterschiedliche Aspekte symbolisieren. Ein Baum, der brillant und großartig ist, einer, der schön ist, einer, der hässlich ist, ein Baum, der ständig eifersüchtig ist, einer, der sanft und zart ist, einer, der mit-

fühlend ist, einer, der kleinkariert ist, all die unterschiedlichen Bäume in unseren Bewusstseinswäldern. Wenn wir einige dieser Bäume als nicht zu uns zugehörig betrachten, und sagen wir sind all die schönen und guten Bäume, die anderen Bäume, das sind die anderen, dann führt diese einseitige Identifikation zu einer energetischen Aufladung der verdrängten, abgespaltenen Bäume, und andere Individuen treten in unser Leben und konfrontieren uns mit dieser Energie. Wenn ein nichterkannter Aspekt hoch aufgeladen ist, kann es für die Entwicklung des Individuums gefährlich werden und mehr als nur Dramen im Leben erzeugen. Dann treten „negative“ Figuren in unser Leben und sprechen zu uns. Sie führen so lange ein Drama auf, bis wir das Thema innerlich umgewandelt haben. Das Herz hat dabei folgende Funktion. Es ist die Kraft, die dem ganzen Wald als Energie zugrunde liegt. Wir können aus vereinzelt Aspekten unseres Bewusstseins in diese zentrale Energie, ins Herz hineinwechseln. Dort halten wir inne und haben die Option, zwischen unterschiedlichen Handlungsweisen und Wahrnehmungsweisen zu wählen.

Können wir zu jedem dieser Aspekte sagen: Mein Herz ist groß genug, auch Dich zu lieben, um so in die radikale Präsenz der Mystiker durchzubrechen? Die spirituelle Reise ins Herz ist die größte Reise, die man als Mensch unternehmen kann. Es bedeutet, mit offenen Armen auf die Welt zuzugehen. Vertrauen zu haben in das, was unvertraut ist. Grundsätzlich gilt: Das Gesicht, das wir dem Göttlichen zeigen, zeigt es uns. Zeigen wir ein liebendes Gesicht, zeigt es uns ein liebendes Gesicht.

**3 H Intensiv WORKSHOPS**

mit **THOMAS YOUNG**

**SO, 17.11.2019, 10.00-13.00 Uhr**  
**SEELENBEBEN**  
*Die Herz-Erleuchtung*  
**SO, 17.11.2019, 14.30-17.30 Uhr**  
**ZIRBELWIRBEL**  
*Die Meisterdrüse*

Im Rahmen der Messe  
 „gesund & glücklich“ in Klagenfurt

Mehr Infos und Anmelde-möglichkeiten auf Seite 8.

**Selbstliebe – die ewige Übung der Weisen**

Selbstliebe heißt, sich mit den Augen Gottes zu sehen. Mehr noch, sich als göttliches Wesen auf einer Erdenreise zu sehen. Selbstliebe fordert heraus, in einer nicht blasphemischen Art und Weise, den äußeren Dialog mit Gott nach innen zu verlegen, sich selbst als ein Fragment von Gott zu sehen. Bist du bereit, dem Göttlichen in dir ganz zu vertrauen? Alle Selbstzweifel sterben zu lassen? Dich nicht mehr zu vergleichen, auf- oder abzuwerten, dich nicht mehr selbst zu richten oder andere? Selbstliebe heißt, wie oben beschrieben, alle deine Aspekte aus dem Herzen zu lieben. Das erfordert dein ganzes Herz! Den Schatten, die unbewussten Anteile in sich und im Gegenüber, zu schätzen funktioniert nur aus einem liebenden Herzen heraus und nicht aus den wertenden Ebenen des Verstandes. Wer mit bestimmten Bildern von sich selbst identifiziert ist, wird es schwer haben, diese Perspektive aufzugeben. Selbstliebe ist eine hohe Kunst und setzt das weite Herz des Mystikers voraus, der sich in jedem und allem sieht und sagen kann: Tat tvam asi – das bin ich auch! Der nicht nur sich, sondern das Eine in jedem und allem sehen kann.

Selbstliebe ist nicht nur ein Gefühl, sondern auch eine zu kultivierende Denk- und Fühlhaltung. Die Weisen üben sich in Liebe. Sie ertappen sich dabei, wenn sie aus der Liebe fallen, und rufen sich erneut hinein in den Raum der Liebe. Sie richten

sich nicht, sondern gehen gnädig mit ihrem eigenen Fallen und dem der anderen um. Es sind diese nichtwertenden, nichtvergleichen den nichtwissenden Haltungen der Selbst- und Allliebe, die gewährleisten, nicht in den Fixierungen des Verstandes hängen zu bleiben. Liebe ist eine ewige Übung, die jeden täglich vor neue Herausforderungen stellt.

Manchmal versagen wir an ihr,

**CD-TIPP**



**SEELENBEBEN**

*DIE HERZ-ERLEUCHTUNG*

Eine Meditations-CD wie eine Einweihung! Einfühlsam gesprochen und entwickelt von Thomas Young.

Synergia Verlag, 48 Min.  
 EAN 4260021690437

€ 19,99 [D] | € 19,99 [A] | € 21,90 [I] | Fr 32,90 [CH]  
 Bestellbar für € 19,95 bei:

T: +49 (0)7563 915355 oder E: office@thomasyoung.com

**\*\*\*NEU\*\*\***

**CD „ZIRBELWIRBEL – Die Meisterdrüse“**

Österreich-Premiere im Rahmen der Messe „gesund & glücklich“ (siehe Seite 8)

doch die Kultivierung des liebenden Herzens allen Situationen und Menschen gegenüber lässt die Präsenz des heiligen Herzens wachsen. Es geht primär nicht um Wissen, sondern um Liebe. Präziser: um in Liebe angewandte Weisheit, die geführt ist aus einer unmittelbaren Quelle. Das angesammelte Wissen der Vergangenheit spielt hierbei keine Rolle.

Wissen sucht.

Liebe liebt.

Weisheit findet.

Sich selbst gerade in den Momenten zu lieben oder in der Liebe zu verweilen, in denen wir nichts wissen oder nichts kontrollieren können, ist die große Herausforderung. Selbstliebe heißt, sich selbst in der Liebe halten zu können, sich in etlichen Situationen auch aushalten zu können. Das Unperfekt-Sein in sich umarmen und lieben zu können. Keine Bedingung oder Leistung an diese Form von Liebe zu knüpfen. Selbstliebe in ihrer höchsten Form bedeutet: sich ganz als göttliches Wesen anzunehmen. Nicht zu wissen und dem Göttlichen in sich ganz zu vertrauen. Jetzt kann manifestiert werden.

**KONTAKT**



Büro  
 Thomas Young  
 T: +49 (0)7563 915355  
 E: info@thomasyoung.com  
 I: www.thomasyoung.com



# Glückliche Seele, glückliches Leben

mit schamanischer Frequenzmedizin

FOTO: FOTOLIA.DE

„Frau Obermaier, was haben Sie gestern mit mir gemacht? Ich meine das im positiven Sinne. Ich fühle mich wie vor 30 Jahren. Ich bin voller Elan und Konzentration, meine Müdigkeit ist weg, und ich kann ganz klar denken.“ Das schrieb mir vor einiger Zeit ein über 70-jähriger Klient, den ich in dieser Woche zum zweiten Mal begleiten durfte. Seine Geschichte und sein Entwicklungsprozess berühren mich sehr. Er hat immer noch ein Unternehmen mit mehreren hundert Mitarbeitern, ist körperlich gesund. Von außen betrachtet ist sein Leben komfortabel. Was ihn zu mir brachte, war die Erkenntnis, dass das Wichtigste für ihn jedoch sein Seelenheil ist. VON LARA'MARIE OBERMAIER

Was mir in Sitzungen mit Klienten immer wieder auffällt: Es ist, als ob wir auf zwei Spuren laufen. Die eine ist die im Außen sichtbare. Diese Spur bestimmt, wie wir unser Leben gestalten, welcher Arbeit wir nachgehen, in was wir unsere Energie hineinstecken. Hier zeigt sich, wie wir Familie, Freundschaften, Beruf, Gesundheit und Erfolg entwickeln und handhaben. Auf dieser Ebene versuchen wir auch zu verändern, wenn uns etwas nicht gefällt, nicht glücklich macht. Hier geben wir uns unsere eigenen Belohnungssysteme. Das kann das Tango-Tanzen sein, schöne Urlaube, Genuss-Essen, spirituelle Workshops oder Reisen, Sport usw. Das alles sind dann unsere Ressourcen, um uns aufzuladen.

Wenn diese Belohnungssysteme ausreichen würden, dann müssten wir doch alle glücklich und gesund sein. Doch dem ist nicht so. Wie im Falle des eingangs zitierten Klienten. Denn was uns wirklich lenkt oder lenken möchte, ist die zweite Spur. Und die ist nicht sichtbar, kaum greifbar. Mit dieser Spur kommen wir nur schwer in Kontakt. Als Beispiel können wir uns die Festplatte unseres Computers vorstellen. Wir schreiben auf dem Computer, wir bearbeiten vielleicht unser Fotoalbum, wir pflegen unsere E-Mails. Doch das, was den Computer steuert, was sich darin verbirgt und wo sich auch unbemerkt Viren einnisten können, das ist die Festplatte. Und von der haben die wenigsten von uns eine Ahnung. Doch was auf der Festplatte installiert ist, bestimmt, wie wir den Computer handhaben können. Was nicht als Programm gespeichert ist, können wir nicht aufrufen. Was sich unbemerkt eingeschuggelt hat und im Hintergrund arbeitet und lenkt, nehmen wir nicht wahr.

So ähnlich geht es uns auch in unserem Leben. Auf der Oberfläche arbeiten wir, da haben wir scheinbar alles im Griff. Wir denken, wir steuern alles. Und dann wundern wir uns, wenn wir immer wieder das Gefühl haben: Da fehlt etwas. Eigentlich möchte ich doch ganz etwas anderes, doch es geht nicht. Das ist nun einmal mein Leben. Wenn wir völlig frustriert oder verzweifelt sind, dann brechen wir vielleicht aus und versuchen, uns etwas Neues aufzubauen – seien es Beziehungen oder ein anderer Beruf. Doch das ist die Veränderung auf der Oberfläche.

Genau wie beim Computer die Festplatte, steuert die zweite Spur in uns unsere Wahrnehmung, unsere Gefühle und was wir für uns zulassen oder nicht. Der eingangs erwähnte, beruflich sehr erfolgreiche Klient litt im tiefen Inneren immer noch unter seinen frühen Kindheitserinnerungen der Ablehnung seiner Mutter und der Gewalttätigkeit des Vaters. In ihm war eine alles unterwandernde Scham und die Grundüberzeugung, nicht gut genug zu sein.

## KONTAKT

Lara'Marie Obermaier

A: Englitzweg 24

D-88147 Achberg/Bodensee

T: +49 (0)172 1420589

E: [info@laramarieobermaier.com](mailto:info@laramarieobermaier.com)



Für ihn waren diese zutiefst verborgenen Gefühle und Überzeugungen der Motor für seinen beruflichen Erfolg, so nach dem Motto: Ich beweise es euch allen. Doch glücklich gemacht oder, wie er es nannte, sein Seelenheil gebracht, hat es ihn nur auf der sichtbaren Spur. Das Darunterliegende war immer noch unglücklich, fühlte sich immer noch ungeliebt.

Für mich ist also bei jeder Klientensitzung ausschlaggebend: Was will die Seele des Klienten, was sind die zutiefst vergrabenen Verletzungen, die wie ein Unterton im ganzen Leben mitschwingen? Es nützt wenig, die äußeren Umstände zu verändern, denn wir nehmen uns immer selbst mit. Die schamanischen Mystiker lehren: Willst du wirklich eine Veränderung erreichen, dann reicht es nicht, deine Sandburg an einer anderen Stelle des Flusses zu bauen. Bei der nächsten Überschwemmung kann auch die wieder fortgerissen werden. Du musst zur Quelle des Flusses gehen und hier den Flusslauf verändern – dann werden deine Sandburgen zu festen, langlebigen Häusern werden und deine Gärten dauerhaft blühen.

Deshalb ist mein Ansatz: Was ist die wirkliche Quelle des Traumas, wo geschah es zuerst? Das kann weit, weit zurückliegen. Denn wir alle sind unendliche Wesen und haben deshalb auf der bildlichen Festplatte unserer großen Seele viele Erfahrungen abgespeichert, den einen oder anderen Virus unbemerkt eingespielt bekommen oder haben es hier in diesem Leben noch nicht geschafft, mit den Anforderungen des irdischen Seins zurechtzukommen. Das sind dann oft die Klienten, die sagen, sie seien auf der Erde völlig falsch und würden am liebsten wieder heimgehen. Ein durchgreifender Erfolg, eine Nachhaltigkeit in der Verbesserung des Befindens kann nur erreicht werden, wenn das Trauma am Ursprung aufgelöst wurde. So, wie jetzt bei dem bereits erwähnten Klienten. Die Ver-



LARA'MARIE OBERMAIER WÄHREND EINER SITZUNG IN FIELDHEALING®. FOTO: K.K.

letzungen der Scham und der Ablehnung war viel, viel älter als die schlimmen Kindheitserfahrungen, die er durchleben musste. In seinem Fall erhöhte ich die Schwingung und Frequenz in ihm mithilfe der Frequenz der Urquelle, sodass ich ihn in einen Zustand bringen konnte, der den höchsten Dimensionen entspricht.

Ich nenne diese Ebene das Schöpfungsuniversum. Die Arbeiten hier sind ganz fein, die Klienten erreichen oft den Gammawellen-Zustand. Gammawellen bewirken Bewusstseinerfahrungen wie Einssein im täglichen Leben, Wahrnehmen der Multidimensionalität, Gefühle von physischer Kraft, Ausgeglichenheit, Frieden, Inspiration, Liebe und Glück, Synthese aus Individualität und transpersonalem Einheitsbewusstsein. In diesem Zustand können die Urverletzungen sehr behutsam aufgelöst werden. Das hat der über 70-jährige Klient erlebt. Das wird in seinem Leben endlich die beiden Spuren in Harmonie bringen. Wie man das für Klienten erreichen kann, gebe ich in meiner Ausbildung Fieldhealing weiter.

## ZUR PERSON

Lara'Marie Obermaier ist Expertin in schamanischer Energie- und Frequenzmedizin. Neben ihrer 10-jährigen Lehrtätigkeit in Schamanismus hat sie inzwischen Tausende von Einzelsitzungen gegeben, in denen sich ihr ein ganz neues Wissen des Frequenzkörpers und der angewandten Multidimensionalität und Multikosmologie eröffnete. Sie teilt dieses Wissen seit 2014 in der von ihr konzipierten schamanischen Frequenzmedizin-Ausbildung „Fieldhealing®“. Hierin verwebt sie meisterlich urchristliche, vedische, buddhistische und schamanische Weisheit zu einer feinen, kraftvollen Heilkunst.

Lara'Marie Obermaier ist Coachin und Lehrerin. Zu ihr kommen Menschen, die wegen einer aktuellen Lebensfrage, einer herausfordernden Situation oder einer unterschweligen Krise Unterstützung haben möchten. Das, was sich in unserem Leben zeigt, ist die Auswirkung einer Ursache, die tief verborgen liegen kann. Diese aufzuspüren und am Ursprung zu transformieren, ist Kern der Lösung.

Das Ursachen-Feld kann sehr weit gefasst sein:

- epigenetisch,
- transgenerational,
- karmisch,
- frühkindlich,
- aus den weiten Räumen unseres Gesamt-Bewusstseins,
- kollektiv,
- archetypisch ...

Nur wer all diese Felder kennt und die entsprechenden Instrumente hat, um wirksam zu verändern, wird die Ursache in die Transformation zur Lösung und Heilung bringen können. Mittlerweile kann Lara'Marie Obermaier darin auf mehr als ein Jahrzehnt Erfahrung als spirituelle Lehrerin und Coachin zurückgreifen.

Reinhard Stengel

# Entfessele dein Potenzial

REINHARD STENDEL, AUCH BEKANNT ALS „RAINBOW-MAN“, IST EIN ERFOLGREICHER SPEAKER UND BUCH-AUTOR. FOTO: K.K.

Alles, was uns daran hindert, den Weg unserer Seele und unser volles Potenzial zu entfalten, bezeichne ich als „Seelenfessel“. Diese Fesseln entstehen als Blockaden oder energetische Muster und haben sich oft über Generationen und Inkarnationen in unserem Energiefeld angesammelt. Ich verstehe es als meine Aufgabe und Teil meines Seelenplans, dir dabei zu helfen, dich von diesen Fesseln zu befreien und dir so ein Leben in Harmonie und Erfüllung zu ermöglichen.

Ich denke, jeder von uns würde auf die Frage, ob er sich ein erfülltes, harmonisches Leben wünscht, aus vollem Herzen „Ja“ antworten. Wie diese Erfüllung aber aussehen soll, das bleibt für viele eine vage Vorstellung. Reich sein? Karriere machen? Erfolg haben, beliebt sein? Wenn du genauer hinsiehst, dann entdeckst du, dass all diese Ziele eines gemeinsam haben: Sie sind am Außen orientiert. Sie richten sich auf äußerliche Dinge oder hängen von äußeren Lebensumständen ab.

Die eigentliche tiefe, ursprüngliche Erfüllung, nach der wir uns alle sehnen, entspringt jedoch der Seele.

Den Begriff „Seele“ verwenden wir, wenn wir nicht bereits die Lehren der Schamanen kennengelernt haben, in unserem durchtechnologisierten Leben selten. Denn wo ist noch Zeit oder Platz für unsere Seele? Wer kann von sich behaupten, mit seiner Seele, der inneren Stimme, den wahren Impulsen verbunden zu sein und zu verstehen, was sie ihm sagen möchten? Dennoch, wenn wir das Wort „Seele“ hören, dann assoziieren wir damit etwas wie Freiheit, Ganzheit, Güte, Reinheit oder Authentizität. In unserer alltäglichen Sprache begegnet uns das Wesen der Seele in einigen geläufigen Begriffen:

Seelennahrung, Seelenfrieden und Seelenruhe, Seelenpartner oder Seelenschwester. Diese Begriffe haben gemeinsam, dass sie etwas umschreiben, was uns auf tiefster Ebene nährt oder mit Zufriedenheit erfüllt.

Wenn dein Leben in Einklang mit der Seele ist und du anhand deiner inneren Impulse Kurskorrekturen vornehmen kannst, dann werden sich deine Lebensumstände so entfalten, dass du deinen Seelenplan optimal erfüllen kannst.

## Du bist in Harmonie

Ist das nicht der Fall, ist dein Leben nicht in Harmonie, dann ist das am Werke, was ich als „Seelenfessel“ bezeichne: Einflüsse und Prägungen aus deiner frühen Kindheit, Gedankenformen, die du

selbst erschaffen oder von deinen Ahnen übernommen hast, sowie schattenhafte Erinnerungen aus deinen früheren Inkarnationen. Diese blockierenden Einflüsse wirken aus der tiefsten Tiefe deines Unterbewusstseins – und so sind es oft erst konkrete schmerzhaft erlebte Erlebnisse oder Unpässlichkeiten, die einen merken lassen, dass etwas im Argen liegt.

Aus der Sichtweise der Schamanen plant jede Seele vor ihrer Inkarnation, was genau sie in diesem Leben auf Mutter Erde an Erfahrungen sammeln, welche Lektionen sie lernen möchte oder noch lernen muss. Die Informationen, die ich während meiner Meditationen aus der geistigen Welt erhalten habe, bestätigen diese Anschauung. Die Seele selbst kommt aus einer Sphäre, in der es weder Raum noch Zeit, weder Schmerz noch Freude gibt. Sie braucht einen irdischen Körper, um Erfahrungen mit diesen Erlebnisformen sammeln zu können. Und da die Seele selbst nicht zwischen Schmerz und Freude unterscheiden kann, plant sie ihre neue Inkarnation ohne Wertung und teilt das, was sie erleben möchte, nicht in schlecht und gut ein. Für sie zählen die Intensität des Erlebten, der Weg, den sie zurücklegt, und das Lösen der Aufgaben, die sie sich gestellt hat.

### KONTAKT ↘

Reinhard Stengel



A: Am Silberberg 12

D-89616 Rottenacker

T: +49 (0)173 3264400

E: rainbowman777@web.de

Je öfter eine Seele inkarniert (und wir Schamanen sagen, sie inkarniert zweimal für 365 Inkarnationen, bis sie alles gelernt hat, was es für sie zu lernen gibt), desto schwieriger scheinen die Aufgaben zu werden, die sie sich stellt. Leider vergessen wir unseren Seelenplan, wenn wir auf die Welt kommen, und so haben wir keinen Einblick in den Sinn unserer Herausforderungen oder das Ziel, das die Seele sich gesteckt hat. Deshalb ist nach meiner Erfahrung wichtig, dass wir lernen, anzunehmen, womit das Leben uns auch immer konfrontiert und für diese Erfahrungen dankbar zu sein. Die Seele hat sich etwas dabei gedacht!

Leider sind die wenigsten von uns so mit unserer Seele verbunden, dass wir unsere Erfahrungen derart annehmen können. Die meisten von uns legen sich deshalb selbst eine Seelenfessel an: Durch das Hadern mit dem, was ist. Es geht so schnell, den Weg unseres Seelenplans zu verlassen, indem wir statt auf unseren ersten Gedanken – unseren inneren Kompass – auf unser Umfeld und äußere Einflüsse hören. Im Nachhinein sind wir dann meist schlauer, und wir setzen noch einen drauf, indem wir denken oder sagen: „Oh, HÄTTI doch nur ...!“

Das Tückische an diesem Gedankengang ist, dass er unseren Geist in die Vergangenheit bringt. Es wäre sicher besser gewesen, wenn wir uns an unserem Inneren orientiert und anders entschieden hätten, aber wir haben es nicht. Nun darüber nachzugrübeln, was alles anders gewesen wäre oder anders hätte sein können, „wenn wir doch nur“, blockiert unsere Energie noch mehr.

Deshalb möchte ich dir raten, jedes Mal, wenn du dich bei einem „Hätte ich doch nur ...“, (dem, was ich „Hätti“ nenne) ertappst, dir ab jetzt für die Erfahrung, die du aufgrund deiner Entscheidung gemacht hast, zu danken. Akzeptiere deine Entscheidung, und lasse sie dann gehen.

Etwas Ähnliches wirkt, wenn du mit deinem Geist in der Zukunft verhaftet bist. Ich nenne dies die „Mussis“, und ich bin sicher, sie sind dir vertraut. Stelle dir vor, du bist leicht angeschlagen und müde, brauchst ein wenig Ruhe, aber bevor du entspannen kannst, kommt dir deine To-do-Liste in den Sinn. „Das MUSSI aber doch noch ...!“ Nun ist die Entspannung dahin, denn deine Gedanken kreisen um das, was du noch alles in der Zukunft zu

Wenn du dich das nächste Mal bei einem „Ich muss“ ertappst, dann ersetze es durch „Ich darf“: „Ich darf arbeiten gehen, ich darf die Kinder abholen, ich darf einkaufen gehen.“ So wandelst du effektiv die Energie des Zwangs in die der Offenheit, der Neugier und der Dankbarkeit für alle deine Erfahrungen und Lebensumstände.

Allein diese beiden kleinen Übungen können viel bewirken. Stellen wir uns generell öfter die Frage nach dem Warum, dem Wieso und dem Weshalb und hinterfragen, was wir zuvor unbesehen geglaubt haben, so setzen wir bereits einen Impuls, um uns von unserer kopfgesteuerten Sichtweise zu lösen.

Leider lassen sich nicht alle Fesseln eigenhändig lösen, und es ist



REINHARD STENDEL WIRD AUCH DIESES JAHR EINER DER HAUPTSPERAKER AUF DER MESSE „GESUND & GLÜCKLICH“ VOM 15.-17. NOVEMBER IN KLAGENFURT SEIN. FOTO: ROLF BICKELHAUPT

tun und zu erledigen hast, und du wirst die Bedürfnisse, die du jetzt hast, nicht mehr wahrnehmen und bestimmt nicht erfüllen können.

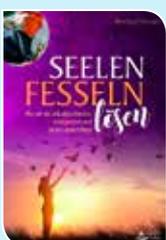
Eine weitere Sorte von „Mussi“ ist es, wenn du in allem, was du zu erledigen hast, nur das Muss siehst: „Ich muss arbeiten gehen, ich muss die Kinder von der Schule abholen, ich muss heute einkaufen.“ So gerätst du schnell in eine Geisteshaltung der Unfreiheit und Unzufriedenheit und wirst dein Jetzt als unnötig unangenehm und schwer empfinden.

ratsam, einen erfahrenen Seelenschamanen zu Rate zu ziehen.

Sind die verborgenen Blockaden dann jedoch aufgelöst, so kehrt Harmonie in dein Leben zurück. Das bedeutet nicht, dass du von jetzt an nur noch glücklich sein wirst, nie wieder eine schmerzhaft Erfahrung machen wirst oder dass du morgen im Lotto gewinnst. Aber es bedeutet, dass du ein Leben führen wirst, das wirklich zu dir passt. Du wirst Entscheidungen frei und unbelastet von alten Verletzungen und Wertigkeitsthemen treffen können.

**Du wirst dein volles Potenzial entfalten und zu der Person werden, die deine Seele geplant hat, zu sein.**

BUCHTIPP



**Reinhard Stengel**

„Seelenfesseln lösen. Wie wir ein selbstbestimmtes, erfolgreiches und heiles Leben führen“

Schirner Verlag | 144 Seiten

ISBN 978-3-84341388-6

€ 16,95 [D] | € 17,50 [A]

€ 18,60 [I] | Fr. 27,90 [CH]



# DIE SPRACHE DER SEELE

Die Wirkweisen schamanischer & alternativer  
Heilweisen auf geistigem Wege

Lerne die Sprache der Seele zu verstehen!



Eine tiefgehende Begegnung mit  
dem Schamanen & Schirner Bestsellerautor

## – Rainboman Reinhard Stengel

Erleben Sie die Wirkkraft schamanischer und alternativer Heilweisen.

### • VORTRÄGE 2019 - Erlebnisabend

- **02.12.2019 in Linz**  
Hotel Kolping, Gesellenhausstr. 5, 4020 Linz
- **11.12.2019 in Kremsmünster**  
Landhotel Schicklberg, Schicklberg 1, 4550 Kremsmünster

### • VORTRÄGE 2020 - Erlebnisabend

- **27.01.2020 in Vöcklabruck**  
Kolpinghaus, Industriestraße 7, 4840 Vöcklabruck
- **28.01.2020 in Salzburg**  
Parkhotel Brunauer, Elisabethstr. 45a, 5020 Salzburg
- **17.02. in Marchtrenk**  
Kulturraum Trenk's, Kulturplatz 1, 4614 Marchtrenk
- **18.02. in St. Martin**  
Martinussaal, Diesseits 273, 4973 St. Martin im Innkreis
- **12.03. in Leoben**  
Falkensteiner Hotel & Asia Spa Leoben, In der Au 1-3, 8700 Leoben

Newsletter  
anfordern!

### • 1-Tages-SEMINARE 2019 / 2020

Für Gesundheit und Heilung.

- **18.11.2019 in Klagenfurt**  
Schloss Krastowitz, Krastowitz 1, 9020 Klagenfurt
- **03.12.2019 in Linz**  
Hotel Kolping, Gesellenhausstr. 5, 4020 Linz
- **12.12.2019 in Kremsmünster**  
Landhotel Schicklberg, Schicklberg 1, 4550 Kremsmünster
- **29.01.2020 in Salzburg**  
Parkhotel Brunauer, Elisabethstr. 45a, 5020 Salzburg
- **19.02.2020 in St. Martin**  
Martinussaal, Diesseits 273, 4973 St. Martin im Innkreis
- **16.03.2020 in Graz**  
Novapark Hotel, Fischeraustrasse 22, 8051 Graz

### • AUSBILDUNG zum Seelenschamanismus

#### Ausbildung in Waldkirchen:

Seminarhotel Wesenufer, Wesenufer 1, 4085 Waldkirchen am Wesen

- Teil 1: 22. - 26. Jänner 2020
- Teil 2: 25. - 29. März 2020
- Teil 1: 17. - 21. Juni 2020
- Teil 1: 16. - 20. September 2020

Informationen und Anmeldung unter:

[www.veranstaltungen-schmidsberger.at](http://www.veranstaltungen-schmidsberger.at) oder [www.reinhard-stengel.de](http://www.reinhard-stengel.de)

## Gasteiner Aroma Engel Raum- und Aura-Spray`s

Jeden Menschen umgibt ein elektromagnetisches Feld, „Aura“ genannt. Viele Informationen aus unserer Vergangenheit sind in ihr gespeichert. Diese Informationen gestalten unsere Gegenwart und Zukunft und sie machen einen Teil unserer Persönlichkeit aus. Erinnern Sie sich vielleicht, dass Sie sich nach einem ausgedehnten Spaziergang im Wald „wie ausgewechselt“ fühlen? Nach einem Sonnenbad am See wieder neue Kraft getankt haben? Sorgen sind auf einmal so gut wie verschwunden, die Stimmung ist positiv und man fühlt sich angenehm entspannt. Wir haben den „Waldspaziergang“, die Essenz daraus, in einer Flasche vereint.

Im „Gasteiner Aroma Engel“ finden sich durchschnittlich 30 verschiedene Pflanzeninformationen zusammen mit reinen ätherischen Ölen, die positiv auf unsere Stimmung, unser Gemüt und unsere Persönlichkeit wirken. Im Zentrum der Information stehen die positive Bewältigung von Stress, Steigerung von Lebensfreude und Verbindung mit Erde. Hier auf dieser Erde, hat jeder von uns seine Aufgaben zu erledigen - der „Gasteiner Aroma Engel“ kann dabei helfen.

Ihre Susanne Tack



- sind eine ausgleichende Unterstützung aus der Natur - 100% natürliche Inhaltsstoffe
- sind wie ein Waldspaziergang zum Sprühen
- sind gut für die ganze Familie (von 1 bis 99 Jahre und auch für die 4-beinigen Familienmitglieder)
- sind einfach anzuwenden - einfach in den Raum sprühen
- sind reine ätherische Öle! Wunderbare, kostbare Düfte für ein harmonisches Raumklima
- sind 100 % handgemacht. Wirklich alles.
- enthalten Wildkräuter-Essenzen aus eigener Herstellung

Zu bestellen unter

[www.gasteinerengel.com](http://www.gasteinerengel.com)

Bei Distributoren auf deren Webseiten gelistet

Auf der „gesund & glücklich“-Messe in Klagenfurt seit 2012

## „ENJOY THIS LIFE“

Teil 2 des großen „gesund & glücklich“-Interviews mit dem Bestsellerautor Pascal Voggenhuber

**Pascal Voggenhuber hat sich einen Namen insbesondere als Medium mit dem Schwerpunkt Jenseitskontakte gemacht. Zu diesem Themenbereich wurde in der letzten Ausgabe des „gesund & glücklich“-Magazins ein großes Interview mit ihm veröffentlicht. Heute spricht „gesund & glücklich“-Chefredakteur Rolf Bickelhaupt mit dem Bestsellerautor über das Thema „Enjoy this Life“.**

**Was hat es nun damit auf sich? Obwohl Pascal Voggenhuber seine Arbeit als Medium, Autor und Speaker liebt, stand er vor der Herausforderung, all die Dinge, die ihn begeistern, unter einen Hut zu bringen. Oder besser gesagt: in 24 Stunden unterzubringen. Hinzu kam, dass die spirituelle Welt um ihn herum immer engstirniger wurde und so die Leichtigkeit und der Spaß immer mehr verloren gingen. Das alles waren die Beweggründe für Pascal Voggenhuber, um die „Enjoy this Life“-Philosophie und die -Community entstehen zu lassen.**

**ROLF BICKELHAUPT: Bekannt bis du als Medium mit dem Schwerpunkt Jenseitskontakte geworden? Als Motivations-Coach hast du mit „Enjoy this Life“ ein weiteres Thema für dich entdeckt, mit dem du bei Deinen Vorträgen ebenso die großen Säle der Metropolen füllst wie mit dem Thema Jenseitskontakte. Was erwartet den Besucher?**

**PASCAL VOGGENHUBER:** „Enjoy this Life“ ist was ganz anderes. Viele sagen, dass es eigentlich schon fast wie Stand-up Comedy ist. Da gehe ich auf die Lebens-themen ein, wie Beziehungsprobleme. Ich nehme da auch ein bisschen die Esoterik, die Spiritualität auf die Schippe. Aber es ist eigentlich ein Programm, wo ich probiere, die Menschen wirklich zum Lachen zu bringen. Auch mit unseren alltäglichen Sorgen und Ängsten, die wir alle haben. Ich streue aber auch immer wieder Inputs, Übungen ein, wie man das Leben

optimieren könnte, wie man mit gewissen Situationen umgehen könnte. Den Vortrag mag ich sehr. Weil sich gerade die Männer sehr oft angesprochen fühlen und sagen: „Okay, so wie du jetzt die Spiritualität verpackt hast – eben fast schon comedymäßig –, können wir das viel besser annehmen.“ Mir ist einfach schon aufgefallen: Wenn man Sachen lustig verpackt, dann können das die Menschen viel besser annehmen und akzeptieren.

**Neben deinen „lustigen“ Vorträgen hast du auch eine ganz tolle Online-Community zum Thema „Enjoy this Life“ aufgebaut. Was erwartet hier den interessierten Menschen?**

Die „Enjoy this Life“-Community ist eine Internetplattform. Man kann sich das ähnlich wie bei Facebook vorstellen. Es ist ein kostenpflichtiges Angebot, bei dem es Mitglieder gibt. Jeder hat ein Profil. Dort gibt ganz viele Onlinekurse von mir, die jedes Mitglied dort belegen kann, zum Beispiel „Aura lesen“ oder „Geistführer-Kontakt“. Im Moment sind wir gerade in der Vorbereitung für ein „Trauer-Verarbeitungs-Seminar“. Es gibt viele Meditationen, aber auch Live-Streams, wo mir die Leute Fragen live stellen können, so wie ich das manchmal auch auf Instagram mache, aber dort sind die Themen spezifischer. Es gibt dort

Themenvideos, wo ich zu den häufig gestellten Fragen immer wieder einmal auch ein Video mache, bei dem ich auch in die Tiefe gehe. Es gibt ein Forum, wo die Leute mir Fragen stellen können. Es gibt den Chat, wo sich die Community austauschen kann. Dann gibt es Couchgespräche, wo ich Prominente oder spannende Menschen zu den verschiedensten Themen interviewe. Die „Enjoy this Life“-Community ist eine spirituelle Gemeinschaft, die aber sehr modern, sehr alltagstauglich mit vielen Übungen und Kurse ist, die man einfach so in Alltag integrieren kann.

... weiterlesen nächste Seite

## Wie können die Menschen die Inhalte von „Enjoy this Life“ in das alltägliche Leben einbinden? Und was bringt es den Menschen, die zu deinen Seminaren kommen?

Mir ist einfach aufgefallen, dass die Verstorbenen mir bei all den Jenseitskontakten, sei es bei Demonstrationen, Vorträgen oder in Einzelsitzungen, eigentlich immer wieder eins gesagt haben: Wenn sie heute nochmal zurückkommen könnten, würden sie ganz anders leben. Sie würden verrückter sein. Sie würden vor allem die Freude und den Spaß in den Vordergrund stellen. Und nicht immer nur Beruf, Alltag, harte Arbeit usw. Sie würden einfach viel, viel mehr das Leben genießen. Und das probiere ich vor allem mit der „Enjoy this Life“-Community den Menschen beizubringen. Auch wenn wir schwere Schicksalsschläge haben, kann man dennoch lernen, sein Leben richtig zu leben und zu genießen. Ich sag immer so: Viele fragen sich, ob es ein Leben nach dem Tod gibt, und viele sagen auch manchmal: „Pascal, ich glaube nicht, dass du ein Medium bist, und ich glaube nicht, dass du mit Verstorbenen kommunizieren kannst, und

**Du gibst auch die Möglichkeit, dich als Podcast zu abonnieren, wo du immer interessante Themen platzierst. Was genau ist ein Podcast? Und was erwartet einen da?**

Ein Podcast ist eine Art kleine Radiosendung bei iTunes/Spotify oder überall auf anderen Podcast-Apps. Auch dieses Angebot ist im Rahmen von „Enjoy this Life“ angesiedelt. Hier könnt Ihr meinen Kanal „Pascal Voggenhuber/ETL“ abonnieren. Und einmal die Woche – immer mittwochs – kommt ein neues Thema. Zum Beispiel erkläre ich den Menschen: „Was ist der Lebensplan? Was kann ich mir darunter vorstellen?“, „Was passiert mit Kindern in der geistigen Welt?“ Manchmal mache ich auch Meditationen. Oder ich

„Die geistige Welt ist ein unglaublich schöner Ort.“

**Du bist aber nicht nur als Podcaster unterwegs, sondern bist immer wieder bei großen internationalen TV-Shows zu sehen. Bei welchen warst du bereits, bzw. welche Sender kennen dich?**

Ja, ich habe in den letzten Jahren viel Fernsehen gemacht, ich komme auch ursprünglich aus der TV-Branche – ich war Moderator. Dann habe ich eine Schauspielschule absolviert. In der Schweiz war ich – glaube ich – in jedem Fernsehsender. Die größten Sachen habe ich mit dem Schweizer Fernsehen gemacht – da habe ich schon Dokus und viele Interviews gemacht. Jetzt gerade habe ich mit RSI – dem italienischsprachigen Fernsehen der Schweiz – eine Doku gemacht, bei der ich über mehrere Wochen begleitet wurde. Vielleicht kommt es auch noch im Schweizer Fernsehen in der schweizerdeutschen Version. Auch gibt es Gespräche mit 3sat, um es auch in Hochdeutsch auszustrahlen.

Dann gab es auf SAT 1 eine Sendung, wo Menschen zu mir gekommen sind und ich Jenseitskontakte hergestellt habe. Zuletzt habe ich bei RTL für Promis Jenseitskontakte hergestellt.



PASCAL VOGGENHUBER (LINKS) IM INTERVIEW MIT CHEFREDAKTEUR ROLF BICKELHAUPT.

FOTO: K.K.

dass es ein Leben nach dem Tod gibt.“ Und ich antworte dann immer, dass dies überhaupt keine Rolle spielt. Viel, viel wichtiger ist, dass wir ein Leben vor dem Tod haben. Und wenn ich so ein bisschen in die Gesellschaft reinschaue, da bezweifle ich oft, dass viele so ihr Leben genießen – und wirklich so ein Leben vor dem Tod haben.

lade Leute ein, die mich inspirieren. Oder ich gebe praktische Tipps, wie man besser loslassen oder mit seinen Ängsten umgehen kann. Und das Coole ist, dass es für die Menschen kostenlos ist, so kann ich auch Menschen erreichen, die nicht zu meinen Vorträgen/Seminaren kommen können. Oder Menschen, die sich noch nicht sicher sind, ob sie mit mir etwas anfangen können – die können sich auch zuerst meine Podcasts anhören. Ihr findet die Podcasts auch auf meiner Website.

## BUCHTIPPS



„**Enjoy this Life**® - Wie du dein ganzes Potential entfaltet“

**Hardcover-Ausgabe**

Allegria Verlag, 256 Seiten

ISBN 978-3-7934-2321-8

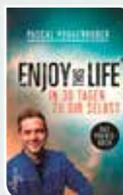
€ 18,00 [D] | 18,50 [A] | 19,80 [I] | Fr. 29,90 [CH]

**Taschenbuch-Ausgabe**

Allegria Verlag, 256 Seiten

ISBN 978-3-548-74666-1

€ 10,00 [D] | 10,30 [A] | 11,00 [I] | Fr. 12,90 [CH]



„**Enjoy this life**® - In 30 Tagen zu dir selbst“

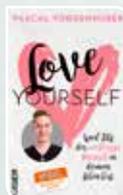
Allegria Verlag, 208 Seiten

ISBN 978-3-7934-2331-7

**Hardcover**

€ 15,00 [D] | 15,50 [A]

€ 16,50 [I] | Fr. 24,90 [CH]



„**Love yourself**. Weil du der wichtigste Mensch in deinem Leben bist“

Giger Verlag, 160 Seiten

ISBN 978-3-907210-02-4

€ 19,90 [D] | € 19,90 [A]

€ 21,90 [I] | Fr. 31,90 [CH]

## Wie ernährt sich ein Medium, woher nimmst du deine Kraft?

Diese Frage wird mir oft gestellt. „Hey, du warst doch einmal Vegetarier, bist du heute Veganer? Isst du Fleisch oder wie sieht das aus? Oder ja, wie ernährt man sich allgemein?“ Ja ich war früher „Hardcore“-Vegetarier – heute würde man das eben schon Veganer nennen. Heute ist es so, dass ich Fleisch esse. Ich esse zwar sehr wenig Fleisch, weil es mir einfach nicht schmeckt, aber ich habe das Gefühl, dass ich es ab und zu brauche. Sonst ernähre ich mich relativ normal. Viele stellen sich vor, dass ich jetzt nur grüne Smoothies trinke. Ich gebe es zwar zu: Ich mag grüne Smoothies voll gern, ich trinke auch viele. Ich mag auch Gemüse und Salat. Ich esse auch viele von den Sachen, aber ich ernähre mich sonst relativ normal.

## Du bist viel auf Tour, aber trotzdem auch ein Familienmensch. Dein Sohn ist dir sehr wichtig. Was bedeutet für dich Familie?

Ja, ich bin sehr viel auf Tour. Mein Sohn lebt bei seiner Mama, von der ich getrennt lebe. Natürlich bin ich sehr oft unterwegs. Meine „Hauptarbeitszeit“ – wenn ich in der Schweiz und nicht gerade auf Tour bin – ist meist von Freitag bis Sonntag. Ich habe zwar viele Termine und Interviews, aber diese plane ich um meinen Sohn herum. Da wir nicht zusammenwohnen, ist mir dies sehr wichtig. Ich checke immer zuerst seinen Ferienplan oder seine Zeiten im Kindergarten, bevor ich eine Tour plane. Mein Sohn kommt zuerst. Aber das Coole in der heutigen Zeit sind die Smartphones. Er kann mich jederzeit anrufen, und wir machen einen Videochat. Und wenn irgendetwas ist, kann ich ihn jederzeit sehen oder ihn holen – auch wenn wir eine Stunde voneinander entfernt wohnen. Es ist wie bei anderen Vätern, die arbeiten. Oder

Gerade auf Tour ist es unglaublich schwierig, auf die Ernährung zu achten, da wir halt schauen müssen, wo wir etwas kriegen. Man findet mich also auch bei McDonald's. Aber im Großen probiere ich schon auf meine Ernährung zu achten, weil ich merke, dass es mir guttut. Aber meine Hauptkraft ziehe ich eigentlich daraus, dass mir meine Arbeit wirklich Spaß macht. Das ist für mich auch der Hauptfokus – ich achte immer darauf, mit welchen Menschen ich zusammenarbeite, welches Team um mich herum ist. Die Orte, die ich besuche, die Länder, die ich besuche. Dass ich da einfach diese Freude in mir drinnen habe. Dann gibt es unglaublich viel Kraft.

wie bei anderen Familien, wo Mutter und Vater nicht zusammenleben. Er ist mir unglaublich wichtig. Ich glaube, jeder, der Kinder hat, weiß, dass es nichts Wichtigeres als seine Kinder gibt.



BEI DEN VORTRÄGEN VON PASCAL VOGGENHUBER SIND DIE SÄLE ZUM BERSTEN VOLL. FOTO: MIKE WILHELMER

## Zum Abschluss dieses Interviews nochmals eine Frage an dich als Medium: Wohin kommen wir, wenn wir gehen?

Die Frage ähnelt der Frage: „Wie sieht die geistige Welt aus?“ Das kann ich gar nicht genau beantworten, weil ich eben die Verstorbenen im Hier, im Jetzt sehe, also unter uns sehe. Für die Verstorbenen gibt es eine solche Trennung auch nicht. Die Verstorbenen sind immer um uns herum, die nehmen uns wahr. Die sehen auch, wie wir leben. Also ich glaube – so wie

ich es erfahren habe –, dass die geistige Welt ein unglaublich schöner Ort ist, weil wir einfach diese Sorgen, Probleme und Ängste nicht mehr haben. Auch Schmerz und Leid ist vorbei. Aber ich glaube auch, dass die Verstorbenen auf einer anderen Ebene sind, aber nicht, dass es bedeutend unterschiedlich wäre.

## Wie sehen für dich Engel aus?

Diese Frage wird mir ebenfalls ganz oft gestellt, genauso, wie es Fakt ist, dass ich eigentlich nur über Geistführer, selten von Engeln spreche. Das, was für andere Engel, für mich Geistführer oder für die Schamanen Krafttiere sind, ist hauptsächlich Energie. Und diese Energie zeigt sich so, wie wir es annehmen können. Wenn du also an Engel glaubst, dann zeigt sich diese Energie als Engel. Der Trend in der letzten Zeit: Einhörner. In der geistigen Welt gibt es keine Einhörner.

Aber diese Energie begleitet uns, wenn jetzt jemand den Wunsch verspürt, von Einhörnern begleitet zu werden, dann zeigt sich diese Energie als Einhorn. Dadurch, dass die meisten von uns christlich, muslimisch oder jüdisch geprägt sind und es in allen diesen Religionen den Engelsglauben gibt, glauben wir auch an Schutzengel. Aber es ist eben genau diese Ener-

gie, die für mich mein Hauptgeistführer ist, die uns durch das Leben und unsere Inkarnationen begleitet.

## KONTAKT

Pascal Voggenhuber  
Spirit Messenger GmbH

A: Postfach 312

CH-4450 Sissach

E: [management@pascal-voggenhuber.com](mailto:management@pascal-voggenhuber.com)

I: [www.pascal-voggenhuber.com](http://www.pascal-voggenhuber.com)



# Monatshoroskope: November 2019 bis April 2020

Wie stehen die Planeten von November 2019 bis April 2020?

Welche Energien die kommenden Monate prägen, zeigt uns der Kärntner Astrologe Thomas Kail.



FOTO: K.K.

Astrologe Thomas Kail

## November 2019

Voller Energie starten wir mit einer Spannung von Mars und Pluto in die ersten 6 Novembertage. Diese Konstellation verleiht viel Kraft und Durchsetzungsvermögen. Vorsicht vor Streit und Konflikten ist allerdings geboten.

Von 8. 11. bis 10. 11. beruhigen sich die Konstellationen wieder. Am 11. 11. trifft die Sonne den rückläufigen Merkur. Es ist eine gute Zeit, um alte Dinge, die noch nicht abgeschlossen wurden, nochmals zu begutachten und zu vollenden.

Am 13. 11. und 14. 11. steht Venus in Spannung zu Neptun, was gut für alle kreativen Angelegenheiten ist. Vorsicht ist allerdings geboten vor unrealistischen Sichtweisen zu den Themen Beziehungen und Geld.

Am 19. 11. (bis 3. 1. 2020) tritt der Energie- und Kraftplanet Mars in das kraftvolle Zeichen des Skorpions ein. Der Mars stärkt und beschleunigt in dieser Zeit die Energie sowie das Durchsetzungsvermögen für alle Menschen mit dem Sternzeichen (Sonne) Skorpion und dem Aszendenten im Skorpion.

Im letzten Drittel des Monats werden die Energien durch die Spannung Mars/Uranus beschleunigt. Wünsche nach Aktivität, Freiheit und Geschwindigkeit treten in Erscheinung, daher Vorsicht bei Voreiligkeit in allen Lebensbereichen. Venus in Kontakt mit Jupiter wirkt sich in dieser Zeit wohlwollend und angenehm auf alle Beziehungen aus.

### Monddaten für November:

**Vollmond in Stier am 12. 11. um 14:34 Uhr. Neumond in Schütze am 26. 11. um 16:05 Uhr.**

## Dezember 2019

In den ersten 3 Dezembertagen (verstärkt am 3.12.) bewegt sich der Liebes-, Beziehungs- und Geldplanet Venus auf den absteigenden Mondknoten zu. Alte, noch nicht aufgearbeitete Beziehungs- und Geldthemen drängen an die Oberfläche.

Am 8. 12. steht die Sonne in Spannung

zu Neptun. Neptun schwächt die Energie der Sonne. Daher sollte man sich an diesem Tag nicht überlasten. Zwischen 9. 12. und 14. 12. ist erneut Venus durch Saturn und Pluto erheblichen Spannungen und erheblichem Druck ausgesetzt. Erneut stehen Beziehungs- und Geldthemen im Mittelpunkt.

Gegen Mitte des Monats stehen Jupiter und Uranus in positivem Kontakt. Fortschritt, Schwingungserhöhung und Optimismus sind Begleiter dieser Konstellation.

Vom 18. 12. bis 20. 12. bringt die Spannung Merkur/Neptun Unklarheiten und Verschleierungen. Weihnachtseinkäufe, Absprachen und Verträge gehen in dieser Zeit nicht so leicht von der Hand. Von Weihnachten bis Neujahr bringt der Glücksplanet Jupiter einen positiven und optimistischen Einfluss auf die Erde.

### Monddaten für Dezember:

**Vollmond in Zwillinge am 12. 12. um 6:12 Uhr. Neumond (ringförmige Sonnenfinsternis, sichtbar in Südostasien) in Steinbock am 26. 12. um 6:13 Uhr.**

## Jänner 2020

Anfang Jänner trifft Merkur auf Jupiter am absteigenden Mondknoten. Eine gute Konstellation, um unterwegs zu sein, Wissen auszutauschen bzw. das Bewusstsein zu erweitern. Der absteigende Mondknoten fordert uns auf, altes, bereits vorhandenes Wissen bzw.

Weisheit wieder „auszugraben“ und an die Oberfläche zu holen.

Herausfordernder gestaltet sich der Zeitraum zwischen ca. 7. 1. und ca. 15. 1. Es kommt zu einer schwierigeren Konstellation, an der Merkur, Sonne, Saturn, Pluto und der Vollmond (Mondfinsternis) beteiligt sind. Alte karmische Themen, begleitet von Machtthemen, kommen an die Oberfläche und wollen transformiert bzw. abgeschlossen werden. In dieser Zeit ist Ruhe und Durchsetzungskraft gefragt. Diese Konstellation wird sich höchstwahrscheinlich auch auf das Wetter stärker auswirken. Vermehrter Niederschlag ist möglich.

Danach setzt Beruhigung ein. In der Zeit vom 17. 1. bis 23. 1. beschleunigen einige Uranus-Aspekte das Leben und bringen Fortschritt und den Wunsch nach Freiheit.

Gegen Ende des Monats beginnt es durch Spannungsaspekte von Venus/Mars/Neptun zwischen Mann und Frau zu knistern. Die Anziehung, aber auch die Spannung, ist groß. Vorsicht: Die Gefahr besteht, alles zu idealisieren! Vorsicht vor spontanen, unüberlegten Geldausgaben!

### Monddaten für Jänner:

**Vollmond (Halbschatten-Mondfinsternis, sichtbar) in Krebs am 10. 1. um 20:21 Uhr. Neumond in Wassermann am 24. 1. um 22:42 Uhr.**

## Februar 2020

Dieser Monat gestaltet sich astrologisch ruhiger als der Jänner. Zwischen 7. 2. und 12. 2. trifft der Beziehungs-, Liebes- und Geldplanet auf Lilith und Chiron im energetischen Zeichen Widder. In dieser Zeit gilt es, alte Verletzungen, die aus Beziehungen stammen, zu harmonisieren. Lilith fordert zusätzlich alle Frauen auf, aus alten Unterdrückungen auszusteigen und ihre volle weibliche Kraft sowie Intuition zu entfalten. Es geht hier auch um das Thema Wertschätzung der weiblichen Kraft bzw. Energie. In der Zeit um den 24. 2. steht Mars am absteigenden Mondkno-

### **Hinweis für den Umgang mit den Mondphasen:**

Die Neu- und Vollmonde, welche jeden Monat stattfinden, stellen energetische Höhepunkte dar. Diese Energien können sowohl auf spiritueller als auch auf weltlicher Ebene genutzt werden. Inwiefern sich diese speziellen Mondphasen auf den Einzelnen ganz genau auswirken, ist nur in einem persönlichen Geburtshoroskop ersichtlich.

ten. Alte Themen mit Durchsetzung und Kampf kommen ans Tageslicht und wollen gelöst werden.

#### Monddaten für Februar:

**Vollmond in Löwe am 9. 2. um 8:33 Uhr. Neumond in Fische am 23. 2. um 16:32 Uhr.**

#### März 2020

Die ersten Tage im März werden durch die Konstellation Venus in Spannung zu Saturn geprägt. Je nach der Veranlagung im persönlichen Geburtshoroskop sind Herausforderungen bei den Themen Partnerschaft, Selbstwertgefühl und Finanzen zu erwarten.

Am 7. 3. und 8. 3. trifft die Sonne auf Neptun im sensiblen Zeichen, Fische und Venus treffen auf Uranus. In dieser Zeit sollten wir es gemütlich angehen und uns nicht überanstrengen. Bedürfnis nach Freiheit. Leichte, lockere und spirituelle Aktivitäten sollten jetzt am Programm stehen.

Am 20. 3. um 4:49 Uhr tritt diesmal die Sonne in das Zeichen Widder ein. Frühlingsbeginn sowie der Beginn des astrologischen Jahres. Die zweite Monatshälfte ist begleitet von einem sehr starken Mars-Einfluss. Dies bedeutet, dass viel Durchsetzungskraft und En-

ergie für alle Lebensbereiche zur Verfügung stehen. Gegen Monatsende fordert uns allerdings Saturn zu Durchhaltevermögen und Ausdauer auf. Es kann auch zu Konflikten kommen. Es gilt, sich nicht provozieren zu lassen und die Mars-Energie positiv zu nützen.

#### Monddaten für März:

**Super-Vollmond (ca. 30 % heller) in Jungfrau am 9. 3. um 18:47 Uhr. Neumond in Widder am 24. 3. um 10:28 Uhr.**

#### April 2020

Der 1. 4. bis 4. 4. steht unter dem Einfluss Merkur/Neptun im Zeichen Fische. Eine sehr feine Schwingungsenergie für Kreativität und Spiritualität. Auf weltlicher Ebene können sich bei Einkäufen, Absprachen, Reisen und Vertragsabschlüssen Unklarheiten ergeben. Neptun verschleiert.

Am 5. 4. treffen sich zwei astrologische Giganten (Jupiter und Pluto) im Horoskop. Dieser Einfluss wird sicherlich noch den ganzen Monat spürbar sein. Im Positiven stellt uns das Universum in dieser Zeit enorm machtvolle, tiefgehende Energien zur Verfügung, um unser Bewusstsein weiterzuentwickeln. Diese Energie kann auch im Alltag ge-

winnbringend genutzt werden.

Im Negativen kann diese Konstellation Sturheit, Rechthaberei und Machtkämpfe verursachen. Daher geht es darum, diese Energie mit hohem Bewusstsein positiv zu nutzen.

Der Supervollmond am 8. 4. steht in Verbindung mit dieser Jupiter-Pluto-Konstellation und wird diese Energie noch zusätzlich intensivieren. Bei einem Supervollmond steht der Mond besonders nahe zur Erde und hat 30 % mehr Helligkeit und dadurch auch eine größere Intensität als sonst.

#### Monddaten für April:

**Super-Vollmond in Waage am 8. 4. um 4:35 Uhr. Neumond in Stier am 23. 4. um 4:26 Uhr.**

#### KONTAKT

Ing. Thomas Kail  
Spirituelle Astrologie „AstroSpirit“  
Astrologie & Energetik

A: Rosenweg 18  
A-9551 Bodensdorf  
am Ossiacher See  
T: +43 (0)664 3024916  
E: astrologie@astro-spirit.at  
I: www.astro-spirit.at

**Medizinische  
Masseure  
und  
Heilmasseure  
werden bei uns  
fachkompetent  
ausgebildet.**



Informationen unter:  
Kneipp Akademie  
St. Veiter Straße 188,  
9020 Klagenfurt  
0664 93 05 307

[www.kneippakademie.at](http://www.kneippakademie.at)

## Mit Ausbildung zum Erfolg

### AUS LIEBE ZUM BERUF

Ulrike Herzig ist Heilmasseurin, und das liebend gern. Hier erklärt sie, dass der Weg zu ihrem Beruf über die Ausbildung zur Medizinischen Masseurin führt.

#### „Wie werde ich Medizinische Masseurin?“

Ich gehe sechs Monate in die Schule, um fundierte Kenntnisse in den notwendigen Fächern zu erwerben, daran schließen sich sechs Monate Praktische Ausbildung an. Am Ende des Jahres schließe ich meine Ausbildung mit einer kommissionellen Prüfung ab. Als Medizinische Masseurin kann ich in jedem Kur- und Krankenhaus, wie auch Physikalischen Institut Patienten behandeln, sowie als Angestellte bei einem Gewerblichen Masseur gesunde Leute massieren.

#### Und das alles nach einem Jahr!

Eine Lehre wäre für mich in diesem Fall nicht der richtige Weg. Die gesamte Ausbildung, um Medizinische Masseurin zu werden, dauert mindestens drei bis vier Jahre. Ich empfehle daher, sich vor der Ausbildung zu erkundigen, wo man Zeit (= Geld) sparen kann.

Ich liebe meinen Beruf als Heilmasseurin, aber um diese Ausbildung beginnen zu können, muss ich Medizinische Masseurin sein! Ein halbes Jahr später bin ich eine freiberufliche Heilmasseurin und kann in meiner Praxis vom Arzt zu mir geschickte Patienten behandeln.“

Jeder Heilmasseur hat die Möglichkeit, mit vier Wochenenden in Innsbruck und dann eineinhalb Jahren Physiotherapeuten-Schule in Deutschland, die Anerkennung zum Österreichischen **Physiotherapeuten** zu bekommen.

Ulrike Herzig

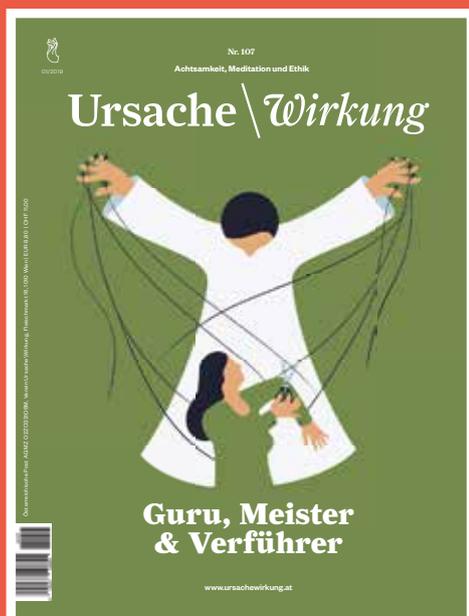


Ulrike Herzig



Achtsamkeit, Meditation und Ethik

# Ursache \ Wirkung



Abonnieren Sie jetzt Ursache\Wirkung

Weitere Informationen auf [www.ursachewirkung.at](http://www.ursachewirkung.at) oder unter +43 (0) 1 27 63 051

## Mit der Karde ist Borreliose heilbar!

FOTO: LIESELOTTE NETZKER



DIE KARDE: HEILPFLANZE DER TCM UND PFLANZE DER GÖTTER.

Wer machte die Karde berühmt? Dem Ethnobiologen Wolf-Dieter Storl haben wir die Erkenntnis zu verdanken, dass gegen die Borreliose, die vielen Menschen das Leben schwer oder sogar zur Hölle macht, ein Kraut gewachsen ist. Storl: „Borreliose ist heilbar, es gibt keinen Grund zur Angst!“ VON BARBARA SIMONSOHN

Durch Zecken übertragene Borreliose ist eine Multisystemerkrankung, die jedes Organ befallen und jedes Symptom vortäuschen kann. Spiralbakterien können Zellen, Nocken-, Haut-, Muskel- und Fettgewebe durchbohren, ins Herz, in die Leber, die Nieren, Augäpfel oder über die Blut-Hirnschranke ins Gehirn gelangen. Die vielfältigen und oft schweren Symptome entstehen durch chronische Entzündungen, die von den Borrelien ausgelöst werden, und über die Produktion von Toxinen und Neurotoxinen. Dr. Arnim Schwarzbach vom Borreliose Centrum in Augsburg geht von 1,2 Millionen erkrankten Deutschen jährlich aus, die Krankenkassen schätzen, dass sich 798.000 Menschen pro Jahr infizieren. Nur Borrelioseinfektionen, die mit Wanderröte einhergehen, kommen zur Meldung; die entsteht aber nur in einem Drittel der Fälle. Bei der herkömmlichen Antibiotikatherapie beträgt die Rückfallquote 75 Prozent.

Im Buch „The Book of Herbal Wisdom“ von Matthew Wood wurde Wolf-Dieter Storl fündig. Wood hatte herausgefunden, dass die Chinesen bei einem Symptomkreis, der sich mit der Borreliose deckt, die Karde, lateinisch *Dipsacus japonica*, verwenden. Der altchinesische Name der Pflanze heißt

„Xu Duan“, mit der Bedeutung „Wiederherstellung dessen, was zerbrochen ist“. Sie gilt in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) als bestes Mittel zur Stärkung der Nierenessenz oder Jing oder „Leberblut“. Die Nierenessenz ist zuständig für Vitalität, Wachstum, Sexualität und Fortpflanzung.

Der Mensch bekommt nach der TCM mit der Zeugung bzw. Empfängnis „vorgeburtliches Chi“, eine bestimmte Menge Nierenessenz, mit auf den Weg. Im Laufe des Lebens, aber auch durch Stress, Umweltbelastung und Elektromog, wird der Vorrat an diesem „Leberblut“ aufgebraucht, und irgendwann sterben wir dann sogar an diesem Mangel. Die typischen Alterungserscheinungen treten ein, und das Immunsystem ist geschwächt. Die Leber bewegt nach der chinesischen Medizin den Fluss der Chi-Energie, speichert sie und verteilt sie übers Blut. Nicht nur durch die Karde, sondern auch durch Tai-Chi- und Chi-Gong-Übungen können wir die Nierenessenz pflegen für Gesundheit und ein langes Leben. Die Karde hilft besonders Menschen, die sich schlecht abgrenzen können, sich besser abzugrenzen und sich gegen schädliche äußere Einflüsse zu wappnen.

Die Kardenwurzel unterstützt das Yang, also den aktiven, „männlichen“, zeugenden, warmen, erfüllenden Aspekt der universellen Chi-Energie. Vertreter der Makrobiotik sagen, unsere westliche Lebensweise führe zu einem eklatanten Yang-Defizit. Die Karde hat nach der TCM folgende Eigenschaften: Sie stimuliert den Stoffwechsel und bewegt die Chi-Energie, sie regt durch ihre Bitterstoffe die Verdauung an, durch ihre Süße tonisiert sie und gleicht aus, und durch ihre Schärft löst sie Blockaden auf, welche den Fluss der Lebenskraft stören. Die Kardenwurzel stärkt das Nieren- und Leber-Yang, also Knochen, Muskeln und das Immunsystem und bewegt stagniertes Blut, welches nach der TCM für Schmerzen verantwortlich ist.

Borreliose ist nach Storl mit der Syphilis verwandt. Bei beiden Krankheiten bricht der Mensch irgendwann seelisch zusammen und erlebt psychische Ausfälle. Nach Matthew Wood regen die von den Zecken übertragenen Spirochäten oder Spiralbakterien bei Rehböcken das Wachstum des Geweihs an, beim Menschen jedoch wirken sie wie eine syphilitische Infektion. Sie produzieren eine chronische Entzündung von Muskeln und Gelenken.

... weiterlesen nächste Seite

Matthew Wood entwickelte eine alkoholische Tinktur aus der Wurzel der einheimischen Karde und behandelte damit die Borreliosefälle in seiner Praxis. Die erste Frau, die Wood behandelte, bekam erst einmal einen Ausschlag im Genitalbereich. Nach dreieinhalb Wochen und bei allen Folgeuntersuchungen waren aber keinerlei Spirochäten mehr nachweisbar, und die Patientin fühlte sich wohl. Auch die zweite Patientin erlebte erst einen Ausschlag, dann die Heilung. Die dritte Frau litt bereits seit sechs Jahren an Borreliose-symptomen wie Muskel- und Gliederschmerzen, chronischer Müdigkeit und Verlust der geistigen Klarheit. Wieder kam es zu einer Erstreaktion, einer Verschlechterung der Symptome, gefolgt von einem Hautausschlag und anschließend einer Besserung und Genesung. Die weiteren Fälle, die Matthew Wood erwähnte, verliefen ähnlich.

2001 machte Storl in Ungarn seine ersten eigenen Versuche. Die Zeremonie, eine Pflanze mit besonders konzentrierter Heilkraft zu ernten, hat er auf Seite 132 seines Buches beschrieben. Man muss gewisse Regeln wie Räuchern, Dankspruch, Beachtung der Mondphase einhalten. Auch Gesunde profitieren. Heidi M., eine junge Mutter aus Zürich, erlebt mit der homöopathischen Karde-Tinktur folgendes: „Das Ergebnis ist genial. Ich nahm die Tropfen fünf Tage hintereinander ein und merkte die Wirkung eindeutig. Ich bin relaxter, freudiger, energievoller. Die ‚Stacheln‘, die in mir drin sind und sich gegen mich richten, können sich auflösen.“ Auch ihr Mann merkte den Unterschied. Ein schwer an Borreliose erkrankter Mann, R. Müller, Tischler aus Schwaben, bereitete sich selbst eine Tinktur aus Kardenzwurzeln samt der Blätter zu, indem er die Pflanze im Mixer homogenisierte und mit Schnaps versetzte. Nach der ersten Woche täglich ein Glas ging es ihm 30 Prozent, nach vier Wochen 90 Prozent besser. Am Anfang der fünften Woche ergab ein Bluttest, dass

er nur noch wenige Antikörper im Blut aufwies. „Ich danke Gott.“

Storl machte meditative Selbstversuche zusammen mit einem Freund, der an Borreliose erkrankt war. „In der meditativen Selbstbeobachtung erlebten wir, wie diese ätherischen Energien im Mikrokosmos des Leibes frei wurden und – indem sie nach außen strahlten – die pathogenen Organismen energetisch ‚hinausdrückten‘“. R. Müller erlebte, dass als „Nebenwirkung“ seiner Kardentinktur-Kur alle Altersflecken verschwanden. Auch die Katzenkrallen und die Klette, die bei der Behandlung der Borreliose Anwendung finden, haben eine stachelige Physiognomie. Hinzu kommt *Artemisia annua*, der einjährige Beifuß.

ten anbauen. Sie ist frosthart und breitet sich schnell aus. Wegen ihrer stacheligen Blütenstände ähnelt die Karde der Distel. Sie wird zwischen 110 und 200 Zentimeter hoch, die Wurzel bis zu 40 Zentimeter lang mit mehreren Ausläufern. Heilkräftig sind Blätter und die Wurzel. Es wird empfohlen, Kardentinktur dreimal täglich einzunehmen. Bei Borreliose wird dreimal täglich etwa ein Esslöffel vor den Mahlzeiten auf nüchternen Magen eingenommen, drei Monate lang. Danach kann die Dosis beliebig verringert werden. Ein Arzt aus Bremen empfiehlt, mit einer niedrigen Dosierung von wenigen Tropfen zu beginnen, um eine Erstverschlimmerung wie Hautjucken abzumildern oder zu vermeiden.



MARKUS GÜRTLER, INHABER DER KRÄUTERMANUFAKTUR KASIMIR + LIESELOTTE, BEI DER KARDENZWURZELERLENTE. FOTO: VALENTIN HALLER

Die Inhaltsstoffe der Karde sind bisher nur wenig erforscht. Sie enthält Iridoide, Kaffeesäurederivate, Kalisalze, Inulin, Bitterstoffe und das Glukosid Scabiosid. Kaffeesäure hat als starkes Oxidans eine krebsvorbeugende und -heilende Wirkung. Die Wurzel wirkt harn-, galle- und schweißtreibend, entschlackend und verdauungsfördernd. Neben Borreliose wird sie seit alters her auch eingesetzt bei Gicht, Arthritis, Rheuma, Gelbsucht und Hautkrankheiten wie Akne und Furunkeln. Auch bei Warzen ist die Karde wirksam.

Die Karde lässt sich auch im Gar-

Die TCM sieht die Karde als Heilpflanze zur Verhinderung und Heilung von Osteoporose, für schnellere und bessere Heilung verletzter Knochen, sie dient der Stärkung des Immunsystems, hemmt Bakterien, die Lungenentzündung verursachen, tötet Flagellaten ab, welche die Fortpflanzungsorgane befallen, und stärkt den Uterus. Sie unterstützt Yang, also den aktiven, zeugenden, lichten, warmen, auffüllenden Aspekt der Chi-Energie.

Karde kann man in Form von Tee, Tinktur oder Wurzelpulver selbst herstellen oder von einer sicheren

## Die Kardenwurzel stärkt das Nieren- und Leber-Yang

Bezugsquelle wie dem Familienbetrieb „Kasimir & Lieselotte“

mit langjähriger Erfahrung als Kurpaket beziehen. Tee und Kapseln werden bei unter 30 Grad Celsius getrocknet. In den Borrelioseprodukten dieser Manufaktur finden sich auch Katzenkrallen und Artemisia annua – alles in Bioqualität –, welche die Heilwirkung der Karde unterstützen. Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Es liegen einige Studien vor, welche die Wachstumshemmung der Bakterienart Borrelia burgdorferi durch die Karde unter Laborbedingungen bestätigen. Nach einigen Berichten, die Storz zugeschickt wurden, sind die in manchen Apotheken hergestellten Tinkturen zu schwach, sie enthalten zu wenig Wurzel oder zu viel



Alkohol. Frische Pflanzen oder Saatgut lassen sich in vielen Wildgärtnereien beziehen wie vom Allgäuer Kräutergarten artemisa (www.artemisia.de).

Die Karde war bereits in der Antike als Heilpflanze bekannt, und Hildegard von Bingen schätzte sie. Sie bietet eine Vielzahl von Verwendungsmöglichkeiten. Empfehlenswert sind bei Borreliose-Kombi-Kuren mit Karde, Artemisia annua und Katzenkrallen. Dankbarkeit ist angezeigt, dass die „neue Seuche“ Borreliose, die sich durch die Klimaerwärmung noch weiter ausbreiten wird, jetzt nebenwirkungsfreie und wirksame Gegenspieler hat und es Menschen gibt wie Wolf-Dieter Storz, die unbeirrt auf die Kräfte der Natur vertrauen.

### BUCHTIPPS

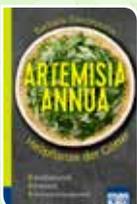


**Wolf-Dieter Storz**

„**Borreliose natürlich heilen**“

Ethnomedizinisches Wissen, ganzheitliche Behandlung und praktische Anwendungen

AT Verlag, 263 Seiten, ISBN 978-3-03800-360-1  
€ 19,90 [D] | € 20,50 [A] | € 21,90 [I] | Fr. 29,90 [CH]



**Barbara Simonsohn**

„**Artemisia – Heilpflanze der Götter**“

Kompakt-Ratgeber: Antibakteriell – Antiviral – Immunstimulierend

Mankau Verlag, 127 Seiten, ISBN 978-3-86374-474-8  
€ 8,99 [D] | € 9,20 [A] | € 9,90 [I] | Fr. 14,90 [CH]

### Hochwertige Karde-Produkte sowie Kombi-Borreliose-Kur



Kasimir & Lieselotte GmbH

T: +49 (0)33 275449107  
E: kasimirundlieselotte@gmail.com  
I: www.kasimirlieselotte.de

KASIMIR + LIESELOTTE



## NATÜRLICHE KARDE-PRODUKTE AUS EIGENEM ANBAU

Wir von Kasimir & Lieselotte sind ein kleiner Familienbetrieb und betreiben unsere Kräutermanufaktur mit großer Leidenschaft und Überzeugung. Handarbeit, ein ökologisch-biologischer Anbau und ein respektvolles Miteinander sind für uns eine Selbstverständlichkeit.

Wir beraten Sie gerne zu unseren Produkten.

Sie erreichen uns unter:

**0049 331 287 994 58**

**www.kasimirlieselotte.de**



# Die Botschaft der Augen



Caroline Ebert

Der erste Weg bei Sehproblemen ist in der Regel der Gang zum Augenarzt oder zum Optiker. Grundsätzlich ist es auch gut, die Augen einmal untersuchen zu lassen. Doch viele Menschen ahnen nicht, dass hinter Fehlsichtigkeiten und Augenerkrankungen Botschaften des Unterbewusstseins schlummern. VON CAROLINE EBERT

Das Tragen von Brille oder Kontaktlinsen oder auch eine Augenoperation können in der Regel schnell Abhilfe schaffen und das lästige Symptom stört nicht mehr so sehr. Doch die Ursache, die zu der Augenveränderung geführt hat, bleibt weiterhin vorhanden.

Unverarbeitete und oft auch unschöne Erlebnisse sind es, die die Augen negativ verändern. Dass emotionale Blockaden körperliche Krankheiten verursachen können, ist Vielen bewusst. Dies ist auch beim Auge so. Wenn ein Mensch z. B. etwas erlebt, das ihn in Angst versetzt, dann kann diese Emotion, wenn sie nicht aufgearbeitet wird, in den äußeren Augenmuskeln gespeichert werden. Diese verkrampfen und verformen das Auge. Das Bild entsteht nicht mehr auf der Netzhaut und wird verschwommen oder verzerrt wahrgenommen.

Hinzu kommt, dass viele Menschen den ganzen Tag über mit den Augen im Nahbereich und unter künstli-

chen Lichteinflüssen beschäftigt sind und kaum einen Ausgleich hierfür haben. Das belastet die Augen und die visuelle Verarbeitung im Gehirn zusätzlich. Blickt man nach einem langen Arbeitstag in die Ferne, kann das Gesehene oft nur verschwommen erkannt werden oder die Augen stellen sich nur noch schwer auf unterschiedliche Distanzen im Nahbereich um. Problematisch ist, dass die Menschen nicht darüber nachdenken, dass sie die Gewohnheiten ändern sollten, damit die Augen nicht noch fehlsichtiger werden. Sie gehen davon aus, dass kurzsichtige Augen zu lang gewachsen sind und eine Weitsichtigkeit im Lauf des Lebens völlig normal ist und die Brille ab einem gewissen Alter unumgänglich wird. Doch diese Ansicht ist veraltet. Augen lassen sich durch emotionales Aufarbeiten der Themen, sowie durch gezieltes Augentraining optimal unterstützen. Vielleicht möchten Sie dies auch einmal ausprobieren? Gerne begleite ich Sie dabei.

## BUCHTIPPS



**Caroline Ebert**  
„Die Botschaft der Augen. Fehlsichtigkeiten und ihre Bedeutung“

Schirner Verlag, 128 Seiten  
ISBN 978-3-8434-1188-2  
€ 12,95 [D] | € 13,40 [A]  
€ 14,20 [I] | Fr. 19,90 [CH]



**Caroline Ebert**  
„Jedes Kind kann gut SEHEN. Effektive und spielerische Übungen zur Entwicklung der natürlichen Sehkraft.“

Schirner Verlag, 128 Seiten, ISBN  
978-3-8434-1286-5  
€ 12,95 [D] | € 13,40 [A]  
€ 14,20 [I] | Fr. 21,90 [CH]

## Sehtraining & Präventionskurse für Privatpersonen sowie in Firmen

### BUCHTIPP:

#### Fitness für gestresste Augen

Welche Auswirkungen die PC- Arbeit auf die Augen hat. Sehtraining – Tipps und praktische Übungen.



### CAROLINE EBERT

Augenoptikermeisterin, Autorin  
& ganzheitliche Augentrainerin

Emil-von-Behring Str. 23, 84513 Töging am Inn  
Tel. 08631/186 1595 · info@augenschule-eyeland.de

[www.augenschule-eyeland.de](http://www.augenschule-eyeland.de)

# Modernes Leben

Kosmetik:

Was Deine Haut berührt, wird ein Teil von Dir

Heute ist für Mann und Frau Kosmetik oft ein unverzichtbarer Teil der täglichen Pflege. Die Werbung verspricht viel. Doch wie sieht es eigentlich „hinter den Versprechen aus“. Wie gut ist Kosmetik oder schadet diese vielleicht sogar?

VON HELENA PAULUS UND KATRIN WEISE

Wussten Sie, dass Ihre Haut durchlässig ist? Und viele der Substanzen, mit denen Sie tagtäglich in Berührung kommt, in Form von Reinigungsmitteln, waschaktiven Substanzen, Shampoos, Pflegeprodukten, dekorativer Kosmetik und vielem mehr, Ihre Haut penetrieren und unverändert ein Teil Ihres Körpersystems werden. In der Kosmetik sind nach heutigem Stand mehr als 8.000 Stoffe zugelassen, eine Vielzahl davon ist von Menschenhand im Labor geschaffen, somit synthetischer Natur. Jährlich kommen zwischen 500 und 1.000 Stoffe auf dem Markt hinzu. Diese Menge an Stoffen ist ein undurchdringlicher Dschungel, der auch für erfahrene Kosmetikhersteller immer schwerer zu überschauen ist. Viele dieser Stoffe sind reine „Füllstoffe“, die mehr oder weniger toxisch sind und keine bis unerwünschte (Neben)Wirkungen aufweisen. Die Überschrift, die die derzeitige Kosmetik am treffendsten beschreiben würde, ist Suggestivkosmetik.

## Was ist denn eigentlich Suggestivkosmetik?

Suggestivkosmetika sind Inhaltsstoffe, wie Glycerin, Erdöl, Silikonöl, verschiedenste Weichmacher und Betäubungsmittel. Substanzen, welche lediglich auffüllen, aber nicht aufbauen. Einige wenige wollen wir nun in ihrer Wirkweise erklären.

**Glycerin:** Glycerin könnte man gelinde gesagt als Wassermagnet bezeichnen. Was bedeutet dies für Ihre Haut? Ist das Glycerin in Pflegeprodukten nicht komplett mit Wasser gesättigt, muss es sich dieses Wasser zwingend aus anderen Quellen ziehen. Da die Feuchtigkeit in Ihrer Haut leicht und eminent verfügbar ist, zieht das Glycerin solange Feuchtigkeit - vorzugsweise aus den tieferen Hautschichten - bis es sich komplett mit Wassermolekülen gesättigt hat. Wir empfehlen Ihnen, schauen Sie doch einmal kritisch auf der Rückseite Ihrer Pfe-

geprodukte die Inhaltsstoffübersicht an. Generell gilt: Die Reihenfolge der Inhaltsstoffe wird bestimmt durch ihren Anteil im Produkt. Im Fall von Glycerin bedeutet das, je weiter vorn es in der INCI (Inhaltsstoffaufführung) steht, umso größer ist der Anteil im Produkt. Fazit: Je mehr Glycerin in einem Produkt enthalten ist, umso mehr wird Ihre Haut dehydriert. Es ist Augenwischerei darüber zu spekulieren, ob die dehydrierende Wirkung von Glycerin abhängig ist von einer bestimmten Luftfeuchtigkeit oder dem Anteil im Pflegeprodukt. Festzuhalten ist, Glycerin kann Ihrer Haut niemals etwas nachhaltig „Positives“ geben, im besten Fall schadet es ihr nicht, im schlechtesten Fall dehydriert es die Haut. Im Bewusstsein dessen fragen wir uns, wie verantwortungsvolle Kosmetikhersteller einen Stoff, der nicht nur keinen Nutzen hat, sondern Ihnen auch schaden kann, zum Einsatz bringen können.

Dafür gibt es mehrere Gründe: Zum einen ist Glycerin ein beliebter Füllstoff, der extrem preiswert ist und sich immer gleich verhält, sowohl optisch als auch in seiner Wirkung. Sie als Endverbraucher haben hier den Suggestiveffekt. Das bedeutet, Ihre Haut fühlt sich feucht an, ohne es tatsächlich zu sein.

Glycerin wird treffend als Feuchthaltemittel von der Kosmetikindustrie beworben. Dies ist es mitnichten. Es hält die Feuchtigkeit fest, nämlich Ihre eigene! Lapidar ausgedrückt: Wenn es Ihr Ziel ist, dass Ihre Haut in „Lichtgeschwindigkeit“ altert und sich vermeintlich „wohlfühlt“ im Zuge dieses Alterungsprozesses, dann sollten Sie Pflegeprodukte mit einem sehr hohen Glycerinanteil verwenden.

Jetzt wollen wir noch einen Mythos enttarnen: Es ist total egal, ob das Glycerin pflanzlicher Natur oder syntheti-

... weiterlesen nächste Seite

scher Natur ist, da die Molekülstruktur immer gleich ist und Glycerin stets nur eine Wirkung kennt, nämlich Wasser anzuziehen und zu binden.

Erdöl: Das hier für Erdöl im Folgenden beschriebene, gilt für eine Vielzahl anderer Stoffe. In der Inhaltsstoffübersicht ist es gern mal „gut getarnt“. Was meinen wir damit? Erdöl hört auf so schöne Namen wie: Paraffinum Liquidum, Vaseline, Petrolatum, Mineral Oil, Cera-Mikrocrystallina, Ozokerit und noch ein paar mehr wissenschaftlich klingende Bezeichnungen. Wir können mutmaßen, warum das so ist. Es würde doch ausreichen, jeden Stoff mit nur einem Namen zu versehen. Bei der Fülle von Stoffen verwirrt es lediglich den Endverbraucher. Denn wer würde schon hinter „Hydrogenated Microcrystalline Wax“ Erdöl vermuten? Auch hier gilt: Es ist ein beliebter Stoff in der Kosmetik, da es ein enorm preiswerter Ersatz für hochwertige pflanzliche Öle ist. Erdöl hat verschiedene, ungünstige Auswirkungen auf Ihre Haut. Um hier nur die gravierendsten zu nennen: Es bildet einen undurchlässigen Film auf der Haut, kann den Säureschutzmantel der Haut schädigen und schließt vorhandene Schadstoffe ein. Ein weiterer Nachteil ist, dass die Reaktionsfähigkeit der Haut, sowie ein gesunder Zellstoffwechsel der Haut stark eingeschränkt werden. Auch das ist ein sicherer Garant für fahle, graue Haut, sowie einen rapide verlaufenden Alterungsprozess der Haut.

### Ein Novum: Die Bezeichnung „Naturkosmetik“ ist kein geschützter Begriff!

Jeder - und wir meinen wirklich jeder - kann seine Kosmetik als Naturkosmetik ausloben, und das völlig unabhängig von den von ihm eingesetzten Inhaltsstoffen. Auch die verschiedenen Bio-Siegel weisen sehr unterschiedliche Standards aus.

Nun stellt sich hier eine grundsätzliche Frage: Was zeichnet Kosmetik, die eine nährnde und der Haut ausschließlich dienende Wirkung hat, aus?

Zum einen der Einsatz von hochwertigen kaltgepressten Bio-Wirkölen. Wir stellen dazu vor: Raffinationsprozess eines Rohöles: In einem ersten Schritt wird dem rohen Öl Wasser hinzugefügt und das Gemisch wird erhitzt. Dadurch werden die wasserlöslichen Lecithine abgetrennt. Danach wird das Öl „entschleimt“ durch den Zusatz von Phosphorsäure und die Zuführung von Wärme. Damit werden u.a. Schleimstoffe (Kohlenwasserstoffe, Eiweiße) herausgelöst. In einem nächsten Schritt erfolgt die Entsäuerung, dem Öl wird Natronlauge zugesetzt, mit der die nicht gebundenen Fettsäuren herausgelöst werden.

Anschließend erfolgt die Bleichung, entweder mit Aktivkohle oder Bleicherde. Dadurch werden u.a. Farbstoffe und Schwermetalle herausgelöst. In einem letzten Raffinationsschritt erfolgt mit Wasserdampf die Desodorierung des Öles mit Temperaturen von über 200 °C. Damit

werden Geschmacksstoffe und Geruchsstoffe herausgelöst. Was Sie mit einem raffinierten Öl in den Händen halten, ist ein totes Öl. Dieses Öl schenkt Ihrer Haut rein gar nichts mehr. Alles das, was Öl für Sie wertvoll macht, wie Enzyme, Vitamine und Mineralstoffe und so manches mehr, ist dem Raffinationsprozess zum Opfer gefallen. Dies darf dann auch als „Bio“ oder „Natur“ vertrieben werden!

Bio-Öle sind als Wirkstoffe zu betrachten. Sie sind gelinde gesagt, ein enzymatischer hochnährnder Smoothie für Ihre Haut, dessen Wirkung Sie spüren und sehen können. Wenn Ihr Körper Weißbrot, Margarine und Zucker bekommt, wird er zwar satt sein, aber er ist nicht genährt. Ebenso signifikant ist der Unterschied für Ihre Haut, wenn Sie statt raffinierter Öle den Smoothie in Form von kaltgepressten Bio-Wirkölen bekommt.

### Die Konservierung

Der Hersteller muss deklarieren, wie lange das Produkt haltbar ist. Bis 30 Monate gibt es nur eine Möglichkeit: der Aufdruck eines Mindesthaltbarkeitsdatums, z.B. MHD 7/2017. Bei mehr als 30 Monaten Konservierungsdauer bietet der Gesetzgeber der Kosmetikindustrie zwei Optionen an, zum einen wieder das Mindesthaltbarkeitsdatum, zum anderen kann hier nun das folgende Piktogramm zum Einsatz kommen:



### Verschleierte Haltbarkeit

Nahezu ausschließlich alle Hersteller bevorzugen hier bekanntermaßen das Piktogramm. Von der Richtigkeit dieser Aussage können Sie sich in jedem Drogeriemarkt oder Ihrem Bad überzeugen. Warum wird dies so gern genutzt? Zum einen soll es wohl dem kritischen Verbraucher ein gutes Gefühl suggerieren. Für den Verbraucher liest es sich eindeutig besser, wenn dort z.B. 6 Monate statt (in Wahrheit) 36 Monate stehen. Man könnte dies durchaus als Vortäuschung falscher Tatsachen ansehen. Wenn Sie in Zukunft also ein offenes Cremedöschen auf der Rückseite Ihres Produktes sehen, wissen Sie, dass Sie stets 30 Monate Konservierungsdauer zu der aufgedruckten Zahl dazurechnen müssen.

Für den Endverbraucher bilden sich damit mehrere Nachteile. Erstens kann er sich nie sicher sein, ob das Produkt tatsächlich überhaupt noch haltbar ist. Es besteht ja durchaus die Möglichkeit, dass das Produkt schon über Jahre im Groß- bzw. Einzelhandel im Regal stand. Um das herauszufinden, müsste der Verbraucher mit der angegebenen Chargennummer den Hersteller anschreiben und um Auskunft bitten. Die gesundheitlichen Risiken alle aufzuzählen, die ein abgelaufenes Produkt mit sich bringen kann, würde den Rahmen dieses Artikels sprengen. Zweitens muss das Produkt entsprechend hoch konserviert werden, um überhaupt eine solche Haltbarkeit zu gewährleisten. Dramatisch wird es, wenn das Produkt in einem Tiegel angeboten wird. Dann ist es regelmäßigem Sauerstoff- und Hautkontakt ausgesetzt. Das bedeutet eine hohe Kontaminierung mit Bakterien und umso höher muss konserviert werden. Dies geschieht in der Regel mit Breitbandkonservierern, wie z.B. diversen Parabenen. Ihre gesundheitlichen Nachteile sind der Kosmetikindustrie seit vielen Jahren bekannt. Um sie vertretbar zu machen, wurden sogenannte zumutbare Höchstgrenzen bestimmt. Diese Höchstgrenzen wurden aber nur auf EIN Produkt bezogen bestimmt. Sollten Sie jedoch auf die Idee kommen und es wagen, Gesichtscreme, Körpermilch und Shampoo und womöglich noch ein Deo oder eine Handseife am gleichen Tag zu verwenden, haben Sie diese Höchstgrenze durch Addition der toxisch wirkenden Stoffe mit ziemlicher Sicherheit deutlich überschritten. Empfehlenswert und konsequent wäre, sowohl ein Herstellungsdatum und ein Verfallsdatum auf dem Produkt aufzudrucken. Das bietet dem Verbraucher die höchstmögliche Sicherheit und zeugt von Verantwortungsbe-

wusstsein. Sie als Benutzer von Kosmetika haben absolute Transparenz und Klarheit verdient und können dies doch eigentlich auch erwarten. Hier ist dringender Handlungsbedarf angesagt.

Es gibt Studien, welche im „Journal of Applied Toxicology“ (2011 und 2012) veröffentlicht wurden, die besagen,

dass in Brusttumoren intakte Parabene gefunden wurden (chemische Verbindungen, die entwickelt bzw. verwendet werden, um haltbar zu machen und um Bakterien und Pilze in Schach zu halten). Intakt bedeutet, dass

die Aufnahme der Parabene über die Haut erfolgte. Bei oraler Aufnahme der Parabene wären diese durch den Stoffwechsel (z.B. die Magensäure etc.) verändert worden.

Hier schließt sich der Kreis zu unserem Titel „Was Ihre Haut berührt, wird ein Teil von Ihnen.“ Nur die Einhaltung aller Aspekte bringt ein Produkt zur Vollkommenheit, nur so dient es Ihrer Haut.



**„Die Schönheit lebt und stirbt mit dem Inhalt deiner Kosmetikdose!“**

VERFASSER UNBEKANNT

In diesem Sinne: Geben Sie gut auf sich und Ihre Haut acht!

Mehr Informationen unter

[www.relight-delight.de](http://www.relight-delight.de)

## Wirkstoffkosmetik auf der Basis von kaltgepressten Bio-Ölen

DAFÜR GARANTIEREN WIR !

Mehr Informationen unter [www.relight-delight.de](http://www.relight-delight.de)

  
Relight Delight®



# KREBS?

## „1.001 TIPPS, DIE MIR HALFEN“

**Diagnose: „Krebs!“**

**Folge: „OP – Bestrahlung – Chemo – Reha“!**

Und dann? Annette Grübnau, seit 25 Jahren selbstständige Seminarleiterin, ist mittlerweile auch Beraterin für Menschen mit Krebsdiagnose. Denn aus ihrer ganz eigenen persönlichen Erfahrung, Krebs zu überwinden, weiß sie sehr genau, was die Betroffenen belastet und was sie benötigen. Das war Motivation für sie, das Online-Programm „Soul&Food“ zu entwickeln, um Krebserkrankte zu unterstützen.

2013 erhielt Annette Grübnau die Diagnose Krebs: Tumor in der Mandel und Metastasen an der Halsschlagader mit der Aussicht, nur noch rund 12 Monate zu leben. Doch sie lässt sich nicht entmutigen und kämpft. Zusammen mit ihrem Mann Risto macht sie sich auf, den Weg durch dieses neue Schicksal zu bewältigen.

„Ich habe von heute auf morgen meine Ernährung umgestellt. Risto hatte gerade zu diesem Zeitpunkt die Ausbildung zum Ernährungsberater abgeschlossen. Er erstellte für mich einen fundierten Ernährungsplan. Und ich habe eine tiefe innerliche Transformation vollzogen. Besonders hilfreich waren für mich auch das Empfangen von Heilenergie-Übertragungen und das Sprechen von Gebeten.“

Die Zeit verging, Annette starb nicht, sie wurde wieder ganz gesund!

Dieser Erfolg war für die beiden Westallgäuer Motivation, ihr dabei gesammeltes Wissen anderen Menschen zugänglich zu machen. Und nicht nur das: Sie befragten auch noch über 500



RISTO UND ANNETTE GRÜBNAU HABEN DIE FACEBOOK-GRUPPE „KREBS? 1.001 TIPPS, DIE MIR HALFEN“ INS LEBEN GERUFEN. FOTO: K.K.

Krebs-Überlebende, um zu erfahren, was ihnen geholfen hat. 1.001 Tipps haben sie in Summe zusammengetragen.

Doch was tun mit diesem wertvollen Wissen? Annette und Risto entschieden sich daher, die kostenlose Facebook-Gruppe „Krebs? 1.001 Tipps, die mir halfen“ ins Leben zu rufen. Dort befinden sich viele Infos zu den Themen Ernährung, Entgiftung, Energieübertragung, Entspannung, Spiritualität und Theologie.

Außerdem besteht die Möglichkeit, sich von den beiden im Rahmen eines On-

line-Seminars sechs Monate oder länger begleiten zu lassen. „Hier gibt es Videos mit konkreten Anleitungen z. B. zur pflanzenbasierten Ernährung sowie sehr viel Seelen-Futter“, erklärt Annette.

„Wir standen ziemlich unter Zeitdruck“, so Risto Grübnau, „wir haben viel Geld und nächtelange Recherchen investiert, um für uns umsetzbare Lösungen und verständliche Lösungen zu entwickeln. Diese langwierigen Mühen möchten wir anderen betroffenen Menschen und ihren Familien ersparen – durch einen fundierten Überblick mit genauen Anweisungen, einfachen Schritten und der Möglichkeit, mit uns direkt Rücksprache zu halten!“

**Gratis FB-Gruppe:**

**„Krebs? 1.001 Tipps, die mir halfen“**

**Annette Grübnau**

**A: Zollstr. 6**

**D-88175 Scheidegg**

**T: +49 (0)152 53696053**

**E: annette.gruebnau@gmail.com**

**I: [www.annettegruebnau.com](http://www.annettegruebnau.com)**

# Kraftvoll und authentisch Frau sein

FOTOS: MANUELA HAUBMANN

Die Emanzipation der Frau war nur der erste wichtige Schritt in die richtige Richtung. Wenn wir Frauen diese Freiheit gemäß unserer Natur nutzen möchten, dann dürfen wir uns nicht dem leistungsorientierten, ständig auf Wachstum ausgerichteten Denken einer rastlosen Gesellschaft unterwerfen.

VON TANJA TRAXLER

Ich kann mich noch sehr gut an die Zeit erinnern, als meine Energietankuhr am Limit war. Ich habe erlebt, wie es sich anfühlt, energielos durch meinen Alltag zu schlurfen. Und ich habe erlebt, dass damit keinem geholfen war, weder den anderen noch mir selbst. Ich dachte, ich hätte alles im Griff, aber tatsächlich war es zu viel von allem. Zu viele neue Dinge, zu viel Kopfarbeit, zu viele neue Abläufe, eine Menge an Vorgaben. Zu viel Struktur, zu viele Termine und zu viel Leistungsdenken. Ich ging kaum noch in den Wald, meine Energietankstelle Nr. 1. Ich bekam zu wenig Schlaf ab. Ich konnte mir keine Pause mehr gönnen. Es fühlte sich so an, als würde von einer Sekunde auf die andere eine Krise in meinem Körper ausbrechen. Schwindel, Unruhe, Angst, Schweißausbrüche. Natürlich kam es nicht von einer Sekunde auf die andere dazu. Ich hatte schon Monate davor siegessicher alle Symptome übersehen, die mir im Vorhinein geschickt worden waren. Aber jetzt musste mein Körper handeln.

Tausende Gedanken marterten mich in der Nacht. Wie konnte mir das passieren? Ich verstand einfach nicht, was hier abging, wusste aber, dass ich etwas ändern musste. Ich musste mir die Frage stellen, wie es weitergehen würde. Meine drei Kinder, mein Unternehmen,

meine Beratungen?

Nach und nach erinnerte ich mich wieder an meine weiblichen Qualitäten, die ich in den letzten Monaten viel zu oft zur Seite drängte. Ich sprach mit meinem Körper, begann wieder mit meinem Herzen zu denken und lebte auch in meinem Business verstärkt die Yin-Qualitäten – ich nenne sie gerne die weichen Faktoren des Erfolgs. Ich beschloss zu diesem Zeitpunkt, nur noch Bücher oder Artikel zu schreiben, deren Inhalte die Energietankuhr enorm füllen sollten. So wie dieser Artikel hier, den du gerade in deinen Händen hältst.

Aber das Wichtigste: Ab diesem Zeitpunkt befragte ich täglich meine Energietankuhr, wie es mit ihren Reserven aussah. Kontinuierlich konnte ich meinen Tank von den damals 30 % auf meine mir vertrauten 80 % – 100 % füllen. Ich habe mich wieder daran erinnert, auf mich selbst zu hören und meine Bedürfnisse wahrzunehmen. Ich habe begonnen, offen über meine Erfahrungen zu sprechen. In meinen Online-Seminaren, in meinem Podcast und mit meinen Seminararteilnehmerinnen. Ich spreche vermehrt darüber, wie genau ein energiefüllender Alltag von Frauen gelebt werden kann. Ich bin nicht verwundert darüber, auf wie viel Resonanz ich stoße. So viele

Frauen laufen mit leerem Energietank der niemals endenden Dringlichkeitslawine hinterher.

## Immer mehr Frauen stehen unter massivem Stress

Immer mehr Frauen stehen andauernd unter Stress. Sie versuchen allem und jedem gerecht zu werden. Viele sind auch permanent müde. Sie sind abgespannt und angespannt zugleich. Diese ständige Anspannung und das Gefühl, dass die Zeit niemals reicht, um die To-do-Liste abzuarbeiten, ermüdet noch mehr. Das Gefühl, ständig in Eile zu sein und den Draht zu einem gelassen-entspannten Leben verloren zu haben, schadet der Gesundheit einer Frau massiv. Die meisten Frauen versuchen, alle Rollen in familiären, beruflichen und persönlichen Lebensbereichen gleichzeitig auszufüllen.

Momentan stehen wir vor dem Problem, dass sich unsere Umwelt und Gesellschaft in einem nie zuvor dagewesenen Tempo verändert. Vor allem uns Frauen bleibt immer weniger Zeit für unsere wahre Weiblichkeit, für Rückzug, Kreativität, Intuition und das Leben im eigenen Rhythmus. Dabei sind es gerade unsere weiblichen Yin-Qualitäten, die uns intuitiv führen und ausgleichen.

... weiterlesen nächste Seite

Sie sind unser inneres Leitsystem, dem wir Frauen stets vertrauen und folgen können. Dieses innere Leitsystem ist nicht nur für jede einzelne Frau von unsagbarer Bedeutung, sondern auch für unsere Gesellschaft. Ja, ich möchte sagen, es entscheidet sogar über die Zukunft unserer Erde. Denn wir befinden uns gerade kurz davor, in ein gesellschaftliches Burnout zu kippen. Zu viel Leistungsdruck, Perfektionswahn und Wirtschaftswachstum treiben uns alle in den Wahnsinn. Es bleibt immer weniger Zeit für liebevolle Momente, Rückzug und Vertrauen in unserer modernen Welt. Die Expedition zum Mars scheint näher zu sein als die Rettung unserer wunderschönen Mutter Erde.

Und doch – inmitten all dessen – geschieht der Wandel. Im Kleinen spüren wir es bereits. Ein neuer Zeitgeist scheint sich anzukündigen: das Bedürfnis nach weiblichen Qualitäten als Ausgleich zu männlichen Aspekten. Egal ob bei Mann oder Frau. Wir alle dürfen ihn miterleben und auch mitgestalten.

### Yin-Anteile stärken

Gelassenheit, Achtsamkeit, Ruhe, Innenschau, Sinnlichkeit und Kreativität gehören zu diesen Yin-Anteilen. Sie machen die Yang-Aktivitäten erst richtig stark. Erst dann können wir richtig Power in die Aktivität bringen und voll durchstarten. Es muss uns auch klar werden, dass diese weichen Seiten in uns die harte Währung der Zukunft sein werden.

Aber Yin ist noch so viel mehr. So viel mehr, dass es sich nur schwer mit Worten beschreiben lässt. Spiritualität, Intuition, Hingabe und Empfänglichkeit sind Zustände, die sich nur schwer erklären lassen. Mit dem Verstand sind diese Qualitäten kaum zu erfassen, denn Verstand wird Yang zugeordnet. Vielmehr müssen wir uns für diese Erfahrungen wieder öffnen – auf einer nicht verstandesmäßigen Ebene.

Und genau das füllt bei uns Frauen die Energietankuhr enorm. Die Yin-Qualitäten sind uns Frauen nicht nur nahe – vielmehr entspringen sie uns. Wir können sie nur schwer erlernen oder bewusst umsetzen; wir können uns für sie



GERNE ENTSPANNT TANJA DRAXLER SICH UND SAMMELT KRAFT IN DER NATUR.



vorwiegend öffnen und uns ihnen hingeben. Dieser Weg bringt Frauen in ihre Kraft, Ausgeglichenheit und Energie, lässt sie tiefe innere Ruhe empfinden und sie ein erfülltes Leben erfahren. Er lässt so viele Frauen aus ihrem erschöpften, ausgebrannten Zustand aussteigen.

Wir müssen unser Leben so gestalten, dass wir nicht nur regelmäßig Zeit finden, um abzuschalten, sondern auch eine entspannte Grundhaltung unseren Alltag bestimmt. So wie der Körper seinen Schlaf braucht, braucht auch unser Geist regelmäßig Zeiten, in denen er Kraft tanken und entspannen kann.

### Wie kannst du starten?

Mache verstärkt Dinge in deinem Alltag, die dir wirklich guttun. Und achte dabei genau darauf, wie sich diese Dinge anfühlen. Spüre nach, ob sich dein Körper entspannt anfühlt, ob du in gutem Kontakt zu deinem Körper bist, ob sich dein Geist entspannen kann, ob dein Atem ruhig und gleichmäßig fließt.

### Was könnte das sein?

- ▷ ein Spaziergang im Wald
- ▷ Schwimmen im See
- ▷ ein Gespräch mit einer guten Freundin
- ▷ in Ruhe eine Tasse Tee trinken
- ▷ gut und langsam essen
- ▷ Bewegung aller Art
- ▷ heilsamer Schlaf
- ▷ Yoga
- ▷ Sonnenbaden
- ▷ Gartenarbeit

Um Schöpferin deiner Realität zu werden, ist es unerlässlich, nach und nach immer mehr der Ebene der Intuition und des Fühlens zu begegnen. Diese Art des „Denkens“ liegt uns Frauen sehr nahe. Unser Verstand denkt linear. Er denkt in Schwarz-Weiß. Er kann uns natürlich große Dienste leisten, wenn wir ihn gezielt einsetzen. Jedoch ist die Ebene des Verstandes wertlos, wenn wir uns nicht wieder daran erinnern, vermehrt mit dem Herzen zu denken. Und dies alles begegnet uns verstärkt auf der Ebene des

Gönne dir verstärkt Auszeiten in deinem Alltag, in denen du ins „Sein“ kommst. Dabei geht es vor allem darum, einfach wieder viel mehr „zu sein“ als „zu tun“. Wir sind menschliche Wesen. Menschheit heißt im Englischen immerhin „human being“ und nicht „human doing“!

## Soundhealing

Neben Auszeiten, Meditation und der bewussten, tiefen Bauchatmung arbeite ich persönlich sehr gerne mit unterschiedlichen Methoden des Soundhealings, um mein „Sein“ zu genießen. Klangarbeit begleitet mich schon seit fast 20 Jahren und stellt eine wunderbare Möglichkeit dar, meine Energietankuhr auf sehr sanfte und intuitive Art zu füllen. Dazu zählt das Arbeiten mit Klangschalen, Monochorden, aber auch Stimmgabeln. Ich habe immer eine Stimmgabel mit dabei, auch wenn ich auf Reisen bin. Die Stimmgabeln, von denen hier die Rede ist, sind keine gewöhnlichen Stimmgabeln, wie wir sie aus der Musik kennen, sondern

## AUTORIN



Tanja Draxler ist Buchautorin sowie Expertin für ganzheitliches Selbstmanagement.

Nach dem Motto „GELASSEN – ENTSPANNT & VOLLER ENERGIE“ zeigt sie in ihrem Blog, in Radio- und TV-Auftritten, in Vorträgen, in ihrem Podcast sowie in ihren erfolgreichen Online-Programmen, wie es möglich ist, trotz der täglichen Anforderungen ein selbstbestimmtes, entspanntes und energiegelobtes Leben zu führen.

A: Quergasse 6  
A-8720 Knittelfeld  
T: +43 (0)699 11451099  
E: kontakt@neuewege.at  
I: www.tanjadraxler.at

sie sind auf unterschiedliche, heilsame Frequenzen gestimmt. Um mehr die Yin-Ebene, die weiblich-intuitive Ebene, die mich tief entspannt, zu stärken, arbeite ich zum Beispiel mit der Mondstimmgabel, Venus oder Erdenjahr. Diese Stimmgabel spiele ich an und setze sie auf meinen Körper auf. Sofort verlangsamt sich mein Atem, und eine angenehme Entspannung tritt ein. Wenn du mehr darüber erfahren möchtest, findest du Informationen dazu beim neuewege Klangzentrum Österreich.

Jetzt wünsche ich dir aber wunderbare Erfahrungen beim Entdecken deiner weiblichen Qualitäten und bei deinem kraftvoll-authentischen Frausein. Wenn du eine Community mit Gleichgesinnten suchst, lade ich dich herzlich in meine „kraftvoll und authentisch Frausein Jahresgruppe“ ein.

Wir treffen uns alle sechs Wochen zu den Jahreskreisfesten zu einer Live-Online-Gruppensession, um unser Frausein und unsere Weiblichkeit zu nähren.

## BUCHTIPP



Tanja Draxler-Zenz  
„Gelassenheit steckt an. Entspannt durch den Familienalltag“

Ennsthaler, 180 Seiten  
ISBN 978-3-85068-973-1  
€ 18,90 [D] | € 18,90 [A]  
€ 20,80 [I] | Fr. 26,90 [CH]



## Individuelle Stimmgabeln

für ganzheitliche Transformation



Für Körper- und Energiearbeit zum Aufsetzen auf unterschiedliche Körperstellen, Chakren oder Akupunkturpunkten.



- Entspannung
- Loslassen
- Vertrauen
- Entgiftung
- Liebe
- uvm.



Seminare - Verkauf- Beratung

Marktführendes  
Ausbildungsinstitut  
& Online Shop



neuewege Klangzentrum Österreich • kontakt@neuewege.at • +43 699 11 45 1099 • www.neuewege.at

# VISIONEN

SPIRIT & SOUL  
AUGUST/SEPTEMBER 2019

## Der Geist des Dienens



**NIKOLAUS  
BRANTSCHEN**  
A real Mentsh

GEMEINSAM UND  
OHNE GRENZEN  
Interkulturelles  
Gärtnern

**SISTER-  
HOOD**  
ZUSAMMEN  
SIND WIR STARK

Ich nehme wahr,  
was du nicht siehst.  
**HOCH  
SENSIBEL**

...immer  
im Dienst  
der Seele.



Spirit & Soul ☺

- WEISHEIT
- NACHHALTIGKEIT
- WOHLFÜHLEN
- INSPIRATION

Besuchen Sie uns auf  
[www.visionen.com](http://www.visionen.com)

Abos und Einzelhefte über  
[www.visionen-shop.com](http://www.visionen-shop.com)  
[info@visionen.com](mailto:info@visionen.com)

**VISIONEN**  
Sägestraße 37  
79737 Herrischried  
Tel. 07764/93 970

# WOHLBEFINDEN IN HARMONISCHEN LEBENS-RÄUMEN

Um Wohnräume von Strahlungen aller Art bzw. Energiemüll zu befreien, gibt es einige Möglichkeiten. Eine Methode ist das alte Wissen des Räucherns und andererseits Abwehrmechanismen, die alle Arten von Störzonen ableiten. Beide Maßnahmen sind die Voraussetzung, dass man sich im Haus oder Wohnung wohl fühlt.

## Energetische Hausreinigung

Wohnräume können zu einer Energiezapfsäule werden, was ein harmonisches Leben darin unmöglich macht. Viel besser ist es in unbelasteten Räumen zu wohnen, und aus dem Haus oder der Wohnung eine Energietankstelle zu machen.

Wenn die äußere Welt in Ordnung ist, kommt es auch in der inneren Welt zu entsprechenden Veränderungen. Die häusliche Umgebung spiegelt das innere Wesen wider. Indem man aus dem Weg räumt, was den Energiestrom behindert, eröffnet sich der Raum für wundervolle neue Möglichkeiten.

### Was sind negative Energien?

- alle Krankheiten, die es jemals in den Räumlichkeiten gegeben hat,
- Ärger und Streit der Vorbewohner und natürlich auch der jetzigen Bewohner,
- Auseinandersetzungen (Trennungen) in der Partnerschaft oder mit Angehörigen und
- negative Gedanken auch von Besuchern, die von Problemen und Sorgen erzählen.

Wie sagt man: die Gedanken sind Herr über die Materie, d. h. je mehr negative Gedanken wir produzieren, desto grobstofflicher wird es sich anfühlen. Diesen Zustand bezeichnen wir dann als „dicke Luft“.

Durch die energetische Hausreinigung werden diese Altlasten entsorgt und die Räume sind neutral, sodass keine alten Energien mehr Einfluß auf das Leben der jetzigen Bewohner haben.

## Strahlenabwehr in Wohnräumen und im Freien

Die pathologische Strahlung, die durch unsere Häuser, Wohnungen und Geschäftsräume führt, und auf die Polarität unserer Zellen wirkt, verändert unseren natürlichen Biorhythmus. Die Auswirkung auf die menschliche Gesundheit kann ziemlich dramatisch sein.

Weltweit gibt es derzeit rund 5 Milliarden Handys, die, um zu funktionieren, eine pulsierende Schwingung mit hoher Frequenz benötigen. Daher wird ein dichtes Netz von VERSTÄRKERN, die MOBILE SIGNALE senden, installiert, die am dichtesten in besiedelten Gebieten sind. Das neue 5G Netz wird nun zusätzlich eine weitere Flut an Strahlung mit sich bringen.

Auf der einen Seite wollen wir alle einwandfreien Service von qualitativ hochwertigen mobilen Signalen haben, aber wir mögen nicht die Verstärker auf unseren benachbarten Wohn- oder Geschäftsgebäuden. Wir müssen beginnen, über die Risiken nachzudenken und welcher Strahlung wir schlussendlich täglich ausgesetzt sind.

Im Jahr 2000 gab es weltweit nur 500 Millionen Handy- und 250 Millionen Internetnutzer. In den letzten fünf Jahren sind Festnetzanschlüsse rückläufig. Heute gibt es bereits über fünf Milliarden Handynutzer gegenüber 1,2 Milliarden Festnetzanschlüssen.

Viele wissenschaftliche und medizinische Studien bestätigen die negative Wirkung von hochfrequenter Mobilfunkstrahlung auf den menschlichen Körper, und eine wachsende Zahl von Ärzten warnen vor den gesundheitlichen Gefahren von Strahleneinflüssen.

Strahlung kann man nicht sehen, aber es ist äußerst wichtig, sich der Risiken bewusst zu werden und uns und unsere Kinder wirksam zu schützen. Kinder vertreten eine sehr besondere Risikogruppe, da ihr Körper (vor allem das Gehirn) noch in der Entwicklung ist und wesentlich empfindlicher auf äußere Einflüsse reagiert.



Ihr Ansprechpartner für Pozitron-Produkte:  
ACHANTA - Raumenergetik Annemarie Herzog  
Tel: +43 650 3845842 - E-Mail: achanta@malusa.at

## HARMONISCHER LEBENSRAUM FÜR MENSCH UND TIER

- ⊙ Energetische Raumreinigung durch Räuchern
- ⊙ Strahlenabwehrsysteme

Besuchen Sie uns auf der Messe gesund & glücklich, Stand Nr. OG 20  
Vorträge jeden Tag, siehe [www.gesundemesse.eu](http://www.gesundemesse.eu)

achanta.at

# Die Magie von Saalbach-Hinterglemm



FOTO: DANIEL ROSS/SAALBACH.COM

Das Symbol für diese wunderschöne Bergregion ist ein Männchen mit hohem Hut, das aussieht wie die tanzenden Derwische, nur, dass es einen Spagat macht. So hoch muss es sportlich nicht hergehen, und: diese Region hat etwas von Magie; auch sie ist wie die Sufi-Tänzer in der Lage, kosmische Energie von weit oben herunterzuholen, sozusagen den Himmel auf die Erde zu bringen. VON BARBARA SIMONSON

Fast vor der Tür per Seilbahn auf 2.000 Meter Höhe? Wanderbus jede halbe Stunde? Vier Bergbahnen ins Hochalpine innerhalb von 20 Minuten erreichbar? Rundblick zu den höchsten Bergen Österreichs? Ein Hotel zentral und dennoch in traumhafter Alleinlage? Das alles und noch viel mehr habe ich gerade mit meiner Tochter in Saalbach-Hinterglemm nahe Zell am See erlebt. Und das alles bei durchweg gutem Wetter und klarer Sicht, selbst, wenn es im Nachbartal regnete.

Mit der „Joker-Card“ werden einem diese Schätze – per Bahn auf 2.000 Meter, per Bus zu allen Bahnstationen im Tal – kostenlos zu Füßen gelegt. Das entspannt. Die Urlaubskasse wird geschont.

Nur Fliegen ist schöner. Luft, Farben, Blick, Flora und Fauna: Alles hat eine besondere Magie. Die Erhabenheit der Berge lässt einen demütig werden. Und gleichzeitig dankbar für so viel Schönheit und die Teilhabe daran. Immer, so meine Erfahrung, wird man in der Natur reich belohnt. Der Blick auf Zwei- und Dreitausender, die ihre Spitzen oft mit einem zarten Wolkenschleier zart verhüllen wie scheue Schönheiten, die nicht jedem alles von sich preisgeben wollen.

Das Panorama ist grandios. Auf der einen Seite das schroffe graue Massiv des Steinernen Meeres. Gegenüberliegend das Großglocknermassiv mit den höchsten Bergen Österreichs und – hoffentlich – ewigem Eis, das je nach Tageszeit rosa oder kühl-bläulich schimmert und

von der Ferne blinkt. Nach einigen Stunden Wanderzeit im Hochgebirge schmeckt die Jause noch einmal so gut. Wo noch beim Abstieg der eine oder andere Muskel schmerzt oder Zeh drückt, stellt sich spätestens nach dem ersten Saunagang ein angenehmes Kribbeln ein, und abends fällt man wohligh-müde ins Bett und freut sich auf den nächsten Tag, der sicherlich wieder neue Abenteuer bereithält.

September und Oktober, für mich ist es die schönste Bergwanderzeit in den Alpen. Die Fernsicht ist grandios. Und: Beeren in Hülle und Fülle! Oft findet man Blau- und Preiselbeeren bei jedem Schritt, dicht an dicht, eingeraht vom weißlichem filigranen Moos, wie wir es von Friedhofsgestecken her kennen. Das Aroma der Beeren ist grandios. Die Power dieser Winzlinge ist mit der von Kulturbeeren nicht zu vergleichen, es liegen Welten dazwischen. Garten-Heidelbeeren haben einen ORAC-Wert – der das antioxidative Potenzial angibt – von 2.300, wilde Blaubeeren von 9.000. Und dann diese Beerenfrüchte auf 2.000 Meter Höhe? Wahrscheinlich wurde ihr Gesundheitswert noch von keinem gemessen. Die Power spüren wir jedenfalls unmittelbar. Die wilden Himbeeren – gibt es Köstlicheres? Meine Tochter nimmt Samen für unseren Kleingarten mit. Ob sie sich in der norddeutschen Tiefebene wohlfühlen werden? Ich hoffe – und weiß es nicht.

Vögel. Vögel! Auch Vogelfreunde kommen hier voll auf ihre Kosten. Turmfalken begleiten uns und ziehen Kreise

über uns. Zauberhafte Tannenhäher beäugen uns neugierig. Sie vergraben bis zu 100.000 Zirbensamen als Vorrat und finden davon erstaunliche 80 Prozent wieder! Auch Insekten werden im Erdreich konserviert. Der Tannenhäher merkt sich die Stellen von bis zu 2.500 vergrabenen Insekten. Und nicht nur das, sondern auch ihr „Haltbarkeitsdatum“, das heißt, wann er welches Insekt wo deponiert hat. Für mich ist dies ein Wunder an Intelligenz, vor dem ich mich innerlich verneige. Ein solches Gedächtnis in einem so kleinen Köpfchen! Bergdohlen schießen mit klagendem Schrei aus Wolkenhaufen heraus. Gebirgsstelzen wippen mit dem Schwanz. Alpenlerchen singen wie unsere Feldlerchen im Flug. Den Höhepunkt bildet ein majestätischer Gänsegeier über uns, der sich dank Thermik ohne Flügelschlag in die Höhe schraubt. Mit einer Flügelspannweite von 2,80 Metern und einem Gewicht von mehr als elf Kilo stellt er den Steinadler größtmäßig weit in den Schatten.

Winzige Frösche auf dem Weg. Schmetterlinge und Libellen, Grillen und metallicglänzende Käfer an Pfefferminzpflanzen. Admiral, Pfauenauge, Fuchs und Bläulinge gaukeln scheinbar ziellos durchs bunte Blumenmeer. Jungkühe, Schafe und Pferde, die einen oft neugierig betrachten und beschnuppern und uns zum Streicheln nahekommen, sehen wir auf steilem Gelände, in Grasmulden, an Flüssen und auf den Wegen.

mit einem Schalldämpfer reduziert, man trifft kaum eine Menschenseele und ist dankbar, wenn die Wolken aufreißen und den Blick freigeben, bevor ein Wolkennebel ihn kurz danach wieder verschließt. Das Rauschen eines Wasserfalls klopft oft erst ans Ohr, bevor das Auge ihn ausmacht. Tosende Wasserfälle und glasklare Bäche: Die Alpen sind auch eine Wasserwelt.



FOTO: K.K.

Wo waren wir? Auf dem Stemmerkogel, der Rochalm spitze, dem Barnkogel, dem Asitzkopf. Wir haben das Motto von Saalbach-Hinterglemm „Home of lässig“ wörtlich genommen und es ruhig angehen lassen und waren täglich geruhsam vier bis sieben Stunden unterwegs. Oft sind wir bis zur Mittelstation mit der Bahn gefahren und von dort zu Fuß weitergegangen. Nur ein-



FOTO: DANIEL ROSS/LANDSCAPE

Bezaubernde Alpenblumen wie Enzian, Margeriten und Anemonen, die ihre Winzigkeit im Vergleich mit ihren Blumenschwestern im Tal mit besonders leuchtender Farbenpracht wettmachen, wachsen hier oben in Hülle und Fülle. Die Vegetationszeit auf 2.000 Metern ist kurz, da muss man in wenigen Monaten alles geben.

Auch in den Wolken ist die Bergwelt hier magisch und mystisch, ja selbst im Regen. Alle Geräusche sind wie

mal, am ersten Tag, haben wir den Abstieg von 2.000 Meter ins Tal zu Fuß gemacht und festgestellt: Wir gehen lieber rauf statt runter. Hochkönig, Kitzsteinhorn, Großglockner, Granatspitzengruppe: Bei schönem Wetter ist die Weitsicht atemberaubend.

[... weiterlesen nächste Seite](#)



FOTO: NATHAN HUGHES/SAALBACH.COM

## Das „Interstar“-Hotel: eine besondere Herberge

Was macht ein gutes Hotel aus, in dem sich der Gast wohlfühlt? In meinen Augen ist das Wichtigste: Ich möchte mich nicht als Nummer fühlen, sondern als Individuum. Und nicht als Fremde, sondern als willkommener Gast. Und: Die Atmosphäre sollte authentisch herzlich zugewandt sein. All das und viel mehr erlebt man im Interstar-Hotel in Saalbach-Hinterglemm. Sonderwünsche – meine Tochter ist Veganerin – werden prompt und engagiert erfüllt. Hotelchef Jürgen Dobner und sein unglaublich freundlicher 19-jähriger Sohn begrüßen abends und oft auch morgens herzlich jeden Gast mit Handschlag und fragen nach den Erlebnissen vom Tag und ob noch Wünsche offen sind. Immer zu einem kleinen Scherz aufgelegt, erklingt ihr Lachen und das von Gästen im Speisesaal. Das Bedienungspersonal ist ausnehmend freundlich und offenbar sehr sorgfältig ausgesucht. Eine derart warmherzige Atmosphäre habe ich selten in einem so relativ großen Haus erlebt.

Dazu kommen viele Bequemlichkeiten wie eine großzügige Saunalandschaft mit drei Saunen, Kaltwasserbecken und Infrarotkabine, ein gut ausgestatteter Fitnessraum, Kinderspielzimmer, einmal wöchentlich Live-Musik, grandioser Balkonblick auf die Berge und ästhetische Farbgestaltung mit viel Holz, Akzenten in Lila und weißen Kerzen, die abends eine behagliche Atmosphäre zaubern. Das Frühstücksbuffet ist an Vielfalt und Frische kaum zu toppen, und das Abendessen à la carte oder als Buffet lässt keinen

Wunsch offen. Auch wir – Vegetarierin und Veganerin – kommen voll auf unsere Kosten. Die Bergfrüchte finden wir in Form von Preiselbeerenmus und Blaubeermarmelade wieder.

Zuhause angekommen schaue ich in die Hotel-Bewertungen im Internet. Ich finde keine wirklich negativen, sondern viele positive Sätze, die mir aus dem Herzen sprechen! „Urlaub wie bei Freunden“, „Service unschlagbar“, „positive und entspannte Energie“, „das Abendessen allein ist schon eine Reise wert“, „alle sind mit Freude bei der Arbeit und stets freundlich“, „sonniger Humor der Hoteliersfamilie“, „Gefühl, als wäre man von Tag 1 an Stammgast“, „wir wüssten nicht, in wel-



DAS INTERSTAR-HOTEL IN SAALBACH-HINTERGLEMM.

FOTO: K.K.



*Luft, Farben, Blick, Flora und Fauna, Alles hat eine besondere Magie.*

ches Hotel auf dieser Erde wir lieber gehen würden“, „Gondel 300 Meter, Skibus 100 Meter, Piste direkt am Hotel“, „sofort das Gefühl, willkommen zu sein“, „die Mitarbeiter sind großartig und vor allem authentisch“, „die Gastronomie ist einfach nur ‚wow‘“, „einzigartig“. So hat dieses „Gesamtkunstwerk“ – ein Hotel mit toller Atmosphäre, traumhafte und leicht zugängliche hochalpine Bergwelt – uns den schönsten Bergwanderurlaub seit langem geschenkt. Fit und mit den schönsten Bildern im Kopf fällt der Abschied etwas schwer. Wir wären ja so gerne noch geblieben ... Dankbarkeit für so viel Schönes versüßt die Abfahrt und die Gewissheit: Wir kommen sicherlich wieder. Im Sommer und vielleicht auch zur weißen Jahreszeit – Saalbach-Hinterglemm zählt auf 1.000 Meter Höhe zu den allerersten Wintersportorten Österreichs, und das Hotel „Interstar“ liegt direkt an der Piste und ganz nah an der nächsten Bergbahn und Gondel.

## KONTAKTE



**Tourismusverband  
Saalbach Hinterglemm**  
T: +43 (0)6541 680068  
E: [contact@saalbach.com](mailto:contact@saalbach.com)  
I: [www.saalbach.com](http://www.saalbach.com)

**SOMMER IN SAALBACH**  
Vielfältig - Lässig - Aktiv

**WINTER IN SAALBACH**  
Im Herzen des lässigsten  
Skigebietes der Alpen

**Hotel „Interstar“ Hinterglemm**  
T: +43 (0)6541 7815  
E: [info@hotel-interstar.com](mailto:info@hotel-interstar.com)  
I: [www.interstar.com](http://www.interstar.com)



## Zahlenmagie & Kartenlegen

**Zahlen als Kompass durchs Leben!**

Neue Firmenadresse? Hochzeitsdatum und neuer Name?  
Jobwechsel? Partnerschaft? Was bringt das neue Lebensjahr?

Mit meiner Intuition und Lebenserfahrung helfe ich dir, deinen persönlichen Standort und Lösungsmöglichkeiten zu erkennen, damit du deine beste Entscheidung triffst!

**Herta Urbscheit-Wohlleb, DGKP,**  
office@wohleben.at, +43 676 7044 034,  
www.wohleben.at, www.facebook.com/herta.wohleb





## Finde Deine Energie

Mit dem Start der Werbekampagne „Finde deine Energie“ möchte die Berufsgruppe der HumanenergetikerInnen in den Dialog mit Kärnten treten und Klischees und Vorurteilen zum Thema Energetik mit Fakten begegnen. Die Berufsgruppe der Humanenergetik zählt mit rund 18.000 Mitgliedern österreichweit, davon 1.200 in Kärnten, zu einer der stärksten Berufsgruppen innerhalb der WKO. „Wir HumanenergetikerInnen setzen in unserer Arbeit auf Ethik sowie Verantwortung und stellen hohe Qualitätsstandards in den Vordergrund unserer Tätigkeit. Das wollen wir in unserer Kampagne auch ganz bewusst machen“, so der Fachgruppenobmann der Persönlichen Dienstleister in Kärnten, Ulfried Wallisch.



### Umfassende Standesregeln schaffen Klarheit im Berufsbild

Was nur Wenige wissen: Bereits im Jahr 2014 wurde in der Berufsgruppe der Humanenergetiker umfassende Standesregeln für alle Mitglieder beschlossen. „Unsere Tätigkeit basiert auf Kompetenz und Professionalität. Wir garantieren hochwertige Arbeit, bei der wir uns etablierter und gewerblich anerkannter Methoden bedienen“, stellt Ulfried Wallisch die Wichtigkeit der selbst auferlegten Standesregeln in den Vordergrund.

### Qualifizierungsmaßnahmen sichern Qualität der Humanenergetiker

Gleichzeitig mit den Standesregeln hat die Berufsgruppe im Jahr 2015 ein dreistufiges Qualitätssicherungsmodell entwickelt, das den Kunden der heimischen EnergetikerInnen Sicherheit bei den rechtlichen Rahmenbedingungen der Energetik geben soll. „Eines unserer obersten Ziele besteht neben der Einhaltung der Standesregeln darin, durch eine freiwillige Qualifizierung die Seriosität der energetischen Dienstleistung dauerhaft sicherzustellen“, unterstreicht Fachgruppenobmann Ulfried Wallisch die Professionalisierungsoffensive der Humanenergetiker. Daher ist ein erklärtes Ziel der Kampagne auch Bewusstsein unter den Konsumenten zu schaffen, dass Leistungen von qualifizierten Humanenergetikern in Anspruch genommen werden sollen.

### Die Vorsitzenden der Fachgruppe der Persönlichen Dienstleister der Wirtschaftskammer Kärnten:



ULFRIED WALLISCH  
OBMANN



ANNEMARIE HERZOG  
OBMANN-STV.



JOACHIM RIEGER  
OBMANN-STV.

### INFORMATION

**Mag. Petra Kreuzer**  
Fachgruppengeschäftsführerin

**Europaplatz 1**  
**9020 Klagenfurt am Wörthersee**

**T: 05 90 90 4 - 160**

**F: 05 90 90 4 - 164**

**E: [innungsgruppe7@wkk.or.at](mailto:innungsgruppe7@wkk.or.at)**

**W: [wko.at/ktn/pdl](http://wko.at/ktn/pdl)**

## RÜCKBLICK: KÄRNTNER TAG DER ENERGETIK 2019

Die Fachgruppe der persönlichen Dienstleister der Wirtschaftskammer Kärnten veranstaltete auch heuer wieder einen „Tag der Energetik“ für Ihre Unternehmer. „Somit sind wir auf dem besten Weg, jene Wertschätzung und Anerkennung für die Berufsgruppen Human-, Tier- und Raumenergetik in der Öffentlichkeit zu lukrieren, die wir mit unseren wertvollen Leistungen für Mensch und Tier auch verdienen“, so Fachgruppenobmann Ulfried Wallisch.



AM 26. SEPTEMBER 2019 FAND IM CONGRESS CENTER WÖRTHERSEE IN PÖRTLACH DER HEURIGE „TAG DER ENERGETIK“ STATT.

Wichtig sind uns unter anderem:

- Steigerung der Wahrnehmung als professioneller Berufsstand,
- Stärkung der Wirkung nach außen durch Gemeinschaftssinn, einheitliches Erscheinungsbild und gemeinsame Kommunikation,
- Anhebung des Niveaus durch freiwillige Qualitätssicherung,
- Anerkennung und Wertschätzung der energetischen Dienstleistungen in der Öffentlichkeit.

Zu den Highlights der Veranstaltung zählen die Vorträge von „Mystica TV“-Chefredakteur, Regisseur und Buchautor Thomas Schmelzer und dem Physiker Dr. Reinhard Huzar sowie das Konzert der „Blues Brothers Supercharged“.



### **BLUES BROTHERS SUPERCHARGED**

Kulturelles Highlight des Events war der Auftritt des „Blues Brothers Supercharged“, die sich mit ihrer Musik an der US-amerikanischen Band „Blues Brothers“ orientiert. Mit ihrem groovigen Sound verführten sie das Publikum in die Welt des Blues Rock und boten so ein eindrucksvolles Spektakel.



### **THOMAS SCHMELZER**

In seinem Vortrag „Moderne Spiritualität: Dem Herzen folgen und die eigene Wahrheit finden“ zeigte Schmelzer auf, dass heute viele Menschen eine undogmatische, friedvolle Spiritualität leben und dabei ihren eigenen, klaren Weg einer Bewusstseinsentwicklung gehen.

**DR. REINHARD HUZAR** wiederum beleuchtete in seinem Beitrag „5G – Strahlenbelastung für Mensch, Tier und Umwelt – Wie geht man damit um?“ die biologische Wirkung des Mobilfunks und klärte auf, was man gegen Strahlenbelastungen tun kann.

### **VORBLICK:**

**Die Fachgruppe der persönlichen Dienstleister auf der Messe „gesund & glücklich“**

Wie in all den Jahren zuvor haben wir von der Fachgruppe der persönlichen Dienstleister der Wirtschaftskammer Kärnten einen großen Stand auf der Messe „gesund & glücklich“, die vom 15. bis 17. November 2019 in der Halle 3 OG der Messe Klagenfurt stattfinden wird.



#### **Ort und Zeit:**

**Kärntner Messe Klagenfurt | Messeplatz 1 | Halle 3 OG | Stand-Nr. 06-08.**

**Fr. 15.11.2019: 9-19 Uhr | Sa. 16.11.2019: 9-19 Uhr | So. 17.11.2019: 9-18 Uhr**

#### **Tischgespräche:**

Wir bieten für interessierte Besucher anstelle von Vorträgen Tischgespräche am Messestand an. Dort können sich Besucher in gemütlicher Atmosphäre über verschiedenste Methoden und Anwendungen an jedem Messetag zu folgenden Zeiten informieren:

- > **10.00 bis 12.00 Uhr: Tierenergetik**
- > **10.00 bis 17.00 Uhr: Humanenergetik**
- > **14.00 bis 17.00 Uhr: Astrologie**

Natürlich stehen wir Ihnen auch außerhalb dieser Zeiten für Fachauskünfte gerne zur Verfügung.

Wirtschaftskammer Kärnten: Mag. Petra Kreuzer, Telefon 05 90 90 4 - 160, [petra.kreuzer@wkk.or.at](mailto:petra.kreuzer@wkk.or.at)

# TYPGERECHT LEBEN

## MIT IHREN FARB- UND TYPBERATERN ZU MEHR AUSSTRAHLUNG

Farb- und StilberaterInnen beraten, wie man sein Äußeres – Kleidung, Frisur, Make-up – im Privat- und Berufsleben typgerecht am besten zur Geltung bringt. Wer mit seinem Aussehen zufrieden ist, hat mehr Selbstvertrauen und Ausstrahlung

### Farbberatung

In der Farbberatung wird gemeinsam mit der Kundin/dem Kunden der Farbtyp ausgetestet und ein persönliches Farbschema erstellt. Für jeden gibt es aufgrund der Farbe von Augen, Haut und Haaren Farbtöne, die besonders gut mit dem Aussehen harmonisieren. Kleidet man sich in diesen Farbtönen, hat man ein gesünderes und frischeres Aussehen. Falten und Hautunreinheiten werden gemildert und die Augen wirken strahlender. Mit einem persönlichen Farbschema verhindert man Fehlkäufe. Eine so zusammengestellte Garderobe ist besser kombinierbar. Auch die Beratung über eine typgerechte Frisur und Make-up gehören zur Farbberatung.

### Typberatung

In der Typberatung wird gemeinsam mit der Kundin/dem Kunden erarbeitet, mit welchen Kleidungschnitten und kleinen Kniffen man die jeweilige Figur am besten zur Geltung bringt. Auch für etwas „mehr Figur“ gibt es viele Möglichkeiten. Man lernt seine Vorteile kennen und erfährt, wie man diese betonen kann. *„Gut und passend gekleidet zu sein verleiht Sicherheit im Auftritt.“* so Sylvia Nikolasch aus Villach.

### Businessberatung

Im Berufsleben ist es wichtig zu wissen, wie andere uns unbewusst wahrnehmen. In vielen Branchen spielt der Dresscode eine wichtige Rolle. Im Berufsleben ist das Wissen, wie man von anderen wahrgenommen wird, wichtig. Farben können Seriosität, Nähe, Distanz, Kompetenz, usw. ausstrahlen. Jedes Unternehmen vermittelt ein Image, ebenso jeder Mitarbeiter mit seinem Aussehen. Mit dem Wissen um die psychologische Wirkung von Farben und die beruflichen Dresscodes kann man „sichtbare Kompetenz“ vermitteln.



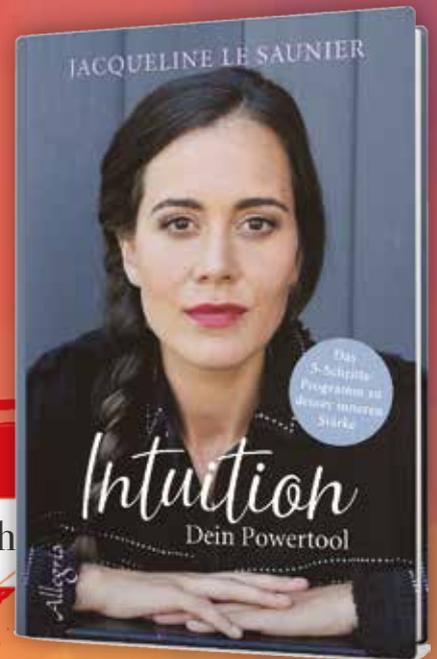
### Ihre Farb- und Typberater in Kärnten



Wirtschaftskammer Kärnten  
Fachgruppe der persönlichen Dienstleister  
Europaplatz 1 • 9021 Klagenfurt am Wörthersee  
T: 05 90904-160 • F: -164  
innungsgruppe7@wkk.or.at • www.wko.at/ktn/pdl

## FARB- UND STILBERATUNG

# Die grosse Tour 2019 der Expertin für Intuition, Berufung & Selbstverwirklichung Jacqueline Le Saunier!



Ihr neues Buch

## Tourdaten 2019:

- Wien** - Do. 3.10. Erlebnisabend: Intuition – Dein Powertool
  - Mödling** - Fr. 4.10. Erlebnisabend: Intuition – Dein Powertool
  - Tulln** - Sa. 5.10. Erlebnisabend: Intuition – Dein Powertool
  - Wien** - So. 6.10. Tagesseminar "Die neue Intuitions-Schulung"
  - Frankfurt/M** - Fr. 18.10. Erlebnisabend: "Öffne dein Herz für die Liebe"
  - Frankfurt/M** - Sa.&So. 19+20.10. WE-Seminar "Intuition – Dein Powertool"
  - Linz** - Sa. 26.10. Erlebnisabend: Intuition – Dein Powertool
  - Linz** - So. 27.10. Tagesseminar "Die neue Intuitions-Schulung"
  - Graz** - Sa. 2.11. Erlebnisabend: Intuition – Dein Powertool
  - Graz** - So. 3.11. Tagesseminar "Die neue Intuitions-Schulung"
  - Bern/CH** - Fr. 15.11. Erlebnisabend: "Du bist Spirit – Erkenne d. Fähigkeiten"
  - Bern/CH** - Sa.&So. 16+17.11. WE-Seminar "Intuition – Dein Powertool"
  - Hamburg** - Sa. 30.11. Erlebnisabend: "Intuition - Dein Powertool"
  - Hamburg** - So. 1.12. Tagesseminar "Die neue Intuitions-Schulung"
  - Salzburg** - 14.12. Tagesseminar "Die neue Intuitions-Schulung"
- Änderungen Möglich. Mehr unter [www.soul.vision/termine](http://www.soul.vision/termine)

Intuition.community  by *Jacqueline*  
LE SAUNIER

NEU: Die Intuitions-Community für Dein tägliches Training mit Gleichgesinnten und Profis unter: [www.intuition.community](http://www.intuition.community)





## Lecker kochen mit den Naturgeistern

Willkommen in der Küche der Naturgeister! Ja, richtig gelesen: Auch Trolle, Kobolde, Feen und Elfen und all die anderen Geistwesen stehen am Kochherd und ernähren sich mit Köstlichkeiten, die sie dort „zaubern“ und die uns Menschen wohl bekannt sind. Sie lieben alles, was die Erde hergibt, und sind immer bereit, Neues auszuprobieren. So verwenden z. B. die Feen und Elben in ihren Speisen Bienenpollen, Honig, Mandeln, Nüsse, Körner und Blüten. Elfen sind so etwas wie die „Medizinfrauen“ der Naturgeister und stellen aus Nahrung Arznei- und allerlei Zaubermittel her, Zwerge und Trolle lieben Wildschweinbraten, Schnaps, Marmelade und Speck. Doch Achtung: Sie vertragen vieles, was für uns Menschen giftig und ungenießbar ist – wie Fliegenpilzmilch, Fingerhutdips, Knollenblätterpilzragout usw. Also Hände weg davon!

Die beiden Köchinnen **Sabrina Dengel** und **Diana Holzschuster** haben sehr viele Rezepte aus der Küche der Naturgeister fein zusammengetragen und „ins Menschliche übersetzt“. Daraus entstand sodann gemeinsam mit **Jeanne Ruland** das Kochbuch „Lecker kochen mit den Naturgeistern“ (siehe Infobox „Zu den Autorinnen“ auf Seite ??). Ab dieser Ausgabe dürfen unsere „gesund & glücklich“-Leserinnen und -Leser daran teilhaben und sich an deren Rezepten nicht nur erfreuen, sondern diese auch in ihrer Küche nachmachen. Und da das Weihnachtsfest und der Jahreswechsel bevorstehen, lag es nahe, diese neue Serie mit Weihnachts- und Silvesterleckereien aus der Naturgeisterküche zu beginnen.

## WEIHNACHTSLECKEREIEN



„O gibt es Geister in der Luft,  
die zwischen Erd' und Himmel herrschend weben,  
so steigt nieder aus dem goldnen Duft  
und führt mich weg, zu neuem, buntem Leben.“

(Johann Wolfgang von Goethe)



## Zimtsterne

### Zutaten für ca. 80 Stück

3 Eiweiß  
250 g Zucker  
2 TL Zimt  
2 EL Vanillezucker  
350 g gemahlene Haselnüsse (Mandeln)  
Staubzucker zum Ausrollen

### Zubereitung

Eiweiß zu steifem Schnee schlagen und unter ständigem Rühren Zucker und Vanillezucker einrieseln lassen. Die Masse weiterschlagen, bis sie glänzt. Von der Schneemasse ca. 6 EL beiseitestellen. Die restliche Schneemasse mit den restlichen Zutaten zu einem weichen Teig verkneten. Den Teig auf einer mit dem Staubzucker bestreuten Arbeitsfläche ca. 3 mm dick ausrollen. Sterne ausstechen und mit dem restlichen Eischnee bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 150 °C ca. 25 Min. backen.



## Dinkelherzen

### Zutaten für 80 Stück

200 g Butter  
150 g feiner Zucker  
1 Eigelb  
100 g gemahlene Haselnüsse  
100 g gemahlene Mandeln  
200 g Dinkelmehl  
1 TL gemahlener Zimt  
1 Msp. Nelkenpulver  
1 Msp. Muskat  
Mehl zum Ausrollen  
ca. 100 g rote Marmelade,  
z. B. Himbeer, Johannisbeer

### Zubereitung

Weiche Butter mit Zucker und Dotter schaumig rühren. Mehl auf eine Arbeitsfläche sieben. Nüsse, Mandeln und Gewürze dazugeben und mit der Buttermasse zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Frischhaltefolie gewickelt ca. 1 Std. kalt stellen, dann auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen und Herzen ausstechen. Aus der Hälfte der Herzen in der Mitte ein kleines Loch ausstechen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Ofen bei 170 °C ca. 12 Min. backen. Die Marmelade durch ein Sieb streichen (oder Gelee verwenden). Die Kekse kurz auskühlen lassen. Herzen ohne Loch mit Marmelade bestreichen und mit einem gelochten Herzen belegen, vorsichtig andrücken.



## Kokoskugeln

### Zutaten für ca. 80 Stück

100 g Kokosflocken  
100 g weiße Schokolade  
90 g Staubzucker  
1 EL Vanillezucker  
1 EL Zitronensaft  
1 EL Kokosfett  
5 EL Wasser  
Kokosflocken zum Wälzen  
kl. Papiermanschetten

### Zubereitung

Schokolade und Kokosfett über Dampf schmelzen lassen. Alle übrigen Zutaten unterrühren. Die Masse ca. 2 Std. kalt stellen. Dann kleine Kugeln formen, in Kokosflocken wälzen und in kleine Papiermanschetten setzen.



## Baumknollenknöddli (Bratäpfel)

### Zutaten für 3 Trollkinder

3 kleine saftige Äpfel  
3 TL Butter  
30 g Mandelsplitter  
100 g getrocknete Weinbeeren (Rosinen)  
½ l Milch  
3 TL Zucker  
½ TL Zimt  
2 TL Speisestärke

### Zubereitung

Das, was wir in der Trollküche nicht finden können, stibitzen wir aus der Behausung der Menschen. Den Backofen heizen wir mit trockenem Reisig gut an. Die Äpfel waschen wir, dann stechen wir das Gehäuse mit den Kernen aus und bringen es an einen guten Platz in der Erde, damit aus den

Kernen neue Apfelbäume wachsen können. Dann fetten wir die Pfanne gut aus und setzen die Äpfel so in die Auflaufform, dass sie nicht umfallen können. Weinbeeren und Mandelsplitter mischen wir und füllen sie in die ausgehöhlten Äpfel, den Rest verteilen wir um die Äpfel. Nun schieben wir die Auflaufform in den Ofen und lassen die Äpfel 5 Minuten backen. Dann ist's Zeit, Speisestärke, Zucker, Zimt in einem Krug mit der kalten Milch zu verrühren. Nach 5 Minuten ziehen wir die Äpfel aus dem Backofen und heben sie vorsichtig aus der Form. Die Auflaufform setzen wir auf die Feuerstelle, gießen den Inhalt des Kruges zu der flüssigen Butter und lassen alles aufkochen. Danach setzen wir die Äpfel vorsichtig in die Soße und backen sie noch einmal 5–9 Min. im Backofen. Die Bratäpfel den hungrigen Trollkindern heiß servieren.

# SILVESTERLECKEREI

*Der Blick ins neue Jahr - plötzlich ist er da. Frage die Feen um Rat - für deine neue Tat.  
Auf deinen weiteren Wegen - ganz viel Segen.*



## Feen-Orakelkekse

### Zutaten für ca. 80 Stück

ein ausgerollter Blätterteig  
Zitronenglasur:  
2 EL Zitronensaft  
Staubzucker  
1 EL Wasser

### Zubereitung

Aus dem Blätterteig immer zwei gleiche

Glückssymbole ausstechen (z. B. Kleeblatt, Schweinchen, Fliegenpilz). Aus Butterbrotpapier kleine Zettelchen schneiden, Sprüche mit einem lebensmittelechten Farbstift auf die Zettel schreiben, Zettel in die Mitte der Kekse legen, mit der zweiten formgleichen Hälfte abdecken und am Rand gut andrücken. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech bei 180 °C ca. 10 Min. goldgelb backen. Zitronenglasur: Zitronensaft mit einem Esslöffel Wasser und so viel Puderzucker verrühren, dass eine dicke Glasur entsteht. Die ausgekühlten Kekse mit der Glasur bestreichen und je nach Geschmack verzieren.

## ZU DEN AUTORINNEN

### Jeanne Ruland



lebt mit ihrem Mann Murat Karaçay und ihren beiden Kindern in Darmstadt. Sie bereiste viele Jahre als Flugbegleiterin die Welt. In den besuchten Ländern erhielt sie vielfältige Einblicke in die verschiedensten Facetten der Schöpfung, wobei ihre Liebe dem tieferen Sinn des Lebens gilt. Sie erfuhr schon in frühen Jahren die Führung und Fügungen des unsichtbaren Reiches und damit die unglaubliche Fülle und Kraft, die das Leben für den Menschen in den unterschiedlichsten Lebenslagen bereithält. Dies gibt sie in ihren Büchern an die Menschen auf dem Weg. [www.shantila.de](http://www.shantila.de)

### Sabrina Dengel



leitet zusammen mit ihrem Mann Marcel das Seminarhaus Trafo in Nüziders, Westösterreich. Als gelernte Köche verwöhnen sie die Seminarteilnehmer mit teilweise selbst kreierten Rezepten und Leckerbissen. Seit ihrem 13. Lebensjahr interessiert sich Sabrina Dengel für verschiedenste Kulturen und hat sich ein umfangreiches praktisches Wissen angeeignet, welches sie interessierten Menschen auch gern weitervermittelt. Sie ist Schwitzhüttenleiterin, unterrichtet Orakeltechniken, praktische schamanische Arbeit, Ritualgestaltung und organisiert Sommercamps. Gesunde Ernährung ist für sie als dreifache Mutter etwas, was im Rahmen der eigenen Möglichkeiten für jeden Menschen erlebbar ist. [www.trafo.or.at](http://www.trafo.or.at)

### Diana Holzschuster



lebt mit ihrem Mann Paul und ihren zwei Kindern in Vorarlberg mit dessen wunderschönen Bergwelt. Schon als Kind fühlte sie sich den Naturreichen sowie deren Bewohnern sehr verbunden. Seit vielen Jahren beschäftigt sie sich mit spirituellen Themen wie Schamanismus, Traumarbeit, geistiger Alchemie, den Zusammenhängen des Lebens u. v. a. m. Aus ganzem Herzen teilt sie ihre Erfahrungen mit den Menschen. Kochen bedeutet für sie, die Fülle des Lebens zu genießen, respektvollen Umgang damit zu pflegen, zu lieben und anzunehmen, was Mutter Erde schenkt.

## BUCHTIPP



**Jeanne Ruland, Sabrina Dengel, Diana Holzschuster**  
Lecker Kochen mit den Naturgeistern – Ideen und Rezepte rund ums Jahr

Schirner Verlag, 216 Seiten,  
ISBN 978-3-8434-1221-6  
€ 19,95 [D] | € 20,60 [A] | € 21,90 [I] | Fr. 28,90 [CH]

# HEILER & PARAPSYCHOLOGE RADE MARIC



## Erfolgreiche Kooperation mit der Schulmedizin

„Hohe Intensität der Energie  
beschleunigt Genesung.“

Rade Maric

Die Intensität der Energien, die durch ihn wirken, lassen durch Handauflegen und Gebet selbst massive Probleme im körperlichen oder seelischen Bereich aufbrechen.

Manchmal braucht es einige Sitzungen, um Festgefahrenes und Manifestiertes zu lösen und den Körper, den Geist & die Seele in die Heilung zu führen. Daraus entsteht unübertreffbare Lebenskraft und Gesundheit.

Alle möglichen Therapieformen (körperliche und seelische) werden durch die Arbeit von Rade Maric effizienter und rascher in ihrer Wirkung.



**Hofheim am Taunus:**  
**27.–28. September: Grenzenlos-Messe**

**ORT:** Stadthalle, Chinonplatz 4, D - 65719 Hofheim

**KOSTEN:** Tageskarte Freitag 8,- €

Samstag und Sonntag jeweils 10,- €

Infos: +49 (0)6857- 29 99 718 / -719, [www.MesseHofheim.de](http://www.MesseHofheim.de)

.....

**Linz:**

**ORT:** Ibis Styles Linz, Wankmüllerhofstr. 37, A - 4020 Linz

**4. Oktober: Vortrag „Wenn die Seele sich befreit“**

**5. Oktober: Gruppen-Energieübertragung**

**ZEIT:** Samstag, 5. Okt. 2019, 10 – 12 Uhr, 14 – 16 und 18 – 20 Uhr

**6. Oktober: Gruppen-Energieübertragung**

**ZEIT:** Sonntag, 6. Okt. 2019, 10 – 12 Uhr, 14 – 16 und 16.30 – 18.30 Uhr

Infos: +43 (0)664 249 84 29, [www.veranstaltungen-schmidsberger.at](http://www.veranstaltungen-schmidsberger.at)

.....

**Frankfurt:**

**18. Oktober: Erlebnisabend „Wenn die Seele sich befreit“**

**ORT:** Haus der Jugend, Deutschherrnufer 12, 60594 Frankfurt

**ZEIT: 19.30 Uhr**

**19. Oktober: Energetische Heilung**

**ORT:** Hotel Höchster Hof, Mainberg 3, 65929 Frankfurt-Höchst

**ZEIT:** Sa. 19.10.2019, 10:00-12:00 Uhr, 14:0 -16:00 Uhr, 16:30-18:30 Uhr

**20. Oktober: Energetische Heilung**

**ORT:** Hotel Höchster Hof, Mainberg 3, 65929 Frankfurt-Höchst

**ZEIT:** Sonntag 20.10.2019, 10:00-12:00 Uhr, 14:00-16:00 Uhr

.....

**Schirner Tage in Darmstadt:**

**1.–3. November: Messe für Spiritualität und Bewusstsein**



GESUNDHEITZENTRUM RADE MARIC  
Welfenstraße 13, D-70736 Fellbach-Schmiden ,STUTT GART

Tel.: +49 (0) 711 / 65 85 077, Mail: [kontakt@rademarc.info](mailto:kontakt@rademarc.info)

[www.rademarc.info](http://www.rademarc.info)

# Allinti

*Den Geist erwecken. Den Körper heilen.  
Die Seele berühren.*

Bilder von heilender Kraft. Gebete und Meditationen für Harmonie im Getriebe des Alltags. Gedanken und Gefühle beginnen im Einklang mit der Seele zu schwingen.

**Rosemarie Nikolai-Trischka**

**Erschaue deine Seele**

Bilder zum Beten und Meditieren  
Paperback, 128 Seiten, mit 42 Farbtafeln,  
18 x 21 cm

ISBN 978-3-905836-27-1

€ 18,00 [D] | € 18,50 [A]



Mutig und befreit in eine authentische Spiritualität und heilende Sexualität. Ein absolutes Muss für Frauen, die sich selbst tiefer erforschen, sich entwickeln und die eigene Lebensaufgabe lustvoll wahrnehmen möchten.

**Maitreyi D.Piontek**

**Weibliches Manifest**

Erwecke die spirituelle Rebellin in dir!

Paperback, 368 Seiten,  
13,5 x 20,6 cm

ISBN 978-3-905836-28-8

€ 17,00 [D] | € 17,50 [A]





# Bücher für Sie

Ausgesucht von Chefredakteur Rolf Bickelhaupt



Rolf Bickelhaupt



**Dr. Knut Sroka**

**Herzinfarkt – Ein Medizinskandal**

**Fundierte Alternativen zur Schulmedizin**

Herzinfarkt! Nach dieser Diagnose lassen Katheter, Stent und Bypass-OP nicht lange auf sich warten. Doch diese heftigen Eingriffe sind erfolglos: Eine Bypass-OP bietet dem operierten Patienten keinen Schutz vor einem Herzinfarkt und der Kathetereingriff rettet nicht sein Leben. Wie Dr. Sroka in seiner umfangreichen Analyse aufzeigt, ist die Bilanz der herzmedizinischen Aktivitäten unserer Tage vernichtend.

Warum? Kranzgefäßverschlüsse behindern nicht nur die Durchblutung des Herzmuskels. Ein umfangreiches natürliches Bypass-System um die Verschlüsse herum schützt das Herz mit zahllosen Umgehungsgefäßen vor Durchblutungsnot. Der Skandal besteht darin, dass dieses wissenschaftlich nachgewiesene Sicherungssystem von der Schulmedizin ignoriert wird. Kranzgefäßverschlüsse verursachen keinen Herzinfarkt. Katheter, Stent und Bypass-OP zielen zwangsläufig ins Leere. Dieses Buch klärt über fragwürdige Praktiken in vielen Kliniken auf, vermittelt mit 17 Patientenschicksalen anschaulich das Scheitern der aktuellen herzmedizinischen Praxis und beschreibt, wie es besser gehen und ein Weg zur Heilung gefunden werden kann.

Abgerundet wird der brisante Ratgeber mit wertvollen Tipps: Was jeder selbst tun kann, um sein Herzinfarktrisiko zu senken.

VAK Verlag, 224 Seiten, ISBN 978-3-86731-223-3

€ 20,00 [D] | € 20,60 [A] | € 22,00 [I] | Fr. 28,90 [CH]



**Martina Pahr**

**Sorg für dich selbst, sonst sorgt sich keiner!**

**Wie du dir selbst höchste Priorität im Leben einräumst!**

„Selfcare ist wie das berühmte Pflaster auf einem Knochenbruch“, sagt Autorin Martina Pahr. Denn wichtiger als kurzfristige Selfcare-Maßnahmen wie heiße Bäder oder Massagen ist doch, dass wir langfristig uns selbst die höchste Priorität im Leben einräumen. Wenn wir uns nicht darum kümmern, dass es uns gutgeht – wer sollte es dann tun?

Mit ihrem Buch „Sorg für dich selbst, sonst sorgt sich keiner!“ setzt die Autorin dort an, wo Selfcare aufhört, und fragt, wie es um Selbstwert und Eigenverantwortung bestellt ist. Sie liefert weder ein 10-Punkte-Heilsversprechen noch eine Anleitung zum Egoismus, sondern teilt vergnügliche Betrachtungen, von

denen letztendlich alle profitieren können.

Egal ob im Bereich Partnerschaft, Familie, Spiritualität, Gesundheit u. v. m. – Martina Pahr erklärt auf humorvolle Art, wie wir für uns selbst sorgen können, welche Widerstände wir hierfür überwinden und welchen Widersachern wir in den Hintern treten müssen, wie wir die eigenen Superkräfte aktivieren oder warum wir öfter das Zauberwort „Nein“ benutzen sollten.

mvg Verlag, 208 Seiten, ISBN 978-3-7474-0069-2

€ 16,99 [D] | € 17,50 [A] | € 18,70 [I] | Fr. 29,90 [CH]



**Namiah Beatrix Bauer**

**Freudensprung**

**Wie das Wunschkind leichter zu dir kommt**

„Du darfst es nur nicht zu sehr wollen, dann klappt es schon!“ - Können Sie diesen Satz auch nicht mehr hören?

Schwanger zu werden ist für viele Frauen der größte Wunsch in ihrem Leben. Doch Babys

kommen nicht auf Bestellung. Sie haben keine Lust auf Druck und Terminstress – und streiken. Ein unerfüllter Kinderwunsch ist deshalb für jede Frau und jedes Paar die Chance auf eine geistige und seelische Neuorientierung: Sie dürfen lernen, sich für Dinge zu öffnen, die nur über das Herz funktionieren und nicht mit dem Verstand wahrgenommen werden können.

Die Kinderwunschberaterin und ehemalige Betroffene Namiah Bauer baut als Botschafterin eine Brücke zwischen der werdenden Mama und ihrem ungeborenen Kind. Sie erklärt leicht verständlich, wie Sie mit Ihrem Wunschkind in Kontakt treten und es in Ihr Leben einladen können. Liebevoller Übungen und wirksame Affirmationen unterstützen Sie dabei, in die Stille zu gehen und die Kinderseele zu fühlen. Die Schwerpunkte dieses Buches sind:

- einfühlsame Begleitung während der Kinderwunschzeit, aber auch in Trauerphasen bei Fehl- und Totgeburten,
- praktisches 21-Tage-Programm „Zeit für die Liebe“, um den Blickwinkel zu verändern und die eigene Welt größer zu machen und
- inspirierende Mutmacher-Interviews rund um Kinderwunsch, Muttersein und Weiblichkeit.

Mankau Verlag, 207 Seiten, ISBN 978-3-86374-512-7

€ 16,95 [D] | € 17,50 [A] | € 18,60 [I] | Fr. 26,90 [CH]

**Loreeana**  
THE RECONNECTION®  
RECONNECTIVE HEALING®  
Heilung durch Rückverbindung

loreanaenergetik@gmail.com

Facebook

www.loreana.com

+43 676 97 616 97



A-9020 Klagenfurt  
Josefinumstrasse 9

Die Neuen Frequenzen  
aktivieren die  
Selbtheilungskräfte  
Sie führen in die Balance  
auf jeder Ebene -  
In die eigene Bestimmung  
und darüber hinaus

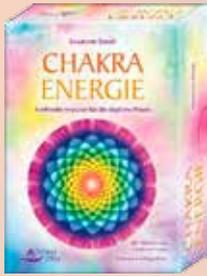
Terminvereinbarung erbeten  
ICH FREUE MICH AUF SIE !



# Lesetipps



von Heidi Schirner



## Corinna Insam & Susanne Steidl Kartenset „Chakra-Energie – Kraftvolle Impulse für die tägliche Praxis“

In unserer eigenen Buchhandlung höre ich immer wieder einmal von Kunden die Frage, wo denn die Chakren im Körper sind, was ihre Aufgabe ist, welche Farbe ihnen zugeordnet wird oder welche Gefühle mit ihnen zusammenhängen. Daher war es keine Frage, dass dieses Kartenset genau zur rechten Zeit kommt. Zu allen sieben Haupt-Chakras werden sieben Wirkbereiche auf je einer Karte erklärt. So kann jeder spielerisch lernen, welche Aufgabe jedes Chakra hat. Oder man kann dieses auch als Orakel nutzen, für die tägliche Inspiration. Die farbenfrohe schöne Gestaltung jeder einzelnen Karte macht dieses handliche Deck zu einer täglichen Freude.

Schirner Verlag, 50 Karten mit Begleitbuch, ISBN: 978-3-8434-9129-7  
€ 19,95 [D] | € 20,60 [A] | € 21,90 [I] | Fr. 33,90 [CH]



## Annemarie Herzog & Petra Kühne Kartenset „Räucherungen für die Seele – Intuitiv zur richtigen Mischung“

Was tun mit all den vielen Räucherzutaten, die man zu Hause herumliegen hat? Hier dienen die wundervollen Räucherkarten von Annemarie Herzog. Sie bieten eine Fülle an Inspiration, zu welchen Seelenthemen wir räuchern können. Ich habe z.B. noch viel Zimt, Weihrauch, Lavendel und Rosmarin daheim und ziehe eine Karte: „Glück in sich selbst finden“ - wunderbar! Zimt und Weihrauch sind zwei Bestandteile der geeigneten Mischung und ich kann sofort loslegen. Diese herrlichen Karten nimmt man einfach immer wieder gerne zur Hand, da die Künstlerin Petra Kühne zu den 44 Seelenthemen den zugehörigen Pflanzengeist voller Liebe gemalt hat. Das Räucherkarten-Set ist mein Tipp für ein besonderes Weihnachtsgeschenk an liebe Menschen!

Schirner Verlag, 44 Karten mit Begleitbuch, ISBN: 978-3-8434-9122-8  
€ 19,95 [D] | € 20,60 [A] | € 21,90 [I] | Fr. 33,90 [CH]



## Claudia Köller „Baumkraft auf dem Seelenweg – Beständigkeit und Inspiration im Gewebe der Natur“

Welche Bäume begleiten dich in deinem Leben? Mich selbst begleiten seit meiner Kindheit der Apfelbaum und die Kastanie. Etwas später kamen hinzu: die Birke und die Thuja und noch später die Eiche und der Sequoia. Viele weitere Bäume hat meine Seele sozusagen noch nicht so richtig in ihrer Tiefe wahrgenommen. Und so kann ich mit diesem Kartenset die Kraft und Weisheit der



## Antara Reimann & Anne-Mareike Schultz

### „Göttinnen-Rituale – Weiblichkeit leben mit der Kraft der keltischen Göttinnen“

Weiblichkeit hat viele Facetten. Welche Facette der Weiblichkeit lebst du, welche möchtest du gerne zum Ausdruck bringen, welche Facette gibt dir Halt und Kraft im Sein? „Liebende Partnerin“, symbolisiert

durch Göttin Nanna, war und ist bislang meine stärkste Facette. Doch möchte ich gern mehr Seiten in mir zum Ausdruck bringen, weibliche Seiten, die mein Leben größer machen, mir neue Seinsräume öffnen. Künstlerin, Kriegerin, Heilerin ..., so vieles gibt es noch zu entdecken. Die beiden Autorinnen, die im Geiste der großen Göttin leben und arbeiten, beschreiben 13 Göttinnen, die uns Frauen mit ihrer Weisheit inspirieren können. Geschichten, Rituale, Affirmationen und traumhafte Bilder zu jeder Göttin machen es leicht, sich der eigenen Weiblichkeit mehr und mehr zu öffnen. Unsere Welt braucht göttliche Frauen!

Schirner Verlag, 160 Seiten, ISBN: 978-3-8434-1400-5  
€ 17,95 [D] | € 18,50 [A] | € 19,70 [I] | Fr. 26,90 [CH]

### ZUR PERSON

Heidi Schirner gründete im April 1987 zusammen mit ihrem Mann in Darmstadt die größte spirituelle Buchhandlung Deutschlands und 13 Jahre später den Schirner Verlag, der mittlerweile jährlich mehr als 140 spirituelle Titel veröffentlicht. Aus dieser Zeit erwuchs ein umfangreiches spirituelles Wissen, welches sie täglich ratsuchenden Menschen weitergibt – sowohl in persönlichen Gesprächen als auch in der Titelauswahl des Verlages oder der Zusammenstellung des 4-mal im Jahr erscheinenden Schirner-Versandkataloges.

[www.schirner.com](http://www.schirner.com)

# Zauberhafte Musik mit wunderschönen Stimmen

Neue ONITANI-Projekte von Tino und Bettina

DAS ONITANI-DUO TINO & BETTINA MOSCA-SCHÜTZ BEIM  
DIESJÄHRIGEN „ONE SPIRIT FESTIVAL“ AN PFINGSTEN IN  
FREUDENSTADT IM SCHWARZWALD.

Tino und Bettina von ONITANI sind im deutschsprachigen Raum der Inbegriff von Healing Music. Anzutreffen sind sie stetig auf Veranstaltungen, Kongressen und Messen sowie bei eigenen Konzerten in der Schweiz, in Deutschland und in Österreich. Sie leben ihre Berufung und bringen so immer mehr Menschen zu der Erkenntnis, dass sie durch Musik und Ton bewusstseinsweiternde Lebenseinstellungen erlangen können. Mit ihren Konzerten und Seminaren begeistern sie ihr Publikum auf erstaunliche Weise.

Zu einer Konzerterfahrung schreibt Anja Kromer, Herausgeberin des Magazins „Namasté“, im Juni 2019 Folgendes: „Pünktlich um 10 Uhr sitzen meine Begleitung und ich auf den Stühlen. Da sitzen wir nun und lauschen den Worten von Tino und Bettina, die sie zur Begrüßung ans Publikum richten. Tino: ‚Wir machen keine Proben und haben nichts einstudiert. Wir spielen einen Song – und der dauert eine Stunde.‘ – WHAT?! Was, bitteschön, soll das für ein Konzert sein? Ein wundervolles! Ein unfassbar schönes! Die Musik von ONITANI entsteht aus dem Moment. Bettina: ‚Der Seelengesang entspringt keiner bestimmten Sprache, sondern es sind die Klänge eurer Seele.‘ Aha. Ich bin seltsam aufgewühlt, schließe jedoch meine Augen und lasse mich, als die Musik einsetzt, einfach fallen.

Als dann noch die Stimmen von Bettina und Tino dazu kommen, ist es um mich geschehen – binnen kürzester Zeit laufen mir die Tränen. WOW! Diese zauberhafte Musik und diese wunderschönen Stimmen berühren das Tiefste in meinem Herzen, und schenken mir tiefen Frieden. Als die Lichter angehen, kann ich es gar nicht fassen, dass die Zeit schon um sein soll. Wir möchten

dieses Erlebnis noch ein bisschen auskosten und bleiben für einen Moment sitzen – wie im Kino, wenn man nach einem guten Film wortlos den Abspann abwartet, bevor man als Letzte den Saal verlässt.“

## Stetes Erschaffen

Zwischen den 25 Konzerten im ersten halben Jahr 2019 beschäftigen sich ONITANI stets mit neuen Projekten. Seien dies neue CD-Aufnahmen für den Eigenverlag oder in Auftrag von verschiedenen Verlagen oder erweiterte Seminare mit anschließendem Konzert oder spirituellen Reisen. So entstand am 20.12.2018 eine nicht alltägliche Aufnahme von ONITANI. Diese CD heisst „Sound of Beauty“ und er-

scheint im Herbst 2019 im „Schirner Verlag“. Diese Produktion war für das Künstlerpaar eine etwas andere Aufnahme als bisher, da diese CD laut Vorgabe in fünf Tracks zu gliedern war. Bisher waren sämtliche CDs und Konzerte ein Stück. Und dieses eine Stück ist in der Regel zwischen 30 und 90 Minuten lang. Diese CD ist eine spezielle Ausgabe und auf fünf Themen zu je ca. 12 bis 13 Minuten Länge ausgerichtet. „Sound of Beauty“ soll die Möglichkeit für den Zuhörer sein, sich über die Musik in den jeweiligen Behandlungen mittragen zu lassen und sich in den Klängen dieser CD schön und wohl zu fühlen. Hier ein Auszug: „‚Sound of Beauty‘, eine zarte, musikalische Berührung.

## ONITANI-Konzerte

### 4. Quartal 2019

04.10.	Kronenburg DE	20.11.	Lübeck DE
06.10.	Gelsenkirchen DE	23.11.	Hamburg DE
07.10.	Möhnesee DE	30.11.	München DE
24.10.	Solothurn CH	08.12.	Heidegg CH
03.11.	Darmstadt DE	03.12.	Rebstein CH
13.11.	Anif AT		
16.11.	Klagenfurt AT		
17.11.	Klagenfurt AT		

Mehr Infos und weitere Daten:

[www.onitani.com](http://www.onitani.com)

Lasse dich fallen in die Schwingung der Musik, die nur ein Ziel hat, unter die Haut zu gehen. Umarme dich und lasse dich durch die Klänge zu deiner ganz speziellen Mitte ein. Getragen und umhüllt von lieblicher Musik. Du bist das wichtigste im Moment. Es ist dein Moment, der nur dir gehört. Verwöhne dich mit einer bewussten Zuversicht, dass du wichtig bist. Ein Gefühl ist schlussendlich die Essenz des Lebens und wenn dieses Gefühl ein Wohlgefühl

ist, bist du in deinem Wühlfühltempel. Was wäre das Leben ohne Genuss. Die Süße der Schönheit darf dich berühren, jetzt und für ewig.“

Bereits am nächsten Tag, am 21.12.2018 – ein herrliches Datum am Wintersonnenwendtag –, standen Bettina und Tino schon wieder im Studio und haben gleich zwei CDs am selben Tag aufgenommen. Einerseits für den Schirner Verlag „Herzfeld öffnen“ und andererseits die bezaubernde CD „Angel By Your Side“, powerd by „Engelmagazin“, angeregt durch deren Chefredakteur Tonio Montel. Die „Herzfeld öffnen“-CD wurde im Eiltempo produziert und konnte bei den „Schirner Tagen Frühling“ in Darmstadt im Februar 2019 bereits den Besuchern mit einer CD-Taufe vorgestellt werden. Die CD „Angel By Your Side“ fand ihre offizielle Vorstellung mit einem Konzert beim „Engelkongress“ in der Mozartstadt Salzburg Ende Mai 2019. Getragen vom Kongressveranstalter, der Buchhandlung „Wrage“ aus Hamburg, konnte die „Geburt“ dieser CD an diesem speziellen Ort stattfinden.

Ausbildung zu Wort: „Liebe Bettina, lieber Tino, euer Workshop und eure Musik beim Konzert oder später beim Hören eurer CDs führte mich in einen Raum, der in mir das Gefühl meines wahren Zuhause aufkommen ließ. Es öffnete sich ein Raum für mich, in dem Zeit und Distanz nicht mehr existieren. Ein Raum, in dem ich fühlte, dass jeder und alles miteinander verbunden ist. Gerade als Musiker weiß ich um die immense Kraft der Schwingung der Töne. Zum einen, wie zerstörerisch und stagnierend sie wirken können, jedoch auch, wie heilend, wenn das Schwingungsfeld verändert, in ein gesundes Verhältnis erhöht wird. Die Melodien, Harmonien und Frequenzen, die ihr durch euren Gesang und eure Instrumente aus dem Moment heraus im Außen hörbar macht, überschreiten bei weitem das Niveau der gängigen Musik-Genres. Eure heilende Musik bewegt sich und wirkt auf einer für unseren Verstand nicht greifbaren Ebene. Doch sie ist zum Glück für alle, die es wollen, durch euch erlebbar – danke ONITANI!“

**CD TIPPS**

**„Sounds of Beauty – Touch your Soul“**

Special Edition  
€ 17,95  
Bestellungen:  
www.schirner.com



**„Herzfeld öffnen – Touch your Soul“**

Special Edition  
€ 17,95  
Bestellungen:  
www.schirner.com



**„Angel By Your Side“**

€ 29,90.  
Bestellungen:  
www.silenzio.com



**„Transformation – im Klangfeld der Hathoren“**

Gechannelte Meditationsmusik zur Stärkung von Körper, Geist und Seele. Mit einer Meditationsanleitung von Jeanne Ruland und einem Hathoren-Aufsatz von Klaus Becker. € 22,00.  
Bestellungen: www.amraverlag.de



**„Intergalaktische Verbindung – Lichtkanal Plejaden“**

Gechannelte Seelen-Musik zur Wiederanbindung an unsere kosmische Familie. Mit einer Meditationsanleitung von Pavlina Klemm und einem Plejaden-Aufsatz von Klaus Becker. € 22,00.  
Bestellungen: www.amraverlag.de.



**Hathoren und Plejaden**

Mit zwei neuen CDs in Auftrag des „Amra Verlages“ ging es dann weiter. Die Verbindung zu den Hathoren ließ zu diesem Thema eine ganz andere Musik entstehen. Tino selbst ist davon überzeugt, mit dieser Musik eine ganz neue Ära für ONITANI eröffnet zu haben. Auch ihre Plejadenmusik sprengt andere Dimensionen. Auf diese beiden neuen CDs haben die ONITANI-Fans lange gewartet. Diese Produktion hat ganz viele neue Felder und Fenster geöffnet.

**Tön-Seminare**

Unter dem Titel „Erwecke deinen Seelengesang“ bietet ONITANI weitere bewusstseinsweiternde Möglichkeiten für alle Menschen, die für eine solche Öffnung bereit sind. Die Feedbacks sind von unglaublichem Ausmaß. Die Teilnehmer sind begeistert und erzählen von beeindruckenden Veränderungen.

Hier kommt Johannes, Leiter einer privaten Musikschule sowie Dipl.-Musikpädagoge, Pianist, Organist, Komponist, Sänger, Trommellehrer mit pädagogischer TaKeTiNa-

**ONITANIS neue Vision**

Eine große Vision von Tino und Bettina von ONITANI ist eine „One Spirit“-CD-Produktion. Hier sollen freundschaftlich bekannte Musiker an einer Veranstaltung zur Aufnahme einer Live-Produktion teilnehmen. Der Erlös der CD soll zum einen einer karikativen Einrichtung zugutekommen und zum anderen die Musiker in der Wahrnehmung ihrer Berufung unterstützen. Der Veranstaltungsort ist zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht definiert und auch der Verlag hat noch nicht zugesagt. Wie ihr seht, es bleibt bei den ONITANIS spannend.

**KONTAKT**



**ONITANI  
Seelen-Musik**

**Tino & Bettina Mosca-Schütz**  
A: Hauptstrasse 13  
CH-4556 Burgäschi (SO)  
T: +41 (0)62 7260326  
E: office@onitani.com  
I: www.onitani.com



- Heilpraktikerin -

# Sabine Linek

## NATURHEILPRAXEN

Gifhorn - Travemünde - Bad Griesbach

### DIE PRAXIS IN BAD GRIESBACH

Im Luftkurort Bad Griesbach, im niederbayerischen Bäderdreieck, befindet sich die Praxis von Sabine Linek, als Teil des Thermenhotels Viktoria. Die sanfte Hügellandschaft und die reine Landluft hat einen wohltuenden Einfluss auf das Befinden der Patienten. Hier diagnostizieren und arbeiten die von Sabine Linek ausgebildeten Heilpraktikerinnen Anette Pettau und Silvia Kalina und ihre Mitarbeiterinnen.



### THERAPIEN

#### ..... **DIE DUNKELFELD MIKROSKOPIE**

Die Heilpraktikerinnen wenden zur Diagnose die Dunkelfeldmikroskopie an, indem ein Tropfen Blut des Patienten unter mikroskopischer Vergrößerung analysiert wird. Nach der Diagnose stellen sie für jeden Patienten eine individuelle Behandlung zusammen.

#### ..... **DIE SANAZON THERAPIE**

Die SanaZon® – Therapie hat als Grundlage Ozon, spezielle homöopathische und naturheilkundliche Fertigarzneimittel sowie individuell aus dem Eigenblut der Patienten in der Praxis hergestellte Homöopathika. Die besondere Kombinations-Behandlungsmethode konnte vielen Patienten bereits helfen.

#### ..... **DIE COLON-HYDRO-THERAPIE**

Die Colon-Hydro-Therapie ist ein Verfahren, durch das der Dickdarm gereinigt und von schädlichen Bestandteilen befreit werden soll. Sind die Giftstoffe entfernt, kann sich der Darm erholen und regenerieren.

**Naturheilpraxis Bad Griesbach** - Passauer Str. 39 a - 94086 Bad Griesbach - Tel. 0 85 32 - 92 73 315

**Naturheilpraxis Gifhorn** - Konrad-Adenauer-Str. 11 - 38518 Gifhorn - Tel. 0 53 71 - 1 88 30

**Naturheilpraxis Travemünde** - Am Kurgarten 2 - 23570 Lübeck-Travemünde - Tel. 0 45 02 - 88 04 14

[www.linek-naturheilpraxen.de](http://www.linek-naturheilpraxen.de)



Innere Welten

**BERK**

# Der Weg nach Innen

Großhandel für spirituelle Produkte

Mystisches Räucherwerk  
Energetische Produkte  
Meditations-Zubehör  
Ayurvedische Kajals  
Spirituelle Kunst  
Symbolschmuck  
Radiästhesie  
Holy Scents  
Zauberwelt  
Feng Shui  
Statuen



K. Susanne Berk Esoterik e.K.  
Gießereistraße 13 - 15 • D-78333 Stockach  
Tel.: 0049 (0)7771-8004-0 • Fax: -8004-11  
Besuchen Sie uns auf [www.berk.de](http://www.berk.de)

**HOLY SMOKES**  
Das Qualitäts-Räucherwerk - die reinste Freude

**HOLY SCENTS**