

kostenlos

Herbst 2012

ACHTSAMES LEBEN

Das Magazin für ganzheitliche Lebenskunst in Oldenburg und den NordWesten





Islandhof

SPIEKEROOG



...einfach Freude haben mit diesen wundervollen Pferden aus Island – in einer für sie artgerechten Umgebung und Lebensform, in einer großen Herde auf weiten Vordeichweiden.

Leben Sie ein Stück mit ihnen auf langen Ausritten am Strand in allen fünf Gangarten je nach Reitkenntnissen
- Reiten für kleine Kinder auf geführten Pferden, Voltigieren, Einzelunterricht, Ausritte für Anfänger,
Ausritte für Fortgeschrittene, in 4 Stunden an die Ostspitze der Insel mit mehreren Pausen,
Abendritt mit Wein und Käse am Strand, Vollmondritte.



Und wohnen Sie bei uns, wenn Sie möchten.

Herzlichkeit ist das, worum es geht in unserem Haus - versorgt werden, zur Ruhe kommen und Kräfte sammeln.



Mediale Einzelarbeit

- alte und uralte Blockaden auflösen und wieder ins Fließen kommen -

Frauke Strothmann ✉ Up de Höcht 5 ✉ 26474 Nordseeinsel Spiekeroog

Telefon 04976-219 ✉ Fax 04976-217 ✉ www.islandhof-spiekeroog.de ✉ info@islandhof-spiekeroog.de

Bürozeiten: Montag-Freitag 9-12 Uhr und Samstag 10-12 Uhr. Sonntag ist Ruhetag.

Mit neuem Programm!

KONZERTE

Wie im Himmel

Tournee 2012



MUSIK FÜR DIE NEUE ZEIT

27.11. Hamburg Kulturkirche Altona
28.11. Bremen Die Glocke
 Konzertbeginn jeweils 19 Uhr

10.11.Luxemburg - 12.11.Neu Isenburg - 14.11.Dresden -15.11.Leipzig
 16.11.Nürnberg - 18.11.Berlin - 19.11.Magdeburg - 20.11.Bielefeld
 21.11.Hannover - 29.11.Köln - 30.11.Utrecht/NL - 03.12.Kempton
 04.12.München - 05.12.Linz/A - 06.12.Wien/A - 08.12.Graz/A
 09.12.Ljubljana/SL - 11.12.Augsburg/Bobingen 12.12.Ludwigsburg
 13.12.Würzburg -14.12.Merzig - 16.12.Darmstadt - 18.12.Basel/CH
 19.12.Cham/CH - 29.12. Baden-Baden / Großes Galakonzert

Konzertbesucher berichten:

„Es war wirklich wie im Himmel.
 Diese Musik ist ein Freudenfest für die Seele.“
 „Nie zuvor habe ich intensivere
 Kunst und Musik erlebt. Das berührt ganz tief.“
 „Es war ein Traum: So etwas schönes, reines
 und ergreifendes an Musik und Ausstrahlung.“
 „Diese Musik, diese Töne, diese Klänge, Lex's facettenreiche
 warme Stimme und das ganze Team waren ein so wunder-
 voller, abgerundeter Genuss; all das drang tief in die Seele
 hinein...! Bitte kommen Sie wieder!!!“
 „Dieser Gleichklang der Stimmen mit der Flöte und anderen
 Instrumenten! Manchmal klang es, als sei alles Eins, die
 Harmonie Aller, das einwirken lassen ohne Applaus, die
 Atmosphäre, die Trommeln ...“
 Wunderschöne und begeisterte Eindrücke.“

Tickethotline:
 07223/806650 music@someren.de

LEX VAN SOMEREN www.someren.de




Liebe LeserInnen,
 das Jahr geht in sein
 letztes Viertel (unfassbar,
 wie schnell das ging...) und wir nähern uns
 dem Datum, dem seit
 einigen Jahren schon

entgegen-ge...- ja was eigentlich: gefiebert, ge-
 sehen, gefürchtet (gelangweilt...?) wird – der
 21.12.2012. Das mit dem Weltuntergang wird
 wohl nix; dazu hat Uwe Christiansen einmal
 erfrischend nüchterne Fakten aufgelistet in
 seinem Beitrag auf S.31. Und Christine Keidel-
 Joura sieht's von der satirischen Seite (auf S. 6).
 Wir Deutschen gelten (oder galten?) ja welt-
 weit als Jammer-Weltmeister; immerzu gibt
 es etwas zu beklagen oder man muss sich
beschweren. Es geht auch anders: mit der
 sehr einfachen Methode von Will Bowen. Ein
 lila Armband, bei jedem Jammern oder jeder
 Klage von einem Handgelenk zum anderen
 gewechselt, macht uns bewusst, wie oft wir
 dieser Beschäftigung nachgehen. Will Bowen
 sagt, dass „es“ der Durchschnittsmensch
 15-30-mal am Tag „tut“. Dazu mehr im Beitrag
 von Peter Gerd Jaruschewski auf S. 17.

Sie haben zwar gesehen, dass die Buchhand-
 lung Plaggenborg einen Internetshop hat, aber
 sich noch nicht getraut, dort etwas zu bestel-
 len? Auf S. 37 finden Sie nun eine genaue
 Anleitung dazu. Im Internet gibt es sie auch als
 PDF zum Ausdrucken. Sollten Sie dennoch
 irgendwo hängenbleiben gilt wie immer: „Wir
 sind so weit weg wie das nächste Telefon –
 Tel. 0441.17543.“

Nun wünschen wir Ihnen allen einen herrlichen
 Herbst und eine schöne Weihnachtszeit!

Karl-Heinz und Ulrike Plaggenborg

inhalt *herbst 2012*

3 **Liebe LeserInnen**

4 **Inhaltsverzeichnis**

astrologie

5 **Zeitqualität**

Oktober bis Dezember'12

31 **Kein Weltuntergang ...**
zum 21.12.2012



aktuell

9 **Salute e Belezza**

25 Jahre - die Geschichte

37 **Bestellen bei der ...**

Buchhandlung Plaggenborg

spiritualität

10 **Geistesschulung ...**

gegen Burnout, Kongress

28 **Joao de Deus in Alsfeld**

Wichtige Heilungsimpulse

33 **Der Mensch ...**

Bewohner zweier Welten

kunst & kultur

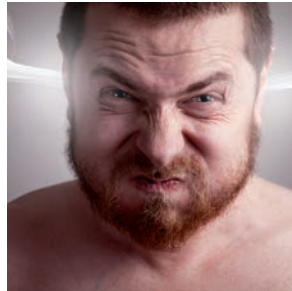
11 **Essenz des Seins in
der Kunst**

nachhaltigkeit & ethik

13 **Heute fängt die
Zukunft an, Teil 2**

bewusstes leben

17 **Aufhören, sich zu
beklagen ...**



19 **Biodanza**

System Rolando Toro

gesundheit

21 **Gewinnen Sie einen
Yogakurs**

Sampoorna Yoga Zentrum

für die sinne ...

22 **Kalender 2013**

61 **Schwelten**

64 **Klangwelten**

65 **Wortwelten**

anbieter

24 **Veranstaltungen
und mehr ...**

34 **Seminarkalender**

43 **Wer macht was im
Internet?**

Interessante Webadressen

45 **Marktplatz**

Anbieter stellen sich vor

70 **Wer macht was?**

Anbieter in Kürze

formales

41 **Verteilerliste**

59 **Impressum**

60 **Kleinanzeigenauftrag**

kleinanzeigen

71 **Termine**

72 **regelmäßige Termine**

72 **Vorträge**

72 **Seminare & Workshops**

74 **Ausbildung**

74 **An- & Verkauf**

74 **Räume & Wohnen**

74 **Dies und Das**

74 **Wilhelm 13**



Echt Oldenburg!



STADTBÄCKEREI

Schröder

DIE HANDBÄCKER

www.stadtbaeckerei-schroeder.de

Die Zeitqualität von Oktober-Dezember'12

Ab dem 5.10. befindet sich Saturn im Skorpion. Mit dieser Konstellation gilt es in wichtigen Angelegenheiten besonders gründlich in die Tiefe zu gehen, um mit Ruhe und Beharrlichkeit verschiedene Altlasten abzuarbeiten und sich mehr auf den Kern der Dinge zu konzentrieren.

Vermutlich sackt nun auch die Wirtschaftsblase in sich zusammen. Langfristige Sanierungsmaßnahmen und Therapieerfolge, die sich nur Schritt für Schritt, dafür aber nachhaltig erreichen lassen, stehen weltweit auf dem Programm.

Erst Frustration, dann frischer Wind

In der ersten Oktoberwoche dominieren Konstellationen, mit denen eine gewisse Ernüchterung angezeigt ist, auch wenn es manchmal schwerfällt, der Realität ins Auge zu sehen, und manch einer lieber viel Arbeit in eine Illusion investiert. Um den 5.10. sollte daher eine Art Bilanz gezogen werden. Ungefähr ab dem 9.10. kommt wieder frischer Wind in viele Angelegenheiten, glückliche Entwicklung ist möglich. Wer sich in Ruhe auf das wirklich Wichtige besinnen kann und sein Handeln gut durchdenkt, hat jetzt Erfolg – besonders auch, wenn es darum geht, neue Chancen wahrzunehmen.

Durchwachsen

Die Zeit von ungefähr dem 22.10. bis zum 22.11. zeigt mit etwas durchwachsenen Konstellationen, dass es einiges zu ordnen gibt, was verstärkt um den 25.10. spürbar wird. Dennoch kann ungefähr am 28.10. größere Begeisterung zu vorschleunigen und evtl. teuren Entscheidungen führen. Im Miteinander kann es Konfliktstoff geben. Da Merkur, der für die Kommunikation zuständig ist sowie für alles, was funktionieren soll, vom 7.11. bis zum 27.11. seine Rückwärtschleife im Quadrat zu Neptun bildet, ist einiges an Chaos zu erwarten. Materialauflösung, Pleiten, Fehleinschätzungen, Aneinandervorbeireden, aber auch Täuschung und Lüge sowie



eine gewisse Flucht davor, sich überhaupt auseinanderzusetzen, zeigen sich in der Zeit um den 29.10. bis 21.11. Dabei kann ungefähr am 22.11. etwas aus dem Ruder geraten, was sich zum Glück um den 24.11. wieder einigermaßen ordnen lässt.

Allmähliches Vorwärtkommen

Ungefähr ab dem 24.11. bis Mitte Dezember besteht eine erhöhte Wahrscheinlichkeit, sich an manchen Themen quasi die Zähne auszubeißen. Gut durchdachte Ideen von kooperativ handelnden Menschen können dabei von anderen zwar realisiert, aber irgendwie auch verworfen werden. Um den 27.11. halten viele zu sehr an bestimmten Vorstellungen, Verhaltensmustern und Grundsätzen fest, denn es besteht ein Aspekt, mit dem ein gewisser Fundamentalismus angezeigt ist. Zum Glück passen manche Vorstellungen dann doch zusammen, und

so lässt sich mit den richtigen Leuten auch konstruktiv handeln. Um den 11. bis 17.12. zeigen sich einige Mitmenschen jedoch etwas verhuscht, und es gilt, sich mit etwas Chaos anzufreunden.

Winteranfang am 21.12.2012

Schon seit vielen Jahren warten in Esoterik-Kreisen etliche Menschen auf diesen besonderen Tag, an dem laut gängiger Lehrmeinung der Maya-Kalender eine große Zählrunde von 5125 Jahren vollendet haben soll und ein neuer Schöpfungszyklus beginnt. Große Erwartungen und vor allem Ängste sind auf jenes Datum projiziert worden. Mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit wird an diesem Tag aber nichts Besonderes passieren, und so gilt es schon mal, sich einen neuen Weltuntergangstermin auszusuchen.

Falls aber doch der vielbefürchtete Domsday kommen sollte, so möchte ich hier verraten: wir steuern bereits auf das schwarze Loch im Zentrum unserer Galaxis zu, nur deswe-

gen leben wir immer schneller und werden gleichzeitig immer älter und schwerer. Dort werden wir dann aber nicht in die fünfte, sondern in die zweite Dimension eintreten, mehr Platz gibt es da nämlich nicht – und vor allem wird es dort auch die Zeit nicht mehr geben. Wenn wir in diese Dimension gelangen (in der übrigens auch die Simpsons leben), werden wir also für immer so bleiben, wie wir sind: ewig Lehrerin, ewig Büroangestellte, ewig Oma! Ob diese Ewigkeit der Himmel oder die Hölle ist, können wir nur noch jetzt gestalten. Nutzen wir also die noch verbleibende Zeit, um unsere endgültige Form zu finden.

Okay, der letzte Absatz war jetzt Satire. Wer Genaueres zu den astronomischen und astrologischen Gegebenheiten erfahren möchte, wird auf dem Blog <http://zeitenwende-2012.blog.de> seriöse Informationen erhalten.

Die Planetenkonstellationen am 21.12.12 sehen dabei einigermaßen aufgeräumt aus. Im Miteinander zeigen sich neue

Ideen. Wichtige Bereiche und Ziele können abgesteckt werden. Ungefähr ab dem 26.11. besteht jedoch erhöhtes Aufbruchspotenzial, Wahrheit lässt sich nicht mehr verdrängen, auch etwas explosive Entladungen sind möglich. Diese können gleich zu neuen Schwerpunkten führen, und so gilt es gegen Ende des Monats, sich noch einmal neu zu ordnen.

Venus und Mars („Frauen und Männer“)

Am 3.10. wechselt Venus in das Zeichen Jungfrau. Das zeigt, dass es im Miteinander einiges zu klären, zu sortieren und zu besprechen gibt. Im Idealfall lässt sich auf diese Weise der Alltag verschönern. Es sollte einerseits darauf geachtet werden, nicht jedes Wort auf die Goldwaage zu legen. Andererseits kann es aber auch gut sein, sich von Illusionen zu lösen und der Realität ins Auge zu sehen. Dabei bilden sowohl Venus als ihr Partner Mars Anfang Oktober herausfordernde Aspekte zu Neptun,

Clap Tzu

Beratung und Verkauf: www.ClapTzu.de · Tel. 04731-871488

Montag - Freitag, 07:00 Uhr - 19:00 Uhr - Angebot gültig bis 31. Oktober 2012

Rabatt*:

5€

mit dem Code:

dankeASL



LAVAKISSEN LAVACARE

gefüllt mit Lavasand, hält Wärme länger als Körnerkissen. 19,90 €



LINEA

elektrisch höhenverstellbar, jetzt mit Akku-Betrieb ohne Aufpreis.

280,-

sparen

LINEA Physio und LINEA Wellness mit elektrischer Höhenverstellung. Im Oktober mit Akku-Betrieb ohne Aufpreis. Sie sparen 280,- EUR.

* Ab einem Bestellwert von 100,- EUR

6

Die Zeitqualität von Oktober-Dezember'12

was zeigt, dass es im Miteinander wahrscheinlich besser ist, sich gelegentlich zurück-zuziehen.

Wenn am 7. 10. Mars das Zeichen Schütze betritt, gilt es von männlich-entschlossener Seite wieder mehr, nach vorne zu blicken, alte Sorgen hinter sich zu lassen, und zu neuen Horizonten aufzubrechen. Was es dort tatsächlich zu entdecken gibt, zeigt sich zunächst aber noch nebelhaft. Neue Visionen lassen sich hingegen um den 15.10. realisieren. Hier kann es für alle weiblich-kooperativen Personen ratsam sein, die kleine Welt des Alltags durch neue Perspektiven zu bereichern. Gegen Ende des Monats besteht hingegen von männlicher Seite ein gewisser Hang, sich zu überschätzen. Hier gilt es dann von weiblicher Seite mäßigend und ausgleichend zu wirken, was besonders gut ab dem 28.10. gelingt, wenn Venus in das Zeichen Waage wechselt. Nun ist die Zeit insgesamt günstig, um sich mit anderen fair zu einigen, Positionen abzustecken, Kultur zu genießen und das Miteinander zu harmonisieren. Dabei kann es Anfang November allerdings zu einer Art Erwachen kommen, manche Vorstellungen oder Strategien erweisen sich als (Ent-)Täuschung, und es gilt, der Wahrheit ins Auge zu blicken. Diese auszusprechen fällt aber nicht so leicht, und so zeigen sich im kommunikativen Be-

reich von Ende Oktober bis ungefähr Mitte Dezember immer wieder Konstellationen, die zu Ausflüchten geneigt machen, und mit denen es vielleicht auch gut ist, nicht sofort alles klären zu wollen, sondern die eine oder andere Situation erst einmal auf sich wirken zu lassen. Hier können die Beteiligten ab dem 22.11. wieder etwas besser zueinander finden, und im Idealfall eine tiefe Ordnung herstellen. Von weiblicher Seite ist allerdings darauf zu achten, sich nicht zu sehr in etwas hineinzusteigern und auch nicht zu nachtragend zu sein – während sich männliche, bzw. entschlossen handelnde Personen nicht immer logisch und nur begrenzt zugänglich, aber immerhin verantwortungsbewusst. So kann es um den 29.11. doch zu guter Zusammenarbeit kommen, vor allem, wenn auf einer tieferen Ebene die Verbindung stimmt.

Ab Mitte Dezember ist es mit Venus im Schützen wieder passend, sich gemeinsam in Bewegung zu setzen, sich weiterzubilden, zu reisen und Wohlwollen zu zeigen. Hier können ab dem 26.12., wenn Mars in den Wassermann marschiert, ganz neue Impulse freigesetzt werden.

Christine Keidel-Joura ist als Astrologin bekannt durch zahlreiche Veröffentlichungen und durch Radio Bremen Vier. Sie gibt seit 1985 Beratungen und leitet eine Astrologie-Schule in Bremen. 2005 ist ihr Buch „Der Siebener-Rhythmus im Horoskop“ im Chiron Verlag erschienen, das 2007 neu aufgelegt wurde. Ihr beliebtes I Ging-Buch wird seit März 2005 vom Hans-Nietsch-Verlag verlegt. Adresse: Christine Keidel-Joura, Delmestraße 74, 28199 Bremen, Tel. 0421-72929, info@keidel-joura.de



ENTWICKLUNGSWEGE



Gesund leben in Harmonie mit der Natur



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

Mechthild Maria Hesse-Herr
 Reconnection® Practitioner
 Reconnective Healing® 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

ICH WERDE HEILPRAKTIKERIN

Meine Ausbildung? Natürlich bei Paracelsus!

14 Berufsausbildungen mit und ohne Abitur, nebenberuflich oder in Vollzeit, mit modernen Lernmedien:
Heilpraktiker, Kinder-, Sportheilpraktiker, Tierheilpraktiker, Psychol. Berater, Heilpraktiker für Psychotherapie, Wellnesstrainer, Ernährungsberater, Massagetherapeut/-praktiker, u.v.m.



In Oldenburg:
Kanalstraße 23
Tel.: 0441 / 925 02 60
oldenburg@paracelsus.de
www.paracelsus.de

SEMINARE & WORKSHOPS Z.B.

- Craniosacrale Ki-Balance
- Imaginative Verfahren in der psychotherapeutischen Praxis
- Tierkommunikation
- Bach-Blüten für die Seele
- Spiritueller Heiler
- Diabetesberater
- Entspannungstherapeut/-trainer



Ja zum Jahr

In Oldenburg schön leben
Jahrestaschenkalender
2013

Mit Gutscheinen zu Wellness, Fitness,
Gesundheit und
schönem Leben in und um Oldenburg

Neu erschienen

Dieser Taschenkalender im Din A5-Format lädt Sie jede Woche und jeden Tag aufs Neue ein, sich Zeit und Raum für sich selber zu nehmen.

Im Schlussteil hält dieser Kalender Gutscheine für Sie bereit, die Ihnen unterschiedliche, vergünstigte Möglichkeiten bieten, sich „Gutes“ zu gönnen und sich Zeit zu nehmen für Ihre Gesundheit und Leistungsfähigkeit.

„Ja zum Jahr“ ist ein Kalender mit Aufnahmen aus Oldenburg und Umgebung. Die Aufnahmen und die Texte stammen von der gebürtigen Oldenburgerin Beate Korfe.



Sie unterrichtet Themen wie ganzheitliche Energiearbeit, Taiji (Taichi), Qigong, Zumba, Fitness, Naturverbundenheit u. Meditation. In ihrer Praxis steht sie als Coach und Energietherapeutin Einzelpersonen, Paaren u. Gruppen zur Verfügung.

Ganzheitliche Lebenspflege Beate Korfe
www.taiji-energiearbeit-qigong.de
info@taiji-energiearbeit-qigong.de
0049 - (0)4 41 / 570 32 39

25 Jahre Salute e Bellezza

Anfang und Entwicklung

Einige Kunden erinnern sich immer noch etwas wehmütig an das achteckige Gartenhaus, wohl gefüllt mit ätherischen Ölen, Edelsteinen, Klangschalen, Büchern etc.. Im Winter mit Eisblumen an den Fenstern, im Sommer manchmal etwas zu heiß – so fing es an – immer verbunden mit einer kleinen Privatsession, einer Reise in die geistige Welt oder einem Erfahrungsaustausch mit wunderbaren Spontanheilungen und geistigen Entwicklungssprüngen.

Es gab noch keinen Begriff von Energiemedizin – alles war in der erfahrbaren Entwicklung – es war wie in einer Alchimistenküche, die Adepten experimentierten und erfuhren dabei sich selbst und die Welt; die Alchimisten trafen sich, entwickelten sich im Austausch ihrer Erfahrungen. Die Gemeinsamkeiten waren wichtiger als die Konkurrenz.

Bald wurde es zu klein im Gartenhaus und der Umzug zur ISIS in die Edewechter Landstr. 18 im Jahre 1994 war die notwendige Folge. Mehr Platz heißt aber nicht weniger Individualität. Gute fachliche Beratung und die kleinen Privatsessions sind immer noch selbstverständlich – jetzt allerdings nur noch zu festen Zeiten: jeden Freitag von 15 – 19 Uhr und jeden Samstag von 11 – 14 Uhr.

Nach ausgiebigen Reisen z.B. zu den philippinischen Geistheilern und schamanischen Erfahrungen wurde das Sortiment schamanisch und alchimistisch erweitert und bietet heute die größte norddeutsche Auswahl für alle Bereiche der Energiemedizin - über 600 verschiedene ätherische Öle, über 300 verschiedene Edelsteine und Mineralien, Zutaten und Rezepte für Salben, Cremes, umweltverträgliche Waschmittel, Klangschalen aus verschiedenen Ländern, Bergkristallklangschalen und schamanische Trommeln und Rasseln, spirituelles Kunsthandwerk wie Statuen, Dorjes, Khartikas, tantrischer Bedarf und natürlich die passende Fachliteratur. Tanztherapeutische Musik- und schamanische

Trommel- CDs können gehört werden und sind im festen Angebot. Nicht zu vergessen natürlich die energetischen Aurasprays und Salben, die seit über 12 Jahren sinnlicher Bestandteil des Sortiments sind.

Wir sehen unsere Rolle nicht in der Befriedigung des Mainstream, haben kaum Laufkundschaft, dafür Zeit für persönliche Gespräche und fachliche Beratungen. Wir sind mit vielen Frauen und Männern der Energiemedizin (MedizinerInnen, HeilpraktikerInnen, SchamanInnen, RadiästhesistInnen, GeomantInnen etc.) verbunden, vermitteln auch gern weiter und sind in stetigem Austausch von Erfahrungen; auch sind wir über das Internet erreichbar. Wir sind glücklich über die vielen positiven Rückmeldungen zur energetischen Kraft unserer Praxis ISIS, zu der Salute e Bellezza mit dem großen spirituellen Potential gehört. Dieser Tempel der Kraft ist nur im Zusammenspiel mit unseren geistigen Helfern möglich.

Am Freitag, 5. Okt. von 15-19 Uhr und am Samstag, 6. Okt. 2012 von 11-16 Uhr soll unser 25-jähriges Jubiläum gebührend begangen werden. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen mit uns einen kleinen Rückblick aber vor allem einen Glückwunsch für die kommende Zeit zu feiern. Salute e Bellezza, Astrid Mügge und Dietmar R. Ehlert, Edewechter Landstr. 18, 26131 Oldenburg, Tel. 0441 – 59 23 28, www.salute-isis.de, info@salute-isis.de

Autor: DBU

Geistesschulung gegen Burnout

Kongress der Deutschen Buddhistischen Union in Hamburg



„Buddha im 21. Jahrhundert. Damit unser Geist heilen kann“ ist das Thema des Kongresses, den die Deutsche Buddhistische Union e.V. (DBU) vom 12. bis 14. Oktober 2012 in Hamburg veranstaltet. Die dreitägige Konferenz bietet ein vielfältiges Programm aus Vorträgen, Workshops und Raum für Erfahrungsaustausch.

Viele Menschen spüren, dass Buddhas Lehre hilfreiche Antworten auf existenziell wichtige Fragen der Menschheit, der Gesellschaft und aller Wesen dieser Erde geben kann. Sie entspricht einer weltlichen Geisteshaltung - alltagsnah, praktikabel und bewusst. Sie gründet auf der Verantwortung des Einzelnen zu Wahrfähigkeit und Integrität. Der Kongress soll aufzeigen, wie sich die besten menschlichen Eigenschaften mit Hilfe von Meditation und Achtsamkeit entfalten lassen.

Das Thema „Damit der Geist heilen kann“ wird von verschiedenen Referentinnen und Referenten aufgegriffen. Die aktuellen Ergebnisse der Hirnforschung, die heilsamen Wirkungen meditativer Praktiken, die zeitgenössische Bedeutung des Dharma usw. werden in mehreren Vorträgen, drei Workshop-Phasen und in einer Podiumsdiskussion aufgegriffen. Anwesend sein werden Stephen Batchelor, Gabi Bott, Manfred Folkers, Dr. Sylvia Kolk, Karl-Ludwig Leiter, Marie Mannschatz, Prof. Dr. Thomas Metzinger, Yesche Udo Regel, Dr. Ulrich Schnabel, Akincano Marc Weber und Sylvia Wetzel.

Ebenfalls vorgesehen ist ein moderierter Erfahrungsaustausch, in den sich alle Teilnehmenden einbringen können. Obwohl der Veranstaltungsort „Rauhes Haus“ direkt an einer U-Bahn-Hal-

testelle mitten in der Stadt liegt, fühlt sich das Gelände wie ein Park an und lädt zu einer gemeinsamen Geh-Meditation ein. Außerdem ist viel Zeit zum Kennenlernen und zum persönlichen Austausch vorgesehen.

Die Deutsche Buddhistische Union e.V. (DBU) ist der Dachverband der Buddhisten und buddhistischen Gemeinschaften in Deutschland. Mehr als 60 Mitgliedsorganisationen repräsentieren alle wichtigen Schulen des Buddhismus. Die Buddhistische Gemeinschaft, der Zusammenschluss von Einzelpersonen innerhalb der DBU, zählt über 3.000 Mitglieder. Die DBU unterstützt die Entwicklung eines authentischen Buddhismus im Westen und seine zeitgemäße Vermittlung, schafft einen Rahmen für Begegnung und Austausch zwischen den buddhistischen Traditionen und setzt sich für den interdisziplinären und interreligiösen Dialog in der Gesellschaft ein.

Der Kongress beginnt am Freitag, den 12.10. um 19.00 Uhr; am Samstag und Sonntag jeweils gegen 9.00 Uhr. Ende am Sonntag gegen 13.00 Uhr. Auch für einzelne Kongresstage, Vorträge oder Workshops können Karten erworben werden.

Mehr Infos: www.buddhismus-kongress.de.
DBU-Geschäftsstelle, Tel.: 089.28787762;
hilpert@dharma.de

Essenz des Seins in der Kunst

Betrachtungen zum Thema Heilige Kunst

Heilige (sakrale) Kunst kann den Raum und die Atmosphäre schaffen, die den Betrachter inspiriert, eigene Entscheidungen zu treffen, beruhend auf der Weisheit unserer Seele.

Diese Art von Kunst in all ihren unterschiedlichen Ausdrucksformen hat kein anderes Ziel als eine Widerspiegelung der Essenz des Seins im Einklang mit der Lebenskraft, mit der universalen Wahrheit, welche weit über das Mentale, Emotionale und Physische hinausgeht, obwohl sie diese Dimensionen auch mit einschließt! Es ist das weibliche Prinzip, das sich in der Kunst manifestiert. Es ist die mystische Erfahrung des stimmigen, auf die eigene Seelendimension ausgerichteten „Seins“. Das ist der mystische Pfad, verbunden mit dem TAO. Nur zu „sein“ und die Dinge sich entfalten und geschehen zu lassen. Die Tür zur Seele sich weit öffnen zu lassen. Zu SEIN in dem ICH BIN - Bewusst-Sein.

Es ist die technische Geschicklichkeit des Künstlers, welche, wenn sie in den Dienst seiner höchsten seelischen Eingestimmtheit genommen wird, den magischen Augenblick zur Manifestation eines wahren Kunstwerkes im Physischen kreiert. Das Kunstwerk wird dann zu einem durchsichtigen Gefährt für die Zuhörer, welches sie in Ehrfurcht und Staunen still werden lässt, indem es sie augenblicklich in die subtileren Dimensionen des Seins versetzt. In den Raum, wo die Seele sozusagen daheim ist. Da gibt es nichts zu lernen und keine Geschichte zu erzählen. Die Tiefe und die Qualität der Farben, das Licht, der Raum oder die Klänge der Kunst formen es selbst, sie heben uns direkt hinauf in unsere eigenen Seelendimensionen, in unser eigenes Licht, wenn wir es erlauben. Diese Art von Kunst hält in Liebe den Raum weit geöffnet für uns, damit wir unsere eigene (mystische) Erfahrung vom Jenseitigen machen können.

So bildet sich in der physischen Dimension ein Tor (ein offener Raum) zu den höheren Dimensionen des Nicht-Physischen. Das ist Transzendenz. Das ist, was uns sprachlos und stille macht, unser Gefühl erhebt oder uns zum Weinen bringt, wegen seiner Wirkung als Kanal für machtvolle Schwingungen von Liebe und Licht, aus denen wir, wie uns im Unterbewusstsein klar ist, geschaffen wurden. Diese transzendente Kunst öffnet einen Freiraum - einen stillen Raum der Unendlichkeit. Und es gibt nichts anderes dabei zu lernen als ihr zu erlauben, für unser inneres Sein in unserer ureigensten Weise zu wirken.

Das ist es, wodurch Kunst „sakral“ - heilig und heilsam - wird, da sie uns durch direkte Erfahrung an unser wahres Sein erinnert, an unsere natürliche Verbindung zu den universalen Gesetzen und an unsere Verantwortung aus der Sicht der Seele als menschliches Wesen auf dieser Erde zu dieser Zeit. Es liegt in der Macht des Künstlers, uns, seinen Zuhörern, Zuschauern, große Kraft für Selbstheilung und Bewusstseinswandel zu geben. Das geht aber nur mit einem künstlerischen Ausdruck, der mit Lauterkeit ausgeführt wird, und wir werden in unseren Herzen die Resonanz dieser Lauterkeit spüren.



Konzert mit Lex van Someren am 28.11.12 in der Glocke, Bremen. Weitere Infos unter: www.someren.de



BEING AWAKE
OLDENBURG



Vorträge & Retreat
Herbst/Winter 2012

von Michael Kewley,
Dharmachariya Paññadipa
(Lehrbeauftragung in Dhamma)



- Fr, 19.10. Vortrag: 'The joy of being Awake'
20 Uhr Yoga Vidya, Breslauer Str. 74, Oldenburg.
Teilnahme 10,-€ *
- 20.-21.10. City Retreat
Rosenhaus, Weskampstraße 28, Oldenburg.
Teilnahme 130,-€ *
- Mo, 22.10. Vortrag: 'Changing our nature'
20 Uhr Rosenhaus, Weskampstraße 28, Oldenburg.
Teilnahme 10,-€ *
- Di, 23.10. Möglichkeit zum Einzelgespräch mit
Michael. In Oldenburg, Anm. bei Andrea
Pfeiffer-Punke, Tel. 0441/42334
- 24.-28.10. Retreat. Haus der Stille e.V.,
Mühlenweg 20, 21514 Roseburg
Info & Anm.: Tel. 04158 / 214
- So, 28.10. Vortrag: 'The gift of awakening'
20 Uhr In Hamburg, Info & Anmeldung
susanne.gschwendtberger@yahoo.de
- 02.-09.01. Retreat. Benediktiner-Kloster in Damme *

*Info & Anmeldung: Andrea Schreiber
Tel.: 0441/9848041 email: aschreiber29@t-online.de



www.puredhamma.org



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

seit 1987

**Salute
& Bellezza**

Groß- und Einzelhandel



**Schamanischer &
Alchimistischer Bedarf**

- + Ätherische Öle
- + Räucherwerk
- + Heil- & Edelsteine
- + Edelsteinschmuck
- + Kunsthandwerk / Statuen
- + tanztherapeut. Musikcd'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



Text: Jens Heisterkamp, Foto: Sven Nieder

Heute fängt die Zukunft an ...

Otto Scharmer legt weltweit Keime für eine neue Gesellschaft, Teil 2

Wer die Gesellschaft verändern will, muss ihren Kern erreichen und verwandeln: die Wirtschaft. Der Aktionsforscher Otto Scharmer hat mit vielen Menschen in Unternehmen, Regierungen, Verbänden und Organisationen Prozesse erprobt, mit denen die Zukunft in die Gegenwart geholt werden kann. Scharmers Aktionen für das Hervorrufen des Neuen stehen dabei immer in einem großen Kontext: Seine Vision ist eine Transformation von Wirtschaft und Gesellschaft auf der Basis einer neuen Achtsamkeit.

Auf die Idee, das Auftreten des „Neuen“ nicht dem Zufall zu überlassen, sondern durch geeignete Bedingungen zu seiner Manifestation „einzuladen“, kam Otto Scharmer im Rahmen einer wissenschaftlichen Studie am Massachusetts Institute of Technology (MIT), wo er seit Ende der 80er Jahre arbeitet. Dabei hatte er rund 150 Wirtschaftsführer befragt, welche Faktoren sich bei gelungenen Systemumstellungen als hilfreich erwiesen haben. „Was ich dabei feststellte, war, dass es zwei grundverschiedene Formen des Lernens gibt. Gewöhnlich kennen wir das Lernen aus Vergangenen; was aber wirklich weiterführt, ist eben das Lernen aus der Zukunft!“



Die Ergebnis-Extrakte aus den Gesprächen passten gut zu elementaren Lebenserfahrungen Scharmers als Jugendlicher: „Schon als Aktivist in der Friedensbewegung hatte ich erfahren, dass solche Gruppen gefühlsmäßig bereits vom Bild einer möglichen Zukunft bewegt werden, die sich sehr von den bestehenden Bedingungen der Gegenwart unterscheidet.“ In der damaligen Friedensbewegung ebenso wie im gegenwärtigen zivilgesellschaftlichen Aufbruch weltweit lebt eine Stimmung, die weit über die jeweils formulierten Ziele hinausgeht – die Ahnung einer menschlicheren Zukunft.

Bürgerbewegung plus Aktionsforschung plus Achtsamkeit

Bei der Eröffnung eines globalen Forums des „Presencing“-

Netzwerks im Oktober 2011 hat Scharmer einmal zusammengefasst, auf welche Grundlagen er seine Arbeit baut. Für ihn kommen hier drei Strömungen zusammen, die bisher meist getrennt wirken: Die erste ist die Strömung der Bürgerbewegungen in der Tradition Martin Luther Kings, Mahatma Gandhis und Henry David Thoreaus. Für ihn weitet sich dieser Strom heute in die Breite der globalen Zivilgesellschaft aus. „Das ist die wohl größte Bewegung, die die Welt je gesehen hat“, stellt Scharmer fest. Der zweite Strom ist die systemische Aktionsforschung, speziell in Anknüpfung an Peter Senge, Ed Schein und Kurt Lewin, die in der Lage ist, große gesellschaftliche Vorgänge mit passenden Begriffen zu erfassen.

Der dritte Strom schließlich ist

jener der Achtsamkeit und Bewusstheit. Dazu gehören für ihn alle großen Weisheitstraditionen wie der Buddhismus und Konfuzianismus mit dem Wissen, dass eine gute Führungskraft an sich selbst arbeiten muss. „Im Westen wird für mich die Tradition der Bewusstheit besonders im Werk Rudolf Steiners repräsentiert, der Achtsamkeit mit der Goethe'schen Phänomenologie zu einer Form von Wissenschaft verband, in der das Bewusstsein sich selbst begegnen kann“, so Scharmer. „Was mich inspiriert ist die Wahrnehmung, dass überall auf der Welt diese Ströme heute mehr und mehr zusammenfinden, ich sehe eine neue Generation am Werk, die gesellschaftliches Engagement, Aktionsforschung und Achtsamkeit verbindet. Und ich sehe meine Aufgabe darin dazu beizutragen, dass für diese Millenniums-Generation, wie man sie nennen kann,

Plattformen globalen Lernens entstehen, Räume, in denen diese Qualität gehalten werden und wo tiefere Führungsqualitäten dazu gebildet werden können.“

Unterwegs zum Kapitalismus 3.0

„Wir müssen von einer Ego-System-Bewusstheit zu einer Öko-System-Bewusstheit kommen“ – noch einmal so eine Formel, in der vieles zusammenfließt, was Anliegen Scharmers ist. Denn auch wenn es in seiner konkreten Arbeit immer um einzelne Projekte, Unternehmen oder Organisationen geht, steht als Ganzes dahinter doch immer die Vision eines Sprungs der globalen Gesellschaft auf ein vollständig neues „Level“. „Wir gehen so verschwenkenderisch mit unseren Ressourcen um, als hätten wir mehr als nur einen Planeten zur Verfügung“, mahnte Scharmer etwa die Anwesenden beim Forum zum 50. Ju-

biläum des Bundesministeriums für Entwicklung (BMZ) in Berlin.

Dass es um den Planeten so schlecht bestellt ist wie im Moment, ist für ihn weniger Ergebnis böser Absichten als vielmehr von fehlendem Bewusstsein. Dabei ist das Neue bereits an vielen Stellen greifbar nah und – siehe die vier „Mirakel“ zu Beginn dieses Artikels (in Heft 3'2012, Anm. d. Red.) – geschichtlich gesehen ohnehin unausweichlich. „Kapitalismus 3.0“ nennt Scharmer die im Keim bereits sichtbare neue Zeit. Hintergrund seiner Überlegungen ist dabei die Einteilung des Kapitalismus in drei aufeinanderfolgende Entwicklungsstufen: Die erste davon war im 19. Jahrhundert durch die ungezügelter Entfaltung wirtschaftlicher Aktivitäten einiger weniger gekennzeichnet. Sie setzte eine enorme ökonomische Entwicklung frei, verursachte aber



• **Integrativ-systemische Ausbildung SIO®**
• **Erlebnisabende**

Erlebnisabende Herz Bewusst Sein

Mit Aufstellungselementen, inneren Reisen und mehr...!
12,- EUR • 19.30 - 21.30 Uhr

- HB** • 14.09. • Körper, Geist & Seele
- Hesel** • 28.9. • Herz und Kopf verbinden
- BHV** • 19.10. • GeldMangel – ich hab genug!
- Osnabrück** • 23.11. • Neu geboren werden
- OL** • 03.12.12 • GeldMangel – ich hab genug!
- Münster** • 10.12.12 • Körper, Geist und Seele
- Wildeshsn.** • 18.01.13 • Herz & Kopf verbinden

ab Frühjahr 2013, in OL (2,5 Jahre, Wochenenden):

Ausbildung Integrativ-systemische Therapie und Beratung

Antje Jaruschewski, Heilpraktikerin, T. 0441-973 61 94; **Eva-Maria Wunderlich**, HP f. Psychotherapie, T. 0441-36 19 33 00

Anmeldung/Infos zu den Erlebnisabenden oder zur Ausbildung: www.institut-sio.de

Heute fängt die Zukunft an, Teil 2

auch schwere Schäden wie Massenverarmung und ökologischen Raubbau.

Die negativen Folgen dieses „Kapitalismus 1.0“ wurden im „Kapitalismus 2.0“ durch Einflüsse wie Gewerkschaften, Sozialgesetzgebung, Notenbanken und erste ökologische Maßnahmen gemindert. Den entscheidenden Schritt zur künftigen Stufe des „Kapitalismus 3.0“ bildet die Überwindung der seither entstandenen „Versäulung“ unserer Gesellschaft in fest formierte Interessengruppen. An ihre Stelle tritt die horizontale „Vernetzung“, der Schritt von den Sonderinteressen zum Allgemeinwohl im Sinne eines global erweiterten, nachhaltigen und Sinn-orientierten Denkens – Öko-Bewusstsein anstelle von Ego-Bewusstsein.

Wie aber kann der Übergang genau aussehen? Für den Weg zu der neuen Stufe verwendet Otto Scharmer ein Bild aus der Computertechnik: Aus dem Umgang mit Software wissen wir, dass ein Programm immer wieder neuen Entwicklungen angepasst werden muss, um mit dem Fortschritt und der Differenzierung von Anforderungen Schritt zu halten. Wir sprechen dann beim Wechsel von einer veralteten Version zu einer neuen von einem „Update“. Dabei muss weder das alte System zusammenbrechen noch müssen bisherige Arbeitsabläufe unterbrochen werden, vielmehr

kann der laufende Betrieb nach erfolgter Umstellung auf einer verbesserten Stufe reibungslos weitergehen. So etwa stellt es sich Scharmer auch in Bezug auf die „Software“ unseres gesellschaftlichen Denkens vor: Durch Einfügung grundlegend neuer Ideen könnten die ins Stocken geratenen sozialen Lebensströme wieder zum Fließen gebracht werden.

Das Geldwesen reformieren

Zu den wichtigsten dieser neuen Konzepte gehört für ihn dabei ein transparentes, der Realwirtschaft dienendes Geldwesen. Und da so vieles, was heute falsch läuft, an einem falschen Umgang mit Geld liegt, sind davon größte Wirkungen zu erwarten. Vieles, was heute schon von den neuen Ethik-Banken geleistet wird, weist in die richtige Richtung: Geld nicht als Mittel zur Spekulation und Selbst-Vermehrung zu verwenden, sondern zur Ermöglichung sozial und

ökologisch sinnvoller Unternehmungen.

Außerdem plädiert Scharmer für die Einführung eines Grundeinkommens und die Sicherung von Bildung und medizinischer Grundversorgung – auch dies wären Basis-Stimulationen mit weitestgehender Wirkung, Ermöglichung von Initiative statt kontrollierender Sozialfürsorge. Als elementaren Bestandteil des globalen Wandels sieht er ebenfalls die Re-Aktivierung unserer Gemeingüter, das heißt etwa die Befreiung von Grund und Boden oder Wasser und auch von Energie aus den Klauen privatwirtschaftlicher Einzelinteressen.

Kritik der Finanzwirtschaft, Grundeinkommen, Gemeingüter – Scharmers Idee einer gesellschaftlichen Transformation bündelt so Motive, die sonst politisch eher einzeln verfolgt werden, zu einem System-„Update“: „Wir haben



Die doppelte Biografie des Menschen

- seine irdische
und göttliche Natur

7 Themenabende

Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes
LECTORIUM ROSICRUCIANUM e.V.
www.rosenkreuz.de

- Die doppelte Biografie im „Lied der Perle“ von Mani
- Kind und junger Mensch
- Erwachsen sein – das Leben zur Blüte bringen
- Erwachsen sein – Mann und Frau
- Der Herbst des Lebens – die Früchte ernten
- Sterben und Tod
- Auferstehung

1. Oktober bis 12. November 2012
Jeden Montag um 20 Uhr
Kultur bunker Barenburg
Geibelstr. 30a, 26721 Emden

2. Oktober bis 13. November 2012
Jeden Dienstag um 20 Uhr
Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes
Fritz-Bock-Straße 3, 26121 Oldenburg

heute die unterschiedlichsten Spezialkonferenzen und NGOs für jedes dieser Ziele, aber was fehlt, ist eine strategische Koordination und Kopplung“, kritisiert Scharmer. Deshalb betrifft sein letzter Systempunkt den Aufbau von Bildungs-Orten, an denen vor allem Bewusstsein für den großen Zusammenhang geschaffen werden und Vernetzung stattfinden kann. „Wir brauchen schon jetzt funktionierende Modelle für die Post-Crash-Welt, auf die wir zulaufen, neue soziale Technologien und erprobte Beispiele. Dazu müssen wir Kommunikations- und Willensbildungs-Räume schaffen, wo eine gemeinsame Gefäßbildung für das Neue stattfindet. Innovationen kommen nicht durch Theorien in die Welt, sondern durch konkrete Menschen an ganz bestimmten Orten – und wir brauchen mehr solcher Orte, wo das Neue ankünftig werden kann.“

Es sind solche Orte, mit denen Otto Scharmer das ganze Jahr über in Kontakt steht – in regem E-Mailverkehr, in virtuellen Konferenzen

und vor allem in realen Begegnungen. Womit wir wieder am Frankfurter Flughafen wären, von wo es ihn gleich nach Indonesien weiterziehen wird. Hinter den großen Glasfassaden des Sheraton sind inzwischen im Minutentakt die Flieger aufgestiegen und gelandet und wir haben die Zeit aus den Augen verloren: „In zehn Minuten geht mein Flieger nach Jakarta!“, sagt Otto Scharmer mitten im Gespräch und steckt sein iPhone ein. „Wir sehen uns – und viel Glück mit dem neuen Magazin!“

Claus Otto Scharmer wuchs auf einem Demeter-Bauernhof in der Nähe von Hamburg auf. Prägende Erfahrungen machte er als Jugendlicher in den Aktionen gegen das Atomkraftwerk Brockdorf und in der Friedensbewegung. Nach dem Besuch einer Waldorfschule und seinem Zivildienst und Studienbeginn in Berlin ging er 1984 an die Universität Witten-Herdecke und studierte dort im allerersten Jahrgang Wirtschaftswissenschaften. Noch während seiner Promotion wechselte er in die USA und arbeitete am Massachusetts Institute of Technology (MIT), wo er u.a. bei Peter Senge in das Prinzip der »Lernenden Organisation« eingeführt wurde. Zu seinen wichtigsten Ideengebern zählt er Johan Galtung, Ed Schein, Arthur Zajonc, Nicanor Perlas und Ken Wilber.

Otto Scharmer berät im Rahmen seiner Tätigkeit als Senior Lecturer am MIT und als Präsident des Presencing Institutes weltweit Einrichtungen aus Wirtschaft, Gesundheit, Erziehung und kommunalen Verwaltungen. Zu dem von ihm gegründeten Presencing-Netzwerk gehören inzwischen sechstausend Individuen und Einrichtungen auf allen Kontinenten. Otto Scharmer lebt mit seiner Familie in der Nähe von Boston. Mehr unter www.blog.ottoscharmer.com und www.presencing.com.

Dieser Beitrag wurde uns freundlicherweise von der Zeitschrift „WIR – Menschen im Wandel“ zur Verfügung gestellt. Kostenloses Probeheft und Kontakt unter Vertrieb@info3.de oder 069.584647.



Familienstellen

Klass. Homöopathie

Antje Jaruschewski
Heilpraktikerin
Metzer Str. 10
26121 Oldenburg
Tel. OL-973 6194
www.praxis-jaruschewski.de



► Familie
► Beruf
► Gesundheit
► Lebensraum

Familien-/Systemaufstellung

- **Aufstellungstage**
Sa. 13.10. | Sa. 24.11. | So. 13.1.13
9.30- 18 h, Edewechter Landstr. 18
- **Kurzaufstellungen abends**
18.10. | 15.11. | 13.12. 18.30 h, Weskampstr. 28
Bitte tel./online anmelden! (15,-)
- **Einzelarbeit** individuelle Termine

Fortbildg. Systemaufstellung

- „Aufstellung Einzelarbeit“ Start April 13
6 Wo-Enden. Info anfordern. Neu!

Klassische Homöopathie
Termine nach Vereinbarung

Halbjahresgruppe: Neu!
Glück ist meine eigene Schöpfung!
A. Jaruschewski u. Eva-Maria Wunderlich
Gruppe: Di. abends 18.15, alle 2 Wochen

Aufhören, sich zu beklagen ... Wie ein lila Armband das Leben ändern kann

Höre auf, Dich zu beklagen! Das ist die einfache Botschaft des amerikanischen Pastors der amerikanischen Christ Unity Church – Will Bowen. Dafür hat er eine einzige Übung entwickelt, die schnell und unkompliziert auszuführen ist, aber eine ungeahnte Wirkung und Kraft erzielen kann.

So einfach es klingt, so einfach ist es auch: Du trägst ein lilafarbenes Armband an einer Deiner Handgelenke. Wann immer Du Dich beklagst oder jammernst und dies merkst, wechselst Du das Armband vom einen Handgelenk zum anderen und nimmst Dir vor, Dich nicht mehr zu beklagen. Das Ziel ist, Dich 21 Tage in Folge nicht mehr zu beklagen. Fertig! Doch: Wo ist der Haken? Schon nach sehr kurzer Zeit wirst Du feststellen, dass Du Dich im Verlauf eines Tages ungezählte Male beklagst, und sei es nur, dass Du über den langsamen Vordermenschen auf der Autobahn jammernst oder das Wetter wieder einmal scheußlich findest oder ... Dabei ändert das Jammern und Klagen rein gar nichts, außer, dass es Dir die Stimmung vermiest und Du „verbalen Müll“ in das Universum entlässt.

Will Bowen, der in den USA bereits eine „Volksbewegung“ mit dieser Übung in Gang gesetzt hat, spricht davon, dass es bis zu 8 Monaten dauern kann, bis man es geschafft hat, sich 21 Tage nicht zu beklagen. Dann aber wird sich Dein Leben völlig verändert haben. Will Bowen: über die Menschen, die es geschafft hatten *„sich 21 Tage in Folge nicht zu beklagen, nicht zu beschweren, nicht zu jammern, nicht zu nörgeln, nicht zu kritisieren, nicht zu tratschen oder zu klatschen ... Dadurch, dass sie sich ihrer Worte bewusst wurden und ihre Formulierungen*



änderten, veränderten sie auch ihre Gedanken und sie fingen an, ihr Leben vorsätzlich und planvoll zu erschaffen und zu gestalten.“

In der Tat verändert sich langsam und fast unmerklich die Haltung, mit der man den Nachbarn, Kunden, Klienten – dem Leben selbst gegenüber tritt. Ein Beispiel, das mir passiert ist: Ein schöner Sommertag, es ist warm, die Sonne scheint und es verspricht, ein heißer Tag zu werden. Ich möchte eine Fahrradtour unternehmen, doch was ist das? Direkt über mir und nur über mir (so scheint es) befindet sich eine Regenwolke. Es muss kommen, wie es kommen muss: Gerade, als ich losfahren will, fängt diese Wolke nur über mir (so scheint es) an zu regnen – ich werde nass. Zuerst will ich lospoltern und

Das Magazin *ACHTSAMES LEBEN* verschenkt in Zusammenarbeit mit dem Goldmann Verlag 10 Bücher „Einwandfrei - A Complaint Free World“ von Will Bowen inklusive lila Armband an Menschen, die versuchen wollen, sich 21 Tage in Folge lang nicht zu beklagen. Einzige Bedingung: Innerhalb eines Jahres beschreibt jeder Empfänger eines Buches zweimal in wenigen Sätzen seine Erfahrung mit dieser Übung. Bei mehr als 10 Buchwünschen entscheidet das Los. Buchwunsch bitte bis spätestens 15.11.12 mailen an: einwandfrei@jaruschewski.eu

über diese Regenwolke schimpfen, als ich auf mein lila Armband schaue. Da fällt mir etwas ein: Ich bedanke mich bei der Regenwolke, dass sie mich noch einmal kräftig erfrischt, bevor der Tag heiß wird und ich mich nach Abkühlung sehne ... Und schon habe ich eine prima Laune. Ein kleines Beispiel nur, aber ich kann eine solche Verhaltensweise auf jede Situation anwenden, in der ich mich beklagen will – über wen oder was auch immer. Und Du wirst sehen, es verändert Dich im Verlauf der Zeit. Deine Sicht der Dinge wird anders, alles wird leichter und fröhlicher! Will Bowen unterscheidet vier verschiedene Stadien, die Jede/r durchläuft, die/der sich mit dieser Übung befasst und versucht, sich 21 Tage lang nicht zu beklagen:

Unbewusste Inkompetenz

In diesem Stadium sind wir uns noch nicht bewusst und merken nicht, wie oft wir uns beklagen und jammern. Wir wissen noch nicht, welches Potential in uns schlummert, wenn wir mit dem Jammern, Klagen, Beschwerden und Kritisieren aufhören über Dinge, die wir ohnehin durch dieses Verhalten nicht ändern können.

Bewusste Inkompetenz

Während der bewussten Inkompetenz wird uns klar, wie oft wir uns beklagen und jammern. Wir tragen das lila Armband und beginnen mit der Übung. Wir ertappen uns häufig dabei, wir wir das Armband wechseln müssen. Wir lernen, uns besser zu beobachten und bemühen uns bewusst um Veränderungen.

Bewusste Kompetenz

Will Bowen sagt zu dieser Phase des Übens: *„Das Stadium der bewussten Kompetenz ist eine Phase der Hypersensibilität. Sie beginnen, sich all dessen, was Sie sagen, bewusst zu sein. Sie lassen Ihr Armband weitaus weniger oft wandern, weil Sie sehr darauf achten, was Sie erzählen. Sie formulieren jetzt in positiveren Begriffen, weil Sie anfangen die Worte abzufangen, bevor Sie Ihren Lippen entfliehen.“*

Unbewusste Kompetenz

In der letzten Phase werden wir feststellen, dass sich etwas in uns verändert hat: Wir brauchen das Armband kaum noch zu wechseln, weil sich offensichtlich kein Grund zu Klage mehr bietet. Wir sind optimistischer geworden und ziehen optimistische Menschen an. Uns gelingt mehr und unser Leben wir reicher ...

Probieren es aus! Du wirst verwundert sein, welche Kraft diese einzige Übung entfalten kann und wie diese Dein Leben verändern kann. Und wer sich geärgert hat, dass ich ihn/sie hier duze: einfach anfangen!

„Mit dem Klagen aufhören! Wie ein lila Armband das Leben ändern kann“ – Vortrag von Peter Gerd Jaruschewski am Dienstag, 13. November um 19.30 Uhr im Rosenhaus, Weskampstr. 28, 26121 Oldenburg. Eintritt frei, verbindliche Anmeldung nötig: 0441.9736160, E-Mail: einwandfrei@jaruschewski.eu.

:: Biodanza-Raum-Münster

Bremer Str. 56 | 48155 Münster
 bm@biodanza-muenster.de | T 0251-7 47 47 52 | M 0173-669 15 83

3-jährige Ausbildung
 Biodanza Kurse
 Workshops
 regelmäßige Schnupperkurse
 Vermietung
 Kreativgruppen
 Vorträge

Biodanza (gr. bios „Leben“, span. danza „Tanz“; „Tanz des Lebens“) ist eine lebensfrohe, erlebnisorientierte Bewegungsmethode für Gruppen, die zu einer Wiederverbindung und Integration natürlicher biologischer Potenziale in das menschliche Leben beitragen kann. Auf diese Weise entwickelt Biodanza die Kraft, Lebensqualität zu steigern.

biodanza
 das Leben ist Tanz

www.biodanza-muenster.de

Autorin: Birgit Mutze

Biodanza, System Rolando Toro - Das Leben ist Tanz

Biodanza in Münster und Osnabrück mit Birgit Mutze

Etwas ganz Besonderes am Menschlichen ist, dass die Erinnerung an das Paradies in uns lebt...

„Wir können uns entscheiden, diese Erinnerung als Quelle von Leid und Mangel zu kultivieren oder aber ihre richtungsweisende Kraft anzunehmen, den Mut zum Glücklichen, Entdeckerinstinkt, die lebendige Veranlagung zu Wachstum und Entwicklung, die menschliche Bestimmung als liebevolle und solidarische Wesen... Diese Kräfte befähigen uns zu freudvoller Bewegung auf das Paradies zu und zum lebendigen Tanz inmitten seiner prächtigen Schönheit“ (Birgit Mutze, Leiterin des Biodanza-Raum und der Biodanza-Schule-Münster).

Menschen bewegen sich immer, der ganze lebendige Kosmos tanzt ... In welche Richtung, mit welcher Motivation, mit wie viel Kraft, Leidenschaft, Engagement und wofür wir uns bewegen, das ist und bleibt dem Mysterium unserer Identität überlassen.

In einer Welt, die geprägt ist von Stress, hohen Anforderungen, von Außenbewertung und oft unerfüllbaren, fremdbestimmten Idealen - in einer Welt, die sich sehr auf Konflikte und Leid bezieht, ist es eine sehr gesunde Reaktion, dass wir Menschen intuitiv

nach Wegen suchen, uns wieder ins Gleichgewicht zu bringen, Ruhe zu finden, uns auf uns selbst zu besinnen, unsere Lebenskraft in Verbindung mit den eigenen Motivationen und Wünschen zu entwickeln, unsere Kontakte ehrlich und liebevoll zu gestalten und unsere Bewegungen auf Glück, Gesundheit, Freude und Ausgeglichenheit auszurichten.

Biodanza eröffnet diesen Raum der mutigen Selbstgestaltung. Im Tanz, der keiner Bewertung unterliegt, vereinen sich Fühlen und Ausdruck, ein hohes Maß an Vitalität mit tiefer Entspannung, der Blick nach innen und der zum anderen Menschen, ausgelassenes Spielen und feinstes Gespür. Biodanza ist angeleiteter Tanz, der Freiheit erlebbar werden lässt, die Selbstwahrnehmung intensiviert, authentischen Ausdruck erleichtert, Freude weckt.

Ausgehend vom angeborenen genetischen Potenzial des Menschen, welches als Samen eines unermesslichen Ausdrucksreichtums in jeder unserer Zellen nach Entfaltung strebt, schaffen wir im Biodanza dieses Feld von Offenheit, Erlaubnis, Kreativität und Lebensfreude, ein Feld der Annahme, Zärtlichkeit und Verbundenheit, in dem wir als Mensch unter Menschen un-



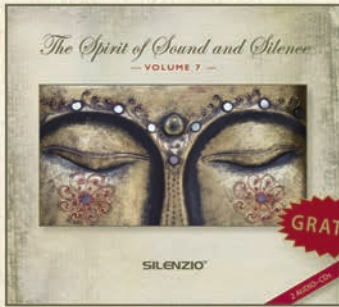
sere Identität entwickeln und zur Blüte bringen können.

Der Methode Biodanza liegt das Biozentrische Prinzip zugrunde, welches sich aus dem Gedanken nährt, dass die Ausrichtung des Lebens immer die ist, Leben zu erzeugen. Sich als Mensch dieser Weisheit wieder anzunähern bedeutet, sich an die universelle Einheit alles Lebendigen, sich auch als Angehöriger einer Spezies dem Wohlergehen und Fortbestand des Lebens zu widmen.

In der Sprache des Tanzes heißt das, gemeinsam zu tanzen, Teil eines großen Reigens zu sein, die eigene Präsenz in Gegenwart des Mitmenschen zu genießen, den Zauber der Einzigartigkeit im Angesicht des Fremden oder Anderen sich offenbaren lassen.

Birgit Mutze bietet seit 15 Jahren mit Leidenschaft und großem Engagement Biodanza-Kurse und Workshops vor

GUTSCHEIN



Fordern Sie noch heute unsere Kennenlern-CD **"The Spirit of Sound & Silence Vol. 7"** mit über 2 Stunden Musik auf 2 CDs an. Gegen Zusendung von **1,45 €** in Briefmarken (aus dem Ausland 5 € in bar) senden wir Ihnen diese CD kostenfrei zu. Stichwort: **"Achtsames Leben"**. Unser Gesamtprogramm mit über 5.000 lieferbaren CDs/DVDs finden Sie im Internet:

www.SILENZIO.de

SILENZIO®

SILENZIO MUSIC AG
 Badstrasse 131 • D-91349 Egloffstein
 ☎ 09197-6266280 • Fax: 09197-62662888
 info@SILENZIO.de • www.SILENZIO.de



Senden Sie mir kostenlos und unverbindlich Ihre Kennenlern-CD. Briefmarken im Wert von **1,45 €** liegen bei. (Aus dem Ausland bitte 5 € Schein)

Jeden Monat 10 CDs/DVDs zu gewinnen!

Ich möchte an der monatlichen Verlosungsaktion teilnehmen und abonniere zusätzlich Ihren Newsletter (**Email-Adresse erforderlich!**)

@ _____

Absender: (bitte gut lesbar!) Frau Herr

Vorname _____

Name _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Achtsames Leben

allein in Münster an, seit 2003 in eigenen Räumen, in denen das Angebot mit weiteren lebensfrohen und ermunternden Angeboten bereichert wird.

Im September 2008 brachte sie diese überraschend lebendige Methode zum ersten Mal nach Osnabrück, wo nun am 8.9. im Tanzforum das 5-jährige Biodanza-Jubiläum gefeiert wird. Auch in Osnabrück breitet sich die Zahl der Biodanzatänzer/innen und Angebote seitdem ganz quicklebendig und fröhlich aus. Ebenfalls im Jahre 2008 eröffnete Birgit als Mitglied der International Biocentric Foundation (IBF) die Biodanza-Schule-Münster, in der die 3-jährige berufsbegleitende Ausbildung zur/zum Biodanzalehrer/in in Zusammenarbeit mit vielen kompetenten internationalen Kolleg/innen angeboten wird.

Die Biodanza-Ausbildung richtet sich nach dem einheitlichen Konzept aller IBF-Schulen, welches von Rolando Toro, dem Begründer der Methode Biodanza, zugrunde gelegt wurde und sich im Netzwerk einer lebendigen Bewegung ständig weiter entwickelt.

Biodanza ist der Tanz des Lebens und dies ist seine Kraft und sein Reichtum: Männer und Frauen jeden Alters, egal wie groß oder klein, schwer oder leicht, sportlich geübt oder nicht, Tänzer oder überhaupt nicht, jeder in seiner ganz einzigartigen Weise ist zu diesem besonderen Tanz in bunter Gemeinschaft von ganzem Herzen Willkommen. Auf bald, im Biodanza-Kreis!

Die neue und mittlerweile dritte Ausbildungsgruppe beginnt am 30. November 2012, ein Einführungswochenende für Ausbildungsinteressierte findet am Wochenende 27./28. Oktober 2012 statt. Das Ausbildungskonzept wird bei Interesse gerne zugesandt. Informationen zu allen Angeboten über die Homepage www.biodanza-muenster.de oder auch telefonisch unter 0251.7474752 bzw. 0173.6691583, E-Mail: bm@biodanza-muenster.de

Gewinnen Sie einen Yogakurs!

Sampoorna Yoga Zentrum feiert am 27./ 28. Oktober 2 Jahre Yogaunterricht

Mit einem besonderen Fest, Probestunden, einem yogisch-vegetarischen Buffet, Meditation, Mantra singen & einer großen Tombola sagen wir Danke schön & laden alle Oldenburger herzlich ein, Sampoorna Yoga kennenzulernen.

Das Sampoorna Yoga Zentrum Oldenburg bietet eine Fülle von Angeboten, um Sie auf der Suche nach strahlender Gesundheit, Fitness, innerer Ruhe und Ausgeglichenheit zu unterstützen. Die Hatha-Yogakurse sind von höchster Qualität. Jeder Teilnehmer wird ganz individuell nach seinen Möglichkeiten gefordert und gefördert, so dass er, ganz gleich ob Anfänger oder Fortgeschrittener, einen wohltuenden „workout“ erfährt. Entscheidend sind dabei nicht Muskelkraft und Leistungsgedanke, sondern die Fokussierung der Konzentration und die Verbindung zwischen Bewegung und bewusster Atmung. Weit über 500 Teilnehmer haben Sampoorna Yoga kennen und schätzen gelernt.

Sampoorna Yoga ist durchaus fordernd und bringt Sie auch schon mal zum Schwitzen. Es ist jedoch keine rein körperliche Disziplin, die nur den Körper stärkt, sondern auch eine geistige Disziplin, die uns erleben lässt, wie kraftvoll und selbstbewusst ein klarer Geist werden kann. Gesundheit ist unser größter Reichtum und innerer Frieden unser höchstes Glück.

Das Sampoorna Yoga Zentrum in der Zeughausstr. 70 bietet helle, klare Räumlichkeiten. Ein besonderer Ort, der in die Stille führt. Gleich im Eingangsraum stellt man mit seinen Schuhen symbolisch seinen Alltag ins Regal und tritt



durch eine gläserne Tür in einen lichtdurchfluteten Raum. Jetzt zählt nur die Gegenwart, das eigene Wohlbefinden. Um den Bedürfnissen nach Flexibilität gerecht zu werden, bietet das Sampoorna Yoga Team von Montag - Freitag regelmäßig Hatha-Yoga-Kurse für Anfänger – Fortgeschrittene, Yoga für Senioren und Rücken-yoga an. So können Sie mit Leichtigkeit in einen anderen Kurs springen, um verpasste Stunden vor- oder nachzuholen. Schüler und Studenten bekommen 25 % Rabatt. Schauen Sie am 27. / 28.10 einfach mal im Studio 70 in der Zeughausstr. vorbei und machen Sie sich ein eigenes Bild von der Fülle des Yoga. Als Highlight bieten wir am Sa- und So-abend Meditation und Mantrasingen an, um über die Erfahrung der Klangvibration zu mehr Konzentration und zur Meditation zu gelangen. Wer an diesem Wochenende keine Zeit findet, kommt zu einer der Probestunden in der Woche vom 29. Okt.-09. Nov. 2012.

Programm	Sa. 27.10./So. 28.10.
10.00 Uhr	Eröffnung & Yogitee
11.00 - 12.30 Uhr	Präsentation & Probestunde
13.00 - 18.00 Uhr	Yogisch-vegetarisches Buffet
14.00 - 15.30 Uhr	Präsentation & Probestunde
16.00 - 17.30 Uhr	Präsentation & Probestunde
18.00 - 20.00 Uhr	Meditation & Mantra singen

Neue Kurse beginnen vom 29. Okt. - 01. Feb. 2013. Die Kurse werden von den Krankenkassen unterstützt! Info: Tel.: 0441.4851766 www.sampoorna-yoga-oldenburg.de



Spirituelle Taschenkalender

Synergia Vlg., 12,80 €

Stimmungsvolle Farbfotos, Essays und Zitate aus den angesehenen spirituellen Quellen. Jahres- und Monatsübersichten, Ferientermine und Adressenregister. Darüber hinaus zahlreiche spirituelle Feiertage und Gedenktage sowie wichtige Jahresfeste aus verschiedenen Traditionen. Mit Feiertagen aus allen Weltreligionen und verschiedenen Traditionen. Viele wunderschöne, ganzseitige Fotos. Jede Woche auf einer Doppelseite mit zwei begleitenden Zitaten. Die Wahrheit ist ein Diamant mit vielen Facetten darum feiert dieser Kalender die grundsätzliche Einheit aller spirituellen Richtungen und Wege.



Feng Shui Kalender Wandkalender

Vision Creativ, 29,90 €

Nicht nur für Fans der chinesischen Harmonielehre ist der Feng-Shui-Kalender ein stilvoller Wandschmuck und ein hochwertiges Wohnaccessoire. Die stimmungsvollen Bilder im Achteck-Format können als Gestaltungselement nach Feng Shui eingesetzt werden. Wertvolle Tipps gibt es zu jedem Motiv, ebenso wie Angaben zur chinesischen Astrologie und zum westlichen Mondkalender.

Kalenderblattabbildungen unter www.buchhandlung-plaggenborg.de



Jetzt! Ist immer meine Lieblingszeit

Eckhart Tolle, Taschenkalender Kamphausen Vlg., 9,95 €

Wenn JETZT meine Lieblingszeit ist, was will ich dann mit einem Taschenkalender? Brauche ich Tage, Wochen, Monate? Termine? Pläne? Eigentlich nicht. Doch wer erinnert mich daran, an welchem Jetzt meine beste Freundin Geburtstag hat? Wer erinnert mich an mein Geschäftsmeeting, meinen Konzerttermin, mein Vorstellungsgespräch, und

die goldene Hochzeit meiner Großtante? Na gut, dann also doch einen Kalender... aber nur diesen, mit den inspirierenden Weisheitssprüchen von Eckhart Tolle: Andere Kalender haben auch 365 Tage aber keiner von ihnen erinnert mich daran, dass jeder dieser Tage immer, immer nur JETZT ist!



Astrokalender Sternenlichter

P. Niehaus, Taschenkalender Chiron Vlg., 12,95 €

Der Astrokalender Sternenlichter wird seit 1985 in ununterbrochener Folge herausgegeben. Neben dem inhaltlichen, jährlich wechselnden Schwerpunkt enthält der Kalender alle wichtigen astrologischen Daten, viele interessante Bilder, Artikel und Anregungen.

Der 29. Astrokalender hat den Schwerpunkt „Combin“. Wie immer mit allen wichtigen astrologischen Daten: Tägliche Planetenpositionen, mit Chiron, Vesta und Lilith, Tagesaspekte, Zeichenwechsel, Rückläufigkeit, Mond im Leerlauf, Kleinplaneten und Transneptuner, Mond, Menstruations- und Gartenkalender und monatlicher Übersichtsephemeride.

kalender 2013


**Buddhas 2013
Wandkalender**

Vision Creativ, 16,90 €

Ob aus Indien, China, Tibet, Thailand oder Europa - die außergewöhnlichen Buddha-Statuen im Wandkalender Buddhas 2013 lassen eine Atmosphäre der Stille und Innerlichkeit entstehen. Das entspannte Lächeln des Buddha, der Ausdruck von Frieden, Gelassenheit und müheloser Konzentration spiegeln die innere Haltung wider, aus der heraus die Kunstwerke entstanden sind. Die Wirkung auf den Betrachter bleibt nicht aus, und er wird eingeladen, daran teilzuhaben.

Kalenderblattabbildungen unter
www.buchhandlung-plaggenborg.de

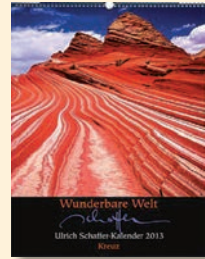

**Der Lebensfreude-
Kalender, Tischkalender**
PAL Vlg., 7,80 €

Unser jahrelanger Bestseller: Ein Geschenk für Freunde und den Erhalt der Freundschaft, ein Dankeschön für viele Gelegenheiten. Alle zehn Tage ein Kalenderblatt mit Tipps, die aufbauen und anregen wollen, sein Leben und das der anderen positiver zu gestalten.


**Thangka-Kalender,
Wandkalender**
Windpferd Vlg., 29,95 €

Dieser traditionsreiche Kalender, der mittlerweile bereits seit über 30 Jahren erscheint, ist wieder der Vorstellungswelt des tantrisch-tibetischen Buddhismus gewidmet. Jahrhundertalte, ausgewählte Kunstwerke aus tibetischen Klöstern, die bis heute als Meditationsvorlagen dienen, sind Ausdruck einer einzigartigen Kultur und vermögen nicht nur Buddhisten, sondern jeden Betrachter anzusprechen, der sich ihrer kraftvollen archetypischen Bildersprache öffnet. Sie zeigen friedvolle oder zornvolle Figuren, welche die vielfältigen Aspekte der menschlichen Psyche versinnbildlichen, komplexe Mandalas als Ausdruck

kosmischer Ordnungsprinzipien, Szenen aus Buddhas Leben und große Lehrgestalten.


**Wunderbare Welt
Wandkalender**

 Ulrich Schaffer
Kreuz Vlg., 26,- €

Der beliebte große Ulrich Schaffer-Kalender mit fantastisch schönen Bildern zu den Jahreszeiten. Seit vielen Jahren lädt der Ulrich Schaffer-Kalender Monat für Monat dazu ein, sich zu erinnern an Erfahrungen, die dem Guten im Menschen Zeit und Raum geben. Dazu braucht es nicht mehr als ab und an ein paar Augenblicke des Innehaltens und des Schauens auf die Wunder unserer Erde. Ein repräsentativer Wandschmuck für das Jahr. Zum Nachdenken, Aufatmen und zur Besinnung.

Und natürlich Mondkalender in allen möglichen Größen und Formaten: Taschen-, Tisch-, Wandkalender, Wochenplaner, Timer usw. von den Paungger-Poppes und Helga Föger u.a.. Alles dies und viele weitere Kalender finden Sie auf www.buchhandlung-plaggenborg.de auf der Seite „Bewusstes Leben“, rechte Seite.



**MatrixErfahrung –
Lebensfreude und Leichtigkeit**

Mit der Bereitschaft zur Matrix -Methode geht jeder Mensch bereits in die Eigenverantwortung und aktiviert dadurch seine Selbstheilungskräfte. Diese Anwendung, die auch 2 Punkt Methode genannt wird, wirkt auf der Ebene des reinen Bewusstseins. Sie ist unbegrenzt für jedes Anliegen anwendbar, sei es im privaten oder im beruflichen Umfeld.

MatrixErfahrung - Lebensfreude und Leichtigkeit in Dinklage und umzu mit Andrea Diekmann und Norbert Thölke Termine: Workshops : 12. Okt./ 9. Nov.: MatrixErfahrung Workshops; 6. Okt. MatrixErfahrung für Kinder. Vorträge: 10. Okt. Kulturbahnhof – Neuenkirchen; 14. Nov. Ort wird noch bekannt gegeben. Ausbildungen: Teil 1: 20./ 21. Okt., Dinklage; Teil 2: 24./ 25. Nov., Dinklage. Information: Praxis Diekmann, Lindenstr. 21 | 49413 Dinklage, Tel.: 04443 1315, www.matrix-erfahrung.de

**Para Vital Messe in Oldenburg
für Lebensfreude, Körper, Geist & Seele**



Am Sonntag 28.10.22 findet in Oldenburg im Kulturzentrum Ofenerdiek die Para Vital Messe für Lebensfreude - Körper, Geist und

Seele - statt. Das Kulturzentrum Ofenerdiek ist an diesem Tag für Besucher geöffnet um die Welt der Lebensfreude, Körper, Geist und Seele in einer entspannten und freundlichen Atmosphäre kennenzulernen. „Lebensfreude – Körper, Geist und Seele“ ist das Motto der Messe. Para Vital lädt ein, die Welt der Lebensfreude kennenzulernen und selbst zu erleben, was diese Welt zu bieten hat. Während des Besuches schnuppern die Besucher an den verschiedenen Disziplinen der professionellen Anbieter und gönnen sich eine private Beratung in Bezug auf Arbeit oder Liebe, eine Vorlesung

mit ganzheitlichen Themen oder eine energetische Heilung. Auf der Messe sind Heilpraktiker, Astrologen aber auch Hypnotherapeuten, Klanghealers, Reinkarnations Therapeuten, Reiki-Meister, Pendler und Masseur anwesend. Alle bieten sie ihre eigenen Qualitäten an und sind an diesem Tag für die Besucher da.

Gespräche führen, sich informieren über Neuigkeiten, aber auch Probebehandlungen von z.B einem Reiki Meister oder einem Masseur gehören zu den Möglichkeiten. Iteressengebiete mit dem Publikum zu teilen ist das Anliegen der Aussteller. Außer neuen Erfahrungen kann man sich oder andere auch noch mit einem schönen Geschenk verwöhnen mit Produkten wie CDs, Gesundheitssteinen, Schmuck, Karten, Büchern und verschiedenen Produkten wie Öle, Kräuter und gesunde Nahrungsmittel. An diesem Tag ist es außerdem möglich, interessanten Workshops und Vorträgen beizuwohnen, die für die Besucher kostenfrei sind. Es sind Erlebnisworkshops dabei mit Klangschalen oder geführten Meditationen, aber auch inhaltliche Vorträge mit Themen, die Gebiete streifen wie Einführung in persönliche Muster oder Trancereisen, Aromatherapie und Kurzaufstellungen (genau es Programm: www.para-vital-oldenburg.de).

Para Vital Messe Oldenburg: Lebensfreude, Körper, Geist und Seele: Sonntag 28.10.2012 von 11.00 bis 18.00, Eintritt 5,- €, Kulturzentrum Ofenerdiek, Weißenmoorstraße 289, 26125 Oldenburg. Weitere Informationen zur Messe finden sie unter www.para-vital-oldenburg.de.

**Kunst der harmonischen Bekleidung
Workshop mit Andreas Weinzierl**



Lernen Sie das Geheimnis des ersten Eindrucks kennen! Wussten Sie, dass rund 55% auf die Bekleidung und die Körpersprache entfallen? Wollen Sie diese 55% leichtfertig verschenken, indem Sie sich mit weniger vorteilhaften Farben, Stoffen, Mustern, etc. umgeben? Lernen Sie die sieben Faktoren kennen, die Ihre individuelle Bekleidung ausmachen, mit der Sie immer richtig und zu jedem Anlass korrekt gekleidet sind. Es ist so einfach, Sie müssen nur die Regeln kennen.

veranstaltungen & mehr ...

Ich lade Sie herzlich ein, mit mir in die Welt der Bekleidung einzutauchen. Der Workshop richtet sich an Frauen und Männer, die Wert auf ihre Garderobe legen und auf ihre Mitmenschen einen positiven Eindruck machen wollen. Kommen Sie zu meinem Workshop und investieren Sie in Ihre Zukunft. Ich freue mich auf Sie.

Workshop am 10. November 2012 von 09-14 Uhr in Oldenburg (genauen Veranstaltungsort bitte erfragen), Kosten pro Person: 59,- €. Andreas Weinzierl, Image-Trainer. www.image-trainer.de, E-Mail: post@image-trainer.de, Tel. 0441.6842645.

NEU: R.E.S.E.T. 2**Rafferty´s R.E.S.E.T. Ergänzungsstool**

Zur Durchführung der „klassischen“ R.E.S.E.T. 1 Sitzung benötigen Sie 45 - 60 Minuten. Dies umzusetzen ist im beruflichen Alltag (z.B. in einer zahnärztlichen oder physiotherapeutischen Praxis) nicht immer möglich.

In diesem Kurs vermitteln wir Ihnen speziell zusammengestellte R.E.S.E.T. 1 - Positionen für Kurzbehandlungen, die für Ihre Klienten und natürlich auch zur Eigenbehandlung flexibel einsetzbar sind: zur täglichen Anwendung, als 4 Wochen Programm, als Minianwendung zum Abschluss einer Behandlung, für Kurzbilanzen von 10 oder 20 Minuten, zur Entspannung, zur Unterstützung bei bestimmten Beschwerdebildern wie z.B. Problemen im Kieferbereich, Verspannungen im Nacken- und Rückenbereich, Lernschwierigkeiten, durch Verspannungen ausgelöste Kopfschmerzen, zur Unterstützung während einer kieferorthopädischen oder zahnmedizinischen Behandlung; nach einem Schleudertrauma, bei chronischer Müdigkeit, zur Entgiftung und Entschlackung, ...

Philip Rafferty´s R.E.S.E.T. Ergänzungsstool - eine Zusammenstellung von RESET Positionen für kurze und effektive Behandlungen. Nächster Kurstermin: 10.11.2012. Weitere Infos: www.josefstotten.de

Reflektion 2012 - Ausblick 2013 mit dem Rad des Lebens

Energie folgt der Aufmerksamkeit! Wir kreieren unsere Realität! Mit Hilfe von Coachingtechniken nehmen wir einen Prozess auf, um uns ganz ohne Stress schon auf das neue Jahr auszurichten. Keine neuen

Vorsätze, die dann kurzfristig wieder verworfen werden und die Frustrationsschwelle erhöhen, sondern mit einer bewussten Erforschung der innersten Wünsche zu einer gezielten Handlungsstrategie kommen. Die Wertearbeit legt offen was mir wirklich wichtig ist im Leben! Entscheidungen werden leichter getroffen sowie ein Erkennen, was stimmig ist.

Das Rad des Leben (Gesundheit, Finanzen, Beruf, Beziehung...) zeigt sehr deutlich „Wo stehe ich? Was täte mir gut? Wo brauche ich Stärkung?“ Dieses hilft für einen gezielten Ausblick auf das Jahr 2013. Für eine wunderschöne Zielcollage (das Unterbewusstsein denkt in Bildern), besprechen wir was notwendig ist, die ersten Ideen werden gesammelt und zu Hause kann die Zielcollage in aller Ruhe vervollständigt werden.

Reflektion 2012 - Ausblick 2013 - mit dem Rad des Lebens mit Ilka Hohmann Am So. 11.11.2012 von 10 bis 18 Uhr im Rosenhaus in Oldenburg. Kosten: 69,- €. Verbindliche Anmeldung bis zum 4.11.2012. Kontakt : ilkahohmann@yahoo.de, Tel. 0173.8840394, Ilka Hohmann

Carogetica 2012: 10. & 11. November Nordsee-Wellness-Tage in Carolinensiel

Auch in diesem Jahr steht bei der Carogetica wieder das Kennenlernen von Heilenergie im Vordergrund, welche Ausdruck in allen alternativen Heilmethoden findet.

Der Mensch ist eine Einheit aus Körper, Geist und Seele. Das Leben, das wir heute führen, ist geprägt von: Leistungsdruck, erhöhter beruflicher Anforderung, Arbeitslosigkeit, Stress in den Familien oder Partnerschaften, mit Freunden, Bekannten und Kollegen. Die Folge: Wir fühlen uns emotional, geistig und später auch körper-

lich nicht mehr wohl. Die Carogetica bietet viele Chancen andere Wege kennen zu lernen, die alle ein gemeinsames Ziel verfolgen:

Den Ausweg aus dieser Zerrissenheit zu finden um wieder Eins zu werden.

An diesem Wochenende haben sich viele Praktizierende der unterschiedlichsten Heilkünste auf Einladung des Nordsee-Hotels Friesenhus hier zusammengefunden, um Ihnen das vielfältige Angebot vorzustellen. Sie erhalten umfangreiche Informationen, selbstverständlich kostenlos.

Diese umfassen u.a.: Arbeit mit Engeln, Astrologie, Aura Soma, Geistheilung, Familienstellen, Aurafotografie, Metatronenergie, Reiki, Aura-Chirurgie, Kartenlegen, Kinesiologie, traditionelle Kerala Fußtherapie, Cranio-Sacral, Vitaloethik, Hand-/Fußreflexzonenmassage, Schamanismus, Quantenheilung, Reconnective Healing, Qi Gong und Tierkommunikation.

Außerdem gibt es Kurzanwendungen sowie Engelfiguren, Edelsteine, Energiepyramiden und Bücher zu den jeweiligen Themen. Mit Tee, Kaffee und selbstgebackenem Kuchen sorgen wir auch für Ihr leibliches Wohl. Sie sind herzlich willkommen, wir freuen uns auf Sie. *Mit besonderer Empfehlung von Buchhandlung Plaggenborg und Achtsames Leben: besuchen Sie diese einzigartige Veranstaltung in familiärer Atmosphäre!*

Carogetica im Nordsee-Hotel Friesenhus, Am Kurzentrum 12 in 26409 Carolinensiel, www.carogetica.info, 10. und 11. November, 11-17 Uhr, Eintritt: 2,50 € (Kinder unter 16 J. frei).

Yogalehrer-Ausbildung ab Januar 2013 in Oldenburg mit anerkanntem Zertifikat (BYV)

2 Jahre
berufsbegleitend



YOGA
Vidya

Weitere Informationen und Broschüren:
www.saraswati-yoga.de
oder 0441-37946947

Channeling- und Engelseminar Mit Meike Sigle



Die Liebe und die Freude beim Wirken mit Engeln und Lichtwesen steht im Mittelpunkt des Engelseminars. Humorvoll vermittelt Meike Sigle ihre eigenen Erfahrungen aus der gemeinsamen Arbeit mit den Engeln. Die Teilnehmer/innen

bekommen Anregungen für das gemeinsame Wirken mit der geistigen Welt im Alltag. Channeling bedeutet das Empfangen von Botschaften aus der geistigen Welt. Jeder kann channeln erlernen. Das Seminar vermittelt den Teilnehmer/innen, welche Form Botschaften aus der geistigen Welt haben können und über welche Wege diese empfangen werden können. Meike Sigle betreibt mit ihrem Mann Wolfgang eine gemeinsame Heilerpraxis in Weyhe und arbeitet täglich mit der geistigen Welt zusammen. Ihre Erfahrungen mit dem Channeln hat sie auf sehr humorvolle Art gemacht. Nun gibt sie diese Erfahrungen an zwei Seminartagen an Interessierte weiter.

Engelseminar, 27.10.2012, 10-18 Uhr; Channelingseminar, 17.11.2012; 10-18 Uhr, beide im Rosenhaus, Weskampstr. 28, 26121 Oldenburg. Infos: meike.sigle@t-online.de, 0421-83000561.

Tanz der Göttinnen Fortlauf. Abendgruppe in Oldenburg



Viele Frauen lieben es zu tanzen. Für die meisten ist es eine schöne, leichte und spielerische Art und Weise, sich selbst wieder näher zu kommen. Die eigenen Stärken und Potenziale im Tanz über den Körper zu entdecken ist das Spannende an den Seminaren. Im eigenen Körper liegt ein großer Schatz, ein altes Wissen verborgen, das auch nur über den Körper zu entschlüsseln ist.

Die sieben griechischen Göttinnen können kraftvolle Impulse auf dem Weg zur Bewusstwerdung und Heilung geben: sie verkörpern symbolisch all die Ausdrucksmöglichkeiten, die jede Frau in sich trägt. Artemis steht für Kraft und Lebendigkeit, Athene für Klarheit und Struktur, Hestia für

veranstaltungen & mehr ...

Alleinsein und Erotik, Hera für Würde und Gemeinschaft, Demeter für Mütterlichkeit und Akzeptanz, Persephone für Empfindsamkeit und das innere Kind und Aphrodite für Lebenslust und Freiheit. Sich diesen Themen im geschützten Kreis unter Frauen zu widmen wird als wohlthuend erlebt. Jede Frau kann im Tanz entdecken, worin ihre Stärken liegen und welche unbekannteren Seiten nach Entfaltung rufen.

Tanztherapie für Frauen: Termine: Freitags 23.11. + 7.12., 19-21 Uhr im Rosenhaus OL. Info Pramoda Habenicht: Tel: 04408.923485, www.tanz-dergoettinnen.de, Einzeltermine nach Vereinbarung.

Geistheiler Ausbildung mit Claudia Hempler-Gödeke



Jeder trägt die Fähigkeit zur feinstofflich-sensiblen Wahrnehmung in sich. In den 2 Jahren wirst du dir deiner eigenen Veranlagung (Hellssehen, -hören, -fühlen, -wissen) bewusster werden, sie deutlich intensivieren und gezielt anzuwenden lernen. Die Ausbildung umfasst 12 Wochenenden inkl. 11 Einzelsitzungen. In einer Gruppe von max. 8 Teilnehmern werden folgende Inhalte vermittelt. Basistechniken: Erdung und Schutz, Reinigung und Zentrierung, Öffnung für die göttlich-geistigen Ebenen. Orientiert an den Chakren bietet die Ausbildung Einblicke in die Bereiche: Aufbau einer energetischen Behandlung, Chakra-Lesung / -Balancierung, Wirkung von Gebeten und Affirmationen, Gestaltung eines Altars, Umgang mit der Kraft der Elemente, Herstellung eigener Essenzen, Arbeit mit der Energie der Steine, Unterstützung durch Farbe und Licht (am Beispiel von Aura Soma®), Kontaktaufnahme mit Engel, Einführung ins Pendeln, Seelenentlassung, Einblick in die Bachblüten. Die letzten 3 Wochenenden befassen sich intensiv mit den Themen: Das Innere Kind, Rückführung, Ritual-Arbeit.

Geistheiler Ausbildung mit Claudia Hempler-Gödeke: Beginn: 29.-31.03, 13; Info-Abend 13.11.2012 Claudia Hempler-Gödeke, Geistheilerin und Physiotherapeutin, Hauptstr. 10, 31191 Algermissen-Tel. 05126.8107, www.geistheilung-luehnde.de



Vorträge & Seminare zum Aufwachen!

mit **ROBERT BETZ**

LIVE-VORTRÄGE

- 03.10. BREMEN · Swissotel
04.10. HAMBURG · CCH
31.10. MÜNSTER · Halle Münsterland
20.11. BIELEFELD · Stadthalle

**Wie wir das Leiden im Lieben
jetzt beenden können**

- 07.11. PADERBORN · Schützenhof
21.11. LÜBECK · MUK
**Mach Frieden mit deiner
Vergangenheit und du bist frei!**

- 08.11. HANNOVER · Maritim Grand Hotel
**Lieber Freude an der Arbeit
als Frust im Job**

Einlass 18 Uhr · Beginn 19 Uhr · Eintritt € 22 / erm. € 15

SEMINARE

- 01.-04.11.12 BAD LIPSPRINGE

**Männer finden wieder zur Freude
am Mann-Sein** Mit Robert Betz

**Frauen lernen, ihr Frau-Sein wieder
zu lieben!** Mit Beatrix Rehrmann

- 21.-26.10.12 WILLINGEN/HESSEN

- 25.-30.11.12 BAD BRÜCKENAU

- 16.-21.12.12 BAD NAUHEIM

Die Transformationswoche

Eine Intensiv-Kurwoche
und Lebensschule für
Körper, Geist
und Seele



Tb. · HEYNE Verlag · € 8,99

Auch als Hörbuch erhältlich!

www.robert-betz.de

Autor: Earth Oasis

Joao de Deus in Alsfeld und Salzburg Wichtige Heilungsimpulse für Körper, Geist und Seele

Ende November finden in Deutschland und Österreich die nunmehr 6. Europäischen Geistheilungstage mit dem berühmten Heilmedium aus Brasilien statt – erstmals gleich in zwei Ländern. Was Ausmaß und Wirkung seiner Arbeit angeht, gilt Joao de Deus als bedeutsamster Heiler der Gegenwart.



In 55 Jahren hat der bekannteste der etwa 7000 Geistigen Heiler Brasiliens geschätzte 8 Millionen Menschen behandelt. Und dabei Unzählige von allen erdenklichen Krankheiten geheilt – darunter auch Viele, denen die Schulmedizin nicht mehr helfen konnte.

Neue Wege zu Gesundheit, Wohlbefinden und geistigem Wachstum

Immer mehr Menschen gewinnen ein ganzheitliches Verständnis von Gesundheit; wir begreifen uns zunehmend als Einheit aus Körper, Geist und Seele und suchen deswegen nach Behandlungen und Heilweisen, die diesem Anspruch gerecht werden. Anstatt nur Symptome zu behandeln, suchen wir nach den eigentlichen Ursachen der Erkrankungen und öffnen uns damit auch für die tieferen Zusammenhänge in unserem Leben. Das Verständnis wächst, dass Krankheiten nicht einfach so vom Himmel fallen. Jeder von uns kann auf vielerlei Weise

zur eigenen Heilung beitragen, wie auch prophylaktisch viel für den Erhalt der kostbaren Gesundheit tun. Einzige Voraussetzung: Die Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, und möglichst intelligente Lebensentscheidungen zu treffen.

Geistige Heilung ins eigene Leben integrieren – Antworten auf entscheidende Lebensfragen

Eine solche intelligente Entscheidung besteht zweifellos darin, sich für Geistige Heilung und damit für den Kontakt mit den göttlich-geistigen Kräften zu öffnen. Und das am besten nicht erst, wenn bereits schwere Krankheiten entstanden sind – selbst wenn dann noch oft geholfen werden kann. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen eindeutig, dass Liebe, Gebet, Meditation – das vertrauensvolle Sich-öffnen für höhere spirituelle Kräfte – den Heilungsprozess nachhaltig fördern können. Das ist auch gut verständlich, denn gleichzeitig öffnen wir uns für unsere eigene innere Natur. Wir stellen uns die wirklich wichtigen Fragen, erkennen Sinn und Bedeutung in unserem Leben, was Freude und Erfüllung mit sich bringt. So kann uns die Öffnung für die Geistigen Kräfte entscheidende Impulse für unser ganzes Leben geben – weit über die mögliche Heilung von Krankheiten hinaus!

Die Heilungsmision von Joao de Deus – göttlich-geistige Medizin als wertvolle Ergänzung

Medium Joao hat sein ganzes Leben voller Hingabe in den Dienst seiner Heilungsmision gestellt – und ist trotz aller Auszeichnungen und

der Anerkennung unzähliger Menschen einfach und bescheiden geblieben. Stets betont er, dass nicht er es ist, der heilt, sondern Gott in Gestalt der 36 Geistigen Wesenheiten, die durch ihn behandeln. Er ist sich bewusst, dass der Erfolg solch wundersamer geistiger Heilbehandlungen weltweites Interesse hervorruft. Deshalb ermutigt er seit jeher Ärzte und Wissenschaftler, diese Arbeit zu erforschen, um die Möglichkeiten der herkömmlichen Medizin durch diese „göttlich-geistige Medizin“ wirksam zu ergänzen. Tausende von Ärzten sind im Laufe der Jahre Zeugen spiritueller, aber auch körperlicher Eingriffe geworden, und konnten sich von den enormen Wirkungen dieser Energiearbeit überzeugen – auch wenn unsere Wissenschaften bisher noch keine Erklärungen für solche „Wunderheilungen“ geben können.

Die Geistheilungstage als „Spirituelles Krankenhaus“ und kraftvolles Energiefeld

Wenn Medium Joao zu den 6. Geistheilungstagen nach Europa kommt, so ist die Heilungsarbeit dort den Abläufen in der „Casa de Dom Inacio“, seinem Heilungszentrum und „Spirituellen Krankenhaus“ in Brasilien nachempfunden. Mit einer Ausnahme: die in Brasilien teilweise auch stattfindenden körperlichen Eingriffe sind hierzulande nicht möglich; es finden ausschließlich „Spirituelle Operationen“ und sonstige geistige

Behandlungen statt. Was die Heilmöglichkeiten angeht, unterscheiden sich diese Behandlungsformen jedoch nicht – in beiden Fällen wirken die Geistigen Wesenheiten durch das in Trance befindliche Heilmedium. Joao de Deus stellt seinen Körper dem jeweiligen Geistwesen zur Verfügung; für den Zeitraum der Heilungssitzung legt er sein Ich, seine persönliche Identität ab und stellt sie ganz in den Dienst der Heilung. In dieser Demut liegt die eigentliche Größe dieses Mannes. Wohl deswegen vertraut ihm Gott diese gewaltige Aufgabe an. Nur so ist auch zu begreifen, wie ein einzelner Mensch eine so unglaubliche Zahl von Heilungssuchenden behandeln kann. Ohne die uns überlegenen Kräfte der Geistigen Welt die ihm zur Seite stehen wäre dies nicht möglich.

Einzigartige Tage der Liebe, Heilung und tiefer Inspiration.

Wir leben in Zeiten großer Umbrüche, die sich immer stärker bemerkbar machen. Auch ohne die alten Prophezeiungen, die sich alle auf unsere heutige Zeit beziehen, wissen wir, dass es so nicht mehr weiter geht. Die Welt ist zu einem Irrenhaus geworden; wir sind die einzige bekannte Spezies, die blind ihre eigenen Lebensgrundlagen zerstört. Wirklich grundlegende Erneuerung kann nur kommen, wenn wir innerlich dazu bereit werden. Immer mehr In-

 <p>Salute e Bellezza <i>empfeht</i></p> <p>KOSTBAR 2013</p> <p>REGIONAL · BIO · FAIR</p> <p>Ab Anfang November im Buchhandel für 14,50 €. Mehr unter: www.kostbar-oldenburg.de</p>	 <p>REGIONAL · BIO · FAIR</p> <p>KOSTBAR 2013</p> <p>Gut für mich – gut fürs Klima Gutscheine aus Oldenburg und umzu</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



Noch mehr Entspannung
JETZT auf 135 qm!

Ihr Entspannungs-Team:

Entspannung gewünscht?

Rufen Sie uns einfach an:

04402 98 40 77



Andreas Rehländer
Entspannungscoach
Klangmassagepraktiker



Carsten Röstel
Yogalehrer
Klangmassagepraktiker



Cornelia Schröder
Entspannungspädagogin



Heike Ellberg
Kundenservice Managerin



Wählen Sie aus sechs Entspannungsmethoden Ihren Favoriten aus!

- Peter Hess-Klangmassage
- Yoga & Klang
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung
- Phantasiereisen
- Farbmeditation

Preise Einzelanwendung:

45 Minuten EUR 39,-

60 Minuten EUR 49,-

90 Minuten EUR 69,-



Weitere Informationen unter: www.klangwelten-erleben.de

Klangwelten erleben GmbH • Am Hardenkamp 44 • 26180 Rastede

dividuen müssen sich bewusst für tiefgehende Heilung an Körper, Geist und Seele öffnen, damit sich das Leben auf unserer Erde zum Besseren entwickeln kann.

Stimmen wir uns auf dieses kraftvolle, zutiefst heilende Energiefeld ein, das Joao de Deus und die durch ihn wirkenden Geistigen Wesenheiten zusammen mit Tausenden meditierender Menschen erzeugen! Gewinnen wir die entscheidende Inspiration für unser Leben, die sich aus unserer vertrauensvollen Hingabe an die Geistige Welt entwickelt! Nie war die Zeit so reif, nie waren die Voraussetzungen günstiger! Die Geistige Welt steht bereit zu unserer Hilfe in dieser entscheidenden Phase der menschlichen Evolution – wir müssen nur die Verbindung herstellen und uns für unsere eigene göttlich-geistige Natur öffnen!

6. Europäische Geistesheilungstage mit Joao de Deus vom 23.-25. November (FR-SO) in der Salzburgarena, Salzburg, vom 30.11.-02. Dezember (FR-SO) in der Hesselhalle Alsfeld. Jeweils 8:00 bis 18:00 Uhr, auch tageweise buchbar. Infos: www.earth-oasis.de, Tel. 0221. 91288877.

Kein Weltuntergang zum 21.12.2012

Die vor uns liegende Wintersonnenwende am 21.12.2012 ist für einige Mitmenschen mit starken Ängsten und Weltuntergangsszenarien belegt. Laut einer weit verbreiteten Auslegung soll zu diesem Zeitpunkt die jetzt laufende große Zählung des Maya Kalenders enden.

Damit soll das fünfte Zeitalter, die Ära der fünften Sonne, beginnen. Da die vorhergehenden Zeitalter jeweils mit Katastrophen wie Überschwemmungen und Feuerbrünsten (siehe „Popul Vuh - das Buch des Rates“, Mythos der Maya) beendet wurden, wird dies nun auch am 21.12.2012 erwartet.

Ein Blick in das Internet zeigt uns, wie man die Angst vor einem Ereignis als Geschäftsmodell aufziehen kann. Bei genauerer Betrachtung fällt auf, dass die Inhalte der Internetseiten sich oftmals bis auf die Schreibfehler ähneln, es aber kaum wirkliche inhaltliche Aufklärung gibt. Dafür gibt es eine Menge an Werbung, die auf diesen Seiten platziert ist. Unser Unterscheidungsvermögen ist hier gefragt!

Woher stammt die Datumszuordnung 21.12.2012?

Die Erforschung des Mayakalenders ergab viele Zeitdaten in Bezug auf die Geschichte der Mayas. Die Schwierigkeit war das sogenannte Korrelationsproblem, also ein bestimmtes Mayadatum zu finden, zu dem sich eindeutig und zweifelsfrei ein gregorianisches Datum (= unsere Zeitrechnung) bestimmen lässt. Die zeitlichen Annahmen der Forscher weichen hier erheblich voneinander ab: Für das Ende der aktuellen Maya-Ära von 13 Baktun schwanken die Daten zwischen dem 5. November 1734 und dem 12. August 2532. Für das Nulldatum 0. 0. 0. 0. 0. 4 Ahau 8 Cumku der Mayas (also den Beginn der aktuellen, sogenannten langen Zählung) erstreckt sich die Unsicherheit der Forscher über einen Bereich vom 26. Juni -3391 bis zum 3. April -2593). Für den bekannten Maya Buchautor Johann Calleman endete der



Zyklus bereits am 28.10.2011. Die von den meisten Forschern, wie auch von Major Jenkins akzeptierte Datumszuordnung ist die sogenannte Thompson-Korrelation, die den Beginn der jetzt laufenden Zeitählung dem 11. August 3114 v. Chr. zuordnet. Und damit endet die aktuelle große Zählung der Mayas am 21. Dezember 2012 unserer Zeitrechnung.

Allerdings ergaben sich bei diesem Umrechnungsschlüssel immer wieder Zeitdifferenzen von ca. 200 Jahren. Licht in dieses Dunkel brachte Dr. Andreas Fuls. Er überprüfte die Angaben aus dem Kalender mit einem astronomischen Computerprogramm. Er wusste, dass die Priester der Mayas insbesondere den Lauf der Venus, die Mondphasen, sowie die Finsternisse von Sonne und Mond intensiv beobachtet hatten. So konnten sie z.B. den Venus-Umlauf um die Sonne mit einer Differenz von einer Stunde exakt bestimmen! Bei seinen Nachforschungen fand Dr. Fuls für den 19.12.830 n. Chr. ein besonderes astronomisches Ereignis: Es war Wintersonnenwen-

de, gleichzeitig Neumond und die Venus zeigte sich das erste Mal in einem neuen Zyklus als Morgenstern. Das ist eine sehr seltene Kombination und die Priester der Mayas hatten dieses Ereignis natürlich in ihrem Kalender festgehalten. Auch die anderen im Codex (= Fragmente der Maya Überlieferungen) aufgelisteten Finsternisse ließen sich mit dem Programm eindeutig in unserer Zeitrechnung nachweisen. Allerdings 208 Jahre später wie in der bisherigen Datierung! Damit ergibt sich das Ende des aktuellen Maya Zyklus erst am 6. November 2220.

Was bedeutet das für uns?

Also Entwarnung und Zurücklehnen wie immer? Wenn wir einen Moment inne halten und versuchen „in die aktuelle Zeit hinein zu spüren“, dann nehmen wir vielleicht wahr, dass wir uns in einer Phase massiven Bewusstseinswandels befinden. Wir können es im Außen betrachten, Stichworte: Finanzkrise, die politischen Umstürze (Wechsel) in der arabischen Welt und im Zuge der Finanzkrise auch vermehrt in Euro-

pa. Und wir können diese Entwicklung auch in unserem Innern bemerken: Eine Seite will vielleicht (aus Angst) zwanghaft an alten, überholten Strukturen festhalten, ein anderer, höchst vitaler Anteil sucht (vielleicht sehr rebellisch) nach Wegen neuen Selbstausdrucks. Wir sehen die Notwendigkeit einer Neuausrichtung. Viele Menschen kommen dabei an ihre Grenzen, das Erleben von Ausgebrannt - Sein ist ein möglicher Ausdruck in dieser Entwicklung. Das Festhalten an alten überholten Strukturen wird dabei zu extremen Brüchen im Innen wie im Außen führen.

Die Konsequenzen aus dieser Wahrnehmung?

Was hat das nun mit den Inhalten des Maya Kalenders zu tun? Nach den Aussagen der Mayas soll das kommende 5. Zeitalter unsere heutige (Bewusstseins-) Finsternis durch Liebe wandeln, so dass die Menschen lernen mit einem Herzen zu denken. Klar ist, ein solcher Zustand wird nicht einfach von selbst auf die Erde fallen. Es braucht dabei unsere eigene Bewusstseins-Entwicklung. Wir könnten uns fragen: Was heißt für mich, mit dem Herzen zu denken? Was könnte es für die Gesunderhaltung der Erde bedeuten, wenn die Weltgemeinschaft auf diese Art miteinander „vernetzt“ wäre? Der Vernetzungsprozess unserer Mentalkörper ist durch das World Wide Web auf der Ebene des Informationsaustausches bereits erfolgt. Was wäre, wenn sich auch unser Emotionalkörper, sowie unser spiritueller Körper miteinander im Ein-Klang befänden und das nicht nur auf der Persönlichkeitsebene, sondern über unsere individuellen Begrenztheiten hinaus...

TranceDialog®

„Trance, Traum & Intuition“

Mithilfe von verschiedenen Techniken und Methoden aus der Trance-Induktion, Traum- und Intuitionsarbeit ist es möglich:

- mit Intuition bessere Entscheidungen zu treffen
- erfolgreicher eigene Pläne umzusetzen
- innere Ruhe und Kraft des Herzens entwickeln
- die Selbstheilungskräfte des Körpers anzuregen

Tagesseminar in Oldenburg:
26. Januar 2013

„Traum, Trance & Intuition“ Dem Bauchgefühl vertrauen lernen

Rosenhaus Oldenburg
Weskampstr. 28
Kosten: 111,- EUR



CD: INTUITION
Der innere Berater



Peter Gerd Jaruschewski
ist Unternehmens- und Marketingberater
sowie Intuitions- und Kreativ-Coach.
Er befasst sich seit über 25 Jahren mit den
Themen „Traum, Trance, & Intuition“.

Info: Peter Gerd Jaruschewski
Lagerstraße 62 • 26125 Oldenburg
Tel.: 0441.9736160 • www.trancedialog.eu

„2013 – Vision und Ausblick“ Vortrag mit dem Astrologen und Heilpraktiker für Psychotherapie Uwe Christiansen. Di., 27.11.12, 20-22 Uhr im PFL Oldenburg, Peterstr. 3. Vvk. 12,- € (0441.55185)/Abendkasse 15,-€. Unter www.uwe-christiansen.de können Sie einen „Newsletter“ bestellen. Darin gibt es ca. alle 6 Wochen Neues aus dem „Sternengeschehen“.

Der Mensch – Bewohner zweier Welten

Ist der Mensch Bewohner zweier Welten? Und wenn dem so ist, wie wird er sich dessen bewusst? Tatsächlich sind Rosenkreuzer davon überzeugt, dass der Mensch Bewohner zweier Welten ist.

Deshalb sagen wir auch, dass er eine doppelte Biografie lebt, oder besser gesagt, leben kann. Die Verbindung zwischen diesen beiden Welten, zwischen der geistigen Welt und dem Naturreich ist die Welt der Seele. Um einen Zugang zu geistigen Welten zu erhalten, benötigt der Mensch eine Seele, die sich auf den Geist richten kann. Er benötigt ein höheres Bewusstsein, ein Seelenbewusstsein. Um Bewusstsein zu entwickeln, benötigt der Mensch Erinnerung. Ohne Erinnerung hat er kein Bewusstsein, kann er seine Biographie nicht beschreiben und nicht erfassen. Die Erinnerung ist jedoch ein Teil des Lebens in diesem Naturreich. Das Ewige, das manchmal im Herzen zu spüren ist, ist eine Ahnung, eine Art anderer Erinnerung, die mit dem Ichbewusstsein nur beobachtet werden kann. Versuchen wir es mit dem Intellekt zu erfassen, weicht die Ahnung von uns. Der irdische Mensch und der ewige Mensch sind wie Zwillinge, die gemeinsam in einem Gefährt unterwegs sind. Den Weg bestimmt immer derjenige, der wach ist, der andere Zwilling muss mitgehen. In diesem Lebensfeld ist die



Persönlichkeit mit ihrem Ichbewusstsein wach. Wenn jedoch der Geist im Menschen erwacht, dann begibt er sich auf die geistigen Pfade und die Persönlichkeit kann ihm folgen.

Die Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes ist eine Mysterienschule, die den Gegebenheiten der heutigen Zeit entsprechend allen nach wahrer Befreiung suchenden Menschen die universelle Lehre überträgt: Eine uralte Botschaft, die allen großen Religionen zugrunde liegt. Mysterienschulen oder Einweihungsschulen können dem suchenden Menschen helfen, einen inneren, geistigen Weg zu gehen.

- Die ureigene seelische Mitgift erkennen
- Seine Lebensaufgabe zu sich nehmen und ihr zustimmen
- Inhaltliche Neuausrichtung und methodische Erweiterung des Familienstellens

Das Oldenburger Zentrum befindet sich in der Fritz-Bock-Str. 3, 26121 Oldenburg, Tel. 0441. 77373, oldenburg@rosenkreuz.de, www.rosenkreuz.de/zentrum-oldenburg.

Seminarkalender

Heilung und wie sie funktioniert

Das wichtigste Thema
unserer Zeit

Wolfgang T. Müller zeigt in seinem bewegenden Dokumentarfilm und Buch Wege, wie die Selbstheilungskräfte des Körpers erfolgreich aktiviert werden können.

19.11. Workshop mit Heiler Wolfgang T. Müller

Bleep
6. KONGRESS 2012
17.-19. Nov., Stuttgart



ÜBER 10.000 VERKAUFTE DVDS!

Best.-Nr. 1165



BUCH AB OKTOBER 2012 IM HANDEL ERHÄLTlich!

ISBN 978-3-942880-00-8

HORIZON
Konzepte, Inhalte & Gestaltung: Günter

www.HORIZONFILM.DE



Seminar: **Energet. Wirbelsäulenaufrichtung**

05. OKT

Leitung: Meike und Wolfgang Sigle

Datum: 05. Oktober, 19.00-20.30 Uhr

Ort: Rosenhaus, Weskampstr.28, 26121 Oldenburg

Infos: www.lebensflusspraxis.de

Die energetische Wirbelsäulenaufrichtung nach P. Elku-noviz ist die Herstellung der göttlichen Ordnung in allem was ist. Ein Erlebnisabend mit Praxis.



Vortrag: **„Schattenprinzip“ + „Seeleninfarkt“**

08. OKT

Leitung: Rüdiger Dahlke

Datum: 08. Oktober, 18-19.30 Uhr, 20-21.30 Uhr

Ort: SteinReich, Vor dem Steintor 34, Bremen

Infos: 0421.4987303, steinreichbremen@gmx.de

Doppelvortrag mit Rüdiger Dahlke in Bremen: 18.00 Uhr: „Das Schattenprinzip“, 20.00 Uhr: „Der Seelen-infarkt“.



Seminar: **Engelseminar**

27. OKT

Leitung: Meike Sigle

Datum: 27. Oktober, 10.00-18.00 Uhr

Ort: Rosenhaus, Weskampstr.28, 26121 Oldenburg

Infos: meike.sigle@t-online.de, 0421.83000561

Einstiegsseminar, um das Wirken und Kommunizieren mit den Engelwesen zu entdecken.



Seminar: **Familienaufstellung m. Energiearbeit**

10. NOV

Leitung: Sabine Reinker & Rita Schuh

Datum: Samstag, 10. November

Ort: Oldenburg, bitte erfragen

Infos: www.chanuria.de, 0441.3404830

Aufstellung von Familien und Systemen mit Energiearbeit. Weiterer Termin: offener Themenabend 19.10. von 19 - ca. 22 Uhr „Umgang mit Glaubenssätzen“.



Worksh.: **Kunst d. harmonischen Bekleidung**

10. NOV

Leitung: Andreas Heinzl

Datum: 10. November, 9-14 Uhr

Ort: Oldenburg (bitte erfragen)

Infos: www.image-trainer.de

Lernen Sie die Faktoren für eine stilgerechte Bekleidung kennen, denn so werden Sie von Ihren Mitmenschen wahrgenommen.



Messe: **Carogetica Nordsee-Wellness-Tage**

10./11. NOV

Datum: Sa.10./So.11. November, je 11-17 Uhr

Ort: Nordsee-Hotel Friesenhus, Am Kurzentrum 12, 26409 Carolinensiel

Infos: www.carogetica.info

Auch in diesem Jahr steht bei der Carogetica wieder das Kennenlernen von Heilenergie im Vordergrund, welche Ausdruck in allen alternativen Heilmethoden findet.

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


Seminar: Reflektion 2012 - Ausblick 2013
Leitung: Ilka Hohmann

Datum: 11. November, 10-18 Uhr

Ort: Rosenhaus, Weskampstr. 28, 26121 Oldenburg

Infos: ilkahohmann@yahoo.de, Tel. 0173.8840394

Mit Hilfe von Coachingtechniken nehmen wir einen Prozess auf, um uns ganz ohne Stress schon auf das neue Jahr auszurichten.

**11.
NOV**

Seminar: Channelingseminar
Leitung: Meike Sigle

Datum: 17. November, 10-18 Uhr

Ort: Rosenhaus, Weskampstr.28, 26121 Oldenburg

Infos: meike.sigle@t-online.de, 0421.83000561

Das Seminar vermittelt den Teilnehmern, welche Form Botschaften aus der anderen Welt haben können und über welche Wege diese empfangen werden können.

**17.
NOV**

Gruppe: Tanz der Göttinnen
Leitung: Pramoda Habenicht

Datum: 23.11. und 07.12., je 19-21 Uhr

Ort: Rosenhaus, Weskampstr.28, 26121 Oldenburg

Infos: www.tanz-der-goettinnen.de

Tanz der Göttinnen - jetzt auch in Oldenburg: Fortlaufende Abendgruppe und Einzelbegleitung mit Pramoda Habenicht.

**23.
NOV**

Seminar: Selbsthilfe Kiefern Muskelentspann. I
Leitung: Josef Stotten

Datum: 01. Dezember, 10-18 Uhr

Ort: Institut für Kinesiologie, Littel

Infos: Josef Stotten, 04407.716387

Regelmäßige Kursangebote und Übungsabende finden Sie unter: www.josefstotten.de

**01.
DEZ**

Abend: Geldmangel? – Ich hab' genug!
Leitung: E.-M. Wunderlich, Antje Jaruschewski

Datum: 03. Dezember, 18.30-21.30 Uhr

Ort: PFL, Peterstr. 3, 26121 OL, bitte anmelden!

Infos: 0441.36193300, www.sio-institut.de

Erlebnisabend mit Aufstellungselementen, inneren Reisen und mehr zu den Themen Reichtum und Fülle, Schuld und Schulden, Geben und Nehmen, Wachstum...

**03.
DEZ**

Ausbild.: Beginn Geistheiler-Ausbildung
Leitung: Claudia Hempler-Gödecke

Datum: 29.-31. März 2013

Ort: Lühnde – Nähe Hannover

Infos: 05126.8107, www.geistheilung-luehnde.de

Für angehende Geistheiler, zur Integration in therapeutische Tätigkeiten und zur intensiven eigenen spirituellen Entwicklung.

**29.-31.
MÄR'13**


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. € 26,50

Rüggberg-Verlag

T./Fax: 0202-592811

www.verlag-dr.de

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.

spirit MOVIE

Top 10 DVD August 2012

1	HEILER	Die Heiler – Der Film Der Weg vom Heiler zur Heilung	HORIZON
2		Healing Wunder, Mysterien und John of God	HORIZON
3		Bleep What the Bleep do we know?!	HORIZON
4	AWAKE	Awake Ein Reiseführer ins Erwachen	TRINITY
5		The Secret Das Geheimnis	HORIZON
6		For the next 7 Generations 900 Jahre Weisheit, 900 Jahre Prognosezeigungen	HORIZON
7		From the known to the unknown Eine Reise nach Indien und zu sich selbst	HORIZON
8		Water Die geheime Macht des Wassers	HORIZON
9		Peaceful Warrior Der Pfad des friedvollen Kriegers	HORIZON
10		Tzolkin Die verborgene Ordnung der Zeit	HORIZON

POWERED BY HORIZONSHOP.DE

Erleuchtungsraum 1 - 20. August 2012

Aus dem Raum des Herzens tanzen
8. Fortbildung: Winter 2013–2015
Auswahlseminar: 10./11. November 2012



Die tanzende Wildsau
Institut für Transformation durch Tanz,
Meditatives Tanzen und Tanztherapie e.V.

Wernigeroder Str. 28 · 28205 Bremen
Leitung: Cornelia Freise · 04 21-491 92 86
Cornelia@die-tanzende-wildsau.de
Detaillierte Informationen zur Fortbildung:
www.die-tanzende-wildsau.de



Para Vital Messe Oldenburg
Sonntag 28.10.2012



Messen für Körper, Geist und Seele

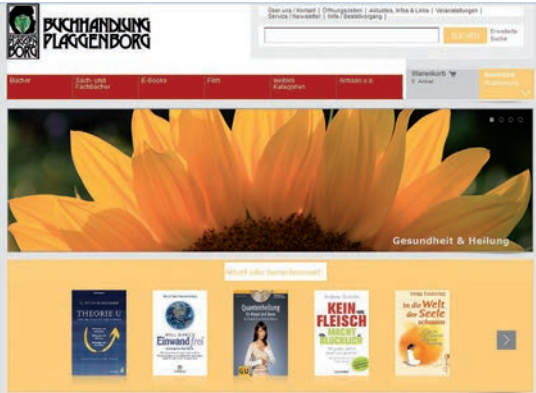
Para Vital ist die lebensfreude Messe in Oldenburg mit interessanten Ausstellern, Probebehandlungen, Workshops, Vorträgen und vieles mehr..

Kulturzentrum Ofenerdiek, Weißenmoorstraße 289, Oldenburg.
Sonntag 28.10.2012 von 11.00 - 18.00 Uhr.
Eintritt € 5.

www.para-vital-oldenburg.de

Bestellen b. d. Buchhandlung Plaggenborg? Na klar! Hier steht genau, wie es geht ...

In diesem Heft wollen wir Ihnen einmal unsere Hilfe an die Hand geben, damit Sie sich in unserem Internetshop besser zurechtfinden können.



Wie und wo finde ich was?

Sie können z.B. in unserem Shop stöbern:

- entweder über die Sachgebiete oben auf der Seite; hier bitte mit der Maus auf die Reiter gehen und auswählen;
- oder über die Volltextsuche oben rechts
- oder bei unseren Spezialthemen

Wo finde ich die Titel der Spezialthemen?

Wenn Sie bereits Kunde von uns sind, wissen Sie, dass wir uns spezialisiert haben auf den Bereich Ganzheitliches Leben. Damit Sie diese Bereiche auch wiederfinden im Shop, haben wir unsere Spezialthemen hinter die Bilder auf der Startseite gelegt. Auf jedem der vier Fotos finden Sie das Spezialgebiet: z.B.

1. Seite: Gesundheit & Heilen,
 2. Seite: Bewusstes Leben und Spiritualität,
 3. Seite: Weisheit der Welt,
 4. Seite: Nachhaltigkeit & Neues Wirtschaften,
- Wenn Sie nun nicht immer die 6 Sekunden warten wollen, bis der nächste Bereich angezeigt wird, können Sie auf der Startseite links auch auf den entsprechenden Link klicken,

dann gelangen Sie direkt dorthin, z.B. zur

5. Seite: Almaas & Rihwan

6. Seite: Musik / CDs

Nachdem Sie einen Link (einen Begriff/ Sachgebiet) auf diesen Spezialseiten angeklickt haben, erscheint eine Liste mit Titeln, die diesem Begriff/ Sachgebiet zugeordnet sind. Auf der rechten Seite sehen Sie dann eine Trefferliste, auf der Sie noch genauer innerhalb dieses Sachgebietes suchen können, nämlich nach Autor oder Verlag oder Erscheinungsjahr. Zurück zur vorherigen Seite gelangen Sie immer mit dem ‚zurück‘-Button.

Bei manchen Titeln sehen Sie auf dem Cover ein kleines ‚+‘ in der rechten unteren Ecke, d.h. wenn Sie darauf klicken können Sie ins Buch hineinlesen.



Wie bestelle ich?

Registrierung (für Neukunden):

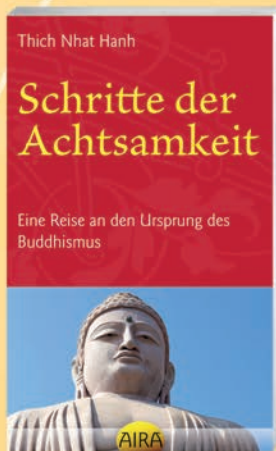
Am besten ist es, wenn Sie die Registrierung ausfüllen, BEVOR Sie zur Bestellung gehen. Rechts oben auf der Startseite finden Sie den Button ‚Anmelden/ Registrierung‘. Entweder klicken Sie direkt auf den Button und machen dann bei ‚Ich möchte Kunde werden‘ weiter oder

Leben ist jetzt



160 Seiten | Kart. | € 9,99
ISBN 978-3-95474-005-5

Thich Nhat Hanhs Meditationen über das Diamantsutra.



150 Seiten | Kart. | € 9,99
ISBN 978-3-95474-006-2

Eine buddhistische Pilgerreise als Weg zum Selbst.

www.aira-verlag.de

AIRA

Das Vier-Wochen Glücksprogramm



464 Seiten | € 19,95 (D)
Klappenbroschur | ISBN 978-3-941837-44-7

Entwickelt nach den neuesten Erkenntnissen der Neurowissenschaften

„Das Bliss-Experiment bringt alles zusammen – Inspiration, Wissenschaft und das Rüstzeug, das es braucht, um uns für ein Leben in Glückseligkeit zu entscheiden. Ein großartiges Buch für alle, die ihr Leben in Freude statt in Tränen verbringen wollen.“

Marianne Williamson,
Autorin des Bestsellers *Rückkehr zur Liebe*

TRINITY

LEBENSINTELLIGENZ
SPIRITUALITÄT - HEILUNG

Bestellen bei der Buchhandlung Plaggenborg?

Sie gehen auf ‚Jetzt registrieren‘ und tragen alle erforderlichen Angaben ein. Bitte beachten Sie die Hinweise bei der Passwortwahl. In einer E-Mail, die Ihnen sofort nach Abschluss der Registrierung zugestellt wird, finden Sie einen Link, mit dem Sie Ihre Registrierung bestätigen können. Ein neues Passwort müssen Sie NUR anfordern, wenn Sie Ihr altes vergessen haben. Bitte verwenden Sie diese Daten bei allen Ihren Bestellungen.

Anmelden (für registrierte Kunden):

Wichtiger Hinweis: aufgrund verbesserter Sicherheitsrichtlinien bei der Passwortvergabe ist es nötig, dass Sie ein neues Passwort erstellen. Sollten Sie in den letzten Monaten in unserem Shop nichts bestellt haben, kann es sein, dass Ihre E-Mail-Adresse nicht angenommen wird. In diesem Fall registrieren Sie sich bitte neu in unserem Shop. Anmelden: Oben rechts auf der Startseite finden Sie einen Button ‚Anmelden/Registrieren‘, den Button bitte anklicken und im Feld ‚Ich bin bereits Kunde‘ Ihre E-Mail-Adresse und das Passwort (siehe E-Mail) eintragen (Klick auf ‚Anmelden‘).

Bestellung:

Wenn Sie etwas Interessantes entdeckt haben, legen Sie die Ware/n in Ihren virtuellen Warenkorb. Dazu klicken Sie auf das „Bestellen“ – Symbol mit dem Einkaufskorb, das sich bei jedem Artikel (rechts unten) befindet. Nun wird Ihnen angezeigt, dass Sie diesen Artikel in den Warenkorb gelegt haben; oben rechts sehen Sie, wie viele Artikel sich bereits in Ihrem ‚Warenkorb‘ befinden. Sie können dann entweder „weiter einkaufen“ oder „zur Kasse“ gehen.

Den Bestellvorgang leiten Sie ein, indem Sie den Button „Warenkorb“ anklicken und dort dann „zur Kasse“ gehen. Ihre Angaben werden Ihnen dort angezeigt, damit Sie Änderungswünsche ausführen oder mögliche Eingabefehler korrigieren können. Selbstverständlich haben Sie die Möglichkeit, Waren jederzeit wieder aus Ihrem Warenkorb herauszunehmen, und zwar durch Anklicken der Schaltfläche „Artikel löschen“.

Wenn Sie „zur Kasse“ gewählt haben, kommen Sie zur Anmelde-Seite. Dort können Sie a) Ihre E-Mail-Adresse und das Passwort eintragen, wenn Sie bereits registrierte/r Kund/in in unserem Shop sind; b) Bei Erstbestellung: Gehen Sie oben rechts auf der Startseite auf den Button ‚Anmelden/ Registrierung‘. Dort können Sie sich registrieren, und das Passwort wird Ihnen per E-Mail bestätigt (siehe weiter oben unter ‚Registrierung für Neukunden‘); c) Oder Sie melden sich als Gast an für eine einmalige Bestellung. Im nächsten Schritt sehen Sie den Warenkorb. Wenn Sie hier ‚zur Kasse‘ anklicken kommen Sie auf die Seite mit den Details zu Zahlung und Lieferung. Sie können wählen zwischen Versand und Abholung. Bei Abholung geben Sie bitte nochmal Ihren Namen und Vornamen ein, dann klicken Sie im linken Feld auf ‚Buchhandlung Plaggenborg‘.

Bei ‚Versand‘ wählen Sie bitte eine Zahlungsart aus. Bitte beachten Sie: wenn Sie ‚Rechnung‘ anhängen und Sie noch nie etwas bei uns bestellt haben, benötigen wir Ihre Bankverbindungsangaben für das Lastschriftverfahren.

Mit ‚Weiter‘ wird Ihnen die Bestellübersicht dargestellt mit allen erforderlichen Daten. Nun müssen Sie nur noch die Häkchen bei unseren ‚Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB)‘ (bitte anklicken), dem ‚Widerrufsrecht‘ und den ‚Datenschutzbestimmungen‘ machen, wenn Sie sie gelesen haben. Ein letzter Klick auf ‚Bestellung absenden‘ und Ihre Bestellung wird ausgelöst und an uns weitergeleitet.

Ihre Kundendaten können Sie jederzeit bearbeiten, nachdem Sie sich angemeldet haben (oben rechts auf der Startseite: Kästchen ‚Anmelden/

Bestellübersicht

Artikel im Warenkorb:

	DVD: I Am the Way, the Truth and the Life Arnsab, A.H. Stückzahl: 1 lieferbar	EUR 39,00 inkl. MwSt.
--	----------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------

Zwischensumme	EUR 39,00 inkl. MwSt.
Versandkosten	versandkostenfrei
Gesamtsumme	EUR 39,00 inkl. MwSt.

Lieferart	Zahlungsort
Versand	Rechnung
Kundenname: Frau Ulrike Plaggenborg	
Gewählte Versandadresse:	
Lindenstr. 35 21523 Oldenburg Deutschland	

Registrierung). Dort erscheinen unter „Mein Profil“ u.a. Ihre persönlichen Daten.

Zahle ich Versandkosten?

Innerhalb Deutschlands berechnen wir für Sendungen mit einem Warenwert bis zu 14,99 € eine Versandkostenpauschale in Höhe von 2,- € pro Sendung. Sendungen ab einem Warenwert von 15,- € sind versandkostenfrei. Ins Ausland: Lieferungen ins Ausland sind möglich. Wir bitten jedoch darum, die Versandkosten mit der Buchhandlung Plaggenborg vor Auftragserteilung abzustimmen, denn sie sind in den meisten Fällen nicht frei. Die Lieferung erfolgt nur bei Zahlung per Kreditkarte.

Welche Zahlungsmöglichkeiten habe ich?

1. Die Bezahlung erfolgt gegen Erteilung einer Einzugsermächtigung im Lastschriftverfahren; der Einzug erfolgt zwei Wochen nach Rechnungsdatum, oder
 2. bei Kreditkartenzahlung nach Übermittlung der erforderlichen Daten; die Abbuchung erfolgt zwei Wochen nach Rechnungsdatum oder
 3. gegen Barzahlung in der Buchhandlung.
- Rücklastschriftkosten: Die im Falle der Nicht-einlösung einer Lastschrift anfallenden Kosten, derzeit pro Vorgang 5,- € zuzügl. Fremdgebühren, sind vom Kunden zu übernehmen.

Wie bekomme ich die Ware?

Abholung in der Lindenstraße 35 oder Zustellung innerhalb Oldenburgs: Artikel, die Sie bis 16:30 Uhr bei uns über diesen Shop bestellen, können Sie auch am nächsten Werktag bei uns abholen, sofern es sich um lieferbare Titel unseres Großhändlers handelt.

Versandzustellung:

Artikel, die Sie bis 13 Uhr bei uns über diesen Shop bestellen, werden am gleichen Tag vom Großhändler versandfertig gemacht. Leider werden Büchersendungen von der Post nachrangig behandelt, d.h. es kann vorkommen, dass die Zustellung zwischen 1 Tag und einer Woche dauert. Wesentlich schneller geht es, wenn mehr als 1 kg versendet wird: dann wird es als Paket versendet, und das geht schneller (ohne Extra-Versandkosten für Sie).

Ebenfalls sehr schnell geht es, wenn Sie bei der Bestellung ‚Abholung‘ anklicken (siehe oben). Wir bitten um eine kurze Terminabsprache für die Abholung Ihrer Bücher, CDs oder DVDs unter Tel. 0441-17543. Innerhalb Oldenburgs liefern wir Ihnen Ihre Bücher direkt bequem ins Haus.

Wo kann ich den Status meiner Bestellung erfahren?

Status und Überblick Ihrer Bestellungen bekommen Sie in Ihrem Kundenkonto. Hier verwalten Sie Ihre persönlichen Daten oder können z.B. die Lieferart ändern.

Meine Bestellung ist unvollständig, was tun?

Haben Sie eine Lieferung erhalten, die unvollständig ist, rufen Sie uns bitte an: Tel. 0441. 17543. Wir können Ihnen sagen wann mit der Nachlieferung zu rechnen ist oder ob die Artikel für Sie schon unterwegs sind.

Besonderheiten beim E-Book-Kauf

Die Besonderheiten beim Erwerb/ Download von E-Books können Sie der PDF mit den AGB für den E-Book-Kauf entnehmen (den Link zum Ausdrucken finden Sie in der Online-Version dieser Hilfe).

Verteilerliste Achtsames Leben, Stand September 2012

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, Mottstr. 19; Cafe Klinge, Theaterwall 47; Cafe Raster, Friedensplatz 1; Reformhaus Ebken, Haarenstr. 31; Stadtbäckerei Achternstr. 47; Stadtbäckerei Lange Str. 31; Stadtbäckerei Lange Str. 87; Pierre Toborek, Bahnhofplatz 4; Praxis Sandra Rasch, Bahnhofplatz 2a; Praxis Galuska, Osterstr. 8; Jin Shin Jiutsu-Praxis Bindgen, Cäcilienplatz 1; Praxis Dr. Reck, Gartenstr. 4; Reformhaus Ebken, Schüttingstr. 2; Ganesha, Schüttingstr. 5; Bistro Safran, Mottenstraße; Naturkosmetik Terra Natura, Gaststr. 12; Kaffeekunst, Bergstr. 6; Teehandel Schliemann, Kurwickstr. 8; Leder Driebold, Kurwickstr. 33; Kaffee & Kleid, Kurwickstr. 6; Praxis Dr.Toben-Hermann, Lange Str. 77; Metabolic Balance Zentrum, Schloßplatz 20; Yogaschule Oldenburg, Schloßplatz 26;

Stadt Oldenburg

26121: Seminarhaus Christa Harms, Zeughausstr. 22; Sampoorna 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, Porsenbergstr. 12; Praxis Antje Jaruschewski, Metzger Str. 10; **26122:** Praxis von Koenen, Roggemannstr. 13; 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; Koopmann's Biomarkt und Horizonte, Nadorster Str. 54-56; Tuchführung, Nadorsterstr. 62 OL; Aura Soma Regina Bauer, Bürgereschtr. 27; Stefanie Wahlen, Sandstr. 17; Praxis Birgit Zuschneid-Götsch, Donnerschweerstr. 226; Monika Wiefereg, Ammergaustr. 124; Praxis Burkhard Witje, Kranbergstr. 18; Praxis Dzeet Hodza, Kranbergstr. 26; **26125:** HP Gisela Richter, Rügenwalderstr. 12; Stadtbäckerei Butjadinger Str. 341; **26127:** Stadtbäckerei bei Familia, Scheideweg 100; ISAK 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; Astrologie-Praxis, Uwe Christiansen, Strackerjanstraße 10; Koopmann's Biomarkt, Uhlhomsweg 99; Gesundheitshaus, Drögen-Hasen-Weg 32; TGO, Marie-Curie-Str. 1; Sigrid Thimm c/o TGO, Marie-Curie-Str. 1; Stadtbäckerei bei Familia, Posthaltenweg 100; Reformhaus Ebken bei Familia, Posthaltenweg 10 Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 397; Praxis Old. Hebammenpraxis, Bloherfelder Str. 82; Praxis Klaus Strazny, Bloherfelder Str. 109; Stadtbäckerei Bloherfelder Str. 157; Stadtbäckerei, Bloherfelder Str. 222, Praxis Siegfried Ober, Schramperweg 95; **26131:** Isis-Praxis, Edewechter Landstr. 18; Praxis Beate Korfe, Marschweg 123; Sabine Reinker, Ahlkenweg 70a; Dr. Fachzentrum f. Stressbewältigung, Tegelkamp 28; Monika Müller, Osterkampsweg 163; **26133:** Stadtbäckerei im Kreycenentum, Harreweg 151; **26135:** Irina Matz, Elisabethstr. 4; Cafe am Damm, Am Damm 36; Sternenwiege, Altenschtr. 3; Homöopathische Praxis Koch, Bremer Str. 40; Seminarhaus am Kanal, Kanalstr. 4; Paracelsus Schule, Kanalstr. 23; Donata Wordtmann, Alte Amalienstr. 37-39; Moveo, Hermannstr. 17; Praxis Dr. Ines Blischke, Lustgarten 13; Mehrgenerationenhaus, Cloppenburgerstr.; Susanne Dames, Bremer Heerstr. 33; Birgit Bruns, Eisvogelring 83b; Ursula Richert, Am Hayengraben 29; Angelika Nierentz, Leffersweg 14c; Yoga Vidya, Breslauer Str. 74;

Kreis Oldenburg

26197 Huntlosen: Kornkraft Hosüne, Am Forst 2; Ute Schierz, Fladderskamp 32; **26203** Wardenburg u.a.: Medizin. Bäderpraxis, Hunoldstr. 111a, Hundsmühlen; Christiane Schwarzhuber, Hermann-Labohm-Str. 1, Hundsmühlen; Tonja Hauser, Nachtigallenweg 5, Tungeln; Sabine Büsselmann, Birkenweg 37a, Tungeln; Gabriela Giretova, Neuer Hort 26, Tungeln; Praxis Nicola Hassold-Piezunka, Dorfwinkel 19, Tungeln; Letha-Apotheke, Oldenburger Str. 232, Wardenburg; Beatrice Steiff, Tannenstr. 12, Wardenburg; Buchhandlung Lesezeit, Friedrichstr. 11, Wardenburg; Bianca Koch, Huntloserstr. 313, Westerburg; Hof Oberlethe, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sharing the Presence, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sabine Kickler, Wiesenstr. 22, Achtenhofl; Praxis Josef Stotten, Möhlentangen 32, Littell; **26209** Sandkrug u.a.: Reformhaus Praciak, Astrapur Str. 1; Kreatürlich, Astrapur 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, Wittekindsr. 10; Diana Boldt, Schönemoorer Dorfstraße 29; **27243** Beckeln: Praxis Birgit Spangenberg, Im Unterdorf 11; **27793** Wildeshausen: Rita Ravensberg, Katenbäker Berg 34; flax Naturkost, Zwischenbrücken 11; **27798** Hude: Lichtblick Seminarhaus, Sandersfelder Weg 2; Matthias Badzun, Grummersorters 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 Vasterling, Parkstr. 3; Ayurveda-Jivan, Stettiner Weg 5; **27801** Dötlingen: Angelika di Bernardo, Dorfing 27a; Svaha Anke Schöpfer, Im Fuhrenkamp 11;

Kreis Ammerland:

26160 Bad Zwischenahn: Entwicklungswege Mechthild Hesse-Herr, Peterstr. 7; Reformhaus Ebken, Peterstr. 20; Praxis Ursula Amelung, Bahnhofstr. 4-6; LfB, Bahnhofstr. 18; Stadtbäckerei, In der Horst 12; Praxis f. Ergotherapie u. Kinesiologie, In der Horst 10; Naturkost u. Lebensart Albani, Mittellinie 70, Petersfehn; Praxis Thomas Hustedt, Hermann-Ehlers-Str. 5b, Ofen; Naturheilpraxis Consoir, Mastenweg 49 F; **26180** Rastede: Buchhandlung Tiemann, Bahnhofstr. 4; Praxis Gerd Schnesche, Bahnhofstr. 2d; Martina Dombrowski, Schulstr. 54g; Klangwelten Andreas Rehlander, Am Hardenkamp 44; **26188** Edewecht: Praxis Ursel Plettenberg, Hauptstr. 6c; Buchhandlung Haase, Hauptstraße 73; **26215** Metjendorf/Wiefelstede: Renfried Seminar, Jürmweg 4b; Angela Reins, Thienkamp 95; Gesundheitsteam Pollak, Eisenstr. 22; **26219** Petersdorf/Bösel: Naturheilpraxis Vehnemoor, An der Vehne 1; **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; **26655** Westerstede: Uta Link und Rolf Kuhlmann, Weshorn 37; Frauke Blume, Berliner Str. 25; B **26209** Sandhatten; ioladen, Gaststr.

3; Buchhandlung Lesezeichen, Peterstraße 17; Praxis für Funktionelle Osteopathie, Gisela Dehne, Upn Hoff 8; **26676** Barbel: Monika Geesen, Westmarkstr. 37;

Kreis Friesland:

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

26340 Neuenburg: Marika Sprung, Pohlstr. 76; **26340** Zetel: Reikihaus Friesland, Ellens 37; **26345** Bockhorn: Lilli Ahlers, Fichtenstr. 18; Institut f. Energet. Kinesiologie, Hauptstr. 6, Bockhorn; **26349** Jade: Vera Maier, Kreuzmoorstr. 50; **26349** Jaderberg: Friseursalon Haarmonie, 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 Tolkendorf, Am Kirchplatz 21; Wunschfänger, Alter Markt 17, Jever; **26452** Sande: Praxis Andrea Christoffers, Diekstaahlstr. 3;

Stadt Wilhelmshaven:

26382: Holger Ulrich, Bremer Str. 103 a; Reformhaus Ebken, Nordseepassage, Bahnhofstr. 10; Praxida-Brigitte Siehl, Rheinstr. 101; Doris Bergmann, Sengwarder Str. 149; **26388:** Dirk Richmann, Schnapp 12a; **26389:** Praxis Angelika Ricklefs, Ebkeriege 118a; Praxis Jeanne van Deest, Knud-Rasmussen-Str. 22;

Kreis Wesermarsch:

26935 Stadland: Mittelfelder Diele, Mittelfelder Weg 7; **26937** Seefeld: Kunze Hof, Deichstr. 16-18; **26954** Nordenham: Reformhaus Ebken, Bahnhofstr. 26; Soham Yogazentrum, Ludwigstr. 8; **26969** Butjadingen: Catarina Auffarth, Gauweg 6; **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/ Norden:

26670 Uplengen-Remels: Reiki-Oase, Alte Warfen 1; **26759** Hinte: Wendeline Schwarz, Möwenstr. 40; **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 Breitkopf, Schifferstr. 374; Flinderke Naturkost, Am Flindhörn 28; **26845** Nortmoor: Naturheilpraxis Petra Lucia Tapper, Brunjter Weg 13;

Kreis Aurich:

26506 Norden: Reformhaus Ebken, Neuer Weg 23; Buchladen Neuer Weg, Neuer Weg 85; Lichtquelle, Neuer Weg 66; Brigitte Janssen, Nordstemstr. 1; **26603** Aurich: Stadtbibliothek Aurich, Hafenstr. 7; Das Einhorn, Burgstr. 40; Cirksema Apotheke, Kirchdorfer Str. 3a; Bio-Baier, Fockenballwerkstr. 15; Eva-Maria Heimann, Allensteiner Str. 2; Reiki-Zentrum, Mozartstr. 7b; **26607** Aurich: Gertrud Willms, Esenser Str. 228; **26624** Südbrookmerland: Praxis für ganzheitliche Lebensberatung, Deichhauserstr. 8; **26629** Grobefehn: Energetix Martina Oppen, Norderwieke Süd 15; Praxis Eleonre Böltis, Voerstad 5, Bagband;

Ostfriesische Inseln:

26465 Langeoog: Waltraud Hunger, Am Weststrand 15; **26486** Wangerooge: Sandra Weller, Charlottenstr. 41c, **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, Martinistr. 60; **28199:** Reformhaus Ebken, Pappelstr. 86; Christine Keidel-Joura, Delmestr. 74; **28203:** Reformhaus Ebken, Ostertorsteinweg 87, SteinReich im Atrium, Vor dem Steintor 34; Petra Nordhaus, Feldstr. 94; Wudang-Zentrum, Grundstr. 3; **28207:** Gabriela Luft, Am Rosenberg 11, **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 Loth, Schwachhauser Heerstr. 266; **28717:** Ulrike Müller, Lesumer Brink 14; **28857** Syke: Praxis Susanne Henneke, Am Hang 7; Reformhaus Ebken, Hauptstr. 7;

Bremerhaven und umzu:

27570 B'haven: Praxis Marion Elsner, Buchtrst. 39-41; **27572:** Praxis Lahn-Samsel, Lengstr. 7; **27318** Hilgermissen: Klaus Römer, Magelsen 36; **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, Illiweg 9; **27628** Sandstedt: Ingrid Niewerth, Sielstr. 25; **27638** Wremen: Brigitte Thomann, Am Mahnhamm 17; **49377** Vechna: Bücher von Possel, Große Str. 96; **49413** Dinklage: Andrea Diekmann, Lindenstr. 21; **49084** Osnabrück: Praxis Irene Loose, Buerschestr. 93 Eing. Kanonenweg, **49424** Goldenstedt: Praxis Marika Ahlers, Vahrenkamp 6;

wer macht was *im internet?*

Abwun – Meditation – der Neuanfang, Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de/abwun
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/Kiefermuskulentspannung/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 Design – Edle Steine – biigalla®:	www.biigalla.de
Aufstellung der beruflichen Innen- und Außenwelt:	www.zufrieden-im-beruf.de
Aura Soma® Farb- und Duftessenzen:	www.licht-wege-land.de
Ausbildung – Kinesiologie – Kinergetics n. Philipp Rafferty:	www.josefstotten.de/kinergetics1
Ausbildung im Geistigen Heilen – Engelheilungen – Reiki:	www.reiki-samara.de
Berufsorientierende Beratung, Personalberatung und Coaching:	www.beruf-plus.de
Biodanza®: Musik, Tanz, Begegnung in der Gruppe:	www.biodanza-oldenburg.de
Biodanza® in Oldenburg – mit Lars Ruge:	www.biodanza-in-oldenburg.de
Bücher, CDs, DVDs rund um das ganzheitliche Leben:	www.buchhandlung-plaggenborg.de
Edelsteine, ätherische Öle, Räucherwerk, schamanische Klänge:	www.salute-isis.de
EM – Effektive Mikroorganismen:	www.entwicklungswege.com
Familienstellen & Systemaufstellungen, Klassische Homöopathie:	www.praxis-jaruschewski.de
Feng Shui E. Lauper, Gro- & Einzelhandel mit Feng Shui & Geschenkartikeln:	www.feng-shui-elauper.de
Feng Shui, Einrichtungsberatung, Julia Bolting:	www.feng-shui-j-bolting.de
Holistische Kinesiologie – Birgit Zuschneid-Götsch:	www.www.kinesiologie-ol.de
Hotel, Seminarhaus in Mecklenburg:	www.gutshaus-stellshagen.de
Internet-Dienstleistungen, Seminarorganisation und mehr:	www.webservice-ulrike-plaggenborg.de
ISAK-Institut + Psychologische Praxis „Horus“ Joachim Bartheit:	www.isak-institut.de
J. Kamphausen Verlag, Bielefeld:	www.weltinnenraum.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
Kunstatelier Naumann – künstler. Kurse/kunsttherapeutische Begleitung:	www.kunstatelier-naumann.de
Kunsttherapie/Kunst Zwischenraum Heike Seiferth:	www.zwischenraum.info

wer macht was *im internet?*

Kunsttherapie, Coaching, Kunstprojekte	www.atelier-fuer-lebengestaltung.de
Kurse und Seminare zur Stressebewältigung, Ausb. zum Stresscoach:	www.dfme.de
LebensKunst Weser-Ems – Infoportal für ganzheitliches Leben:	www.lebenskunst-weser-ems.de
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.norddeutschemessageschule.de
Massage, Tantra, Therapie, Seminare u.a.:	www.integralis-net.de
Meditation auf Licht und Ton:	www.Santmat.net
Meditationskissen-Manufaktur in Oldenburg:	www.meditationsaustattung.de
Metabolic Typing, Health Kinesiology, Geistiges Heilen:	www.kinesis-tonjahuser.de
Naturheilpraxis und Seminare:	www.renfried.de
Nichtraucher durch Hypnose – Oldenburg:	www.freier-nichtraucher.de
Osteopathie + Wirbelsäulenbehandlung, Christiane Schwarzhuber:	www.praxis-oldenburg.de
Paarberatung und -workshops, Monika Entmayr & Reiner Kaminski:	www.liebeskultur.de
Pferde – Lehrer des Lebens, Releasing u. a. :	www.gesundheitspraxis-calendula.de
Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Körperpsychotherapie und Entspannung:	www.paffy.net
Reconnective Healing, The Reconnection:	www.entwicklungswege.com
R.E.S.E.T. – Kiefergelenksentspannung – Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de/reset
Rutengänger Rainer Müller:	www.rutengaenger-Feng-Shui.de
Schamanische Heilsitzungen für Mensch & Tier:	www.schamanische-heilsitzungen.de
Selbsterforschung und Enneagramm, Familienstellen:	www.svaha.de
Seminarhaus bei Wardenburg...auch Heilfastenurse:	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
Stressbewältigungs- und Entspannungstherapie – Fachausbildung:	www.dfme.de
Therapeutisches und spirituelles Zentrum:	www.rosenhaus-oldenburg.de
Thomas Hübl, ist ein zeitgemäßer spiritueller Lehrer:	www.thomashuebl.com
Tier-Kinesiologie:	www.sybille-seifried.de
Tierkommunikation: Ruth-May Johnson - erfahren, was Ihr Tier fühlt:	www.tiercomm.de
Walking in your shoes:	www.xenia-gerdes.de
Yoga Wellness LifeArt – Ihr Spezialist für Yoga-Zubehör:	www.kasha-boulevard.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.



- **Hilfe zu Selbstheilung und Lebensfreude durch:**
 - **MET (Meridian-Energie-Techniken)**
 - **BSSF (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

Abbau emotionaler Blockaden



- **Paarberatung in Oldenburg & Huntlosen**
 - von Paar zu Paar oder einzeln
 - im Rosenhaus (OL) oder in unserer Praxis
- **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

Abenteuer Liebe



- 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

Abhyanga und mehr



- **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

Akademie für Kinesiologie

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 neuzeitliche 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

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

Atelier – Schmuck Design – Edle Steine – biigalla®



biigalla®
individuelles schmuck design

- Unikat Schmuck
- Natürliche Edelsteine und Perlen
- Farbe Stil & Imageberatung
- Edelsteinberatung basierend auf intensiver Steinheilkundeausbildung

Birgit Debelts
Schmuck Design

Buschstraße 1
 26215 Wiefelstede/Neuenkrug
 Terminabsprache: 04402.911142
 Mobil: 0174.9656299
 www.biigalla.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-Gödecke

Geistheilerin / Physiotherapeutin

Hauptstraße 10
31191 Algermissen/Lühnde
Tel.: 05126.8107
www.geistheilung-luehnde.de

Beratung & Psychotherapie



- Psychotherapie
- Integrative Körpertherapie
- Gestaltberatung
- Paargespräche

Roswitha Breitkopf

Dipl.Sozpäd. - Psychotherapie -

Ostrhauderfehn: 04952.942955
E-Mail: therapie@paffy.net
www.paffy.net

Bewusstseinsschule und Geistheilung



- Bioenergietherapie/Geistheilung
- Ganzheitliches spirituelles Coaching
- Channelings
- Ursprungsnamen und Lebenssätze
- Seminare und Workshops

Meike Sigle
 Am Angelser Feld 14
 28844 Weyhe
 Tel.: 0421.83000561
 meike.sigle@t-online.de
auch im Rosenhaus Oldenburg
 Weskampstraße 28

Biodanza®



**Tanzen – gemeinsam lachen –
 purer Genuss an Bewegung und
 Begegnung**

- am Dienstag mit Lars
- am Mittwoch mit Xandra
- am Donnerstag mit Bernhard

Bernhard Dökel, Tel. 0441.48551766
 Sampoorina Yoga Zentrum
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

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
- regelmäßige 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 Wirbelsäulenaufriichtung
- Signaturzellheilung
- Anwendung und Ausbildung

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

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



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
zert. EM-Beraterin
Peterstr. 7, 26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403.8107372
www.entwicklungswege.com



Familien-/Systemaufstellung • Klassische Homöopathie

Familien- und Systemaufstellung

- Einzelarbeit & Seminare

Klassische Homöopathie

- Akut- + Konstitutionsbehandlung
- Kurse „Homöopath. Hausapotheke“

Praxis für Systemische Lösungen & Gesundheit

Antje Jaruschewski (HP)

Metzer Str.10
26121 Oldenburg
Tel.: 0441.9736194
E-Mail: info@praxis-jaruschewski.de
www.praxis-jaruschewski.de



Feng Shui Meisterschule

- Feng Shui
- Privat- und Geschäftsberatung
- Vorträge und Seminare

• Ausbildung zum/r Feng Shui-Berater/in

Bitte Unterlagen anfordern!

- Coaching und Prozessbegleitung

Europäische Feng Shui

Meisterschulen –

Schule Bremen, Hamburg, Hannover

Klaus Römer

Magelsen 36 • 27318 Hilgermissen
Tel. 04256.720 • Fax 04256.9830083
roemer-fengshui@web.de
www.feng-shui-meisterschulen.net



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

Ganzheitliche Kinesiologie mit Herz



Ganzheitliche Kinesiologie, Themen:

- Selbstvertrauen
- Selbstbeachtung
- Selbstwert
- Selbstbewusstsein
- Selbstliebe

R.E.S.E.T. 1 und 2
- Kiefergelenksentspannung

Jeanne van Deest
Kinesiologin (dipl. ITK)
Ganzheitliche Kinesiologie/
Transformationskinesiologie
Knud-Rasmussen-Straße 22
26389 Wilhelmshaven
Tel.: 04421.878586
jeannevandeest@f-online.de
www.kinesiologie-wilhelmshaven.de

Gestaltung des inneren und äußeren Raumes



Haus- und Grundstücksuntersuchungen

- Geomantie, Feng Shui, Space Clearing
- Baubiologische Messtechnik

**Ein heiler Ort heilt die Seele
Eine heile Seele heilt der Ort**

- Einzel- und Gruppenarbeit
- Kinesiologie, Coaching
- Crystal-Clearing

Guntram Staudte
Röwekamp 5
26121 Oldenburg
Tel.: 0441.39063943
Fax: 0441.9833801
E-Mail: guntram.staudte@f-online.de

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 -
Donnerschweer Str.226
26123 Oldenburg
Tel.: 0441.52352
Fax: 0441.52357
bzg@kinesiologie-ol.de
www.kinesiologie-ol.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**
- Tiere: Für Wohlbefinden und Lebensfreude
 - Menschen: Für Veränderungsprozesse in allen Lebensbereichen
 - Alle Arten von Gruppen, z.B. Abteilungen, Mannschaften, Offene Gruppen ...

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-Backhus
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

Lebenstanz – Lebenskunst®



- **Tanz- und Körpererleben**
 - Halbjahresgruppen für Frauen
 - Rhythmische Tanzmeditation
 - Chakrantanz, -meditation
- **Feiern von Bräuchen und Ritualen im Jahres- und Lebenskreislauf**
- **Spirit. Begleitung**
- **Lebensberatung**

Astrid Mügge

- offene Beratung freitags 17-18 Uhr
- Neues Programm

ISIS, Freie Praxis
Edewechter Landstr.18
26131 Oldenburg
Tel. & Fax 0441.592328
www.salute-isis.de
E-Mail: info@salute-isis.de

Lichtchannelheilerin



- **Hellsichtiges Channelmedium**
 - für Erzengel und aufgestiegene Meister
 - Delphinmedium
- Tierkommunikation
- Jenseitskontakte
- Einblicke in Deinen Seelenplan und Seelenvertrag

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

MatrixErfahrung – Leichtigkeit und Lebensfreude



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

Andrea Diekmann
selbstst. Physiotherapeutin,
MatrixErfahrung-Quantenheilung
Norbert Thölke
selbstst. Altenpfleger, MatrixErfahrung-Quantenheilung
Lindenstraße 21, 49413 Dinklage
Tel.: 04443.1315
www.matrix-erfahrung.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



- energetische Wirbelsäulenaufrichtung n. P. Elkunowiz
- energetische Entstörung durch Strahlenumwandlung für Wohn- und Arbeitsräume
- Prananwendungen und Ausbildung nach MCKS
- bioenergetische Anwendungen und Heilverfahren in Einzelsitzungen

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 Gesundheit



- Gesundheitsvorsorge (Erkennen von Mangelzuständen, u.a. Vitamin D!!)
- Darm-Sanierung
- Hildegard v. Bingen Therapie
- Behandlung chronischer Schmerzen
- Frauenthemen
- Hypnose

Neu in Oldenburg!

Naturheilpraxis Sonja Wolf

Weißmoorstraße 291
26125 Oldenburg
Tel: 0441.92379578
E-Mail: wolf.sonja@gmx.net
www.heilpraktikerin-oldenburg.de

praxis für kinesiologie, kunst und yoga



- Kinesiologische Einzelsitzungen
- Neue fortlaufende Yogakurse
- Interdisziplinäre Seminar-Reisen (Yoga-Malreisen, Yoga-Buttho-Tanztheater)
- Ab August 2013 berufsbegleitende 1-Jahres-Hatha-Yoga-Lehrer/in! Ausbildung in Oldenburg
Info: <http://www.paracelsus.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.praxis3in1.jimdo.com

Praxis für Naturheilkunde & Psychotherapie



- Klassische Homöopathie
- Energiearbeit
- Psychotherapie
- Astrologie
- Beratung und Kurse -
- Themenabende

Doris Hilbig

Heilpraktikerin, Astrologin,
Ergotherapeutin

Elsflether Str. 219
26125 Oldenburg
Tel.: 0441.9602253
www.doris-hilbig.de

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

Somatic Experiencing und ganzheitliche Psychotherapie



- Somatic Experiencing – Traumaheilung nach Peter Levine
- Ganzheitliche Psychotherapie
- Prozessbegleitung
- Coaching
- Einzelarbeit auch in Oldenburg im Rosenhaus

Klaus Römer
 Heilpraktiker für Psychotherapie
 in eigener Praxis
 Magelsen 36 • 27318 Hilgermissen
 Tel.: 04256.720
 Fax: 04256. 9830083
 klaus@roemer-therapie.de
 www.roemer-therapie.de

Steinmandala.de



- Steinmandalas (Konstruktion und Herstellung)
- Steinbearbeitung aller Art
- Edelsteinbearbeitung (bohren, schleifen, trennen)
- Geschenkkideen
- Kreatives Arbeiten m. vielen Materialien

Andreas Kasch
 Knud-Rasmussen-Strasse 22
 26389 Wilhelmshaven
 Tel.: 04421.84850
 Mobil: 0175.5226488
 steinmandala@t-online.de
 www.steinmandala.de

The Work of Byron Katie



- Einzelcoachings
- Partnercoachings
- Workshops
- Info-Abende
- Privat-Seminare
- Work-Group-Oldenburg

Susanne Dames
Anerkannter Coach
für The Work of Byron Katie e.V. (VTW)
 Bremer Heerstr. 33
 26125 Oldenburg
 0441.5704494, 0176.30435295
 www.susanne-dames.de
 E-mail: info@susanne-dames.de

TouchLife®-Massage



Ausbildung für Anfänger & Fortgeschrittene in TouchLife® Massage

- 36-tägige Grundausbildung
- erfahrungsorientierter Unterricht
- mit Prüfung und Zertifizierung
- nebenberufl. (WE u. Blockunterricht)
- selbst. Tätigkeit als TouchLife Praktiker/in möglich
- in Rostock, Kassel, Köln, Darmstadt

**TouchLife-Schule
Frank B. Leder &
Kali S. Gräfin von Kalkreuth**

Breckenheimer Str. 26a
65179 Hofheim
Tel.: 06192/24513
team@touchlife.de
www.touchlife.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
- Angstabbau Training
- Abnehmen und Regenerieren
- Ayurvedische Ernährungs- und Fastenberatung
- Yogaübungen
- Yogarituale für Selbstfindung
- Anti-Stress-Yoga gegen Schlafstörungen
- Kinderyoga

Nepal Lodh

Dipl.-Soz. Wiss., Yogameister
Tel.: 0421.239399, Fax 04432.1789
Schwachhauser Heerstr.266
28359 Bremen
Ausbildungslehrgänge f. Yogalehrer/in und Yogaübungsleiter/in und ayurved. Gesundheitspraktiker/n

Yoga Vidya Zentrum Leer und Ostrhauderfehn



- Yogalehrer-Ausbildung in 2012
- 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



- Eröffnungsfeier im Januar 2013
- Yogakurse
- Yogalehrerausbildung
- Yoga & Musik für Kinder
- Mantrasingen & Stimmbildung
- Meditationskurse
- Workshops

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

Marktplatz-Werbung

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

Wir beraten Sie gern:

Buchhandlung Plaggenborg

Tel.: 0441.17543

E-Mail: info@buchhandlung-plaggenborg.de

Aenne Milnikel



Aenne Milnikel
Feldstr.74, 26127 Oldenburg
Tel.: 0441.9620562
www.aenne-milnikel.de
info@aenne-milnikel.de

- Pädag.-neurolog. Kinesiologie
- Psychol.-neurolog. Kinesiologie
- Spirituell-energet. Kinesiologie
- Quantenpsychologie. Beratung

Alo ola pono Centrum



Uli Sa Lingenfelder
Lomi Practitioner
Breslauer Str.72, 26135 Oldenburg
Tel.: 0441.2059269
www.LOMILOMI-Oldenburg.de

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

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
ufalink@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 Bewusstseins-schulung

Channel und Heilbehandlung



Uta Knipper
 Amselweg 28a, 26209 Sandkrug
 Tel.: 04481/908531
 Uta.Knipper@ewetel.net

- Heilanwendungen auf der Grundlage von Reiki
- auf dem spirituellen Weg begleiten
- Engel Channel
- Lebensweg Channel

Coaching - Beratung - Supervision



Mechthild Werremeyer
 Coach – Projektman. – Pädagogin
 Tel. 0441.777750
 Mobil: 0151.16540459
 mechthild.werremeyer@web.de

- Berufsunterstützung
- Lebensberatung
- Konflikt- und Krisenbewältigung
- Ressourcenstärkung

Easy Vital Coach



Martina Fuls
 Am Sodenstich 12
 26188 Edewecht/Friedrichsfehn
 04486.930083, 0151.22762384
 martina.fuls@gmx.de

- Suldiaa Venus Toosmo Reiki
- Blockaden lösen, Chakren reinigen
- mehr Energie für den Alltag
- Unterstützung z. Gesunderhaltung

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.diekraftderstille.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
- Eneagrammarbeit

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

Haarmonie – Ihr Friseursalon



Bärbel Janßen
 Spirituell orientierter Friseur
 Reiki, Mond-Haarschnitte
 Meisenstr. 35a, 26349 Jaderberg
 04454.8417, 0174.4525154
 baerbel.janssen@ewetel.net
 Ihr kompetenter Haarstylist für ganzheitliches Wohlbefinden in herzlicher und harmonischer Atmosphäre.

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

- Chirologische Beratungen
- Entgiftung/Entschlackung/Ausleitung
- Hilfe beim Abnehmen
- Raucherentwöhnung
- Kräutersemin. (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 Tungeln
Tel.: 04407.2735
www.lichtbahnentherapie-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!

Tanztherapie



Gabriele Janz
Dipl. Tanztherapeutin, Yogalehrerin
Tel.: 04426.929912
www.tanztherapie-oldenburg.de
• Tanztherapie Einzel und Gruppe
• Vision Katzenfrauen
• Jahrestanzfeste
• Orientalischer Tanz
• Frauenheilkreise

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

Lebenshilfe und Beratung



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

Lösungsorient. Kurzzeit-Coaching



Ilka Hohmann
(ganzheitlicher Coach)
Tel.: 0173.8840394
E-Mail: ilkahohmann@yahoo.de
• Zugang zum Unterbewusstsein
durch Bilderarbeit
• Motivation d. klare Ziele & Werte
• Karriere-Navigator®
• Berufsfindungsworksh. f. Jugendl.

Rutengänger



• Haus- und Schlafplatz-
Untersuchungen
• Elektromog-Untersuchungen
• Klärung von geopathischen
Belastungen bei Tieren
Lars Schmidt
Geestrandstr. 104, 26180 Rastede
Tel.: 04402.9851260
E-Mail: at-on067@web.de

Terra Arcanum Heilpflanzenschule



Tanja Michaela Meyer
& **Angelia Michelis**
Büroadresse:
Winkelweg 26a, 26125 Oldenburg
Tel.: 0441.6001120
Infos: www.terra-arcanum.de
• Ganzheitliches Ausbildungen in
Baum- und Heilpflanzenkunde
Theorie - Praxis - Altes Wissen

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

Wegweiser in ein vollkommen unvollkommenes Leben! *

EIN MIT HERZ GESCHRIEBENER,
LEBENSKLUGER ANTISTRESS-RATGEBER
DER BELIEBTE VORTRAGSREDNERIN

BRENÉ BROWN



Die Gaben der Unvollkommenheit

LASS LOS, WAS DU GLAUBST,
SEIN ZU MÜSSEN UND UMARME,
WAS DU BIST

LEBEN AUS VOLLEM HERZEN

Brené Brown
Die Gaben der Unvollkommenheit
Leben aus vollem Herzen
ISBN 978-3-89901-583-6
€ 17,95 [D] | € 18,50 [A]

* Erhältlich in jeder Buchhandlung
oder bestellen Sie direkt über den Verlag:
0521-560520 | www.weltinnenraum.de

jkamphausen
weltinnenraum.de

J.Kamphausen | Mediengruppe

ACHTSAMES LEBEN

- Internet:** www.achtsames-leben.org
- Herausgeber** Karl-Heinz Plaggenborg,
Lindenstr. 35, 26122 OL,
- Redaktion** Karl-Heinz Plaggenborg
- Satz, Gestaltung** Agentur 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:**
Uwe Christiansen, DBU,
Bernhard Dökel, Earth Oasis,
Dietmar Ehlert,
Jens Heisterkamp,
Peter Gerd Jaruschewski,
Christine Keidel-Joura,
Birgit Mutze, Barthel Pester,
Karl-Heinz + Ulrike
Plaggenborg, Rosenkreuzer,
Lex van Someren
- Titelbild** 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. Dezember 2012.
- Erscheinungsweise** vierteljährlich
- Auflage** 7.000 Exemplare
- Redaktionsschluss** für die nächste Ausgabe ist der 15. November 2012.
- 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.
© 2012 Buchhandlung Plaggenborg

Buchhandlung Plaggenborg • Lindenstr. 35 • 26123 Oldenburg • Telefon (0441) 1 75 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:

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

Rubrik:

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:

sehswelten

Zusatzinformationen und Film-Trailer finden Sie zu diesen und anderen Titeln auch unter www.buchhandlung-plaggenborg.de



Die Physik des Lebens

Christoph Lehmann

Fostac Vlg., DVD 156 M., 24,90 €

Wir haben alles entdeckt... wir haben alles erforscht... wir haben alles bewiesen - aber nichts verstanden. Sylvia Leifheit begleitet Sie interaktiv durch eine Welt, in der Raum und Zeit keine Rolle mehr spielen: Sieben anspruchsvolle und unterhaltsame Filmbeiträge die man immer wieder ansehen kann (und muss) wagen sich in die Grenzbereiche von Physik, Medizin und Philosophie. Das Programm ist durch ein interaktives Menü in sieben Dokumentationen gegliedert:

1. Film: „Die Väter der Physik“
Dr. Michael König (Physiker), Alexander Lauterwasser (Philosoph) und Marcus Schmieke

(Forscher und Autor) beschreiben den Weg von der klassischen zur modernen Physik. Ein weiteres Thema der Dokumentation ist die Feldtheorie: Albert Einsteins Relativitätstheorie und die gegensätzliche Theorie der Quantenmechanik von Max Planck werden veranschaulicht, bevor auf Burkhard Heims Feldtheorie eingegangen wird. In Heims einheitlicher Feldtheorie werden Relativitätstheorie und Quantenmechanik vereint. Unter anderem wird auch erklärt, warum unser Universum auf 12 Dimensionen aufgebaut ist und welche Rolle das Informationsfeld in physikalischen Abläufen spielt.

2. Film: „Die Lauterwasser Experimente“

In dieser Dokumentation wirft der Zuschauer einen Blick in Alexander Lauterwassers Klanglabor. Hier untersucht der Philosoph und Künstler die Wirkungsweise von Schwingungen auf Materie. Lauterwasser weist bei seinen Experimenten dynamische Musterbildungsprozesse nach, die einen universellen und untrennbaren Zusammenhang zwischen den Materien erkennen lassen.

3. Film: „Gott würfelt nicht“

Der Film befasst sich mit der

Radionik, einem wichtigen Teil der Energiemedizin. Dr. med. Hendrik Treugut und Dr. med. Bernhard Weber führen den Zuschauer in die Thematik ein. Es wird unter anderem der TimeWaver, ein Diagnostikgerät zur bioenergetischen Analyse, vorgeführt.

4. Film: „Die Entdeckung der Feinstofflichkeit“

Dr. Klaus Volkamer erzählt, wie er ein Nachweisverfahren für feinstoffliche Materie entwickelt hat.

5. Film: „Das Raumenergie Phänomen“

Sylvia Leifheit führt ein Interview mit Prof. Dr. Claus Turtur, der sich der Erforschung der Raumenergie widmet. In einem Studioexperiment weist der Wissenschaftler mit seinem Raumenergiekonverter die Existenz von Raumenergie nach.

6. Film: „Handy im Stresstest“

In der Reportage wird die neutralisierende Wirkung des Fostac Chip auf die schädliche Handystrahlung getestet.

7. Film: „Im Auftrag der Harmonie“

Hier gewinnt der Zuschauer einen Einblick in die Arbeit der Fostac AG, die unter anderem technische Produkte im Bereich Umweltschutz herstellt und vertreibt.

Die DVD „Die Physik des Lebens“ baut mit ihren informativen und ambitionierten Dokumentationen eine Brücke zwischen Wissenschaft und Grenzwissenschaft. Es ist nur noch eine Frage der Zeit, bis die in den Dokumentationen angesprochenen Technologien, Verfahren und Theorien wissenschaftliche Anerkennung finden werden. Eins kann man mit Sicherheit sagen, „Die Physik des Lebens“ leistet ihren Beitrag dazu, zumal in den Filmen plausibel und fundiert argumentiert wird.

Mehr Info und Trailer unter www.buchhandlung-plaggenborg.de



Die geistige Aufrichtung
Carolin & Alexander Toskar
 Aquamarin Vlg., 19,95 €

Betroffene nutzen die Heilkraft der Geistigen Aufrichtung bei Rückenbeschwerden wie Bandscheibenvorfälle und Problemen, die „nur“ scheinbar nichts

mit der Wirbelsäule zu tun zu haben wie Allergien, Ängste, Depressionen, Krebs, Bluthochdruck oder Diabetes.

Die Aufrichtung der Wirbelsäule und die sofort sichtbare Beckenschiefstandkorrektur sind zwei zentrale Aspekte der Geistigen Aufrichtung. Die Heilmethode der Geistigen Aufrichtung wurde von Pjotr Elkunoviz begründet. Sie zeigt, wie untrennbar unser körperliches Gleichgewicht mit unserer seelisch-geistigen Balance verbunden ist. Die Vielfalt von Einflüssen und negativen, die sich im Bewusstsein und Unterbewusstsein des Menschen festsetzen, stören das Gleichgewicht im Lebensstrom. Dadurch verschiebt und verdreht sich die Wirbelsäule. Blockaden in den ihr angeschlossenen Steuerzentren und Organen, Fehlstellungen auf körperlicher Ebene, Krankheit und Disharmonie sind die Folge. Die Geistige Aufrichtung richtet den Geist wieder auf, stellt das physische Gleichgewicht und die geistige Ordnung bei mentalen und emotionalen Beschwerden wieder her und stimuliert kraftvoll die Selbstheilungs- und Bewusstwerdungsprozesse. Die Energieübertragung geschieht ohne Berührung des Körpers in Sekunden-schnelle. Spontanheilungen können sich jederzeit ergeben,

denn was heilt, ist weder der Arzt noch der Heiler, sondern der Geist des Menschen, der innere Arzt.

Seit über 20 Jahren wirkt die Geistige Aufrichtung kraftvoll, präzise und liebevoll für die Menschen. Alexander Toskar, der Sohn von Pjotr Elkunoviz, war einer der ersten, der die Geistige Aufrichtung durch seinen Vater erfahren durfte. Nach einigen langen Aufenthalten in Indien mit tiefgreifenden spirituellen Erfahrungen wuchs Alexanders Bewusstheit und Heilkraft fortwährend an und auch er fand seine Berufung in dieser Aufgabe. Zusammen mit seiner Frau Carolin gründete er das Zentrum für Geistige Aufrichtung in Deutschland und der Schweiz, wo beide leben. Sie wenden die Geistige Aufrichtung seit vielen Jahren mit großem Erfolg in Europa, den USA und in Thailand an und ihre vielfach überzeugend dokumentierte Heilarbeit hat dazu geführt, dass sie überall große mediale Aufmerksamkeit geweckt haben. Ein thailändischer Direktor im Gesundheitsministerium, der auch das Ressort für alternative Heilweisen leitet, lud beide ein, ihre Arbeit im Asiatischen Fernsehen zu demonstrieren. Dieser Auftritt war die Vorlage für die DVD. **Mehr Info, Interview, Erfahrungsbericht und Trailer unter www.buchhandlung-plaggenborg.de**

sehswelten



**Im Einklang mit dem Fluss
des Lebens**
*Han Shan und der Weg der
Achtsamkeit*

Trinity Vlg., 16,95 €

Arbeit und Leben von Han Shan in einem inspirierenden Dokumentarfilm, mit vielen Übungen, Meditationen und Tools. Gefilmt in Han Shans Retreat Nava Disa in Thailand, Bangkok, Deutschland und der Schweiz. Über zehn Jahre seines Lebens widmete Han

Shan dem Ziel, die Essenz des Lehre des Buddha zu extrahieren – ein Prozess, den er INSIGHT mind focusing nennt. Durch die Anwendung dieser besonderen Form der Achtsamkeitsmeditation erfahren Sie, wie Sie mit den lebensbestimmenden Energien umgehen und die starke Kraft der momentanen Achtsamkeit gewinnbringend und schöpferisch in allen Lebenssituationen anwenden können. Die gewonnenen Erkenntnisse setzen Ihre tiefe innere Weisheit frei und führen Sie zu Ihrem wahren Wesenskern – frei von überlagernden Einschränkungen, die uns herkömmliche Strukturen auferlegen. Han-Shan ist einer der profiliertesten deutschsprachigen spirituellen Lehrer, Autoren und Seminarleiter. Als Hermann Ricker in Deutschland geboren, war er lange erfolgreicher Manager eines weltumspannenden Konzerns in Asien, ehe

er anlässlich eines dramatischen Autounfalls sein Leben völlig neu überdachte. 1995 entschied er sich, als buddhistischer Mönch zu leben; heute führt er in Thailand das Nava Disa Retreat Center und lehrt weltweit das Achtsamkeitstraining und die natürlichen Energiegesetze. Sein Buch „Wer loslässt, hat zwei Hände frei“ avancierte zum Bestseller. Sein neuestes Werk „Achtsamkeit – die höchste Form des Selbstmanagements“ ist am 10. September im Trinity Verlag erschienen.

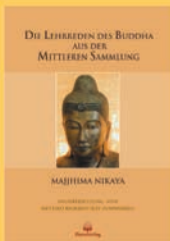
Im Oktober und November 2012 ist Han Shan zu verschiedenen Veranstaltungen in Deutschland: Erlebnisabende, Workshops und Retreats. Details und Informationen dazu finden Sie auf <http://han-shan.de/events/bevorstehend/>.

Weitere Informationen zu Han Shan erhalten Sie auf master-han-shan.de. Die DVD erscheint im November 2012.

**Die Lehrreden des Buddha aus
der Mittleren Sammlung**

Majjhima Nikaya

geb., 1.504 Seiten, 58,00 € [D]
ISBN 978-3-931274-13-9



**Jhana Verlag
im Buddha-Haus**

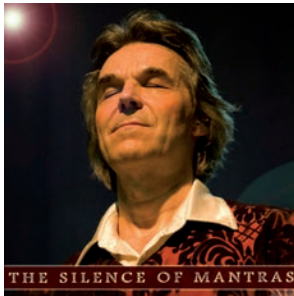
Bestellungen und Infos zu unseren
Büchern, CDs, DVDs und MP3-CDs in
www.buddha-haus-shop.de

**Bhante Henepola Gunaratana
Reise zur Achtsamkeit**

Die Autobiografie des Bhante G.

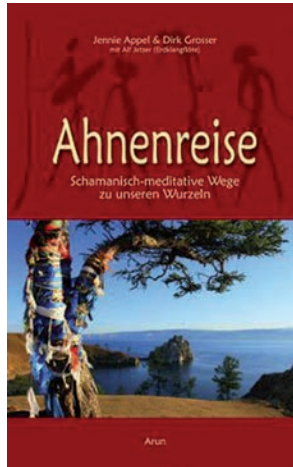
brosch., 312 Seiten, 14,00 € [D]
ISBN 978-3-931274-43-6





The Silence of Mantras Lex van Someren

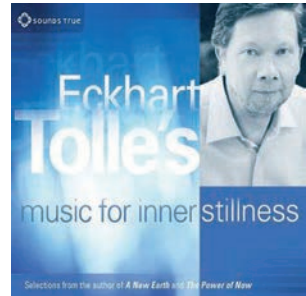
Eine überwiegend ruhig und meditativ gestaltete Mantra-CD, wobei diesmal die Solostimme von Lex van Someren im Vordergrund steht, einfühlsam arrangiert und mit vielen weiblichen und männlichen Chorgesängen angereichert. Lex wird begleitet von Karoline Ströher, mit ihrer engelhaften Stimme und weiteren Soloinstrumenten, wie Flöte, Geige, Harfe, Oboe, Cello usw. Es verbinden sich die Wurzeln uralter Mantras mit modernen Klängen und Melodien. Bei der Neugestaltung dieser heiligen Gesänge wurde darauf geachtet, dass die Zuhörer mitsingen können oder sie als Hintergrundmusik zur Beruhigung und Entspannung bei Yoga, im Wellnessbereich und bei therapeutischen Tätigkeiten zur Gesundung von Körper, Geist und Seele einsetzen können. Hineinhören auf www.lexvansomeren.de. Lex van Someren am 28.11. in Bremen in der Glocke.



Die Ahnenreise Jennie Appel und Dirk Grosser

Buch & CD, Arun Vlg. 19,95 €

Die Sehnsucht nach Wurzeln, nach Halt und Festigkeit im Leben ist bei vielen Menschen vorhanden. Dieses Buch mit CD bietet die Möglichkeit, mit diesen Wurzeln in Kontakt zu kommen, die Spur unserer Ahnen, die in uns weiterleben, zurückzuerfolgen und der ursprünglichen Kraft des Lebens, die sich in ihnen und uns ausdrückt, zu begegnen. Die Meditationen führen uns zurück über die Eltern, Großeltern, Urgroßeltern, fernere Ahnen, durch verschiedene Epochen der Menschheitsgeschichte und der Menschwerdung, durch verschiedene Archetypen bis zu unseren tierischen Vorfahren.



Eckhart Tolle's Music for inner stillness

Various artists, Silenzio

Wie können wir in einer lärmenden Umwelt rasch und leicht einen Raum der Stille erreichen? Durch Musik. Musik hat die Fähigkeit, unseren konzeptionellen Verstand zu umgehen und direkt unser inneres Wesen zu erreichen. Eckhart Tolle hat die kontemplative Musik für dieses Album höchstpersönlich und mit der Absicht zusammengestellt, uns im Zentrum des Jetzt zu zentrieren, einer Qualität, die er als die Freude des reinen Seins bezeichnet. Mit von der Partie sind hochrangige Meister der meditativen Musik – wie der Grammy-nominierte tibetische Flötist Nawang Khechog, Ambient Komponist und Sound Heiler Alex Theory, der Großmeister der Shakuhachi Flöte Riley Lee, und andere.

wortwelten

**Seeleninfarkt****Rüdiger Dahlke**

Scorpio Vlg., 283 S., 18,95 €

„Burn-out und Bore-out als Endpunkt einer pervertierten Gesellschaftsentwicklung lassen nur einen Ausweg offen: zurück zu einem Leben im Augenblick.“ Ruediger Dahlke Erschöpft und ausgebrannt, unterfordert und gelangweilt – droht uns der kollektive Seeleninfarkt? Mit mehr als neun Millionen Betroffenen allein in Deutschland sind Burn-out und Bore-out zu wahren Volksseuchen geworden. Was sind die Hintergründe für diese modernen Massenleiden, und wie kann sich der Einzelne dagegen wappnen? Seelenarbeitsverfechter Ruediger Dahlke betrachtet die Phänomene Burn-out und Bore-out aus einer spirituellen Perspektive. Seine

Diagnose: Ein vielschichtiges Geflecht aus Anforderungen, Ansprüchen und Zeitdruck treibt uns in die Abwärtsspirale. Nur eine starke Lebensvision befähigt, gesellschaftlichen Zwängen standzuhalten. Diese Fehlentwicklung unserer Gesellschaft macht eine umfassende Neuorientierung notwendig. Dabei ist es wichtig, tief in die spirituelle Dimensionen des Menschseins zu blicken, die so stark in Vergessenheit geraten sind, dass sie sich heute über Krankheitsbilder wie Burn- oder Bore-out und letztlich Seeleninfarkte Beachtung verschaffen. Die elementare Herausforderung ist: Sinnfindung und das Hier und Jetzt. Worum geht es für mich in diesem Leben? Mit wem? Zu welchem Ziel? Bei der Beantwortung dürfen wir nicht länger auf ein Überleben setzen. Natürlich halten wir sinnlose Beschäftigungen eine Zeit lang aus und natürlich können wir existieren, ohne immer wieder in den Moment einzutauchen, aber nicht auf ewig. Die Aufgabe, sich den großen Themen des Lebens zu stellen, wird zur großen Chance. Deswegen ist alles, was den Unterschied zwischen Leben und Überleben deutlich macht, für die Seeleninfarktanwärtler wichtig: Momente völliger Entspannung beim verbundenen Atem, bei der Berührt-

heit in einer geführten Meditation oder der schwebender Leichtigkeit durch die passende Ernährung.

Der Schlüssel zur Gesundung liegt in einer achtsamen und beseelten Lebensführung, die auf ein bewusstes Ankommen im Hier und Jetzt zielt. Dahlkes Präventions- und Therapieprogramm umfasst Meditationen und Energieübungen, Ernährungsempfehlungen und Tools zur Entwicklung der eigenen, starken Lebensvision. Damit ausgerüstet, können wir uns den Gefahren stellen und sie als Wachstumsmöglichkeit nutzen. Mehr Infos zum Buch unter www.buchhandlung-plaggenborg.de. Auch als E-Book erhältlich!

Am 8.10.: Doppelvortrag mit Rüdiger Dahlke in HB: 18 Uhr: Das Schatten-Prinzip, 20 Uhr: Der Seeleninfarkt. Info & Anm.: Steinreich, Vor dem Steintor 34, Tel. 0421.4987303, steinreichbreiten@gmx.de.



Kein Fleisch macht glücklich

Andreas Grabolle

Goldmann Vlg., 415 S., 8,99 €

„Vegetarier essen meinem Essen das Essen weg!“ Vegetarier-Witze bringen neben Unverständnis und Ablehnung vor allem das eigene schlechte Gewissen und stille Eingeständnis, ein Leben ohne Fleischgenuss nicht durchhalten zu können, zum Ausdruck. Die Dokumentationen über grausame Lebensbedingungen unserer Nutztiere hat jeder gesehen, doch trotz dieses Wissens entschließen sich die wenigsten, vegetarisch zu leben.

Andreas Grabolle hat diese Entscheidung nach vielen Jahren zwischen Versuchung und Verzicht auf der Suche nach einer Ernährung, die seinen Ansprüchen an Geschmack, Gesundheit und Gewissen gerecht wird, getroffen. In seinem Buch „Kein Fleisch macht glücklich. Mit gutem Gefühl essen und genießen“ widmet er sich umfassend der fleischlosen und tierproduktfreien Ernährung. Er beleuchtet unseren „Fleischkonsum“ auch aus philosophischer Sicht und behandelt Fragen nach dem Gewissen, der Tötung und dem Leiden der Tiere. Dazu begibt er sich auf die Jagd sowie in einen Puten-

stall, besucht nahezu freilebende Rinder, ein Kuhaltersheim und einen Tierbefreiungskongress und er lässt ganz unterschiedliche Menschen zu Wort kommen: Biobauern, Jäger, Tierärzte, Philosophen, Ökonomen, Kultur- und Ernährungswissenschaftler sowie einen vegetarischen Metzger. **Video, mehr Infos und Leseprobe zum Buch über www.buchhandlung-plaggenborg.de. Auch als E-Book erhältlich!**



Das einfache Leben

John Lane

Kamphausen., 180 S., 16,95 €

Es geht um die Schönheit des Einfachen – nicht um Entbehrung, Geiz oder Selbstverleugung, sondern um die Entdeckung inneren Reichtums im äußeren Überfluss. Das einfache Leben führt in das Wesentliche der Dinge und lehrt die Kunst, jenseits von Konsum-

wahn und Egoismus wieder aus vollem Herzen genießen zu können: die Arbeit zu tun, die wir lieben; mit Familie und Freunden zusammen zu sein; kreativ zu schöpfen; frisches Brot zu backen. Die Zeit zu genießen, einfach (nur) zu sein. Dieses Buch ist ein leuchtendes Plädoyer für Nachhaltigkeit und praktische Ermutigung zugleich. Es führt durch die Geschichte der Einfachheit gestern und heute, im Westen wie im Osten, nennt Stolpersteine und Geschenke auf dem Weg und eröffnet uns und unserem Planeten eine Zukunft, in die wir aus vollem Herzen eintauchen können.

John Lane, geb. 1930, ist Maler, Autor und Pädagoge und lebt mit seiner Frau Truda ein einfaches Leben in Devon/England. Sein besonderes Anliegen ist es, dem Konsumverhalten, der Hysterie und Zerstörung des modernen Lebens Einfachheit, Kreativität, Schönheit und spirituelle Tiefe entgegenzusetzen.

Mehr Infos zum Buch unter www.buchhandlung-plaggenborg.de.

wortwelten



Der Mensch ist mehr als sein Gehirn

Manfred Stöhr

Via Nova Vlg., 256 S., 18,95 €

Endlich ein kritisches Wort eines kompetenten Wissenschaftlers zur modernen Gehirnforschung! Der Neurologe, Psychiater und Universitätslehrer Prof. M. Stöhr hat die Forschungsergebnisse vieler Gehirnforscher unserer Zeit untersucht und deren Aussagen mit den entsprechenden Folgen für den Menschen und sein ethisches Verhalten überprüft. Er kommt zu dem Ergebnis, dass die Gehirnforschung zwar stoffliche Vorgänge im Gehirn und dessen Funktionen in bestimmten Gehirnbereichen analysieren kann, aber Aussagen über die geistig-seelische Natur des Menschen, über Erziehung, Recht, Moral sich wissenschaftlich nicht begründen ließen und die Kompetenz

der Hirnforscher überschritten. Die Hirnforschung beruhe bei vielen Wissenschaftlern immer noch auf dem materialistischen Dogma von der Alleinexistenz der Materie und reduziere das Wesen des Menschen auf zerebrale Neuronennetze, anerkenne nicht wie die psychosomatische Medizin die ganzheitliche Seinseinheit von Körper und Seele.



Das letzte Fest Nicole Rinder, Florian Rauch

Irisiana Vlg., 175 S., 14,99 €

Trauern individuell und ganzheitlich - ein neuer Weg der Trauerarbeit In einer Gesellschaft, die in Glaubens- und Wertvorstellungen vielfältiger geworden ist, ändern sich die Bedürfnisse der Menschen im Trauerfall. Nicole Rinder und Florian Rauch bieten neue ganzheitliche Ansätze, um die Zeit der Trauer individuell zu

gestalten. Sie laden zu einem letzten Fest ein, auf dem Trauernde den Toten verabschieden, betrauern, loslassen, aber gleichzeitig im Herzen bewahren können. Der Ratgeber richtet sich an Angehörige, Trauerbegleiter und an Menschen, deren Tod bevorsteht und die ihr „letztes Fest“ mitgestalten möchten.

Mehr Infos und Leseprobe zum Buch unter www.buchhandlung-plaggenborg.de.



Über die Unbeständigkeit des Glücks

Osho

Innenwelt Vlg., 180 S., 16,50 €

Frühes Kleinod aus der Schatzkiste Oshos: 100 Briefe voller Klarheit, Weisheit und Poesie. Inspirationen für den geistigen Hausputz. Dieses Buch enthält 100 Briefe Oshos, die er 1965 täglich an eine seiner ersten

Schülerinnen geschrieben hat. Am Ende eines Meditations-Retreats versprach Osho der beim Abschied weinenden Sohan, dass er ihr täglich einen Brief schreiben werde, da er ihr – angesichts ihrer heiligen Tränen – nichts Vergleichbares geben könne. Sie solle die Texte aufbewahren, sodass sie später einmal veröffentlicht werden können. Hier sind sie! Die Briefe sind keine persönlichen, intimen Schreiben, sondern philosophisch-spirituelle Texte zur Inspiration von Geist und Seele – Wegbegleiter durch den Alltag. Ihr zentrales Motiv ist die Suche nach Wahrheit und all die Verirrungen, die daraus entstehen können. Ein Geschenk für alle, die es schätzen mit mehr Bewusstheit und Vertrauen den eigenen Lebensweg zu gehen.

Video über Osho unter www.buchhandlung-plaggenborg.de.

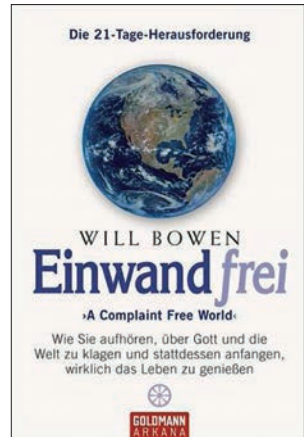


Aus tiefster Dunkelheit ins Licht

Maria Brunner

Silberschnur, 132 S., 12,90 €

Ein Trauma entsteht unter anderem durch die Konfrontation mit dem drohenden Tod. Das kann jeden treffen, so wie es auch die Autorin, Maria Brunner, getroffen hat. Von einem Tag auf den anderen. Hirnaneurysma. Eine Notoperation und mehr als fünf Wochen Aufenthalt auf der Intensivstation retteten ihr letztendlich das Leben. Doch wie geht es danach weiter? Nichts ist mehr wie vorher. Sobald der Körper wieder einigermaßen wieder hergestellt und stabil ist, beginnt der Kopf, das Geschehene zu begreifen, und das endet oft in einem schweren Trauma - meist auch für nahe Angehörige und Freunde. In ihrem Buch beschreibt Maria Brunner, wie sie aus tiefster Depression, der von ihr empfundenen Dunkelheit, die sie mit einer ‚Hölle‘ vergleicht, schließlich den rettenden Weg zum Licht findet. Brillant und mitreißend eröffnet sie dem Leser ihre ganz persönliche Heil- und Genesungsgeschichte. Maria Brunner: „Ich wusste, meine Zeit hier war noch nicht vorbei. So wurde mir bewusst, dass ein Trauma keineswegs etwas Seltenes ist.“ **Mehr Infos zum Buch unter www.buchhandlung-plaggenborg.de.**



Einwandfrei

A Complaint Free World

Will Bowen

Goldmann Verlag, 224 Seiten
geb. inkl. Armband, 16,95 €

Will Bowen plädiert in seinem Buch EINWANDFREI für Enthaltsamkeit – im Jammern und Klagen.

Haben Sie sich schon einmal bewusst gemacht, worum die Inhalte unserer Gespräche hauptsächlich kreisen? Sieht man einmal von Klatsch und Tratsch ab, so verbringen die Menschen einen Großteil ihrer Zeit mit Jammern und Klagen. Sich über die Welt, wie sie ist, zu beschweren, ist geradezu zum Volkssport Nummer eins avanciert.

Doch was geschieht, wenn wir uns dem Experiment „A Complaint Free World“ anschließen, das Pastor Will Bowen bei seiner Gemeinde in Kansas

wortwelten

City, Missouri, angestoßen hat?

In einer seiner Predigten über das Hadern mit Gott und der Welt forderte er im Sommer 2006 seine Gemeinde auf, mit ihm zu versuchen, sich 21 Tage lang nicht zu beklagen. Zur Bekräftigung verteilte er lila Armbänder, die alle Teilnehmer immer dann ans andere Handgelenk wechseln sollten, wenn sie sich beim Jammern ertappt hatten. Nur ein Jahr später hatten schon fünf Millionen Menschen diese Anregung aufgegriffen.

Alle, die die 21-Tage-Herausforderung angenommen haben, wissen übereinstimmend zweierlei zu berichten: Erstens: In dem Moment, in dem wir aufhören, zu jammern und klagen, wenden wir uns aktiv dem zu, was uns stört. Wir ändern es ganz einfach. Zweitens: Wir nehmen das, was uns widerfährt, und die Menschen, denen wir begegnen, anders wahr. Unsere Beziehungen wandeln sich positiv, neue Kontakte und Chancen tun sich auf.

In seinem Buch EINWANDFREI beschreibt Will Bowen anhand seines eigenen Erlebens und zahlreicher Erfahrungsberichte, welche Phasen wir auf dem Weg zu 21 klagefreien Tagen durchlaufen, wie sich unser Leben schrittweise verändert

und welcher Gewinn uns am Ziel erwartet. Mit seiner Idee „A Complaint Free World“ hat Will Bowen eine der mittlerweile größten Bewegungen für ein positives Lebensgefühl angestoßen.

Will Bowen ist Priester der US-amerikanischen Christ Unity Church in Kansas City und lebt mit seiner Frau und Tochter in ländlicher Umgebung in Missouri. Bevor er in den geistlichen Dienst ging, war er bei einem Rundfunksender und im Vertrieb und Marketing bei verschiedenen Unternehmen tätig.

Video, mehr Infos und Leseprobe zum Buch über www.buchhandlung-plaggenborg.de



Einfach vegan – die süße Küche

Roland Rauter

Schriner Vlg., 232 S., 19,95 €

Nach dem Überraschungserfolg von „Einfach vegan - genussvoll durch den Tag“ widmet sich der Spitzenkoch

nun dem Thema vegane Süßspeisen. Denn köstliche Kuchen, Torten und Desserts gelingen auch ohne Ei, Butter und Co. Roland Rauter präsentiert erneut eine vegane Küche, die weitgehend ohne Ersatzprodukte auskommt und für jeden Geschmack etwas bietet. Von Kuchen und Torten, z. B. der einfachsten Schokoladentorte der Welt, über Jasminteepralinen und Crème brûlée bis hin zu süßen Gerichten, wie z. B. Süßkartoffelgnocchi mit Orangenragout, reicht die Palette fantasievoller Rezepte des überzeugten Veganers. Auch das zweite Buch des Spitzenkochs ist eine Einladung zum Ausprobieren und Experimentieren.

Roland Rauter ist gelernter Koch und seit Jahren Veganer aus Überzeugung. Nach der Kochlehre zog es ihn in seinen Wanderjahren durch Küchen im In- und Ausland, wo er auch in der Spitzengastronomie gearbeitet hat. In den letzten zehn Jahren hat er als Bereichsleiter und Küchenchef Jugendliche mit Hörbehinderung und Sonderförderbedarf im Bereich Küche ausgebildet. Mit seinem ersten Buch möchte er nun zeigen, dass die vegane Ernährung eine genussvolle Alternative zum Verzehr von tierischen Produkten ist.

Akupunktur

Martina Klisch – chin. Medizin, Akupunktur, Shiatsu, Heilpraktikerausbildung. Tel. 04482.565.
Heilungspunkte - Praxis für Akupunktur und Beratung, Bärbel Zehnpfund, Heilpraktikerin, Tel. 0441.2048845.

Aura-Soma®

Beratung, Ausbildung und Verkauf, Regina Bauer, Bürgereschtr. 27, Oldenburg, Tel. 0441.82 118, bauer.regina@t-online.de.

Bonding

Selbstbewusstsein u. sicheres Verhalten in Beziehungen sind Ziel d. Bondingpsychotherapie. Thomas Heldmann, Tel. 0421. 5967442.

Bücher, CDs, DVDs

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

Familienaufstellung

HP Antje Jaruschewski, Metzger Str. 10, 26121 OL, Tel. 0441. 9736194, E-mail: info@praxis-jaruschewski.de.
Familienstellen und Supervision. Anke Svaha Schöpfer, 04433. 968940, 0173.2468174.

Feng-Shui

Einrichtungsberatung nach Feng-Shui, Julia Bolting, Tel.: 0441. 5099513, mobil: 0176. 65623 348, info@feng-shui-j-bolting.de

Wer macht was?

Der kleine Branchenführer zum schnellen Nachschlagen

Viele weitere Anbieter finden Sie unter www.lebenskunst-weser-ems.de

Heilpraktiker

Zahn-; Kiefer-; Gesichtsnerven; Rücken-/Schulter-/Nackenspannungen /-schmerzen, HP Josef Stotten 04407.716387.

Internetdienstleistungen

Webseiten-Pflege o. Neugestaltung, Seminarorganisation, Reiseplanung, Fotos u.a. Ulrike Plaggenborg, OL 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.
Chron. Zahnschmerz/ Neuralgien, Selbsthilfe b. Kiefermuskulverspannungen; Amalgamausleit., HP Josef Stotten 04407.716387.

Kinesiologie

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

Klangmassage

Für Einzelne und Paare und Ausbildungsseminare nach Peter Hess. Johannes Weerts, Hauptstr. 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 – Schwerpunkt Kinderheilkunde - Bloherfelder Str. 82 (Oldenburger Hebammenpraxis) OL 4086253.

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

MatrixErfahrung

Workshops, Ausbildungen und Vorträge mit Andrea Diekmann und Norbert Thölke. Info: 04443-1315, praxisdiekmann@ewetel.net.

Mediale Heilerausbildung

Mediale Heilerausbildung, Sol'A'Vana-Schritte, Energet. Einzelsitzungen mit Luna'Him, 0421.255350, doerte.scheer@gmx.de.

Metabolic Typing

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

Partnerschaft

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

termine

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, 0421.79474144.

Reiki

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

Schamanismus

Schamanisch Heilen, mit der Hilfe der geistigen Welt. Einzel- u. Gruppenarbeit, Gabriela Luft, 0421.79474144.

Soul Body Fusion®

Neuenergetische, vollständige u. dauerhafte Verbindung v. Seele, Geist u. Körper. Birgit Bruns-Tietze, Tel. 04407.715743.

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, 04426.929912.

The Reconnection®

Reconnective Healing®-Heilung durch Rückverbindung: Mechtild Hesse-Herr, Entwicklungswege, 04403.8107372.

Doris und Thomas Brüning, Reconnective Healing®-Praktitioner, Heilung durch Rückverbindung. Tel. 04431.9483035, Dötlingen.

Tierkinesiologie

Sybille Seifried, Praxis für Kinesiologie, mail@sybille-seifried.de, 0441.9354299.

Tierkommunikation

Tiercomm-erfahren was Ihr Tier fühlt. Tel.: 04481.1845 od. 0173.8288624 (siehe auch bei: „Wer-Wie-Was im Internet“).

TranceDialog®

„Trance, Traum & Intuition“ – Seminare, Workshops, Vorträge m. Peter Jaruschewski, Lagerstr. 62, 26121 OL, 0441.9736160, www.trancedialog.eu

Yoga

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

Termine**Freitag 5.10.2012**

25 jähr. Jubiläum von Salute e Bellezza, 15 - 19 Uhr, Edewechter Landstr. 18, 26131 Oldenburg, Tel. 0441.592328, www.salute-isis.de

Sonnabend 6.10.2012

25 jähr. Jubiläum von Salute e Bellezza, 11 - 16 Uhr, Edewechter Landstr. 18, 26131 Oldenburg, Tel. 0441.592328, www.salute-isis.de

Sonntag 14.10.2012

Soul Masters – Seelenmeister Dr. Guo und Dr. Sha, ein Dokumentarfilm von Sande Zeig, USA 2010 um 11.30 Uhr im Casablanca-Kino.

Sonnabend 27.10.2012

Sampoorna Yoga Zentrum feiert: 2 Jahre Yogaunterricht. 10 - 20 Uhr, Zeughausstr. 70, OL. Info: Tel.: 0441.48551766, www.sampoorna-yoga-oldenburg.de.

Sonntag 28.10.2012

Sampoorna Yoga Zentrum feiert: 2 Jahre Yogaunterricht. 10-20 Uhr, Zeughausstr. 70, OL. Info: Tel.: 0441.48551766, www.sampoorna-yoga-oldenburg.de.

Basar im Alo Ola Pono Centrum, 14 - 19 Uhr, Breslauer Str. 72. EM-X Keramik, Lesung 16 Uhr. www.lomilomi-oldenburg.de .

Sonntag 4.11.2012

Tag der offenen Türe im Yoga Vidya Zentrum OL, Breslauer Str.74. Probstunden Yoga und Meditation 14 und 16 Uhr, Sat-sang ab 18 Uhr. Infotel: 0441.5706528.

Melkbrink 13 • 26121 OL
Telefon: 0441.85726

10.-11.11. **Carogetica Nordsee-Wellness-Tage**, 11-17 Uhr, Nordsee-Hotel Friesenhus, Am Kurzentrum 12, 26409 Carolinensiel, Infos: www.carogetica.info.

Dienstag 13.11.2012

„Aufhören, sich zu belagen ...“ wie ein lila Armband das Leben ändern kann. Kostenl. Vortrag um 19.30 Uhr mit Peter Gerd Jaruschewski im Rosenhaus, Weskampstr. 28, 26121 Oldenburg.

Mittwoch 28.11.2012

Konzert mit Lex van Someren um 19 Uhr, in Bremen in der Glocke. Tickethotline: 07223. 806650, www.someren.de.

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.

Die doppelte Biografie des Menschen – seine irdische und göttliche Natur. 1.10.-12.11. Kulturbunker Barenburg, 20 Uhr, Geibelstr. 30a, Emden. Int. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, www.rosenkreuz.de.

dienstags

Yoga in der Gruppe, Samahita Yoga mit Entspannung und Atem-Achtsamkeit, Gruppe 1 um 18h; Gruppe 2 um 20h. Anm.: Regina Bauer, OL 82118.

Die doppelte Biografie des Menschen – seine irdische und göttliche Natur. 2.10. - 13.11., 20 Uhr, Fritz-Bock-Straße 3, OL. Intern. Schule des Goldenen Rosenkreuzes, www.rosenkreuz.de.

mittwochs

Von 13 bis 18h geöffnet für den **AURA-SOMA® Verkauf**, und nach telef. Vereinbarung, Regina Bauer, Bürgereschstr. 27, OL. Tel. 0441-82118.

sonntags

Lachclub Oldenburg jeden vierten Sonntag im Monat, 16-17.30 Uhr, Breslauer Str. 74, 26135 Oldenburg, Tel. 94919107.

Vorträge

8.10. **Doppelvortrag mit Rüdiger Dahlke** in HB: 18 Uhr: Das Schatten-Prinzip, 20 Uhr: Der Seeleninfarkt. Info & Anm.: SteinReich, Vor dem Steintor 34, Tel. 0421. 4987303, steinreichbremen@gmx.de.

9.10. **Selbstwert - Ein Schatz der viele Türen öffnet**, mit Carolin Maaß bei Entwicklungswege. 19 Uhr, Tel. 04403.8107372, www.entwicklungswege.com.

12.10. **Medium Daan Akkerman: Vortrag & Meditation**: Geheimnisse des Tarots; 9.11. Untergang und Auferstehung von Atlantis - ein Geheimnis? Jew. um 20 Uhr im Rosenhaus, Weskampstraße 28. Infos unter 0441.85315.

12.10. **Die Geheimnisse der Kathedrale von Chartres**, mit Carolin Maaß bei Entwicklungswege, 19 Uhr, Tel. 04403. 8107372, www.entwicklungswege.com.

15.10. **EM-Effektive Mikroorganismen** - ihr Einsatz bei Mensch und Tier, in Haushalt und Garten, 19 h, Mechthild M. Hesse-Herr, Entwicklungswege, 04403. 8107372, www.entwicklungswege.com.

19.10. **Vortrag mit Michael Kewley**: "The joy of being Awake", 20 Uhr im Yoga Vidya, Breslauer Str. 74, OL. Info: 0441.9848041.

22.10. **Vortrag mit Michael Kewley**: „Changing our nature“, 20 Uhr im Rosenhaus, Weskampstraße 28, OL. Info: 0441. 9848041.

30.10. **Elektrosmog und Störfelder**, mit Guido Burgardt bei Entwicklungswege, 19 Uhr, Tel. 04403.8107372, www.entwicklungswege.com.

13.11. „Aufhören, sich zu belagen ...“ wie ein lila Armband das Leben ändern kann. Kostenloser Vortrag um 19.30 Uhr mit Peter Gerd Jaruschewski im Rosenhaus, Weskampstr. 28, 26121 OL.

27.11. „2013 – Vision und Ausblick“. Vortrag mit Uwe Christensen im PFL Oldenburg, 20-22 Uhr. Vvk 12,- € (0441.55185), Abendkasse 15,- €.

27.11. **Liebesglück und Paarkultur**, Vortrag mit Monika Entmayer und Reiner Kaminski. PFL, 19.30 Uhr, Info + Anm.: www.liebeskultur.de Tel. 04487.9204277.

Seminare & Workshops

MatrixErfahrung, Quantenheilung. Workshops, Ausbildung Teil 1 und 2 und Vorträge. Andrea Diekmann und Norbert Thölke, Matrix-Erfahrung.de, 04443. 1315.

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

seminare & workshops

Kleinanzeigen

5.10. **Energetische Wirbelsäulenaufrichtung** mit Meike und Wolfgang Sigle, 19-20.30 Uhr, Weskampstr. 28, OL, Infos: www.lebensflusspraxis.de.

12.10. **Kräuter für die kalte Jahreszeit**. Um 17 Uhr, ca. 2 Std. www.pfeffer-und-minze.de , Tel. 04484.998951.

13.10. ab 9:30 Uhr: **Dojo Meisterschaften: Kampf, Kata, Selbstverteidigung**, Show, Bruchtest nur bei rechtzeitiger Anmeldung. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441-85726.

13.-14.10. **Tierkommunikation**-Kurs n. Penelope Smith in Rastede Infos & weitere Termine: 04402.6969500 www.tiercomm.de.

20.- 21.10. **City Retreat mit Michael Kewley** im Rosenhaus, Weskampstraße 28, OL, Teilnahme 130,- €. Info: 0441.9848041.

23.10. **Möglichkeit zum Einzelgespräch mit Michael Kewley in OL**. Anm. bei Andrea Pfeiffer-Punke, Tel. 0441.42334.

27.10. **Engelseminar mit Meike Sigle**, 10-18 Uhr, Weskampstr. 28, OL, Infos: 0421.83000561.

28.10. **Energietanz für Frauen und Männer** in der ISIS, 18 - 19.30 Uhr, Anmeldung: 0441.592328.

28.10. **Para Vital Messe für Lebensfreude** - Körper, Geist und Seele im Kulturzentrum Ofenerdick, Weißenmoorstraße 289 in OL. 11-18 Uhr, Eintritt 5,- €.

2.11. **Räuchern – ein besonderes Ritual**. Um 16 Uhr, ca. 2 Std. www.pfeffer-und-minze.de , Tel. 04484.998951.

ab 6.11. **Luna Chi für Frauen**, Körperglück und Magie, 18 - 19.30 Uhr, Info + Anmeldung: ISIS, 0441.592328.

8. - 11.11. **Spirituelle Traumdeutung** auf der Insel Spiekeroog. Info u. Anm. 04403.8107372, www.entwicklungswege.com

10.11. Workshop: **Die Kunst der harmonischen Bekleidung**, mit Andreas Weinzierl, 9-14 Uhr in Oldenburg. Infos: www.image-trainer.de.

10.11. **Familienaufstellung mit Energiearbeit** mit Sabine Reinke & Rita Schuh, OL. Infos: www.chanuria.de, Tel. 0441.3404830.

10.11. **Trainer Lehrer Prüfer, Kampfgericht Lizenz-Seminar**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441-85726.

10.-11.11. **Carogetica – Nordsee-Energie- und Wohlfühltag**, jeweils 11-17 Uhr in Carolinensiel, Hotel Friesenhus. Info: www.carogetica.de .

11.11. **Reflektion 2012 - Ausblick 2013** mit Ilka Hohmann, 10-18 Uhr im Rosenhaus, OL, Infos: 0173.8840394.

11.11. ab 14 Uhr: **Capoeira/Kung Fu/Jaido/TDJ**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.

17.11. **Magierin, Künstlerin, Heilerin** - ein genussvoller Tag im Frauentempel, 11 - 18 Uhr, Info + Anmeldung: ISIS, 0441.592328.

17.11. **Channelingseminar** mit Meike Sigle, 10-18 Uhr, Weskampstr. 28, OL, Infos: 0421.83000561.

17.11. **Tai Chi Chuan / Qi Gung und Selbstverteidigung** Grundprüfung. Ausbildung F, Teil 1/2 nach § 20 SGB/V * § 284 Abs. Nr. 4 SGB V (Ziel: liz. Übungsleiter Prüf.: F). Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.

Tanztherapiegruppe für Frauen: Freitags 23.11. und 7.12. von 19 - 21 Uhr, Info: Tel: 04408.923485, www.tanz-der-goettinnen.de

25.11. **Energietanz für Frauen und Männer** in der ISIS, 18 - 19.30 Uhr, Anmeldung: 0441.592328.

1.-2.12. **Tierkommunikation-Kurs** n. Penelope Smith in Rastede. Infos & weitere Termine: 04402.6969500, www.tiercomm.de.

1.12. **Selbsthilfe Kiefermuskulaturspannung 1** mit Josef Stotten, 10-18 Uhr, Inst. f. Kinesiologie, Littel. Infos: Josef Stotten 04407.716387.

2.-9.1.2013 **Retreat mit Michael Kewley** im Benediktiner-Kloster in Damme. Info & Anm.: Andrea Schreiber, 0441.9848041, aschreiber29@t-online.de. www.puredhamma.org.

12.-13.1.2013 **Basiskurs Schamanisches Reisen** in Rastede. Infos & weitere Termine: 04402.6969500 www.tiercomm.de.

29.-31.3. **Beginn Geistheilerausbildung**, Claudia Hempler-Gödeke, Lühnde Nähe Hannover, Infos: 05126.8107, www.geistheilung-luehnde.de.

Ausbildung

The Work of Byron Katie: Intensiv-Seminar und Ausbildung mit Ralf Heske in Hude. Tel. 040.88167930. www.ralf-heske.de.

MatrixErfahrung, Quantenheilung. Ausbildung Teil 1 und 2, Workshops und Vorträge. Andrea Diekmann und Norbert Thölke, Matrix-Erfahrung.de, 04443.1315.

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!

Achtung! Auflösung meiner Mineraliensammlung wg. Umzug nach Hamburg! Alles günstig abzugeben. Meldet euch bitte bei J. Schwarz, Tel. 0441.73166.

Wer sammelt Briefmarken? Ich habe viele Doppelte sehr sehr günstig abzugeben. Bitte melden unter 0441.87346 oder karl-heinz@die-plaggenborgs.de.

Räume & Wohnen

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.

Guten Tag, liebe Menschen, **ich suche eine kleine, gepflegte Wohnung oder auch ein Zimmer**, auch tageweise, in Oldbg. Diese/s sollte zur Miete angeboten werden. Ich heiße Frank Dörfler und bitte, bei Interesse auf meine Mailbox sprechen: 0441.3800939.

Dies & Das

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

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

Wilhelm13 - Konzerte

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

Konzerte

Newcomer Session: 4.10., 1.11., 6.12. jeweils 20 Uhr
Jazzsession: 18.10., 15.11., 20.12. jeweils 20 Uhr

Beginn immer um 20 Uhr:

- 5.10. Jazzoline
 - 6.10. Julia y Rodrigo - Latin Jazz
 - 12.10. Rafis Swingclub Combo - Jazz
 - 13.10. Drift - Ein deutsch-französisches Klanglabor - Jazz/Neue Musik
 - 15.10. Hussy Hicks - Folk-Pop
 - 20.10. Reinhard Schulte/Ansgar Specht Quartett - Jazz
 - 26.10. Elmar Braß - Piano solo - Jazz
 - 28.10. Aufwind - Klezmer
 - 2.11. Jazz Art Ensemble Niedersachsen
 - 3.11. quintessence & friends - a capella
 - 9.11. Axel Zwingenberger - Boggie Woogie
 - 10.11. Axel Zwingenberger - Boggie Woogie
 - 22.11. Oli Poppe Trio - Jazz
 - 24.11. Etienne Legat - Jazz
 - 28.11. Alex Cuba - Weltmusik/Latin
 - 29.11. de Fatima/Altekamp/Jehn - Latin-Jazz
 - 8.12. Christmas Konzert mit Al-Yasha Anderson & Friends
- Lesungen:**
- LiteraTour Nord: 21.10., 11.11., 2.12. jeweils um 11 Uhr
 - Beginn immer um 20 Uhr:
 - 9.10. Lesebühne Metrophobia - Poetry Slam
 - 16.10. Rainer Wiczorek - "Freie Hand" – Literatur
 - 6.11. Angela Steidele: "Geschichte einer Liebe" – Literatur
 - 13.11. Local Heroes/Annika Blanke: „Born: Toulouse“ - Poetry Slam
 - 23.11. Poetry Slam Oldenburg

JOÃO *John of God* de DEUS



EARTH OASIS
Gesundheit Bewusstsein Heilung



23.-25. 11.
2012
in der Salzburgarena
in Salzburg

30.11.-2. 12.
2012
in der Hessenhalle
in Alsfeld

TAGE AUCH EINZELN
BUCHBAR



6. EUROPÄISCHE GEISTHEILUNGS- TAGE mit Medium Joao de Deus - erstmalig in 2 Ländern!

Der begnadete brasilianische Wunderheiler kommt
im Herbst 2012 nach Deutschland und Österreich!

www.earth-oasis.de



YOGA ZENTRUM OLDENBURG – WIR FEIERN ZWEI JAHRE
2
JAHRE
SAMPOORNA YOGA ZENTRUM OLDENBURG

Sampoorna Yoga Zentrum Oldenburg

IM STUDIO 70 – ZEUGHAUSSTR. 70
27. / 28. OKTOBER 2012 10 – 20 UHR
SCHAUEN SIE EINFACH MAL REIN!



Kurse von den Krankenkassen unterstützt!

0441 / 48 55 17 66 – www.sampoorna-yoga-oldenburg.de

Weitere Informationen: Seite 21 in diesem Heft