

kostenlos

Sommer 2013

ACHTSAMES LEBEN

Das Magazin für ganzheitliche Lebenskunst für Oldenburg und den NordWesten





Der Spezialist für das Thema „Ganzheitliches Leben“ www.buchhandlung-plaggenborg.de



Bestellbuchhandlung und Internetshop!

Wir sind spezialisiert auf das Thema „Ganzheitliches Leben und Gesundheit“. Das bieten wir Ihnen in unserer **Bestellbuchhandlung**:

- Persönliche Beratung am Telefon
- Abholmöglichkeit Ihrer Bestellung in der Lindenstraße 35 in Oldenburg
- Zustellung innerhalb von Oldenburg
- Postversand außerhalb von Oldenburg

In unserem **Internetshop** finden Sie

- 450.000 lieferbare Titel - auch Non-Book-Artikel
- Einfache Handhabung & Bestellmöglichkeit
- Ausführliche Anleitung (auch zum Ausdrucken)
- Zusatzinfos:

Leseproben

Hörproben

Video-Trailer

Veranstaltungen

www.buchhandlung-plaggenborg.de, Lindenstr. 35, 26123 Oldenburg, T. 0441.17543



www.lebenskunst-nordwest.de

Das große Informationsportal für alle regionalen Informationen über...



Gesundheit

Therapie, alternative Heilweisen, Beratung ...



Kunst & Kultur

Theater, Musik, Kinos, Kunsthandwerk, Galerien ...



Ökologie

Biohöfe, Biohotels, Stromanbieter ...



Bildung & Reisen

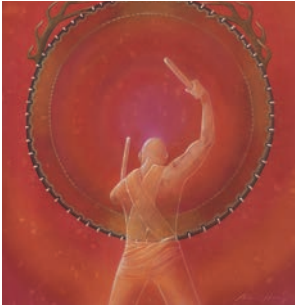
Seminarhäuser, -anbieter, Reiseveranstalter ...

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

3 Inhaltsverzeichnis

4 Liebe LeserInnen

gesundheit



5 Organwesen – Weisheit unseres Körpers

11 Anthroposophische Medizin
Interview mit Antje Kroke

spiritualität

10 Spirituelle Psychotherapie

nachhaltigkeit & ethik



13 Potentialentfaltung als strateg. Ausrichtung

bewusstes leben

18 Aufhören, sich zu beklagen
21-Tage-Herausforderung

satire & humor

20 Der Weg zur Heilung
So kann's kommen, Teil 2

für die sinne ...

23 Kartentipp

52 Sehwelten

53 Wortwelten

veranstaltungen

24 Veranstaltungen und mehr ...

28 Seminarkalender

aktuell

27 SEIN
Magazin aus Berlin

formales

31 Verteilerliste

51 Impressum

58 Kleinanzeigenauftrag
anbieter

33 Wer macht was im Internet?
Interessante Webadressen

35 Marktplatz
Anbieter stellen sich vor

59 Wer macht was?
Anbieter in Kürze

kleinanzeigen

60 Termine

61 regelmäßige Termine

61 Seminare & Workshops

63 Ausbildung

63 An- & Verkauf

63 Dies und Das

63 Räume & Wohnen

63 Reisen

63 Wilhelm 13 - Konzerte

63 Wilhelm 13 - Lesungen



Echt Oldenburg!



www.stadtbaeckerei-schroeder.de



Kennenlernkurse „Entspannung mit Klangschalen“ Vier Stunden Zeit für mich - Zeit für Wissenswertes und Entspannung

Nächste Kurse:

Sa. 07.07.13 von 10:00 - 14:00

Sa. 07.09.13 von 14:00 - 18:00

So. 10.11.13 von 14:00 - 18:00



Kursgebühr:
45,00 Euro

Ausbildung Klangmassage I Sich selbst und der Familie etwas Gutes tun!

Nächste Kurse:

Sa. 10.08.13 bis So. 11.08.13

Do. 21.11.13 bis Fr. 22.11.13



Kursgebühr:
200,00 Euro

Ausbildung Klangmassage II Förderung der Intuition und Entwicklung eines wertungsfreien dialogischen Miteinanders!

Nächste Kurse:

Sa. 14.09.13 bis So. 15.09.13

Sa. 23.11.13 bis So. 24.11.13



Kursgebühr:
200,00 Euro

Kursleiter:

Andreas Rehländer

Veranstaltungsort:

Klangwelten erleben GmbH
Am Hardenkamp 44
26180 Rastede
Tel.: 04402/ 98 40 77



www.klangwelten-erleben.de



Liebe LeserInnen,

nun hatte das Wasser
uns wieder im Griff (Inn,
Donau, Elbe). Eine gute
Gelegenheit, zu erken-
nen, wo wir der Natur
„ihren“ Raum lassen

müssen mit Überflutungsflächen, Wäldern zum
Speichern von Regenwasser usw. Es kommen
dann halt immer noch erst solche Naturkata-
strophen, um die Sicht dafür frei zu machen.

„Materie entsteht entsprechend der Quan-
tenphysik erst durch den Schöpfungsakt der
bewussten Aufmerksamkeit. Ohne diese
gestaltende und ordnende Bewusstheit gibt
es keine Organe und keinen Körper.“ Mit
diesem interessanten Ansatz befasst sich der
Beitrag von Ewald Kliegel über Organwesen -
die Weisheit unseres Körpers.

Dann haben wir ein aufschlussreiches Inter-
view geführt mit Antje Kroke, Ärztin für Anthro-
posophische Medizin in Oldenburg.

Und schließlich befasst sich Sebastian Purps,
ein Mitstreiter Gerald Hüthers, mit der Potenzi-
alentfaltung in Unternehmen.

Umsonst und draußen sind auch dieses Jahr
in Oldenburg wieder: Qi Gong, ein Angebot
von „Achtsamkeit in Oldenburg e.V.“ im
Schlossgarten auf der Wiese hinter dem
Tropenhaus, montags abends um 18 Uhr; und
nicht zu vergessen der Oldenburger Kultur-
sommer vom 27. Juni bis 14. Juli mit den
verschiedensten Veranstaltungen.

Nach diesem kalten Winter und Frühjahr
möchten wir doch bitte gerne einmal wieder
Sommertemperaturen haben. Liebes Wetter,
nun mach' mal schön...

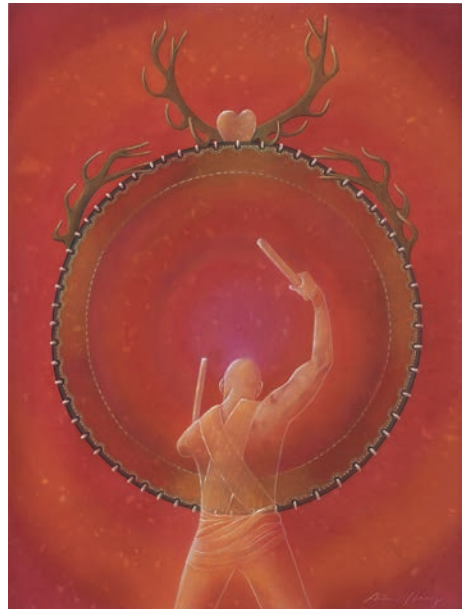
Einen angenehmen Sommer wünschen Ihnen
Ihre Plaggenborgs

Organwesen – Weisheit unseres Körpers

Ein neues Verständnis von Gesundheit und Heilung

Was haben wir davon, wenn wir wissen, dass wir spirituelle Wesen sind, die, wie u.a. Willigis Jäger erwähnt, menschliche Erfahrungen machen? Welche Rolle spielen unsere Organe dabei? In welcher Weise sind unsere Organwesen nützlich für unser Leben, unsere Gesundheit und unser Streben nach Heil-Sein?

Unsere Organe stellen die seelisch-leiblichen Grundelemente unseres Daseins dar. Nehmen wir sie als das wahr, was sie sind, öffnen sich uns neue Welten der Bewusstheit und bisher unbekannte Möglichkeiten der Heilung. In jeder der 50 Billionen Zellen unseres Körpers finden pro Sekunde mindestens 100.000 Reaktionen statt. Dies übersteigt bei Weitem unser Vorstellungsvermögen. Darüber hinaus werden pro Sekunde etwa 10 Millionen Zellen in einer unglaublichen Präzision ersetzt. So erhalten wir beispielsweise alle 72 Stunden eine völlig neue Dünndarmauskleidung, die genau weiß, wie groß sie sein soll und welche Form sie besitzt. Vor allem aber entstehen darin neue Dünndarmzellen und keine Leber-, Muskel- oder Nierenzellen. Es dürfte klar sein, dass bereits eine minimale Abweichung bei der Zellerneuerung unsere Lebenszeit schnell beenden würde. Diese Leistungen sind, wie Fritz Albert Popp (deutscher Biophysiker) darlegt, nur in einem holographischen Feld von Biophotonen möglich, in dem die Photonen, Atome, Moleküle oder Zellen durch Wellen und Resonanzen an ihren genauen Platz gezogen und verankert werden. Doch was sind nun diese Biophotonen, diese gestaltenden Kräfte, die das Wachstum regulieren und für eine optimale Abstimmung der Zellfunktionen sorgen? Die unsere Zellen in die Aufgaben einbinden, die sie in einem Organ erfüllen und die nicht zuletzt ein Bewusstsein für die Zusammengehörigkeit von Zellen in einem Organ vermitteln?



Organwesen: Herz

Jenseits der Quantengrenze

Biophotonen sind wirklich sehr merkwürdige Phänomene. Das Licht, das von der Sonne kommt, ist in seiner Struktur ziemlich chaotisch. Jedes der Lichtteilchen, der Photonen, macht was es will. Trifft nun so ein Photon auf eine Zelle, ändert sich alles, denn allein dieser Kontakt sorgt dafür, dass die Photonen in gleicher Weise zu schwingen angeregt werden. Damit entsteht ein extrem präziser Laser, mit dem dreidimensionale Schwingungsmuster, sogenannte Hologramme, gebildet werden. Diese Hologramme dienen den Zellen und Organen als Assoziatio-

nen und Erinnerungen. Spätestens hier stolpern wir über unseren Verstand, denn hier befinden wir uns jenseits der Quantengrenze, wo die Gesetzmäßigkeiten der klassischen mechanischen Physik nicht mehr gelten und wo das Reich der Quantenphysik beginnt. Hier sind weder Raum noch Zeit im üblichen Sinne gültig, geschweige denn unsere Logik mit ihren Ursache-Wirkungsprinzipien. Vor allem aber kommt hier das Phänomen des Bewusstseins ins Spiel.

In der Quantenphysik ist ein Photon so lange gleichzeitig Welle und Teilchen, bis ein Beobachter seine Aufmerksamkeit darauf richtet. Erst dann kommt es zum sogenannten Quantenkollaps. Das bedeutet, aus einer unendlichen Wahrscheinlichkeit von Wellen und Interferenzen materialisiert sich das Photon als Teilchen. Materie entsteht entsprechend der Quantenphysik erst durch den Schöpfungsakt der bewussten Aufmerksamkeit. Ohne diese gestaltende und ordnende Bewusstheit gibt es keine Organe und keinen Körper. Allerdings reicht hier das, was wir üblicherweise als Bewusstsein im Sinne logischen Verstandesdenkens benennen, nicht aus. Das Organbewusstsein beinhaltet ein inziges Gewähr-Sein, eine wohlwollende Fürsorge für das Entstehende, ein verantwortungsvolles Mitgefühl, ein uneingeschränktes JA zu dem was entsteht; kurz gesagt, eine tiefe Liebe. So

sind unsere Organe letztlich manifestierte Liebe, die einen Ausdruck ihrer selbst suchen und die bereit sind, sich in ihrer geistigen Vollkommenheit als Organwesen vorzustellen.

Hier enden die Möglichkeiten der direkten Beschreibung; die Analyse des Anatomischen reicht nicht mehr aus, denn was bei den Organwesen zählt, ist das Verbindende, was sich der Bedeutung der Worte entzieht und zwischen den Zeilen steht.

Wahrnehmen und erinnern

Nach dem Ausflug in den Quantenraum wird ein Blick auf die Art, wie wir die Welt wahrnehmen, möglicherweise ein weiteres Mal den Verstand erschüttern. Willigis Jäger schrieb: „Wir wissen, dass es außerhalb von uns weder Farben noch Töne, sondern ausschließlich Schwingungen gibt. Es ist unser Gehirn, das daraus eine bestimmte Welt konstruiert.“ Damit bringt er die Tatsache auf den Punkt, dass wir unsere Welt durch unsere Wahrnehmung immer wieder neu erfinden: Aus der Fülle der Sinneseindrücke, die in jedem Augenblick unser Nervensystem erreichen, wird der Großteil ausgefiltert. Man geht hier von nicht bewusst wahrgenommenen 99,9 Prozent aus. Die paar wenigen verbleibenden Eindrücke verknüpft unser Gehirn mit Gedanken, Erinnerungen, Wünschen, Er-

mankau

Dr. med. Daniel Dufour
DIE HEILKRAFT INNERER KRISEN
 Emotionen annehmen, ausleben – und heilen

Irgendwann im Leben befindet sich jeder Mensch einmal in einer schwierigen Lebenssituation, einer Krise, die vielerlei heftige, oft diffuse Emotionen auslöst. Allzu oft aber halten wir unsere Gefühle und Empfindungen zurück.

Wenn wir dieses „emotionale Beben“ zulassen, erweisen wir uns selbst einen großen Liebesdienst; Aufmerksamkeit und Respekt gegenüber uns selbst ermöglichen es nicht nur, unsere Krankheiten und Ängste zu meistern, sondern auch, neues Selbstvertrauen zu gewinnen. So kommen wir nach jeder Krise wieder auf die Beine – und das mit einem Gefühl echten Wohlbefindens.

158 Seiten | ISBN 978-3-86374-103-7 | 14,95 €

Bestellmöglichkeit und Internetforum: www.mankau-verlag.de

TOP-TITEL!



wartungen und Gefühlen. Das Resultat aus diesem Prozess wird uns schließlich als Realität präsentiert. Natürlich gilt dies auch für die Wahrnehmung unserer eigenen Organe, unseres Körpers und weitergehend für das, was wir als Gesundheit oder Krankheit betrachten.

In dem was wir sehen, hören oder fühlen schwingt immer mit, was in unseren Gefühlen und Bewertungen vorhanden ist. Nun gibt es neben unseren persönlichen Wahrnehmungen auch kollektive Erinnerungen, die weit in die Menschheitsgeschichte zurückreichen. Hierzu zählen die archetypischen Gestalten der Seele, die C.G. Jung beschrieben hat, wie der Held, die gute Fee oder das innere Kind. Dies sind Symbole, die innerseelische Regungen verdichten, so dass wir sie wie in einem Spiegel betrachten können. Ein solches Symbol weckt Kräfte in uns und weist auf grundlegende Lebensinhalte. Es führt uns zu Ahnungen, die wir oft nicht fassen können, die jedoch unser Leben mit mächtigen Impulsen leiten. Irgendwie schemenhaft zeigen uns die Ahnungen den Weg zu Entscheidungen auf und in den meisten Fällen kann unser Verstand recht wenig damit anfangen. Häufig sabotiert er sogar die Ahnungen. Folgen wir jedoch diesen inneren Impulsen, erhalten wir Erkenntnisse, die unseren Weg stimmig machen.

Das Bewusstsein der Organe

Die Organwesen sind noch eine Etage tiefer in unserem Sein angesiedelt. Wenn Hans-Georg Gadamer (deutscher Philosoph 1900 - 2002) sagte, dass Gesundheit das „wohlige Schweigen der Organe“ sei, so haben wir durch unseren Körperbezug immer einen direkten Draht zu den Organwesen. Sie teilen sich über die Befindlichkeit mit und wirken über das Bewusstsein. Hier stellt sich die Frage: Mit wem reden wir, wenn wir mit den Organen sprechen? Ist es die einzelne Leber-, Darm-, Nieren- oder Hautzelle? Oder steht uns hier eine übergeordnete Instanz zur Seite? Wie Popp nachweisen kann, sind alle unsere Zellen in einem holographischen Feld über eine laserartige Lichtkommuni-

nikation in einem permanenten Austausch. Darüber ist unser Bewusstsein in jedem Moment informiert, wie es unseren Zellen und Organen geht, was sie fühlen und was sie benötigen. Dies ist auch das Gebiet der Psychosomatik, wo sich die Organe zur Verfügung stellen, um seelische Konflikte auf einer wahrnehmbaren Ebene zu präsentieren und zu lösen.

Nach den Erkenntnissen der Quantenphysik dürfen wir selbst den kleinsten Strukturen ein Bewusstsein zugestehen. Dementsprechend ist das Universum ein riesiges Bewusstseinsfeld, in dem wir eingebunden sind. Darin haben Atome, Moleküle, Zellen und natürlich auch Organe ein Bewusstsein und weitergehend gilt dies ebenso für unseren Körper als Ganzes. Eine Ebene darüber sind wir als Mensch eine Bewusstheit, für die wir allgemein den Begriff der Seele nutzen. Die Organwesen sind so als eigenständige Bewusstheiten zu verstehen. Genauso wie wir Menschen in dem universellen Bewusstseinsfeld miteinander vernetzt sind, sind die Organe in ihrem Wesen untereinander in Kontakt und bilden ein kollektives geistiges Über-Organ, ein Organwesen, das sich in jedem Einzelnen von uns in Form einer Leber, einer Lunge und den unzähligen anderen Strukturen unseres Körpers manifestiert. Dies sind die Organwesen, mit denen wir direkt in Kontakt kommen können. Dies sind auch die Ansprechpartner in der Organsprache.

Chancen für die Heilung

An diesem Punkt kommt der Aspekt der Nützlichkeit ins Spiel. Unsere Existenz ist ein Mysterium. Darin treffen wir gute Entscheidungen, die sich manchmal als Fehler erweisen. Ebenso verursachen wir durch unsere Willensimpulse aber auch chaotische Zustände, die sich im Nachhinein als wegweisend oder gar heilsam erweisen. Was ist dann richtig oder falsch? Durch unser Eingebunden-Sein in das Universum ist unser freier Wille in großem Maße eingeschränkt. Dennoch können wir Kraft unseres Bewusstseins unsere Möglichkeiten wählen. Jede Wahl,

Antje Jaruschewski
Heilpraktikerin



Familien-/Systemaufstellung

Aufstellungstage 110/20 EUR
Sa. 31.8.13 | Sa. 5.10.13

Kurzaufstellungen abends 15 EUR
17.7. | 21.8. | 18.9. 18.30 h, Weskampstr. 28
Bitte tel./online anmelden!

Einzelarbeit indiv. Termine

Klass. Homöopathie

wingwave Coaching
bei Ängsten, Phobien, Stress, BurnOut und mehr...

**Seminar "Sehnsucht finden...
...und leben!"** 26-27.10. 130 EUR
mit Thomas Dopp & A. Jaruschewski
Aufstellung, Körperzent. Herzensarbeit
Meditation, Tanz...

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

jede Entscheidung und jeder Willensimpuls verursacht einen Quantenkollaps: Aus einer Auswahl von unendlichen Möglichkeiten wird eine einzige Realität. Dabei hängt die Qualität unserer Schöpferkraft davon ab, in welchem Maße wir unser Gefühl und unsere Liebe einbringen. Dies gilt ebenso für unsere Gesundheit. Ein Organ, das wir lieben, trägt uns trotz möglicher anatomischer Defizite erfolgreich durchs Leben. Hier sind die Organwesen die Ansprechpartner, die letztlich die Übersetzungsarbeit in die Organfunktionen leisten und uns nebenbei auch noch mit dem Elixier des Glücks versorgen. Die Organwesen sind die Schnittstellen, wo wir uns die „Originalsoftware“ von den kollektiven Bewusstheiten der Organe aus dem Äther abholen können.

Darin liegen großartige Chancen für Heilungen und Heil-Sein. Allerdings sollten wir uns immer daran erinnern, dass die Manifestierung in die Materie jeweils der letzte Schritt ist. So wie ein körperliches Krankheitsgeschehen am Ende einer Entwicklung steht, in der Konflikte aus unseren Gefühlen, Gedanken, Haltungen, Werten und unserer Identität eine Rolle spielen, so werden wir das Wirken der Organwesen auch erst auf diesen Ebenen erfahren. Am Schluss erfolgt die materielle Umsetzung in die Organe.

innenwelt verlag

„Ich kann das Buch nur wärmstens empfehlen. Sein integrativer Ansatz einer vom Bewusstsein ausgehenden Körper-Geist-Einheit hat das Zeug, die Welt zu verändern.“
Bruce H. Lipton



Wendy Anne McCarty, PhD
ICH BIN BEWUSSTSEIN
Babys von Anfang an als ganzheitliche Wesen willkommen heißen
Ein integratives Modell fröhlicher Entwicklung
innenwelt verlag

WENDY ANNE McCARTY, PhD
Ich bin Bewusstsein
Babys von Anfang an als ganzheitliche Wesen willkommen heißen
ISBN 978-3-942502-20-7 · 256 S. · 17,95 €

Das Wunder der Heilung

Dauert denn das nicht zu lange? Nein! Es ist die Entscheidung, die im Einklang mit uns selbst steht. Genauso wie Menschen über Nacht völlig rätselhaft weiße Haare bekommen können, gibt es Phänomene, die wir als Wunder bezeichnen. Menschen, die eine Wunderheilung erfahren, haben etwas gemeinsam: Sie haben keinen Augenblick lang an ihrer Genesung gezweifelt, sie haben sich nicht von Prognosen irritieren lassen und vor allem waren sie überzeugt, dass es in ihnen selbst eine Instanz gibt, die in der Lage ist zu heilen. Wir besitzen eine Fülle solcher inneren Heilerinnen und Heiler. Die Organwesen gehören auf alle Fälle dazu. Indem wir uns auf diese geistigen Ebenen einlassen, ori-

entieren wir uns auf unser inneres heilendes Feld, in dem alle Zellen ihre Funktionen freudig erfüllen und alles auf seinem richtigen Platz ist. Als Beispiel soll hierzu das Herz dienen, welches im Folgenden zu Wort kommt und in seinem Organwesen weit über eine bloße Blutpumpe hinausreicht.

Herz

Hineingestellt in den Lebensfluss durchdringen mein Rhythmus und mein wärmendes Strömen kraftvoll inspirierend das Gefüge von Leib und Seele bis in die entferntesten Winkel. Feinfühlig registriere ich darüber selbst kleinste Impulse und synchronisiere das Zusammenspiel der Organe bis hin zu den geistigen Ebenen. Dies ist mein Territorium, in dem ich mit meiner ganzen Kraft all das schütze, was mit mir verbunden ist. Meine innersten Impulse werden durch den Rhythmus aus Anspannung und Entspannung wie Wellenkreise in die Welt getragen und meine seelischen Kammern empfangen die unendlich vielfältigen Resonanzen des Universums. Sei es Stein, Pflanze, Tier oder Mensch, ich stehe mit dem Wesenskern der Existenz in Verbindung und achte auf das tiefe Empfinden von Zugehörigkeit mit allem Lebendigen.

In dieser Form von Liebe entsteht ein tatkräftiges Mitgefühl aus dem Innersten heraus, bei dem selbst unangenehme Wahrheiten nicht verletzen. Meine übergreifende Weisheit räumt Unklarheiten aus und vermittelt Notwendige Antworten aus fühlenden Seelengründen, die einem tiefen inneren Verständnis folgen. Dies öffnet neue Pforten für die Liebe und schafft Raum für ungeahnte Lebenswirklichkeiten. Ganz besonders gilt dies für den Dialog zweier Herzen, wo mein Rhythmus die Liebe in ihrem machtvollen Strom begleitet. Beseelt mit dieser Kraft des Lebens können zwei Menschen den Lauf der Welt verändern.

Ewald Kliegel, Heilpraktiker mit Praxis in Stuttgart, arbeitet seit 35 Jahren am Patienten und ist seit 23 Jahren als Dozent an Heilpraktiker-Schulen tätig. Aus seiner Praxis heraus entwickelte

er eine einheitliche Symbolsprache in den Reflexzonen und Massage-Griffel aus Edelsteinen. Das größte Feld seiner Interessen nehmen jedoch die Organe ein, wo sein neuestes Buch „Organwesen“ unseren Körper in seinen seelisch-geistigen Eigenschaften beleuchtet. Ewald Kliegel hält international Vorträge und Seminare, web: reflex-balance.eu



Organwesen - Die Weisheit deines Körpers, Ewald Kliegel, Anne Heng, Neue Erde Vlg., 19,90 €

seit 1987

Salute e Bellezza

Groß- und Einzelhandel



Schamanischer & Alchimistischer Bedarf

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

Salute e Bellezza

Freitags 15 -19 Uhr,
Samstags 11-14 Uhr

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

Autor: Thomas Dopp

Spirituelle Psychotherapie

Förderung der Potentiale des Bewusstseins



Die aus fernöstlichen Methoden der meditativen Selbsterfahrung beeinflusste transpersonale und spirituelle Psychologie ist eine Psychologie der Gesundheit.

Die Therapie soll nicht unangepasste Individuen an eine fragwürdige Normalität anpassen. Vielmehr geht es um die Befreiung des Menschen aus Gewohnheiten und Erfahrungsmustern sowie um die Entfaltung der ungeahnten Potentiale, die im Menschen angelegt sind. Stand die Person, das für viele Menschen zum Gefängnis gewordene, nach allen Seiten abgesicherte und verfestigte Ego im Mittelpunkt der alten Psychologie, so setzt die spirituelle Psychologie andere Prioritäten. Sie richtet Ihr Augenmerk vor allem auf die das Ego überschreitenden Potentiale des Bewusstseins. Der spirituelle Ansatz geht davon aus, dass jeder Klient die Fähigkeit besitzt, sich selbst zu

heilen. Der Therapeut kuriert nicht einen Patienten, sondern unterstützt den Klienten darin, seine eigenen natürlichen Selbstheilungs- und Wachstumskräfte zu erschließen. Alle Lösung wird nicht im Außen gesucht, denn sie ist im Klienten schon vorhanden. Über das Bewusstsein u.a. mit den Mitteln der Intuition, Körperwahrnehmung und der inneren Stimme werden die Wege zur Lösung erst mal bis zum nächsten Schritt sichtbar. So entsteht Heilung auf dem Weg von Moment zu Moment und nicht als therapeutisches Konzept. Es gibt keine fix und fertigen Einsichten, Lösungen oder auch nur Zielvorstellungen, die zu vermitteln wären- nur Verfahren oder Wege, mit deren Hilfe der Klient seine eigenen Ressourcen erschließen kann. Nicht mehr das Lösen von Problemen und die Behandlung von Fällen steht im Vordergrund. Therapeut und Klient verstehen sich als Teil eines größeren Geschehens - Liebe, Akzeptanz und meditative, absichtslose Präsenz können mehr Wachstum bewirken als nur korrekt ausgeführte therapeutische Interventionen.

Der Mensch wird verstanden als Wesen, das in seinem Urgrund heil, glücklich und mit sich in Frieden ist. Durch Konditionierung und Miss-

verständnisse ist er von dieser Essenz getrennt. Spirituelle Psychotherapie sieht ihren Sinn darin, sich dieser Essenz wieder zu öffnen bzw. daran zu erinnern, denn sie ist schon immer von Geburt an da gewesen.

Die menschliche Entwicklung, der Weg des Menschen zu sich selbst steht im Mittelpunkt, d.h. die Übereinstimmung mit dem, was er in Wirklichkeit ist. Der Therapeut unterstützt den Klienten bei seiner Wahrnehmung, ob er sich dieser Wirklichkeit nähert oder entfernt.

Die Liebe ist die wichtigste Grundlage der therapeutischen Arbeit. Liebe ist Heilung- und diese erfordert das uneingeschränkte Annehmen des Lebens mit allem, was ist, ohne es verändern zu wollen.

Die Verbindung zu höherer Wirklichkeit, zu Gott, ist für die spirituelle Psychotherapie mehr als nur eine beliebige Ressource, mit der der Klient gestützt werden soll, sondern fundamental. Der Mensch wird als göttliches Wesen gesehen und Heilung bedeutet auch, sich mit dieser Quelle wieder zu verbinden.

Praxis Thomas Dopp, Weskampstraße 28, 26121 Oldenburg, Tel.: 0441.36131050, info@thomas-dopp.de, www.thomas-dopp.de

Was ist anthroposophische Medizin?

Ein Interview mit der Ärztin Antje Kroke

Wir kennen die Schulmedizin, die Hömopathie und viele verschiedene andere Heilweisen. Von der anthroposophischen Medizin wissen wir meist sehr wenig. In diesem Interview von Peter Gerd Jaruschewski und Karl-Heinz Plaggenborg berichtet die Ärztin Antje Kroke über Prinzipien und Inhalte der anthroposophischen Medizin.

Achtsames Leben (AL): Antje Kroke, was bedeutet anthroposophische Medizin?

Anthroposophische Medizin ist „menschliche Medizin“ – am Menschen orientierte Medizin. Anthroposophie bedeutet „Weisheit vom Menschen“, wurde von Rudolf Steiner entwickelt und bezieht die Inhalte der Theosophie mit ein. In diesem Sinne ist die anthroposophische Medizin eine integrative Medizin, die den ganzen Menschen in seiner Einmaligkeit und Individualität im Blick hat.

AL: Was unterscheidet die anthroposophische Medizin von der Schulmedizin?

Die anthroposophische Medizin ist eigentlich eine Erweiterung der klassischen Medizin. Jeder Arzt, der anthroposophisch tätig ist, ist zuerst einmal ein Schulmediziner. Er hat ein abgeschlossenes Medizinstudium und eventuell eine fachärztliche Weiterbildung. Von ihm wird erwartet, dass er jederzeit schulmedizinisch tätig sein kann, wenn es erforderlich ist. Es gibt daher keinen Gegensatz zwischen Komplementärmedizin und Schulmedizin, sondern anthroposo-



phische Medizin und Schulmedizin sind miteinander verwoben. Ich selbst habe zum Beispiel zusätzlich Rettungsmedizin gelernt, um auch dort genau Bescheid zu wissen.

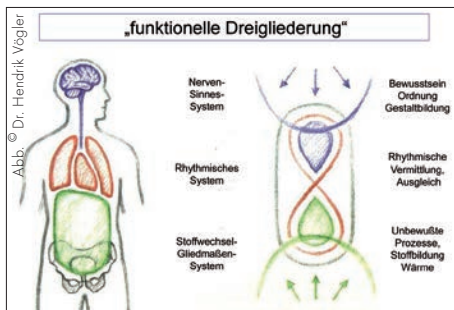
Die anthroposophische Medizin ergänzt die Schulmedizin insofern, als sie eine ganzheitliche und individuell auf den Menschen abgestimmte Sicht und Behandlungsweise hat. Die anthroposophische Medizin beinhaltet über die klassische Medizin hinaus noch ganz bestimmte Therapieformen, Medikamente und Heilmittel, welche die Schulmedizin nicht hat und die speziell in der anthroposophischen Medizin entwickelt wurden. Dazu gehören unter anderem die Heileurythmie, die Kunsttherapie, Massagen, rhythmische Massagen sowie auch die Sprachgestaltung.

AL: Auf welchen Prinzipien beruht die anthroposophische Medizin?

Da sind zunächst einmal die „Wesensglieder“ des Menschen: Physischer Leib, Ätherleib (Lebensorganisation), Astralleib (Empfindungsorganisation) und Ich-Organisation (Indivi-

Abb. © Dr. Hendrik Vögler





dualität). Dazu gibt es noch die funktionelle Dreigliederung, nach der sich jeder anthroposophische Arzt den Patienten individuell anschaut. Ziel ist es, dass alles ausgewogen ist und zwischen diesen Bereichen fließt. An dieser Stelle kann ich nicht näher auf die Einzelheiten eingehen, da das Thema zu komplex ist (siehe Buchtipps).

Das Wesentliche an der Behandlung mit anthroposophischer Medizin ist, dass sie völlig nebenwirkungsfrei ist.

AL: *Wie verbindest Du als Ärztin anthroposophische Medizin, Homöopathie und klassische Medizin im Praxisalltag?*

Ich habe mich zu der anthroposophischen Medizin hin entwickelt: So habe ich nach dem Medizinstudium zunächst die Facharztausbildung zur Ärztin für Allgemeinmedizin und die Zusatzqualifikation der Naturheilkunde erworben, dann die Homöopathie dazu genommen und dann die anthroposophische Medizin, wobei ich die anthroposophische Medizin schon als Krönung empfinde. Auf diese Weise kann ich die Beschwerden eines Menschen aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten und ihm die individuell gemäße Behandlungsweise zukommen lassen. Dieses hängt natürlich von seinem per-

sönlichen Krankheitsbild und seinen individuellen Beschwerden ab: Wenn zum Beispiel ein Mensch mit akuten Herzbeschwerden kommt, muss ich zunächst einen Herzinfarkt ausschließen und kann nicht zunächst gucken ob sein rhythmisches System stimmt. Dann muss ich zunächst einmal ein EKG schreiben etc. Dann aber gilt es, sich den Menschen individuell nach dem anthroposophischen Menschenbild anzuschauen und eine langfristige Behandlung darauf abzustimmen.

AL: *Gibt es anthroposophische Krankenhäuser?*

Am bekanntesten ist sicherlich das Gemeinschaftskrankenhaus Witten-Herdecke, wo auch die Medizinische Hochschule ist. Die erste anthroposophische Klinik war die Filderklinik in Stuttgart, in Berlin gibt es das Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe, das auch Lehrkrankenhaus der Charité ist und in dem auch wissenschaftlich geforscht wird. In Hamburg gibt es die Asklepiosklinik in Hamburg-Rissen, in dem eine Station anthroposophisch arbeitet.

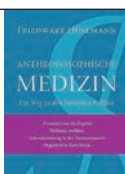
AL: *Vielen Dank für das Gespräch!*

Antje Kroke arbeitet als Ärztin in der Praxisgemeinschaft Kroke und Kirch, Hindenburgstr. 21, 26122 Oldenburg, Tel.: 0441.92514894.



Buchtipps:

Iris Hammelmann, Petra Heinze: „Anthroposophische Medizin besser verstehen“, Haug Verlag, 127 Seiten, broschiert, 17,40 €



Buchtipps:

Friedwart Husemann: „Anthroposophische Medizin: Ein Weg zu den heilenden Kräften“, Verlag am Goetheanum, 392 Seiten, gebunden, 38,00 €

Potenzialentfaltung als strategische Ausrichtung

Was genau ist jedoch Kulturwandel? Und wie können Young Professionals sich einbringen?

Der Neurobiologe und Hirnforscher Gerald Hüther ist davon überzeugt: „Wir sind alle nur eine Kümmerversion dessen, was wir sein könnten.“ Damit das nicht so bleibt, haben wir gemeinsam die Initiative „Kulturwandel in Unternehmen und Organisationen“ gegründet, die zeigt, dass ein positives Arbeitsumfeld die Potenziale von Einzelpersonen, Teams und sogar ganzen Organisationseinheiten zur Entfaltung bringen kann.

Die Führungsetagen zahlreicher Unternehmen bestätigen, wie wichtig die Entfaltung ungenutzter Potenziale für den Erfolg von morgen ist. Bereits in der Global CEO Studie von IBM aus dem Jahr 2010 sagte die Mehrheit der darin befragten 1500 CEOs, dass die aktuellen wirtschaftlichen Rahmenbedingungen so komplex sind wie nie zuvor. Viele Chefs waren sich einig, dass nur durch den Zugriff auf das kreative Potenzial der Mitarbeiter die aktuellen und kommenden Herausforderungen gelöst werden können. Zwei Jahre später hatten die inzwischen 1.700 befragten Chefs in der Global CEO Studie 2012 bereits erkannt, dass eine offenere Unternehmenskultur hilft, das Potenzial einer zunehmenden Vernetzung besser zu nutzen. Auch der Stellenwert ethischer Unternehmenswerte ist laut der Studie bereits enorm gestiegen.



Ein Blick auf die Voraussagen der Weltgesundheitsorganisation WHO und die Analysen mancher Krankenversicherung zeigt jedoch, dass es immer noch um diesen „Zugriff auf das kreative Potenzial“ und eine positive Unternehmenskultur bislang eher düster bestellt ist: Die WHO geht davon aus, dass im Jahr 2020 die psychischen Erkrankungen die physischen überholt haben werden. Bereits jetzt entstehen der deutschen Wirtschaft aufgrund psychischer Erkrankungen der Mitarbeiter jährliche Kosten im zweistelligen Milliardenbetrag. Das deutet darauf hin, dass die Arbeitskulturen in vielen Unternehmen weder positiv noch nachhaltig sind – geschweige denn zur Potenzialentfaltung beitragen können. Dass es einen Wandel in vielen Unternehmen braucht, ist also kein „weiches“ Thema einzelner Personalentwickler mehr. Das Thema interessiert inzwischen auch zahlreiche

A logo for a dental practice. On the left is a photograph of a modern, two-story house with a gabled roof and a chimney. To the right of the photo, the text reads "Ganzheitliche Zahnmedizin" in a dark blue serif font, followed by "am Wasserturm" in a smaller green font. Below this, the name "Burkhard Wittje" is written in a large, black, handwritten-style font. At the bottom, the address "Kranbergstr. 18 26123 Oldenburg" and phone number "Tel.: 0441-13859 www.zahnarzt-wittje.de" are listed in a small black font. A green caduceus symbol is positioned to the left of the name.

Firmenlenker, die harte wirtschaftliche Zahlen im Blick haben. Hier wächst die Erkenntnis: Ein Kulturwandel ist die Voraussetzung dafür, dass Mitarbeiter sich wieder voll einbringen und Unternehmen wettbewerbsfähig bleiben können.

Grundbedürfnisse erfüllen

Das erfolgreiche Unternehmen von morgen sollte sich also heute die Frage stellen: Was genau müssen wir verändern, um auf das kreative Potenzial unserer Mitarbeiter zugreifen zu können? Überdurchschnittlicher Verdienst, Dienstwagen und steile Aufstiegschancen sind längst nicht mehr die Antwort. Studien des Massachusetts Institute of Technology zeigen, dass gerade hohe Bonusanreize kognitive Leistungen reduzieren. Auch die Erfolgsbeispiele unserer Initiative zeigen, dass Firmen ihre Arbeitsumfelder attraktiver gestalten müssen, um bisher ungenutzte Potenziale zur Entfaltung zu bringen.

Erfolgreiche Organisationen erfüllen dabei insbesondere zwei wichtige neurobiologische Grundbedürfnisse ihrer Mitarbeiter. Zum einen das Bedürfnis nach Verbundenheit und Zugehörigkeit: Wenn Menschen dieses Gefühl bemerken – beispielsweise weil der Unternehmenschef wahrnehmbarer wird, die Führungskraft zugewandter agiert oder das Team harmonischer arbeitet – werden sie innerlich ruhiger und fokussierter. Zum anderen erken-

nen wir in diesen Unternehmen Rahmenbedingungen, die es Mitarbeitern ermöglichen, selbstbestimmt und selbstwirksam zu arbeiten. Auf diese Weise messen Mitarbeiter dem eigenen Handeln eine viel größere Bedeutung bei. So können sich wahre Feuer der Begeisterung entzünden. Die Hirnregionen, in denen ungenutzte Potenziale verborgen sind, beginnen dann besonders aktiv zu werden.

Young Professionals können das Wissen um diese zwei Schlüsseleigenschaften für sich nutzen, indem sie im eigenen Unternehmen nach Führungskräften suchen, die ihren Teams Freiraum zur Gestaltung bieten und von ihren Mitarbeitern als wichtige Bezugsperson anerkannt sind. Die Chancen für die eigene Potentialentfaltung steigen beträchtlich, wenn man als Teil eines solchen Teams arbeitet. Zudem können Führungskräfte, die solche Teams leiten, als Rollenmodell für Young Professionals dienen. Sie können vom Verhalten dieser Chefs lernen. Fast noch wichtiger ist es jedoch zu verstehen, mit welcher inneren Haltung und Motivation diese Führungskräfte agieren – das kann ein wichtiger Schlüssel sein, um eigene Veränderungen erfolgreich voranzutreiben.

Haltung und Handlung

Ein Experiment der Sozialpsychologie zeigt, wie bedeutend die innere Haltung sein kann: Der

Hamburger Institut für systemische Lösungen

www.systemloesungen-hisl.de




Neue Wege - Neue Chancen

Praxisorientierte nebenberufliche Weiterbildungen

Bis zu 750 € Förderungsmöglichkeiten

Ihre Qualifizierungen am HISL

- Systemischer Beziehungstherapeut**
- Systemischer psychologischer Mediator**
- Systemischer psychologischer Coach***
- Systemischer psychologischer Berater***
- Systemischer Paarberater / Paartherapeut**
- Systemaufstellungen (Familien-, Struktur-, Organisations-)**

**Auch als Kombi-Fernstudium - Beginn jederzeit*

Coaching Kompakt - Praxistag

15. September 2013

Coaching Werkzeuge

Heute lernen - morgen anwenden:

- Fragetechniken, die überzeugen
- Konfliktlösungen im Coaching
- Ressourcen nutzen u. v.m.

Anmeldung bis 30.08. € 89, danach € 149

Johannes Steilmann 040/572 011 68 • Dag Werner 040/410 15 71

sogenannte Rosenthal-Effekt bezeichnet ein bekanntes Experiment zwischen Lehrern und Schülern. Wissenschaftler haben darin 20 Prozent der Schüler einer Klasse willkürlich ausgewählt – und sie dem Klassenlehrer, unabhängig von der tatsächlichen Begabung oder Leistung, als High Potentials verkauft. Das erstaunliche Ergebnis: Nach einem Jahr konnten die Wissenschaftler bei diesen 20 Prozent eine überdurchschnittliche Leistungssteigerung feststellen. Offensichtlich haben die Überzeugung und innere Haltung des Lehrers sein Verhalten gegenüber diesen Schülern derart beeinflusst, dass seine Arbeit letztlich zu einer Potenzialentfaltung bei den ursprünglich zufällig ausgewählten Schülern geführt hat.

Tatsächlich merken wir auch in unserer Arbeit mit Unternehmen immer wieder, dass die innere Haltung von Führungskräften den wesentlichen Unterschied machen kann. Führungskräfte, die mit einem Mangel an Überzeugung eine neue Führungskultur „probieren“, scheitern öfter. Die Belegschaft spürt, dass der Chef nur eine Methode übernommen hat, und erkennt den Mangel an Authentizität. Eine Führungskraft, die überzeugend eine Arbeits- und Führungskultur verändern will, braucht also starke innere Bilder, an die sie glaubt und die das Handeln leiten. Innere Bilder sind nichts anderes als neuronale Netzwerke. Solche Netzwerke entstehen durch zwei Faktoren: Erstens muss der Führungskraft klar sein, was genau sie durch den Wandel im Unternehmen erreichen will. Das geschieht durch wiederkehrende, fokussierte Reflexion sowie durch Gespräche mit anderen. Wir wissen aus der modernen Hirnforschung, dass gerade der Austausch und das Eingehen von Beziehungen einen günstigen Einfluss auf die Bildung neuer neuronaler Netzwerke hat.

Zweitens braucht die Führungskraft genügend inneren Antrieb. Sie muss sich fragen, warum ihr das Erreichen des Wandels wichtig ist. Es muss etwas sein, das sie berührt, etwas, das unter die Haut geht. Nur dann schüttet das Gehirn sogenannte neuroplastische Botenstoffe aus,

die dafür sorgen, dass sich die neuen Netzwerke stabilisieren und fest verankern. Das Gehirn ist bestrebt, dass innere Bilder und Realität zusammenpassen. Daher wirken diese starken inneren Bilder als ein intensiver Antrieb: Sie sorgen dafür, dass der Mensch sich aufmacht, die Außenwelt so zu verändern, dass sie zu den eigenen inneren Bildern passt. Dadurch wird das Handeln der Führungsperson authentisch und ermöglicht es anderen, Vertrauen zu fassen, um die eigenen Potenziale noch mehr zu entfalten. Das ideale Umfeld für so eine Führungskraft und Mitarbeiter, die dann ihre Potenziale entfalten können, ist ein Unternehmen, in dem

Tina Stümpfig-Rüdisser

Jin Shin Jyutsu - Die Kunst des Heilströmens erlernen

**Aktivierung der
Selbstheilungskräfte**

Paperback, 256 Seiten,
201 farbige Fotos und
47 Zeichnungen
ISBN 978-3-86616-254-9
€ 19,95



Ralph Skuban

„In diesem Gefäß erklingt das Ewige“

**Kabirs Yoga des
Glücks – Poetische
Texte des großen
indischen Mystikers**

Geschenkbuch,
Hardcover, 144 Seiten
ISBN 978-3-86616-253-2



€ 12,95

Verlag VIA NOVA

Alte Landstr. 12, D-36100 Petersberg,
Tel. (06 61) 6 29 73, Fax (06 61) 9 67 95 60
E-Mail: info@verlag-vianova.de
Internet: www.verlag-vianova.de,
www.transpersonale.de



eine offene Kultur herrscht. Bisher passe diese neue Offenheit jedoch oft kaum zu den traditionellen hierarchischen Kontrollstrukturen, meint Gregor Pillen, Geschäftsführer IBM Deutschland, in einem Interview im Rahmen der Global CEO Studie 2012. Aber es gibt Hoffnung: „Die Chefs scheinen zunehmend bereit, starre Prozesse zu lockern und durch flexiblere Rahmenwerke zu ersetzen. Sie sind deutlich bestrebt, offenere und kollaborative Kulturen zu fördern und ihre Mitarbeiter zu ermutigen, sich zu vernetzen, voneinander zu lernen und so Veränderungen voranzutreiben.“ Das hieße im Gegenzug aber auch, so Pillen, dass neue Kernkompetenzen von der Belegschaft erwartet werden: Kommunikationsfähigkeit, Kollaboration-Skills und die Bereitschaft, möglichst flexibel in wechselnden Teams zu arbeiten. „Die CEOs suchen also Mitarbeiter, denen Veränderungen Spaß machen, die neugierig sind und sich gerne in Netzwerken bewegen.“ Das ist eine gute Nachricht für Young Professionals, denn genau diese Eigenschaften sind in ihrer Generation nachweislich stark ausgeprägt. Sie sind die ideale Besetzung, um die aktuellen und kommenden Herausforderungen der Unternehmen lösen zu können.

Kulturwandel in Unternehmen und Organisationen

Die Non-Profit-Initiative „Kulturwandel in Unternehmen und Organisationen“ hat es sich zur Aufgabe gemacht, Menschen in Schlüssel- und Entscheider-Positionen zu ermutigen, auch in die eigene Organisation einen Wind des Wandels hineinzutragen. Es gibt bereits einige Beispiele für Unternehmen, die nach einem internen Kulturwandel wirtschaftlich immer stabiler wurden und zugleich ein Umfeld schufen, in dem Mitarbeiter messbar überdurchschnittlich zufrieden sind. Unter www.kulturwandel.org können Young Professionals sich von diesen Beispielen des Gelingens inspirieren lassen und Modelle finden, wie sie den eigenen beruflichen Alltag anders gestalten können.


Best-Practice-Beispiele für erfolgreichen Kulturwandel

Die vollständigen Unternehmensportraits und weitere Firmen finden Sie kostenlos unter www.kulturwandel.org.


Die Deutsche Kammerphilharmonie Bremen:

Der Ansatz: Starke gemeinsame innere Bilder

Was bisher geschah: Alle 35 Musiker der Deutschen Kammerphilharmonie Bremen entschieden sich vor gut 20 Jahren, einer gemeinsamen Vision nach Höchstleistung zu folgen: Sie gründeten risikoreich ein eigenes Unternehmen und




BEING AWAKE OLDENBURG



Vorträge & Retreats 2013

mit Michael Kewley,
Dhammachariya Paññadipa
(Lehrbeauftragung in Dhamma)



Dhamma-Vortrag:
‘Opening the Spiritual Heart’
 Fr, 30. Aug 2013, 20 Uhr


Yoga Vidya Zentrum
 Breslauer Str 74,
 26135 Oldenburg
 Kosten: 10,-€

City Retreat:
Sa, 31. Aug & So, 1. Sep 2013:
 Sa. 10-20 Uhr / So, 10-17 Uhr
 Rosenhaus,
 Weskampstraße 28,
 26121 Oldenburg
 Kosten: 130,- €


Infos bei Florian Schwindt
 Tel.: 04407 / 709171

Anmeldung bei Andrea Schreiber
 Tel. 0441 / 9848041

Informationen über Michael unter
www.puredhamma.org



www.being-awake.eu



verzichteten auf sichere staatliche Subventionen. Gerade die Unsicherheit spornete dazu an, die eigenen Grenzen stets zu erweitern.

Sichtbare Ergebnisse: Aus einem Studentenorchester erwachsen, gehört die Deutsche Kammerphilharmonie Bremen heute zur Top 10 der Weltklasse und erhielt den Deutschen Gründerpreis sowie viele weitere Branchenpreise.

Fujitsu Semiconductor Europe:

Der Ansatz: Eine neue Art, Danke zu sagen

Was bisher geschah: Die Mitarbeiter von Fujitsu wechseln oft von einem Projekt zu einem nächsten. In Mitarbeiterumfragen beklagten sie eine fehlende Wertschätzung für die geleistete Arbeit. Die Geschäftsführung entwickelte ein „E-Thank-You“-System, das es allen Mitarbeitern ermöglicht, sich mit einer firmeninternen digitalen Dankeskarte bei anderen nach abgeschlossener Projektarbeit erkenntlich zu zeigen. Eine Kopie dieser Karte wird automatisch an den Vorgesetzten versendet, der unmittelbar die Möglichkeit hat, eine kleine Bonuszahlung durch Knopfdruck mit der nächsten Gehaltsabrechnung auszulösen.

Sichtbare Ergebnisse: Die Mitarbeiter fühlen mehr Anerkennung für die eigene Leistung – und Fujitsu Semiconductor wurde inzwischen mehrfach zu einem der beliebtes-

ten Arbeitgeber Deutschlands gewählt.

Stadtwerke Bielefeld

Der Ansatz Väterbewusstsein

Was bisher geschah: Die Stadtwerke Bielefeld hat sich mit einem Männeranteil von 75 Prozent in der Belegschaft der Frage eines väterfreundlichen Arbeitsumfeldes gestellt und den mehrjährigen dreistufigen Prozess „Mit Vätern rechnen“ initiiert.

Sichtbare Ergebnisse: Inzwischen hat sich bei den Bielefelder Stadtwerken ein Arbeitsumfeld entwickelt, für das hochqualifizierte Mitarbeiter besser bezahlte Jobs bei internationalen Konzernen verlassen. Young Professionals müssen mit der Kinderplanung nicht warten, bis die Karriereleiter erklommen wurde, sondern können Beruf und Familie vereinen.

Führungskräftecoach Sebastian Purps hat eine Patchwork-Karriere hinter sich: Noch

während des Medizinstudiums arbeitete er als Journalist, bevor er begann, für die Plattenfirma SonyMusic digitale Geschäftsfelder aufzubauen. Es zog ihn in die Schweiz, von wo aus er ein weltweites Team für den Telekommunikationszulieferer Ericsson leitete. Noch während er die Diversifizierungsstrategie der Swisscom begleitete, begann er sich für die versteckten Muster des Gelingens in zwischenmenschlichen Beziehungen zu interessieren und machte sich 2008 als Führungskräftecoach selbstständig. Durch die Freundschaft mit dem Göttinger Neurobiologen Prof. Dr. Gerald Hüther begann Sebastian Purps, erfolgreich die Erkenntnisse der modernen Hirnforschung mit dem Wissen des Management-Trainings zu kombinieren. Gemeinsam gründeten beide im Jahr 2010 die Non-Profit Initiative „Kulturwandel in Unternehmen und Organisationen“.

ENTWICKLUNGSWEGE

Gesund leben in Harmonie mit der Natur



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

Mechthild Maria Hesse-Herr
 Reconnection® Practitioner
 Lebensberaterin

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

Neue Öffnungszeiten: Mo–Sa 10–14 Uhr; nachmittags nach Vereinbarung

Behandlung • Beratung • Vorträge • Kurse • Lichtarbeit • Verkauf

Autor: Peter Gerd Jaruschewski

„Aufhören, sich zu beklagen ...“ **Erfahrungen mit der 21-Tage-Herausforderung**

In der vorletzten Ausgabe habe ich über die „Übung mit dem lila Armband“ berichtet, die vom amerikanischen Pastor der Christ Unity Church Will Bowen entwickelt wurde. Mittlerweile habe ich eine Menge Rückmeldungen von Menschen bekommen, die sein Buch gelesen und meine Veranstaltungen besucht haben. Die Ergebnisse motivieren, hierüber zu berichten und die LeserInnen zum Üben einzuladen.

Zur Erinnerung: Bei der Übung mit dem lila Armband geht es darum, sich ein lila Armband um ein Handgelenk zu legen. Immer, wenn man merkt, dass man sich beklagt, jammert, schimpft oder über eine andere – nicht anwesende Person – lästert oder tratscht, wechselt man das Armband von einem Handgelenk auf das andere. Ziel ist es, sich 21 Tage hintereinander nicht zu beklagen.

Warum das Ganze? Es geht um nicht mehr oder weniger als eine spürbare Verbesserung der Lebensqualität, was ich selbst und die Übenden festgestellt haben (siehe Erfahrungsberichte auf der rechten Seite). Wenn wir erst einmal bewusst darauf achten, wie oft wir uns am Tag beklagen, jammern, schimpfen oder lästern (am Anfang wechselt man bis zu 20 oder mehr mal pro Tag das Armband), wird einem auch klar, wie sehr dieses Verhalten Auswirkungen auf unsere körperliche und seelische Gesundheit haben kann (hat).

Jedes gesprochene (und gedachte) negative Wort schwächt nachweislich unser Immunsystem und macht uns anfälliger für Krankheiten jeglicher Art. Und jeder positive Gedanke und Satz stärkt es. Die Wissenschaft spricht von „Bahnungseffekten“ im Gehirn – das bedeutet, dass die neuronale Aktivität „richtige Bahnen“ im Gehirn schafft, die einen starken Einfluss auf uns ausüben und weitere Prozesse und Abläufe schädigen oder fördern können. Zudem schaffen wir uns mit dem Jammern und Klagen eine innere Realität, die mit der äußeren erst einmal nichts zu tun hat. Diese ist einfach, wie sie ist ...

So einfach diese Übung zu sein scheint, so schwer ist sie in der Wirklichkeit umzusetzen. Grund dafür ist die hohe Anzahl unbewusster Klagen und Schimpfworte, die uns alltäglich entschlüpfen. Dabei hat meist jeder von uns ganz bestimmte Klagegewohnheiten zu bestimmten Themen oder Gelegenheiten. Ich selbst bin höchst anfällig beim Autofahren – wenn ich da nicht besonders aufpasse, ist der ganze Tag übungsmäßig schon nach einer kurzen Autofahrt „ruiniert“ und das Armband wechselt fleißig. Natürlich nicht während der Fahrt, sondern bei einer Rast oder nach der Ankunft bei kurzen Fahrten. Es hilft dabei sehr, sich zunächst dieser Klagegewohnheiten bewusst zu werden, um später in entsprechenden Situationen besonders achtsam sein zu können.

Die Berichte vieler Praktizierender zeigen deutlich eine erhebliche Verbesserung der Lebensqualität und der Lebensfreude: Der Umgang mit Menschen wird leichter, die eigene Seele freier und das Leben macht mehr Spaß. Manchmal ändert sich der Bekanntenkreis, da einem plötzlich auffällt, wie oft sich andere beklagen oder jammern ... und man selbst dies nicht mehr möchte. Dann gibt es Raum für Neues ... Es gibt eine Reihe von weiteren Übungen, die uns noch achtsamer machen und das Ziel, 21 Tage sich nicht zu beklagen oder zu jammern, schneller und leicher erreichen zu können. Probieren Sie es aus – Sie werden überrascht sein!

„Klage-Frei ...“ – Vorträge, Workshops: Peter Gerd Jaruschewski, Lagerstr. 62, 26125 OL, post@klage-frei.de, www.klage-frei.de

Aufhören, sich zu beklagen ...

Die größte Herausforderung ...

„Die größte Herausforderung am Anfang war, herauszufinden, wie ich mich eigentlich beschwere, und wann ich jammere oder mich beklage. Das war garnicht so einfach da sehr viel unbewusst abläuft und sich so als Gewohnheit eingeschlichen hat. Das erste Mal, als ich 5 beschwerdefreie Tage geschafft hatte, fühlte ich mich großartig und rundum wohl, ja befreiter als zuvor. Am 6. Tag beklagte ich mich allerdings wieder und als mir das bewußt wurde, hatte ich sofort den Impuls aufzugeben und einfach drauflos zu klagen, was das Zeug hält, ich wollte so richtig ins Klagemeer eintauchen und allem Frust über mein Scheitern (nur 5 Tage...) Luft machen! Ich befand mich gerade in einer Oper aus Gejammer, als ich mich berappelte und meinen Ehrgeiz wieder erweckte um es weiter zu versuchen und von vorne anzufangen...“ (Susanne H.)

Ich bleibe dran ...

„Also, dass es schwierig werden würde war mir klar. Aber wie sehr manche negativen Urteile und Gewohnheiten sich in mir festgesetzt haben, war mir nicht klar. Mich zu beschweren ist eine Angewohnheit in meinem Leben, die sehr hartnäckig ist. Will Bowen schrieb ja, dass er begonnen hatte, Menschen zu meiden, die sich häufig beschweren. Das kann ich leider nicht, denn dazu müsste ich kündigen. Ich arbeite derzeit schon daran, aus meinem Job auszusteigen, und in der Zwischenzeit arbeite ich ebenso fleissig mit meinem Armband weiter. Erste Erfolge bestehen darin, dass ich im Schnitt 2 Tage schaffe und dann flutscht mir wieder etwas aus dem Mund. Aber ich bleibe dran, ich will und werde die 21 Tage schaffen, egal wie lange ich dafür brauche, denn ich bin davon überzeugt, dass diese Verhaltensänderung sich sehr positiv auf mein Leben auswirken wird ...“ (Christine M.)

Gangbarer Weg ...

„Das Buch „Einwandfrei“ beschreibt wirklich einen gangbaren Weg zu mehr Glück im Leben und hat mich teilweise sehr berührt. Ich meditiere schon seit längerem und die Übungen haben mich motiviert noch bewusster mit Worten umzugehen. Am meisten hilft es mir aber, daß ich mich auf die positiven Dinge konzentriere, um mich nicht zu beschweren ... (Claudia G.)

Von Woche zu Woche weniger ...

„Das Buch hatte ich in ca. einer Woche durchgelesen. Dadurch ist mir sehr schnell aufgefallen, wie oft ich selbst und auch meine Mitmenschen sich über das Leben beklagen. Erzählt habe ich fast all meinen Freunden von dem Buch und das Armband kann ja jeder sehen. Zu Beginn habe ich sehr oft die Seite wechseln müssen. Von Woche zu Woche wurde es aber weniger. Meine Sichtweise wurde auf jeden Fall positiver. Auch im Berufsleben habe ich die Leute darauf hingewiesen, wie oft sie am Klagen sind ...“ (Cora W.)



Vortrag:

„Aufhören, sich zu beklagen!“
Dienstag, 11. September 2013

In diesem Vortrag werde ich die Übung mit dem lila Armband ausführlich vorstellen, eigene Erfahrungen damit schildern sowie auf die Frage eingehen, wie stark Gedanken und Überzeugungen unser Leben beeinflussen.

Datum: Mittwoch, 11. September 2013
Ort: Rosenhaus, Weskampstr. 28, 26121 OL
Zeit: 19.30 - ca. 21.00 Uhr
Referent: Peter Gerd Jaruschewski
Kosten: 7,- €



Workshop:

„Jammerfrei in Alltag & Beruf“
Sonntag, 22. September 2013

Dieser 6-stündige Workshop ergänzt die 21-Tage-Übung mit dem lila Armband um einige weitere effektive Methoden, um das angestrebte Ziel schneller und sicher zu erreichen. Zusätzlich werden praktische Tipps aus den Erfahrungen von schon länger Übenden vorgestellt und integriert.

Datum: Sonntag, 22. September, 10 - 17 Uhr
Ort: Rosenhaus, Weskampstr. 28, 26121 OL
Leitung: Peter Gerd Jaruschewski,
Kosten: 55,- €

fortlaufende Erfahrungsgruppe:

„Auf Dauer klage-frei“
ab 30. September 2013

Erfahrungsaustausch, Hintergrund-Informationen, gegenseitige Unterstützung, Buchtipps, wissenschaftliche Erkenntnisse, weitere Übungen & vieles mehr ...

Verbindliche Anmeldung / Infos:

Peter Gerd Jaruschewski, Lagerstraße 62, 26125
Oldenburg, 0441.9729996, post@klage-frei.de
www.klage-frei.de

Autor: unbekannt

Der Weg zur Heilung ...

So kann's kommen Teil 2 (1. Teil in Heft 1'2013 im Internet)

Das passiert schon mal: „Es geht mir nicht gut. Ich fühle mich müde, kraftlos, und irgendwie tut alles weh. Der Alltag ist unendlich mühsam, die Kinder nerven bis in die letzte Zelle hinein. Der Magen schmerzt, in meinem Hirn ein großes Loch. Dauernd Streit mit meinen Lieben, an Schlaf ist trotz Hundemüdigkeit nicht zu denken, weil's im Kopf nur rumort. Da kann doch was nicht stimmen!“

Der Weg zur Heilung führt über die Fachleute, oder? Wollt ihr mich ein Stück begleiten?“

Psychotherapeut:

„Wovor verschließen Sie denn die Augen? Was wollen Sie nicht sehen? Was macht Sie denn so müde? Sie müssen hinschauen, sich dem Problem stellen. Sie müssen damit umgehen, sich selbst liebevoll annehmen lernen. - Klar, diese Tabletten! Wenn Sie wollen, dass ich Ihnen helfe, müssen Sie damit aufhören, Sie sind ja gar nicht Sie selbst!“

Psychoanalytiker:

„Das ist der verdrängte Ödipus-Komplex. Sie haben eine gestörte Vater-Übertragung auf Ihren Chef, der Sie an einen ehemaligen Wohn-Nachbarn aus Ihrer frühen Kindheit erinnert. Legen Sie sich einmal auf die Couch und assoziieren Sie frei vor sich hin - ich schlafe inzwischen eine Runde in meinem Sessel.“

Releasing Therapeut:

„Da sind noch einige Devices von Matriachat (mindestens 379) Stück in Deiner Aura und Deinen Genen. Du musst jetzt mindestens 3 Monate keinen Sex haben, 2 mal die Woche zu einer Session kommen und meine nächsten 5 Releasing Wochenend- Seminare besuchen. Wenn Du gut bist, kannst Du dann nach den 5 WS's assistieren, und dann schauen wir mal weiter was der allerhöchste Geist zu Deinem Fall sagt.“

Reiki-Meister:

„Ja, ich kann das gut wahrnehmen: die Energie fließt nicht so richtig. Kommen Sie zehn Mal,

dann sehen wir weiter. Sie sollten nicht so viel reden - legen Sie sich einfach hin und entspannen Sie sich! Reiki macht das schon. - Ich mache auch Fernheilungen: ich sitze hier und konzentriere mich ganz auf Sie zu Hause. Macht 80 € die Sitzung.“

Kinesiologe:

„Sie sind ja ziemlich aus der Balance. Ich gleiche jetzt einmal Ihre Gehirnhälften aus und zeige Ihnen, wie Sie daheim die Augen rollen müssen. Dann werden Ihre Selbstheilungskräfte schon wieder aktiv werden.“

Astrologe:

„Du hast den Uranus und den Saturn gerade direkt auf Deinem Jupiter, und der Mond steht in Konjunktion mit Pluto genau gegenüber. Das ist ein bisschen heftig. Keine Sorge, nach einem Jahr löst sich das allmählich wieder auf.“

Feng Shui:

„Schau Dir doch Deine Wohnung an: im Beziehungseck die Schmutzwäsche, im Reichtumseck eine vertrocknete Pflanze, und im Bereich Ruhm und Karriere das Klo... klarer geht's nicht, oder? Ich habe da ein paar sehr wirkungsvolle Mobiles und Kristalle, mit denen du diese Fehlbereiche beleben kannst, damit wieder alles ins Lot kommt. Ich verspreche dir: diese Investition zahlt sich aus; hundertfach kriegst du's zurück.“

Engels-Channel:

„Ich kriege da so eine Botschaft aus dem Jenseits, dass Sie in Wirklichkeit jemand ganz anderer sind. Sie gehören nicht in diese Welt, Sie

sind zu Höherem berufen. Lernen Sie das Channeln und fangen Sie endlich an zu heilen; das ist Ihre wahre Berufung. Die jenseitigen Meister warten nur mehr auf Ihr „Ja“. Wissen Sie, ich sag das nur zu Ihnen: nächsten Monat beginnt eine Ausbildungsgruppe bei mir, wo ich solchen Menschen wie Ihnen beibringe, wie man seine Fähigkeiten entwickelt und zum Wohl der Welt einsetzt. Wenn ich so überlege: ich könnte mir vorstellen, dass gerade Sie dafür besonders talentiert sind und eines Tages vielen Menschen damit helfen könnten.“

Katholischer Seelsorger:

„Beten Sie, liebe Schwester, beten Sie! Jesus liebt Sie! Das ist mehr als genug. Meinen Sie nicht? Warum versteifen Sie sich so darauf, dass Sie von Ihrem Mann Liebe brauchen? Lassen Sie los! Öffnen Sie sich dem Heiligen Geist. Kommen Sie zu mir, wann immer es Ihnen Ihr Herz sagt – auch wenn es mitten in der Nacht ist – und erzählen Sie mir alles! Das wird Sie erleichtern. Bei mir sind Sie in guten Händen, ganz sicher und ganz unverbindlich und kostet Sie auch nichts, wie bei den Therapeuten, den Sekten und dem Psychokult. Ich tue das ganz uneigennützig..“

Schamane:

„Sie sind von einem fremden Geist besessen. Jetzt rassel ich mal eine Runde, dann trommeln wir zusammen, beten zum Großen Geist Manitu und zur Mutter Erde, machen einen Trance-Tanz, und dann sind die Geister wieder versöhnt.“

Edelsteintherapeut:

„Hier habe ich viele bunte Steinchen. Welchen wollen Sie nehmen, einen roten, einen blauen, einen grünen? Smaragd, Saphir, Bergkristall? Männchen oder Weibchen? Suchen Sie sich einen aus, ganz spontan und intuitiv, und legen Sie ihn sich jeden Tag 30 Minuten auf die Brust. Das öffnet die Chakren.“

Familientherapeut:

„Jetzt stellen wir mal Ihr Familiensystem auf. Gibt es da irgendwelche „schwarzen Schafe“, abge-

triebene Kinder, verstoßene Enkeln, Onkeln und Tanten, enterbte Nichten und Neffen, betrogene Ehemänner, faule Schul- und Studienabbrecher? Die stören das Familiensystem, und deren erblicher Einfluss wirkt sich auf Sie hemmend aus, Sie können Ihre Potenziale nicht voll entfalten. - So, jetzt rücken sie mal das System zu recht, verbeugen sich vor Vater und Mutter, Oma und Opa, Urgroßvater und Urgroßmama, alle Geschwister, Cousins und Stiefenkel und danken Ihnen, wofür auch immer, werfen Sie sich vor ihnen auf den Boden und fangen Sie spontan an zu weinen. Das wird die Schuldverstrickung lösen.“

Tachyonen-Berater:

„Was Du erlebst, sind einfach Entgiftungsercheinungen. Da will ganz viel alter Mist raus aus deinem System. Wehr dich nicht dagegen, kauf noch ein paar neue, noch bessere Tachyon-Produkte, zum Beispiel diese wunderbare Blue Green Alge - die reinste Gehirnnahrung, die ideale Versorgung für unser Zeitalter. Du wirst sehen: wenn deine Chakren erst einmal dauerhaft nach oben ausgerichtet sind, schießt dein Energielevel in die Höhe wie nix.“

Tantra-Lehrer:

„In dir ist das Weibliche und das Männliche noch nicht vereint. Sei öfter mal Mann, dann wieder ganz Frau. Bete zu Shakti und Shiva, Shankar und Ganesha, Paramahansa und Yogananda, Bhagvad Gita und Mahabharata...“

Yoga-Lehrer:

„Jetzt machen wir einmal ein paar ganz schwierige Verrenkungen, bis die Wirbelsäule kracht, das tut dem Körper und dem Karma gut. Dann setzen wir uns in den Lotussitz und meditieren „Om“ auf das Bild von Sri Chimnoy, Sri Mataji, Sri Babaji, Krishnamurti, Maharishi, Sai Baba, Ali Baba ...“

Guter Freund:

„Mädel, besorg dir eine Putzhilfe und geh mal auf Urlaub!!!“



(Vor Kurzem) selbständig gemacht?

Fordern Sie bis zu **90% staatliche Fördermittel** für Existenzgründungen an (Beratungsleistungen).

Sich selbständig machen ist ein Abenteuer! Damit dieser Sprung gelingt, hat der Staat mehrere Fördermöglichkeiten geschaffen, welche Existenzgründer durch qualifizierte Beratung unterstützen.

1 Existenzgründung aus der Arbeitslosigkeit:

Der Staat zahlt bis 90% Förderungsberatung für Existenzgründer (bis 4.000,- EUR), es verbleibt ein kleiner Eigenanteil von nur 10%!

2 Sonstige Existenzgründungen:

Ist Ihr Unternehmen noch keine 5 Jahre alt, können Sie 50% Beratungsförderung bekommen (bis zu 6.000,- EUR.)

Achtung! Die Möglichkeit der Förderung bei Gründungen aus der Arbeitslosigkeit soll Ende 2013 ersatzlos gestrichen werden. Also: noch schnell selbständig machen! Ich informiere gern.



Infos & kostenloses Erstgespräch

auch direkt vor Ort in Osnabrück, Münster, Bielefeld, Oldenburg.

Peter Gerd Jaruschewski

„Ich verfüge über 20 Jahre Erfahrung in der Existenzgründungs- und -sicherungsberatung (spez. Therapeuten, Gesundheit usw.) und bin bei der KfW, der N-Bank und dem BAfA als freier Berater akkreditiert.“

Peter Gerd Jaruschewski, Lagerstr. 62, 26125 Oldenburg, Tel. 0441.9736160, beratung@jaruschewski.eu

Neu von Christine Bengel

Im Gespräch mit meinem inneren Kind

Zur Aussöhnung mit persönlichen Stärken und Schwächen

Set mit Taschenbuch und 48 Karten, ISBN 078-3-86826-107-3, € (D) 17,99

Von der bekannten Autorin der Numerologie-Bestseller, zusammen mit ihrer Tochter Carina Bengel

Überall im Buchhandel erhältlich. www.koenigsfurt-urania.com.



26. Juli bis 4. August 2013
Hof Oberlethe

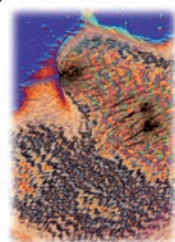
Die Kunst der wachen Beziehung

Beziehungsintelligenz in Aktion
Mit Thomas Hübl und Gästen

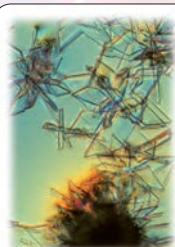
www.celebrate-life.info



CELEBRATE LIFE FESTIVAL



*Ich bin der Fluss meines Aktus
in Ruhe und Stärke.*



*Loslassen
setzt neue Kraft frei.*



*Ich bin das Licht
meines Lebens.*



*Ich spüre und lebe
meine Energie.*

Schüßler-Salze *Elisabeth Metz-Melchior*

NEU Kristallbilder der Schüßler-Salze unter dem Mikroskop aufgenommen.

Der Arzt Wilhelm Heinrich Schüßler entwickelte im 19. Jahrhundert diese Therapie mit 12 verschiedenen Mineralsalzen, die auch im menschlichen Körper vorkommen. Später wurde die Liste erweitert, als seine Schüler weitere Salze entdeckten. Diese sogenannten Schüßler-Salze werden noch heute erfolgreich von Heilpraktikern und Ärzten für Naturheilkunde angewendet. Dieses Set bietet alle nötigen Sach-Information (BUCH) und erlaubt ein intuitives Einfühlen & Erkunden (BILD-KARTEN). Diese Verbindung von Information und Intuition beruht auf Erkenntnissen von Neurowissenschaft, Lernpsychologie und Motivationsforschung. Information und Intuition zusammen vertiefen den persönlichen Zugang, hier zu den Schüßler-Salzen. Sie erleichtert die Auswahl der Salze und führt zu einer größeren Eigenbeteiligung und steigert die Wirksamkeit der Behandlung. Im Buch wird ausführlicher auf die verschiedenen Therapien eingegangen.

Elisabeth Metz-Melchior ist Heilpraktikerin mit Praxis in Bad Münstereifel. Seit 15 Jahren setzt sie zur Therapie Schüßler-Salze ein.

Schüßler-Salze , Set mit Buch und Bild-Karten, Elisabeth Metz-Melchior, Königsfurt Vlg., 19,99 €



Tai Chi Chuan –
authentischer Yang-Stil mit Cornelia Weilke



„Wer täglich Tai Chi Chuan übt, wird beweglich wie ein Kind, kräftig wie ein Holzfäller und gelassen wie ein Weiser.“ (Chinesische Weisheit)

Der authentische Yang-Stil ist ein Weg, diese Eigenschaften zu erreichen. Die inneren TaiChi-Prinzipien lassen mit mehr Leichtigkeit und weniger Muskelkraft Bewegungen entstehen, die sehr kraftvoll und gleichzeitig energiegeladen sind. In diesem Seminar lernen Sie den Anfang von Teil 1 der Form, einige taoistische Gesundheitsübungen, Prinzipien des Yang-Stils, wann Chi (Lebensenergie) verschwendet oder blockiert wird und wie das Chi fließen kann. In Partnerübungen lernen wir spielerisch die Unterschiede im Fluss des Chi bei falscher und richtiger Körperhaltung und die Bedeutung einzelner Bewegungen in dieser Kampfkunst.

20.7., 15.9., 12.10., 17.11. jew. von 10 bis 16 Uhr im Rosenhaus, Weskampstr. 28, 26121 Oldenburg. Kosten: 90 €, ermäßigt 60,- € (für Menschen mit geringem Lebenseinkommen).

Information & Anmeldung: 0331.9793328 oder 0163.3640968 oder info@itcca-oldenburg.de, www.itcca-oldenburg.de

Celebrate Life Festival 2013:
Die Kunst der wachen Beziehung



Thomas Hübl und sein Team veranstalten dieses Jahr zum 10. Mal das Celebrate Life Festival in Hof Oberlethe bei Oldenburg. 2013 steht „Die Kunst der wachen Beziehung“ im Mittelpunkt des Non-Profit-Events. Das Festival ist erstmals in vier Module von jeweils zwei Tagen unterteilt. Es geht um frühkindliche Beziehungen, erwachsene (Mann/Frau-) Beziehungen, globale Beziehungen und schließlich die Beziehung zu Gott.

Wie sieht unsere Beziehungsmuster hinterlassen, die noch heute eine Limitierung der Beziehungsintelligenz nach sich ziehen? Wie sieht mein Verständnis von Beziehung unter dem mystischen Aspekt aus?

Wir laden zu einer Reise der Reifung unserer Beziehungsfähigkeit ein. „Alles, was in Beziehung tritt, kann heilen.“ (Thomas Hübl)

Wir laden zu einer Reise der Reifung unserer Beziehungsfähigkeit ein. „Alles, was in Beziehung tritt, kann heilen.“ (Thomas Hübl)

Celebrate Life Festival 2013 vom 26. Juli bis 4. August 2013 im Hof Oberlethe, Wardenburg.. Mehr Infos unter www.celebrate-life.info.

Im Einklang sein:
Tag der offenen Tür am 17.8.13



Wer erleben möchte, wie gut es sich anfühlt im „Einklang“ zu sein, der ist herzlich eingeladen, den neueröffneten Seminarraum von Theresia de Jong in Zetel und den großen Naturgarten kennenzulernen. Ein Tag zum Sehen, Hören und Spüren. Mit Heiligesang, Vorträgen, Ständen zu Gesundheit, Schönheit und Wohlfühl. Mit dabei: Steinbearbeitung, Heilsteine, Massage, Mode und Design, Klage-frei, Reiki, Kräuter und Essenzen, Seife, Wolle und mehr.

Am Abend Mantrakonzert mit Shoshan aus Hamburg. Relaxen auf der Wiese, heilsamen Klängen und Gesängen lauschen und gemütlich picknicken. Ankommen im Hier und Jetzt und mit Freunden genießen und feiern.

„Einklang“, Siedlung 24, 26340 Zetel. Für den Abend bitte anmelden unter: info@theresia-dejong.de. Weitere Infos: www.theresia-dejong.de.

Meine Nase – Physiognomik
Tagesseminar mit Brigitte Ücker-Nahm



Die Lehre Carl Hutters ermöglicht es, Gesichter, Körper, Persönlichkeiten zu „lesen“. Das „Fühlende Sehen“ bringt Verständnis für den Mitmenschen, ist aber auch eine Chance auf vertiefte Selbsterkenntnis.

Die Nase, mitten im Gesicht „gebaut“, lässt uns

veranstaltungen & mehr ...

die Willenskraft zur Selbstverwirklichung erkennen, aber auch u.a. den Instinkt, das Bauchgefühl, die seelische Beeindruckbarkeit, den Fleiß, den Magen, Lunge und Bronchien, das Knochenystem. Die Theorie wird mit viel Praxis verankert.

So. 18.08.13 von 9.30-17.30 Uhr bei Entwicklungswege. Info und Anmeldung: Mechthild M. Hesse-Herr, Peterstr. 7, Bad Zwischenahn, Tel. 04403.8107372, info@entwicklungswege.com, www.entwicklungswege.com.

Der Klang der Stille

von Michael Kewley



Über viele Jahre, bevor mein Lehrer mich aussandte, mit anderen Dhamma zu teilen, war ich ein hingebungsvoller Schüler. Ich praktizierte eifrig und nahm an scheinbar hunderten langen und intensiven Vipassana-Retreats teil. Stunde auf endlose Stunde in Stille sitzend, den Atem in meinen Nasenlöchern und die fortwährend wechselhaften Empfindungen in meinem Körper beobachtend. Es war ein gesegnetes Training mit einem bewundernswerten Lehrer und etwas, was ich heute allen ernsthaften Schülern des Dhamma wirklich empfehle....

(Den vollständigen Text können Sie in der Online-Ausgabe des Achtsamen Lebens nachlesen: www.achtsames-leben.org.)

Dhamma-Vortrag: 'Opening the Spiritual Heart', Fr. 30.8., 20 Uhr im Yoga Vidya Zentrum Breslauer Str 74, 26135 Oldenburg, Kosten: 10,-€; City Retreat: Sa. 31.8. & So. 1.9., Sa. 10-20 Uhr / So, 10-17 Uhr im Rosenhaus, Weskampstraße 28, 26121 Oldenburg, Kosten: 130,- €.

Infos bei Florian Schwindt, Tel.: 04407.709171. Anmeldung bei Andrea Schreiber, Tel. 0441.9848041. Informationen über Michael unter www.puredhamma.org www.being-awake.eu

„Gesundes Leben – Der Wohlfühladen“ in der Gesundheitsstadt Westerstede



Gut sortierter Gesundheitsladen, der sich mit dem Gebiet der dauerhaften, präventiven Gesundheit durch bewusste Ernährung, Kleidung und Kosmetik, sowie durch seelische Ausgeglichenheit und Sinnfindung beschäftigt.

- Lebensmittel, Gesundheitsprodukte, Nahrungsergänzungsmittel (Rapunzel, Urkornhof, u.v.m.)
- Exquisite Naturkosmetik von Sanoll
- Literatur und Wohlfühlprodukte für Körper, Geist und Seele
- Wellness- und Feng-Shui Kleidung (Spirit of Om)
- Aura-Soma, Effektive Mikroorganismen (EM), Bio-Vollspektrumlicht, biophotone Produkte (Schutz vor Elektromog, Abschirmung und vieles mehr)
- Ayurveda-Produkte und -Literatur
- Ganzheitliche Gesundheits- und Ernährungsberatungen
- Spirituelle Lebensberatungen, Mentalcoaching und energetische Heilsitzungen

Gesundes Leben- der Wohlfühladen, Natalie Illiger, Peterstraße 1, 26655 Westerstede, Tel. 04488.5204423.

Das Engstfeld/Weiss-Quartett Konzert im Wilhelm 13



Ein Paradebeispiel für erfrischend vitalen, akustischen Modern Jazz stellt das Düsseldorfer Engstfeld/Weiss-Quartett dar. Die Band beeindruckt mit ihrem spezifischen, einmaligen Gruppensound, entstanden durch die langjährige intensive Zusammenarbeit. Besonders die Fähigkeit, verschiedenstes musikalisches Material von Standards, Eigenkompositionen sowie Bearbeitungen klassischer Musik in ein unverwechselbares Klangbild zu verwandeln, wird ihr von vielen Kritikern, Kollegen und Zuhörern bestätigt.

Tenorsaxofonist Wolfgang Engstfeld und

Schlagzeuger Peter Weiss arbeiten – in verschiedenen Besetzungen – seit rund vier Jahrzehnten miteinander. Davon profitiert auch ihr seit zehn Jahren bestehendes Quartett mit dem Kontrabassisten Christian Ramond und dem Pianisten Hendrik Soll. Die Fundamente des fast ausschließlich aus Eigenkompositionen bestehenden Programms bilden der energiereiche Hardbop, Einflüsse des Latinjazz und freiere rhythmische Strukturen, wie sie vor allem im modernen Jazz der 70er und 80er Jahre aufkamen.

Das Engstfeld/ Weiss-Quartett: Sa. 14. Sept. um 20 Uhr im Wilhelm13, Leo-Trepp-Str. 13, OL. Infos zu Kartenbestellungen www.wilhelm13.de.

Heilgesang und Energietherapie



Am 12. Oktober 2013 bieten die Heilsängerin und Energiearbeiterin, Theresia de Jong, und die Energietherapeutin und Coach, Beate Korfe, gemeinsame „Heil“-Sitzungen an. Es ist ungewöhnlich von zwei Energietherapeuten gleichzeitig behandelt zu werden. Jede der beiden verfügt über langjährige Praxis und Erfahrung und kann auf erstaunliche Heilerfolge zurück blicken. Eins plus eins ergibt mehr als zwei - es stellt sich ein übergeordneter Effekt ein. Am besten, Sie erfahren es am eigenen Leib.

Infos und Anm.: Theresia de Jong, www.theresia-dejong.de, 04453.1596, Beate Korfe, www.lebensenergie-oldenburg.de, 0441.5703239. Ort: Raum für ganzheitliche Lebenspflege Beate Korfe, Marschweg 123, 26131 Oldenburg.

Kriya Yoga Workshop

mit Hamsacharya Marcelo Paffenholz



Der Kriya Yoga ist eine uralte Meditationstechnik welche die Evolution des menschlichen Bewusstseins enorm beschleunigt. Etwa eine Minute der perfekt ausgeüb-

ten Kriya Atemtechnik entspricht einem Jahr geistiger Weiterentwicklung. Yogiraj ist Schüler von Mahavatar Babaji (auch bekannt aus der „Autobiographie eines Yogi“) und wurde von ihm auserkoren, die streng bewachten Geheimnisse der Yogis des Himalaya sowie den „Blitz Weg“ des Kriya Yoga in seiner originalen, reinen Form ans Licht zu bringen.

Hamsacharya Marcelo Paffenholz ist zertifizierter Kriya Yoga Lehrer, Leiter der Kriya Yoga Schule in Wuppertal, und wurde von Yogiraj autorisiert den Kriya Yoga weiterzugeben.

Einführungsabend: Fr. 19.10. - 20 Uhr mit Mantrasingen und Filmvorführung; Eintritt auf Spendenbasis. Workshop: Sa. 20.10. und So. 21.10. jew. 10-16 Uhr im Rosenhaus, OL; Gebühr: 210,- € (inkl. Lehrmaterialien). Voranmeldung notwendig! Anm./Kontakt: Tel.: 0202.39343922, info@kriyayogaschule.de, www.kriyayogaschule.de

Tanz & Meditation

mit Doreen Tönjes



Tanz & Meditation ist eine offene Veranstaltungsreihe, die einen Raum kreiert für Stille & Bewegung, basierend auf „Soul Motion“ des Begründers Vinn Marti.

Meditation in Bewegung und Tanz - diese Bewegungspraxis lässt uns unsere eigene Lebendigkeit spüren, die Präsenz in uns wahrnehmen und durch Bewegung zum Ausdruck bringen. In der Begegnung mit uns selbst und anderen lassen wir uns inspirieren und gehen achtsam um, mit dem was ist.

In angeleiteten Übungen und freien Bewegungsphasen erinnern wir uns daran, dass wir Seelen in menschlicher Gestalt sind. Dabei folgen wir Impulsen, die uns bewegen, unterstützt von sanfter bis energievoller Musik. Wir erleben Momente der Stille und des Innehaltens bis hin zum wilden Tanz.

29.09. - 03.11. - 01.12.2013, Sampoorna Yoga Zentrum OL, jew. 11-13:30 Uhr. Kosten: jew. 30,- €. Anm. nicht notwendig. www.doreentoenjes.de.

Autor: SEIN

SEIN – das ganzheitliche Magazin aus Berlin

Das SEIN-Magazin ist eine ganzheitliche Zeitschrift. Wir schreiben über ein weites Spektrum von Themen aus den Bereichen Gesellschaft, Bewusstsein, Politik und Kultur.

Wir glauben, dass es Zeit ist für einen gesellschaftlichen Wandel auf allen Ebenen. Grundlage dieses Wandels wird ein neues Bewusstsein sein:

Ein Bewusstsein darüber, dass wir alle Teil eines Ganzen sind und dass die Erde ein lebendiger Organismus aus Millionen von Individuen ist. Dass wir alle in Frieden leben können, wenn wir diesen in uns selbst gefunden haben. Für die/ den Einzelne/n heißt das, Verantwortung zu übernehmen für das eigene Leben und sich auf das Abenteuer einzulassen, in Achtsamkeit und Bewusstheit zu wachsen.

Auf der Ebene der Gesellschaft wird sich dieses neue Bewusstsein in vielfältiger Form manifestieren, zum Beispiel in einem neuen Miteinander, einer Neudefinition von Arbeit, einem neuen Geldsystem, neuen Beziehungen, anderen Schulen und in Technologien, die in Einklang mit der Natur arbeiten. Zu diesen Themen möchten wir unsere Leser inspirieren und informieren.

Abonnement-Infos:

Lassen Sie sich Ihr Exemplar druckfrisch nach Hause schicken und studieren Sie die aktuellen Veranstaltungshinweise, Hintergrundinformationen und redaktionellen Beiträge in entspannter Atmosphäre. Sie bekommen ein ganzes Jahr insgesamt 12 mal „SEIN“ bereits am Erscheinungstag zugeschickt (Jahresabo 33,60



€). Wenn Sie in oder um Berlin wohnen, können Sie „SEIN“ kostenlos an einer der über 650 Auslagestellen abholen.

„Das SEIN-Magazin ist ein sehr empfehlenswertes Medium. Jeden Monat kompakte Information zu den Themen unserer „Umbau-Zeit“ - tiefgründig, kritisch, berührend, immer aktuell. Dazu ein umfangreicher Internetauftritt zum Weiterlesen.“

Ulrike Plaggenborg

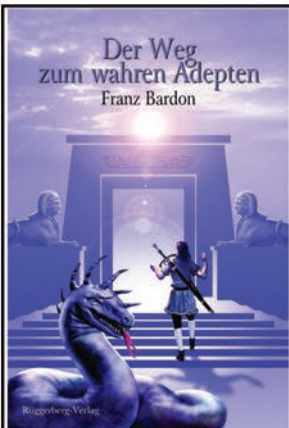


HOTEL GUTSHAUS PARIN

BIO- UND GESUNDHEITSHOTEL

- idyllische Lage
- Café & Restaurant im Gewölbekeller
- vegetarische Delikatessküche in 100 % Bio
- baubiologisch renoviert
- Tagungen und Incentives in wunderschönen Seminarräumen

Hotel Gutshaus Parin, Wirtschaftshof 1, 23948 Parin
T 03881 75689-0, F 03881 75689-555, info@gutshaus-parin.de
www.gutshaus-parin.de



Franz Bardon Der Weg zum wahren Adepten

Das Geheimnis der 1. Tarotkarte. Theorie und Praxis der hermetischen Einweihung. **25. Auflage!**

393 Seiten, geb., € 32,00

*

Die Praxis der magischen Evokation

Das Geheimnis der 2. Tarotkarte. Kontakt mit Engeln der geistigen Hierarchie.

560 Seiten, geb., € 40,00

*

Der Schlüssel zur wahren Kabbalah

Das Geheimnis der 3. Tarotkarte. Das einzige Buch über kabbalistische Praxis.

309 Seiten, geb. € 28,50

Rüggberg-Verlag

T./Fax: 0202-592811

www.verlag-dr.de



Tag: Tag der Offenen Tür – Sampoorna

Leitung: Bernhard Dökel

Datum: 03./04.08. und 11.08.13

Ort: Sampoorna Yoga Zentrum, Zeughausstr. 70, OL

Infos: www.sampoorna-yoga-oldenburg.de

Kostenlose Probestunden 11+14 h. Neue Kurse für Anfänger ab 5.8. Weitere Probetermine 5. - 16.8.2013. Info: Tel. 0441.48551766.

**03.+04.
AUG**



Worksh.: Biodanza – Liebe in Bewegung

Leitung: Dipl.-Psych. Antje Koolen & Helge Polzin

Datum: 11.08.13, 11-14 Uhr

Ort: Tanzboden, Grundstr. 3, 28203 Bremen

Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de

Biodanza Sonntagsmatinee: „Liebe in Bewegung – Tanz des Eros mit Aphrodite“. Eine Reise zu den Quellen der Lebenslust! NeueinsteigerInnen willkommen!

**11.
AUG**



Tag: Tag der Offenen Tür im „Einklang“

Leitung: Theresia de Jong

Datum: 17.08.13

Ort: Siedlung 24, 26340 Zetel

Infos: www.theresia-dejong.de

Im Einklang sein – eine herzliche Einladung, den neueröffneten Seminarraum und den großen Naturgarten von Theresia de Jong in Zetel kennenzulernen.

**17.
AUG**



Sitzung: Zukunft gestalten – der erste Schritt

Leitung: Ilka Hohmann

Datum: 17.08. und 07.09.13, jeweils 10-16 Uhr

Ort: Oldenburg, Nähe Bahnhof

Infos: ilkahohmann@yahoo.de Tel. 0173.8840394

Für Jugendliche zwischen 14 und 19 Jahren (4 bis 8 Pers.). Kosten : 79,- € inkl. Material und Snack. Verbindliche Anmeldung bis zum 4. August 2013.

**17.
AUG**



Worksh.: Biodanza-Ausbildung (Orientierung)

Leitung: Dipl.-Psych. Antje Koolen & Helge Polzin

Datum: 30.08.-01.09.13

Ort: 28195 Bremen, Rembertistr. 63

Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de

Orientierungsworkshop für die am 20.9. beginnende berufsbegleitende Ausbildung zum zertifizierten Biodanza-Leiter mit integrierter Jahresgruppe.

**30.
AUG**



Seminar: Tanzen und Tanztherapie für Frauen

Leitung: Pramoda Sabine Habenicht, Tanztherap.

Datum: 06. + 07.09.13

Ort: Rosenhaus, Weskampstr. 28, 26121 Oldenburg

Infos: 04408.923485, www.tanz-der-goettinnen.de

Wer bin ich als Frau? Lebe ich meine Wahrheit? Über den Körper und den Spiegel der 7 griechischen Göttinnen eigene Antworten auf ganz persönliche Fragen finden.

**06.+07.
SEP**

Seminare & Workshops

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

Seminarkalender



Sitzung: Yoga und Tanz
Leitung: Susann Fischer & Doreen Tönjes
Datum: Fr. 06.09. - So. 08.09.13
Ort: Hof Oberlethe / Wardenburg
Infos: www.doreentoenjes.de, 0441.2176293

06.-08.
SEP

Gesundheit für deinen einzigartigen Körper und optimale Entfaltung deines Potentials - ein aktivierendes und balancierendes Wochenende.



Seminar: Heilende Schätze aus verborg. Tiefe
Leitung: Harald Reinhardt
Datum: 06.-13.09.13
Ort: Seminarhotel Kunze-Hof, Seefeld
Infos: <http://psychosyntheseinstitut.de>

06.-13.
SEP

Heilende Schätze aus verborgener Tiefe – wie der Schatten uns stark und ganz macht. Wir arbeiten mit Methoden aus der Psychosynthese u.a.



Seminar: 6-Heilende-Laute-Qigong
Leitung: Beate Korfe
Datum: Samstag, 07.09.13
Ort: Seminarraum Einklang, Zetel
Infos: 01-5703239, lebensenergie-oldenburg.de

07.
SEP

Ein Qigong, dessen Wirkung durch Laute weiter verstärkt wird. Außerdem lernen Sie die inneren Körperstrukturen zur Energielenkung kennen.



Vortrag: Unheilbar einzigartig ...
Leitung: Harald Reinhardt
Datum: 10.09.13, 20.00 Uhr
Ort: PFL Kulturzentrum, Peterstr. 3, 26121 Oldbg.
Infos: <http://psychosyntheseinstitut.de>

10.
SEP

Der Vortrag leuchtet die typischen Entwicklungskrisen in echter Selbstannahme aus und ermutigt Sie, Ihre ganz eigene Melodie zum Klingen zu bringen.



Semina: Sinnliche Verführung ... für Paare
Leitung: Ursel Nerwiger
Datum: 13.09.-15.09.13
Ort: mitas zeITRäume, Feuerkuhle, 28207 Bremen
Infos: 0421.84994288, www.mita-transzendenz.de

13.-15.
SEP

Mit spielerischer Leichtigkeit Sinnlichkeit erleben - verführen und verführt werden beim Tanzen, in Tantra-Ritualen, mit Massagen und Meditationen.



Seminar: Achtsamkeits-Wochenende (Nordsee)
Leitung: Norma Duhm
Datum: 14.09. - 16.09.13
Ort: An der Nordsee
Infos: Tel: 04736.636

14.-16.
SEP

Entspannung, Intuition, Yoga, Reiki usw.; inkl. Übernachtung 200,- €.

Seminare & Workshops

Für einen Eintrag in dieser Rubrik berechnen wir 35,- EUR zuzüglich 19% MwSt. In dieser Rubrik steht nur eine begrenzte Anzahl von Plätzen zur Verfügung. Bitte wenden Sie sich rechtzeitig an uns: 0441.17543.



DVD Spieldauer: 76 Minuten
 € 18,99 (D/A)
 ISBN 978-3-95550-000-9

**SILBER Jury- & Publikums-Award
 Cosmic Cine 2013**

Als Joseph Campbell in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts die Mythen der Menschheit wissenschaftlich erforschte, stieß er dabei auf ein verborgenes Muster, das allen Geschichten, die je erzählt worden waren, gemeinsam war: die „Heldenreise“.

FINDE DICH geht der Frage nach, welche Bedeutung diese Heldenreise für die Welt von heute hat. Der Film erzählt, wie wir ein Leben der Selbstverwirklichung führen können, oder, wie Campbell sagen würde: wie wir unser tieferes Glücksgefühl als Kompass nutzen können. Eine inspirierende Seelenreise zur Selbstfindung.

mit Deepak Chopra, Tony Hawk, Sir Ken Robinson, Rashida Jones, Laird Hamilton, Alan Cohen u.v.m.

TRINITY LEBENSINTELLIGENZ
 SPIRITUALITÄT - HEILUNG



Sitzung: „Sehnsucht finden - und leben!“ **26.-27. SEP**
Leitung: Thomas Dopp & Antje Jaruschewski
Datum: 26.-27. Okt. 13 (Sa. 17-21 h, So. 10-18 h)
Ort: Rosenhaus, Weskampstraße 28, 26121 OL
Infos: A.Jaruschewski, 9736194; Th.Dopp, 36131050
Wenn wir bereit sind, unseren Sehnsüchten Raum zu geben, erschaffen sie Realitäten. Meditationen, Aufstellungsarbeit, Körperzentrierte Herzensarbeit ... 130,- €



Seminar: Im Fluss der Liebe **27.-29. SEP**
Leitung: Monika Entmayr & Reiner Kaminski
Datum: 27.-29.09.13
Ort: Seminarhotel Kunze-Hof (am Jadebusen)
Infos: www.liebeskultur.de, Tel.: 04487.9204277
Workshop für Paare zur Entwicklung einer erfüllten Liebeskultur: sinnliche Berührung, achtsame Begegnung, partnerschaftliche Kommunikation.



Worksh.: Biodanza – Tanz d. Eros m. Aphrodite **03.-06. OKT**
Leitung: Dipl.-Psych. Antje Koolen & Helge Polzin
Datum: 03.-06.10.13
Ort: Hof Oberlethe, Wardenburger Str.24, Oberlethe
Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de
Biodanza Intensivworkshop für Paare und Singles: Liebe in Bewegung: Eine kraftvolle Reise zu den vielen Dimensionen von Eros und Liebe.



Seminar: The Work of Byron Katie – Intensiv. **03.-10. OKT**
Leitung: Ralf Heske
Datum: 03.-10.10.13
Ort: Seminarhaus Lichtblick, 27798 Hude
Infos: www.ralf-heske.de, 040.88167930
Ein direkter Weg, das Leiden zu beenden. Erlebe die befreiende Kraft der 4 Fragen!



Seminar: Zeit für uns (Tagesseminar) **19. OKT**
Leitung: Monika Entmayr & Reiner Kaminski
Datum: 19.10.13, 10-19 Uhr
Ort: Hof Oberlethe (Wardenburg)
Infos: www.liebeskultur.de, Tel.: 04487.9204277
Wohlfühltag für Paare: wohligh-entspannende und sinnlich-erotische Berührung, Übungen zu Kommunikation, Achtsamkeit und Wahrnehmung.



Seminar: Aus dem Herzen SEIN **26.+27. OKT**
Leitung: Beate Korfe
Datum: 26. + 27.10.13
Ort: Marschweg 131, 26131 Oldenburg
Infos: OL-5703239, lebensenergie-oldenburg.de
Einführungsseminar für die nebenberufliche Ausbildung zur/ zum ganzheitlichen Energietherapeutin/en.

Seminare & Workshops

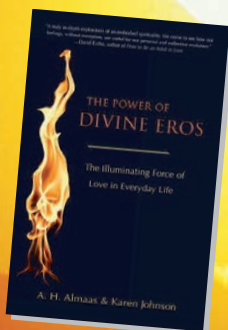
In dieser Rubrik veröffentlichen wir in kalendrischer und übersichtlicher Form Vorträge und Seminare. Kontakt: Buchhandlung Plaggenborg, Tel.: 0441.17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de

A.H. Almaas

Begründer der Ridhwan-Schule und „Diamond Approach“

Wir führen alle englischsprachigen Bücher/ DVDs und CDs von A.H. Almaas sowie die deutschen Übersetzungen. Ebenso erhältlich ist begleitende Literatur zum Enneagramm und den Sufis. Das gesamte Angebot finden Sie unter www.buchhandlung-plaggenborg.com

Neues Buch von A.H. Almaas & Karen Johnson: "The Power of Divine Eros". Vorauss. Erscheinungstermin: Sept. 2013. Gerne nehmen wir Vorbestellungen an.



NEU: Ausführlicher Prospekt aller Bücher, CDs & DVDs von Almaas u.a. Bitte anfordern.



Buchhandlung Plaggenborg
 Lindenstr. 35 • 25123 Oldenburg
 Telefon 0441.17543
 info@buchhandlung-plaggenborg.com
 www.buchhandlung-plaggenborg.com

Verteilerliste Achtsames Leben, Stand April 2013

Sortiert nach Landkreisen bzw. PLZ. Wir suchen noch weitere Verteilerstellen!

Bitte melden Sie sich doch bei uns unter Tel. 0441-17543. Vielen Dank!

Oldenburger Innenstadt:

26121: Praxis Dr. Bier, Grüne Straße 4; Hankens-Apotheke, Grüne Str. 8; Physiotherapie-Praxis Thyen, Grüne Str. 24; Büsingstift, Wallgraben 3; PFL-Kulturzentrum, Peterstraße 3; Stadtbibliothek im PFL-Kulturzentrum, Peterstraße 3; Naturheilzentrum OL, Marienstr. 18; Wilhelm 13, Wilhelmstr. 13; Roman Wagner-vom-Berg, Blumenstr. 15; Cafe Kneipe Casablanca, Johannesstraße 19; **26122:** Bio-Back, Mottenstr. 19; Cafe Klinge, Theaterwall 47; Naturheilzentrum, Marienstr.18; Cafe Raster, Friedensplatz 1; Reformhaus Ebken, Haarenstr. 31; Stadtbäckerei Achternstr. 47; Stadtbäckerei Lange Str. 31; Stadtbäckerei Lange Str. 87; Schmuckstück, Baumgartenstr. 7; Pierre Toborek, Bahnhofplatz 4; Praxis Galuska, Osterstr. 8; Jin Shin Jiutsu-Praxis Bindgen, Cäcilienplatz 1; Praxis Dr. Reck, Gartenstr. 4; Reformhaus Ebken, Schüttingstr. 2; Kaleidoshop, Schüttingstr. 5; Bistro Safran, Mottenstraße; Naturkosmetik Terra Natura, Gaststr. 12; Kaffeekunst, Bergstr. 6; Teehandel Schliemann, Kurwickstr. 8; Kaffee & Kleid, Kurwickstr. 6; Praxis Dr.Toben-Hermann, Lange Str. 77; Yogaschule Oldenburg, Schloßplatz 26;

Stadt Oldenburg

26121: Seminarhaus Christa Harms, Zeughausstr. 22; Sampooma Yoga, Zeughausstraße 70/72; Antiquariat Buchstabe, Ofener Str. 31; Rosenhaus (Haus Weskampstraße), Weskampstr. 28; Praxis Ursula Schoenfelder, Würzburger Straße 10; Forum Ziegelhof, Ziegelhofstr. 77; Praxis Ralf Knorr, Gertrudenstr. 14; Sauna Am Melkbrink 42-44; Praxis Einklang, Porsenburger Str. 12; Praxis Antje Jarschewski, Metzter Str. 10; **26122:** Metabolic Balance Zentrum, Gartenstr. 4; Veggiemaid, Gartenstr. 15; Praxis von Koenen, Roggemanstr. 13; Praxis Maria Kirch und Antje Kroke, Hindenburgstr.21; Stadtbäckerei Hauptstr. 47; Johannes Weerts, Hauptstr. 66; Stadtbäckerei Tannenstr. 31; **26123:** Buchhandlung Plaggenborg, Lindenstr. 35, Aikido-Dojo, Lindenstr. 11; Cafe Kneipe Havana, Donnerschweerstr. 8; Restaurant Zocalo, Donnerschweerstr. 31; Olga Naturkost, Donnerschweerstr. 58; Tuchführung, Nadorsterstr. 62 OL; Aura Soma Regina Bauer, Bürgereschtr. 27; Praxis Eva-Maria Wunderlich, Bogenstr. 45; Stefanie Wahlen, Sandstr. 17; Praxis Birgit Zuschneid-Götsch, Donnerschweerstr. 226; Monika Wiefereg, Ammergastr. 124; Praxis Burkhard Wittje, Kranbergstr. 18; Praxis Dzeet Hodza, Kranbergstr. 26; **26125:** HP Gisela Richter, Rügenwalderstr. 12; Praxis Sandra Rasch, Ostlandstr. 6; Stadtbäckerei Butjadinger Str. 341; **26127:** Stadtbäckerei bei Familia, Scheideweg 100; familia, Scheideweg 100; HORUS Institut, Karuschenweg 67c; Helga Friebe, Am Alexanderhaus 64; Stefanie Putzke, Wittingsbrook 44b; Aenne Milnikel, Feldstr. 74; Michaela Lewitz, Rauhehorst 93c; Praxis Marion Strauß, Johann-Justus-Weg 154; **26129:** Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 70; Gesundheitshaus, Drögen-Hasen-Weg 32; TGO, Marie-Curie-Str. 1; Sigrid Thimm c/o TGO, Marie-Curie-Str. 1; Stadtbäckerei bei Familia, Posthalterweg 100; Reformhaus Ebken bei Familia, Posthalterweg 10 Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 397; Praxis Old. Hebammenpraxis, Bloherfelder Str. 82; Praxis Klaus Strazny, Bloherfelder Str. 109; Stadtbäckerei Bloherfelder Str. 157; Blumenhaus Renate, Bloherfelder Str. 222; Stadtbäckerei, Bloherfelder Str. 222, Praxis Siegfried Ober, Schramperweg 95; **26131:** Astrologie-Praxis, Uwe Christiansen, Konradstr. 3; Isis-Praxis, Edewechter Landstr. 18; Praxis Beate Korfe, Marschweg 123; Sabine Reinker, Ahlkenweg 70a; Dt. Fachzentrum f. Stressbewältigung, Tegelkamp 28; Monika Müller, Osterkampsweg 163; **26133:** Stadtbäckerei im Kreyenzentrum, Harreweg 151; Format Schreibwaren im Kreyenzentrum, Harreweg 151; **26135:** Inna Matz, Elisabethstr. 4; Cafe am Damm, Am Damm 36; Sternienwege, Alteneschstr. 3; Homöopathische Praxis Koch, Bremer Str. 40; Seminarhaus am Kanal, Kanalstr. 4; Paracelsus Schule, Kanalstr. 23; Donata Wortmann, Alte Amalienstr. 37-39; Moveo, Hermannstr. 17; Praxis Dr. Ines Blischke, Lustgarten 13; Mehrgenerationenhaus, Cloppenburger Str.; Dirk Richmann, Schützenhofstr. 75; Susanne Dames, Bremer Heerstr. 33; Birgit Bruns, Eisvogelring 83b; Ursula Richert, Am Hayengraben 29; Angelika Nierenz, Leffersweg 14c; Yoga Vidya, Breslauer Str. 74;

Kreis Oldenburg

26197 Huntlosen: Kornkraft Hosüne, Am Forst 2; **26203** Wardenburg u.a.: Medizin. Bäderpraxis, Hunoldstr. 111a, Hundsmühlen; Christiane Schwarzhuber, Hermann-Labohm-Str. 1, Hundsmühlen; Tonja Hauser, Nachtigallenweg 5, Tungenl; Sabine Büsselmann, Birkenweg 37a, Tungenl; Gabriela Giretova, Neuer Hort 26, Tungenl; Praxis Nicola Hassold-Piezunka, Dorfwinkel 19, Tungenl; Lethe-Apotheke, Oldenburger Str. 232, Wardenburg; Beatrice Steiff, Tannenstr. 12, Wardenburg; Buchhandlung Lesezeit, Friedrichstr. 11, Wardenburg; Bianca Koch, Huntlosersr. 313, Westerburg; Hof Oberlethe, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sharing the Presence, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sabine Kickler, Wiesenstr. 22, Achternort; Praxis Josef Stotten, Möhrentangen 32, Littell; **26209** Sandkrug u.a.: Reformhaus Praciak, Astruper Str. 1; Kreatürlich, Astruper Str. 3; Praxis Gerd Decker, Kiebitzweg 2; Praxis Tanja Meier, Blumenstr. 7; Günther Schönknecht, Schulweg 52; Petra Wöhler, Alter Postweg 29; **26209** Sandhatten: Rainer Müller, Auf dem Köjten 14; **27749** Delmenhorst u.a.: Yoga-Praxis Bors, Bremer Str. 64; Reformhaus Ebken, Lange Straße 112/114; **27777** Ganderkesee: Natürlich Bioladen, Wittekindstr. 10; LichtAkademie Bergedorf, Sabine Bogner, Alte Dorfstr. 13; **27243** Beckeln: Praxis Birgit Spangenberg, Im Unterdorf 11; **27243** Prinzhöfite-Horstedt: Wildnisschule Wildeshausen im MIKADO, Zur Großen Höhe 4; **27243** Groß Ippener: Rolf Lübken, Birkenweg 42a; **27793** Wildeshausen: Rita Ravensberg, Katenbäker Weg 34; Flux Naturkost, Zwischenbrücken 11; **27798** Hude: Lichtblick Seminarhaus, Sandersfelder Weg 2; Matthias Badzun, Grummersorter Dorfstr. 59, Hude/ Grummersort; Haus Sonnenblume, Witte-Lenoir-Str. 12; Angela Schmidt, Hohelucht 41; Brigitte Pung, Grüner Weg 7; Xandra Vogelsang, Langenberger Sand 12; Ihr Bioladen, Parkstr. 61; Reformhaus Maria Ohlenbusch, Parkstr. 3; Ayurveda-Jivan, Steffiner Weg 5; Futterschüssel Exklusiv, Brookweg 14; **27801** Dötlingen: Angelika di Bernardo, Dorfling 27a; Svaha Anke Schöpfer, Im Fuhrkamp 11; Ute Schierz, Zum Wissensand 4;

Kreis Ammerland:

26160 Bad Zwischenahn: Entwicklungswege Mechthild Hesse-Herr, Peterstr. 7; Reformhaus Ebken, Peterstr. 20; Praxis Ursula Amelung, Bahnhofstr. 4-6; LEB, Bahnhofstr. 18; Stadtbäckerei, In der Horst 12; Praxis f. Ergotherapie u. Kinesiologie, In der Horst 10; Naturkost u. Lebensart Albani, Mittellinie 70, Petersfing; **26180** Rastede: Buchhandlung Tiemann, Bahnhofstr. 4; Praxis Gerd Schnesche, Bahnhofstr. 2d; Martina Dombrowski, Schulstr. 54g; Klangwelten Andreas Rehländer, Am Hordenkamp 44; **26188** Edewecht: Praxis Ursula Plettenberg, Hauptstr. 6c; Buchhandlung Haase, Hauptstraße 73; **26215** Metjendorf/Wiefelstede: Renfried Seminare, Jümweg 4b; Angela Reins, Thienkamp 95; Gesundheitsteam Pollak, Eisenstr. 22; **26219** Petersdorf/Bösel: Naturheilpraxis Vehnemoor, An der Vehne 1; **26655** Westerstede: Uta Link und Rolf Kuhlmann, Weshorn 37; Naturheilpraxis Frauke Blume, Berliner Str. 25; Bioladen, Gaststr. 3; Gesundes

Leben – der Wohlfühladen, Peterstr. 1; Buchhandlung Lesezeichen, Peterstr. 17; Praxis für Funktionelle Osteopathie, Gisela Dehne, Upn Hoff 8; **26676** Barßel: Monika Geesen, Westmarktstr. 37; **26689** Augustfehn u.a.: Antje Ruprecht, An den Eichen 2; Helga Gerdes, Osterende 38, Apen, Veeteshana Löffelmann, Hauptstr. 173, Apen; Britta Wallburger, Gartenstr. 3, Tange;

Kreis Friesland:

26316 Varel: Reformhaus Ebken, Hindenburgstr. 2; Rosenberg Zentrum, Rosenberg Str. 43; Nu-Ra Stefanie Towarnicki, Blumenstr. 18; Die grüne Insel, Obernstr. 16; Der Küstenfiseur, Zum Jadebusen 133; Altes Kurhaus, An der Rennweide 46, Varel-Dangast;

26340 Neuenburg: Marike Sprung, Pohlstr. 76; **26340** Zetel: Reikihaus Friesland, Ellens 37; Alchemilla Bioladen, Feldhörn 70; **26340** Neuenburg: Drogerie u. Reformhaus Zimmermann, Zeteler Str. 3; **26345** Bockhorn: Lilli Ahlers, Fichtenstr. 18; Institut f. Energet. Kinesiologie, Hauptstr. 6, Bockhorn; **26349** Jade: Vera Maier, Kreuzmoorstr. 50; Tierärztin Andrea Ceglowski-Weber, Kreuzmoorstr. 36; **26349** Jaderberg: Reikimeisterin Bärbel Janßen, Meisenstr. 35; **26419** Schortens: Michaela Wolthaus, Oldenburger Str. 18a; Praxis Peter J. Tönges, Usedomer Str. 8; **26434** Wangerland: Gabriele Janz, Störtebeckerstr. 12b; **26441** Jever: Buchhandlung Tolksdorf, Am Kirchplatz 21; Wunschfänger, Alter Markt 17, Jever; Haus des Qi, Hermann van der Heide-Str. 2 **26452** Sande: Praxis Andrea Christoffers, Diekstaalstr. 3;

Stadt Wilhelmshaven:

26382: Holger Ulrich, Bremer Str. 103 a; Reformhaus Ebken, Nordseepassage, Bahnhofstr. 10; Praxida-Brigitte Siehl, Rheinstr. 101; Doris Bergmann, Sengwader Str. 149; **26389:** Praxis Angelika Ricklefs, Ebkeriege 118a; Praxis Jeanne van Deest, Knud-Rasmussen-Str. 22; Bianca Meyer, Europaring 19;

Kreis Wesermarsch:

26919 Brake: Ursel Munderloh, Raiffeisenstr. 14a; Biobäckerei Freudenfeuer, Lindenstr. 20; **26931** Elsfleth: Naturkost am Deich, Am Weserdeich 82; Astrosita – Jutta Kalthoff, Mühlenstr. 20; **26935** Stadland: Mittenfelder Diele, Mittelfelder Weg 7; **26937** Seefeld: Kunze Hof, Deichstr. 16-18; **26954** Nordenham: Reformhaus Ebken, Bahnhofstr. 26; Soham Yogazentrum, Ludwigstr. 8; Kosmetik Claudia Locker, Mecklenburgstr. 11; Praxis Jana Ganzert, Paracelsusstr. 3; **26969** Butjadingen: Norma Duhm, Prieuweg5; **27804 Berne:** Sabine Habenicht, Paalweg 5;

Stadt Emden:

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

Kreis Leer:

26670 Uplengen-Remels: Reiki-Oase, Alte Warfen 1; **26789** Leer: Reformhaus Ebken, Mühlenstr. 99; Buchhandlung Eissing, Mühlenstr. 106; Gedine Zellmer, Friedhofstr. 12; Dagmar Rietz, Daimlerstr. 9, **26826** Weener: Naturheilpraxis, Saxumer Ring 3; **26831** Bunde: Naturheilpraxis Diddens, Bahnhofstr. 12; Naturheilpraxis Hinrichs, Birkenstr. 36; **26842** Ostrhauderfehn: Rosy Breittkopf, Schifferstr. 374; Flinderke Naturkost, Am Flindhörn 28; **26845** Nortmoor: Naturheilpraxis Petra Lucia Tapper, Bruntjer Weg 13;

Kreis Aurich:

26506 Norden: Reformhaus Ebken, Neuer Weg 23; Buchladen Neuer Weg, Neuer Weg 85; Lichtquelle, Neuer Weg 66; Brigitte Janssen, Nordsternstr. 1; **26603** Aurich: Stadtbibliothek Aurich, Hafenstr. 7; Das Einhorn, Burgstr. 40; Cirkseuna Apotheke, Kirchdorfer Str. 3a; Bio-Baier, Fockenhollwerkstr. 15; Reiki-Zentrum, Mozartstr. 7b; **26607** Aurich: Gertrud Willms, Esenser Str. 228; **26624** Südbrookmerland: Praxis für ganzheitliche Lebensberatung, Deichhauserstr. 8; **26629** Großefehn: Energetix Martina Oppen, Nordenwieke Süd 15; Praxis Leonre Böls, Voerstad 5, Bagband; **26736** Krummhörn: Monika Tümler, Grimersumer Altendeich 17; **26759** Hinte: Wendeline Schwarz, Möwenstr. 40;

Ostfriesische Inseln:

26465 Langeoog: Waltraud Hunger, Am Weststrand 15; **26486** Wangerooge: Sandra Weller, Charlottenstr. 41c; Sabine Elms, Christian-Janssen-Str. 35; **26757** Borkum: Marina Byl, Am langen Wasser 1;

Kreis Emsland:

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

Kreis Cloppenburg:

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

Bremen und Umzu:

28195: Amara-Praxissschulen, Martinstr. 60; **28199:** Reformhaus Ebken, Pappelstr. 86; Christine Keidel-Joura, Delmestr. 74; **28203:** Reformhaus Ebken, Ostersternsteinweg 87, SteinReich im Atrium, Vor dem Steintor 34; Petra Nordhaus, Feldstr. 94; Wudang-Zentrum, Grundstr. 3; **28211:** EOS-Institut, Schwachhauser Heerstraße 55; **28217:** Reformhaus Ebken, Waller Heerstr. 1, **28259:** Reformhaus Ebken im Roland-Center, Alter Dorfweg 30-50, **28355:** Eva-Maria Braunschweiger-Brixel, Oberneulander Landstr. 4; **28359:** Nepal Lodh, Schwachhauser Heerstr. 266; **28717:** Ulrike Müller, Lesumer Brink 14; **28857** Syke: Prana- & Lebensflusspraxis Sigle, Am Angelser Feld 14; Praxis Susanne Henneke, Am Hang 7; Reformhaus Ebken, Hauptstr. 7;

Bremerhaven und umzu:

27570 B'haven: Praxis Marion Elsner, Buchtrstr. 39-41; **27572:** Praxis Lahn-Samsel, Lengstr. 7; **27318** Hilgerrissen: Klaus Römer, Magelsen 36; **27327** Marfeld: Gabriela Luft, Vor dem Dorfe 15; **27356** Waffensen; Hotel Taranga, Zum Glockenturm 14-20;

Sonstige:

27478 Cuxhaven: Anja Schubert, Am Löschteich 13; **27612** Loxstedt-Bexhövede: Heike Engel-Wollenberg, Fuhrenweg 1; **27616** Beverstedt: Editha Winkes, Iltisweg 9; **27628** Sandstedt: Ingrid Niewerth, Sielstr. 25; **27638** Wremen: Brigitte Thomann, Am Mahnhamm 17; **49393** Lohne: mowie - Gesundheits- und Regulationspraxis, Brinkstr. 50; **49377** Vechta: Bücher von Possel, Große Str. 96; **49413** Dinklage: Andrea Diekmann, Lindenstr. 21; **49681** Garrel: Praxis für Ergotherapie, Petra Lange, Im fange 23; **49424** Goldenstedt: Praxis Marika Ahlers, Vahrenkamp 6;

wer macht was *im internet?*

Abwun – Meditation, der Neuanfang – Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de
Academy of Inner Science – Integr. Forschungsraum v. u. m. Thomas Hübl:	www.innerscience.info
Äolsharfen, Klangobjekte, Skulpturen – Jutta Kelm:	www.windklangkunst.de
Akupunktur, Chinesische Medizin, Heilpraktiker, Feng Shui:	www.martina-klisch.de
Amalgamausleitung/Kiefermuskulaturspannung/Zahnprobleme:	www.josefstotten.de/reset
Aromatherapie, Ohrakupunktur und Traumreisen:	www.heilpraktikerin-kerstin-meyer.de
Astrologie (psycholog. – klassisch – Karma) – Jutta Kalthoff:	www.astrosita.de
Astrologie, Schreibwerkstatt – Mechthild Buse:	www.sternundfeder.de
Astrologie, raum und zeit, Beratung, Stundenastrologie:	www.raumundzeit-astrologie.de
atelier – schmuck – biigalla® ... erfrischend schön:	www.biigalla.de
Aufstellung der beruflichen Innen- und Außenwelt:	www.zufrieden-im-beruf.de
Aura Soma® Farb- und Duftessenzen:	www.licht-wege-land.de
Aura Soma® Farb- und Duftessenzen:	www.entwicklungswege.com
Ausbildung ganzheitliche/r Energietherapeut/in:	www.lebensenergie-oldenburg.de
Ausbildung – Kinesiologie – Kinergetics n. Philipp Rafferty:	www.josefstotten.de/kinergetics1
Ausflüge mit dem Kanu & Rad – Naturerlebnis auf & an der Hunte	www.Yeti-OL.de
Beruf coaching, Berufsfindung, Berufsbegleitung:	www.berufe-hannover.de
Biodanza: Musik, Tanz, Begegnung in der Gruppe	www.biodanza-oldenburg.de
Biodanza® in Oldenburg – mit Lars Ruge:	www.biodanza-in-oldenburg.de
Coaching mit Energiearbeit, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de
Craniosacrale Therapie und Körperarbeit, A. Dele Idris, HP:	www.modernmassage.de
Edelsteine, ätherische Öle, Räucherwerk, schamanische Klänge:	www.salute-isis.de
EM – Effektive Mikroorganismen:	www.entwicklungswege.com
Energiearbeit, Perspektivcoaching, EnergetiCoaching, Raumklärung:	www.antjediewerge.de
Energietherapie und Coaching, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de
Feng Shui, Einrichtungsberatung, Julia Bolting:	www.feng-shui-j-bolting.de
Feng Shui E. Lauper, Gro- & Einzelhandel mit Feng Shui & Geschenkartikeln:	www.feng-shui-elaupe.de
Ganzheitliche Heilung, Anke Logemann-Hilfers:	www.praxis-fuer-komplementaere-mezizin.de
Ganzheitliche Lebens- und Wirtschaftsberatung:	www.personal-couching.de
Holistische Kinesiologie – Birgit Zuschneid-Götsch:	www.www.kinesiologie-ol.de
Hoo'ponopono, Kahi, Lomi Lomi, QM-Heilung, Releasing:	www.kraft-raum.de
HORUS – Institut & Praxis für integrales Bewusstsein und Spirituelle Psychotherapie:	www.hausdeshorus.de
Hotel, Seminarhaus in Mecklenburg:	www.gutshaus-stellshagen.de
Internet-Dienstleistungen, Seminarorganisation und mehr:	www.webservice-ulrike-plaggenborg.de
JIN SHIN JYUTSU - Oldenburg, Eika Bindgen:	www.jinshinjyutsupraxiskurse.de
Kinesiologie-Ausbildung, Matthias Weber:	www.kinesiologie-akademie.com
Klassische Homöopathie – HP Dr. Nicola Hassold-Piezunka:	www.www.praxis-piezunka.de
Kunsttherapie/Kunst Zwischenraum Heike Seiferth:	www.zwischenraum.info
Kunsttherapie, Coaching, Kunstprojekte	www.atelier-fuer-lebensgestaltung.de

wer macht was *im internet?*

Lichtchannelheilerin: Heilerin der neuen Zeit:	www.angela-schmidt-praxis.de
Luna'Him: Heilerin, Heilerausbildung, Sol'A'Vana-Schritte:	www.heilerin-in-bremen.de
Massage lernen und genießen, Ganzheitlich Energetisch:	www.norddeutschemassageschule.de
Massage, Tantra, Therapie, Seminare u.a.:	www.integralis-net.de
Matrix-2-Point – der „Ändern-Impuls“ für mehr Leichtigkeit im Leben :	www.martina-mertens.de
Meditationskissen-Manufaktur in Oldenburg:	www.meditationsaustattung.de
Metabolic Typing, Health Kinesiology, Geistiges Heilen:	www.kinesis-tonjahuser.de
Naturheilpraxis und Seminare:	www.renfried.de
Nichtraucher durch Hypnose – Oldenburg:	www.freier-nichtraucher.de
Paarberatung und -workshops, Monika Entmayr & Reiner Kaminski:	www.liebeskultur.de
Praxis für energetische Gesundheitspflege:	www.energiequelle-om.de
Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Körperpsychotherapie und Entspannung:	www.paffy.net
Primärtherapie – Gabriela Luft:	www.primaertherapie-luft.de
Qigong, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de
Raumvermietung i. Wiefelstede f. Vorträge, Schulungen, Meditationen:	www.seminarraum-vermietung.com
Reconnective Healing, The Reconnection:	www.entwicklungswege.com
R.E.S.E.T. – Kiefergelenksentspannung – Lutz Doblies:	www.reset.hp-doblies.de
Rückführung, Reiki, Wellness:	www.hypnoseberatung-wilhelmshaven.de
Rutengänger Rainer Müller:	www.rutengaenger-Feng-Shui.de
Schamanische Heilsitzungen für Mensch & Tier:	www.schamanische-heilsitzungen.de
Selbsterforschung und Enneagramm, Familienstellen:	www.svaha.de
Seminare für ganzheitliche und spirituelle Gesundheit:	www.reiki-yoga-ol.de
Seminare rund um Tier, Mensch & Natur:	www.die-kleine-anderswelt.de
Seminarhaus bei Wardenburg...auch Heilfastenkurse:	www.Hof-Oberlethe.de
Seminarhaus im Lebensgarten Steyerberg:	www.lebensgarten.de
Seminarhaus, Mediale Praxis, Spirituelle Seminare:	www.forum-am-fluss.de
Silke-Wosab-Gaur – Ganzheitliche Physiotherapie:	www.praxiseinklang.de
Stressbewältigung: MBSR-Kurse, Seminare	www.dfme.de
Stresstrainer werden	www.fachausbildung-stressbewaeltigung-achtsamkeit.de
Tai Chi Chuan – der authentische Yang-Stil, Cornelia Weilke:	www.itca-oldenburg.de
Taiji/Taichi Schwert, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de
Taiji quan/Taichi chuan, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de
The Work of Byron Katie: Coaching – Seminare – Ausbildung:	www.ralf-heske.de
Thomas Hübl, ist ein zeitgemäßer spiritueller Lehrer:	www.thomashuebl.com
Tierkinesiologie:	www.sybille-seifried.de
Tierkommunikation: Ruth-May Johnson - erfahren, was Ihr Tier fühlt:	www.tiercomm.de
Walking in your shoes:	www.xenia-gerdes.de
Zumba, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de

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

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

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

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Buchhandlung Plaggenborg: Tel.: 0441.17543.

Abbau emotionaler Blockaden



- **Hilfe zu Selbstheilung und Lebensfreude durch:**
 - MET (Meridian-Energie-Techniken)
 - BSFF (Selbstheilungsprogramm) bei z.B. Ängsten, Konflikten, Stress, Trauer, Beziehungsproblemen & körperlichen Leiden
 - **Handauflegen:** alle Leiden
 - **Energiemassagen**

Pierre Tobrek
• MET-Therapeut
• Anerkannter Heiler DGH
• Coach • Sport • Beruf • Privat
26122 Oldenburg
Bahnhofsplatz 4
Tel.: 0441.882888
www.pierre-sante.com

Abenteuer Liebe



- **Paarberatung in Oldenburg & Huntlosen**
- von Paar zu Paar
- oder Einzelsitzungen
- **Tantra für Paare**
- Tagesworkshops, Wochenenden, Jahresgruppe
- u. a. im Hof Oberlethe (Wardenburg)

Monika Entmayr & Reiner Kaminski
Institut für Liebeskultur und Paarberatung
Alte Ziegelei 3, 26197 Huntlosen
Terminvereinbarung: 04487.9204277
oder: info@liebeskultur.de
www.paarberatung-oldenburg.de
www.liebeskultur.de

Abhyanga und mehr



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

**Ayurveda-Jivan
Pramoda Sabine Altmann
Peter Altmann**

Stettiner Weg 5
27798 Hude
04408.3089819
www.ayurveda-jivan.de

Ahnen-Energie hier und jetzt für Dich nutzen



- **„Shamanisches Heilen“**, „Vermitteln zwischen den Welten“, zwischen Dir und den Seelen (den „Geistern“) Deiner Ahnen, Kinder, Partner etc. herstellen.
- **Sehen**, was noch gesehen werden will
- **Hören**, was Du noch hättest hören sollen
- **Verstehen**, warum alles ist wie es ist
- **Sagen**, was Du noch hättest sagen wollen
- **Erlaubnis** zu Deiner freien Entfaltung geben

Matthias Badzun, Naǵi wóglaka Mato
(Lakota: „Bär, der mit den Geistern redet“)
Heilpraktiker und Psychotherapeut
Heilpraktiker-Zentrum Grummersort
Bahnweg 5, 27798 Hude-Wüsting
Tel.: 04484.920390
E-Mail: praxis@badzun.de
Internet: <http://badzun.de>



Akademie für Kinesiologie

Ausbildung zum Kinesiologen im PFL
 • Holistische Quanten-Kinesiologie®
Kinesiologie-Teilausbildungen im PFL
 • Pädagogik/Psychologie/Gesundheit
Mini-Workshops und Erlebnisabende
 • Kinesiologie & Quantenheilung erleben
QEF® Quantenheilung erleben
 • Quantum-Energy-Flow Seminare

D-Oldenburg • Portugal • Schweiz
Matthias Weber
 D-26125 Oldenburg
 P-8500-307 Portimao/Algarve
 quantenheilung-erleben.de
 die-kinesiologie-ausbildung.de
 Berufsverbände DGAK, ÖBK, IASK



Alexander-Technik-Oldenburg.de

Alexander-Technik ist eine über 100 Jahre alte Form der Körperarbeit. Einschränkende Bewegungs- und Gewohnheitsmuster können hiermit verändert werden.
Stark | Kraftvoll | Flexibel und sanft zugleich

Maïke Seeber
 Physiotherapeutin
 Lehrerin für Alexander Technik
 Gewohnheiten erkennen, nutzen und ändern
Info: 0441.92379061
www.Alexander-Technik-Oldenburg.de



Altbewährte und nezeitliche Heilmethoden

- ganzheitliche Gesprächstherapie
- Meridian-Energie-Techniken
- Familien- und Systemaufstellungen
- Aurareinigung, Chakrenausgleich
- Quantenheilung, R.E.S.E.T.
- Bachblüten, Lichtwesenessenzen
- Fußreflexzonen- u. Breussmassage
- NEU: MEDITATIONSABENDE

Donata Wordtmann
 Heilpraktikerin
 Praxis für ganzheitliche Heilweisen
 Alte Amalienstr.37-39
 26135 Oldenburg
 Termine unter Tel.: 0441.9503985
 E-Mail: donata@wordtmann.de



Altes Wissen und moderne Erkenntnisse der Wissenschaft

Matrix-2-Point® ist der Quantencode zum Reparieren Ihrer inneren Wirklichkeit und der Herzensweg zu einem Leben in viel mehr Lebensfreude und Leichtigkeit...
 • Erlebnisvorträge
 • Schnupperworkshops
 • Seminare
 • Coachings

Martina Mertens
 LIFE COACH & Matrix-2-Point® Trainerin
 Lessingstraße 8
 27777 Ganderkesee
Tel.: 04222 950996
 weitere Informationen unter:
www.martina-mertens.de
www.matrix-2-point.de



Astrologie

- Persönliche Beratung
- Kurse und Seminare
- Professionelle Ausbildung mit anerkanntem Abschlusszertifikat
- Supervision für Astrolog/innen

Christine Keidel-Joura
 Astrologie-Schule Bremen
 Delmestr.74
 28199 Bremen
 Tel.: 0421.72929
 E-Mail: info@keidel-joura.de
www.keidel-joura.de

Astrologie und spirituelle Psychotherapie



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

Astrologische Praxis
Uwe Christiansen
 Astrologe und HP (Psychotherapie)
 Diplom-Sozialpädagoge
 Tel.: 0441.55185
 E-Mail: uwe.christiansen@onlinehome.de
 www.uwe-christiansen.de

Aufstellung der beruflichen Innen- und Außenwelt



Gut aufgestellt
Mein Platz im Beruf

- Zusammenhänge begreifen
- Klarheit gewinnen
- Neues wagen

Eintagesseminare, kleine Gruppe,
 vertrauensvolle Atmosphäre,
 Infosyon-Qualitätsstandards

Dr. Wolfgang Schnetzer
 Freier Trainer und Therapeut (HPG)
 Training – Beratung – Coaching
 Brakkämpe 56
 28259 Bremen
 Tel.: 0421.5980725
 kontakt@zufrieden-im-beruf.de
 www.zufrieden-im-beruf.de

Aura Soma®-Farbpflege-Systeme® & -Ausbildung



- Aura-Soma®-Farb-Pflege-Systeme®
- Informationsabende
- Einführungs- und Tagesseminare
- Aura-Soma® Berater/in-Ausbildung
- Meditation
- Yoga in der Gruppe

Aura-Soma® ist eine eingetragene Marke von Aura-Soma® Ltd.

Licht-Wege
Regina Bauer
 Aura-Soma® und Samahita-Yoga
 Bürgereschstraße 27, 26123 Oldbg.
 Tel.: 0441.82118, Fax: 0441.8859094
 www.licht-wege-land.de
 E-Mail: bauer.regina@t-online.de

Ausbildung Kinesiologie: Kinergetics – R.E.S.E.T.



- Kinesiologische Hilfe bei:
 - unklaren Schmerzen jeglicher Art
 - Psychosomatik von Krankheits-symptomen
 - Zahn- und Kieferproblemen
- Kinesiologie-Ausbilder für
 - Kinergetics 1-4
 - R.E.S.E.T.
 - R.E.S.E.T.-Instructoren

Institut für Kinesiologie
Josef Stotten
 - Heilpraktiker -
 Möhlentangen 32
 26203 Wardenburg
 kinesiologie@josefstotten.de
 www.josefstotten.de
 telefon 04407.716387

Ausbildung zum Geistheiliger



- 2jährige Gruppe – 12 Wochenenden (inklusive 11 Einzelsitzungen)**
- Aufbau einer Energiebehandlung
 - Schulung d. feinstoffl. Wahrnehmung
 - Balancierung der Chakren und der Aura
 - Entwicklung der eigenen Spiritualität
 - verantwortlicher Umgang mit Klienten
 - Selbsterfahrung u. prakt. Anwendung

Claudia Hempler-Gödeke
 Geistheiligerin / Physiotherapeutin
 Hauptstraße 10
 31191 Algermissen/Lühnde
 Tel.: 05126.8107
 www.geistheilung-luehnde.de

Beratung & Psychotherapie



- Psychotherapie
- Integrative Körpertherapie
- Gestaltberatung
- Paargespräche

Roswitha Breikopf
 Dipl.Sozpäd. - Psychotherapie -
 Ostrhauderfehn: 04952.942955
 E-Mail: therapie@paffy.net
 www.paffy.net

Bewusstseins- und Seelenarbeit



- Analyt. Psychotherapie nach C.G. Jung
- Enneagramm und -Innere Arbeit-
- Systemische Familienaufstellungen
- Integraler Yoga - Bioenergetik/Tanz
 – Massagen
- Prüfungs-Vorbereitungskurse:
 Heilpraktiker Psychotherapie
 (Einzel- und Kleingruppen)

**Horus – Institut & Praxis für
 integrales Bewusstsein und
 spiritueller Psychotherapie
 Joachim Barleit**
 Karuschenweg 67 c, 26127 OL
 Tel. 0441 - 68 36 55
 info@hausdeshorus.de
 www.hausdeshorus.de

biigalla® ... erfrischend schön!



- biigalla®
 individuelles schmuck design**
- Unikatschmuck
 - Natürliche Edelsteine und Perlen
 - Farbe Stil & Imageberatung
 - Edelsteinberaterin mit intensiver
 Steinheilkundeausbildung

**Birgit Debelts
 Schmuck Design
 biigalla®
 ausgewählte Einzelstücke**

Termine nach Vereinbarung
 Mobil: 0174.9656299
 E-Mail: biigalla@web.de

Biodanza®



- Tanzen – gemeinsam lachen –
 purer Genuss an Bewegung und
 Begegnung**
- am Dienstag mit Lars
 - am Mittwoch mit Xandra
 - am Donnerstag mit Thorsten

Thorsten Vogelsang, neue Gruppe
 in Oldenburg, Tel. 04408.809732
 www.biodanza-oldenburg.de
Lars Ruge, 0441.9987896
 Tanzraum Nadorster Str.60-62
 www.biodanza-in-oldenburg.de
Xandra Vogelsang, 04408.809732
 Tanzraum der Waldorfschule
 www.biodanza-oldenburg.de

Biodanza® Schule Bremen



- Ausbildung zum/zur zertifizierten
 Biodanza- Leiter/ -Leiterin (System
 Rolando Toro)
- Jahresgruppe, Wochenkurse in Bremen
 und Hamburg
- Workshops
- Events

**Leitung: Antje Koolen
 Co-Leitung/Assistenz: Helge Polzin**
 Tel.: 0421.69219632
 Fax: 0421.69219635
 Mobil: 0176.63004582
 email: antje@biodanza-bremen.de
 www.biodanza-bremen.de

Bioenergetische Meditation n. Viktor Philippi



- **Bioenergetische Meditation** – aktiviert Stoffwechsel, Immun- und Nervensystem
- **Yogatherapie** – Deine individuelle Strategie für den Alltag
- **Klangmassage** nach Peter Hess
- **Ayurvedamassagen** – Marma und Abhyanga
- **Fußreflexzonentherapie**
- **Wirbelsäulentherapie** n. Dorn u. Breuß

Heilpraktikerin und Yogatherapeutin
Kerstin Hageleit

Heilpraktiker-Zentrum Grummersort
Bahnweg 5
27798 Hude-Wüsting
Tel.: 04484.920390
E-Mail: krhageleit@web.de

Buchhandlung Plaggenborg



- Großer Internetshop
 - Bücher
 - CDs und DVDs
- Bestellbuchhandlung mit persönlicher Beratung!

Buchhandlung Plaggenborg

Inh. Karl-Heinz Plaggenborg
Lindenstr.35, 26123 Oldenburg
Tel.: 0441.17543

Fax: 0441.17528

E-Mail: info@buchhandlung-plaggenborg.de

www.buchhandlung-plaggenborg.de

Coaching – Beratung – Supervision



- Berufsunterstützung
 - Lebensberatung
 - Gestaltung von Veränderungsprozessen
 - Konflikt- und Krisenbewältigung
 - Auflösung v. Blockaden & Widerständen
 - Ressourcenstärkung
- mehr Lebensfreude & Zufriedenheit**

Mechthild Werremeyer

Coach – Projektmanagerin – Pädagogin

- Zertifizierter Coach & Supervision
- Psychodrama-Practitioner

Tel.: 0441.777750

Mobil: 0151.16540459

MechthildWerremeyer.coaching@t-online.de

Coaching für Entwicklung in Balance



- **Persönlichkeitscoaching**
Blockaden/Stress abbauen
Ziele/Ressourcen finden
Neuorientierung/Krisen meistern
- **Büroorganisation**
Training und Umsetzung vor Ort
- **Reiki-Entspannung**
für Ihre Life-Work-Balance

Bettina Ebert

- Coach mPK (Psy. Kinesiologie)

• wingwave®-Coach

• Master Coach, DVNLP

(personal, business, systemisch)

• Reiki

Tel.: 0441.36107007

E-Mail: ebert@inordnung-ol.de

www.inordnung-ol.de

Das Haar - unser Spiegelbild der Seele – Naturfriseur



- ganzheitliche Beratung / gesunde Lebensführung
- das lebendige Produkt: Mikroorganismen für Haut und Haar
- 100% Naturprodukte + Pflanzenfarbe
- energetischer Haarausgleich
- energetische Massagen, Hot Stone
- regelmäßig Vorträge/Seminare

natur, haut u. haar

Marika Ahlers

Vahrenkamp 6

49424 Goldenstedt

Tel.: 04444.1282

E-Mail: info@naturhauthaar.de

www.naturhauthaar.de

Termine per Telefon

Herzlich willkommen ...

Der andere Weg



- Reiki
- Energetische Wirbelsäulenaufrichtung
- Signaturzellheilung
- Anwendung und Ausbildung

Martina Dombrowski
 Schulstr.54g
 28180 Rastede
 Tel.: 04402.83186
 info@der-andere-weg.com
 www.der-andere-weg.com

Der Weg zu sich selbst



- Heilpraktische Psychotherapie
- Klangschalenmassage
- Musiktherapie bei Tinnitus
- Musikunterricht
- Ausbildung Reiki & Heilpraktiker Psych.
- Entspannungstechniken / Kurse und Seminare

Heinrich Menno Müller
 Heilpraktiker Psychotherapie/
 Musiktherapeut/Klangpraktiker/
 Reikilehrer/Kurs- und Seminarleiter
 Hundsmühler Str. 101
 26131 Oldenburg
 Tel.: 0441.3043164
 Mobil: 0176.55065281
 www.Heinrich-Menno-Mueller.de

Die Lösung liegt in Dir



Die hermetischen Prinzipien als Grundlage für ein glückliches Leben
 - Wie Gedanken unser Leben formen -
 Seminare, Ausbildung, Themenabende
 außerdem:
 Ayurveda, BOWTECH, Massagen
 - Gönn' Dir eine Auszeit! -

Steffi Wahlen
 Masseurin und Trainerin für das
 Hermetische Prinzip
 Lothringer Str.58, 26121 Oldenburg
 Tel.: 0441.8859349
 mobil: 0176.21529840
 E-Mail: swahlen@web.de
 www.das-hermetische-prinzip.com

Energiequelle



- Reconnective Healing®
- The Reconnection®
- Reiki-Behandlungen
- Fernbehandlungen
- Energieschmuck

Praxis für energetische
 Gesundheitspflege
Martina Opper
 Norderwieke Süd 15
 26629 Großefehn
 Tel.: 04943.674930
 Mobil: 0174.9089607
 E-Mail: martina.opper@yahoo.de
 www.energiequelle-om.de

Engel's Reiki



- Seminare und Ausbildung in Engel's Reiki:
- Aufstellungen von Familien und Systemen mit Energiearbeit
- Einzelarbeit
- Reinkarnationsarbeit
- Meditationsgruppen

Sabine Chanuria Reinker
 Engel's Reiki Lehrerin
 Ahlkenweg 70a
 26131 Oldenburg
 Tel.: 0441.3404830
 E-Mail: chanuria@web.de
 www.chanuria.de

Entwicklungswege



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

Mechthild M. Hesse-Herr

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

Ganzheitsmedizin



- Ganzheitliche Heilung
- Prophylaxe, Entspannung
- Gesundheitsvorsorge
- Körper, Seele & Geist in Einklang bringen
- Ausleitende Methoden
- Energieaufladungen
- Reiki, Pranaheilung
- Ausbildungen, Spiritualität

Dipl.-Bsy. Anke Logemann-Hilfers

Praxis für Komplementäre Medizin.
Tel.: 04221.9812921
Mobil: 0170.4654253
www.praxis-fuer-komplementaere-medin.de
praxis@anke-logemann-hilfers.de
- Termine bitte nach Vereinbarung

Ganzheitliche Gesundheitsförderung



- Dynamische Massage nach Dorn
- Entspannungsmassage nach Breuß
- Anleitung zur Selbsthilfe bei Beckenschiefstand, Beinlängendifferenz, Wirbelfehlstellungen
- Energiebalance
- Chakra- und Meridianausgleich
- Bewusstseinsgespräche

Klaus Wendeln

Gesundheitsberater für Rücken, Füße und Gelenke
Wiesenstr. 41
26135 Oldenburg
Tel.: 0441.33014
Mobil: 0172.7469212
klaus.wendeln@ewetel.net
www.klaus-wendeln.net

Heilung und Bewusstsein



- Ausbildungen**
- Entspannungs- und Meditationslehrer für Kinder
 - Handreflexzonenmassage
 - Fussreflexzonenmassage
 - Metamorphische Massage
 - HerzQuell Heilung – energetische Heilarbeit

LichtAkademie Bergedorf
Schule & Praxis für ganzheitliche Heilweisen

Sabine Bogner

Alte Dorfstrasse 13, 27777 Bergedorf
04222.951133
<http://lichtakademie-bergedorf.jimdo.com>

Holistische Kinesiologie



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

Birgit Zuschneid-Götsch
- Kinesiologin IFHK -

Donnerschwer Str.226
26123 Oldenburg
Tel.: 0441.52352
Fax: 0441.52357
bzg@kinesiologie-ol.de
www.kinesiologie-ol.de

Integrative Systemische Familientherapie



- Systemische Aufstellungsarbeit
- Aussöhnungstherapie n. Dr. Prekop
- Therapeutische Geburtsarbeit
- Körperspürtechniken

Gruppen- und Einzelarbeit

Eva-Maria Wunderlich
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Bogenstr. 45
26123 Oldenburg
Tel.: 0441.36193300
www.eva-wunderlich.net
www.sio-institut.de

Jin Shin Jyutsu – Japanische Heilkunst



Jin Shin Jyutsu ist eine alte Heilkunst zur Harmonisierung der Lebensenergie.

Disharmonien zeigen sich bspw. durch:

- Infektanfälligkeit
- Kopf- / Rückenschmerzen
- Depression / Burn out
- Ohrgeräusche / Schwindel
- Unfruchtbarkeit

Meike Bejenke-Klapproth
Heilpraktikerin

Magnolienring 12
26129 Oldenburg
Telefon 0441-77792250
kontakt@heilpraxis-oldenburg.de
www.heilpraxis-oldenburg.de

Kartenlegen



- Einfühlsames, lösungsorientiertes Kartenlegen

- Zukunftsdeutung
- Karmaberatung
- Konfliktlösung
- Gebete

Angela Reins
Kartenlegerin

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

Kinesiologie und Naturheilkunde für Menschen und Tiere



Für Körper, Geist und Seele

- Behandlungen für Menschen
- Behandlungen für Tiere, auch zu Hause oder im Stall
- Gruppenbalancen für Menschen
- Seminare, z.B. Kinesiologie für Tiere
- Abendveranstaltungen, z.B. Allergien und Kinesiologie

Sybille Seifried

Kinesiologin (ITK)
Heilpraktikerin
Dr. rer. nat. Biologie
Ziegelhofstr. 66, Oldenburg
Tel.: 0441.9354299
E-Mail: mail@sybille-seifried.de
www.sybille-seifried.de

Kinesiologie und Quantenheilung



Ein Leben in **Freude, Kraft und Leichtigkeit**
Durch das Auflösen von Blockaden.
DEN Sinn deines Lebens erkennen und Leben!

Praxis für Kinesiologie
Claudia Mennenga
Birgit Blancke-Backus
In der Horst 10
26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403.818816
Fax: 04403.910138



Klangwelten erleben

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

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



Lebens-Beratung, Rückführungen, TAROT-Seminare

- Sensitive Lebens-Energie-Beratung
 - Rückführungen, Hypnosearbeit
 - Intuitions-Schulung, Aura-Clearing
- Lebens-Beratung gem. TA
- Lebens-Beratung mit Tarot
 - bei Problemen u. Entscheidungen
- TAROT-Karten legen lernen
 - Kurse und WochenEndSeminare
 - Tarot-Vortrag/-Workshop a. Anfrage

Praxida Brigitte Siehl
 Anerkannte Heilerin im DGH
 Dipl.Sensitive Lebens-Energie-Beraterin
 Psychol. Lebensberaterin
Geprüfte Tarot-Beraterin, Ausbilderin
 Prüferin und Mentorin im Tarot e.V.
 Rheinstr.101, 26382 Wilhelmshaven
 Tel.: 04421.506221
 www.energiewissen.eu



Lebenstanz – Lebenskunst®

- Lust auf Tanz, Ausdruck, Selbst-
 erfahrung und Entwicklung der
 eigenen Spiritualität
- Inspiration, Supervision, Lebensweis-
 heit im künstlerisch – spirituellen
 Lebensprozess
- Frauentantra und Frauenheilwissen,
 schamanische Kunst und Magie

Astrid Mügge
 • offene Beratung freitags 17-18 Uhr
 • Neues Programm
ISIS, Freie Praxis f. Gesundheitsberatung
 Edewechter Landstraße 18
 26131 Oldenburg
 Tel. & Fax 0441.592328
 www.salute-isis.de
 E-Mail: astrid@salute-isis.de



Lichtchannelheilerin

- Hellsichtiges Channelmedium
 - für Erzengel und aufgestiegene Meister
- Tierkommunikation
- Jenseitskontakte
- Einblicke in Deinen
 Seelenplan und Seelenvertrag
- Spezielle Seelenreisen
 zu meinem eigenen Ich

Angela Schmidt
 Heilerin der Neuen Zeit
 Hohelucht 41
 27798 Hude
 Tel.: 04408.7362
 E-Mail: info@angela-schmidt-praxis.de
 www.angela-schmidt-praxis.de

MatrixConcept – Leichtigkeit und Lebensfreude



- Aktivierung der Selbstheilungskräfte
 mit der 2 Punkt Methode
- Workshops für Kinder u. Erwachsene
- Vorträge, Ausbildungen in
MatrixConcept®-Quantenheilung

Andrea Diekmann
 selbstst. Physiotherapeutin,
MatrixConcept®-Quantenheilung
Norbert Thölke
 selbstst. Altenpfleger, MatrixConcept®-
 Quantenheilung
 Lindenstraße 21, 49413 Dinklage
 Tel.: 04443.1315
 www.matrixconcept.de



metabolic balance Zentrum

Strahlend gesund, fit und schlank
Hilfe bei

- Migräne
- Bluthochdruck
- Über- oder Untergewicht
- Verdauungsbeschwerden
- Allergien
- Schlafstörungen
- Diabetes mellitus Typ II u.a.

Christiane Reck
 Ernährungsberaterin
 metabolic balance
 Gartenstraße 4, 26122 Oldbg.
 Tel.: 0441.59431070
 E-Mail: metabolic-balance@christiane-reck.de
 www.christiane-reck.de



Metabolic Typing – Kinesiologie – Geistiges Heilen

- Widerstände aller Art
- Wenn abnehmen schwer fällt
- Missbrauchsthemen
- unerklärliche Traurigkeit
- unerfüllter Kinderwunsch
- nicht gelingende Partnerschaften
- Ängste
- Einsamkeit

Tonja Hauser
 Health Kinesiology & Geistig. Heilen
 Metabolic Typing
 Nachtigallenweg 5
 26203 Wardenburg
 Tel.: 0441.8096118
 E-Mail: info@kinesis-tonjahausen.de
 www.kinesis-tonjahausen.de



Musik für alle Lebenslagen

- **Kompositionen und Live-Musik** für viele Gelegenheiten
- **Musik hören und verstehen** – mit dem Herzen in die Welt horchen
- **Ganzheitlicher Musikunterricht**
- **Kraftlieder – Mantras – Integrale Gesänge aus aller Welt** mit Euch, auch bei Euch zuhause ...

Alexander Goretzki
 - Komponist - Pianist - Performer -
 Musiker im Hier und Jetzt
 0441.2005678
 0177.7596641
 goretzki@klangwerft.com
 www.klangwerft.org



Mysterieschule Lichtpunkt

- Fernschule von Jesus Christus
- Channeling
- Grace Integrity
- Einweihungen
- Energieessenzen
- Healing & Coaching
- Seminare

Angelika Myriel di Bernardo
 Bioenergie-Therapeutin (Master)
 27801 Döttingen
 Tel.: 04433.968939
 E-Mail: myriel@lichtpunkt-healing-art.de
 www.lichtpunkt-healing-art.de



Physiotherapeutische Praxis

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

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

Prana- und Lebensflusspraxis



- Bioenergietherapie: Schwerpunkt Rücken- und Gelenkbeschwerden
- energetische Wirbelsäulenaufrichtung n. P. Elkunoviz
- Prananwendungen und Ausbildung nach MCKS
- Yoga-Kleingruppen & Yoga-Einzelsitz.
- Seminare & Workshops

Meike und Wolfgang Sigle

Am Angelser Feld 14
28844 Weyhe
Tel.: 0421.4786660
info@lebensflusspraxis.de
www.lebensflusspraxis.de

auch im Rosenhaus Oldenburg
Weskampstraße 28

praxis für kinesiologie, kunst und yoga



- Kinesiologische Einzelsitzungen
- Neue fortlaufende Yogakurse
- Interdisziplinäre Seminar-Reisen (Yoga-Malreisen, Yoga-Butho-Tanztheater)
- Ab August 2013 berufsbegleitende 1-Jahres-Hatha-Yoga-Lehrer/in! Ausbildung in Oldenburg
Info: <http://www.paracelus.de>

Dzenet Hodza

Dipl. Kunsttherapeutin/-pädagogin
Bereich Darstellende Kunst & Sprache
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Yogalehrerin (Hatha & Kundalini Yoga)
Kinesiologin (TfH, 3in 1 Concepts)
Info und Kontakt: 0441.7705936
E-Mail: dzenethodza@web.de
www.praxis3in1jimdo.com

Reikihaus Friesland



- Wirbelsäulenaufrichtung nach Pjotr Elkunowiz
- Geistheilung
- Reikibehandlungen
- Reiki- und Geistheilerausbildung
- Hausentstörung

Ilse Kamps-Weidemann & Michael Weidemann

Ellens 37
26340 Zetel
Tel.: 04453.3636
www.reikihaus-friesland.de

Sampoorna Yoga



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

Silke Pohl & Bernhard Dökel

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

Schlafplatzuntersuchung Geomantie / Seminare



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

Rainer Müller

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

Therapeutische Beratung – Coaching – Workshops



BeratungsRAUM Leben ist Bewegung

- Einzel- und Paarberatung
- Coaching im Beruf
- Anleitung zur Team-Entwicklung
- Themen-Workshops

Brigitte Mönning
 Transaktionsanalytikerin i.A.
 Am Schießstand 54
 26122 Oldenburg
 Tel.: 0441.59437111
 E-Mail: info@beratungsraum-
 oldenburg.de
 www.beratungsraum-oldenburg.de

Tierphysiotherapie für Kleintiere



- Massagen
- Bewegungstherapie
- Laserdusche
- Hydrotherapie/Unterwasserlaufband
- Elektrotherapie

Beate Staude
 Tierphysiotherapeutin
 An der Autobahn 15
 26215 Wiefelstede
 Termine nach telefonischer Vereinba-
 rung unter 0441.9833879
 www.tiernaturheilpraxis-stau.de

TranceDialog® – Kommunikation mit dem Unbewussten



- Trance
- Traum
- Intuition
- Imagination
- Seminare, Workshops, Vorträge
- CD-Reihe mit Trancereisen

Peter Gerd Jaruschewski
 Lagerstraße 62
 26125 Oldenburg
 Tel.: 0441.9729996
 E-Mail: info@trancedialog.eu
 www.trancedialog.eu

Transpersonale und energetische Bewusstseinsarbeit



- Transpersonale energetische
 Bewusstseinsarbeit
- Supervision

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

Yoga und Ayurveda



- Einzelsitzungen und Beratungen
- Yogisches Coaching zur Konflik-
 tbeherrschung
- Abnehmen, ohne zu hungern
- Ayurvedische Klangmassage
- Yogische Supervision für Paare
- Seelische Entspannung durch
 Prana-Übertragung

• **Ausbildungsangebot**
 - Yoga-Übungsleiter/in + -Lehrer/in
 - Kinderyoga-Kursleiterin
 Kompaktseminar, noch 2 Plätze frei
Nepal Lodh, Dipl.-Soz.Wiss., Yogameister
 Schwachhauser Heerstr. 266
 28359 Bremen, Tel.: 0421.239399
 www.hindu-akademie.de
 E-Mail: nepal-lodh@t-online.de

Yoga Vidya Zentrum Leer und Ostrhauderfehn



- Yogalehrer-Ausbildung in 2013
- Grundkurse (Kassen gefördert)
- Yoga Aufbaukurse
- Meditation
- Psychologische Beratung
- Spirituelle Lebensberatung

Dipl. Päd. Michael Büchel
 Schifferstr.374
 26842 Ostrhauderfehn
 Tel.: 04952.942954
 ostrhauderfehn@yoga-vidya.de
 www.yoga-vidya.de/Leer
 www.yoga-vidya.de/Ostrhauderfehn.de

Yoga Vidya Zentrum Oldenburg



- Hatha Yoga (von der Krankenkassen gefördert)
- Lachclub Oldenburg
- Yogalehrer/innen-Ausbildung
- Meditationskurse
- Psychologische Beratung
- Workshops

Simone Manamohini Hug-Breitkopf M.A.
Uwe Purnima Breitkopf, Dipl. Psych.
 www.yoga-vidya.de/oldenburg
 Breslauer Str.74
 26135 Oldenburg
 Tel.: 0441.5706528

Yoga Vidya Zentrum Oldenburg-West



- Yogakurse (Kassenförderung)
- Workshops
- Yogalehrerausbildung
- Yoga & Musik für Kinder
- Eltern-Kind-Kurse (Yoga & Musik)
- Mantrasingen
- Mantra-Yogastunden
- Meditationskurse

Dr. Viveka Wibke Gütay
 Yogalehrerin, Musikpädagogin
Dr. Jishu Levent Gütay
 Meditations- & Yogalehrer, Physiker
 Binsenstr.18, 26129 Oldenburg
 Tel: 0441.37946947
 E-Mail: mail@saraswati-yoga.de
 www.saraswati-yoga.de

Aenne Milnikel



Aenne Milnikel
 Tel.: 04402-8693361
 www.aenne-milnikel.de
 Mobil 0173.6050193
 • Pädag.-neurolog. Kinesiologie
 • Psychol.-neurolog. Kinesiologie
 • Spirituell-energet. Kinesiologie
 • Quantenpsycholog. Beratung

Alo ola pono Centrum



Uli Sa Lingenfelder
 Lomi Practitioner
 Breslauer Str.72, 26135 Oldenburg
 Tel.: 0441.2059269
 www.LOMILOM-Oldenburg.de
 • Hawaiische Massage f. Frauen
 • Lomi und Reiki Ausbildung
 • Aura- und Chakraarbeit
 • Matrix Energetics

Astrologie und Kartenlegen



Jutta Kalthoff
 Meisterkurs bei Allgeier & Noe
 Lenormandkarten - Tarot - Pendeln
 auch telefonische Beratungen
www.astrosita.de
 Mühlenstr. 20, 26931 Elsfleth
 E-Mail: jutta-kalthoff@t-online.de
 Tel.: 04404.9596590

Aus Begrenzungen lösen



Sigrid Thimm
 Heilpraktikerin für Psychotherapie
 Tel.: 0441.36116150
 www.schamanische-heilreisen.de
 • Schamanische Reisen
 • Seelen-Rückholung
 • Astrologie

Beratung, Coaching, Training

... für ein **ERFÜLLTES LEBEN**



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

Bewusstsein und Reiki

Ulla Amba Richert
Am Hayengraben 29, Oldenburg
Tel.: 0441.202698
E-Mail: ulla.richert@gmx.de
• **Reiki-Meisterin/Lehrerin nach
Dr. Usui**
• **Bioenergie-Therapeutin**
• **Lebensberatung und
Bewusstseinschulung**



Channel und Heilanwendungen

Uta Knipper
Amselweg 28a, 26209 Sandkrug
Tel.: 04481/908531
www.utaknipper.de
• **Heilanwendungen auf der Grund-
lage von Reiki**
• **auf dem spirituellen Weg begleiten**
• **Lebensweg Channel**
• **Engel Channel**



Energetische Psychotherapie

... der Weg zum Ich-Bin
Sandra Rasch
Psychotherapeutische Heilprakt.
Ostlandstr. 6
26125 Oldenburg
Tel.: 0441.217 69 89
www.
energetische-psychotherapie.net



Energie in Form von Symbolen

**auf Meditations- und
Kristallkissen
Auflagen verschiedener Art
individuell – handgefertigt
für Mensch und Tier**
Anna Maria Simmer
Tel.: 02635.4652
www.diekrafterstille.de
E-Mail: AMSimmer@t-online.de



Familienstellen und Supervision

Svaha Schöpfer
Dipl. Sozialpädagogin
Diplom-Supervisorin
Tel.: 04433.968940
www.svaha.de
E-Mail: svaha1@freenet.de
• **Familienstellen**
• **Human Design Readings**
• **Enneagrammarbeit**



Geld & Psyche

Beratung in Finanzangelegenheiten
Ulrike Müller, Coach, Finanzexpertin
Dipl. Betriebswirtin, Syst. Aufstellerin
Terminvereinbarung 0421.3479334
www.neues-geldbewusstsein.de
• **Vorträge***
• **Seminare***
• **Workshops***
*auf Anfrage im gesamten Bundesgebiet



Kommunikation f. d. (berufl.) Alltag

Kristin Brokopf
Kommunikationstrainerin und
-beraterin
Tel.: 0441.54640
www.kb-kommunikation.de
kontakt@kb-kommunikation.de
• **Kommunikationstraining
für Privatpersonen und Betriebe**
• **Beratung als Klärungshilfe**



Kräuterheilkunde

HP Tanja Michaela Meyer
Winkelweg 26a, 26125 Oldenburg
Tel.: 0441.602575
• **Handdiagnostik**
• **Entgiftung/Entschlackung**
• **Rauchereinentwöhnung**
• **Kräuterheilkunde**
• **Seminare (www.TAMEOL.de)**



Kunstatelier Naumann

Ute Ilona Naumann
Dipl. Kunsttherapeutin
Tel.: 04486.94571
www.kunstatelier-naumann.de
• **Access to Innate**
• **Kunsttherapie**
• **künstl. Kurse für Erwachsene**
• **künstl. Kurse für Kinder**



Lebensbegleitung & Psychotherap.



Thomas Dopp
 Heilpraktiker für Psychotherapie
 Weskampstr. 28, 26121 Oldenburg
 Tel.: 0441.36131050
 www.thomas-dopp.de

- Spirit. Lebensbegl. & Psychoth.
- Herzensarbeit nach Safi Nidiaye
- Gruppe „Spiritualität JETZT!“ mit Übungen von Eckart Tolle

Lichtbahnen-Behandlung



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

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

Qigong



Doris Palm
 Gesundheitswissenschaftl., MPH
 Tel. 0441.2097921
 www.doris-palm.de

- Qigong-Kurse in Gruppen
- Qigong Einzelunterricht
- Qigong-Kurse in der Arbeitswelt - von den Krankenkassen gefördert - in Oldenburg und umzu!

Spirituelle Traumdeutung



Sprache Deiner Seele

- Einzeltermine und Gruppen in OL auf Spiekeroog und bei Ihnen
- Wege aus der Depression
- Psychotherapie
- Shiatsu (auch mobil)

Terminvereinbarung: 0441.8007574
Melanie Grabowski, HP
 www.melanie-grabowski.de

Systemaufstellungen



Monika Veith
 Karl Jaspers Anlagen 1
 26441 Jever, Tel.: 04461.964042
 www.veith-jever.de

- Psychotherapie
- Kinesiologie n. Dr. Klinghardt
- Systemaufstellungen: Einzelarbeit und Gruppen in Jever & auf Spiekeroog

Lebenshilfe und Beratung



Magdalene Sigrid Einhoff
 Störtebeckerstr. 10, 26441 Jever
 Tel.: 0162.7804909
 sigrid-einhoff@gmx.de
 Klangschaalenbehandlung, Reiki, Quantenheilung, Kartenlegen, Run Valdr, Pendeln, Runenarbeit/-Orakel, Energetische Hausreinigung

Lösungsorient. Kurzzeit-Coaching



Ilka Hohmann
 (ganzeheitlicher Coach)
 Tel.: 0173.8840394
 E-Mail: ilkahohmann@yahoo.de

- Zugang zum Unterbewusstsein durch Bilderarbeit
- Motivation d. klare Ziele & Werte
- Karriere-Navigator®
- Berufsfindungswrksh. f. Jugendl.

Rutengänger



- Haus- und Schlafplatz-Untersuchungen
- Elektrosmog-Untersuchungen
- Klärung von geopathischen Belastungen bei Tieren

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

Spirituelle Tiershop



Futterschüssel-Exclusiv
 Lieferservice, Botenfahrten & Versand, Inh. Enrico Kröner
 Brookweg 14, 27798 Hude
 www.futterschuessel-exclusiv.de
 kontakt@futterschuessel-exclusiv.de
 Tel.: 04408.5989035, Service rund ums Tier (kein Ladengeschäft)

Tai Chi – der authentische Yang-Stil



Cornelia Weilke
 Lehrbeauftragte der ITCCA
 Regelmäßige Einführungs-/ Fortgeschrittenenkurse

- in Unternehmen für Mitarbeiter
- Einzelstunden

Tel.: 0163.3640968
 E-Mail: info@itcca-oldenburg.de
 www.itcca-oldenburg.de

Tanztherapie



Gabriele Janz
 Dipl. Tanztherapeutin, Yogalehrerin
 Tel.: 04463.9389225
 www.tanztherapie-oldenburg.de

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

Terra Arcanum Heilpflanzenschule



- Ganzheitliche Ausbildungen in Baum- und Heilpflanzenkunde Theorie - Praxis - Altes Wissen

Tanja Michaela Meyer & Angelika Michaelis
 Winkelweg 26a, 26125 Oldenburg
 Tel.: 0441.6001120
 Infos: www.TERRA-ARCANUM.de

Veggiemaid



Wir bieten vegane Lebensmittel, frei von Laktose, Milch, Ei, Fleisch oder Fisch, komplett cholesterinfrei, außerdem bieten wir eine Vielzahl an glutenfreien Artikeln, Büchern usw. an

Veggiemaid
 Gartenstraße 15, 26122 Oldenburg
 www.veggiemaid.de

Wachsen durch Musik



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

Musikschule Klangwelt
Stefanie Putzke
 Musikpädagogin, -therapeutin
 Tel.: 0441.2178651
 www.musikschule-klangwelt.de

Was die Seele uns sagen will



Marika Ahlers
 Heilpraktikerin f. Psychotherapie
 Vahrenkamp 6
 49424 Goldenstedt
 Tel.: 04444.204478
 E-Mail: info@naturhauthaar.de
 www.naturhauthaar.de

- Familienstellen • Bachblüten
- Walking in your shoes

Wege zum ICH



Norma Duhm
 26969 Tossens
 Tel: 04736.636
 Norma.Duhm@gmx.de

- Entspannungskurse
- Reiki, Energiearbeit
- spirit. Lebensberatung
- Lichtbahnentherapie
- WE-Seminare mit Übernachtung

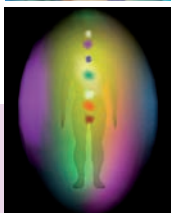
Aurafoto/-diagnose

Di. 07. Juli 14 - 18 h

Di. 03. Sept. 14 - 18 h

Ralf-Marien Engelbarts (HP)

- Aurafoto mit Beratung 35,- € (ca. 20 min)
- Zwei Aurafotos (vorher/nachher) mit Beratung u. Behandlung: 81,- € (ca. 1h)



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

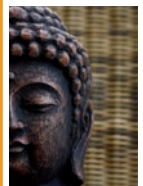
Yoga & psychologische Beratung



Ute Strodthoff, Yogalehrerin, Heilpraktikerin f. Psychotherapie (HPG)
 Entspannungspädagogin
 www.yoga-coaching-strodthoff
 Tel.: 0441-2055565

- Hormon Yoga
- Psychologische Beratung
- Entspannungsseminare
- Stressprävention

Zen – Meditation – Achtsamkeit



Zenkreis Oldenburg

- Anleitung zur Zen-Übung
- Meditationskurse
- Workshops

Dr. Jishu Levent Gütay
 Meditationslehrer und Physiker
 Binsenstr. 18, 26129 Oldenburg
 Tel.: 0441.37946948
 www.zenkreis-oldenburg.de

impresum

 **spirit MOVIE**

Top 10 DVD Mai 2013

1		For the next 7 Generations 900 Jahre Weisheit, 900 Jahre Prophezeiungen	
2		Heile dich selbst Die besten und erfolgreichsten Selbstheilungsmethoden	
3		Gesundgevögelt Jeder redet über Sex, nur nicht über den eigenen	Buch
4		Die Botschaft der weisen Alten	Buch
5		Bleep Ich weiß, dass ich nichts weiß!	
6		Healing Wunder, Mysterien und John of God	
7		Water Die geheime Macht des Wassers	
8		Die seelischen Ursachen der Krankheiten	Buch
9		Die Heiler – der Film Der Weg vom Heiler zur Heilung	
10		The Secret Das Geheimnis	

POWERED BY HORIZONSHOP.DE

Erscheinungsdatum: 1. - 31. Mai 2013

Frauenthemen ganzheitlich verstehen!



- Frauenheilkunde
- Kinderwunsch
- Stärkung des weiblichen Organismus
- Thema Brustkrebs: Wissen gegen Angst

ISBN 978-3-928554-83-1
272 Seiten
19,95 €



www.joy-verlag.de

ACHTSAMES LEBEN

Internet: www.achtsames-leben.org

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

Redaktion Karl-Heinz Plaggenborg

Satz, Gestaltung Agentur JARUSCHEWSKI
Peter Gerd Jaruschewski
Lagerstraße 62, 26125 OL
Tel. 0441.9736160
E-Mail: gestaltung@achtsames-leben.org

Anzeigenleitung Buchhandlung Plaggenborg,
Lindenstr. 35, 26122 OL,
Tel. 0441.17543
Fax 0441.17528
E-Mail: info@achtsames-leben.org
internet: www.buchhandlung-plaggenborg.de

Anzeigenpreisliste www.achtsames-leben.org

Autoren dieser Ausgabe:

Thomas Dopp,
Peter Gerd Jaruschewski,
Ewald Kliegel,
Antje Kroke,
Karl-Heinz + Ulrike
Plaggenborg,
Sebastian Purps

Titelfoto Ulrike Plaggenborg

Termin-Annahmeschluss

Bitte nur den im Heft abgedruckten Termin-Auftrag benutzen. Veröffentlichung erfolgt auf Rechnung. Alle Angaben ohne Gewähr. Kleinanzeigenschluss für die nächste Ausgabe ist der 01. September 2013.

Erscheinungsweise vierteljährlich

Auflage 7.500 Exemplare

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 15. August 2013.

Bankverbindung Volksbank Oldenburg,
BLZ 280 618 22,
Kto: 1 2215 701

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotomaterial kann keine Haftung übernommen werden. Gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.
© 2013 Buchhandlung Plaggenborg

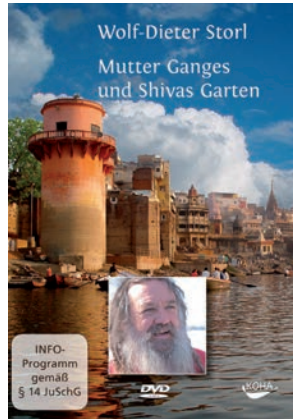


Finde Dich

Patrick Takaya Solomon

DVD, Trinity Vlg., 18,99 €

Der weltberühmte Mythenforscher Joseph Campbell entdeckte, dass in den uralten Erzähltraditionen aller Kontinente sozusagen ein Masterplan der inneren Entwicklung des Menschen verborgen ist: die Heldenreise, eine psychologisch erstaunlich exakte Landkarte der Transformation des menschlichen Bewusstseins, hin zu den kosmischen Wurzeln des Menschseins. Die Heldenreise nimmt uns mit in die Welt der archetypischen Bilder und des Losgelöstseins von irdischer Schwere. In Form einer spannenden Geschichte zeichnet er die Stationen des Helden dorthin nach, geleitet von den Worten Campbells und durch Auftritte bekannter spiritueller Lehrer.

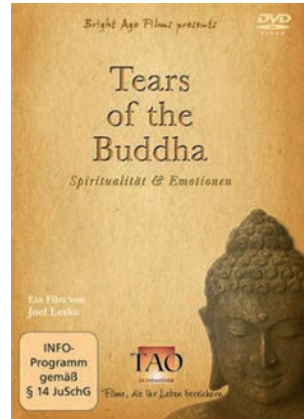


Mutter Ganges und Shivas Garten

Wolf-Dieter Storl

DVD KOHA Vlg., 21,95 €

Der Film erzählt von Wolf-Dieter Storls Reise in eine Welt, in der jede Pflanze Ausdruck und Verkörperung eines Gottes oder einer Göttin ist. Er zeigt Rituale, die Mystik und Symbolik, welche die indischen Heil- und Zauberpflanzen – vom Bodhi-Baum Buddhas bis zum Hanf und Stechapfel Shivas – umgeben. Begleitet wird Wolf-Dieter Storl von Sandesh Singh, der nach vielen Jahren in Deutschland zurückkehrt, um die Braut kennenzulernen, die seine Eltern für ihn auserwählt haben. Der junge Mann hofft, die indische Tradition und das Moderne in Einklang zu bringen. Tauchen Sie in die mythologische und bunte Welt Indiens ein, in die Welt der Pflanzendevas, frohen Farben und Feste.



Tears of the Buddha

Joel Lesko

DVD Kamphausen Vlg., 14,95 €

Sind Emotionen ein Hindernis für das spirituelle Wachstum? Gibt es Emotionen, die spiritueller sind als andere? Wie kann man auf der spirituellen Suche mit Emotionen umgehen? Der Dokumentarfilm „Tears of the Buddha“ wirft einen klaren Blick auf die Bedeutung menschlicher Emotionen für ein spirituelles Leben. Interviews mit modernen spirituellen Lehrern zeigen, wie dieses wichtige Thema, das so lange übersehen wurde, in den verschiedenen Lehren behandelt wird. Als langjähriger Meditierer machte der Regisseur Joel Lesko diesen Film, um herauszufinden, wie sich verschiedene spirituelle Lehren auf das tägliche Leben auswirken.

wortwelten



Das Gras wächst von selbst

Anam Thubten

Windpferd Vlg., 160 S., 14,95 €

Wenn Achtsamkeit sich zu Gewahrsein weitet, kommt spontanes Erwachen in Sicht. Denn Erleuchtung ist in uns. Wir sind bereits im spirituellen Paradies. Wo wir auch sind und was wir auch tun, die innere Stille liegt immer vor uns, nur einen Schritt entfernt. Wir können ihn jederzeit gehen, ganz gleich, in welchen Lebensumständen wir uns gerade befinden. Wenn wir nur unsere Achtsamkeit zu Gewahrsein weiten, werden alle Illusionen transparent. Wenn es dann gelingt, in diesem spontan erwachten Zustand zu verweilen, finden wir genau das, wonach wir auf unserem spirituellen Weg immer gesucht

haben - unabhängig davon, welchen wir gegangen sind. Leser erinnert Anam Thubtens Präsenz an Pema Chödrön und Eckhart Tolle. Seine Worte sind einfach und auf den Punkt. So gelingt es, darauf zu vertrauen, dass das Erwachen auf der anderen Seite der Angst wartet und wir durch die Angst hindurch dahin gelangen können, wo wir eigentlich schon sind. Es scheint paradox.- Anam Thubten schreibt ebenso präzise und klar wie mitreißend und locker.

Leseprobe und kurzes Video auf www.buchhandlung-plaggenborg.de



Die Weisheit der Wildnis

Mark Coleman

Arbor-Vlg., 269 S., 19,90 €

Unser Menschsein ist untrennbar mit der Natur verwoben. Sie zu hören, zu spüren und zu fühlen kann uns aufwecken und

verwandeln. Und doch wird unser Kontakt zur Natur immer seltener und oberflächlicher. Das können wir ändern, indem wir uns mit achtsamem Gewahrsein in die Natur begeben. Sie kann uns lehren, geerdet wie ein Baum, beweglich und leicht wie der Wind und doch so wachsam und flink wie ein scheues Tier zu sein. Als erfahrener Outdoor-Coach und Meditationslehrer verbindet Mark Coleman buddhistische Techniken und die Kunst der Achtsamkeit mit der jahrtausendelangen Tradition des Erwachens in der Natur. Er zeigt uns nachhaltige Wege, wie wir der postmodernen hektischen Gesellschaft entkommen können, um unseren Körper zu stärken, unseren Geist zu beruhigen und unser Herz zu öffnen.

Mark Coleman ist Autor, Psychotherapeut, Lebenscoach, Outdoor-Abenteurer und Achtsamkeitsberater für Kooperationen. Er vermittelt eine naturbasierte Achtsamkeitspraxis in Form von Wildnis-Retreats, berät große Unternehmen und arbeitet in eigener Praxis in der San Francisco Bay Area. Mark Coleman lebt in den Wäldern von Marin County.

Leseprobe und Video auf www.buchhandlung-plaggenborg.de



Heiltees für Körper, Geist und Seele

Prof. TCM (Univ. Yunnan) Li Wu u. Apotheker J. Klitzner
Mankau Verlag, 222 S., 17,95 €

Synergien zwischen Ost und West

Gemeinsam mit dem Apotheker und Heilpflanzen-Experten Jürgen Klitzner hat der TCM-Arzt Prof. (Univ. Yunnan) Li Wu jetzt ein Buch veröffentlicht, das die Erkenntnisse der Traditionellen Chinesischen Medizin mit der europäischen Kräuterkunde verbindet. Dabei haben sie festgestellt, dass sich chinesische und europäische Heilkräuter nicht nur ergänzen, sondern sich ihre Wirksamkeit sogar steigern lässt. Anhand von typischen Beschwerden und Symptomen werden die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten der Rezepturen vorgestellt. So ist mit „Heiltees für Körper, Geist und Seele“ ein

hilfreicher Ratgeber für eine natürliche Heilbehandlung mit den Früchten beider Kulturen entstanden.

Tee als Heilpflanze, später auch als Genussmittel

Die Ursprünge des Tees sind zweifellos in China zu suchen, wo der Teestrauch *Camellia sinensis* zunächst als Heilpflanze genutzt wurde, bevor man ihn etwa ab dem 1. Jahrhundert auch als Genussmittel schätzte. Der Anbau verbreitete sich ausgehend von den Klöstern immer weiter, sodass der Tee zunächst nach Korea und Japan, erst Anfang des 17. Jahrhunderts schließlich nach Europa gelangte. Bereits früh ging mit dem Teegeuss eine eigene Teekultur einher, angefangen mit den Teezeremonien in China, deren Rituale später in Japan noch weiter verfeinert wurden. Auch in Europa wird Teetrinken noch heute mit Ruhe und Entspannung assoziiert – ein bedeutender Aspekt, der die heilende Wirkung durchaus verstärken kann.

Jahrtausendealte Heilpflanzen-Tradition in China

Auch in der westlichen Kultur haben sich unsere Vorfahren schon immer der Natur bedient, um ihre Kranken zu heilen oder ihr Wohlbefinden zu verbessern – und das vor allem durch pflanzliche Heilmittel. Es ist den Mönchen und Nonnen zu

verdanken, dass eine systematische Auflistung der Heilkräuter stattfand und die Bandbreite und Genauigkeit ihrer Wirkungen spezifiziert und erweitert wurde. Trotz der Fortschritte und Erfolge der so genannten Schulmedizin hat die Natur ihren wichtigen Stellenwert in der Geschichte des Heilens nach einer kurzen Phase des Verdrängens wieder zurückerobert. Dank dieser Öffnung zu alternativen Heilmitteln gelangten im deutschsprachigen Raum auch asiatische Heilmethoden immer mehr in den Fokus der Ratsuchenden – und mit ihnen Heilpflanzen, deren Anwendung in China eine jahrtausendealte Tradition hat.

Heiltee-Rezepturen für verschiedene Beschwerden

Mit „Heiltees für Körper, Geist und Seele“ gibt es jetzt die Möglichkeit, die richtige Rezeptur für die verschiedensten Beschwerden zu finden. Eine ausführliche Beschreibung der häufigsten Symptome bei Erwachsenen und Kindern zeigt dem Leser, welche Mittel aus der chinesischen und europäischen Pflanzenapotheke am besten helfen. Außerdem: übersichtliche Pflanzensteckbriefe, praktische Anweisungen zur Dosierung und Einnahme sowie Bezugsquellen.

Ausführliche Leseprobe auf www.buchhandlung-plaggenborg.de

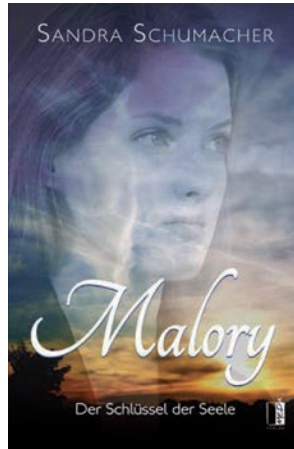
wortwelten

**Leben in der Wildnis**

Eric Valli

Knesebeck Vlg., 207 S. m. 150 Farbfotos

Eric Valli, der sich als Entdecker fremder Kulturen, vor allem der Himalayaregion, einen Namen machte, reist auf der Suche nach außergewöhnlichen Lebensentwürfen ausgerechnet in die USA. Hier begegnet er Menschen, die in radikaler Weise mit ihrem bisherigen Leben gebrochen haben und das einfache, nachhaltige Leben und eine Existenz im Einklang mit der Natur suchen. Colbert, ein ehemals erfolgreicher Banker, hat als Trapper gelernt, die geringsten Veränderungen der Natur als überlebenswichtige Zeichen zu lesen; die ehemalige Punkerin Lynx lebt wie in der Steinzeit, und der Landwirt Mason übt sich in vollkommener Autarkie. *Leseprobe und Video auf www.buchhandlung-plaggenborg.de*

**Malory –
Der Schlüssel der Seele**

Sandra Schumacher

MEDU-Vlg., 550 Seiten, 12,95 €

Malory Sullivan steckt mitten in der Renovierung ihres beliebten Cafés in der herrlichen Bucht von Cattysborough, als ihr Alltag plötzlich von mysteriösen Ereignissen aus den Angeln gehoben wird. Ausgerechnet an ihrem 26. Geburtstag begegnet ihr ein kleines Mädchen, das ihr seltsam ähnlich sieht. Zunächst glauben alle an einen Wachtraum. Doch als Malory wenige Tage später mitten auf der Straße bewusstlos zusammenbricht, muss auch der attraktive Notarzt Steven Carter schnell begreifen, dass es für den Zustand seiner Patientin keine überzeugende medizinische Erklärung mehr gibt. Kann er ihr dennoch helfen? Wird die zielstrebige

junge Geschäftsfrau von ihrer Vergangenheit, von dem viel zu frühen Tod der Mutter eingeholt? Und wer ist dieses kleine Mädchen, das ihr zunehmend Angst einjagt?

Leseprobe auf www.buchhandlung-plaggenborg.de

**Mut zur Trennung**

Jutta Martha Beiner

Systemed Vlg., 176 S., 15,99 €

„Mut zur Trennung“ ist ein mutiges Buch. Und überfällig bei knapp 200.000 Scheidungen pro Jahr. Denn es stellt nicht nur die Grundproblematiken einer Trennung und deren Folgen deutlich heraus. Es betont auch die positiven Kräfte, welche Scheidungen freisetzen können. Wissenschaftlich fundiert bietet Jutta Martha Beiner so eine notwendige Lebenshilfe. Sie leitet die Leser durch jede Phase der Trennung und stiftet Mut. Mut,

den zerbrochenen Lebensentwurf nicht als Schlusspunkt zu sehen, sondern als Aufbruch. Mut, die eigene Rolle als Vater oder Mutter klar zu erkennen und Verantwortung zu übernehmen. Denn wissenschaftliche Studien zeigen auch für Kinder positive Effekte bei integrierenden Entscheidungen und richtigem Verhalten.

Lebenshilfe wie sie sein sollte: ein kluges, mutiges und verständliches Buch zu einem nicht alltäglichen Thema.

Jutta Martha Beiner ist Ernährungswissenschaftlerin, Journalistin und Autorin, und seit August 2012 Privatdozentin für Medien & Kommunikation an der Fachhochschule Bjørknes, Oslo.

Leseprobe auf www.buchhandlung-plaggenborg.de



Und ich beweg' mich doch Die Geschichte einer geistigen Heilung.

Nazan Gül

Trinity Vlg., 240 S., 16,99 €

Geistheilung ist ein faszinierendes Phänomen, mit zahlreichen gut dokumentierten Erfolgen. Doch nie zuvor wurde so konkret und anschaulich beschrieben, was dabei eigentlich geschieht. Erstmals schildert dieses Buch anhand eines spektakulären Fallbeispiels, wie ein Geistheiliger auf der feinstofflichen Ebene arbeitet, was dabei in Körper und Psyche der Patientin geschieht und welche geistigen Kräfte wirken. Die Deutschtürkin Nazan litt unter einer besonders schweren Form von Multipler Sklerose. Ihre Heilung darf mit Fug und Recht als Wunder bezeichnet werden und wurde sogar ärztlich bestätigt. Von der klinischen Medizin als „austherapiert“ abgeschrieben, begab Nazan sich bei dem türkischen Geistheiliger Arslan in Behandlung. Dieser öffnete ihr zunächst die Augen für die geistigen Hintergründe ihrer Erkrankung, insbesondere die schleichende Auszehrung ihrer feinstofflichen Körper durch tief sitzende Lebensängste. Die Schilderung der Behandlung Nazans zeigt, wie die zerstörte Polarität zwischen fein- und grobstofflichen Regelkreisen wiederhergestellt

werden konnte. Daneben erteilt der Heiler praktische Ratschläge für Übungen, um geistige Kräfte freizusetzen, durch die jeder die Erhaltung bzw. Wiedergewinnung seiner eigenen Gesundheit unterstützen kann.

Bestellmöglichkeit auf www.buchhandlung-plaggenborg.de



Zanskar und ein Leben mehr

Ulli Olvedi

Barth Vlg., 336 S., 19,99 €

Das geordnete Leben der 28-jährigen Pema-Marie gerät völlig aus den Fugen, als sie einen Brief aus Nepal erhält. Die Tagebücher ihrer seit zehn Jahren verschollenen Mutter sind in Kathmandu gefunden worden. Das Vermächtnis der Mutter ist ein Bericht über ihren inneren Entwicklungsweg in

wortwelten

Zanskar, einer hochgelegenen Region im westlichen Himalaya, in der die Zeit stehengeblieben ist und das echte alte Tibet noch lebendig zu sein scheint. Pema-Marie folgt ihren Spuren und es erschließt sich ihr eine vollkommen neue Welt – und führt zu einer unerwarteten Wende in ihrem Leben.

„Eine tief gehende Geschichte, die aufzeigt, wie reichhaltig und vor allem heilsam die buddhistische Lehren sein können.“
 Buddhismus aktuell,
 01.04.2013

Ulli Olvedi, geb. 1942, befasst sich seit Jahrzehnten in Theorie und Praxis mit dem tibetischen Buddhismus, so z.B. seit 1972 Studium und Praxis des tibetischen Buddhismus (Chögyam Trungpa Rinpoche, Tulku Urgyen Rinpoche, Tarab Tulku Rinpoche, Chökyi Nyima Rinpoche) und lebte in exiltibetischen Klöstern. Die Wissenschaftsjournalistin, Dokumentarfilmerin, Übersetzerin und Lehrerin des Stillen Qi Gong und der Integralen Energiearbeit ist Autorin zahlreicher Publikationen. Einige ihrer bekanntesten Bücher sind: „Wie in einem Traum“, „Die Stimme des Zwielichts“, „Qi Gong“, „Der Schrei des Garuda“.

Leseprobe und Video auf www.buchhandlung-plaggenborg.de. Auch als E-Book erhältlich.



Neues vom Zappelphilipp
 Gerald Hüther
 Helmut Vlg., 167 S., 12,95 €

Der bekannte Hirnforscher Gerald Hüther und der Familientherapeut Helmut Bonney erklären auf neuestem Stand, was Eltern über ADS wissen sollten, was sie vorbeugend tun können und warum Medikamente keine Lösung sind.

Statt Hirndoping müssen Familien wieder mehr Wert auf gemeinsame Projekte legen. Denn Kinder sollten wieder lernen, die Aufmerksamkeit mit anderen Menschen auf gemeinsame Interessen und Aufgaben zu lenken. Diese neue Sicht auf ADHS und eine kombinierte Sichtweise der beiden Experten ist das Besondere an diesem Buch: Durch ihr Wissen und ihre Erfahrungen lässt sich das komplexe Störungsbild ADHS umfassend verstehen & behandeln.



Was wir sind und was wir sein könnten
 Gerald Hüther
 Fischer Tb, 188 S., 9,99 €

Ob im Umgang mit Kindern, mit Kollegen und Mitarbeitern, mit alten Menschen und mit uns selbst: Wir sind es gewohnt, alles als Ressource anzusehen. Kein Wunder, dass ‚Burn-Out‘ die Krankheit unserer Zeit ist, dass wir uns vor Krisen nicht retten können. Denn auch eine Gesellschaft kann kollektiv ihre Begeisterungsfähigkeit verlieren, dann dümpelt man in Routinen dahin, man funktioniert, aber man lebt nicht mehr. Der bekannte Gehirnforscher Gerald Hüther plädiert für ein radikales Umdenken: Er fordert den Wechsel von einer Gesellschaft der Ressourcennutzung zu einer Gesellschaft der Potentialenfaltung.

Buchhandlung Plaggenborg • Lindenstr. 35 • 26123 Oldenburg • Telefon (0441) 175 43

ACHTSAMES LEBEN

➔ als gewerbliche Kleinanzeige (3,- € pro Zeile, mindestens 12,- €) unter der Rubrik:

➔ als private Kleinanzeige (1,50 € pro Zeile, mindestens 6,00 €) unter der Rubrik:

- | | | |
|-------------------------------------|---|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Vorträge | <input type="checkbox"/> Seminare/Workshops | <input type="checkbox"/> Therapie |
| <input type="checkbox"/> Ausbildung | <input type="checkbox"/> An & Verkauf | <input type="checkbox"/> Reisen |
| <input type="checkbox"/> Dies & Das | <input type="checkbox"/> Wohnen/Räume | <input type="checkbox"/> Kontakte |
| <input type="checkbox"/> Jobs | <input type="checkbox"/> zusätzlich 5,00 € Chiffre-Gebühr | |

➔ als regelmäßiger Termin (1,50 € pro Zeile, mindestens 6,- €)

➔ als aktueller Termin für eine kostenfreie Veranstaltung (bis 4 Zeilen=120 Zeichen inkl. Leerzeichen, Kürzungen vorbehalten; 1 Termin-Anzeige p. Monat kostenlos)
 Datum: *(keine Veröffentlichung von Webadressen bei „Wer macht was?“)*

➔ als WER MACHT WAS (max. 4 Zeilen): 2 Ausgaben 30,- €, 3 Ausgaben 39,- €, 4 Ausgaben 48,- €
 Rubrik: Die Achtsames Leben behält sich die Einrichtung von neuen Rubriken bzw. die Einordnung Ihrer Kleinanzeige in bestehende Rubriken vor!

Die Anzeige soll in folgenden Ausgaben erscheinen: Jan-Mär Apr-Jun Juli-Sep Okt-Dez
 Jahr:

1																								
2																								
3																								
4																								
5																								
6																								
7																								
8																								
9																								
10																								

Bitte zahlen Sie den Betrag nach Erhalt der Rechnung, vielen Dank!

Wir möchten Sie bereits an dieser Stelle darauf hinweisen, dass bei Nichtzahlung innerhalb von 14 Tagen nach Rechnungsversand wegen des geringen Rechnungsbetrages und dem damit verbundenen Verwaltungsaufwand bereits bei der 1. Mahnung ein zusätzlicher Betrag für Mahn- und Verwaltungslosten in Höhe von 5,- EUR berechnet wird.

Den Betrag in Höhe von EUR habe ich diesem Auftrag beigelegt.

Vorname: Name:
 Straße: PLZ, Ort:
 Telefon: Unterschrift:

wer macht was

Akupunktur

Martina Klisch – chin. Medizin, Akupunktur, Shiatsu, Heilpraktiker-
kerausbildung. Tel. 04482.565.

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

Ausflüge mit Kanu & Rad

Naturerlebnis auf & an der Hunte Kanu-
ausflüge & Radtouren Mondscheintouren für Genießer
Yeti OL. Tel. 0441.85685.

Ayurveda

Ayurveda Massagen + Beratungen. Surya Ayurveda + Yoga-
praxis, Dagmar Battermann, T. 0441.99864499, info@
ayurveda-surya.de.

Bücher, CDs, DVDs

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

Coaching

Lösung berufl. o. priv. Krisen
durch Coaching o. Therapie.
Bettina Heidenreich: Coach u.
Psychotherap. (HP), OL 63907.

Coaching & Energietherapie

Lebensenergie-Oldenburg Beate
Korfe: Einzel-, Paar-, Familien-,
Gruppenarb.. Ganzheitl. Ausbil-
dungskurse. 0441.5703239.

Familienaufstellung

HP Antje Jaruschewski, Metzger
Str. 10, 26121 OL, Tel. 0441.
9736194, E-mail: info@praxis-
jaruschewski.de.

Wer macht was?

Der kleine Branchenführer
zum schnellen Nachschlagen

Viele weitere Anbieter finden Sie unter
www.lebenskunst-nordwest.de

Familienstellen und Supervisi-
on. Anke Svaha Schöpfer,
04433.968940, 0173.2468174.

Feng-Shui

Einrichtungsberatung nach Feng-
Shui, Julia Bolting, Tel.: 0441.
5099513, mobil: 0176.656233
48, info@feng-shui-j-bolting.de

Heilpraktiker

Praxis für Kinesiologie und
Naturheilkunde; Heilpraktikerin
Sybille Seifried; OL 9354299.

Hypnose/ Rückführung

Körperl. Blockadenlösung m.
Öl, Besprechen, Reiki, Engel
u.v.m. Bianca Meyer, WHV,
04421.28825, sanfteengelau-
gen@googlemail.com.

Internetdienstleistungen

Webseiten-Pflege o. Neuge-
staltung, Reiseplanung, Fotos
u.a. Ulrike Plaggenborg, 0441.
36182644.

Jin Shin Jyutsu

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

Kiefergelenk

Kiefergelenkentlastung.
Entspannter Kiefer-Entspannter
Körper-R.E.S.E.T. Lutz Doblies,
04404.9599995.

Klangmassage

Für Einzelne und Paare und
Ausbildungsseminare nach Peter
Hess. Johannes Weerts, Haupt-
str. 66, OL; Tel. 36164502.

Klassische Homöopathie

HP Antje Jaruschewski, Metzger
Str. 10, 26121 OL, Tel. 0441.
9736194, E-Mail: info@praxis-
jaruschewski.de.

HP Maren Hauburger – Schwer-
punkt Kinderheilkunde - Blo-
herfelder Str. 82 (Oldenburger
Hebammenpraxis) OL 4086253.

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

MatrixConcept

Workshops, Ausbildungen und
Vorträge mit Andrea Diekmann
und Norbert Thölke. Info: Tel.
04443.1315, praxisdiekmann@
ewetel.net.

MBSR

MBSR-Kurse im DFME Deut-
sches Fachzentrum für Stress-
bewältigung, Achtsamkeit und
Persönlichkeitsentwicklung. OL
4084117.

Metabolic Typing

Die optimale Ernährung für Ihren
individuellen Stoffwechselfyp.
Informationen bei Tonja Hauser,
Tel. 0441.8096118.

Partnerschaft

Monika Entmayr & Reiner Kaminski. Paarberatung, Workshops für Paare. Tel. 04487.9204277, info@liebeskultur.de.

Qigong

Lebensenergie-Oldenburg Beate Korfe: Ganzjährige Kurse. Tel. 0441.5703239.

Pendeln

Pendeln, Kartenlegen, Orakel-deutung, Steinheilkunde – auch per Hausbesuch. Vika Meyer, OL, Tel. 0176.51310959.

Primärtherapie

Fühlen, der Schlüssel für Lebendigkeit und Leben im Moment. Integrative Primärtherapie Gabriela Luft, 04255.5799003.

Reiki

Aus dem Herzen durch die Hände. Reiki seit 1987! Erfahrene Reiki-Meisterin-Lehrerin Ursula Schoenfelder, 0441.36145020.

Schamanismus

Schamanisch Heilen, mit der Hilfe der geistigen Welt. Einzel- u. Gruppenarbeit, Gabriela Luft, 04255.5799003.

Soul Body Fusion®

Birgit Bruns-Tietze, Tel. 04407.715743.

Taiji / Taichi

Lebensenergie-Oldenburg, Beate Korfe: Ganzjährige Kurse. Tel. 0441.5703239.

Tai Chi – der authentische Yang-Stil. Cornelia Weilke, 0163.3640968, info@itcca-oldenburg.de.

Tanz

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

Tanztherapie

Tanztherapie in Einzel- u. Gruppenarbeit für Frauen und Männer. Orient. Tanz, Frauenheilkreise. G. Janz, 04463.9389225.

The Reconnection®

Reconnective Healing®-Heilung durch Rückverbindung: Mechtild Hesse-Herr, Entwicklungsweg, 04403.8107372.
.....
Doris und Thomas Brüning, Reconnective Healing®-Practitioner, Heilung durch Rückverbindung. Tel. 04431.9483035 Dötlingen.

The Work of Byron Katie

Coaching, Seminare und Ausbildung zum anerkannten Coach für The Work mit Ralf Hesse. Tel: 040.88167930.

Tierkinesiologie

Praxis für Kinesiologie und Naturheilkunde; Heilpraktikerin Sybille Seifried; OL 9354299.

Tierkommunikation

Tiercomm - erfahren was Ihr Tier fühlt. Tel. 0176.34930019 (siehe: „Wer-macht-Was im Internet“).

Trommeln

Conga/Tschanggo/Buk/Berimbao Barbara Renken, Rhyth. Päd. (Taketina). Tel. 0441.82785.

wingwave®

Bei Ängsten, Phobien, Stress, Trauma. HP Antje Jaruschewski, 0441.97361294.

Yoga

Hatha-Yoga Kurse -Anfänger, Fortge., 50 plus, Senioren, Schwangere, Mütter mit Baby. Monika Rimpel, 0441.9200792.

Zumba

Lebensenergie-Oldenburg Beate Korfe: Ganzjährige Kurse, Tel. 0441.5703239.

Termine

Sonnabend 3.8.2013

Tage der offenen Tür im Sampoorna Yoga Zentrum: 3. / 4. & 11.8. Kostenlose Probestunden 11 + 14 h im Sampoorna Yoga Zentrum, Zeughausstr. 70, OL. Infos: www.sampoorna-yoga-oldenburg.de, Tel. 0441.48551766. Neue Kurse für Anfänger ab 05.08. Weitere Probetermine 05.-16.8.2013.

Sonntag 11.8.2013

Kunstaussstellung Atelier Samadhi, 10 -18 h. Thema: 15000 Teile. Kleine Reihe 15A, Hatten. Ilona Schumacher, HP, Tel. 0162.9799069.

Sonntag 17.8.2013

Im Einklang sein: Tag der offenen Tür im „Einklang“, Siedlung 24, 26340 Zetel. Infos: www.theresia-dejong.de.

termine

Regelmäßige Termine**montags**

„Sharing the Presence“ nach Thomas Hübl. Offene Inner-Science-Praxisgruppe. Jeden 2. Mo. im Monat, 19.30-22h. Bitte anm.: Ursula Schoenfelder, Tel. 0441.36145020.

dienstags

Yoga in der Gruppe, Samahita Yoga mit Entspannung und Atem- Achtsamkeit, Gruppe 1 um 18h; Gruppe 2 um 20h. Anm.: Regina Bauer, Tel. 0441.82118.

Luna Chi - Körperglück und Magie für Frauen ab 13.8.13, 18.00 Uhr, Anmeldung ISIS Tel. 0441.592328 .

mittwochs

Von 13 bis 18h geöffnet für den **AURA-SOMA® Verkauf**, und nach telef. Vereinbarung, Regina Bauer, Bürgereschstr. 27, OL. Tel. 0441.82118.

donnerstags

Lust auf Tanz, Ausdruck, Selbsterfahrung für Frauen, ab 8.8.13, 18.30 Uhr, Anmeldung ISIS, Tel. 0441.592328.

Hatha und Kundalini Yoga in angenehmer Gruppe und schönem Raum. Immer um 19.15 Uhr. Lehrerin: Dzenet Hodza, Dipl. Kunsttherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Kinesiologin und Yogalehrerin. Kontakt: 0441-7705936, www.praxis3in1.jimdo.com.

Seminare & Workshops

Seminare rund um Tier, Mensch & Natur. Vielleicht ist etwas für Sie dabei? Just have a look :o). www.die-kleine-anderswelt.de.

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

6.+7.7. **Erzengel Seminar.** Die Erzengel kennen lernen, um ihr Wirken zu entdecken und den Kontakt mit ihnen zu erlernen. Anm.+ Info: Sabine Chanuria Reinker, OL 3404830.

9.7. **Auradiagnose mit Ralf-Marien Engelbarts**, 14 - 18 Uhr in der Praxis Nowak, Heiligengeiststr.1, OL. Anm.: Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441.17543.

13.-14.7. **Tierkommunikation-**Kurs in Rastede. Infos & Termine: www.tiercomm.de. Tel.: 0176.34930019.

20.7. + 15.9. **Tai Chi Chuan – der authentische Yang-Stil** mit Cornelia Weilke im Rosenhaus, Weskampstr. 28, OL. Info & Anm.: 0331.9793328 o. 0163.3640968 o. info@itcca-oldenburg.de, www.itcca-oldenburg.de.

18.-21.7. **Workshop mit Standing Eagle** in der kleinen Anderswelt in Rastede. Tel. 0176.34930019. www.tiercomm.de.

26.7.-4.8. **Celebrate Life Festival 2013:** Die Kunst der wachen Beziehung im Hof Oberlethe, Wardenburg. Mehr Infos unter www.celebrate-life.info.

2.8. 18 - 19.30 Uhr, Der Heilige Tanz - **Orientalischer Tanz und sakrale Erotik**, Anmeldung ISIS, Tel. 0441.592328.

11.8. Workshop: **Biodanza - Liebe in Bewegung** mit Antje Koolen & Helge Polzin. 11-14 h im Tanzboden, Grundstr.3, Bremen. Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de.

16.8. 19.15 - 21.30 Uhr, **Kreis der Kraft**, schamanische Reisen in die Anderswelt, Anmeldung ISIS, Tel. 0441.592328.

17.8. **Familienaufstellung & Energearbeit** mit Sabine Reinker & Rita Schuh in OL, Info + Anm.: OL 3404830.

18.8. **Meine Nase – Physiognomik** – Tagesseminar mit Brigitte Ücker-Nahm. 9.30 - 17.30 Uhr bei Entwicklungswege. Info & Anm.: Mechthild M. Hesse-Herr, Bd. Zw.ahn, 04403.8107372, www.entwicklungswege.com.

24.+ 25.8. **Krafttier Seminar:** Die Krafttiere entdecken, mit ihnen kommunizieren und sie mit in den Alltag nehmen. Info + Anm.: Sabine Chanuria Reinker, OL 3404830.

24.+ 25.8. oder 16.+17.11. **Seminar: Einführung in das Kinesiologische Muskeltesten;** je 10-18 Uhr in der Paracelsus Heilpraktiker Schule, Kanalstr. 23, Oldenburg. Infos unter: Tel. 0441.925 0260 oder Dzenet Hodza (Dozentin): 0441.7705936, www.paracelsus.de und www.praxis3in1.jimdo.com.

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

25.8. 18 - 19.30 Uhr, **Energie-tanz für Frauen und Männer**, Anmeldung bitte an ISIS, Oldenburg, 0441.592328.

30.8. 19.15 - 21.30 Uhr, **Kreis der Kraft**, schamanische Reisen in die Anderswelt, Anmeldung ISIS, Tel. 0441.592328.

30.8. **Dhamma-Vortrag: „Opening the Spiritual Heart“** mit Michael Kewley, 20 Uhr im Yoga Vidya Zentrum, Breslauer Str 74, OL. Info: Florian Schwindt, Tel.: 04407.709171.

30.8.-1.9. **Biodanza Ausbildung & Jahresgruppe** Orientierungsworkshop mit Antje Koolen & Helge Polzin. Rembertistr. 63, Bremen. Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de.

31.8. + 1.9. **City Retreat mit Michael Kewley**, Sa. 10-20h/ So. 10-17h im Rosenhaus, OL. Info: Florian Schwindt, Tel.: 04407.709171.

31.8. **Trad. Tai Chi Chuan / Qi Gong und Selbstverteidigung**. Ausbildung H, Teil 1/1 nach § 20 SGB/V * § 284 Abs. Nr. 4 SGB V (Ziel: liz. Übungsleiter Prüf.: G). Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.

3.9. **Auradiagnose mit Ralf-Marien Engelbarts**, 14 - 18 Uhr in der Praxis Nowak, Heiligengeiststr.1, OL. Anm.: Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441.17543.

7.9. Seminar: **6-Heilende-Laute-Qigong** mit Beate Korfe im Seminarraum Einklang, Zetel Infos: 0441.5703239, www.lebensenergie-oldenburg.de.

13. -15.9. **Sinnliche Verführung** - eine tantrische Entdeckungsreise für Paare. mitas zeiTräume, HB. Anm.: Ursel Newiger, 0421.84994288, www.mita-transzendenz.de

14.9. 15-18 Uhr: **Kompakt-Lehrgang. ATS**, JJC, Kung Fu. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726

21.9. **Mantras und ein wenig Bewegung** mit Durga Devi Wallburger, 9-12 Uhr. Info & Anmeldung; Yoga Vidya Zentrum Oldenburg, Tel.: 0441.5706528.

28. - 29.9. **Wohlfühltag für Frauen** in den Wechseljahren auf dem Frauenferienhof Ostfriesland/ Nordsee. Info u. Buchung: info@alchemilla-praxis.de.

28.9. ab 14:30 Uhr: **Dojo-Meisterschaften**. Kata, Jiu-Jitsu, ATS, Kick-Box, Kung Fu, Tai Chi Chuan. Kampf, Kata, Selbstverteidigung, Show, Bruchtest (nur bei rechtzeitiger Anmeldung). Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.

29.9. 18 - 19.30 Uhr, **Energie-tanz für Frauen und Männer**, Anmeldung bitte an ISIS, Oldenburg, 0441.592328.

3.-6.10. **Intensivworkshop: Biodanza-Tanz des Eros** mit Aphrodite mit Antje Koolen & Helge Polzin im Hof Oberlethe, Wardenburg. Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de.

3.-10.10. **The Work of Byron Katie**: Intensiv-Seminar mit Ralf Heske im Seminarhaus Lichtblick, Hude. Infos: www.ralf-heske.de oder 040.88167930.

12.10. **Heilgesang und Energietherapie** mit Theresia de Jong und Beate Korfe im Raum für ganzheitliche Lebenspflege, Marschweg 123, OL. Infos und Anm.: Theresia de Jong, www.theresia-dejong.de, 04453.1596, Beate Korfe, www.lebensenergie-oldenburg.de, 0441.5703239.

19.10. **Einführungsabend: Kriya Yoga Workshop**, 20h. Sa. 20.10. + So. 21.10. Workshop, 10-16h im Rosenhaus. Anm. u. Kontakt: Tel.: 0202.39343922, info@kriyayogaschule.de, www.kriyayogaschule.de

26. + 27.10. **Einf.-Seminar zur Ausbildung: Aus dem Herzen SEIN** mit Beate Korfe in Oldenburg. Infos: Tel. 0441.5703239, www.lebensenergie-oldenburg.de.

26.-27.10. **Seminar Sehnsucht finden - und leben!** Thomas Dopp & Antje Jaruschewski, Rosenhaus Oldbg., Infos: A. Jaruschewski, OL-9736194, www.praxis-jaruschewski.de; Th. Dopp, OL-36131050, www.thomas-dopp.de

27.10. **Hatha Yoga Workshop**: 108 Sonnengrüße mit Michael Büchel, 10-12 Uhr. Info & Anmeldung: Yoga Vidya Zentrum Oldenburg, Tel.: 0441.5706528.

kleinanzeigen

Ausbildung

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

Yoga Lehrerausbildung 2013-15: ab November 2013 an 14 Wochenenden die Grundlagen lernen, einen tieferen Zugang zu sich und zum Kundalini Yoga finden. Infoabend 7.6. + 20.9. 18-20h im Hollerhaus, Shiatsu-Raum, Hollerstr. 14, HB, Info: Dr. Anand Martina Seitz, Anand-Seitz@aol.com, Tel. 04242.597169, www.Anand-Nivas.de, www.3HO.de, www.Kundalini-Yoga-Bremen.de.

Yoga leben und lehren: Berufsbegleitende Hatha-Yoga-Lehrerausbildung 2013-14: Ab August 2013 an 14 Wochenenden in der Paracelsus Heilpraktikerschule Oldenburg. Infos unter: Tel. 0441.9250260 oder D. Hodza (Dozentin): 0441.7705936, www.paracelsus.de und www.praxis3in1.jimdo.com.

Reisen

Pyramiden in Bosnien: eine spirituelle Reise ins Tal der bosnischen Pyramiden vom 27.7.- 4.8. und 4. - 12. Okt. Marie Leonie Dunkel, 05103.927374, www.maria-dunkel.de.

Räume & Wohnen

Schöne, helle Räume (20m², 12m², 8m²) mit Teeküche in OL-City für Seminare, Therapien und Beratungen tageweise und am Wochenende zu vermieten. Tel. 0441.99875790.

Schöne und lichtvolle Gruppenräume (8, 26, 30 und 70 m²) mit 2 Teeküchen für Gruppen, Seminare und Einzeltherapie. Rosenhaus - Zentrum für Selbsterfahrung, Meditation und Therapie. www.rosenhaus-oldenburg.de. Tel. 0441.85315.

An- & Verkauf

Buchhandlung Plaggenborg: Großer Internetshop: www.buchhandlung-plaggenborg.de! Riesenauswahl an Büchern, CDs, DVDs, sogar Meditationskissen und Räucherstäbchen. Sorgfältig ausgewählte Titel aus den Themengebieten: Gesundheit & Heilen, Bewusstes Leben & Spiritualität, Weisheit der Welt und Nachhaltigkeit & Neues Wirtschaften. Einfacher Bestellablauf, Lieferung ins Haus oder Abholung in der Lindenstr. 35, 26123 OL. Und natürlich alles auch telefonisch bestellbar: 0441.17543. Besuchen Sie uns doch mal!

Dies & Das

Buchhandlung Plaggenborg jetzt auch auf Facebook: <http://www.facebook.com/BuchhandlungPlaggenborgOldenburg>. Infos, Buchtipps, Veranstaltungen und mehr...Schaut doch mal rein...

Internetdienstleistungen Ulrike Plaggenborg – Webseitenbetreuung: Termineinträge, Aktualisierungen u.v.m. www.webservice-ulrike-plaggenborg.de. Rufen Sie mich an: Tel. 0441.36182644.

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

Wilhelm13 - Lesungen

Die nachfolgenden Konzerte und Lesungen der Jazz-Musiker-Initiative OL, des Jazzclubs Alluvium und des Literaturbüros finden statt im Musik- und Literaturhaus Wilhelm13, Leo-Trepp-Str. 13 in Oldenburg. Infos zu Kartenbestellungen u.a.: www.wilhelm13.de.

Konzerte:

Beginn jeweils 20 Uhr:

Fr. 9. Aug. Joe Dinkelbach Trio - Jazz
Do. 15. Aug. Jazz-Session
Sa. 17. Aug. M-Band - Bigband der Musikschule Oldenburg
Fr. 23. Aug. Elfriede & ihr Doktor - Jazz
Do. 5. Sept. Newcomer Session mit Jazzoline
Fr. 6. Sept. Jens Wimmers Boogie Trio
Do. 12. Sept. Heisterhagens Ras-selbande - Jazz
Das besondere Konzert: Sa. 14. Sept. Engstfeld/Weiss Quartett - Jazz
Do. 19. Sept. Jazz-Session
Sa. 21. Sept. Günther Späth Quartett - Jazz
Fr. 27. Sept. Thomas Brendgens-Mönkemeyer - Gitarre solo
Sa. 28. Sept. Benny Troschel Quartett - Jazz

Lesungen

Beginn jeweils 20 Uhr:

Di. 13. Aug. Christoph Peters: „Wir in Kahlenbeck“
Di. 20. Aug. Marjana Gaponenko: „Wer ist Martha?“
Fr. 30. Aug. Fremde Federn - Poetry Slam
Mi. 25. Sept. Vortrag Inge Jens: „Erinnerungen an Golo Mann“

Gesundheit & Spiritualität



Sanfte Hilfe
aus der Natur
160 Seiten
Paperback
€ 9,95

ISBN 978-3-95474-107-6



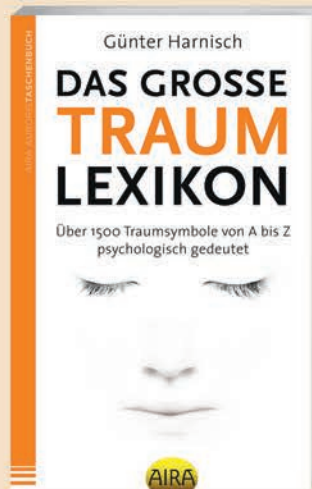
Der bessere
Weg zur
Gesundheit
380 Seiten
Paperback
€ 16,95

ISBN 978-3-95474-108-3



Die Kraft der
Stille Entdecken
160 Seiten
Paperback
€ 9,95

ISBN 978-3-95474-102-1



Was unsere
Träume uns
sagen wollen
336 Seiten
Paperback
€ 16,95

ISBN 978-3-95474-105-2

In jeder Buchhandlung

www.aira-verlag.de

