

Nr. 15 Jän. - April 2017

Sunnseiln

WALDVIERTLER ZEITSCHRIFT FÜR BEWUSSTSEIN



Kostenlose Non Profit Zeitung

Ferien
ohne
Handicap

Tanzen ab der Lebensmitte

Meine Reise nach Schweden | Tagebuch schreiben

Sanfte Medizin für eine Neue Zeit | Pomali | Permakultur | Biodanza



Sunnseitn

Herausgeber, Redaktion, Layout u. verantwortlich für den Inhalt der Zeitschrift: Elisabeth S. & Norbert Feilhaber, Trabenreith 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

VGK Schriftführerin Gertrud Weiss

04 Ganzheitsmedizinische Hilfe & Selbsthilfe bei Allergien

MMag. Veronica Maria Schwed

06 Gedanken einer Großmutter

Regina Hruska

08 Die Verbindung von Himmel und Erde

Kamira Eveline Berger

09 Maya- Zeitqualität Wenn Ver-rücktheit normal wird...

Mag. Sylvia Chochola

10 Feng Shui für den Hausgebrauch / Wasserenergie

Silvia Edinger

13 Tagebuch schreiben

Sandra und Johnny Peham

14 Permakultur- Wildniskultur

Samadhi Coulibaly

15 Biodanza

Doris

17 Mein Leben- ein Geschenk des Himmels

Sabrina Trögl

18 Meine Reise nach Schweden

Inge Pröstler, Landesverband NÖ, Tanzleiterin Seniorentanz Ö

20 Tanzen ab der Lebensmitte

Brigitte Zahrl

21 Pomali

Brigitte el Mongi

22 Energie-Urlaub mit ThetaHealing

Sylvia Gröbl

24 Sommer, Sonne, Strand & Seminar

Claudia delle Grazie

26 Biodanza - Lebenstanz

Irene Maria Maurer

30 Anis, Ingwer, Kardamom, Nelken und Zimt

Hannes Wiesinger

32 Wie lange musst du noch funktionieren?

Sylvia und Andreas Graf

34 Die Ursachen v. ADHS & ADS aus energetischer Sicht

Christa Maly- Zach

36 Ad Fontes- Eine Reise zu den Quellen

38 Veranstaltungskalender

W³ Sunnseitn im Web

Copyright Foto Top, www.Sunnseitn.info by Peter Hatzfeld
Sundown-on-Huey, 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, St. Pölten, Amstetten, Wien 7. Bez. und Linz als Non Profit Zeitung präsent und kostenlos für die Leser erhältlich. Für diese Ausgabe hat sich leider kein Hilfsprojekt bei uns gemeldet, welches wir gerne kostenlos über eine Einschaltung unterstützen.

Werbung: Die Unkosten der Sunnseitn (Druck und Verteilung) werden über Werbeeinschaltungen und Anzeigen im Veranstaltungskalender gedeckt (siehe vorletzte Seite). Der Arbeits- und Zeitaufwand sowie das Management der Sunnseitn wird ehrenamtlich 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. 7. April 2017**, **Erscheinendatum Mo. 8. Mai 2017**.

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: Klangschaalenpraktikerin,

... den Weg des Herzens folgend ...

Norbert: Energetiker, Spiritueller Heiler-Lehrer, Referent, Buchautor

... Spiritualität ist das Überschreiten von wissenschaftlich festgelegten Grenzen ...

Titelbild: Platane in Laxenburg von Norbert O. M. Feilhaber

Ganzheitsmedizinische Hilfe und Selbsthilfe bei Allergien

Der Darm als Sitz des Immunsystems und Quelle der Gesundheit.

Allergien nehmen in rasanter Weise zu. Viele Erwachsene, aber auch Kinder leiden unter allergischen Erkrankungen, vor allem unter Nahrungsmittel-Allergien, die leider oft unerkannt bleiben. Alle Pollen-, Gräser-, Tierhaar- und Kontaktallergien lassen sich nur erfolgreich behandeln, wenn maskierte Nahrungsmittel- Allergien erkannt und behandelt werden.

Die Kraft des Baumes liegt nicht in seiner Rinde, seinen Ästen oder Blättern, sondern in seinen Wurzeln. Der Darm ist die Wurzel des Menschen und bestimmt das Wohlbefinden, Vitalität und Gesundheit. Nicht nur die Liebe geht durch den Magen, auch Gesundheit und Krankheit haben im „Zentrum“ des Menschen ihren Ausgangspunkt. Denn der Darm – mit 300 m² Oberfläche – ist als größtes Organ und Sitz von 80 % unseres Immunsystems die „Wurzel“ des Menschen. Kraftspender, wenn er seine Aufgaben problemlos erfüllen kann, Energieräuber, wenn er durch falsche Ernährung, Stressbelastung und toxische Umwelteinflüsse chronisch überreizt ist. Die Schleimhaut des Darms ist das erste und wichtigste Verteidigungssystem gegen Giftstoffe aller Art. Leber, Nieren, Lymphe, Lunge und die Hautoberfläche rangieren als Abwehrspezialisten somit erst an zweiter Stelle. Wenn keine geregelte Darmausscheidung vorhanden ist, bleiben vermehrt Schleimhautablagerungen und Stoffwechselschlacken im Darm. Die dadurch entstehenden Zersetzungsprodukte werden vom Blut aufgenommen und von der Leber entgiftet. Die Folge ist eine Überbelastung der Leber und in weiterer Folge auch des Immunsystems. Ein überlasteter und in seiner Funktionsweise irritierter Organismus bildet ein geeignetes Milieu für die Entwicklung und Vermehrung von schädlichen Mikroorganismen. Ebenso ist eine Übersäuerung des Körpers die Grundlage bzw. die ideale Voraussetzung für die Vermehrung von Parasiten in den verschiedensten Körperbereichen.

Was können Sie tun? Die Natur birgt unzählige Heilkräuter, welche wegen ihrer guten Wirkung bei Blähungen, Fäulnisbildung, Gärung und zur Beseitigung von krankmachenden Bakterien beschrieben werden. Alle diese Heilkräuter haben eines gemeinsam, sie unterstützen ein gesundes Magen-Darmmilieu, stärken dadurch das Immunsystem und schenken wieder ein körperliches, geistiges und seelisches Wohlbefinden.

Gewürznelkenkapseln Composition mit Gewürznelken, Kümmel, Koriander, Käsepappel

Wermutkrautkapseln Composition mit Wermutkraut, Fenchel, Anis, Bohnenkraut

Walnuss Kräuterextrakt der Auszug wird mit weiteren Gewürzen nach einem

aufwendigen Rezept hergestellt. Hat eine antiparasitäre Wirkung auf die Mikroorganismen im Magen und Darm, hemmt auch die Vermehrung von schädlichen Bakterien, sowie Gärung und Fäulnis und das Magen- und Darmmilieu allgemein wird gereinigt.

Im Vortrag mit Dr. med Ewald TÖTH erfahren Sie alles über Allergie, deren Auslöser, die Bedeutung des Darms bei der Entstehung von Allergien und deren Therapie, Pilze sind potenzielle Allergieauslöser, die neuen Allergie-Testverfahren, Allergie-Diagnostik und Therapie aus ganzheitsmedizinischer Sicht. Hilfe und Selbsthilfe bei Haarproblemen, Schuppenbildung, fette Haare, Haarausfall, brüchige Haare, Hautprobleme, die vielen Krankheitsbilder von Allergien (Gastritis, Colitis, Blähungen, Müdigkeit, Gelenkserkrankungen, Rheuma etc. sowie die energetischen, seelischen und geistigen Zusammenhänge einer Allergie.

Referenzquelle:

**Skripten & Seminarunterl. von -Dr. med. Ewald Töth,
Info: VGK-Obfrau: DGSK Elfriede Kainz,
02852/83673; VGK-Schriftführerin: Gertrud Weiss –
Anmeldung/Information 0676/4155 708**



Gemeinnütziger Verein für
ganzheitliche Gesundheits-
förderung und Kinesiologie
GMÜND

GERTRUD WEISS

Mobil: +43 (0)676-41 55 708

Mail: energieplatzerl@aon.at

ENERGIEPLATZERL

Gesundheitsberatung und Energetik

A-3950 GMÜND, Greißgasse 7

www.energieplatzerl-gmuend.at

Gedanken einer Großmutter

„Die Kinder auf's Leben vorbereiten“, diese Zeile eines Sendungstitels im Radio ist bei mir hängen geblieben. - Ich habe die betreffende Sendung nicht gehört und weiß nicht, worum es eigentlich gegangen ist.

Immer wieder steigt in mir allerdings die Frage auf, auf welches Leben Kinder denn vorbereitet werden sollen. Wofür rüsten wir sie aus? Was geben wir ihnen mit auf ihren Lebensweg? Welche Fähigkeiten werden sie brauchen?

Ich beobachte einen Boom an Angeboten zur frühkindlichen Förderung: Musikgarten, Zwergerlturnen, Tanz, Ballett ab 4 Jahren, Malkurse und und und.

Es ist gut und wichtig, Kinder vielfältig zu fördern, aber wenn ein Kind im Kindergartenalter bereits an jedem zweiten Nachmittag einen Fixtermin hat, macht mich das skeptisch. Worauf werden diese Kinder wirklich vorbereitet? Auf ein Leben, das von vorgegebenen Terminen bestimmt wird? – Das will ich nicht für meine Enkelkinder!

Wenn ich mit anderen über unseren Häuslichen Unterricht spreche, dann erzähle ich unter anderem, dass meinen Enkelkindern auf diese Art viel an Prüfungsdruck und Stress erspart bleibt. Sicher, sie werden einmal pro Jahr eine Prüfung ablegen, doch eben nicht öfter. Bereits mehrmals habe ich darauf als Antwort bekommen, „dass Kinder halt auch lernen müssen, mit diesem Stress umzugehen, weil das ist halt so im Leben.“

Ich frage mich: Müssen sie das wirklich??? Ist das Leben wirklich so? Unabänderbar? Und welches Leben ist es eigentlich, auf das sie so vorbereitet werden? Ist das erstrebenswert?

Das selbe Argument höre ich übrigens auch, wenn ich davon erzähle, dass Kinder ohne Benotung frei und positiv lernen können. Die Benotung, so wie sie an staatlichen Schulen häufig passiert, hat mehr mit Aburteilen als mit Wertschätzung zu tun. Durch langjähriges Lehrerinnendasein weiß ich, wie sehr Lehrende darauf trainiert sind, Fehler zu suchen und das Richtige als selbstverständlich zu sehen. – Eine respektlose Haltung! Worauf bereitet das Kinder vor? Auf eine Welt der Bewertung und des Kleinmachens? Auf den ewigen Blick auf das „halbleere Glas“?

Nein, das will ich nicht. Kinder sollen lernen, das wertzuschätzen, was gut ist. Sie sollen nicht primär das sehen, was fehlt, sondern das, was da ist! Fähigkeiten sollen erkannt und gestärkt werden. Fehler sind dazu da, dass wir aus ihnen lernen, sie können uns weiterführen. Aber das hat nichts mit den Dramen zu tun, die sich regelmäßig bei der Rückgabe eines Tests oder einer Schularbeit in Klassenzimmern ereignen.

„Die Kinder auf's Leben vorbereiten“ – das ist ein wichtiges, sinnvolles Ziel. Aber ebenso wichtig ist es, dafür zu überdenken, wie dieses Leben sein soll. Das stellt freilich auch mich selbst in Frage. Immer wieder. Das erfordert Kurswechsel, Selbstkritik und Reflexion. Aber es zahlt sich aus. Für alle, die sich darauf einlassen.

Herzlichst, Veronica Maria Schwed, Tel: 0676/4306856



Lachen ist gesund!

Unter diesem Motto machen wir, das sind Josef Müller alias Joe bzw. „Ka“, Elisabeth Seidl-Kases alias Lucy bzw. „wa“ und Guntmar Müller alias Gugu bzw. „Reh“, seit 2010 Kabarett.

Am 3. März 2017 starten wir mit unserem neuen Programm mit dem Titel „Inselhüpfen“. Näheres unter www.kawareh.at

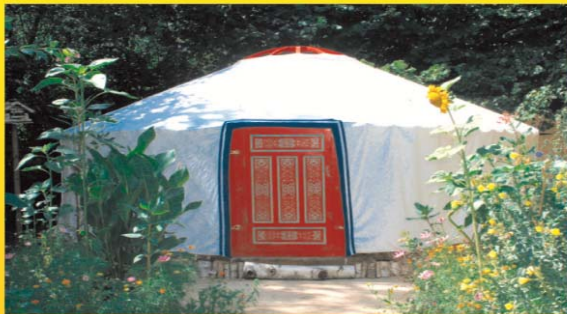


Die Verbindung von Himmel und Erde

Vielleicht brauchen wir in unseren Herzen hin und wieder eine Stärkung, im Besonderen dann, wenn wir genug haben von Märkten voller Dingen, vor Köpfen voller Meinungen und übertriebenen Heilserwartungen – die sich nicht erfüllen, weil der rote Lebensfaden nicht mehr aufgenommen wird. Die fortgeschrittene, krankmachende Entwöhnung von Himmel und Erde, fordert Heilbringendes. Die Ahnen hielten in guten und in schlechten Zeiten an mythologischen Bildern fest und wir erleben, dass sie bis heute nichts von ihrer seelischen Kraft und Bedeutung verloren haben. Die aus den Universen kommenden Lichter erleben wir als Erscheinungsformen des himmlischen Vaters, sie sind mit dem seelischen verbunden und wirken auf uns als lebendige Wesen, die wir mit unseren Himmelsaugen wahrnehmen können. Dieses Licht wird von einem 2. Wesen aufgenommen, der weiblichen Natur, Mutter der feuchten Erde. Die Erde als Spiegel der Himmels, Land der Weisheit, welches die Geheimnisse des gesamten Kosmos widerspiegelt. Ein bewusstseins-erweckendes Element, in Richtung Brüderlichkeit, Gedankenfreiheit und Freiheit des Geistes. Alle drei als eine mächtige Kuppel eines unsichtbaren geistigen Tempels über uns. Dafür zahlt es sich doch aus, sich von vergangenen Strukturen zu lösen? Licht aus der Jurte steht für den Weg zurück zur Urkraft, zur sprudelnden Quelle, auch wenn der Weg dorthin nicht asphaltiert ist!

Autorin: Regina Hruska

Licht aus der Jurte



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

www.helicotherapie.at
www.heilschamanismus.at

MAYA-Zeitqualität: Wenn Ver-rücktheit normal wird ...



... sind wir dem Leben ganz nah!, könnte die Devise des aktuellen **BLAUEN STURM**-Jahres (26.7.2016-24.7.2017) lauten. Es ist Euch bestimmt nicht entgangen, dass er mittlerweile so richtig Fahrt aufgenommen hat und Ihr mit der Nix-ist-fix-Strategie am besten beraten seid. Da können schon mal Reaktionen, Situationen bzw. der Alltag völlig aus der Spur geraten, was wiederum maximale Kreativität (Notlösungen) freisetzt. So weit so gut.

Zusätzlich gibt es jedoch noch 13-Tages-Zeitwellen, die ebenfalls ihre ganz speziellen Eigenschaften einfließen lassen. Sie sind in einer 260-tägigen Matrix („Tzolkin“) zusammengefasst. In diesem Ablauf befinden wir uns gerade zwischen 19.12.2016-8.2.2017 in einer heißen Phase, was wiederum die Kraft des Sturm-Jahres weiter verstärken könnte. Ich möchte Euch also diesmal ein wenig Überblick über die nun vor uns liegenden Zeitwellen-Aufgaben geben, damit Ihr sie gut nutzen könnt bzw. Euch so wenig wie möglich von crazy morphogenetischen Feldern beeindrucken lässt.

19.-31.12. ROTE SCHLANGEN-WELLE: Pure Schaffenskraft, Zeit für Erotik & Sinnlichkeit, Finanzen & Existenzthemen regeln, ausgiebiges Sporttraining, scharfe Speisen, Erfolgs- & Karriere-Denken, Achtung vor zu vielen Einkäufen!

1.-13.1. WEISSE SPIEGEL-WELLE: Zeit der Klarheit & Wahrheit, Systeme & Strukturen schaffen, ordnen, entrümpeln, klären, putzen, entgiften, entschlacken, fasten, Orientierung & essentielle Erkenntnisse finden, Aussprachen, Entscheidungen treffen.

14.-26.1. BLAUE AFFEN-WELLE: Emotions-Vielfalt, Kreativität & Kunst, Spontanität, kommunikativer Austausch, schräger Humor, Witz, Fröhlichkeit, innere Kind-Heilung, Familien-Themen, Therapie, Achtung vor Opfer-Bewusstsein!

27.1.-8.2. GELBE SAMEN-WELLE: Wissensdurst, Neues ausprobieren, lernen, Leichtigkeit und Freude, Optimismus, Lösungsorientierung, das Leben und sich selbst feiern, genießen, Party-Zeit, Freizeit, Ängste erkennen und loslassen!

Vielleicht ist gerade heuer die eigentlich stillste Zeit im Jahr, mehr als je zuvor eine Chance für tiefeschürfende Veränderungen. Aber auch anschließend steigern sich die speziellen STURM-Jahresthemen Richtung neuer Lösungen, Wandlung und Heilung, um bis am 24.7. alle aktuellen Baustellen schließen zu können.

So wünsche ich Euch von Herzen harmonisches Zeitgleiten! Eure KAMIRA

KAMIRA Eveline Berger, Tel.: 0699/12 62 01 96

Feng Shui für den Hausgebrauch

Wasserenergie



Wasser ist das Lebenselixier der Erde und ihrer Bewohner. Alles Leben entstand aus dem Wasser und ohne Wasser wäre Leben unmöglich. Der Mensch besteht zu ca. 75% aus Wasser und dass unser Gehirn wie ein Computer funktioniert, verdanken wir der Fähigkeit des Wassers, Informationen zu speichern. Emoto hat dies eindrucksvoll mit seinen Wasserkristallbildern bewiesen. Wasser speichert jede Schwingung, egal ob gedankliche, gesprochene oder schriftliche. Daher ist es sehr wichtig, dass wir gesundes, vitales und positiv informiertes Wasser zu uns nehmen.

Betrachten wir die Geschichte der Menschheit, so entstanden dort Hochkulturen, wo Wasser vorhanden war. (z.B. Ägypten-Nil, Mesopotamien-Euphrat und Tigris, etc.). Alle bedeutenden Städte der Erde liegen am Wasser (einzige Ausnahme ist Johannesburg, dort ist die höchste Kriminalitätsrate der Welt). Wasser bedeutet Reinigung, Fließen, Loslassen. Schon vor 6000 Jahren haben die taoistischen Mönche festgestellt, dass Menschen, die sich an fließendem Wasser befinden, intuitiver und flexibler sind als Menschen, die in wasserarmen Gebieten leben.

Reines fließendes Wasser ist der höchste Energieträger. Wasser wird im Feng Shui seit jeher verwendet, um Räume und Plätze energetisch aufzuladen. Fließendes Wasser sollten sich immer an der Vorderseite eines Gebäudes befinden und in Richtung Eingangstüre fließen, damit frisches, hohes Qi in das Gebäude eintreten kann. Hohe kosmische Energie ist für ein Gebäude gleichbedeutend wie qualitativ hochwertige Nahrung für den menschlichen Körper. Im Business Feng Shui wird vor allem Wasser verwendet, um die Geschäfte anzukurbeln, da Wasserenergie stets mit Reichtum und Wohlstand verbunden ist. In der Vergangenheit waren die Wasserwege die einzige Möglichkeit, Handel mit fernen Ländern zu betreiben, und die Städte, die an Wasserwegen lagen, profitierten davon und waren sehr wohlhabend. (z.B. die Hansestädte in Deutschland). Statistische Untersuchungen haben belegt, dass Einkaufszentren, in denen sich Wasseranlagen befinden, mehr Kunden anziehen und bessere Geschäfte machen, als die sogenannten Trockenstellen.

Wasserenergie zur Aktivierung von Räumen ist möglich in Form von Zimmerbrunnen. Diese sollten auf einem störungsfreien Platz stehen, da sie auch negative Energie erhöhen. Weiters sollte das Wasser in alle Richtungen fließen und weit verteilt werden. Nicht jeder Zimmerbrunnen ist dafür geeignet (am besten ist es, sich beraten zu lassen). Auch mit Aquarien und Wasserbildern kann man die Raumenergie erhöhen. Das richtige Maß ist dabei wichtig, denn ein Zu viel ist ebenso schlecht wie

ein Zuwenig. Ein Wasserfallbild im Schlafzimmer neben dem Kopf wäre z.B. nicht geeignet, um einen ruhigen und gesunden Schlaf zu erzielen.

Bergkristalle haben eine ähnliche kristalline Struktur wie Wasserkristalle und sind daher als Informationssysteme ideal. Sie können auch negative Energien wie Elektromog und geopathische Störenergien wie Wasseradern aufnehmen, gehören aber regelmäßig gereinigt, indem man sie einige Sekunden unter fließendes Wasser hält.

Zum Abschluss ein Tipp: bevor man ein Glas Wassers trinkt positive Gedanken hinein geben.

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

Cranio sacral Balancing

Harmonisierung von Körper-Geist-Seele



Die Cranio-Sacral Behandlung ist eine sanfte, manuelle Form der Körperarbeit. Behandelt wird vorwiegend am Schädel (Cranium), Rumpf und Kreuzbein (Sacrum).

Die Klientin liegt bekleidet auf dem Massagetisch und die Behandlung erfolgt durch sanfte Berührungen. Berührungen, die ohne Absicht erfolgen, geben der Behandelten die Möglichkeit, sich einzulassen und so kann Veränderung passieren. Die angenehme

Berührung "berührt" den anderen und löst so etwas aus. Diese Behandlung ist nicht eingreifend. Durch die Berührung weiß der Körper von selbst, was er zuerst heilen soll.

Schädel und Kreuzbein sind durch die Rückenmarksflüssigkeit miteinander verbunden und bilden das Zentralnervensystem. Bei Beeinträchtigung von Körper-Geist-Seele (z.B. Stress, Trauer, Schock, traumatische Erlebnisse,...) ist der Fluss gestört. Verletzungen werden im Körper gespeichert (Schmerzgedächtnis) und beeinträchtigen so das Leben. Obwohl medizinisch nichts nachzuweisen ist, existiert der Schmerz. Diese Methode ist eine ideale Möglichkeit, diese Schmerzen aus dem Schmerzgedächtnis zu "löschen". Ich hatte bereits viele Klientinnen behandelt, die unter derartigen Schmerzen litten und nicht mehr auf Schmerzmittel angewiesen sein wollten. Für sie war es eine unglaubliche Erleichterung, schmerzfrei leben zu können - und das nach nur wenigen Behandlungen.

Meine Erfahrung mit Klientinnen hat auch gezeigt, dass die Anwendung der Cranio-Sacrale Balancing bei Schmerzen des Bewegungsapparates als Unterstützung zu medizinischen Behandlungen bestens geeignet ist. In einigen Fällen waren nicht mehr als 4 - 5 Behandlungen nötig. Diese Methode war auch bei einem Fersensporn sehr erfolgreich, was meine Klientin sehr gefreut hat, war sie doch schon seit Monaten beim Arzt zur Therapie. Mit dem Cranio-Sacral Balancing werden sowohl das autonome und

zentrale Nervensystem als auch der Bewegungsapparat unterstützt. Die Selbstheilungskräfte werden angeregt und Immunstärke wird intensiviert. So können Blockaden vermindert und aufgelöst werden. Durch die sanfte Berührung wird der natürlichen Bewegung des Schädelknochens und aller Körperflüssigkeiten mehr Raum gegeben. Mit dem Cranio-Sacral Balancing wird der Körper von außen nach innen entspannt, weil mehrere Körpersysteme gleichzeitig unterstützt werden. Diese Körperarbeit ist einerseits wichtig für die Regeneration und Gesunderhaltung und andererseits heilungsunterstützend bei der Therapie von Beschwerden und Krankheiten.

Kinder reagieren auch besonders auf diese Art der Behandlung. Ich erinnere mich an ein Kind, das schon bei unzähligen Ärzten und Untersuchungen wegen Bauchschmerzen war. Es konnte nichts gefunden werden und nach nur drei Behandlungen war das Kind beschwerdefrei. Schulstress, Versagensängste, Prüfungsangst,... zeigen sich oft in körperlichen Symptomen. heißt es doch auch nicht von ungefähr im Volksmund: "Was sitzt dir im Nacken?", "Was ist die über die Leber gelaufen?", "Da zieht es mir das Herz zusammen.", "Da war ich vor Schreck ganz starr",...

Der Körper erhält eine Information und wird diese nicht aufgelöst, setzt sie sich irgendwo fest - zumeist am Schwachpunkt und den hat jeder von uns.

Cranio-Sacral Balancing wirkt nicht nur harmonisierend und selbstregulierend auf verschiedenen körperlichen Ebenen. Es können auch Emotionen, wichtige Einsichten oder das Fließen von Energien im eigenen Körper deutlich erfahren werden.

Ein neues Körpergefühl wird ermöglicht und verankert.

Wie schon oben erwähnt werden in nur wenigen Sitzungen verschiedene Beschwerden verringert oder aufgelöst, bevor sie möglicherweise zu ernsthaften gesundheitlichen Problemen werden.

Autorin: Mag. Sonja Girsch

VERANSTALTUNGEN

Für bewusstes Leben



Es ist mir ein großes Anliegen Spiritualität und alternative Methoden der Selbstheilung und der Bewusstwerdung in die Welt hinauszutragen und so viele Menschen wie möglich daran teilhaben zu lassen.

Veranstaltungen zu organisieren, die Ihnen die Möglichkeit geben sollen, Ihr wahres Wesen zu erkennen und zu fördern, sehe ich als meine wichtigste Aufgabe.

Roswitha Schmidberger

Tel.: 0664/249 84 29, Internet: www.veranstaltungen-schmidberger.at



Tagebuch schreiben

In Zeiten, in denen unsere schriftlichen Nachrichten auf Bildschirmen und Laptops nur knapp und kurzlebig sind, möchte ich eine Lanze für das handschriftliche Verfassen von Texten brechen. Alles Hand- Geschriebene ist für den Schreibenden und seine Mitmenschen etwas Wertvolles, ein Rezept, das noch die eigenen Mutter geschrieben hat und erst ein Tagebuch, das Einblicke in die Lebensbewältigung eines Menschen gibt und Aufschluss über sein Innenleben.

„Ein Tagebuch schreiben ist fotografieren mit einem Bleistift“ (Unbekannt)

*Ein Tagebuch zu führen ist eine wundervolle Möglichkeit
zur Selbstreflexion und Selbsterkenntnis*

*Tagebuch schreiben ist eines der wirkungsvollsten Dinge,
die für dich selbst Tun kannst.*

*Du steigerst damit dein Wohlbefinden, hilfst bei der Problemlösung und lernst dich
besser kennen.*

*Tagebuch schreiben macht zufriedener und hilft bei der Problemlösung.
Indem wir sorgen, Gedanken und Probleme aufschreiben sind wir gezwungen
Sie zu strukturieren und zu ordnen.*

Auch glückliche und frohe Gedanken, schöne Erlebnisse zu notieren ist für dich sehr wertvoll. So erkennst du das Positive in deinem Leben und wirst dir bewusst wie viel Schönes in eigenem Leben da ist. Indem wir notieren, was wir erleben und was uns bewegt, empfinden wir vieles bewusster. Auch lassen sich später Geschehnisse leichter zurückverfolgen und verstehen.

Worüber schreibt man:

Silvia Edinger

Was du denkst

Du kannst über alles schreiben!!!

Was du fühlst

Was du mit anderen Menschen erlebst

Was du glaubst

Was du erträumst

Was du ändern möchtest

Was dir gefällt

Worüber du glücklich und dankbar bist

Permakultur - Wildniskultur

Einfach Essbar- Eine bessere Welt ist pflanzbar

„Arbeite mit der Natur-nicht gegen sie...Hol' Dir die Natur direkt vor die Haustüre, beobachte sie und lerne von ihr...denn die Natur macht immer alles richtig!“ Das sind die Botschaften die wir, Johnny und Sandra Peham, mit unseren essbaren, natürlichen Umsetzungen und Beratungen in „Essbaren Gemeinden/Städten“, „Essbaren Firmengärten“ und auch in Privatgärten und Landwirtschaften umsetzen.



Was ist Permakultur? In der „Permakultur“ wird versucht dauerhaft funktionierende, nachhaltige und naturnahe Kreisläufe zu fördern und zu installieren. Dies gilt sowohl für eine ökologische Bewirtschaftung von Landwirtschaften und Gärten, wie auch für einen bewußt achtsamen Umgang im sozialen Miteinander. „Permakultur“ beruht im Wesentlichen auf 3 Säulen:

1. Achtsamer Umgang mit der Erde
2. Achtsamer Umgang mit allen Lebewesen
3. Wachstumsrücknahme und Umverteilung

Was ist Wildniskultur? Die „Wildniskultur“ beschäftigt sich mit dem mehrfachen Nutzen der Ursprünglichkeit („Wildnis“) der Natur. In der „Wildniskultur“ werden natürliche, komplexe Zusammenhänge, die wir in der Natur beobachten, kopiert und in eine nachhaltige Kreislaufwirtschaft auf großen, sowie kleinen Anbauflächen, integriert.

Grundsatz ist: „Die Natur ist fehlerfrei! Wir können sie nur beobachten, von ihr lernen und das Erlernte, zum Wohle aller, anwenden!“ Mittlerweile haben Gemeinden und Städte den Nutzen dieser Naturgärten für Ihre BewohnerInnen erkannt und gestalten mit der Bevölkerung im Rahmen von „Einfach Essbaren Gemeinden/Städten“ sogenannte „Essbare Selbsternteplätzen für ALLE“.

Die Permakultur-/Wildniskulturgärten, die hier entstehen und entstanden sind, dienen als Begegnungszonen der Generationen, als „Natueroasen“ vor der Haustüre und leisten einen wichtigen Beitrag zur Artenvielfalt, zur regionalen Saatgutproduktion und geben unseren Kindern und Kindeskindern die Möglichkeiten sich mit Natur und Umwelt von Kindesbeinen an auseinanderzusetzen!

Autoren: Sandra und Johnny Peham

Biodanza

Möchtest du, dass Deine Seele jubiliert?



Dann komm zu Biodanza und entdecke Deine Lebendigkeit! Ein freudvolles Lebensgefühl erwartet Dich genau so wie Bewusstheit und Tiefe.

Auf der Suche nach?

.....so lautet der Titel meiner Diplomarbeit zur Biodanza Ermöglicherin. Das Leben trägt einen verborgenen Zauber in sich, das spüre ich schon als kleines Mädchen. Im hingebungsvollen Tanz bin ich ganz präsent, spüre meinen Körper und fühle mich Eins mit dem Kosmos.

Tanzen gehört zum Schönsten, was einem Menschen passieren kann. Die Musik berührt unsere Seele, der Körper bewegt sich natürlich, die Zellen beginnen zu leuchten. Viele Jahre später werde ich zu einem Biodanza Workshop eingeladen. Schon bei den Eröffnungsworten der Leiterin fühle ich mich zu Hause. Frauen und Männer stehen im Kreis, halten sich achtsam an den Händen und blicken einander in die Augen. Die Musik beginnt und langsam entsteht eine Bewegung im Kreis. Ich fühle eine angenehme Verbindung zu fremden Menschen. Bald schon fühle ich mich als willkommener Teil der Gruppe. Ich habe meinen Platz gefunden.

Es lebt in uns etwas Wunderbares

Biodanza erinnert uns wieder an die Größe und an die Feier des Lebens. Wir erlauben uns mehr Freiheit, die Welt zu entdecken und dadurch wieder Freude am Sein spüren zu können. Biodanza verändert unsere Grundstimmung positiv und unser Lebensmut wird gestärkt. Im Tanz entsteht ein starkes Feld, welches das Potential des Wachstums und der Erneuerung in sich trägt. Biodanza ist eine Reise in das Herz des Menschseins. Eine Reise um die verloren gegangene Einheit wieder zu finden.



Für wen ist Biodanza gedacht?

Biodanza ist für alle Menschen geeignet, die Freude, Lebendigkeit und Bewusstwerdung erfahren wollen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Es genügt die Bereitschaft sich auf etwas Neues einzulassen. Für mich ist Biodanza die beste Möglichkeit um die eigene Verbindung zum Leben zu erneuern, wach und mit allen Sinnen im Augenblick zu leben und immer wieder neue Wege zu finden, das Leben positiv zu gestalten.

Autorin: Samadhi Coulibaly

Ausbildung am Meer Geistiges Heilen

mit Norbert



Kroatien

Info/Anmeldung ab sofort möglich bei:
Norbert O. M. Feilhaber: 0676/39 255 39
E-Mail: feilhaber@utanet.at

Mo. 19. - Fr. 25. Juni 2017

Mein Leben – ein Geschenk des Himmels

Kurz zu mir, mein Name ist Doris und ich bin der Meinung, dass jeder von uns ein faszinierendes, buntes, facettenreiches, mit vielen Geschenken und Wundern bestücktes Leben genießen kann. Hier ist nur der Mut gefragt, sich darüber zu trauen. Ich bin eigentlich noch ein „junger Hase“ in der Welt der Spiritualität und Erkenntnisse. Habe aber auch schon einiges erlebt. Der Spruch **„Weniger ist mehr.“** oder **„Alles kommt zu seiner Zeit.“** begleiten mich tagein tagaus. Manchmal fühlte ich mich deswegen echt wütend, da ich unbedingt, in meinen Fähigkeiten bestärkt und erweitert werden wollte. Es konnte alles nicht schnell genug gehen. Ich war so fasziniert von den unterschiedlichen Heilmethoden. Probierte vieles und wählte dann selbst eine Ausbildung für mich aus.

Früh zeigte sich, dass ich sehr hellfühlig bin. Eine wunderbare Fähigkeit, die jeder beherrscht – der eine- oder andere jedoch etwas verlernt hat. Ich war schon immer sehr auf meine Gefühle bedacht und sehr sensibel. Wenn diese Gefühle wahrgenommen und unterstützt werden, steht dem **„Bauchgefühl“ – der Intuition** nichts mehr im Wege. Eine sehr wichtige Eigenschaft, die ebenso, jeder von uns besitzt. Ist es nicht ein herrliches Gefühl, selbst entscheiden zu können, was gerade jetzt, in diesem Moment geschieht? Will das nicht jeder von uns haben? Es ist für jeden möglich. Mehr und mehr auf seine **„innere Stimme“** zu achten ist nur eine kleine Übungssache. Achtsamkeit ist sehr wichtig. Sei achtsam mit deinen Fähigkeiten, achtsam mit deinem Körper – er ist das Haus deiner Seele. Somit bin ich wieder bei meinen zwei Leitsprüchen: Wenn alles sofort, und gleich geschehen soll, hat der Mensch, der Körper und der Geist ja gar nicht die Zeit, die jeweilige Situation auszukosten. Sich zu bestärken. Vertrauen in sich selbst und in sein Tun zu gewinnen. Wenn die Seele zu schnell im Lernprozess voranschreitet, haben die anderen Teilbereiche ganz schön zu kämpfen um nachzukommen. Dann kann es sein, dass der Körper auch mal „STOPP“ schreit und eine Pause notwendig ist. **Darum: „Weniger ist mehr“ und „Alles kommt zu seiner Zeit.“**

In Bezug auf Bewusst Sein und Achtsamkeit haben mir folgende Übungen sehr geholfen:

- Stell dich vor den Spiegel, sieh dich an, und sag dir laut, was dir an dir gefällt. Sieh dich ganz genau an, was fällt dir auf, worauf du vorher noch nicht geachtet hast? Sage dann dass du dich liebst, mit all deinen Fehlern und Facetten. Fühle, dass dich Selbstliebe durch und durch erfüllt. Was für ein wunderbares Gefühl.
- Bewusst durch die Natur spazieren. Halte deine Ohren und Augen offen. Was fällt dir auf? Was hörst du? Atme tief ein und aus. Welche Gerüche nimmst du wahr? Wie wirken diese ganzen Eindrücke auf deinen Körper? Je öfter du die Übung machst, umso

schneller wirst du die Schönheit von Mutter Natur wahrnehmen. Mit all deinen Sinnen ihre wunderbare Vielfalt schätzen und lieben lernen.

- Bewusstwerdung bedeutet auch für mich, die kleinen Geschenke des Lebens, welche dir jeden Tag gegeben werden zu würdigen und dich zu Bedanken. Abends vor dem Schlafengehen nachdenken, was dir tagsüber gutes Wiederfahren ist und morgens vor dem Aufstehen, dies alles nochmals aufleben zu lassen und dich aus tiefstem Herzen bedanken. Die Wunder und Geschenke werden von Tag zu Tag mehr. Bitte erwarte jetzt keine Million Euro. Bewusstsein und Achtsamkeit bedeutet auch das
- Wunderbare im Kleinen zu erkennen. Eine zarte Blume, die im kräftigen Rosa im Herbstlaub hervorragt, ein Sonnenstrahl der deine Nase kitzelt. Dinge, die sich zu deinem Besten und zum Wohle aller entwickeln. Du siehst ein Buch, das du gerade benötigst, um deine momentanen Fragen zu beantworten, du bekommst Öle oder Chakrablüten Essenzen, die gerade für deine derzeitige Situation passen. Du triffst nette Menschen, die nur mit lieben Worten dein Leben erhellen.

Ich wünsche euch die Kraft, die Liebe und die Hingabe diese wunderbare Welt im Kleinen zu entdecken. Sie kennen zu lernen und **Bewusst zu E R L E B E N**.

Atma Namaste und Alles Liebe!

Doris

Meine Reise nach Schweden

Im Sommer 2015 habe ich mir einen Traum erfüllt. Lange habe ich über eine Auszeit nachgedacht, eine Zeit, die ich mir alleine schenken möchte, eine Zeit in der ich nur mich spüre und einfach bin und von Moment zu Moment lebe und das tue was mir Freude bereitet, eine Zeit in der ich vieles entdecken darf. Ganz bewusst habe ich mich dafür entschieden, diese Zeit alleine mit mir zu verbringen, alleine Entscheidungen zu treffen, auf mein Bauchgefühl und meine innere Stimme zu hören und meinem Herzen zu folgen.



Meine viermonatige Reise begann in Schweden. Ich liebe dieses Land. Als ich von zuhause weggegangen bin, habe ich alles losgelassen, ich bin aus meiner Wohnung ausgezogen und mein Zuhause war nun mein Zelt und alle Dinge die ich zum Leben gebraucht habe hatte ich in meinem Rucksack ganz nah bei mir. Und das beschränkte ich wirklich auf das Notwendigste was man zum Leben braucht. Ich liebe diese Einfachheit im Leben. Das ist genau das was mich glücklich macht. Die Freude und Liebe im

Herzen zu tragen und nicht von Dingen und Menschen im Außen abhängig zu machen.

Ich habe dieses Land gewählt weil ich die Natur und die Werte dieses Landes liebe. Ich fühle die Freiheit in diesem Land. Es gibt dort das Allemannsrätten = Jedermannsrecht. Dieses Recht besagt, dass die Natur für uns da ist, um Kraft zu schöpfen und in Harmonie mit ihr zu leben und jeder Mensch hat das Recht, das zu tun und überall in der Natur sein Zelt aufzubauen und dort für eine Nacht zu verweilen. 5 Wochen war ich mit meinem Zelt unterwegs, habe mir Tag für Tag ein neues Plätzchen zum schlafen gesucht, das war ein großes Abenteuer. :-) Ich war tagtäglich 24 Stunden in der Natur, habe frisches Wasser aus den Gebirgsbächen getrunken, an wunderschönen Sandbuchten direkt am Wasser übernachtet, die Berge am Abend glühen gesehen, Rentiere und Elche beobachtet, habe frische Heidelbeeren am Wegesrand gepflückt, bin den höchsten Berg Schwedens, den Kebnekaise hoch gewandert, bin wundervollen Menschen beim Wandern am Kungsleden = Königsweg begegnet, bin an vielen Abenden mit Wanderern aus aller Welt in die Sauna gegangen und bin danach zur Abkühlung in den kalten Gebirgsfluss gesprungen, bin barfuß gewandert, den Gletscher hoch gelaufen und am Hintern runter gerutscht und habe dabei wie ein Kind vor Freude gejubelt und ich habe wundervolle Freundschaften geschlossen. Ich habe auf dieser Reise ein so tiefes Vertrauen in mich und das Leben gespürt, es war ein geschehen lassen und alles war da, zur richtigen Zeit, am richtigen Ort doch ich wusste nie was am nächsten Tag passieren wird, es war immer ein Staunen und eine große Überraschung. Mein Motto auf dieser Reise war Lebe wild und gefährlich. Wirklich zu leben bedeutet für mich, immer wieder aus der Komfortzone heraus zu gehen, Sicherheiten aufzugeben, loszulassen und weiterzugehen und etwas zu riskieren und das zu tun was man wirklich will. Und das habe ich in Schweden gelernt. Dieses tiefe Vertrauen trage ich jetzt tief in meinem Herzen. Ich bin dankbar, dass ich mir diesen Traum des Reisens erfüllt habe. Nach Schweden ging meine Reise weiter nach Indien, Vietnam und Nepal, aber das ist eine andere Geschichte.

Autorin: Sabrina Trögl



Vitalität und Lebensfreude mit „Tanzen ab der Lebensmitte“



Tanzen ab der Lebensmitte ist eine der wenigen Angebote für ältere Menschen, bei dem sie sich durch eigene Aktivität, ein Mehr an Lebensfreude und sozialem Miteinander schaffen. Körperliche und geistige Fitness wie Koordination, Balance und Kreislauftraining sowie Konzentration und Denkaufgaben passieren ganz nebenbei. Namhafte wissenschaftliche Studien bezeugen, dass regelmäßiges Tanzen eines der besten Mittel gegen Altersdemenz ist. Tänze und Musiken aus aller Welt und des Gesellschaftstanzes lassen die Tanzstunden zu einem Gemeinschaftserlebnis werden. Einladung zu 2 kostenlosen Schnupperstunden, Einstieg jederzeit möglich.

- ❖ **Die Tanzstunden in Horn** finden wöchentlich ab Mo. 9. Jan. 2017 von 9 – 11 Uhr, auch für Neueinsteiger, und von 17 – 19 Uhr im Kunsthause Horn, Taffasaal statt.
- ❖ **Die Tanzstunden in Gars** finden wöchentlich ab Di. 10. Jan. 2017 von 16:30 – 18:30 Uhr, auch für Neueinsteiger im Bewegungsraum des Kindergartens Rainharterstraße statt.
- ❖ **Die Tanzstunden in Weitersfeld** finden wöchentlich ab Do. 12. Jan. 2017 von 14 – 16 Uhr, auch für Neueinsteiger im Gemeindegasthaus „Weißes Rössl“ statt.
- ❖ **Die Tanzstunden in Pulkau** finden wöchentlich ab Di. 10. Jan. 2017 von 9 – 11 Uhr, auch für Neueinsteiger im Stadtsaal statt.



Kostenbeitrag: € 30,00 für 10 x 2 Stunden

Leitung: Inge Pröstler

Annagasse 1 / 2, 3580 Horn, 0699/12746969

E-Mail: proestler@tele2.at

Besuchen sie auch unsere Homepage: www.tanzenabderlebensmitte.at

Wie kommt der Seniorentanz nach Ungarn?

Als Fr Szilvia Csirmaz, pensionierte Deutschprofessorin aus Budapest 2012 Kontakt mit „Seniorentanz Ö“ aufnahm, war die Aussicht auf diese „Art zu Tanzen“ auch den ungarischen Pensionisten anbieten zu können sehr gering. Ihr erster Kontakt mit Seniorentanz Ö im Rahmen einer Tanzleiter-Fortbildung in Seitenstetten ließ sie die fixe Idee, Seniorentanz auch in Ungarn einzuführen nicht mehr los, könnte doch mit einer

geringen Teilnahmegebühr das Tanzen vielen Rentnern in Ungarn ermöglicht werden. Um Ihrem Ziel näher zu kommen, ermöglichten Horner Tänzerinnen durch finanzielle Unterstützung die Ausbildung zur Seniorentanzleiterin in Österreich. 2014 gründete sie in Budapest sofort 2 Tanzgruppen, kam zu Weiterbildungen nach Österreich, und es gab regen Austausch zwischen beiden Ländern. Vieles wurde versucht, um finanzielle Mittel für eine Tanzleiterausbildung in Ungarn auf zu treiben, aber dafür gibt es keine öffentlichen Gelder. Im Rahmen einer „Road-Show“ für Voltaren tourte sie durch ganz Ungarn, und zeigte den älteren Menschen, was Seniorentanz ist. Der Erfolg blieb nicht aus, es haben sich sehr viele Interessentinnen, verteilt aus dem ganzen Land zur ersten Ausbildung zur Tanzleiterin in Budapest gemeldet.



Das 1. Modul fand nun vom 29. Sept. bis 2. Oktober 2016 unter der Aufsicht von der sehr erfahrenen österreichischen Referentin Fr. Gertraud Krinzingner statt. Es nahmen 33 Interessenten daran teil, auffallend, die rege Mitarbeit und das große Interesse an den Lehrvorgaben.. Seniorentanz Ö lehrt hauptsächlich die dem Seniorentanz eigene Methodik u. Didaktik. Seniorentanz Ungarn wird

sich als 15. Mitglied im europäischen „ISDC“ (Internationaler Senioren Danc Congress) mit österreichischer Unterstützung selbstständig weiterentwickeln, 60 Personen warten schon auf die nächsten Ausbildungstermine.

Es ist ein Geschenk für mich, an der Entwicklung und Aufbau „Seniorentanz Ungarn“ mitwirken zu dürfen.

Autorin: Inge Pröstler, Landesverband NÖ, Tanzleiterin Seniorentanz Ö
proestler@tele2.at, 0699 12746969

3 Jahre in Pomali und kein bisschen weise?

Am 18. Dezember 2013 habe ich den Schlüssel für unsere Wohneinheit im Projekt Cohousing Pomali feierlich in die Hand gedrückt bekommen. Nach einer ausgiebigen Planungsphase von ich-weiß-nicht-wieviel Jahren hatte ich gemeinsam mit etwa 30 anderen Erwachsenen und 20 Kindern das erste Etappenziel erreicht: Die Inbesitznahme der ersten Bauphase unseres generationenübergreifenden Gemeinschaftswohnprojektes. Heute sind wir etwa 50 große und 30 kleinere Kinder im Alter von 0-75. Die Zeit des Lampenmontierens und der anfänglichen Orientierungsläufe ist vorbei, der Teich ist schon gut genutzt worden und eine Unzahl an Pflanzen erfreut sich des Wachstums. Ein guter Zeitpunkt für mich mal eine kleine Bilanz zu ziehen... Weiterlesen Seite 27



Energie-Urlaub mit ThetaHealing®

Neu: Energie-Urlaub Ostern 2017 in Österreich
<http://www.spirit-teacher.com/ostern-in-österreich-1/>
Für meine Klienten aus Österreich und alle Interessierte ein besonderes Highlight !
Energie-Urlaub mit ThetaHealing®

Ihre Anwesenheit in diesen Kursen bereichert Sie und die Welt und wird dazu führen, Glück und Frieden in Ihnen und auf der Erde zu mehren!

Eine einmalige Gelegenheit: 2017 Ostern in Österreich - Intensivkurse und Ausbildung in ThetaHealing®

sowie einem Special für Landwirte, Lichtarbeiter und Tierliebhaber

Kerstin Jagodzki, www.spirit-teacher.com, arbeitet in Co-Operation mit dem Demeter - Wegwartehof



In einer wunderbaren, gesunden Umgebung finden die Seminare in Österreich, in der Nähe von Wien, statt. Der Wegwartehof liegt im Waldviertel in Göpfritz an der Wild, ca. 60 Minuten von Wien entfernt. Hier erhalten Sie die Grundausbildung in ThetaHealing® an einem wunderschönen, energetisch hochwertigen Ort, umgeben von Wäldern und Tieren. Ein besonderes Highlight sind die sanften Stuten, die die wertvolle Stutenmilch liefern und liebevolle Energieträger sind.

Die Grundausbildung in ThetaHealing® bildet:

Der Basis Kurs und Aufbaukurs

Siehe auch Beschreibungen der Kurse unter den Buttons auf dieser Seite, als auch gesondert auf der Website: www.theta-healing-deutschland.de

Zusätzlich können Sie die ThetaHealing® Kurs:

Spiel des Lebens buchen, der es ihnen ermöglicht, beruflich und privat durchzustarten und ihre Visionen und Wünsche zu verwirklichen.

Auch der ThetaHealing® Kurs: **Manifestation von Wohlstand** unterstützt Sie dabei.

Wer 2 Kurse ThetaHealing® gleichzeitig bucht und bezahlt, erhält 50 € Ermäßigung.

Wer 3 Kurse ThetaHealing® gleichzeitig bucht und bezahlt, erhält 100 € Ermäßigung.

Die Kosten für die Seminare entnehmen Sie bitte meiner Website:

<http://www.spirit-teacher.com/kosten-und-buchung/>

Den Seminarteilnehmern wird außerdem noch im Anschluss an die ThetaHealing Seminare folgendes Highlight und Zusatzprodukt, das sich insbesondere an Landwirte, Lichtarbeiter und Tierliebhaber richtet, für nur 20 € angeboten (Tagespauschale, nur in Verbindung mit mindestens 1 ThetaHealing® Seminar):

ThetaHealing® zur Heilung von Tieren, sowie energetische Behandlungen von Tieren, landwirtschaftlichen Betrieben, Futter, Ställen und vielem mehr.

Die herkömmliche Wissenschaft berücksichtigt nur den chemischen Aspekt von Heilung, wir werden uns aber in diesem Zusatz - Seminar auf die Schwingungsebene der feinstofflichen Heilung begeben, die den größeren Anteil, ausmacht.

Insbesondere gehen wir auch auf die historische Vorbelastung von landwirtschaftlichen Betrieben ein, welche häufig über Jahrhunderte weitergegeben wird und wie wir uns von diesen befreien können, um Menschen und Tiere in eine glückliche und gesicherte Zukunft zu führen! Für viele Landwirte geht es um das Überleben ihres Hofes.

Für Alleinerziehende und Eltern:

Kinderbetreuung auf Anfrage: office@wegwartehof.at - Ansprechpartnerin:

Brigitte El Mongi

Stichwort: Kinderbetreuung ThetaHealing Seminare

Unterkünfte in der Nähe des Seminarzentrums:

- Familie Pfeifer, Frühstückspension in Göpfritz – Fahrzeit 5 min – 02825/8342
- Biohof Liebhart, direkt hier in Markenbrechts – Zimmer bzw. Ferienwohnungen – Gehzeit 5 min – Telefon: 02825/7373
- Gasthof Wildrast in Göpfritz – Fahrzeit 5 min – Telefon: 02825/7333
- Ergänzung: Etwas weiter weg, dafür Demeter (15 Autominuten):
<http://www.biohofsteinboeck.at/page.asp/1455.htm>

Impressionen des Veranstaltungs-Ortes in Österreich



Sommer, Sonne, Strand & Seminar ... Urlaub für die Seele



„Aus der Stille werden die wahrhaft großen Dinge geboren“ (Thomas Carlyle)

Packt Sie nicht auch manchmal das Fernweh? Möchten Sie raus aus dem Alltag und sich wirklich einmal Zeit für sich selbst nehmen? Nicht kochen müssen oder sich um den Haushalt kümmern, sondern einfach nur genießen und die Seele baumeln lassen!

Oder wünschen Sie sich von Ihrem Urlaub sogar mehr als nur Erholung? Besondere Urlaubstage, die zu einer Bereicherung Ihres

Lebens und Ihrer Entwicklung werden sollen? Bei einem Seminarurlaub ist dies alles möglich und zusätzlich bieten sich viele Vorteile: Sie können Ihre derzeitige Lebenssituation in Ruhe reflektieren. Vielleicht befinden Sie sich gerade in einem Veränderungsprozess, wollen Altes loslassen und Neues entwickeln. Durch gemeinsame Stunden mit Gleichgesinnten erhalten Sie wertvolle Impulse und leiten positive Veränderungen ein. Sie reisen alleine, um sich voll und ganz auf Sie selbst zu konzentrieren, zusätzlich sind Sie in Kontakt mit anderen und genießen den Schutz der Gruppe. Ein anregender Erfahrungsaustausch wird möglich, Freundschaften können entstehen.

Peilen Sie Ihre Ziele an und lassen Sie Ihren Visionen freien Lauf. In verschiedenen Seminaren lernen Sie, wieder auf Ihre innere Stimme zu hören, in sich selbst hinein zu spüren und die eigene Quelle durch Meditation zum Sprudeln zu bringen. Das Wort Meditation ist aus dem lateinischen *meditari* abgeleitet und bedeutet ‚nachdenken, nachsinnen, überlegen‘. Eine Methode, die es erlaubt, zur Ruhe zu kommen, sich auf das Innerste zu konzentrieren und damit die Bewusstseins Ebenen zu wechseln. Albert Einstein sagte: „*Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind!*“ Deshalb eröffnen wir uns mit anderen Zugängen neue Lösungsmöglichkeiten.

Unter kompetenter Anleitung erfahrener Kursleiter/innen, gepaart mit dem geänderten, ganz auf einen selbst abgestimmten Tagesablauf, entstehen optimale Bedingungen, sich zu öffnen und neu auszurichten. Zu Hause im Alltagsgeschehen hat man kaum Ruhe und Muße dazu. Die angebotenen Methoden im Seminar unterstützen den Selbstfindungsprozess und lassen Sie von reinem Nachdenken zum intuitiven Wahrnehmen und Verständnis kommen. Mit der Kraft des Meeres und der Sonne können Sie sich leichter von Blockierendem befreien. Ohne Sonne gibt es auf der Erde keine Existenz. Pflanzen, Tiere, Menschen brauchen die Sonne, um zu wachsen und zu

gedeihen. Ihre Wärme und ihr Licht lassen die Stimmung steigen. Am Anfang war das Wasser... und es bedeckte die ganze Erde. Schon in der Antike wurden dem Meer heilende Wirkungen zugeschrieben. Wasser ist unser Lebenselixier und ein wirklich faszinierendes Element. Ist Wasser erst einmal in Bewegung, werden gewaltige Kräfte freigesetzt.

Aus diesem Zusammenspiel von Urlaub, Seminar, Sonne und Meer ergibt sich eine wundervolle Chance, eine schöne Zeit zu verbringen und Ihrem Leben eine positive Wendung zu geben.

Ein Seminarurlaub hilft, einiges zu klären. Die Energien, die Sie in einer solchen Kurswoche aktivieren, werden Sie reinigen und auf allen Ebenen erfüllen.

Sie begeben sich auf eine Reise zu sich selbst – zu Ihrem eigenen Mittelpunkt!

Autorin: Sylvia Grübl, 0699 / 106 136 25



1 WOCH >ZEIT FÜR MICH<
SA, 13.5. bis SA, 20.5.2017

SEMINAR-URLAUB auf Korfú

* Meditation * Vision * Ziel * Umsetzung *

SEMINARLEITUNG
Sylvia Grübl
www.stressabbau.at
+43 (0) 699/ 106 136 25

Seminar & HP
ab € 1.100,-

Anmeldung & Infos:
office@stressabbau.at

Neun Jahre Kornkreis-Museum in Kematen bei Amstetten!



Besuchszeiten

nach telefonischer Vereinbarung

Anmeldung/Info: 0650/ 99 36 558

Die Dauerausstellung wird auf einer Gesamtfläche von **400 m2** präsentiert.

www.grissenberger-gimpersdorf.at

Heidi und Franz Grissenberger
freuen sich über ihren Besuch



Biodanza- Lebenstanz

(bios= Leben, danza= Bewegung voller Sinn)

Was ist BIODANZA? Biodanza basiert auf Musik, Bewegung und nährender Beziehung.

Von Prof. Rolando Toro, Chile (Anthroposoph, Psychologe, Künstler) Anfang der Sechzigerjahre begründet, stellt

BIODANZA heute ein wissenschaftlich fundiertes System dar, das auch an einigen Lehrstühlen für Psychologie unterrichtet wird, welches weltweit verbreitet ist.

BIODANZA lädt Dich ein zu tanzen. Wir tanzen nicht automatisch, lernen keine Schritte. Wir tanzen was wir fühlen. Fühlen und in Übereinstimmung damit handeln und zu leben.

Die einzelnen Übungen lassen uns aufwachen, wir fühlen uns wieder lebendig und unsere innere Freude können wir im ganzen Körper spüren. Die Tänze stärken unseren Vitalkörper, unser Herz und unsere Seele.

BIODANZA lädt uns ein zu einem persönlichen Weg der Entwicklung. Biodanza heißt erwachen. Bewusst werden. Lernen, mich selbst zu spüren als wunderbares, wertvolles Wesen. Die regelmäßigen Biodanzaabende , z.B. in der Gruppe Horn, stärken mein Selbstbewusstsein und meinen Mut mein eigenes Leben zu gestalten. Spüren, was mich selbst nährt und das Du und die ganze Welt! Mut meint nicht, in den Krieg zu ziehen, zu kämpfen. Mut heißt, aus dem Herzen heraus handeln, mit dem Herzen agieren.

BIODANZA gibt uns keine Ratschläge, es ist auch kein Modell für gutes Benehmen, auch keine Religion oder Sekte. BIODANZA ist ein System der menschlichen Entwicklung.

BIODANZA setzt an den gesunden Anteilen jedes Menschen an. Es hilft auf spielerische Weise in Bewegung zu kommen und Hindernisse zu überwinden, die uns daran hindern, unsere vollen Möglichkeiten auszuschöpfen. Es eröffnet uns einen Schauplatz, in dem wir all die Fähigkeiten entwickeln können, mit denen wir geboren wurden.

In jeder BIODANZAstunde tanzen wir zur Stärkung unserer:

VITALITÄT – Lust am Leben – Gesundheit – Lebenskraft – Energie

SEXUALITÄT – Lust – Lebensfreude – Sinnlichkeit

KREATIVITÄT – schöpferisch – produktiv – erfinderisch

EMPFINDSAMKEIT – Feingefühl – Mitgefühl – Liebe

TRANSZENDENZ – wir sind mit allen Menschen und allen Lebewesen, mit unserer Erde und dem Kosmos verbunden – wir begegnen allem Leben mit Achtung und Liebe

BIODANZA hat viele wunderbare Auswirkungen auf unsere körperliche und seelische Gesundheit! Es lässt sich nicht in Worte fassen. Probiere es aus! Geht es Dir mal nicht so gut, dann tanze und Du wirst spüren, danach geht es Dir besser!

Sabine S. versucht **BIODANZA zu beschreiben**: „Wollen Sie spüren, wie die Rückenschmerzen des Tages verschwinden, eine fremde Hand Sie streichelt und das Leben wie durch Magie plötzlich ungeahnte Süße hat? Dann schnuppern Sie hinein in eine Tanzstunde der besonderen Art... Sie fühlen eine solche Kraft und Lebensfreude, dass Ihnen die Tränen kommen vor Glück. Es ist wie Heimkehren nach Hause!“

Autorin und Leiterin der Biodanza-Gruppe in Horn:

Claudia delle Grazie Tel. 0676/7933933, E-Mail: claudia_delle_grazie@hotmail.com

Fortsetzung von Seite 21... 3 Jahre in Pomali und kein bisschen weise?

Wieso bin ich in Pomali gelandet?

Auf der Suche nach einem Haus in netter Lage und passendem Umfeld ist über Freunde das Projekt Pomali im Leben meiner 3köpfigen Familie aufgetaucht. Nach dem Kennenlernnachmittag und einem Wochenende mit der damaligen noch eher überschaubaren Anzahl an Pomalis, entschieden wir uns, ja zu diesem Projekt zu sagen. Meine Hoffnung war damals, dass durch die räumliche und soziale Nähe im Wohnprojekt, das Leben als Familie und Eltern einfacher würde.

Unser Sohn Joshua könnte den Vormittag im Hausunterrichtsprojekt „Freiraum Leben“ verbringen, dann würde er zu Fuß nachhause gehen und nach dem Mittagessen seine Freunde besuchen. Ich könnte meiner Leidenschaft, dem Garteln, nachgehen. Und Tätigkeiten – Handwerk oder Technik – die mir nicht so liegen, dafür gibt's sicher Nachbarn, die das auch gut können und gerne machen.

Ich könnte in den Gemeinschaftsräumlichkeiten Feste organisieren und mich beim Kochen gemeinsam mit anderen über Rezepte austauschen. Wenn mir dann am Abend mal nach einem Austausch ist, gehe ich rüber zur Nachbarin auf einen Tee.

So hab ich mir das vorgestellt. Wie lebt es sich jetzt in Pomali?

Also: Der 8jährige Joshua geht vom „Freiraum Leben“ nachhause. Noch ist er so gnädig, dass er sich meldet, wenn er in Pomali gelandet ist. Oft bekommen wir die Grußworte „Ich hab keinen Hunger.“ zu hören und weg ist er. Lang nach Sonnenuntergang klappern wir dann die üblichen Verdächtigen in ihren Wohnungen ab, um Joshua widerwillig heimzuholen. Ich tobe mich in der wärmeren Jahreszeit immer wieder im Garten aus. Wenn die Nächte länger werden, dreh ich dann schon mal... Weiterlesen Seite 35

Horn: Biodanza - Lebenstanz

Lebensfreude - **Vitalität** - **Kreativität** – **Selbstliebe** –
Verbundenheit – **Genuss** – **Spiritualität**



Biodanza - Es ist eine Kombination aus Bewegung mit Tanzelementen und Begegnung. Lebensenergie und Lebensfreude werden gestärkt. Es hilft uns, im Fluss des Lebens zu sein. In jeder Einheit gibt es auch eine Sequenz mit Übungen zur Entspannung & Tänze zur Herzöffnung, damit wir in Achtsamkeit und Wertschätzung mit allem Leben dieser Erde umgehen. Biodanza ist ganzheitliche Gesundheitsvorsorge, die Spaß macht! Egal wie alt Du bist oder Dich fühlst, bei uns bist DU richtig! Du brauchst keinerlei Vorerfahrung, auch Männer sind HERZLICH WILLKOMMEN!

Mehr Infos zu Biodanza und Workshops auf www.biodanza-lebenstanz.at

Ort: Kunsthaus Horn, Piaristensaal, 3580 Horn, Wiener Straße 2.

Termine/ Sommersemester 2017: 22.2.; 8. & 22.3.; 5. & 19.4.; 3. & 10. & 31.5.; 7. & 14.6.; 5. & 19.7.2017. Insgesamt 12 Termine.

Die Abende sind auch einzeln besuchbar!

Jeweils 19 - 21 Uhr (pünktlicher Beginn!, Ankommen ab 18.30h möglich), danach gemütliches Nachschwingen bei mitgebrachtem Speis & Trank.

Beitrag: €18,- für Einzelabend; € 180,- für Gesamtkurs; € 164,- für „10 aus 12 Abenden“; €10,- am 1. Biodanzaabend mit Claudia (Schnupperabend); „Freundemitnehmerabbat beim Mitbringen von Schnupperern“ von minus 8,-.

Einstieg und „Schnuppern“ JEDERZEIT möglich! HERZLICH WILLKOMMEN!

Mitzunehmen: bequeme Kleidung, Trinkflasche, Matte oder Decke.

Kontakt:

Claudia delle Grazie,
Tel. +43-(0)676-7933933,
www.biodanza-lebenstanz.at
claudia_delle_grazie@hotmail.com

Danke für die
Unterstützung durch die
Tischlerei Ableidinger
Inspirationen
in jedem wohnraum
3852 Ruders 15 · www.inspirationen.eu

8. ÖSTERREICHISCHES

Biodanza Frühlingsfestival

Claudia delle Grazie: Tel. 0676/7933933, E-Mail: claudia_delle_grazie@hotmail.com

31. MÄRZ – 2. APRIL 2017

Schupfen-Galerie • 3130 Herzogenburg/NÖ • Kirchengasse 2

Freitag 31. 3. 2017, 15:30 Uhr: Offizielle Eröffnung

Sonntag 2. 4. 2017, 17:00 Uhr: Event Ende

Dazwischen ein lustvolles, tanzendes, feierndes Miteinander

GUT VERWURZELT IM LEBENSFLUSS

- | | | |
|----------------|----------------------|-----------------------------|
| Freitag | Wolfgang Hofbauer | • „Zeit zu leben“ |
| | Claudia delle Grazie | • „Gesunde Wildheit“ |
| Samstag | Dorit Rosenfeld | • „Kreise der Liebe“ |
| | Jackie Komarek | • „Gemütlichkeit ...“ |
| | Gerwig Schlager | • „... & Genuss“ |
| Sonntag | Gabriele Langmeyer | • „WIR sind die Schöpfung“ |
| | Sabine Altmann | • „Das Leben als Liebhaber“ |



Das Team: Gerwig • Sabine • Wolfgang • Jackie • Claudia • Dorit • Gabi

www.biodanza-lebenstanz.at

Anis, Ingwer, Kardamom, Nelken und Zimt

Köstliche Düfte durchdringen in der Weihnachtszeit ein jedes Haus. Es wird gebacken und gekocht und die winterlichen Düfte rufen Wohlbefinden, Zeit für Genuss und wohlige Wärme in uns hervor. Die genannten Gewürze werden nicht umsonst gerade zur kalten Jahreszeit für Gebäck und zum Zubereiten feiner Speisen und Getränke verwendet. Ihre Inhaltsstoffe tragen einen wesentlichen Beitrag zur Stärkung des Immunsystems bei. Außerdem sind sie stimmungsaufhellend und wärmen den Körper von innen.

- **Anis** ist schleimlösend und blähungswidrig.
- Die frische Wurzel vom **Ingwer** ist schmerzstillend, wärmend und entzündungshemmend.
- **Kardamomkapseln** wirken antibakteriell.
- **Gewürznelken** sind desinfizierend, schmerzstillend und verdauungsfördernd,
- **Zimtrinde** ist magenstärkend und leberstärkend.

Rezepte für Genießer:

Heiße Gewürzschokolade: 500ml Milch (wahlweise Mandelmilch) mit drei Gewürznelken, einem Stück Ingwer, einer Stange Zimt und 5 zerstoßenen Kardamomkapseln aufkochen und 10 min. ziehen lassen. Dann abseihen und zwei gestrichene EL Kakaopulver mit dem Schneebesen unterrühren. Nochmals erwärmen und nach Bedarf süßen.

Powerfood Schokocreme: Das Fruchtfleisch einer reifen Avocado mit 2 Bananen, 4 Datteln, 2 gestrichenen EL Kakaopulver, 1 Prise Salz, 1 Msp. Zimt und Vanillezucker pürieren und kühl stellen. Vor dem Servieren nochmals durchrühren und in 4 Portionen aufteilen.

Autorin: Irene Maria Maurer



Die besten in Österreich!

Neue Behandlungsmethode ausgezeichnet beim

European Health & Spa Award 2016

tsar® gewinnt den ersten Platz in Österreich und den dritten Platz in Europa beim diesjährigen European Health & Spa Award. Schon seit Jahren setzt sich das Unternehmen als Vorreiter mit dem Thema AKTIVE REGENERATION auseinander und bildet Trainer darin aus. Asymmetrien im Körper bei Klienten werden ausgeglichen, so dass diese bis zu 80 Prozent mehr Leistung abrufen können.

Sie möchten schnelle, sichtbare, nachhaltige Erfolge sehen? Sie wollen keine Schiefelage mehr? Erleben Sie eine Behandlungsmethode mit vielen Möglichkeiten! Sie können sich entscheiden! Bequem zu Hause mit dem tsar® help yourself Paket, oder durch passive Behandlung und aktives Training mit einem tsar®Trainer.

„Die langgehegte Vermutung, dass falsche Spannungen viel Kraft kosten, bewiesen Biophysiker. Das unglaubliche Ergebnis: Asymmetrisches Gehen erfordert bis zu 80% mehr Stoffwechselenergie (getestet wurden gesunde Studenten). Das bedeutet, dass unser Körper, wenn muskuläre Verspannungen vorliegen wesentlich mehr mechanische Kraft benötigt als notwendig. tsar® stellt genau diese Symmetrien im Körper wieder her und sorgt so dafür, dass Ihr Körper wieder für Sie arbeitet“ berichtet Sonja Ruprah-Weihs, die Entwicklerin von tsar®.

Was sagt das 5-Sterne Falkensteiner Balance Resort Stegersbach über tsar®! *„tsar® ist ein Bewegungs- und Regenerationskonzept, das sich der aktiven Regeneration verschrieben hat. Durch einfache, selbst durchgeführte Übungen und Maßnahmen des Therapeuten werden dabei sensationelle Erfolge im Lösen von Verspannungen, Schmerzen und Erschöpfungszuständen erzielt. tsar® erzielt als Regenerations- und Präventionskonzept verblüffend einfach effiziente Ergebnisse – und ist auf Wellness- und Fitnesskongressen derzeit das aktuellste, heiße Thema.“* www.tsar.at



Wie lange musst du noch funktionieren?



Nahezu alle Menschen haben ihr Leben auf dem Prinzip aufgebaut, stark zu sein. Das haben wir so gelernt und wurden immer wieder darin bestätigt. In den ersten Lebensjahren, in der Schule, im Beruf, in allen Bereichen des menschlichen Seins. Wir verbinden ein gutes Leben damit, gesund, stark und leistungsfähig zu sein. Fröhlich und gut gelaunt, vielleicht auch witzig zu sein wäre gut,

hübsch und nett anzusehen soll auch sein. Hilfsbereit oder gar aufopfernd ist man ohnehin für Kids, Partner und im Job. Dann noch zuvorkommend und vernünftig aber auch zurückhaltend und mitfühlend, wie es eben angebracht ist. Durchsetzen muss man sich und sich behaupten aber dabei bitte nicht ungut auffallen.

Können wir das schaffen? Können wir so funktionieren und stark sein in unseren Rollen als Mutter, Partner, Kollege, Freund, Chef, Tochter, Steuerzahler, ...

Die Evolutionslehre gibt diesem Prinzip scheinbar recht, verschafft es dem Stärkeren doch offensichtlich größere Chancen in Leben. Doch wohin hat es uns geführt, das Starksein? Wenn wir unsere Zivilisation betrachten und unseren Platz darin als der Mensch, dann vermissen viele während sie stark sind und in ihren Rollen funktionieren das erhoffte Gefühl der Zufriedenheit, der Erfüllung oder des glücklich Seins. Viele nehmen sich müde, ausgelaugt und kraftlos wahr, während sie versuchen, mit aller Kraft die Anforderungen die an sie gestellt werden oder die sie an sich selbst stellen zu erfüllen. Viele halten Fassaden ihrer „heilen Welt“ in Partnerschaften, Familien oder im Job aufrecht, obwohl diese längst nicht mehr dem entsprechen, was man will oder wollte.

Was aber will man wirklich? Und kann oder darf man das dann einfach umsetzen? Wenn der Verstand sich zu keinem „Nein, so mache ich nicht weiter“ und zu keinem Kurswechsel durchringen kann, dann übernimmt der Körper oder das Schicksal die Initiative und beschert uns Krankheitssymptome, Unfälle, Schicksalsschläge. Manchmal übernehmen diese Funktion der Notbremse auch die Kinder für ihre Eltern und entwickeln Verhaltensmuster oder Symptome.

Gibt es eine Lösung? Ja. Die Lösung ist revolutionär und einfach zugleich. Sie liegt in dir selbst, mehr oder weniger verborgen unter vielen Schichten im Unbewussten. Vorborgen weil geschützt. Es geht um eine Erlaubnis die fehlt, um deine Wertvorstellung zu dir selbst und um die Erkenntnis, wer du bist, und was es in dir

Wie lange musst du noch funktionieren?



Nahezu alle Menschen haben ihr Leben auf dem Prinzip aufgebaut, stark zu sein. Das haben wir so gelernt und wurden immer wieder darin bestätigt. In den ersten Lebensjahren, in der Schule, im Beruf, in allen Bereichen des menschlichen Seins. Wir verbinden ein gutes Leben damit, gesund, stark und leistungsfähig zu sein. Fröhlich und gut gelaunt, vielleicht auch witzig zu sein wäre gut,

hübsch und nett anzusehen soll auch sein. Hilfsbereit oder gar aufopfernd ist man ohnehin für Kids, Partner und im Job. Dann noch zuvorkommend und vernünftig aber auch zurückhaltend und mitfühlend, wie es eben angebracht ist. Durchsetzen muss man sich und sich behaupten aber dabei bitte nicht ungut auffallen.

Können wir das schaffen? Können wir so funktionieren und stark sein in unseren Rollen als Mutter, Partner, Kollege, Freund, Chef, Tochter, Steuerzahler, ...

Die Evolutionslehre gibt diesem Prinzip scheinbar recht, verschafft es dem Stärkeren doch offensichtlich größere Chancen in Leben. Doch wohin hat es uns geführt, das Starksein? Wenn wir unsere Zivilisation betrachten und unseren Platz darin als der Mensch, dann vermissen viele während sie stark sind und in ihren Rollen funktionieren das erhoffte Gefühl der Zufriedenheit, der Erfüllung oder des glücklich Seins. Viele nehmen sich müde, ausgelaugt und kraftlos wahr, während sie versuchen, mit aller Kraft die Anforderungen die an sie gestellt werden oder die sie an sich selbst stellen zu erfüllen. Viele halten Fassaden ihrer „heilen Welt“ in Partnerschaften, Familien oder im Job aufrecht, obwohl diese längst nicht mehr dem entsprechen, was man will oder wollte.

Was aber will man wirklich? Und kann oder darf man das dann einfach umsetzen? Wenn der Verstand sich zu keinem „Nein, so mache ich nicht weiter“ und zu keinem Kurswechsel durchringen kann, dann übernimmt der Körper oder das Schicksal die Initiative und beschert uns Krankheitssymptome, Unfälle, Schicksalsschläge. Manchmal übernehmen diese Funktion der Notbremse auch die Kinder für ihre Eltern und entwickeln Verhaltensmuster oder Symptome.

Gibt es eine Lösung? Ja. Die Lösung ist revolutionär und einfach zugleich. Sie liegt in dir selbst, mehr oder weniger verborgen unter vielen Schichten im Unbewussten. Vorborgen weil geschützt. Es geht um eine Erlaubnis die fehlt, um deine Wertvorstellung zu dir selbst und um die Erkenntnis, wer du bist, und was es in dir

glaubt, wer du bist. Diejenigen die sich auf diesen Weg begeben, auf den Weg nach innen, um sich selbst zu begegnen, erwartet Wundervolles und Heilsames, Beängstigendes und Freudvolles. Es wartet schlicht und einfach die Wahrheit, die Echtheit, die Vollständigkeit. Es wartet ein Zustand des Seins, der keine Erlaubnis, keine Wertschätzung oder Anerkennung von außen benötigt. In diesem Zustand ist man frei und echt.

Das ist der Weg der Liebe. Dieser Weg führt immer zu dir. Wie verworren, aussichtslos, unmöglich und mühsam es auch scheinen mag. Am Ende bist du bei der Liebe und bei deinem wahren Selbst angelangt. Und bis dahin bist du auf dem Weg.

Hannes Wiesinger wirkt als Botschafter der Liebe und bietet Seminare „Heilung und Veränderung durch die Kraft der Liebe“ und Einzelsitzungen an.

Autor: Hannes Wiesinger

Seminartermine 2017

Heilung und Veränderung durch die Kraft der Liebe 3 Tage

Fr, 20. 01. – So, 22. 01. 2017
Fr, 17. 03. – So, 19. 03. 2017
Fr, 05. 05. – So, 07. 05. 2017
Fr, 16. 06. – So, 18. 06. 2017
Fr, 11. 08. – So, 13. 08. 2017
Fr, 29. 09. – So, 01. 10. 2017
Fr, 17. 11. – So, 19. 11. 2017

Seminarzeiten:

Fr, 16:00 - 21:00 Uhr
Sa, 09:30 - 18:00 Uhr
So, 09:30 - 17:00 Uhr
in Gaweinstal, NÖ

Es ist auch möglich, nur einzelne Tage zu besuchen.

In den Seminaren lösen sich Blockaden und Muster Schicht für Schicht und geben wundervolle Veränderungen und neues Selbstbewusstsein frei.

Der Energieausgleich für die Seminare 2017 ist frei wählbar.

Mehr Informationen
und Kontakt:

Mobil: +43 680 55 33 930
E-Mail: Hannes.Wiesinger@drei.at
www.dieLiebeheilt.at

Ursachen von ADHS und ADS aus energetischer Sicht sowie ihre Auflösung



ADS und ADHS sind Aufmerksamkeitsstörungen von Kindern, in denen die Kinder ihre Aufmerksamkeit nicht adäquat selbst steuern können, um sich zu konzentrieren und Lernaufgaben zu bewältigen. Aus energetischer Sicht sind die Bewusstseinsstrukturen des Kindes und seiner familiären Umgebung dafür ausschlaggebend.

Vor einigen Jahren bereits haben wir die Symptomatik ADS und ADHS bei Kindern untersucht in einer nichtwissenschaftlichen Praxisstudie, um den Kindern und ihren Eltern zu helfen. Es hat sich dabei herausgestellt, dass die Kinder allesamt Defizite in der Entscheidungsfindung, sich selbst zu führen hatten.

Das Kind wächst im Umfeld seiner Eltern auf, und wird von ihnen geführt. Es kopiert alle Verhaltensstrukturen der Eltern, wie diese miteinander und mit der Umwelt umgehen, und macht sie zu den eigenen Verhaltensstrukturen.

Innerhalb der energetisch gesunden Familie führt der Geist die Emotion – das bedeutet, dass der Mann die Frau führt, der Vater die Mutter, und dass das Kind sich einordnet in die vorgegebenen Familienstrukturen. Wenn die Mutter sich nicht einordnet in die vom Vater vorgegebenen Strukturen, dann wird das Kind lernen, sich auch nicht einzuordnen. Ebenso wird, wenn der Vater seine Führungsrolle nicht oder nur ungenügend wahrnimmt, und die Mutter diese Führungsrolle ausgleichen muss, das Kind lernen, seine geistige Führung über emotionale Dominanz auszugleichen.

Die Rolle des Vaters ist also signifikant im Lernprozess des Kindes, sich selbst zu führen. Wenn die Rolle des Vaters und dessen Führung nicht wahrgenommen oder nicht akzeptiert wird in der Familie, dann hat das Kind es später schwer, seinen Emotionen Einhalt zu gebieten, und sich selbst zu führen, besonders in Bezug auf anstrengende Angelegenheiten und Pflichten wie Lernen oder Hindernisse zu überwinden.

Damit die Kinder wieder lernen, sich geistig zu führen, kann man einerseits mit den Kindern und ihrem unterbewussten Verhalten energetisch arbeiten. Als Voraussetzung ist es gut, wenn das Kind durch seine entgleiste Verhaltensweise bereits Leid erfahren hat. Das ist in der Regel ab ca. 9 bis 11 Jahren der Fall. Durch diese Arbeit verändert sich das Kind direkt, sowie die Familienstruktur indirekt. In den von uns untersuchten Fällen war das innerhalb von 5 Monaten der Fall, und die Kinder hatten ihr Fällen war Fällen war das innerhalb von 5 Monaten der Fall, und die Kinder hatten ihr Problem-



GENESIS NCC
Neuronale Communication und Clearing

Schamanisch - yogischer Jahreszyklus

Ihr Tor zur Transformation ihrer Familie & ihres Lebens.



Informieren Sie sich auf unserer Webseite

www.spirituelleszentrum.at

Wir freuen uns auf Ihren Anruf:

Dipl.-Ing. Andreas Graf 0669 19 07 32 16

Spirituelles Zentrum, Stögersbach 43, 3900 Schwarzenau

verhalten verloren und die damit einhergehenden Schwierigkeiten in der Schule.

Besser noch ist es, wenn zeitgleich die Eltern sich zu einer Therapie oder einer energetischen Intervention (wie z.B. schamanische Heilsitzungen) entscheiden. Meist liegt bei den Eltern bereits eine aus der Kindheit vorhandene Verschiebung des natürlichen Verhaltens und Selbstverständnisses der eigenen Existenz und der Familienstrukturen vor. Dies muss behoben werden, um dem Kind ein gesundes Umfeld zu geben. Diese Behebung der Problemstellungen sowohl beim Kind als auch bei den Erwachsenen führt zur Wiedereinkkehr von Harmonie in der Familie, in den Beziehungen, im Eltern-Kind-Verhalten, zu Selbstführung und zu Selbstliebe.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen erkenntnisreiche Wege in der Hinterfragung Ihres Selbst, und eine harmonische Zukunft ihrer Familie.

Mit besten Grüßen aus dem Waldviertel Sylvia & Andreas Graf
Spirituelles Zentrum

Fortsetzung von Seite 27... 3 Jahre in Pomali und kein bisschen weise?

die Sauna auf. Vertratschen bei den Nachbarn kommt zugegebenermaßen auch vor. Ebenso habe ich schon die Nachbarn mit dem einen oder anderen rauschenden Fest beglückt. Für die Haustechnik und das Handwerkliche ist trotzdem – auch ohne mein Zutun – gesorgt. Womit habe ich nicht gerechnet?

Als unerwartete wunderbare Nebenwirkungen haben sich zusätzlich noch die Food Coop, das Carsharing, die Schenkecke und das tägliche Meditieren im Stilleraum herausgestellt. Geschenkte Pflänzchen von den Nachbarn, Werkzeug und andere Utensilien aus den diversesten Bereichen kann ich mir ausborgen und schonen mein Geldbörsel. Kostenlose Beratungen und Behandlungen oder Dienstleistungen gegen Tausch helfen mir auch oft weiter. Und was ich nie in diesem Ausmaß erwartet hätte, ist die lebenspraktische und kostengünstigen – wenn auch nicht... Weiterlesen Seite 43

Und gingest Du bis ans Ende der Welt, Du findest keine zweite Insel wie diese - Nikos Kazantzakis

Der korallenfarbene Sandstrand von Elafonisi im Westen, der aus den Dattelpalmen der Sarazenen entstandene Palmenstrand Vai im Osten, die kilometerlangen Sandstrände von Georgioupuli im Norden, die malerischen Buchten um Paleochora im Süden. Der Duft von wildem Salbei, Olivenbäume soweit das Auge reicht, die Windmühlen auf der Lassithi-Hochebene, die Bergpässe der Lefka Ori, die Imbros-Schlucht. Das Kloster Arkadi, die Fortezza von Rethimnon, der Palast von Knossos, die Altstadt von Chania. El Greco, Alexis Sorbas, Sirtaki- das und noch viel mehr ist Kreta.

Ich hoffe nichts, ich fürchte nichts, ich bin frei - Nikos Kazantzakis (Alexis Sorbas)

Am Donnerstag erkunden wir die Altstadt von Chania, genießen den Sonnenuntergang am Hafen und die köstliche kretische Küche, während wir Jorgos griechischen Liedern lauschen. Am Freitag ruft das Abenteuer und wir durchwandern gemütlich die Imbros-Schlucht. Nach dem Besuch einer Taverne am Dünenstrand von Frangokasta erholen wir uns in der goldenen Nachmittagssonne. Am Sonntag fahren wir nach Knossos. Wir treffen Salica (die zum Salz der Erde gehörende), die uns die verborgenen Plätze und Schätze des Palastes zeigt. Eine Führung der besonderen Art. Wir tauchen in die griechische Mythologie ein, sehen die Prozession der Priesterinnen. Was hat es mit dem Labyrinth und dem Minotaurus auf sich? Unterstützt uns diese Geschichte unser persönliches Labyrinth zu beleuchten? Anschließend geht es nach Rethimnon, wo wir die Fortezza besichtigen, am Hafen bummeln und zu Abend essen. Am Montag treffen wir wieder Salica, die mit uns zum minoischen Gipfelheiligtum auf dem Berg Jouchtas fährt. Für die Kreter ist der Jouchtas das Gesicht des schlafenden Zeus, der dem Mythos nach auf Kreta geboren ist. Wir wandern von Gänsegeiern begleitet auf den Gipfel, wo wir in einer Zeremonie Brot und Salz miteinander teilen. Wir tauchen tief in unsere eigenen inneren Schatzkammern ein und schöpfen daraus das, was gerade für uns bereit steht. Der Ausflug endet mit einem Abendessen in Achanes.

Wundersame Dinge geschehen einem auf Kreta - wundersame, gute Dinge, die sonst nirgends auf der Welt geschehen können. Irgendwie steht Kreta unter dem besonderen Schutz des Schöpfers - man glaubt, Ihn wohlwollend nicken zu sehen. Henry Miller

Sie werden morgens durch neugierige Lichtstrahlen sanft geweckt. Der Tag beginnt mit einer Lady-Niguma-Yoga-Session. Danach geht es zum köstlichen Frühstücksbuffet. Nun sind wir erwacht und gestärkt und es kann die energetisch-philosophische Session

im Bamboo beginnen. Wir vertiefen uns für ca. zwei Stunden in die Karmischen Prinzipien, wie Geshe Michael Roach sie lehrt und die wegweisend für unser Leben, unseren Beruf, unsere Beziehungen, unsere Finanzen, unsere Gesundheit und unseren Erfolg sind. Wir tauschen uns über die zehn heilsamen Handlungen und ihre Korrelationen im täglichen Leben aus. Und natürlich kommt auch das Wissen über unsere Lebensenergie und unsere Energiezentren nicht zu kurz. Chakra-Balancing, damit unsere Energiezentren sich öffnen und in Harmonie bleiben, ist das Ziel von Yoga und meditativen Übungen. Tipps und Tricks für den Alltag runden das Programm ab. Begeistert leben! Das ist unser Ziel.

Jetzt steht der Tag ganz zu Ihrer Verfügung. Mittagessen in einer Taverne? Suchen Sie Entspannung am Meer? Gönnen Sie sich ein Nickerchen? Wollen Sie ein gutes Buch lesen? Ruft Sie das Abenteuer? Spüren Sie Ihren Entdeckergeist? Sie gestalten Ihren Tag nach Ihren Wünschen. Zu den Ausflügen findet sich die Gruppe wieder zusammen.

AD FONTES – Eine Reise zu den Quellen – mit Christa Maly-Zach nach Kreta, 27.09.- 04.10.2017

Autorin: Christa Maly-Zach, Mobil 0664/321 2662



AD FONTES
Eine Reise zu den Quellen
mit Christa Maly-Zach nach Kreta
27. September – 04. Oktober 2017

INFORMATIONEN unter
www.reisephilosophen.com/ad-fontes/
Christa Maly-Zach: Tel. +43 664 321 2662

Veranstaltungskalender Jänner bis Mai 2017

- Jän. bis April Termine für **Dunkelfeld-Vitalblutanalyse, Body Code, Natürliche Hormontherapie, auch Tagesseminar „Natürliche Hormontherapie“** mit Frau Dr. Jasmin Azizian, **A-3950 Gmünd**, Hotel Sole Felsen Bad (oranger Gebäudeblock), Info / Anmeldung: VGK Gmünd - Gertrud Weiss, 0676 / 4155708, energieplatzerl@aon.at
- Jän. bis April **Aviva Schnupperkurs – Aus dem Becken kommt die Kraft**, Kursleiterin: **Gertrud Weiss, A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, 1. Stock, im Gymnastikraum Gesundheitszentrum Gmünd, Kursgebühr: € 8 pro Termin (einmal wöchentlich), Mitzubringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Gymnastikmatte, Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, 0676 / 4155708, energieplatzerl@aon.at, nur gegen vorheriger Terminvereinbarung möglich!
11. Jän., Mittwoch, 19:19 Uhr **„Aroma-Workshop“- Essentielle Öle- Förderung von Entspannung/Meditation, Basisöle**, Kursleiterin: Gertrud Weiss, **A-3950 Gmünd**, Greißgasse 7, Energieplatzerl, Info/Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss, 0676 / 4155708, energieplatzerl@aon.at
13. Jän., Freitag, **Hildegard Aderlass, A-3950 Gmünd, Albrechtser Straße 14**, Hotel Sole Felsenbad, Durchführung von Frau Dr. Kerstin Weinberger, Organisation VGK Gmünd, Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss, 0676/4155708, energieplatzerl@aon.at
15. Jän, **Begegnung mit Braco** in Wien, Hotel Pyramide, Parkallee 2, 2334 Vösendorf. (südlich von Wien-Zentrum). Die erste Begegnung beginnt gegen 8 Uhr, die letzte gegen 14 Uhr. Jede Session dauert ca. 30 Minuten. Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich. Kostenbeitrag für die Organisation: 5 € pro Ticket
16. Jän., Montag, 19:15 Uhr, **Medizinisches Qi Gong Kurs mit Norbert (Semester, 10 Einheiten, gesamt € 95) in A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 52, (1. Stock, Turnsaal) Gesundheits- und Seminarzentrum Gmünd, Praktizieren von Medizinischem Qi Gong, achtsame Übungen, und Meditation, Info/Anmeldung: Norbert Feilhaber 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at Web: www.feilhaber.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

17. Jän., Dienstag, 19 Uhr, **Medizinisches Qi Gong, Kurs mit Norbert (Semester, 10 Einheiten, € 85)**, in **A-3754 Irnfritz/Messern, Gesunde-Gemeinde Irnfritz** Praktizieren von medizinischem Qi Gong, achtsame Übungen, Meditation. Info/Anmeldung: Retreat LebensKraft Norbert Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at, www.feilhaber.at
20. Jän., Freitag 18:30 Uhr, **Adoula – spirituelle Schwangerschaftsbegleitung – Bewusste Elternschaft – Impulsvortrag**, Vortragende: Michaela-M. Altenhofer, **A-4020 Linz**, Südtirolerstraße 28, Wege in die Ganzheit, Praxis für humane Energiearbeit, Info & Anmeldung: Michaela-Maria Altenhofer, 0650/530 3993, info@seelenpotenzial.at, www.seelenpotenzial.at
19. Jän., Donnerstag, **Dunkelfeld- Vitalblutanalyse, Natürliche Hormontherapie, A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Hotel Sole-Felsen-Bad , Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss, 0676 / 4155708, energieplatzerl@aon.at
26. Jän., Donnerstag, 19 Uhr **Gesundheitstreff, „Ganzheitsmedizinische Hilfe und Selbsthilfe bei Allergien“**, Der Darm als Sitz des Immunsystems und Quelle der Gesundheit ,Vortrag von Dr. Ewald Töth (Ärztlicher Dir. des Gesundheitszentrums für Ganzheitsmedizin in Baden bei Wien), **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarr. Hotel Sole Felsen-Bad , ACHTUNG: Anmeldung unbedingt erforderlich (auch VGK-Mitglieder), 0676/ 41 55 708 , energieplatzerl@ao.at , Einl. ab 18 Uhr
27. Jän - 29. Jän., **Wochenendseminar: Die Heilkraft des Atems erfahren**, Der Atem als Quelle für körperliche, emotionale und mentale Gesundheit, Fr: 19-22 Uhr, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Hotel Sole-Felsen-Bad, Seminarraum, Sa: 9:30 -18:00 Uhr, So: 9:30-13 Uhr, Seminarleiter: Dr. med. Ewald Töth (Medizinisch-Wissenschaftlicher Leiter der Akademie für Gesundheit und Bewusstseinsbildung der Wissenschaftlichen Gesellschaft für Quantenmedizin und Bewusstseinsforschung.), Information und Anmeldung: akademie@licht-quanten.com, www.licht-quanten.com

Februar

1. Feb., Mittwoch 19:19 Uhr **“Aroma Workshop” Unterstützung bei emotionalen Herausforderungen – 33 Seelenöle**, Kursleiterin: Gertrud Weiss, **A-3950 Gmünd**, Greissgasse 7, Energieplatzerl, Info/Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss, 0676-4155708, energieplatzerl@aon.at
2. Feb., Donnerstag, 19:30 Uhr, **Säure-Basen-Stammtisch** in Eva`s Naturkostladen, **A-3950 Gmünd**, Stadtplatz 40-42, Kursleitung: Elfriede Kainz und Gertrud Weiss
16. Feb., Donnerstag, **Hildegard Aderlass**, Durchführung von Frau Dr. Kerstin Weinberger, Organisation VGK Gmünd, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, Info/Anmeldung unbedingt erforderlich unter: 0676 4155 708, energieplatzerl@aon.at
16. Feb., Donnerstag, 19:30 Uhr, **Gesundheitstreff, „Die Gesundheit der Zellen“**, Vortrag von Herrn Franz Pollak(Humanenergetiker)Gmünd, **A-3950 Gmünd**, Albrechtser Straße 14, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad

16. Feb., Donnerstag, 19 Uhr, **Alternativheilmethoden- Kräfte der Natur und des Geistes nutzen. WKO Freistadt, Linzerstr.11** Multimedialer Vortrag/Impuls-Abend mit praxisbezogenen Anwendungsbeispielen. Vortragender: Norbert O. M. Feilhaber. Bei seinem Vortrag wird er zudem aus seinem Buch „Seelenblüten“- sanfte Medizin für eine neue Zeit lesen. Anmeldung: Bei Roswitha Schmidberger, Tel.: 0664/249 84 29 oder Norbert Feilhaber, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at, www.feilhaber.at
25. Feb., Samstag, 14 - 18.30 Uhr, **Heilsteine erleben/altes Kristallwissen – Basisworkshop**, Leitung: Michaela-Maria Altenhofer, **A- 4020 Linz, Südtirolerstraße 28, WEGE in die GANZHEIT, Praxis für humane Energiearbeit**, Info/Anmeldung: Michaela-M. Altenhofer, 0650/5303993, info@seelenpotenzial.at, www.seelenpotenzial.at
18. Feb., Sa., 9 - 18 Uhr, **Quantenheilung-Ausbildung**, 3-teilig mit Zertifikat, **A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, Jede/r kann diese Technik der 2-Punkt-Methode sehr schnell erlernen und bei sich selbst, bei anderen Menschen, Tieren, Pflanzen, Geräten anwenden. Teil 2: Sa, 18.03., Teil 3: Sa, 22.04, Leitung Sieglinde Bichler, Info/Anmeldung: PraxisLebensWandel, 0676/7641740, praixs@lebenswandel.at

März

- 4./5. März, Sa/So, 9-17 Uhr, **Channelausbildung- 2-teilig, A-3121 Karlstetten**, Merkinger Weg 20, Die Channelausbildung unterstützt die TeilnehmerInnen dabei, Ihren persönlichen Zugang zu ihrem Hohen Selbst und zur geistigen Welt zu aktivieren und bewusst zu gestalten und zu steuern, Leitung: Sieglinde Bichler, Ort/Info/Anmeldung: Praxis LebensWandel, 0676/7641740, praixs@lebenswandel.at
8. März, Mittwoch 19:19 Uhr **“Aroma Workshop” Essentielle Öle – Unterstützung bei der Entgiftung und Entschlackung**, Kursleiterin: Gertrud Weiss, **A-3950 Gmünd**, Greissgasse 7, Energieplatzlerl, Info/Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss Tel.: 0676/4155708, E-Mail: energieplatzlerl@aon.at
16. März, Donnerstag 19:30 Uhr, **Säure-Basen-Stammtisch**, in EVA'S Naturkostladen, Stadtplatz, **A-3950 Gmünd**, Kursleitung: Elfriede Kainz und Gertrud Weiss, Kosten: Freie Spenden
16. März, Donnerstag, **Hildegard Aderlass, A-3950 Gmünd**, Hotel Sole Felsen-Bad , Albrechtser Straße 14, Durchführung von Frau Dr. Kerstin Weinberger, Organisation VGK Gmünd – Gertrud WEISS /Anmeldung unbedingt erforderlich unter: Tel.: 0676/4155708, energieplatzlerl@aon.at
17. - 19. März 3+3 Tage Gesamt (Block 1: Fr.- So.), **Ausbildung zum/r EnergetikerIn, Spirituellen HeilerIn, Geistiges Heilen**. 9-21 Uhr, mit Norbert O. M. Feilhaber, **A-3754 Irnfritz/Messern**, Trabenreith 22 (Nähe Horn). Block 2: drei Tage: 7. - 9. April 2017, Aus-Weiterbildung für alle Gesundheitsberufe und Interessierte, Info/Anmeldung: Retreat LebensKraft, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at, www.feilhaber.at.
23. März, Donnerstag, 19:30 Uhr **Gesundheitstreff: „Kräuterapotheke für Balkon und Garten“**, Vortrag von Mag. Isabella Kitzler und Roland Kitzler, **A-3950 Gmünd** Seminarraum im Hotel Sole Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14

23. März, Donnerstag,
19 Uhr, **Alternativ-
heilmethoden, Kräfte
der Natur und des
Geistes nutzen.** Hotel
Kolping, Gesellen-
hausstr. 5, 4020 LINZ
Multimedialer Vortrag
Impuls Abend mit
praxisbezogenen
Anwendungsbeispielen
Vortragender:
Norbert Feilhaber: Bei
seinem Vortrag wird er
zudem aus seinem
Buch „Seelenblüten“-
sanfte Medizin für eine
neue Zeit lesen:



Mein Extra-Markt
Nah & Frisch
Rudolf Zotter, Irnfritz

Bahnstraße 5
3754 Irnfritz
02986/6226
office@kaufhaus-zotter.at
www.kaufhaus-zotter.at

Information/Anmeldung: Bei Roswitha Schmidberger, Tel.: 0664/249 84 29 oder Norbert Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at.

25. März, Samstag, **Tagesworkshop: ICH GEHE – ICH STEHE – ICH BIN, Bewusstseinstraining**, Leitung: Michaela-M. Altenhofer, A- 4020 Linz, Südtirolerstraße 28, WEGE in die GANZHEIT, Praxis für humane Energiearbeit, Info/Anmeldung: Michaela-Maria Altenhofer, 0650/5303993, info@seelenpotenzial.at, www.seelenpotenzial.at
30. März, Donnerstag 19:30 Uhr, „**Skenar Treffen**“, **Aktivierung der Selbstheilungskräfte durch Skenar-Therapie**, mit Herrn Gerhard Langmann, A-3950 Gmünd, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14
31. März bis 2. April 3+3 Tage gesamt (Block 1: Fr.- So.), **Ausbildung zum/r EnergetikerIn, Spirituellen HeilerIn, Geistiges Heilen.** 9:30 - 21 Uhr, mit Norbert O. M. Feilhaber, A-4020 Linz- Zentrum. Block 2: drei Tage: 21.-23. April 2017, Aus-Weiterbildung für alle Gesundheitsberufe und Interessierte, Information/Anmeldung: Retreat LebensKraft, 0676 / 39 255 39, feilhaber@utanet.at, www.feilhaber.at

April

2. April, Sonntag von 9 bis 16 Uhr, **Tagesseminar- Besser Sehen und Hören- Übung macht den Meister**, Seminarleiterin: Frau Beate Plangger, A-3950 Gmünd Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14, Kursgebühr: Freie Spende Info/Anmeldung: Gertrud Weiss, 0676/ 41 55 708, energieplatzerl@aon.at
5. April, Mittwoch 19:19 Uhr, „**Aroma Workshop**“, **Essentielle Öle – Schutzöle – Unterstützung bei Abgrenzung jeder Art**, Kursleiterin: Gertrud Weiss, A-3950 Gmünd, Greissgasse 7, Energieplatzerl, Info/Anmeldung unbedingt erforderlich: Gertrud Weiss, 0676/ 41 55 708, energieplatzerl@aon.at

10. - 16. April (Mo. - Sa.), 6 Tage. **Aus-Weiterbildung zum/r EnergetikerIn, Spirituellen HeilerIn, Geistiges Heilen.** 9:30 - 21 Uhr, **A-3754 Irnfritz/Messern**, Trabenreith 22 (Nähe Horn) Retreat Lebenskraft, mit Norbert O. M. Feilhaber. Info/Anmeldung: Retreat Lebenskraft, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at, www.feilhaber.at
12. April, Mittwoch, **Hildegard Aderlass**, Durchführung von Frau Dr. Kerstin Weinberger **A-3950 Gmünd**, Hotel Sole Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14, Organisation VGK Gmünd – Gertrud WEISS, Anmeldung unbedingt erforderlich: 0676/4155708, energieplatzerl@aon.at
22. April, Samstag, von 9 Uhr bis 17 Uhr, **Tagesseminar-Stoffwechselgeschehen**, Seminarleiter: Rudolf Pieknik (Heilpraktiker, Chiropraktiker, Akupunktur- und Blüthen therapie-Heilpraktiker), **A-3950 Gmünd**, Seminarraum Hotel Sole-Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14, Kursgebühr: € 100 Anmeldung: Gertrud Weiss, 0676/4155708, energieplatzerl@aon.at
27. April, Donnerstag, 19:30 Uhr **Gesundheitstreff: „Was die Füße erzählen“ „Beim Gehen, Laufen, Stehen“** Vortrag von Paul Osterberger, Seminarraum im Hotel Sole Felsen-Bad, Albrechtser Straße 14, A-3950 Gmünd
28. April bis 1. Mai, 4+2 Tage gesamt, Fr. bis Mo., 4 Tage, Block 1; Sa. 6. und So. 7. Mai 2017, Block 2, 2 Tage. **Energetik in der Familie (insgesamt 6 Tage)**, mit Norbert O. M. Feilhaber, **A-3754 Irnfritz/Messern**, Trabenreith 22 (Nähe Horn) Retreat LebensKraft, Info/Anmeldung: Retreat LebensKraft, 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at, www.feilhaber.at

der faire Credit

Lang ersehnt.
Individuell beraten.
Entspannt genießen.

Der faire Credit ist Österreichs erster Kredit mit DÖS-Siegel für Fairness im Ratenkredit.

Empfohlen durch:
WALDVIERTLER
VOLKSBANK
HORN

Didgeridoo Stammtisch in Altenburg bei Willi

Jeden zweiten Mittwoch im Monat, 19 Uhr, Kapelle 24

Info: Norbert Feilhaber, Tel.: 0676/39 255 39, feilhaber@utanet.at

Alle sind herzlich Willkommen, Anfänger, Spieler und Neugierige

Mi. 11. Jän. / Mi. 08. Feb. / Mi. 08. März / Mi. 12. April 2017

Fortsetzung Bericht von Seite 35... 3 Jahre in Pomali und kein bisschen weise?

immer nervenschonende – ganzheitliche Ausbildung im (Über-) Lebenstraining in Gemeinschaft. Ja- und Neinsagen, Entscheidungsfindung in einer Gruppe, Konfliktlösung, unterstützendes Zuhören, Nähe und Rückzug, Toleranz üben und Aufschreien, und ähnliches mehr habe ich hautnah mit- und durchleben dürfen. Und das ist ein wirklich großer Schatz, den ich immer wieder außerhalb von Pomali, im Geschäftsleben, im Job und im restlichen sozialen Umfeld heben darf.

Was hab ich daraus gelernt? Leben in Gemeinschaft ist unbedingt einen Versuch wert. Aufregendes und schnelleres persönliches Wachstum garantiert.

Autorin Brigitte Zahrl, wohnt und lebt in Pomali

EINSCHALTPREISE und

Abmessungen des Inserats wie Datenformate !

Entnehmen Sie bitte die Mediendaten für Ihren Artikel oder Werbeeinschaltung Online unter www.sunnseitn.info

Braco am 15. Jän. 2017 von 8 bis 14 Uhr in Wien/Vösendorf. <http://www.braco.me/de/>



Veranstaltung am 16. November 2012 mit B r a c o als ausgewähltem Gast bei den Vereinten Nationen in New York.

Im Rahmen dieses Events wurde Braco mit dem Peace Pole Symbol ausgezeichnet als besondere Anerkennung seines über langjährigen Einsatzes, Menschen in vielen Ländern dieser Erde zu helfen. Das Peace Pole Symbol wird von der World Peace Prayers Society vergeben und gilt als das bedeutendste internationale Friedenssymbol, gleichstehend für den Satz **“Möge Frieden auf dieser Erde herrschen”**. Empfänger dieses

Symbols sind unter anderen Mutter Theresa, der Dalai Lama und Papst Johannes Paul II.

Meine Erfahrung (Norbert O. M. Feilhaber) mit den Sanften ist, dass wir oft hingehen mögen. Mindestens 3 Sitzungen für Körper-Geist-Seele an einen beispielsweise Braco - Tag. Empfehlung: Hast du Herausforderungen zu bewältigen, würde ich den gesamten Tag die Sessionen konsultieren und in die nächste Stadt nachfahren, wo Sessionen stattfinden . . . Vergiss aber nicht, täglich mit dir selber zu arbeiten! In meinem Buch, Seelenblüten - Sanfte Medizin für eine Neue Zeit schreibe ich unter anderem über Tipps (Verhalten vor-während-nach einer Sitzung) damit sich die Energieübertragungen vollends entfalten können.

Buchempfehlung



Seelenblüten sind unsere inneren Schätze, welche regelmäßig gegossen werden möchten, damit sie erblühen und wir in unserer vollen Kraft stehen. Wie das geht vermittelt der Autor aus der täglich gelebten Praxis mit den Lehren der Essener, Medizinischem Qi Gong und Geistigem Heilen.

Der Autor veranschaulicht die Bedeutung und den Zusammenhang der Lebenskraft und des Geistes. Dazu verwendet er Gleichnisse aus dem Neuen Testament, um ein Verständnis

für die Kraft des Geistes zu entflammen.

Kernstücke dieses Buches bilden die Synthese dieser unterschiedlichen Fachgebiete, wodurch sich ein völlig neuartiger, hochinteressanter Zugang und Nutzen zu Heilung entfaltet. Diese einzigartige Komposition öffnet Raum für „Sanfte Medizin“ und ihre Anwendung. In den leicht umsetzbaren Übungen und kraftvollen Meditationen werden Geist, Konzentration und Schöpferkraft mit einbezogen und geschult.

Ein Werk, um unser volles Potential in der neuen Zeit zu entfalten und zu verankern. Es werden konkrete Ratschläge und Tipps für ein gesundes, durchgeistigtes Leben vermittelt was das Werk abrundet.

In jeder Buchhandlung erhältlich !

ISBN e-Book: 978-3-96051-345-2

ISBN Hardcover: 978-3-96051-344-5

ISBN Paperback: 978-3-96051-343-8