

Nr. 12 Jänner - April 2016

# Sunnseitn

WALDVIERTLER ZEITSCHRIFT FÜR BEWUSSTSEIN



Kostenlose Non Profit Zeitung

In der Stille liegt die Kraft | 17 Glücksbotschaften  
Yoga & Mantren-Singen | Klangmassage bei Schwangerschaft / Geburt  
Waldviertler Integratives Schulprojekt | Hochsensibel



## Sunnseitn

Herausgeber, Redaktion, Layout u. verantwortlich für den Inhalt der Zeitschrift: Elisabeth S. & Norbert Feilhaber, Trabenseith 22, A-3754, +43 (0)2986/64 64 9 E-Mail: feilhaber@utanet.at Web: <http://www.Sunnseitn.info>

Die Sunnseitn ist kostenlos erhältlich. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck jeglicher Art ohne schriftliche Erlaubnis der Herausgeber ist untersagt.

Die von den Autoren der einzelnen Beiträge vertretenen Ansichten müssen nicht den Auffassungen der Herausgeber entsprechen. Für eingesandte Manuskripte, Fotos, Unterlagen usw. wird keine Haftung übernommen. Das Copyright von Norbert & Elisabeth Feilhaber oder von Fremdautoren selbst erstellte Objekte bleiben allein beim jeweiligen Autor, auch wenn dieser das Objekt zur Veröffentlichung freigegeben hat. Alle Rechte beim Herausgeber.

# Inhalt

- Dr. med. Ewald Töth & DGKS Elfriede Kainz  
04 Das Geheimnis einer gesunden Wirbelsäule
- MMag. Veronica Maria Schwed  
06 Gedanken einer Großmutter
- Heike & Ron Tuider  
07 Yoga und Mantra- Singen
- Kamira Eveline Berger  
09 Was haben die Maya mit Geld- Magie zu tun?
- Manuela Weber  
10 Hochsensibel- zwischen Verzweiflung u. Lebensfreude
- Redaktionsteam aus dem Mühl und Mostviertel  
10 Zeitungsprojekt Miteinander Füreinander
- Mag. Sylvia Chochola  
13 Feng Shui für den Hausgebrauch
- Mag. Gabriele Schmid  
13 Dunkelfeldmikroskopie & Kinesiologie
- Franz Fürhauser  
16 Lebensraum Consulting
- Edith Benedikta Gerstmayr  
18 17 Glücksbotschaften
- Christa Maly- Zach  
20 Ist Herz noch gefragt? Teil 1
- Alexandra Fraberger  
23 Klangmassage bei Schwangerschaft/Geburt
- Eugenia Lackey  
24 Waldviertler Integratives Schulprojekt
- Martina und Andreas Ellegast  
26 Herzlich Willkommen im Zentrum Zum Wohle des Ganzen
- Regina Hruska  
28 Licht aus der Jurte
- Sylvia Gröbl  
30 Die Macht des Unterbewusstseins
- Mag. Manuela Dumenzic  
32 Malen um Kriegstraumata zu verarbeiten
- Sylvia und Andreas Graf  
33 Was hat Gott mit den Problemen unserer Welt zu tun?
- 36 Veranstaltungskalender
- W<sup>3</sup> Sunnseitn im Web  
Copyright Foto Top, [www.Sunnseitn.info](http://www.Sunnseitn.info) by Peter Hatzfeld  
Sundown-on-Huey, [www.picasaweb.google.com/peterhatzfeld](http://www.picasaweb.google.com/peterhatzfeld)

# Von der Redaktion



## Sunnseitn

Ausrichtung der Sunnseitn: Bewusstseinsbildung, Wissensvermittlung, Information, Meinungsbildung, ganzheitliches Wohlbefinden, Erfahrungsaustausch, Spiritualität und Vorstellen von unterschiedlichsten Berufsbildern.

Die Sunnseitn ist in Niederösterreich Nord und Wien 1+7+8+9+13 Bez. als Non Profit Zeitung präsent und kostenlos für die Leser erhältlich. Wir unterstützen bei der Ausgabe Jän. bis April 2016 das Projekt Ruanda, [www.projekt-ruanda.at](http://www.projekt-ruanda.at)

**Werbung:** Die Unkosten der Sunnseitn (Druck und Verteilung) werden über Werbeeinschaltungen und Anzeigen im Veranstaltungskalender gedeckt (siehe vorletzte Seite). Der Arbeits- und Zeitaufwand- Management der Sunnseitn wird Ehrenamtlich von uns getätigt.

**Berichte:** Interessante neutrale Beiträge/Artikel, Wissenswertes, Informationen zum Wohle Aller (keine Werbung) veröffentlichen wir gerne auch mit Foto **unentgeltlich**. Die Autoren wirken ehrenamtlich über ihren Bericht mit und haften für das Copyright der zur Verfügung gestellten Daten (Foto, Grafiken, Texte).

Wir freuen uns, wenn ihr aktiv mitwirkt bei der Sunnseitn. **Redaktionsschluss** für die nächste Ausgabe ist **Fr. 01. April 2016,**  
**Erscheindatum Di. 03. Mai 2016.**

Die Sunnseitn erscheint kostenlos für den Leser in einer Auflage von derzeit 1900 Stück, und ist **digital zu lesen** unter <http://www.Sunnseitn.info>

Glück, Gesundheit und Frieden wünschen wir unseren LeserInnen

Elisabeth Susanna & Norbert Feilhaber

Elisabeth Susanna: Klangschalenpraktikerin,  
... *den Weg des Herzens folgend* ...

Norbert: Energetiker, spiritueller Heiler-Lehrer, Referent  
... *Spiritualität ist das Überschreiten von wissenschaftlich festgelegten Grenzen* ...

Titelbild: „Wüste Algerien“ von Dr. Olga Brückmann

## **Das Geheimnis einer gesunden Wirbelsäule,**

**freier Gelenke, elastischer Muskulatur und straffem Bindegewebe**

**Wie unsere Gedanken und Emotionen den Bewegungsapparat beeinflussen**

Gelenkerkrankungen, Muskelschmerzen, Osteoporose und Leistungsabfall müssen kein naturgegebenes Schicksal sein. Sie sind vielmehr der „Spiegel unseres Lebens“. Es gibt oft verblüffende Zusammenhänge und Wirkungen von Gedanken, Emotionen und Energie auf den gesamten Bewegungsapparat aus ganzheitsmedizinischer Sicht betrachtet.

Die ganzheitliche emotional-kybernetische Körpertherapie beruht auf der Erkenntnis, dass übermäßige Stressbelastungen, unterdrückte Gefühle, einschränkende Überzeugungen und emotionale Belastungen in der Muskulatur und in den Organen als Spannungen gespeichert werden. Da emotionale Energie nicht vernichtet werden kann, dient die Muskulatur als Pufferorgan. In der Muskel- und Sehnenschicht und den dazugehörigen Organen stauen sich enorme emotionale Ladungen. Hierdurch kommt es zu Verspannungen, Verhärtungen, Sehnenverkürzungen, Gelenksblockaden, Gelenksabnützungen, Bewegungseinschränkungen, Schmerzen, Organfehlfunktionen etc. Mittels manueller, energetischer und mentaler Techniken werden einschränkende Überzeugungen und Verhaltensmuster erkannt, Muskeln und Organe von Spannungen befreit und die psychoneuromuskulären Funktionsketten wieder integriert.

Durch das gezielte Üben einer bewussten Atemtechnik, der Atemkybernetik, erlangen wir ein freies Fließen des Atems und der Körperenergie, wodurch emotionale und körperliche Verspannungen sowie Ängste gelöst werden können. Gezieltes Atmen führt zu einer höheren Ionisation und zu einer Schwingungserhöhung des physischen und feinstofflichen Körpers und ermöglicht eine höhere, intensivere Bewusstseins erfahrung. Mithilfe dieser emotional-kybernetischen Körper- und Atemarbeit können Körper, Energiefluss, Gefühle und Geist wieder in Einklang gebracht werden. Eine heilende Veränderung ist nämlich nur dann möglich, wenn sie gleichzeitig im seelischen, körperlichen und geistigen Bereich vollzogen wird. Dadurch gelingt es uns unseren Panzer, bestehend aus Körperverspannungen, festgefahrenen Verhaltensmustern und blockierten Gefühlen, aufzulösen.

In einem Wochenend-Seminar erlernen Sie manuelle, morphokybernetische Techniken zur Behandlung von Wirbelsäulenproblemen sowie zur Korrektur eines Beckenschiefstandes. Ergänzt werden sie durch wirkungsvolle Übungsprogramme.

Themenschwerpunkte:

- Die Kommunikation mit Ihrem Körper
- Den Körper durch dynamische und meditative Körperarbeit aktivieren und öffnen
- Grundlegendes über die Energien des Körpers und deren Regulation
- Der Emotionalkörper

- Was ist Mental-Emotionaltraining?
- Lösen von Muskelspannungen durch Befreien von gestauten Gefühlen
- Emotionale Transformationstechniken –Umwandlung von Emotionen, Ängsten und -
- Stressspannung
- Atemkybernetik – lösen von körperlichen Verspannungen und Ängsten durch eine bewusste Atemtechnik
- Die Emotionen durch Atemarbeit und offenen Ausdruck befreien
- Persönlichkeitsentwicklung durch Auflösen von alten Überzeugungen, Verhaltensmustern, etc.

Kursleiter: Ganzheitsmediziner Dr. med. Ewald Töth

Gesundheitstreff VGK - Vortrag am 18. 2. 2016 um 19 Uhr, Kosten Euro 5 (für VGK-Mitglieder kostenlos)

3-Tagesseminar vom 19. – 21. 2. 2016 – näheres unter [www.licht-quanten.com](http://www.licht-quanten.com)



Gemeinnütziger Verein für  
ganzheitliche Gesundheits-  
förderung und Kinesiologie  
G M Ü N D

Autoren: Ganzheitsmediziner Dr. med. Ewald TÖTH - Obfrau VGK: DGKS Elfriede KAINZ, Tel. 02852/83673, Schriftführerin VGK: Gertrud WEISS Tel. 0676/ 41 55 708



**UNABHÄNGIGE VERTRIEBSPARTNERIN**  
**GERTRUD WEISS ID-Nr: 893287**  
**Tel. +43 (0)676 41 55 708**

## Gedanken einer Großmutter

Herbst ist es wieder, Beginn des Schuljahres für viele Kinder und Jugendliche.

Horn ist eine Stadt mit vielen Kindern: Kindergartenkinder, Volksschulkinder, Kinder die das Polytechnikum, das Gymnasium oder eine Berufsbildende Höhere Schule besuchen.

In Horn leben Buben und Mädchen, blonde und dunkelhaarige Kinder, große und kleine.

Und manche von ihnen sind von weit her gekommen. Nicht freiwillig. Vertriebene sind sie. Geflüchtet vor Terror und Krieg.

Sie leben mit ihren Eltern und Geschwistern im Haus Helina, dem ehemaligen Stephansheim.

Wenn sie Glück haben, ist ihre Familie vollständig hier. Nicht immer ist das so. Ein Vater mit seiner kleinen Tochter wartet auf die Frau und die anderen Kinder. Ein anderer Vater war bereits für tot gehalten, als er doch noch den Weg zu seiner Familie fand. – Was für eine Freude!

Einmal in der Woche kommen mein Schwiegersohn, eine weitere Frau und ich einen Nachmittag ins Haus Helina um mit den Kindern zu basteln. Etwa 30 sind es, die sich sehr über unser Da- Sein freuen. Sie sprechen Arabisch oder Farsi, ein wenig Englisch und immer besser Deutsch. Es sind einfache Dinge, die wir gemeinsam machen: Tonarbeiten, Kastanienketten, Vögel aus Bockerln, Autos aus Klorollen, Windlichter mit Serviettentechnik, Fensterschmuck für die Weihnachtszeit.

Wichtig ist: Die Kinder haben Freude, können kreativ sein, erleben Stunden der unbeschwerten Kindheit. Immer wieder setzen sich Mütter dazu oder manch ein Vater oder ein großer Bruder. Es entstehen Gespräche, bei denen oft die Worte fehlen. Doch wir verstehen einander mit Blicken, mit Gesten, mit Lachen oder Tränen.

Immer wieder kommen auch meine größeren Enkelkinder mit. Es ist für sie eine Begegnung mit einer Welt, die sie sonst nicht kennen: In Sicherheit, ein wenig verwöhnt, gut behütet und sorglos wachsen sie heran. Gott sei Dank sind ihnen Flucht und Krieg fremd.

Warum ich sie gerne mitnehme? Weil ich möchte, dass sie zu Menschen heranwachsen, die auf andere zugehen und über Sprachbarrieren hinweg andere verstehen. Ich hoffe, dass sie lernen zu helfen und zu teilen. Ich wünsche mir von Herzen, dass sie liebevoll auf andere schauen und den Wert eines Menschen nicht nach seiner Herkunft bemessen.

Ich habe das Glück, dass ich eine Schar wunderbarer Enkelkinder bei ihrem Heranwachsen begleiten darf. Und ich habe das Glück im Haus Helina Kindern zu begegnen, die sich von Herzen freuen, wenn wir kommen. Es ist nicht mein Verdienst, dass ich die bin, die hier zu Hause ist und nicht eine auf der Flucht. Mein Verdienst kann nur sein, dass ich in großer Dankbarkeit mit denen mitgehe, die mich brauchen.

Herzlichst, MMag. Veronica Maria Schwed  
veronica.schwed@gmx.at, Tel.: 0676/43 06 856

## Yoga und Mantra-Singen



Innehalten, entspannen, Energie schöpfen und so richtig mal wieder durchatmen! Yoga wird rund um den Globus von Menschen unterschiedlichen Alters, Herkunft und Körperkonstitution praktiziert.

Die jahrtausendealte Weisheitslehre verbindet Körper, Geist und Seele miteinander und harmonisiert diese, dadurch ist es für jeden

Menschen möglich sein persönliches Maß an Gesundheit, Stärke, Frieden mit der Umwelt und mit sich selbst beträchtlich zu erhöhen und so die Lebensqualität zu steigern.

Die 5 traditionellen Yogawege sind:

1. Raja-Yoga (der königliche Yoga),
2. Jnana-Yoga (Philosophischer Weg der Weisheit),
3. Karma-Yoga (Weg des Handelns im Alltag),
4. Bhakti-Yoga (Weg der Hingabe und Herzöffnung),
5. Hatha-Yoga (Körperlicher Weg der Energie, im Westen sehr weitverbreitet)

Wir wollen uns in der Folge dem Bhakti-Yoga und im Speziellen dem Mantra-Singen ("Kirtan") zuwenden: Der Begriff "Bhakti" stammt aus dem Sanskrit und bedeutet "liebende Hingabe". Es ist der Yogaweg des Herzens. Die Emotion (eine unglaublich große und wirksame Kraftquelle im Menschen) wird in Devotion (Hingabe) umgewandelt.

"Bhakti" ist nicht das Leben mit dem Geist zu verstehen, sondern mit dem Herzen zu erfahren. Durch diese Herzöffnung erfolgt eine Verbindung zum höheren Bewußtsein.

"Bhakti" ist überkonfessionell, unabhängig von Religionen, Organisationen und

Institutionen und ist daher für jeden Menschen geeignet. Das Fühlen und Erfahren einer universalen, inneren Göttlichkeit ist die Quintessenz und nicht blinder Glaube aufgrund eines Dogmas.

Eine der einfachsten und wesentlichen Techniken dabei ist das Mantra-Singen: Jedes Mantra hat einen spirituellen Inhalt und ist mit spiritueller Kraft und Energie aufgeladen (im weiteren Sinne wie ein gesungenes Gebet). Mantra-Singen unterbricht den Strom der Alltagsgedanken (Beruhigung von Körper, Geist und Seele), der Blutdruck kann sinken, die Herzfrequenz verlangsamen, Stresshormone werden abgebaut, das Immunsystem wird gestärkt und es sind noch zahlreiche andere positive Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele erwiesen. Singen im Allgemeinen gilt als der ursprünglichste Ausdruck von Gefühlen und fördert in der Gruppe Lebensfreude, Gemeinschaft und Verbundenheit.

Wir pflegen das Mantra-Singen in unsere persönliche, alltägliche Yogapraxis zu integrieren und veranstalten auch regelmäßig Mantra-Singkreise, um die Herzöffnung und die spirituelle Energie gemeinsam noch besser spüren zu können.

Autoren: Heike & Ron Tuider, E-Mail: [yogaimpulse@gmx.at](mailto:yogaimpulse@gmx.at)



## **Workshop: Hausreinigung durch Räuchern** *in Theorie und Praxis, für Neulinge und Wiedereinsteiger*

Die Reinigung eines Menschen, einer Wohnung, eines Hauses oder sonst eines Objektes durch Räuchern, ist der erste Schritt in der Kunst des Räucherns. In der Theorie erfahren wir, welche Pflanzen mit welchen Eigenschaften ausgestattet sind und uns bei der Reinigung unterstützen. In der Praxis beschäftigen wir uns mit der aktiven Reinigung durch die Kraft des Rauches, wobei wir uns auch selbst abräuchern, um die Wirkung der Räucherung am eigenen Leibe zu spüren und zu erfahren. Zum Schluss stellen wir aus einer reichlichen Auswahl an Kräutern, Wurzeln und Harzen, eine Reinigungs-Räuchermischung nach unseren Bedürfnissen zusammen, die mit nach Hause genommen wird und für den Eigenbedarf gedacht ist. Dieser Kurs ist auch ein Basiskurs, auf dem alle weiteren Workshops aufbauen. Ich stelle die Kräuter und das Handwerkszeug zur Verfügung.

**Wo:** Retreat Lebenskraft, A-3754 Trabenreith 22, bei Horn

**Beginn:** So. 21. Feb. 2016, 15 bis 18 Uhr, **Energieausgleich:** 45 Euro

**Kursleitung, Info/Anmeldung:** Walter Siegl, 0664/105 11 86, [sieglwalter@yahoo.de](mailto:sieglwalter@yahoo.de)

## Was haben die Maya mit Geld - Magie zu tun ?



Nun vom 26.7.2015-24.7.2016 sogar sehr viel! Wir befinden uns nämlich über diesen Zeitraum nach dem Dreamspell-Kalendersystem im WEISSEN MAGIER-JAHR mit ROTER SCHLANGEN-WELLE. Und diese Rote Schlange hat nur eines im Sinn: Sie will uns wachrütteln, uns zu 100% unserer eigenen Existenz zu widmen und dafür maximale Selbstverantwortung zu übernehmen. Puh, nicht gerade eine Lieblingsbeschäftigung von uns. Wir hatten ja bis vor einigen Jahren gerade deshalb Systeme geschaffen, die uns diese Aufgabe weitestgehend abnehmen sollten. Also z.B. Arzt/Gesundheit, Job/Einkommen, Pension/Vorsorge, Bank/Vermögen, etc. Leider war das für unsere persönliche Entwicklung auf lange Sicht nicht sehr förderlich. Denn nun ist es für Viele förmlich ein Alptraum, für alle Bereiche urplötzlich verantwortlich werden zu müssen. Sollten wir es nicht tun haben wir, dies Pfeifen nun die Spatzen ganz ohne Genier von den Dächern, unsere Freiheit, unsere Zukunftspläne, unsere persönlichen Rechte verspielt. Aber wie geht das?! Hier nun ein paar „Geld-Magie-Aufgaben“, die speziell für diesen Zeitraum wichtig sind:

1. Lasst Euch nicht täuschen, überprüft alles selbst und bleibt immer wachsam!
2. Lasst die aggressive Außenwelt nicht in Eurer Schutzburg „zu Hause“ wirken!
3. Regelmäßige Psycho-Hygiene für Euch (Meditation, Reinigung, etc.) ist Pflicht!
4. Steigt nicht auf Machtkämpfe ein, bleibt sachlich-freundlich aber mit Distanz!
5. Verschafft Euch Überblick über Eure Geldanlagen, Vorsorge, etc.!
6. Schützt Euer Vermögen in angemessener Form, prüft Eure BeraterInnen!
7. Investiert in Eure Gesundheit und nutzt die effizientesten Therapien, jetzt!
8. Kontrolliert auch immer wieder einmal nach, was Ihr entschieden habt!
9. Überlegt Euch Vorsorgepläne für Euch, Eure Familien im Falle des Falles!
10. Bleibt wachsam und bereit schützende Handlungen für Euch zu setzen!
11. Schiebt nichts auf die lange Bank, wenn es schon Vorzeichen gibt!

Wisset: Mit dieser „Ist-das-Leben-spannend“-Einstellung ist das ganze Universum mit Euch und unterstützt Eure Aktivitäten wo es nur kann. Das macht Euch stark wie Herkules!

Ich wünsche Euch viel Kraft & gutes Gelingen! KAMIRA

Autorin: KAMIRA Eveline Berger, 0699/12 62 01 96



## Hochsensibel – zwischen Verzweiflung und Lebensfreude

Was haben Lisa, die sich sofort die Ohren zuhält, als neben ihr eine Alarmanlage ertönt; Fred, der mit Sonnenbrille ein Geschäft betritt; Birgit, die ein überfülltes Lokal sofort wieder verlässt; Tom, der sich in der Parfümerie die Nase zuhält und Susanne, die aus ihrem neuen Büro als erstes die tickende Wanduhr hinausbefördert, gemeinsam?

Alle fünf wissen, welche Reize und Einflüsse „zuviel“ sind und handeln entsprechend. Ob Lärm, Kunstlicht, Menschenmassen, Zigarettenuqualm oder tickende Uhren. Was andere oft nicht sehen, hören, riechen, schmecken oder fühlen – hierfür sind hochsensible Menschen Spezialisten. Ihre Wahrnehmung ist mit weniger Filtern ausgestattet und daher viel umfangreicher und feiner. Auch das Nervensystem verarbeitet Reize gründlicher und genauer.

Herzlich Willkommen in der Welt der Hochsensiblen! Herzlich Willkommen in meiner Welt! Ich, Manuela, zähle mich zu dieser Minderheit. Meine Sinne sind wach, offen und allezeit aufnahmebereit. Oft ist es schön, so ein lebendiges Sinneserlebnis zu sein. Während ich mit Bleistift diese Zeilen vorschreibe, genieße ich die wärmenden Sonnenstrahlen auf meinem Gesicht, die weiche Filzmatte unter meinem Po, den Duft des Herbstlaubes und den Gesang der Vögel über mir, als ob es keinen zweiten Moment wie diesen gibt. Was an einem schönen Platz in der Natur zu Wohlbefinden und Lebensfreude führt, lässt mich in Städten, auf Autobahnen oder in geschlossenen Räumen mit vielen durcheinander redenden Menschen leicht verzweifeln. Alles was unnatürlich ist, ob Gerüche, Geräusche, Materialien, Nahrungsmittel oder Schnelligkeit versetzt mich leicht in eine Überstimulation.

Ein weiteres Merkmal macht meine Hochsensibilität aus. Genauso offen, wach und aufnahmebereit wie meine Sinne, ist auch mein Geist. Diese Tatsache hat mich 10 Jahre lang in viele Ausbildungen, Kurse und Seminare geführt, bis im Zuge des Lebens- und Sozialberater Lehrgangs mein Kopf plötzlich rief: „Manuela, Stopp! Ich habe genug! Ich bin voll! Ich mag nicht mehr!“ Ich verstand. Schwerenherzens wurde mein Bücherregal auf eine kleine überschaubare Anzahl an Literatur herabreduziert und ich habe akzeptiert und angenommen, dass Wahrheit und Klarheit über die Stille zu mir sprechen.

Mein Interesse für Philosophie, Psychologie, Kunst, Musik, die fernöstlichen Traditionen und Weisheitslehren lebt auch ohne Lehrer, Meister und Gurus in mir, entwickelt sich, nährt und erfreut mich.



Um meine Empfangsstation ab und dann zu entleeren, ist es für mich wichtig, viel Zeit in der Natur zu verbringen, mich oft mit Wasser zu umgeben und auf ausreichend Gelegenheiten „alleine zu sein“ zu achten. Diese Neigung macht leicht zum Außenseiter und Sonderling. Und ja, das bin ich! Ich bin eine wie keine und doch eine von vielen – rund 10 – 20% der Bevölkerung sind Schätzungen zufolge Hochsensibel.

Jede und jeder davon hat besondere Begabungen, Wahrnehmungskanäle und Persönlichkeitsmerkmale. Meine Geschichte ist nur ein kleiner Einblick in eine hochkomplexe und faszinierende Welt. Literatur zum Thema gibt's in der Buchhandlung deines Vertrauens und auch im Internet findest du zahlreiche Informationen.

Danke für dein Interesse und deine Aufmerksamkeit!

Autorin: Manuela Weber, manuela@lebensfreude-ela.at

## Zeitungsprojekte Miteinander Füreinander - Sunnseitn

Die Freude war groß, als wir einen Anruf von Elisabeth und Norbert erhielten, dem Redaktionsteam der *Sunnseitn*.

Da gab es noch andere ehrenamtliche Zeitungsmenschen, die so ähnlich, oder gar gleich denken wie wir.

Wir trafen uns am Lachbauerhof in Saxen, um uns kennenzulernen, Erfahrungen auszutauschen und zu vernetzen.

Alles ging sehr schnell, beinahe selbstverständlich entstanden neue, kreative Ideen und gemeinsame Verbindungselemente.

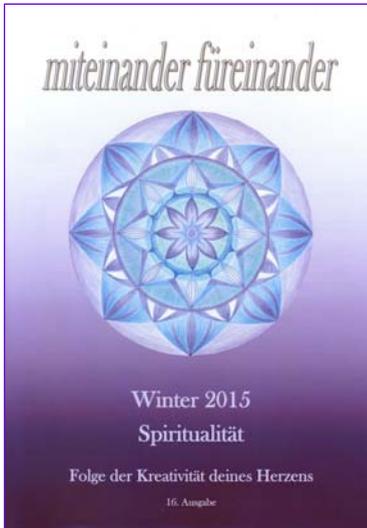
Ein wichtiger Vernetzungspunkt ist das gegenseitige „Mitschreiben und Vorstellen“ in der jeweils anderen Partnerzeitung und der neue Verteilerbereich.

Auch musikalische Gemeinsamkeiten wurden entdeckt und gleich mit einem gemeinsamen Konzert von Susanne, Elisabeth & Norbert gekrönt.

Danke für die vielen neuen Möglichkeiten auf der spirituellen Herzesebene!



Roswitha & Martina & Susanne



Martina Ellegast, eine begeisterte Leserin, Mitschreiberin und Fan des Projektes MiteinanderFüreinander hat für uns folgende Zeilen geschrieben: Am Beginn stand eine Idee. Ein Projekt ins Leben zu rufen, um Miteinander ein Füreinander zu schaffen. Martina Theresia Purshati rief 2009 das non-profit Zeitungsprojekt gemeinsam mit Gleichgesinnten ins Leben. Die ersten Auflagen begannen mit 300 Stück. 2 Jahre lang erschien jeweils vierteljährlich eine Ausgabe. Danach gab es kurz eine kreative Pause, um 2013 mit erhöhter Auflage von 700 Stück wieder in Druck zu gehen. Bis heute wurde die Auflage kontinuierlich auf 1500 Stück gesteigert. Dank unserer treuen LeserInnen und unserer begeisterten MitschreiberInnen steigt die Beliebtheit

dieses Zeitungsprojektes stetig. Das Redaktionsteam, bestehend aus Martina Theresia Purshati, Susanne A`Roi Alkin und Roswitha Tamila Jonke, stellt vor jeder Ausgabe viele, viele Stunden ihrer Freizeit zur Verfügung, um diese Zeitung möglich zu machen. Durch diesen Einsatz kann die Zeitung kostenlos an die LeserInnen abgegeben werden und die MitschreiberInnen brauchen lediglich einen Druckkostenbeitrag zu leisten. Ein großes Dankeschön an dieser Stelle dem engagierten Redaktionsteam. Gemeinsam ist vieles möglich, was alleine nicht zu schaffen ist. Durch die persönliche Weitergabe und die gut gewählten Auflagestellen erreicht die Zeitschrift Menschen, die sich mit dem Gedanken MiteinanderFüreinander identifizieren. So kann sich die Idee, die am Beginn stand, stetig vermehren und LeserInnen und MitschreiberInnen profitieren von dem wachsenden Angebot und den wertvollen Informationen. Da nichts im Leben so beständig ist wie die Veränderung, stehen alle Beteiligten dieses Projektes allen Veränderungen aufgeschlossen gegenüber, um so weiter gemeinsam wachsen zu können. In diesem Sinne möchte ich dich einladen, dieses Projekt als LeserIn, MitschreiberIn oder Fan zu unterstützen. Gerne informiert dich das Redaktionsteam über die vielfältigen Möglichkeiten. Danke für deine Aufmerksamkeit.

Namaste und herzliche Grüße aus dem Mühlviertel und dem Mostviertel.  
Susanne A`Roi Alkin, Martina Theresia Pursharti & Roswitha Tamila Jonke (Layout)  
Redaktionsteam MiteinanderFüreinander  
Kontakt: [miteinander.fuereinander@gmx.at](mailto:miteinander.fuereinander@gmx.at)

Bald steht auch die neue Homepage zur Verfügung, wo ihr unsere Zeitung online sehen könnt. Weiteres wird die Zeitung MiteianderFüreinander bei Elisabeth und Norbert erhältlich sein. Ihnen auch ein herzliches DANKESCHÖN für die gute Zusammenarbeit!

## Feng Shui für den Hausgebrauch

Wie gestalte ich gesunde Lebensräume. Feng Shui ist eine ca. 6000 Jahre alte Wissenschaft, die aus dem Taoismus kommt und auch heute noch Gültigkeit hat. Grob gesagt geht es in dieser Lehre darum, wie man die positiven Kräfte der Erde und des Kosmos ausnützt und die negativen Energien harmonisiert und dadurch unschädlich macht. Unter negativen Energien versteht man alle krankmachenden Störfelder wie zum Beispiel geopathischen Stress (Wasseradern, Erdverwerfungen, Leylinien, Benkerlinien, Black Streams...), aber auch energetische Attacken, negative Energien aus der Vergangenheit, wie zu Beispiel ehemalige Schlachtfelder, Hinrichtungsstätten, etc. (es ist ja alles in der Erde gespeichert), ebenso Friedhöfe, Schlachthäuser, tote ausgestopfte Tiere und vieles andere, was das menschliche Energiesystem schwächt.

Da die Mehrzahl der Menschen den Großteil ihres Lebens in geschlossenen Räumen verbringt, ist es besonders wichtig, dass diese zu Wohlfühlorten werden, in denen man Kraft tanken und Stress loswerden kann, um gesund und vital zu bleiben oder zu werden. Da wir uns unbewusst mit unserem Haus oder unserer Wohnung identifizieren (das hat sogar Sigmund Freud in seinen Analysen der Traumdeutung bewiesen), ist es umso wesentlicher, diese harmonisch und vital zu gestalten, denn gesunde Lebensräume schaffen gesunde Menschen, während sauerstoffarme und daher energielose Räume das Energiesystem ihrer Bewohner schwächen und krank machen. Gesunde Räume hängen von verschiedenen Faktoren ab, einer der wichtigsten ist es, negative Energien wie oben beschrieben zu harmonisieren. Fortsetzung in der nächsten Ausgabe.

Autorin: Mag. Sylvia Chochola, 0664/52 39 951



## Dunkelfeldmikroskopie & Kinesiologie - neue Perspektiven



**Viele Menschen fühlen sich körperlich oder seelisch belastet, fühlen sich weder richtig krank noch gesund und fit. Manche wurden bereits von einem Arzt zum nächsten weitergereicht und schließlich kommt die Diagnose: „Wahrscheinlich ist es rein psychisch, körperlich haben Sie nichts...“**

Die Untersuchung eines Blutstropfens unter dem Dunkelfeld-Mikroskop kann viele neue Aspekte ans Tageslicht bringen. Dabei werden die einzelnen Blutzellen im lebenden Zustand bei ihrer Arbeit beobachtet. Durch das spezielle Belichtungsverfahren sind im Dunkelfeldmikroskop feinere Strukturen als im herkömmlichen Hellfeld ersichtlich, beispielsweise können hier

Mikroorganismen sichtbar gemacht werden. Bei dieser Form der Blutanalyse geht es in erster Linie um das qualitative Erscheinungsbild der einzelnen Zellen, die Elastizität und Form der Membran, die Dauer bis zur Eintrocknung, die Belastung mit krankmachenden Mikroben, das Vorhandensein von Stoffwechselschlacken und vieles mehr. Auch der Zustand des Immunsystems kann sehr anschaulich beurteilt werden. All das zeigt die Beschaffenheit des gesamten Blutmilieus und gibt uns einen tiefen Einblick in das Zelleben des Körpers. So kann man Rückschlüsse auf den Zustand (körperlich, seelisch, energetisch) des Menschen ziehen, denn wenn es der einzelnen Zelle nicht gut geht, leidet der gesamte Organismus.

Die gewonnenen Informationen aus der Dunkelfeld-Blutanalyse können in weiterer Folge sehr sinnvoll in der kinesiologischen Arbeit genutzt werden. So kann sich beispielsweise sofort ein Thema zeigen, mit dem direkt weitergearbeitet wird, das können etwa Pilzbelastungen oder ein Befall mit Mikroorganismen sein. Auf Basis dieser Erkenntnisse wird kinesiologisch getestet (mittels Armlängentest, Muskeltest oder Tensor) was der Körper braucht, um dieses Ungleichgewicht langfristig wieder in den Griff zu bekommen. Dabei können diverse, zeitlich begrenzte Hilfestellungen, wie Nahrungsergänzungen, Entgiftungsmittel, energetische Maßnahmen (z.B. Arbeit an Meridianen und Akupressurpunkten), aber auch eine Umstellung der Ernährung durch gezielte Testung der verträglichen Nahrungsmittel zum Einsatz kommen. Auch das Anschauen von emotionalen Themen ist sehr oft ein wichtiger Teil der Arbeit, der berücksichtigt werden muss.

Ein wertvolles Hilfsmittel ist die Dunkelfeldmikroskopie auch für die Verlaufskontrolle der gesetzten Maßnahmen. So kann man von einer Sitzung zur nächsten beurteilen, was sich auf Zellebene verändert hat. Und ein Bild sagt ja bekanntlich mehr als 1000 Worte. Viele Menschen schätzen dieses zusätzliche Verfahren um schwarz auf weiß zu sehen, dass sich ihre Bemühungen gelohnt haben und werden zusätzlich motiviert

*Mit sich selbst im Reinen sein*



**Kinesiologie**  
Mag. Gabriele Schmid



Dipl. Kinesiologin  
Humanenergetikerin

- Dunkelfeld-Mikroskopie
- Ausleitung von Körperschlacken
- JOALIS Entgiftungsberatung
- Touch for Health
- Brain-Gym
- Emotionale Arbeit
- Energiearbeit
- Austesten von Nahrungsmitteln

Eisertweg 19, 3860 Heidenreichstein    Tel.: 0681/819 302 53  
E-Mail: office@kinesiologie-hstein.at    www.kinesiologie-hstein.at

mit begonnenen positiven Veränderungen in ihrem Alltag weiterzumachen. So erweist sich Dunkelfeldmikroskopie in Kombination mit Kinesiologie als starkes Paket in der energetischen Arbeit. Den KlientInnen werden sprichwörtlich die Augen geöffnet, um ihre Themen aus einem neuen (zusätzlichen) Blickwinkel zu betrachten und sie erleben hautnah den Zusammenhang zwischen Mikrokosmos und Makrokosmos.

Autorin: Mag. Gabriele Schmid Kinesiologin



<http://ferienohnehandicap.at>



## Sieben Jahre Kornkreis- Museum in Kematen bei Amstetten !



Öffnungszeiten April bis Oktober: Do., Fr., Sa., 9 bis 17 Uhr  
Gruppen nach telefonischer Vereinbarung.

Die Dauerausstellung wird auf einer Gesamtfläche von 400 m2  
präsentiert. Web: [www.grissenberger-gimpersdorf.at](http://www.grissenberger-gimpersdorf.at)

Anmeldung/Information.: 07448 / 5068

YOGA



AYURVEDA



STAND UP  
PADDLING



SCHAMANISCHES  
HEILEN



[www.ENJOY4ELEMENTS.COM](http://www.enjoy4elements.com)

## Lebensraum Consulting



Persönliche Dienstleister FG 128 WKONÖ  
Mein Name ist Franz Fürhauser, Berufszweigsprecher dieses Betriebszweiges in der WKONÖ, bin seit 10/2005 Selbständig als EPU (Energie Potential Umsetzer) tätig. Zuhause bin ich in 2003 Stockerau und lebe dort seit 1977 an einem sehr geomantisch interessanter Standort.

Als Lebensraum Consulter untersucht man, wie der Name zeigt, den Raum/Standort/Umfeld in den wir Leben. Beginnend bei einer Schlafstelle, Haus, Wohnzentren, Garten, Landschaft, Einzelpunkte, Firma, Großunternehmen, usw. Wir benutzen dazu Werkzeuge wie Wahrnehmung, Pendel, Rute, Antennen, auch technische Hilfsmittel, kombiniert mit den neuesten Erkenntnissen.

Lebensräume sind immer Resonanzräume für die darin lebenden Menschen. Jedes Gefühl, jeder Gedanke, jedes Ereignis sind im Grunde Ausdrucksformen von Energien.

Wir senden sie permanent aus, doch sie verschwinden nicht einfach, nur weil wir sie nicht sehen können. Räume nehmen diese Energien auf, werden von ihnen geprägt und senden sie als Raumatmosphäre auch wieder aus. Ein Lebensraum wirkt also immer stärkend oder schwächend auf uns, er wird zum gebenden oder nehmenden Raum. Mit unserer Energiearbeit erfahren sie, wie man mit Hilfe von energetischen Arbeitsprozessen dort ansetzt, wo das Materielle nicht mehr greift.

Unsere Tätigkeit im Lebensraum für den Menschen erfolgt über die feinstoffliche Ebene mit Einwirkung des individuellen Höheren selbst in die materielle Ebene, wo sie Auswirkungen und Ergebnisse spür-/fühlbar werden.

Der Lebensraum Consulter ist auf bestimmte Methoden/Techniken spezialisiert, die ihm das Erkennen der Ist-Situation ermöglichen (Radiästhesie, Geomantie, Feng Shui, usw.). Übergreifend in die Geo-, Bau- und Elektrobiologie, wo eine gute Zusammenarbeit mit biolog-/chemie-/physikal- und technischen Berufen stattfindet, ohne einander zu ignorieren/ersetzen zu wollen.

Lebensraum Consulter erkundet durch Wahrnehmung in der feinstofflichen Ebene mit einer Vorgehensweise seiner Methoden/Techniken, welche aufzeigen wie es in diesem Umfeld bestellt ist (Ist-Standerfassung) und übersetzen danach diese Erkenntnis in eine verständliche Sprache für das Klientel. Wobei diese Wahrnehmungen fixiert und analysiert werden, um sie in den Bestand übernehmen zu können (Soll-Zustandsintegration). Dies geschieht mit Maßnahmensetzungen und Empfehlungen, um diesen Standort harmonisch, neutral-, vitalisierend zu unterstützen.



Das Berufsbild des Lebensraum Consultants ist sehr umfassend und braucht gute Kenntnisse des Menschen selbst und in seinen Methoden/Techniken Bereichen (siehe Berufsbild/ Methodenkatalog, Standesregel, Aufklärungsinfo).

Voraussetzend für dieses Freie Gewerbe ist offiziell keine erforderlich, jedoch je besser die Ausbildung und Erfahrung selbst durchgeführt und mit seiner Gabe kombiniert wurde, desto beständiger und erfolgreicher ist das gute Lebensraum Consulting, das zeichnet dieses auch aus und bestätigt die Energiearbeit.

Gute Umgangsformen, großes Allgemeinwissen, auch kulturell und geschichtlich, ist sehr Vorteilhaft. Kommunikationsfähigkeit und übergreifender Kontakt zum anderen Kollegium/Berufen ist erstrebenswert auch Präsentation und eine gute Artikulation ist von Vorteil bei der Verwirklichung dieser Energiearbeit, die auf dem Prinzip der Schwingungen und Resonanzen über den Standort-Lebensraum zum Menschen passiert.

Erklärend dazu:

Wir Menschen sind Körper/Materie-, Geist/Kopf- und Seele/Herz WESEN. Wir Leben mit unserer Lebenskraft in unserem Lebensraum und stehen über/in Schwingungen in Resonanz. Dazu muss ergänzend festgestellt werden, dass wir/alles in einem Informationsfeld/Holon existiert, wo wir über Bewusstsein informiert werden (ohne Bewusstsein keine Geistfunktion). Aufklärungs-/Ethik-/Standesregeln sind einzuhalten und auch in den Empfehlungen des Berufsstandes vorgesehen. Die größte Auszeichnung/Bestätigung ist, dem Klientel auch eine wirkliche Hilfestellung geben zu können/dürfen.

Private Diplome und Zertifizierungen sind ergänzend für den Ausübenden dieses Berufszweiges selbst und bestätigen nur das eigene innere Wissen (keine staatlichen Diplome, keine öffentliche anerkannte Ausbildung).

Das Tun und Umsetzen dieser/s Berufung/Berufes des Lebensraum Consultants (Lebensraum-Energiearbeit) ist hier das Große positive Echo/Resonanz, welche man selbst retour bekommt und damit seine gute Marktpräsenz hat.

Ihr LEBENSRAUM CONSULTER Franz Fürhauser,  
0664 / 39 29 194, fuerhauser@aon.at,  
<http://www.dieenergethiker.com>

## 17 Glücksbotschaften

### Wähle eine Zahl von 1 bis 17

1. Gönn und erlaube dir eine Karmaberatung. Da bekommst du eine Inkarnation gezeigt, die gerade ganz wichtig für dich ist.
2. Der göttliche Lichtstrahl zieht dir deine Angst aus der Aura her aus, wenn du das möchtest. Bitte einfach darum und es wird so sein dürfen.
3. Durch die spirituellen, reinigenden und klärenden Energien werden dir jetzt Hindernisse gewandelt. Erkenne sie und bitte um Auflösung.
4. Jetzt erkennst du, wer du bist und was du bist. Fühle diese Energie, fühle deinen Selbstwert.
5. Öffne dein Herz für die Wunder deines Seins! Denn in dir lebt das göttliche Licht. Lasse auch andere daran teilhaben.
6. Alles Alte, das in deiner DNA hängt, wird jetzt gereinigt und weggenommen. Danach wirst du mit neuer Energie aufgefüllt.
7. Engel- Schutzengel! Stell dir vor du stehst unter seinen Flügeln. Spüre seine schützenden Energien.
8. Nicht Geld allein macht glücklich, sondern auch die seelische Erfüllung deiner Bedürfnisse.
9. Die Elohim Engel sind mit den Farbstrahlen verbunden und helfen dir kreativ dein Leben zu gestalten. Rufe die Elohim deiner gewünschten Farbe.
10. Mit dem geistigen Bereich kann man viel bewegen und erlösen im Leben. z.B. über die heiligen Marien-Energien.
11. Es gibt keine aussichtslose Lage. Es gibt nur hoffnungslose Herzen. Voller Hoffnung ist dein Herz. Sei gesegnet.
12. Wie hoch ist deine Schwingung? Denn dadurch kannst du dich an dein Höheres Selbst anbinden und weise sein.
13. Dein Körper muss sich erst an diese hohen Energien gewöhnen. Stelle dich geistig in die Lichtkugel, in deine Friedenskugel.
14. Du bekommst jetzt aus dem spirituellen Pool ganz viel Mut und Kraft. Denn Mut braucht man um seine Themen beleuchten zu wollen.
15. Vieles in deinem Leben muss in die Balance kommen. Das Ungleichgewicht in deinem Leben, wird über einige Monate hinweg, jetzt stabilisiert.
- 18 Sunseite

16. Öffne dich für Lösungen! Öffne dich für die Fülle! Wertschätze deine Erfahrungen und Erkenntnisse!  
Vertraue und spüre, dass du im guten Fluss deines Lebens bist!
17. Schau dir das was du hast einmal genauer an. Das ist Spiritualität. Besuche meine Seminare oder EnergieHeilTage im Schloss.

Autorin: Edith Benedikta Gerstmayr, +43 680 5554918

## Inspirationen, Klarheit und Lösungen für Ihre Situationen und Themen

Energiearbeit | Seminare | EnergieHeilTage im Schloss  
Beratungen auch per Telefon, E-Mail und Skype

**Energetische Beraterin für Mensch und Raum**

Edith Benedikta Gerstmayr

Tel: +43 680 5554918 | Mail: [edith@inspirationsquelle.at](mailto:edith@inspirationsquelle.at)

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



## Heilende Hände im Christusbewusstsein

mit Norbert O.M. Feilhaber  
3 Sitzungen, Körper - Geist - Seele  
à 7 Minuten

Freie Gabe



Anmeldung: 0676 / 39 255 39

Blockheideweg 2, A-3950 Gr. Eibenstein / Gmünd

Freitag 12. Feb. 2016 / 16 bis 21 Uhr

## Wie die Auflösung von unbewussten seelischen Herz-Blockaden zu einem besseren, sinnerfüllten und energiegeladenen Leben führt

Als Humanenergetikerin arbeite ich schon seit Jahren in meiner energetischen Praxis in Wien und in meinem Institut für Holistic Management in Baden bei Wien mit der Psychosomatischen Energetik (PSE) und kombiniere sie erfolgreich mit der Systemischen Selbstintegration nach Dr. Langlotz (SSI), einer sehr effizienten und lösungsorientierten Methode der systemischen Aufstellungsarbeit. Den Synergie-Effekt dieser beiden Methoden herauszuarbeiten und ihn meinen Klienten zur Verfügung zu stellen, bedeutet, meinen Klienten ein Leben auf höchster energetischer Ebene zu ermöglichen.

Ich habe mich der Bedeutung von Herz-Chakra-Blockaden und deren Auflösung aus einer ganzheitlichen Sicht genähert, dabei den Bogen weit gespannt und werde einige wichtige Entdecker der **Bedeutung der Herz-Energie** vorstellen.

Zu allererst stellte ich mir die Frage, warum ist das Herz so wichtig? Warum kommt dem Herzen so eine große Bedeutung zu? Die Antwort war schnell gefunden.

### **Das Herz ist die größte Energiequelle, die dem Menschen zur Verfügung steht.**

Die Herzenergie zu aktivieren bedeutet, die größte Energiequelle zu aktivieren, die jedem Einzelnen von uns zur Verfügung steht. Wir alle tragen ein Kraftwerk in uns und dieses Kraftwerk ist unser Herz.

Die Energie, die aus diesem Kraftwerk kommt, ist die stärkste Energie, die man sich vorstellen kann und es ist eine Energie, die zum Wohle aller fühlenden Wesen und zum Wohle der Mutter Erde wirkt.

Eine **Herz-Chakra-Blockade** bewirkt, dass wir keinen Zugriff auf diese Energie haben, dass wir von dieser Energiequelle abgeschnitten sind, dass wir unser Herz zugemacht haben und dass keine Herzenswärme vorhanden ist.

Und dies verhindert eine emotionale Weiterentwicklung. Es ist daher für jeden Menschen von großer Bedeutung, sich seiner Herz-Chakra-Blockade bewusst zu werden und damit zu beginnen, sie aufzulösen.

Zur Auflösung der Herz-Chakra-Blockade gibt es die verschiedensten Ansätze und auf einige davon werde ich näher eingehen:

### **Die Herzintelligenz entdecken von Doc Childre**

Doc Childre gründete 1990 das Institut für Heart-Math (Herzintelligenz) im kalifornischen Boulder Creek und gilt als Pionier der Stressbewältigung. Er fand heraus, dass Stress der größte Feind des Herzens ist und dass Stress gepaart mit einer

feindseligen, ärgerlichen und depressiven Haltung krankmachen und letztendlich zum Tod führen kann. Stress sollte noch vor seinem Auftreten verhindert werden und der Schlüssel dazu liegt im Herzen. Doc Childre entwickelte zu diesem Zweck die Freeze-Frame®-Herzintelligenzübung, die den Stress-Kreislauf unterbricht. Weil diese Technik so einfach ist, wird sie in vielen der weltweit größten Unternehmen und an fünfunddreißig Stützpunkten der US-Army gelehrt.

### **Aus dem Herzen leben von Drunvalo Melchizedek**

Drunvalo Melchizedek lebt in Sedona, Arizona und befasst sich seit 1971 intensiv mit Meditation und dem menschlichen Lichtkörper, der Mer-Ka-Ba. Er widmete sich dem Studium der heiligen Geometrien des Universums und hat seine Erkenntnisse u.a. in den Büchern „Die Blume des Lebens, Band 1 und 2“ veröffentlicht.

In unseren Herzen gibt es jenen heiligen Ort, an dem die Welt durch bewussten Umgang mit der Schöpfungskraft buchstäblich neu erschaffen werden kann. Alle, die sich nach geistigem Frieden und Heimkehr sehnen, lädt er ein, sich in die Schönheit ihres eigenen Herzens zu begeben. Und er beschreibt den genauen Weg zu jenem Ort in unserem Herzen, an dem wir mit Gott aufs Innigste vereint sind.

Durch **Meditation** gelangen wir in den heiligen Raum des Herzens, in dem Kreativität, Liebe, Heilung und das Licht zu Hause sind. In diesem Raum gibt es nur die anfangs- und endlose Zeit, die Zeit, in der wir mit der gesamten Schöpfung verbunden sind. Durch Meditation aktivieren wir unsere Herzenergie, die die größte Energiequelle und unser wichtigstes Kraftwerk ist. Durch Meditation kommt es zur Öffnung des Herzraums und zur Erschließung der Herzkreativität.

### **„Der kleine Prinz“ von Antoine de Saint-Éxupéry**

Antoine de Saint-Exupéry war Pilot und Schriftsteller. In seinen Werken setzt er sich kritisch mit dem Werteverfall in der modernen Konsumgesellschaft auseinander und zeichnet in einer klaren, einfachen und zeitlos schönen Sprache das Bild einer Welt, in der Menschen mit dem Herzen sehen und handeln.

Schreiben und Fliegen waren für den Autor gleichermaßen Ausdruck des Kampfes gegen eine chronische Erkältung des Herzens, die im Nationalsozialismus zu einem Herzstillstand geführt hatte, dem Millionen von Menschen zum Opfer fielen.

**"Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar."**

Die Zeit, in der wir Entscheidungen mit dem Verstand getroffen haben, ist schon lange vorbei. Die Entscheidungsebene hat sich verlagert. Heute können stimmige Entscheidungen, das sind Entscheidungen, die sich auf das Wohl aller Beteiligten

beziehen, nur mehr aus dem Herzen heraus getroffen werden. Wurde die Entscheidung auf der Herzensebene getroffen, so ist der Verstand nur mehr dazu da, die einzelnen Schritte zu planen und durchzuführen.

Mit der Verlagerung der Entscheidungsebene vom Kopf ins Herz, bekommen unsere Entscheidungen eine andere Qualität, - die Herzensqualität. Und diese bezieht alle fühlenden Wesen und die Mutter Erde mit ein.

Autorin: Christa Maly-Zach, Mobil: 0664/32 12 662

## *holistic* *management*

### Raus aus dem Hamsterrad!

**Gesundheit, Leichtigkeit und Lebensfreude  
sind wieder gefragt**

Lösen Sie die Ursache für Ihr persönliches Hamsterrad auf.

Schlagen Sie Stress und Burn-Out ein Schnippchen und aktivieren Sie Ihr volles Energiepotential.

Als Energetikerin unterstütze ich Sie dabei mit der Psychosomatischen Energetik, einer modernen naturheilkundlichen Methode.



■ Christa Maly-Zach

#### INFORMATION

**Institut für Holistic Management**  
Marchetstraße 49/2/3 - 2500 Baden

**Praxisadresse Wien**  
Hofstattgasse 5/5 - 1180 Wien

**Mobil: 0664/321 26 62**  
**office@holistic-management.net**  
**www.holistic-management.net**

## Klangmassage bei Schwangerschaft und Geburt



Schwangerschaft ist eine sehr prägende, aufregende und auch herausfordernde Zeit für Mutter und Kind. Es ist eine sehr sensible Entwicklungsphase, in der eine Familie entstehen oder wachsen darf. Die werdende Mutter kann im sicheren Klangraum Momente voller Entspannung, Sicherheit, Liebe, Geborgenheit und Vertrauen genießen. Dass die Schwangere in gutem Kontakt mit sich selbst ist, ist zentrale Voraussetzung

dafür, dass sie auch eine vertrauensvolle und sichere Beziehung zum ungeborenen Kind aufbauen kann. Dieses natürliche Bonding zwischen Mutter und Kind ist prägend für die spätere, gesunde, ganzheitliche Entwicklung des Kindes und auch für alle weiteren Beziehungen in dessen Leben.

Die sanfte Schwingung und die wohltuenden Klänge lassen eine tiefe Verbundenheit entstehen und stärken Selbstvertrauen und Selbstsicherheit. Wenn sich die Mutter geliebt, geborgen und sicher fühlt, überträgt sich das auf das Kind. In diesem liebevollen Kontakt kommen Botschaften wie z.B. "Habe Vertrauen! Alles ist gut! Du bist willkommen! Du wirst geliebt!" besonders gut beim Kind an.

Wichtig ist, den natürlichen Vorgang von Schwangerschaft und Geburt, dieses faszinierende "Wunder" wahrzunehmen und sich dessen bewusst zu werden - auf eine ganz emotionale und instinkthafte Weise. Die Selbstwahrnehmung und Achtsamkeit für den eigenen Körper zu fördern stärkt das Vertrauen, dass die werdende Mutter alles Wissen um dieses Thema ganz selbstverständlich in sich trägt. Wenn Frauen die Einheit von Körper, Geist und Seele spüren, ist eine harmonische Schwangerschaft und Geburt möglich. Bei der Klangmassage werden verschiedene Schalen auf den bekleideten Körper oder neben den Körper gestellt und sanft angeschlagen. Die Schwangere sucht sich eine bequeme Lage, abgestützt mit Kissen und Decken, in der sie sich richtig wohl fühlt, um die Entspannung und Ruhe genießen zu können. Da die Schwingung über das

Fruchtwasser gut übertragen wird, kann auch das Kind die Klänge und die entspannende Wirkung genießen. Ab der 14. SSW ist Klangmassage eine wunderbare und entspannende Begleitung



**Alexandra Fraberger**

Peter Hess® Klangmassage  
Mental- und Intuitionstraining  
Kinder- und Jugendcoaching

Autorin:  
Alexandra Fraberger,  
0664/ 36 07 90

Pranhartsberg 36  
3714 Sitzendorf

Ing. Karl Prokschgasse 11  
3580 Horn

Tel.: 0664/136 07 90  
alexandra.fraberger@tmo.at  
www.alexandra-fraberger.at

## Waldviertler INtegratives und Ganzheitliches Schulprojekt



Wir gehen den Weg der Gemeinschaft und des Lichts. Das Projekt unterstützt Familien, die ihre Kinder im häuslichen Unterricht haben in einem regulären, schulähnlichen Alltag. Die

Externistenprüfung wurde zu einem Hohen Feiertag im Schuljahr erklärt, denn hier können die Kinder außerhalb ihres gewohnten Umfelds beweisen, was sie drauf haben. Obendrein ist die gemeinsame Wienreise selbstverständlich ein Event der Extraklasse.

Unsere Kraft und deren immanente Werte beziehen wir unter Anderem aus:

Geistiger Sittlichkeit | Holokratie | Art of Hosting  
Gewaltfreie Kommunikation | Kreiskultur | Jahresradfeste

Die Partizipation der Eltern ist Grundvoraussetzung zum Gelingen des innewohnenden Bildungsauftrags der Gemeinschaft, das höchstmögliche Potenzial in den Kindern zum Erblühen zu bringen. In diesem Sinn ist die Gemeinschaft keine „Betreuungseinrichtung“, sondern vielmehr der Ort, an dem sich - nach dem eigenen Zuhause - die Welt der Kinder am stärksten mit der Welt der Erwachsenen verweben lässt. Die Freiwilligkeit und Zustimmung jedes Kindes ist die einzige pauschalisierte Aufnahmebedingung.



Zentral gelegen in **Allentsteig**, verstanden als das **Herz des Waldviertels**, ist unsere Lage optimal, um zu einem Treffpunkt der Region zu werden. So ist dieses wunderschöne Projekt „WINGS“ im Schuljahr 2015/16 eine Bereicherung für ca. 10 Familien aus allen Ecken des Waldviertels. Wie diese Gemeinde in 20 Jahren aussieht, was sie macht, worin ihre Stärken liegen, ist das Endergebnis dessen, welche Projekte hier und heute auf den Weg gebracht werden.

Der Verein richtet sich an einen kleinen, feinen Kreis von Menschen, die den Mut haben, einen Schritt in Richtung Selbstbestimmung zu wagen. Die Frage, ob das Kind bis jetzt in eine Schule ging oder nicht, wird obsolet, integriert man den Ansatz, jedes einzelne Kind nach seinen Fähigkeiten zu fördern und es nach seinen Möglichkeiten und mit seinen Talenten in unsere authentische Gruppendynamik hin zu begleiten. Es gibt viele Kritikpunkte am herrschenden Schulsystem und dieses umfasst

übrigens auch die Privatschulen wo am Deutlichsten wird, dass gute Bildung innerhalb dieser Grenzen einerseits nicht für jedes Kind zugänglich gemacht wird. Andererseits weichen die öffentlichen Schulen trotz mannigfacher wissenschaftlicher Erkenntnisse nicht tatsächlich von ihrem Kurs ab. Diesen Zwiespalt wollen wir ergänzen, indem wir die Möglichkeiten des „häuslichen Unterrichts“ GEMEINSAM umsetzen. Wir beschreiten neue Wege zu Gunsten der kommenden Generationen. Autorin: Eugenia Lackey



<http://www.wings-genial.org>



*Es ist nicht leicht, das Glück in sich selbst zu finden, doch es ist unmöglich, es anderswo zu finden.*

**Aus- Weiterbildung**  
zum/zur  
**EnergetikerIn-  
Spirituellen HeilerIn**



Norbert Feilhaber  
0676 / 39 255 39 [www.feilhaber.at](http://www.feilhaber.at)

**Für alle Gesundheitsberufe & Interessierte**

**Lerninhalte:**  
Spiritueller- Geistige  
Heilung nach engl.  
Heilern im Liegen,  
Sitzen und über die  
Ferne.  
Medizinisches Qigong.  
Chakren- Dantien.  
Grundkenntnis  
Essener Lehren.  
Geistige und  
universelle Regeln.  
Heilkreis und  
Selbsteilung.  
Ama Healing.  
Schutz vor  
Energieverlust,  
Energetischer  
Selbstschutz  
Vis Vitalis.  
(Lebenskraft)  
Gedanken-Worte  
Sunnseitn 25



## **HERZLICH WILLKOMMEN IM ZENTRUM ZUM WOHL DES GANZEN**

### **Reinkommen – Ankommen – Will kommen**

Wissen ist das eine, wie der Mensch damit umgeht das andere...

Trotz aller medizinischen und technischen Fortschritte, steht es mit unserer Gesundheit nicht immer zum Besten. Etwas schein verloren gegangen zu sein. Die uralte Erkenntnis, dass der Mensch ein Ganzes ist – eine Einheit von KÖRPER – GEIST – SEELE – ist uns wohl bekannt - im Alltag leben wir jedoch oft nicht mit diesem Bewusstsein.

Wir haben gelernt zu funktionieren, unsere Pflichten zu erfüllen, den Schein zu wahren,... Im immer lauter und schneller werdenden Alltag scheint es uns oft nicht mehr möglich anzuhalten, durchzuatmen und Freude für die uns umgebenden täglichen kleinen Wunder zu empfinden. Durch diesen permanenten Druck und Stress kann unser Körper aus der Balance geraten und zeigt uns dies in Erschöpfungszuständen oder Krankheiten. Es ist an der Zeit die Verantwortung für sich und die persönliche Gesundheit und das Wohlbefinden selbst in die Hand zu nehmen.

Im ZENTRUM ZUM WOHL DES GANZEN ist es uns ein Anliegen viele verschiedene Möglichkeiten an alternativen Therapien und Entspannungstechniken den Menschen zur Verfügung zu stellen und näher zu bringen, damit sie aktiv ihr gesundheitliches und persönliches Wohlbefinden steigern können.

Wir sind ein sehr buntgemischtes Team und unsere Angebote sind sehr breitgefächert: Aromatherapie, Bewegungseinheiten, Colon Hydro Therapie, Aroma Hatha Yoga, Seelencoaching, Radionik und Cellcommunication, Schamanische Aufstellungen, Schamanische Feste, Tönen, Jin Shin Jyutsu oder „Strömen“, Geh dich frei!, Resilienzförderung, Lehrlingscoaching, Klangreisen, Offener Kreis der Medialität, Klangreise, Sesselyoga, Trommeln von Anfang an, Seelenstärkung - so wie Einzelsitzungen.

Am Samstag, den 16. April 2016  
laden wir ALLE recht herzlich zum

**Fest**

im ZENTRUM ZUM WOHLER DES GANZEN ein. Es steht unter dem  
Motto: „Der richtige Augenblick zum Glückhichsein ist JETZT!“

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen oder ein Kennenlernen!

Martina und Andreas Ellegast und das  
gesamte Team ZUM WOHLER DES GANZEN

ZENTRUM ZUM WOHLER DES GANZEN Arthur Kruppstraße 7, 3300 Amstetten  
0699/105 29 672 oder [office@zumwohledesganzen.at](mailto:office@zumwohledesganzen.at)



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



**Wir bieten ausgesuchte und selbst  
erprobte Produkte**

- Ätherische therapeutische Öle
- Balancespray
- Biologische Wasch- und Reinigungsmittel
- Biologische Körperpflege
- Bio-Energetische Kleidung
- Feng-Shui/Bambus Frotteetücher
- Bio-Energetische Bettwäsche
- Bücher, CD's, Kartensets



**Wir freuen uns  
auf ihren/deinen  
Besuch!**

ZUM WOHLER DES GANZEN SHOP  
Arthur Kruppstraße 7, 3300 Amstetten, 0699/105 29 672  
[www.zumwohledesganzen.at](http://www.zumwohledesganzen.at)

## Licht aus der Jurte



Das Zentrum „Licht aus der Jurte“ in Wien – Hietzing bietet in Zeiten der Veränderung für die Entwicklungen des Einzelnen und der Erde einen Heilort der Kraft und Geborgenheit. Im Geistraum der Jurte und des sie umgebenden Heil- und Kraftgartens kann jeder in sich selbst innere geistige Kräfte finden. Sich der Heilkraft seiner Seele bewusst werden, diese Impulse in sich fassen und verstärken im Sinne der spirituellen Weiterentwicklung. Für die erwachende Mitte des Einzelnen bieten wir Aus- und Weiterbildung im Spirituellen Heilen, Ausbildung zum Heilschamanen, sowie zahlreiche Weiterbildungsseminare, Vorträge und Events.

Spirituelles Heilen:

Die Ausbildung beginnt im Februar 2016

Eine bewusst getroffene Entscheidung zu dieser Aus- und Weiterbildung in VI Modulen führt den Einzelnen im Erlernen verschiedenster Praktiken und Werkzeuge in die Heilkraft seiner Seele. Dies bedeutet, trotz aller Widerstände zum innerlichsten Wesen vorzudringen, in dem es möglich ist, Wahrheit, Erkenntnis, Sinn, Wesen und Bestimmung des eigenen Lebens zu finden. In intensiven Trainings öffnen sich die Tore des Heilweges und jene, die zur Umsetzung ins persönliche Leben führen.

Diese Arbeit ist nicht weltfremd, sie führt mitten ins Leben und bringt heilendes Sein ins alltägliche Menschsein. Es ist der Weg zu erfüllten Beziehungen von Mensch zu Mensch, zu Fruchtbaren für die Zukunft, zu Sinn in allen Bereichen menschlichen Daseins und wird spürbar in der Lebenspraxis. Sie kann von jedem genutzt werden, der nicht nach einseitiger äußerer Erkenntnis, sondern nach jener im Inneren, die wir Selbsterkenntnis und spirituelle Selbsterfahrung nennen. Komm wie du bist, Vorgespräche sind jederzeit möglich!



Heilschamanische Ausbildung:

Schamanen aller Zeiten und aller Welten sind ausgerichtet für Licht, Liebe und Natur mit all ihren Qualitäten.

Diese besondere Ausbildung im heiligen Kreis „Licht aus der Jurte“, gründet auf den Traditionen Europas und Asiens und steht für Freiheit, Autonomie und Fruchtbarkeit.

Heilschamanische Werkzeuge und Praktiken werden erlernt, trainiert und manifestiert. Diese Ausbildung ist intensiv, erfordert Zeit und den ganzen Menschen.

Die Absolvierung der Aus- und Weiterbildung „Spirituelles Heilen in VI Modulen“ zuvor hat sich als großer Vorteil für die Teilnehmer gezeigt. Die Trainings im zeitlosen Herzen setzen voraus, dass ein unruhiges, unsicheres, ängstliches, zweifelndes Herz, welches dualistische Welten erschafft, geheilt und in Balance ist.

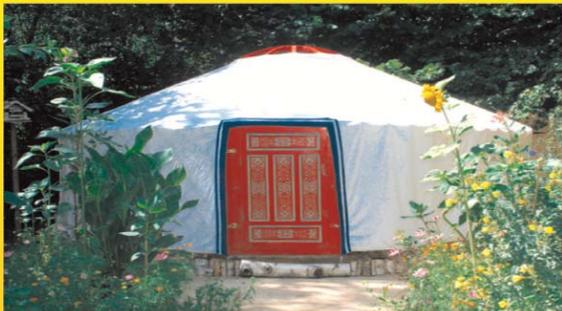
Eigene Erhebung und Bereicherung, Streben nach Wunscherfüllung und starkes Wollen verhindern die Möglichkeiten der Seele, verhindern die Erfahrungen des Heiligen, das Überspringen von Raum und Zeit, das Eintauchen in archaische Welten, den endlosen Tanz von Himmel und Erde.

Zeit ihres Lebens hat sie sich für persönliche und globale Veränderungen eingesetzt und sich den Versuchen, Unschuldige zu Werkzeugen der Finsternis zu machen entgegengestellt. Sie vermittelt heute, nachdem sie die Psychotherapiewissenschaft hinter sich gelassen hat, die Praxis des spirituellen Heilens und den Tanz von Himmel und Erde im Heilschamanismus. „Wir alle haben ein Lied, welches die Leere des Herzens füllt, wir müssen es nur zum Klingen bringen!“

Es lebe das Licht!

Autorin: Regina Hruska,  
0699/18 97 90 91, E-Mail: [anmeldung@helicotherapie.at](mailto:anmeldung@helicotherapie.at)

# Licht aus der Jurte



Österreichs größtes spirituelles und heilschamanisches Kompetenzzentrum  
im Heil- und Kraftgarten in Wien - Hietzing

[www.helicotherapie.at](http://www.helicotherapie.at)  
[www.heilschamanismus.at](http://www.heilschamanismus.at)

## Die Macht des Unterbewusstseins

„Man kann vieles unbewusst wissen, indem man es nur fühlt, aber nicht weiß.“

*Fjodor Michailowitsch Dostojewski*



### **Man weiß viel mehr, als man denkt.**

Jeder von uns kennt das Gefühl, sich instinktiv für oder gegen etwas zu entscheiden. Wir haben eine Art kleine Vorahnung, was das Beste in dem Moment oder in der Situation ist. Diesen Impuls nennen wir Intuition oder Bauchgefühl. Bereits Höhlenmenschen mussten spontan und rasch entscheiden, ob ein Geräusch einem Feind oder Freund zuzuordnen war, um zu überleben.

Heutzutage geht es zwar meist nicht mehr um Leben und Tod, jedoch um andere Kleinigkeiten, die unser Leben nachhaltig beeinflussen können, z.B. um einen Jobwechsel, einen Umzug in eine andere Stadt und noch viele weitere alltäglich anfallende Entscheidungen.

Meist beurteilt man dann aufgrund eines Gefühls in der Magengegend. Dieser Impuls erscheint oft rational nicht erklärbar. Es ist eine Form unbewusstes Wissen, das meist ohne Reflexion zustande kommt. Diese Erkenntnis kann man schwer formulieren, verschafft sich jedoch Ausdruck in den täglichen kleinen und großen Entscheidungen.

Man vertraut auf dieses Gespür - instinktiv. Es lässt uns Situationen einschätzen und in wichtigen Momenten richtig handeln. Wir entscheiden spontan.

Täglich kann man so aus Wissensschätzen schöpfen, die tief im Unterbewusstsein vergraben sind, ohne vorher bewusst zu wissen, dass diese existieren. Unser Gehirn ist einem permanenten Lernprozess ausgesetzt. Mehrere Millionen Sinneswahrnehmungen pro Sekunde verarbeitet das Gehirn unbewusst, auch dann, wenn der Mensch eine banale Tätigkeit ausführt, wie zum Beispiel bloßes Spaziergehen: Die Wärme und Helligkeit des Sonnenscheins, der Wind im Gesicht, die Farbe des Grases und vieles mehr. Man realisiert einfach alles. Meist zwar nur unbewusst, aber alle Eindrücke werden in



MANTANKA®-Intuitionstraining  
MANTANKA®-Tierkommunikation

**Sylvia Grübl** 0699 10613625  
www.mantanka.com

### **Intuitiv Wissen**

Öffnen Sie sich!

Für das unbegrenzte Potenzial  
Ihres Geistes und das große,  
universelle Wissen!

**Sylvia Grübl**, Verlag freya  
ISBN 978-3-99025-098-3



unserem Unterbewusstsein abgespeichert. Durch diesen Speicher erkennt das Gehirn, ohne nachdenken zu müssen, Zusammenhänge und Probleme. Es findet Lösungen – vollkommen automatisch.

### **Unsere Welt ist komplex.**

An der Komplexität der modernen Welt scheitert meist unser rationales Denken. Es wird daher immer wichtiger, intuitiv handeln zu können und die Fähigkeit, sich auf seine Eingebungen zu verlassen. Selbst Bereiche, wo man es kaum vermuten würde, wie Wissenschaft und Wirtschaft, sind abhängig von der richtigen Intuition der Entscheidungsträger.

Dieses Gespür für das Richtige kann man stärken, denn Intuition ist wie ein Muskel - je mehr wir sie trainieren, desto stärker wird sie. Wir können diese „Direktleitung“ zu unseren Eingebungen beispielsweise durch Intuitions-Workshops und Lehrgänge aktiv verbessern. Auch in Form von persönlichen oder telefonischen Beratungen kann man sich bei Intuitionstrainern Hilfe für Entscheidungen holen bzw. seine eigene Intuition schulen. Damit lernen wir, wieder unseren Ahnungen zu folgen. Wir spüren, was für uns stimmig ist, können schneller Entscheidungen treffen und besser in uns selbst vertrauen. Die innere Sicherheit steigt durch instinktiv getroffene Entscheidungen für das eigene Leben. Wir werden zufriedener und stressfreier, was uns seelisch und körperlich gut tut!

Autorin: Sylvia Grübl, 0699 / 106 136 25



[www.gebo.cc](http://www.gebo.cc)  
**GEBO**



# Yoga

Im Seminarhaus GEBO

Grillenhofstraße 173 | 3040 Neulengbach

Sabine Sprengnagel 0664 43 19 317 | [mail@gebo.cc](mailto:mail@gebo.cc)

NEU:  
Yoga

auf Mallorca  
Genießen mit  
allen Sinnen

12.-19.06.2016  
Frühbucherbonus  
bis 1.3.2016





## Malen um Kriegstraumata zu verarbeiten

Als diesen Sommer die dramatischen und katastrophalen Ereignisse rund um die Flüchtlingssituation bekannt wurde, konnte ich nicht lange zusehen. Ich sprach mit Menschen in meinem sozialen Umfeld über die Ereignisse und die Berichterstattung in diversen Medien.

Ich glaube vielen von uns ging es so, wir waren konfrontiert mit dem unsagbaren Leid von Menschen die sich in ihrer Not auf den Weg machten in eine bessere Zukunft in Hoffnung auf Frieden. Kurzum entschied ich, mir selbst ein Bild zu machen und mich auf den Weg nach Traiskirchen zu begeben. Freunde, Bekannte und auch Menschen die ich nicht kannte, halfen Spenden aufzubringen, um diese vor Ort zu verteilen. So ging das eine Weile und ich erkannte, dass auch im Waldviertel einiges im Umbruch war. Stimmen wurden laut, aus Angst vor dem Fremden und Unbekannten. Sie sind da, unsere neuen Mitmenschen und viele von ihnen sind junge Menschen, Burschen, Jugendliche. Jugendliche wie unsere „Buam“ nur mit einem großen Unterschied. Sie waren im Krieg geboren und waren auf der Flucht um ihr Leben zu retten und nicht in den Krieg eingezogen zu werden um zu morden und vergewaltigen. Teils wurden die Jungen von den Familien geschickt, teils machten sie sich selber auf den Weg, da sie in Afghanistan oder Syrien keine Perspektive hatten. Ich kenne Burschen persönlich und Auszüge ihrer eigenen Geschichte die sie auf ihrem Lebensweg bereits erleben mussten, die wir uns kaum vorstellen können. Kinderarbeit, keine Eltern, Gewalt, auf sich gestellt sein um zu überleben, Angst vor Ermordung und Verfolgung. Der Weg nach Europa ist kein leichter. Auf dem Weg nach Europa erlebten sie unbeschreibliches, Freunde mit denen die Flucht angetreten wurde überlebten nicht, sie wurden an den Grenzübergängen erschossen, Familien wurden auf der Flucht voneinander getrennt unter Androhung sie zu erschießen. Diese traumatischen Erlebnisse prägen sich tief in die Psyche von Menschen ein, die sie nie wieder vergessen werden. Kinder- und Jugendliche sind besonders betroffen, da sie oftmals über das Geschehene nicht sprechen können. Sie können die Traumata nicht verarbeiten und entwickeln mit der Zeit Verhaltensauffälligkeiten bis hin zu psychischen Störungen. Unverarbeitete Traumata können an die nächste Generation weitergegeben werden. Die Mal- und Gestaltungstherapie überwindet die sprachliche Barriere und ermöglicht einen Zugang zum Inneren des Kindes, zu seinem unverarbeiteten Schmerz und bringt durch die Gestaltung einen inneren Prozess in Gang. Die Bilder sprechen mit uns. Sie sagen oft mehr als tausend Worte. Das Bild eines jungen afghanischen Burschen wirkt auf uns, es lässt uns erahnen wie es ihm geht.

Autorin: Mag. Manuela Dumendzic Tel: 0660/5979967 Email: [office@helpinghearts.at](mailto:office@helpinghearts.at)

## Was hat Gott mit den Problemen unserer Welt zu tun?

(Eine Betrachtung aus der Sicht der alten Meister)

Unsere westliche Zivilisation befindet sich in einer Zeit voller Probleme. Zwar haben wir einen materiellen Wohlstand erreicht, der Armut und Hunger in den Reihen unserer Bevölkerung maßgeblich verbannt, aber Mitmenschlichkeit, Empathie, Hilfe für den Nächsten scheinen auf der Strecke zu bleiben. Außerdem leiden immer mehr Menschen unter wachsendem Stress im Berufsleben, in der Familie, in Beziehungen, und sogar die Kinder schon in der Schule.

Manch einer fragt sich: Hat das Gott alles so gemeint? Warum lässt er das zu?

Aus der Sicht der alten Meister lassen sich Antworten finden, die auch Lösungen aufzeigen. Allerdings müssen wir für solche Arten von Lösungen unangenehme Dinge tun:

- Wir müssen Verantwortung für unsere eigenen Entscheidungen übernehmen, und die Schuld für das was geschieht, nicht beim anderen suchen.
- Wir müssen gewohntes Denken und Handeln sichten, sortieren, und gegebenenfalls über Bord werfen.
- Und wir müssen neue (alte) Regeln einer sogenannten „göttlichen Hausordnung im Universum“ beachten und einhalten.

Wer hier nicht weiterlesen will, sollte es besser nicht tun. Er kann weiter auf die Politiker, oder die Kapitalisten, oder die Bankiers schimpfen, jedoch wird sich seine Welt und sein Erleben nicht verändern.

Aus der Sicht der alten Meister besteht Gott aus purer Liebe. Damit sich Gott in sich selbst erfahren kann, hat er kleine Teile von sich ins Universum geschickt, damit sie sich selbst erfahren. Diese kleinen Teile sind unsere Seelen, die dieselben Qualitäten wie Gott haben. Sie haben Intelligenz und Schöpferkraft, und sie haben die Erinnerung an die allumfassende Liebe, aus der Gott besteht, da sie ja aus dem gleichen Material geschaffen sind.

Damit diese Seelen aber eine Erfahrung als Mensch machen können, müssen sie vergessen, dass sie allwissend und gottesgleich von der Qualität sind. Dieses Vergessen „stürzt“ den Menschen in einen ignoranten Zustand, in dem er glaubt, dass es selbst das Zentrum des Universums ist – oder zumindest beinahe. Es entwickelt sich ein „Ich bin“ statt eines „Alles ist“, und der Mensch nimmt sich als getrennt von Gott wahr. Die beste Voraussetzung also, Erfahrungen zu machen, selbst zu entscheiden, und seinen freien Willen zu benutzen.

Achja: Der freie Wille...

Also Gott hat dem Menschen einen Plan mitgegeben, wie das Universum funktioniert, denn er hat es ja geschaffen. Das sind göttliche Regulierungen, wie man sich ethisch verhält, und sie werden in alten Meisterlinien von Meister zu Schüler übermittelt, bis in die heutige Zeit. Zwischenzeitlich sind sie auch niedergeschrieben worden, damit der Mensch sie nicht vergisst. Damit man sie aber versteht, muss man sie von einem

lebenden Meister hören, so dass die Energie dieses ewigen Wissens in uns erweckt wird. Wir aber haben diese Meisterlehren irgendwann vergessen, weil wir...

- uns erst um das Überleben kümmern mussten...
- kein Vertrauen hatten, dass Gott uns versorgt...
- wir von Pfaffen und Gurus betrogen wurden, oder uns zumindest betrogen fühlten...
- weil wir lieber ein großes Auto, ein großes Haus, eine Yacht und ein Pferd „besitzen wollten“, statt uns mit Gott und seinem ewigen Wissen zu beschäftigen, das er uns geschenkt hat.

So ist unsere vordergründig auf Profit und äußeres Besitztum orientierte Gesellschaft entstanden, in der wir reich und – unglücklich sind. In der wir uns gegen den Nachbarn wehren, statt ihm die Hand zu reichen. Aus Angst, dass wir nicht genug haben.

Die alten Meisterlehren sagen, dass Gott für alle seine Kinder gesorgt hat, doch es ist unsere Wahl, wie wir den Reichtum der Erde verteilen. Wir haben uns eine Gesellschaft geschaffen, die die Gier honoriert und lehrt, Besitztum über ewiges göttliches Wissen stellt, und sich dann wundert, warum das Universum nicht nach den Regeln funktioniert, die wir selbst als Menschen aufgestellt haben.

Wir haben vergessen, dass wir zwar Teilchen Gottes sind, jedoch nicht das Universum geschaffen haben, noch die Intelligenz Gottes und seinen Überblick als aktives Element in uns tragen, sondern nur als passives Wissen, das wieder erweckt werden muss.

Alle Energetiker, Heiler, Schamanen, Gottesdiener, ethischen Philosophen dienen diesem Ziel: Uns empathischer zu machen, mitfühlender, vergessenes Wissen wieder zu erwecken, und Gott ins Zentrum unseres Seins zu rücken. Spirituelles Wissen steht über menschlichem Wissen, da es unvergänglich ist, während menschliches Wissen innerhalb weniger Jahre überholt ist.

Wer die Welt mit ändern will, muss bei sich selbst anfangen, seine Schattenseiten aufräumen, und seine egoistischen Denk- und Handlungsweisen in Frage stellen. Zeiten und Gelegenheit finden sich bei der nächsten Spirituellen Ausbildung, die mir über den Weg läuft, bei Heilsitzungen, bei Satsangs, bei wahren spirituellen Lehrern, die nicht das ICH des Menschen stärken, sondern den selbstlosen Dienst. Wenn alle dienen, ist allen gedient.

In diesem Sinne wünschen wir ein glückliches und veränderliches Jahr 2016.  
Mit herzlichen Grüßen

Autoren: Sylvia & Andreas Graf 0699/19074865



# Schamanischer Jahreszyklus 2016

## [www.SpirituellesZentrum.at](http://www.SpirituellesZentrum.at)

### Die Lehren der alten Meisterlinien - Inhalte und Zweck

- Gott als Baumeister des Universums
- Empathie & Ethik sind lernbar
- Entwicklung von Unterscheidungsfähigkeit zwischen „gut“ und „böse“ - ethisch und unethisch
- Die Transformation des dämonischen in unserer Gesellschaft
- Die Schaffung einer lebenswerten Umgebung auf göttlicher Grundlage
- Selbsterkenntnis als Mittel der Selbst-Transformation
- Heilige Beziehungen und heiliges Verhalten
- Wer bin ich und was ist die (feinstoffliche) Welt hinter den Kulissen der Materie
- Die Regeln des Universums
- Recht und Unrecht, Pflicht (Dharma) und Konsequenzen (Karma)
- Die Aktivierung höherer Bewusstseinszentren/Bewusstseinslevels des Menschen (Vigyanmayakosh)
- Leben in Verantwortlichkeit und Güte

Fühlen Sie sich angesprochen? Beginn ist Ende Januar 2016:  
Schamanische Genesis NCC Jahreszyklus 2016 - Information & Anmeldung unter  
[www.SpirituellesZentrum.at](http://www.SpirituellesZentrum.at)  
[info@Spirituelleszentrum.at](mailto:info@Spirituelleszentrum.at)  
Stögersbach 43, 3900 Schwarzenau



### Ausbildung zum GENESIS NCC Sitzungsleiter

**GENESIS**   
NCC  
Neuronale Communication und Clearing

## Veranstaltungskalender Jänner bis April 2016

- Jänner bis April 2016: Dunkelfeld-Vitalblutanalyse, Bio Terrain Analyse oder Der Body Code** nach Dr. Brandley Nelson, **Herzheilung mit ätherischen Ölen** mit Frau Dr. Jasmin Azizian, im Hotel Sole Felsen Bad (oranger Gebäudeblock) **3950 Gmünd**, Info /Anmeldung bei: VGK Gmünd - Gertrud Weiss, energieplatzerl@aon.at, 0676/4155708, www.energieplatzerl-gmuend.at, Terminvereinbarung notwendig
8. Jän., Freitag, 18 Uhr, **Offener Singkreis - Mantren und Spirituelle Lieder aus aller Welt**, Sing mit uns Herzöffnende Lieder, bring selbst Lieder mit oder höre einfach nur zu, **A-3754 Irnfritz/Messern**, Irnfritz Ort 5, 1. Stock, Kostenlos, (evtl. Spende), Info: Jochen Petz, rewild@riseup.net
- 11.+18.+25. Jän., Montag, 19 Uhr, **Zhineng Qi-Gong, 3860 Heidenreichstein**, Stadtpl. 16, NURIA, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;
13. Jänner, Mittwoch 19:19 Uhr **„Aroma-Workshop“ -“Unterstützung in schwierigen Lebenslagen“** mit Essential Oils von Young Living, Kursleiterin: Gertrud Weiss, Energieplatzerl, **3950 Gmünd**, Greißg. 7, Info/Anmeldung erforderlich: Gertrud Weiss, 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at, www.energieplatzerl-gmuend.at
- 15.-17. Jän., Freitag- Sonntag, 9-20 Uhr, **Aus- Weiterbildung zum/r EnergetikerIn-Spirituellen HeilerIn, Intensiv 3 Tage**, Schwerpunkt: Metamorphose/Pränatal (vor der Geburt) Therapie nach Robert St. John, Magnetic Healing nach Alex Orbito und Ama Healing. Retreat Lebenskraft **A-3754 Irnfritz/Messern**, Trabenreith 22, Infomation/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at; <http://www.naturheilpraxis-norbert.at/EnergetikerIn-Spirituelle-HeilerIn-3Tage.pdf>
20. Jän., Mittwoch, 19:30 Uhr, **Gesundheitstreff, Zhineng Qi-Gong, Medizinisches Qi-Gong**, Faszinierender, multimedialer Vortrag mit Anwendungsbeispielen für Zuhause. Vorführung von Zhineng Qigong, wer möchte zum Mitmachen. Dr. Pang Ming ist der Gründer von Zhineng Qi-Gong und des Arzneimittelfreien Huaxia – Krankenhaus in China, kurz ZENTRUM (1988 bis 2001) genannt welches mehr als 300.000 Patienten aufgesucht haben. 1991 wurde zum ersten Mal Ergebnisse von 7936 Patienten veröffentlicht. Gesundheitsrate 95 Prozent in 4 Kategorien. **A-3950 Gmünd**, Hotel Sole Felsenbad, Information: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39
20. Jän. bis 25. Mai, Mittwoch, 14 bis 17 Uhr, 14-tägig 10x, **Diplomlehrgang Kartenlegen mit TAROT, A-4020 Linz**, Buchhandlung GlücksMomente. Info/Anmeldung: Sylvia Grübl, 0699/10 61 36 25, office@stressabbau.at, www.stressabbau.at
21. Jän., Donnerstag, 18:30 Uhr, **Karmaauflösung**, Einfache Methoden mit Vorführung um in seine eigene Kraft zu kommen, **A-3860 Heidenreichstein**, Stadtplatz 16, Nuria, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at; 16-18 Uhr, **Energetische Heilsitzungen** nach Anmeldung (Dauer 3x7 Min. freie Gabe)
22. Jän. bis 24. Jän., Fr. bis So., 9 - 20 Uhr, **Aus- Weiterbildung zum/r EnergetikerIn-Spirituellen HeilerIn, Block 1**, (Block 2: 5.- 7. Februar 2016), gesamt 6 Tage, Retreat Lebenskraft, **3754 Irnfritz**, Trabenreith 22, Anmeldung: N. Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at, www.naturheilpraxis-norbert.at/EnergetikerIn-Spirituelle-HeilerIn-Allgemein.pdf

26. Jän., Dienstag, 17-19 Uhr, **Heilende Hände im Christusbewusstsein**, Impuls Vortrag mit praxisbezogenen Anwendungsbeispielen, **1070 Wien**, Neubaug. 77, NEW SPIRIT 15-17 Uhr **Energetische Heilsitzungen** Anmeldung ! (Dauer: 3x7 Min. freie Gabe), Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;
27. Jän Mittwoch, **Hildegard Aderlass, A-3950 Gmünd**, Hotel Sole Felsenbad, oranger Gebäudeblock, Anmeldung unbedingt erforderlich: Organisation: Aderlass- VGK Gmünd - Gertrud Weiss, Tel.: 0676/41 55 708 - E-Mail: energieplatzerl@aon.at
27. Jän., Mittwoch, 19 Uhr, Impuls Abend- Multimedialer Vortrag mit praxisbezogenen Anwendungsbeispielen, **Heilende Hände im Christusbewusstsein, A-3500 Krems**, Dreifaltigkeitsplatz 7, Carmens Oase, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at; www.feilhaber.at, 15-18 Uhr **Energetische Heilsitzungen** nach Anmeldung (Dauer: 3x7 Min. freie Gabe)
28. Jän., Donnerstag, 18:30 Uhr, Impuls Abend- Multimedialer Vortrag mit praxisbezogenen Anwendungsbeispielen, **Heilende Hände im Christusbewusstsein, A-4020 Linz**, Bethlehemstrasse 10, Fachbuchhandlung Glücks Momente, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at; www.feilhaber.at, 15- 18 Uhr **Energetische Heilsitzungen** nach Anmeldung (Dauer: 3x7 Min. freie Gabe)
28. Jän., Donnerstag 19:30 Uhr, **Säure-Basen-Stammtisch, A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, Gesundheits- und Seminarzentrum, Kursleitung: Elfriede Kainz und Gertrud Weiss, Kosten: freie Spende, Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at, www.energieplatzerl-gmuend.at
29. Jän., Freitag, 19:30 Uhr, Impuls Abend- Multimedialer Vortrag mit praxisbezogenen Anwendungsbeispielen, **Essener - Wissen für eine neue Zeit, A-3800 Göpfritz an der Wild**, Merkenbrechts 1, Wegwartehof- Demeterbetrieb, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at; www.feilhaber.at
30. Jän. bis 01. Feb., Sa. bis. Mo., 9-19 Uhr, 3 Tage Intensiv, **Aus- Weiterbildung zum/r EnergetikerIn- Spirituellen HeilerIn. Schwerpunkte: Metamorphose -Pränatal** (vor der Geburt) **Therapie nach Robert St. John, Magnetic Healing nach Alex Orbito und Ama Healing**, Retreat Lebenskraft, **A-3754 Irnfritz**, Trabenreith 22, Information/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at; <http://www.naturheilpraxis-norbert.at/EnergetikerIn-Spirituelle-HeilerIn-3Tage.pdf>

## Februar

### **Aviva- Schnupperkurs Februar und März 2016**

Die Aiva-Methode ist eine Bewegungsreihe, die den Körper unterstützen soll, den Hormonhaushalt wieder in Ordnung zu bringen. Durch gezielte Bewegungen wird der Blutkreislauf in der Beckenregion gesteigert und die Beckenorgane werden wieder besser mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. . . Denn aus dem Becken kommt die Kraft! Ort: **A-3950 Gmünd**, Seminarraum Hotel SFB und/oder Gymnastikraum Seminarzentrum Stadtplatz, Termine nach Vereinbarung Mo. od. Di. pro Woche 1 Std. 19-20 Uhr, Kursleiter/in: Gertrud Weiss, Kursgebühr: € 40,00 (für 5x1 Stunde), Mind.: 7 Personen, Anmeldung: Gertrud Weiss, 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at, Mitzubringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Gymnastikmatte

5. Feb., Freitag, 19 Uhr, **Impuls Vortrag, Geistiges Heilen nach englischen Heilern**  
Älteste Heilmethode Europas. Praxisbezogenen Anwendungsbeispiele werden gezeigt,  
**A-3300 Amstetten**, Arthur Kruppstraße 7, Zentrum zum Wohle des Ganzen,  
17-19 Uhr **Energetische Heilsitzungen** nach Anmeldung (Dauer: 3x7 Min. freie Gabe),  
Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;
8. Feb., Montag, 19:15 Uhr, **Zhineng Qi-Gong, Medizinisches Qi-Gong**, 8 Blocktermine,  
**A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, Gesundheitszentrum Gmünd, Info/Anmeldung:  
Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;
11. Feb., Donnerstag, 18:30 Uhr, **Zhineng Qi-Gong, Medizinisches Qi-Gong, A-4020  
Linz- Zentrum**, Bethlehemstrasse 10, Fachbuchhandlung Glücks Momente,  
Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;  
Faszinierender, multimedialer Vortrag mit Anwendungsbeispielen für Zuhause. Dr.  
Pang Ming ist der Gründer von Zhineng Qi-Gong und des Arzneimittelfreien Huaxia –  
Krankenhaus in China. 1991 wurde zum ersten Mal Ergebnisse von 7936 Patienten  
nach 4 wöchigen Aufenthalt veröffentlicht. Es wurde eine 95 prozentige Verbesserung  
bis hin zu vollen Gesundung nachgewiesen.  
15- 18 Uhr **Energetische Heilsitzungen** nach Anmeldung (Dauer: 3x7 Min. freie Gabe)
12. Feb., Freitag 18 Uhr, **Offener Singkreis, Mantren und spirituelle Lieder aus aller  
Welt**, Herzöffnende Lieder, bring selbst Lieder mit oder höre einfach nur zu, **A-3754  
Irnfritz/Messern**, Irnfritz Ort 5, 1. Stock, Kostenlos (evtl. Spende), keine Anmeldung  
nötig, Jochen Petz, rewild@riseup.net
13. Feb., Samstag, 9- 17 Uhr, **Workshop: Der Siebenfacher Frieden in mir/Weltfrieden**,  
Praxis für Zuhause, **A-4020 Linz-Zentrum**, Bethlehemstrasse 10, Fachbuchhandlung  
GlücksMomente, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;  
17-19 Uhr, **Energetische Heilsitzungen**, Anmeldung (Dauer: 3x7 Minuten, freie Gabe)  
19 Uhr, **Mantrensingen**, freies Kommen
14. Feb., Sonntag, 14 - 18 Uhr, **Workshop: Karmaauflösung und Clearing**, Einfache  
Übungen um in seine eigene Kraft zu kommen, **A- 4020 Linz**, Bethlehemstrasse 10,  
Fachbuchhandlung GlücksMomente, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber,  
0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at; www.feilhaber.at
15. Feb., Montag, 19:15 Uhr, **Zhineng Qi-Gong, 3950 Gmünd**, Stadtplatz 52,  
Gesundheitszentrum Gmünd, Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;
18. Feb., Donnerstag, 19 Uhr, **Gesundheitstreff, Das Geheimnis einer gesunden  
Wirbelsäule, freier Gelenke, elastischer Muskulatur und straffen Bindegewebe**,  
Vortrag von Dr. med Ewald Töth (Ärztlicher Direktor des Gesundheitszentrums in  
Baden bei Wien, Wissenschaftlicher Leiter Gesellschaft für Quantenmedizin und  
Bewusstseinsforschung), 3-Tagesseminar dazu vom 19. 2. bis 21. 2. 2016, **A-3950  
Gmünd**, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14
19. Feb., Samstag, 19:30 Uhr, **Impuls Abend/Vortrag, Die Heilkraft liegt in dir**, mit  
Anwendungsbeispielen für Zuhause und Vorführung Sitzung an freiwilligen.  
**A-3800 Göpfritz an der Wild**, Markenbrechts 1, Wegwartehof- Demeterbetrieb,  
Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;

20. Feb., Samstag, 9-18 Uhr, Workshop, **Die Lehren der Essener**, Jesus Christus Essenermeister. Betrachtungen - Kontemplation aktueller den je. Impulse für Zuhause. Wir backen Essenerbrot... **A-3800 Göpfritz an der Wild**, Merkenbrechts 1, Wegwartehof- Demeterbetrieb, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at; www.feilhaber.at
21. Feb., Sonntag, 15-18 Uhr, **Räucherworkshop mit Walter Siegl**, Retreat Lebenskraft **3754 Irnfritz** bei Horn, Trabenreith 22, Info/Anmeldung: Walter Siegl, 0664/10 51 186, E-Mail: sieglwalter@yahoo.de, Siehe Bericht in der Sunnseitn
22. Feb., Montag, Montag, 19:15 Uhr, **Zhineng Qigong**, **3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, Gesundheitszentrum Gmünd, Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;
23. Feb., Dienstag, 15-19 Uhr, **Workshop: Karmaauflösung & Clearing**, Einfache Methoden mit Vorführung um in seine eigene Kraft zu kommen, **A-1070 Wien**, Neubaugasse 77, Fachbuchhandlung New Spirit, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at, www.feilhaber.at
24. Feb., Mittwoch 19:19 Uhr „**Aroma-Workshop**“ - **“Ätherische Öle für unsere Hausapotheke**“ mit Essential Oils von Young Living, Kursleiterin: Gertrud Weiss, Energieplatzerl, **3950 Gmünd**, Greißgasse 7, Info/Anmeldung unbedingt erforderlich! Gertrud Weiss, 0676/4155708, energieplatzerl@aon.at, www.energieplatzerl-gmuend.at
24. Feb., Mittwoch, 19 Uhr, **Energetischer Erste Hilfe Koffer**, Impuls Vortrag mit praxisbezogenen Anwendungsbeispielen, **A-3300 Amstetten**, Arthur Kruppstraße 7, Zentrum zum Wohle des Ganzen;  
17-19 Uhr **Energetische Heilsitzungen** nach Anmeldung (Dauer: 3x7 Min. freie Gabe), Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;
25. Feb., Donnerstag, 19 Uhr, **Karmaauflösung & Clearing** mit Norbert,  
15-19 Uhr **Energetische Heilsitzungen** nach Anmeldung (Dauer: 3x7 Min. freie Gabe)  
**A-3500 Krems**, Dreifaltigkeitsplatz 7, Carmens Oase,  
Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;
25. Feb. bis 5. Aug., Donnerstag, 17:30 bis 21 Uhr, Freitag 9 bis 16:30 Uhr, 1x im Monat, **Diplomlehrgang energetische Tierkinesiologie**, **A-4020 Linz**, **Wifi-Diplom**. Info/Anmeldung: Sylvia Grübl, 0699/10 61 36 25, office@stressabbau.at, www.stressabbau.at oder Wifi Linz
26. Feb., Freitag, 10 -14 Uhr: Workshop / Anwendung: **Karmaauflösung & Clearing**,  
15 -19 Uhr: **Energetische Heilsitzungen** Anmeldung ! (Dauer: 3x7 Min. freie Gabe),  
19 Uhr: **Impuls Vortrag: Heilende Hände im Christusbewusstsein**,  
mit praxisbezogenen Anwendungsbeispielen für Zuhause,  
**A-4351 Saxen im Strudenau (OÖ- Nähe Grein)**, Saxendorf 10, Lachbauerhof,  
Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;
26. Feb., Freitag, **Hildegard Aderlass**, **A- 3950 Gmünd** Hotel Sole Felsenbad, oranger Gebäudeblock, Anmeldung unbedingt erforderlich: Organisation Aderlass-VGK Gmünd - Gertrud Weiss, 0676/41 55 708 , energieplatzerl@aon.at
27. Feb., Samstag, 9-18 Uhr, Workshop: **Heilende Hände im Christusbewusstsein**, **A-3500 Krems**, Dreifaltigkeitsplatz 7, Carmens Oase, Anmeldung: 0676/39 255 39

28. Feb. bis 1. März, So., Mo., Di., 9- 20 Uhr, **Aus- Weiterbildung zum/r EnergetikerIn-Spirituellen HeilerIn, Block 1**, (Block 2: 11.- 13 März 2016, 3 + 3 Tage), **A-3800 Göpfritz an der Wild**, Merkenbrechts 1, Wegwartehof- Demeterbetrieb, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at
29. Feb. bis 26. Sept., Montag, 17- 21 Uhr, 14-tägig, **Diplomlehrgang psychologische Astrologie, A-4020 Linz**, Praxis Einsteinstraße 3. Info/Anmeldung: Sylvia Gröbl, 0699/10 61 36 25, office@stressabbau.at, www.stressabbau.at

## März

3. März, Donnerstag 19:30 Uhr, **Säure-Basen-Stammtisch, A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, Gesundheits- und Seminarzentrum, Kursleitung: Elfriede Kainz und Gertrud Weiss, Kosten: freie Spende, Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at, www.energieplatzerl-gmuend.at
4. März, Freitag 19 Uhr - 20:30 Uhr, **Zhineng Qi-Gong**, Medizinisches Qi-Gong, Faszinierender, multimedialer Vortrag mit Anwendungsbeispielen für Zuhause, Vorführung. **Irnfritz**, Mehrzwecksaal, Anmeldung, Norbert Feilhaber 0676/39 255 39
5. März, Samstag, 10-17 Uhr, **Karmaauflösung**, Einfache Methoden mit Vorführung um in seine eigene Kraft zu kommen, **A-3860 Heidenreichstein**, Stadtplatz 16, Nuria, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at;  
17-19 Uhr: **Energetische Heilsitzungen** Anmeldung ! (Dauer 3x7 Min. freie Gabe)
6. März, Sonntag, **Tagesseminar** von 9-16 Uhr, **Durch richtige Stimmung wieder in Harmonie kommen**, Unser Körper ist ein Musikinstrument, abhängig von der richtigen



WALDVIERTLER  
**VOLKSBANK**  
HORN

Die regionalen Volksbanken  
**Verantwortung leben**

Dort, wo wir zu Hause sind, geben wir auch gerne etwas von unseren wirtschaftlichen Erfolgen wieder zurück.

Durch Spenden an zahlreiche lokale Vereine, kommunale und soziale Projekte leisten wir einen wesentlichen Beitrag zur Attraktivität und Lebensqualität in den heimischen Regionen und sichern lokale Kultur- und Sozialvorhaben, das örtliche Vereinsleben, sowie Sport- und Freizeitangebote.

www.horn.volksbank.at Volksbank. Ihre Regionalbank.

Stimmung. Sind wir richtig gestimmt, sind wir glücklich, gesund und erfolgreich. Kursleiterin. Beate Planger, Kursgebühr: freie Spenden – nach eigenem Ermessen, **3950 Gmünd**, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14, Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, 0676/41 55 708, energieplatzerl@aon.at

7. März, Montag, 19:15 Uhr, **Zhineng Qi-Gong, Medizinisches Qi-Gong, A-3950 Gmünd** Zentrum, Stadtplatz 52, Gesundheitszentrum Gmünd, Information Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39

10. März, Mittwoch, 19:30 Uhr **Gesundheitstreff: Auf sich schau`n**, Wissenswertes über den Umgang mit äußeren Anforderungen und inneren Bedürfnissen, Vortrag von OA Dr. Dieter Preindl (Facharzt für Psychatrie), **A-3950 Gmünd**, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14

11. März, Freitag, 18 Uhr, **Offener Singkreis - Mantren und Spirituelle Lieder aus aller Welt**, Sing mit uns Herzöffnende Lieder, bring selbst Lieder mit oder höre einfach nur zu. **A-3754 Irnfritz/Messern**, Irnfritz Ort 5 (I.Stock), Kostenlos (evtl. Spende), keine Anmeldung nötig, Jochen Petz, [rewild@riseup.net](mailto:rewild@riseup.net)
11. März, bis 13. Aug., Freitag, 17:30 bis 21 Uhr, Samstag 9 bis 16:30 Uhr, 1x monatlich, **Diplomlehrgang Mantanka. In den Mokassins eines anderen gehen®, Intuitionstraining, A-4020 Linz**, Wifi-Diplom. Info/Anmeldung: Sylvia Grübl, 0699/ 106 136 25, [office@stressabbau.at](mailto:office@stressabbau.at), [www.stressabbau.at](http://www.stressabbau.at) oder Wifi Linz
14. März, Montag, 19:15 Uhr, **Zhineng Qi-Gong, Medizinisches Qi-Gong, A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, Gesundheitszentrum Gmünd, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, [feilhaber@utanet.at](mailto:feilhaber@utanet.at)
16. März, Mittwoch 19:19 Uhr „**Aroma-Workshop**“ -“**Entgiftung und Entschlackung**“ **Unterstützung mit Essential Oils von Young Living**, Kursleiterin: Gertrud Weiss, Energieplatzlerl, **3950 Gmünd**, Greißgasse 7, Info/Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss, 0676/41 55 708, [energieplatzlerl@aon.at](mailto:energieplatzlerl@aon.at), [www.energieplatzlerl-gmuend.at](http://www.energieplatzlerl-gmuend.at)
18. bis 20. März, Fr., Sa., So. 9 - 20 Uhr, **Aus- Weiterbildung zum/r EnergetikerIn-Spirituellen HeilerIn, Block 1**, (Block 2: 8.- 10 April 2016, 3 + 3 Tage), **A-3500 Krems**, Dreifaltigkeitsplatz 7, Carmens Oase, Information/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, [feilhaber@utanet.at](mailto:feilhaber@utanet.at)  
<http://www.naturheilpraxis-norbert.at/EnergetikerIn-Spirituelle-HeilerIn-Allgemein.pdf>
21. März, Montag, 19:15 Uhr, **Zhineng Qi-Gong, Medizinisches Qi-Gong, A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, Gesundheitszentrum Gmünd, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, [feilhaber@utanet.at](mailto:feilhaber@utanet.at);
23. März, Mittwoch, 16 - 19 Uhr, **Workshop: Die Wiederkehr Christi, A-1070 Wien**, Neubaugasse 77, Fachbuchhandlung New Spirit, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, [feilhaber@utanet.at](mailto:feilhaber@utanet.at), [www.feilhaber.at](http://www.feilhaber.at)
24. bis 28. März, Do. bis Mo., 5 Tage, 9 - 20 Uhr, **Aus- Weiterbildung zum/r EnergetikerIn- Spirituellen HeilerIn, A- 4351 Saxen im Strudenau** (ÖÖ- Nähe Grein), Saxendorf 10, Lachbauerhof, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, [feilhaber@utanet.at](mailto:feilhaber@utanet.at), <http://www.naturheilpraxis-norbert.at/EnergetikerIn-Spirituelle-HeilerIn-Allgemein.pdf>
24. März, Donnerstag, **Hildegard Aderlass, A-3950 Gmünd**, Hotel Sole Felsenbad, oranger Gebäudeblock, Anmeldung unbedingt erforderlich: Organisation Aderlass-VGK Gmünd - Gertrud Weiss, 0676/41 55 708 , [energieplatzlerl@aon.at](mailto:energieplatzlerl@aon.at)
30. März, Mittwoch, 19 Uhr, **Zhineng Qi-Gong, Medizinisches Qi-Gong, A-3300 Amstetten**, Arthur Kruppstraße 7, Zentrum zum Wohle des Ganzen, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, [feilhaber@utanet.at](mailto:feilhaber@utanet.at); [www.feilhaber.at](http://www.feilhaber.at).  
Faszinierender, multimedialer Vortrag mit Anwendungsbeispielen für Zuhause. Dr. Pang Ming ist der Gründer von Zhineng Qi-Gong und des Arzneimittelfreien Huaxia – Krankenhaus in China. 1991 wurde zum ersten Mal Ergebnisse von 7936 Patienten nach 4 wöchigen Aufenthalt veröffentlicht. Es wurde eine 95 prozentige Verbesserung bis hin zu vollen Gesundheit nachgewiesen.
- 17- 19 Uhr **Energetische Heilsitzungen** Anmeldung ! (Dauer: 3x7 Min. freie Gabe)

## April

1. bis 3. April, Fr. bis So., 9 bis 20 Uhr, **Aus- Weiterbildung zum/r EnergetikerIn-Spirituellen HeilerIn, Block 1**, (Block 2: 29. April - 1. Mai 2016, 3 + 3 Tage), **A-4020 Linz/Zentrum**, Bethlehemstrasse 10, Fachbuchhandlung GlücksMomente, Information/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at <http://www.naturheilpraxis-norbert.at/EnergetikerIn-Spirituelle-HeilerIn-Allgemein.pdf>
2. April bis 24. Sept., Samstag, 9:30 bis 19 Uhr, 1x monatlich, **Diplomlehrgang Mantanka®-Tierkommunikation, 4020 Linz**, Praxis Einsteinstr. 3. Info/Anmeldung: Sylvia Grübl, 0699/10 61 36 25, office@stressabbau.at, [www.stressabbau.at](http://www.stressabbau.at)
4. April, Montag, 19:15 Uhr, **Zhineng Qi-Gong, Medizinisches Qi-Gong, A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, Gesundheitszentrum Gmünd, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at
6. April, Mittwoch 19:19 Uhr **Aroma-Workshop: “Kinder liebevoll begleiten“ Unterstützung mit Essential Oils von Young Living**, Kursleiterin: Gertrud Weiss, Energieplatzerl, 3950 **Gmünd**, Greißgasse 7, Info/Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss, 0676/4155708, energieplatzerl@aon.at, [www.energieplatzerl-gmuend.at](http://www.energieplatzerl-gmuend.at)
8. April, Freitag, 18 Uhr, **Offener Singkreis - Mantren und Spirituelle Lieder aus aller Welt**, Sing mit uns Herzöffnende Lieder, bring selbst Lieder mit oder höre einfach nur zu., A-3754 Irnfritz/Messern, **Irnfritz Ort 5** (1.Stock), Kostenlos (evtl. Spende), keine Anmeldung nötig, Info: Jochen Petz, [rewild@riseup.net](mailto:rewild@riseup.net)
11. April, Montag, 19:15 Uhr, **Zhineng Qigong, Medizinisches Qigong, A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, Gesundheitszentrum Gmünd, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at
15. April 2016, Freitag, 19:30 Uhr, **Gesundheitstreff: Stressbewältigung in Verbindung mit den 5 Elementen**, Vortrag von Rudolf Pieknik (Heilpraktiker, Chiropraktiker, Akupunktur- und Blütentherapie-Heilpraktiker), Tagesseminar dazu am Samstag, 16. April 2016, Kursgebühr: Euro 10, **A-3950 Gmünd**, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14
15. April, Freitag, 18- 21 Uhr, **Workshop: Karmaauflösung und Clearing**, Einfache Übungen um in seine eigene Kraft zu kommen, **A-3300 Amstetten**, Arthur Kruppstraße 7, Zentrum zum Wohle des Ganzen, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at; [www.feilhaber.at](http://www.feilhaber.at)  
16-18 Uhr **Energetische Heilsitzungen** Anmeldung ! (Dauer: 3x7 Min. freie Gabe)
16. April, Samstag, **Tagesseminar von 9 bis 17 Uhr, Stressbewältigung in Verbindung mit den 5 Elementen**; Wir erlernen in diesem Seminar, wie eventuelle versteckte Ursachen-Ängste, Trauma, Trauer, einschränkende Überzeugungen und Verhaltensmuster – erkannt und verwandelt oder gelöscht werden können. Praktische Anwendung mit ätherischen Ölen, **A-3950 Gmünd**, Seminarraum im Hotel Sole-Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14, Kursleiter: Rudolf Pieknik (Heilpraktiker, Chiropraktiker, Akupunktur- und Blütentherapie-Heilpraktiker, Kursgebühr: Euro 100 pro Person, Anmeldung: VGK Gmünd-Gertrud Weiss, 0676/ 41 55 708 oder [energerplatzerl@aon.at](mailto:energerplatzerl@aon.at)

16. bis 18. April, Sa. bis Mo., 9 bis 20 Uhr,  
**Aus- Weiterbildung zum/r EnergetikerIn - Spirituellen HeilerIn Block 1**, (Block 2: 20. Mai - 22. Mai 16, 3 + 3Tage). Retreat Lebenskraft **3754 Irnfritz, bei Horn**, Trabenreith 22, Information: Norbert Feilhaber, 0676/39 255 39, [www.feilhaber.at](http://www.feilhaber.at)

20. April, Mittwoch, 17-19 Uhr, **Pränatal (vor der Geburt) Therapie - Metamorphische Methode nach Robert St. John, Magnetic Healing nach Alex Orbito, Ama Healing**, New Spirit, **1070 Wien**, Neubaug. 77. Spannender Abend zum Kennenlernen von 3 hoch- energetischen Methoden

23. April, Freitag, **Hildegard Aderlass, 3950 Gmünd**, Hotel Sole Felsenbad, oranger Gebäudeblock, Anmeldung unbedingt erforderlich: Organisation Aderlass-VGK Gmünd, Gertrud Weiss, 0676/4155708, [energieplatzerl@aon.at](mailto:energieplatzerl@aon.at)

28. April, Donnerstag 19:30 Uhr, **Säure-Basen-Stammtisch, 3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, Gesundheits- und Seminarzentrum, Kursleitung: Elfriede Kainz und Gertrud Weiss, Kosten: freie Spende, Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, 0676/4155708 **Energieplatzerl, 3950 Gmünd**, Greißgasse 7, Info/**Anmeldung unbedingt erforderlich**, [energieplatzerl@aon.at](mailto:energieplatzerl@aon.at), [www.energieplatzerl-gmuend.at](http://www.energieplatzerl-gmuend.at)

Find us on Facebook

**Tolle Prämien zur Auswahl**

**Empfehlen Sie uns weiter! Es lohnt sich!**

Sie sind zufriedener Kunde der Sparkasse und möchten unsere Leistungen und Services weiterempfehlen? Als Dankeschön erhalten Sie für jede Weiterempfehlung eine tolle Prämie Ihrer Wahl!

Urlaubsgutschein für zwei Personen (Auswahl an rund 2000 Partnerhotels in ganz Europa)

OMV-Gutscheine im Wert von 20 Euro

**SPARKASSE**  
 Horn-Ravelsbach-Kirchberg  
 Was zählt, sind die Menschen.

[www.sparkasse.at/horn](http://www.sparkasse.at/horn)

**EINSCHALTPREISE und**

**Abmessungen des Inserats - Datenformate**

Entnehmen Sie bitte die Mediendaten für Ihren Artikel oder Werbeeinschaltung Online unter [www.sunseite.info](http://www.sunseite.info)

***Didgeridoo Stammtisch in Altenburg bei Willi***

*Jeden zweiten Dienstag im Monat, 19 Uhr, Kapelle 24*

*Info: Norbert Feilhaber, Tel: 0676/39 255 39, [feilhaber@utanet.at](mailto:feilhaber@utanet.at)*

*Alle sind herzlich Willkommen, Anfänger, Spieler und Neugierige*

*Di. 12. Jän. / Di. 09. Feb. / Di. 8. März / Di. 12. April*

Hilfe, auf die es ankommt, kommt an!

## Hilfsprojekt Ruanda

**Ausbau der Gesundheitszentren: Rurenge, Rwempasha und Centre Marembo**



Armut, Wassermangel, Hunger und medizinische Unterversorgung sind für viele Menschen in Ruanda der Alltag. 15 ehrenamtliche Mitarbeiter, 13 Paten und zahlreiche Spender aus Österreich, bemühen sich seit 2007 diese Not zu lindern. Vordergründige Probleme in den Gesundheitszentren sind die Versorgung mit Wasser, Elektrizität, medizinischem Material und bessere Qualifizierung des Personals.

**Der Ausbau des Rurenge Health Center (HC)** ist abgeschlossen.

Dachrinnen und Wassercontainer sammeln in der Regenzeit genug Wasser, um bei sparsamem Verbrauch über die Trockenzeit hinwegzukommen. Rund um das Krankenhaus (5 ha) wurden Heilpflanzen, Obstbäume und Gemüse gepflanzt und Bienenstöcke aufgestellt. An die unterernährten stationären Patienten, Kinder und stillenden Mütter können täglich 2 Mahlzeiten ausgegeben werden.

Das **Centre Marembo** in Kigali wird von uns finanziell unterstützt und dessen **Gesundheitszentrum mit einem Labor ergänzt**. Unsere Projektleiterin vor Ort ist die Managerin Nicolette NSABIMANA. 37 Waisenkinder, misshandelte, vergewaltigte oder sozial ausgegrenzte Mädchen, sehr junge Mütter mit ihren Babys leben in 2 Häusern. 200 Straßenkinder werden betreut, möglichst in Familien reintegriert und es wird ihnen der Schulbesuch ermöglicht. Eine Ausbildungswerkstätte rundet das Angebot ab.



**Um den derzeitigen Standard aufrecht erhalten und die Pläne verwirklichen zu können, benötigen wir ihre Hilfe ! Gemeinsam können wir es schaffen !**



**SPARKASSE WALDVIERTEL - MITTE**

**IBAN: AT58 2027 2000 0029 7754**

**BIC: SPZWAT21XXX**

**PROJEKT RUANDA/ Dr. Erika Hronicsek**  
*steuerlich absetzbar unter der Nummer SO1396*

Bitte besuchen Sie uns auf unserer homepage

**[www.projekt-ruanda.at](http://www.projekt-ruanda.at)**

Kontakt: 0664/78 84 645, [erika.hronicsek@gmx.at](mailto:erika.hronicsek@gmx.at)