

Frühling 2011

ACHTSAMES LEBEN

Das Magazin für ganzheitliche Lebenskunst in Oldenburg und den NordWesten

Christine Keidel-Joura


DIE ZEITQUALITÄT VON APRIL BIS JUNI

Mechthild Hesse-Herr

THE RECONNECTION®

Peter Jaruschewski

„KREATIVITÄT: HEUREKA ... ICH HAB'S GEFUNDEN“



WIE
UNS DIE
„WILDE“
WEISHEIT
DER MENSCHHEIT
DURCH DEN
WANDEL
FÜHREN KANN

Christina Kessler

**WILDER GEIST
WILDES HERZ**
Kompass in stürmischen Zeiten

Christina Kessler
Wilder Geist – Wildes Herz
Kompass in stürmischen Zeiten
€ 17,95, ISBN 978-3-89901-397-9

jkamphausen
weltinnenraum.de

J. Kamphausen | Mediengruppe



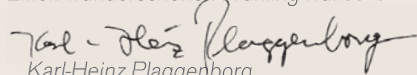
Liebe LeserInnen,

angesichts der gravierenden Veränderungen und der Katastrophen in anderen Teilen dieser Erde müssen wir doch mit großer Dankbarkeit feststellen, dass wir in unserer

Region – man kann schon sagen „gesegnet“ sind mit relativer Stabilität hinsichtlich der politischen Lage und der klimatischen Bedingungen. Da relativiert sich doch so manches Problem zum Problemchen. Unser Mitgefühl gilt den Betroffenen in Japan, die einem wahren Weltuntergang ausgesetzt sind. Was diese Geschehnisse an Resonanz in uns hier auslösen, mag Jede/r für sich betrachten. Zwei Jubiläen werden mit diesem Heft gefeiert. Am 29. Mai besteht die Buchhandlung Plaggenborg 25 Jahre. Das Ladengeschäft wurde zwar Ende letzten Jahres aus wirtschaftlichen Gründen aufgegeben. Aber wir sind nur umgezogen in die Lindenstraße 35 und sind weiter für Sie da! Mehr dazu in diesem Heft auf Seite 24. Das steht jetzt nochmal hier, damit die Leute, die in der Bergstraße 1 vor einem leeren Laden stehen, endlich wissen, warum er leer ist.

Das zweite Jubiläum betrifft das „Achtsame Leben“: vor 15 Jahren haben wir aus Anlass des 10-jährigen Bestehens der Buchhandlung Plaggenborg diese Zeitung das erste Mal herausgegeben. Es ist gewachsen, hat Farbe bekommen, ändert immer wieder sein Erscheinungsbild und ist nach wie vor sehr begehrt. Deswegen erweitern wir ständig die Zahl der Auslagestellen und die Auflage. An dieser Stelle möchte ich allen Kunden und Lesern für Ihre Treue, Ihre Unterstützung und Ihr Interesse danken..

Einen wunderschönen Frühling wünscht Ihnen


Karl-Heinz Plaggenborg

inhalt *frühling 2011*

3 Inhaltsverzeichnis

4 Liebe LeserInnen ...

astrologie

6 Zeitqualität April bis Juni 2011

wissenschaft

7 Kreativität: Heureka, ich hab's gefunden



bewusstes leben

11 Die Lebensmelodie ... voller Freude verkörpern

21 2011: Jahr d. pers. Meisterschaft

26 Glück ist ... meine eigene Schöpfung

gesundheit

13 Sampoorna – Yoga der Fülle

28 Kalyana - Verein für ganzheitl. Gesundheit

veranstaltungen

18 Seminarkalender Workshops, Vorträge ...

18 Seminare & Workshops

29 celebrate life festival im Hof Oberlethe

18 Seminarkalender Workshops, Vorträge ...

63 Konzerte

63 Wilhelm 13

63 Lesungen

aktuell

24 Buchhandlung Plaggenborg hat sich verändert

licht & energie

33 Aura Soma® Seite Aura Soma® Kinder-Set

15 The Reconnection® Heilung d. Rückverbindung

anbieter

34 Wer macht was ... im Internet

37 Marktplatz Das alternat. Branchenbuch

59 Wer macht was?

für die sinne ...

36 Kartentipp

49 SehWelten

50 HörWelten

51 WortWelten

kleinanzeigen

60 Termine

61 Regelmäßige Termine

62 Seminare/Workshops

62 Ausbildung

63 An & Verkauf

63 Dies & Das

63 Wohnen & Räume

formales

58 Verteilerliste Achtsames Leben

48 Impressum

58 Kleinanzeigenauftrag



Echt Oldenburg!



www.stadtbaeckerei-schroeder.de

Autorin: Christine Keidel-Joura

Die Zeitqualität von April bis Juni 2011

Mehr Gefühl für das Allgemeinwohl

Mit Uranus im Widder bestehen weiterhin aufregende Zeiten, mit denen es zu großen Reformbewegungen kommt. Dies verstärkt sich noch, wenn sich bei Neumond im Widder Anfang April Mars zu Uranus gesellt, was für Kampfbereitschaft, Aufbruch und Risikofreude steht.



Nahezu gleichzeitig wechselt Neptun in sein eigenes Zeichen Fische, was zuletzt im Revolutionsjahr 1848 passierte - in dem sich ebenfalls Uranus im Widder befand. Neptun in den Fischen bewirkt dabei, dass die Menschen wieder ihre Träume verwirklichen können, größere Träume von einer besseren Welt. Fast wie von selbst wird hier das Gefühl für das Allgemeinwohl und im Alltag die Fähigkeit zum Mitgefühl gestärkt. Mit einer Art Höhepunkt zum Neumond am 3.4. befinden sich im April sehr viele Planeten im Widder, was für Neudurchsetzung, mutig entschlossenes Vorwärtstreben, Erneuerung, Kampf, Freisetzung von Energie, feurigen Enthusiasmus und Sichtbarmachen bisher verborgener Fakten steht. Manches lässt sich allerdings nicht so einfach realisieren, wie im ersten Moment gedacht - was sich auch daran zeigt, dass bis zum 23.4. Merkur wieder einmal

rückwärts durch den Tierkreis läuft, weswegen es zu Komplikationen, Reklamationen, Missverständnissen, vermehrtem Klärungsbedarf sowie Aufräum-, Korrektur- und Reparaturarbeiten kommen kann. Insgesamt besteht in vielen Bereichen eine erhöhte Gefahr der Überschätzung. Es ist wie bei einem Kuchen, der im Ofen enorm aufgeht, aber später wahrscheinlich zusammensacken wird.

Aufbauende und stabilisierende Kräfte

Anfang Mai mischen sich vorwärtsweisende mit harmonischen Konstellationen. Deswegen ist dies eine sehr günstige Zeit, um etwas Neues auf die Beine zu stellen, z. B. eine Existenz zu gründen, eine neue Gesellschaftsform zu finden, einen Vertrag zu schließen, etwas zu eröffnen, etwas anzuschaffen oder wichtige Beziehungen zu pflegen. Neue Ideen, Vorhaben und Projekte lassen sich nun „mit Hand und Fuß“ ins Leben bringen. Dies gilt besonders in den Tagen um den 11.5. Danach kommt allmählich mehr Ruhe in bestimmte Angelegenheiten, die sich jedoch sinnvoll und mit großen Schritten weiterentwickeln können.

Zusammenschlüsse

Ab dem 16.5. dürften dann die meisten Vorhaben, Aktionen und Entwicklungen „in trockenen Tüchern“ sein. Dabei kommt es besonders im konkreten Miteinander zu intensiverem Zusammenwirken, zum gemeinsamen Arbeiten an einer beständigen Sache. Hier ist es wichtig, nicht mehr so sehr die übertriebene Begeisterung des Neuanfangs, sondern vielmehr die

Die Zeitqualität von April bis Juni 2011

langfristige Entwicklung im Auge zu behalten und so beständig im Guten, pflegend und aufbauend zu handeln - wobei es nicht nur erlaubt, sondern sogar ratsam ist, vor allem darauf zu achten, dass es auch schön ist. Bis zum 20.5. kann in diesem Sinne noch Diskussionsbedarf bestehen, danach sollten die Energien eindeutig in Richtung Harmonisierung gelenkt werden. So beruhigt sich nun endlich auch das Zusammenwirken von Mars und Merkur, das seit November 2010 immer wieder für heftigere Auseinandersetzungen, größere Durchsetzungsprozesse dank entsprechender Kommunikation und durch das Aufdecken von Fakten für Aufregung gesorgt hat.

Konsolidierung

Auch bis ungefähr Mitte Juni überwiegen harmonische Konstellationen. Allerdings ist zu berücksichtigen, dass schnelles Wachstum oder Vorwärtstkommen mit großen Schritten nun nicht mehr zeitgemäß ist, wobei es zu einer Phase der Konsolidierung kommt, der Rückbesinnung auf bleibende, konkrete, reale und gute Werte. Dies kann sich auch in der Finanzwelt bemerkbar machen, vielleicht nicht sofort, aber nachhaltig, wenn Jupiter, der für Weiterentwicklung, neue Horizonte und Wachstum steht, am 4.6. vom Widder in den bodenständigen Stier gewechselt ist, wo er dann bis Juni 2012 bleiben wird.

Sommeranfang

Ein harmonischer Aspekt von Sonne und Jupiter in Verbindung mit anderen Konstellationen zum Sommeranfang am 21.6. erhöht die Chance auf stabiles, überwiegend freundliches Sommerwetter - wobei zusätzliche Konstellationen in den vom Element Wasser beherrschten Zeichen darauf schließen lassen, dass es nicht zu trocken werden dürfte.

Die ausgewogenen Konstellationen mit einer Betonung des Wasserelements sorgen außerdem dafür, dass es im Sommer 2011 besonders wichtig ist, auf die eigene Intuition zu hören, hinzufühlen, sich in andere oder in die Gesamt-

situation hineinzudenken, um so etwas Sinnvolles und Hilfreiches gestalten zu können.

Vom 23.6. bis Ende Juni steht die Sonne allerdings in disharmonischen Aspekten zu Uranus, Pluto und Saturn, was Ungereimtheiten und latente Unvereinbarkeiten bringen kann, wobei sich Probleme zeigen können, die zwar nicht auf die Schnelle, aber dennoch zu lösen sind.

Venus und Mars („Frauen und Männer“)

Während Venus und Mars in den vergangenen Monaten eher neben- als miteinander durch den Tierkreis gegangen sind, nähern sie sich nun wieder einander an. Das spricht inter-



20 Jahre
Salute e Bellezza
Groß- und Einzelhandel

- ätherische Öle
- Räucherwerk
- Edel- & Heilsteine
- Schmuck
- Klanginstrumente
- Kunsthandwerk
- Statuen
- tanztherapeut. CDs
- tantrischer Bedarf
- Fachliteratur

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

essante, spannende und weiterbringende Entwicklungen im Miteinander von Frauen und Männern, aber auch von sozial kooperierenden Personen einerseits mit entschlossenen handelnden Personen andererseits.

Zunächst jedoch befindet sich Mars im Widder und Venus in den Fischen - eine eher klassische Rollenverteilung, bei der der männliche, vorwärtsdrängende Part in Beziehungen nach Außen tritt, Neuland erobert, sich durchsetzt und das Risiko nicht scheut, während sich der weibliche, reagierende Part durch Venus in den Fischen sich eher passiv, mit erhöhtem Sinn für das Schöne etwas verträumt und verklärt zeigt.

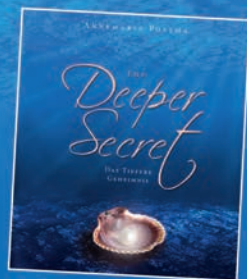
Am 21.4. wechselt Venus jedoch in das Zeichen Widder, und so kommen alle eher kooperativ eingestellten Menschen wieder mehr aus ihrer Passivität heraus - wobei Venus ja auch insgesamt für das Miteinander in Beziehungen zuständig ist, das durch den Widder nun mehr Entschlossenheit erhält, mehr Mut zur Konfrontation aber auch zur eindeutigen Äußerung zum Beispiel im Sex sowie zu Themen, die endlich ausgesprochen werden wollen und sollen, was nicht immer ohne Konflikte geht.

Am 11.5. betritt dabei Mars das Zeichen Stier, so dass nun die männlich-entschlossenen, etwas draufgängerischen Kräfte

den Wunsch verspüren, mehr Ruhe, Beständigkeit und Genuss zu kultivieren, sich niederzulassen, etwas aufzubauen. Zum Glück kommt kurz darauf auch Venus in den Stier, das Zeichen in dem sie Zuhause ist. So lassen sich gemeinsam Pläne schmieden und dingfest machen, Verträge schließen, Häuser errichten und Gärten gestalten. Wer bis dahin noch auf der Suche nach einer Partnerschaft oder in einer unsicheren Situation des Miteinanders gewesen ist, hat vom 16.5. bis zum 9.6. erhöhte Chancen, eine Verbindung entstehen zu lassen, die Bestand hat, zumindest sofern die **eigenen** Konstellationen dies erlauben. Ab dem 9.6. löst sich die intensive Phase im Miteinander wieder auf, wobei es dann recht freundlich zugeht, das Wichtigste ist geklärt, alles andere kann kommuniziert werden, gemeinsame Interessen können ebenso wie Freiräume gepflegt werden.

Christine Keidel-Joura ist als Astrologin bekannt durch zahlreiche Veröffentlichungen und Radiobeiträge. 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. Adresse: Christine Keidel-Joura, Delmestraße 74, 28199 Bremen, Tel. 0421-72929, info@keidel-joura.de

Es ist Zeit für...



Annemarie Postma
**The Deeper Secret –
Das Tiefere Geheimnis**
Hardcover, 160 Seiten
ISBN 978-3-89060-581-4

Fragen Sie nicht:
Was will ich
vom Leben?

Sondern:
Was will
das Leben
von mir?

Mehr unter
www.deeper-secret.de

NEUE ERDE

www.neue-erde.de

„Wer nicht vom Weg abkommt, bleibt auf der Strecke“ (Karl-Heinz A. Geißler)



Kreativität: „Heureka, ich hab’s gefunden!“

Teil 3 der Serie über Denken, Intuition und Kreativität

Intuition ist die Sprache der Kreativität – oder umgekehrt. Nachdem ich im letzten Teil das Phänomen „Intuition“ beleuchtet habe, werde ich mich in diesem Teil mit der „Kreativität“ befassen.

„Kreativität ist eine Problemlösungsstrategie, die alle psychischen Schichten des Menschen umfasst ... bewusste, vorbewusste und unterbewusste Denkprozesse“ (Klaus Linneweh). Jeder von uns ist kreativ, denn Kreativität ist eine Fähigkeit, die uns allen innewohnt: Als Kinder haben wir auf einem Baumstamm gespielt und es war ein Pira-

tschiff - ganz echt! Sind wir verliebt, erfinden wir die tollsten Sachen, um der Liebsten im Gedächtnis zu bleiben. Und als Erwachsene haben wir vieles davon vergessen. Es ist an der Zeit, wieder zum Kind zu werden und die Welt neugierig mit neuen Augen zu sehen ...

5 Phasen der Kreativität

Der kreative Prozess ist eine spannende Abfolge von Phasen, die nicht austauschbar sind - auch sollten Sie keine Phase weglassen. Widmen Sie sich mit allen Sinnen den folgenden Phasen der Kreativität. Vielleicht werden Sie sich wun-

dern, was an unerkanntem Potenzial in Ihnen steckt! Nach der Schilderung dieser Phasen werde ich mich den dazu passenden Kreativitätstechniken widmen.

Phase 1: Das Problem erkennen / Ziele setzen

Die beste Voraussetzung für die gute Lösung ist zum Einen das exakte Erkennen der Herausforderung: Formulieren Sie so genau wie möglich, wofür Sie eine Lösung benötigen und worin die Herausforderung besteht. Danach formulieren Sie ein Ziel, das Sie ebenfalls so genau, umfassend und sorgfältig wie möglich formulieren.

Phase 2: Vorbereitungen treffen / Informationen sammeln

Besorgen Sie sich jetzt alle Informationen, die Sie zum Problem bzw. der Herausforderung und zur Zielsetzung finden können: Recherchieren Sie im Internet, fragen Sie Berater, Kollegen, Freunde, lesen Sie ein Buch oder Zeitungsartikel. Je mehr Sie Ihr Unterbewusstes mit Informationen füttern, umso leichter werden Sie eine Lösung finden!

Phase 3: Methoden anwenden

Wenn Sie wollen, können Sie jetzt eine der vielen Kreativitätstechniken anwenden, um zu (ersten) Lösungsvorschlägen zu kommen. Vielleicht ist schon eine Menge Verwertbares dabei und der Funke hat bereits gezündet! Nicht selten jedoch finden sich Geistesblitze mit guten Lösungen erst einige Tage, nachdem Sie sich mit bestimmten Techniken dem Finden einer Lösung genähert haben. Also verurteilen Sie nicht vorschnell eine nicht sofort zum Erfolg führende Kreativitätstechnik.

Phase 4: Loslassen / Inkubation

Diese Phase ist eine wichtige Phase und wird sehr häufig unterschätzt: Wie viele Untersuchungen zum Unbewussten zeigen, werden die besten Ergebnisse erzielt, wenn wir unserem Unterbewussten etwas Zeit lassen, sich zu entfalten: Ein paar Tage warten, das bisher Geschehene vergessen und sich anderen Dingen widmen; dies ist eine gute Voraussetzung dafür, dass uns bald die Muse küsst!

Phase 5: Der kreative Blitz / Die Eingebung

„Endlich! Dies ist der Thrill, die aufregende Phase, ein Geschenk der Götter. Plötzlich steigt eine zuvor nie geahnte geniale Lösung des Ursprungsproblems ins Bewusstsein hervor. An dieser Stelle schrien die alten Griechen „Heureka!“ und waren außer sich“ (Klausbernd Vollmar). Oft kommt der „kreative Blitz“ völlig unerwartet: Sie wachen nachts auf und haben plötzlich die Lösung sozusagen im Traum gefunden (wie Kekulé den Benzolring) oder Sie sitzen gerade im Theater oder Kino... Lassen Sie sich überraschen!

Phase 6: Idee überprüfen / Idee umsetzen

Nun geht es zunächst daran, die Idee auf Ihre Umsetzbarkeit zu überprüfen: Geht das technisch? Finanziell? Patentrechtlich? Finden sich hier weitere Herausforderungen, beginnen Sie wieder bei Phase 3. Meist jedoch stellt sich heraus, dass sich die Idee durchaus verwirklichen lässt. Danach setzen Sie die Idee in die Wirklichkeit um! Am Besten schnell, denn die meisten bahnbrechenden Erfindungen sind zur gleichen Zeit an verschiedenen Stellen der Erde entstanden...

Vom linearen zum radialen Denken

Machen Sie einen Test: Sie haben ein leeres Blatt Papier DIN A4 im Hoch-Format vor sich liegen und Sie schauen spontan auf das Blatt. Wohin richtet sich Ihr Blick? in über 80% der Fälle schauen die Testenden nach oben links. So sind wir sozialisiert durch Schule und Gesellschaft. Da bleibt uns dann nichts Anderes übrig als brav von oben links in Zeilen nach un-

Intuition & Kreativität

Vorträge, Seminare & Workshops



mit Peter Jaruschewski

Peter Jaruschewski befasst sich seit vielen Jahren mit dem Thema „Kreativität und Intuition“. Er ist Erfinder des MindChart (www.mindchart.eu), Entwickler der „greenCards“ und Produzent der CD „Intuition“.

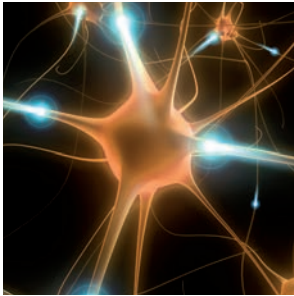
Tagesseminar:
Intuition & Kreativität 111,- €
inkl. 19% MSt.

Seminar zur Schulung intuitiver Fähigkeiten und Vorstellung wichtiger Kreativitätstechniken mit praktischen Übungen.
Oldenburg: Sa, 04. Juni 2011, 09.30-18.30 Uhr

fortlaufende Gruppe:
Intuition & Kreativität 20,- €
pro Abend

14-tägige Gruppe zur Einübung von Intuition und Arbeiten mit vielen Kreativitätstechniken anhand praktischer Beispiele der TeilnehmerInnen.
Oldenburg: ab 06.06.11, 19.30 Uhr
Kostenloser Vortrag am 30.05., 20 Uhr
 Rosenhaus, Weskampstr.28, 26121 OL, Bitte anmelden!

Info/Anmeldg: greenhat.org • Peter Jaruschewski
 Lagerstr. 62, 26125 OL., E-Mail: post@greenhat.eu



Synapsen: in alle Richtungen vernetzt

ten rechts zu schreiben - eben linear. Doch lineares Denken ist gar nicht gehirnfreundlich, denn das Gehirn experimentiert gern und möchte Freiräume haben, um all seine Fähigkeiten auszuleben. Schon die Struktur der radial (in alle Richtungen) vernetzten Synapsen zeigt dies deutlich.

Nun legen Sie das leere Blatt Papier quer vor sich hin und schauen wieder „spontan“ auf das Blatt. Wohin geht jetzt Ihr Blick? Richtig: in die Mitte (in über 80% der Fälle ist das so). Von der Mitte aus haben Sie ungeahnte Möglichkeiten der Gestaltung des Blattes: Sie können vom Mittelpunkt aus in alle Richtungen arbeiten und so das Papier viel besser ausnutzen als im Hochformat. Sie glauben es nicht? Probieren Sie es einfach aus!

MindMapping als ideale Methode des gehirnfreundlichen Arbeitens

Machen Sie sich die Möglichkeiten, die Ihnen das Querformat bietet, zunutze mit einer Technik, die Ausgangspunkt aller visuellen Kreativitätstechniken ist.

niken ist.

Ich habe als ideales Arbeitsinstrument hierfür den MindChart „erfunden“ (www.mindchart.eu). Der MindChart ist der weltweit erste „Flipchart“, den man vom Hoch- ins Querformat stellen kann, den man leicht auf und ab schieben kann und der noch viele weitere Vorzüge gegenüber einem normalen Flipchart hat. Mit dem MindChart ist das effektive MindMapping möglich.

Erfunden hat das MindMapping der britische Mentaltrainer und Gründer der Gedächtnis-Weltmeisterschaften Tony Buzan. Tony Buzan bezeichnet MindMaps als „*ultimative organisatorische Denkwerkzeuge und einfachste Art, Information in ein Gehirn hinein zu bekommen und Information aus einem Gehirn heraus zu bekommen*“.

Betrachten Sie die folgenden Spielregeln als interessante und bewährte Anregungen: Erfinden Sie Ihre ideale Technik selbst, experimentieren Sie!

Spielregeln des Mind-Mapping

Spielregel 1:

Unliniertes Papier

Nutzen Sie unliniertes Papier. Das gibt Ihnen keinerlei Begrenzungen vor.

Spielregel 2: Querformat

Legen Sie das Papier ins Querformat. Dieses ermöglicht Denken in alle Richtungen und aktiviert beide Gehirn-Hemisphären.



MindMap: perfektes radiales Denken

Spielregel 3: In der Mitte beginnen

Beginnen Sie in der Mitte des Papiers! Von hier aus können Sie strahlend ohne jegliche Begrenzungen in alle Richtungen arbeiten.

Spielregel 4: Zentrales Bild & mindestens 3 Farben

Schreiben Sie in die Mitte Ihr zentrales Anliegen und fügen Sie ein (selbstgemaltes) Bild hinzu. Nutzen Sie für die MindMap mindestens 3 Farben.

Spielregel 5: Äste (Gedankenebenen) hinzufügen

Ausgehend von dem zentralen Thema fügen Sie weitere Gedankenebenen (Äste) hinzu, die Sie mit Schlüsselworten versehen. Die Äste sollten organisch nach außen dünner werden.

„Phantasie ist wichtiger als alles Wissen!“ (Albert Einstein)

Spielregel 4: Schlüsselworte

Schreiben Sie über die Äste möglichst jeweils nur ein Schlüsselwort, maximal 2. Das reduziert die Information auf das Wesentliche.

Spielregel 5: GROSZBUCHSTABEN und Blocksatz

Schreiben Sie in der ersten und

zweiten Gedankenebene in Großbuchstaben und Blocksatz. Dies ermöglicht dem Gehirn, Inhalte leichter zu „fotografieren“. Die Folge ist rascheres Lesen und leichteres Erinnern.

Spielregel 6: Jeder Hauptast eine andere Farbe
Weisen Sie jedem Hauptast eine eigene Farbe zu. So sind diese klarer unterscheidbar und lösen eine Kette weiterer, aus Ihnen entstehender, Assoziationen aus.

Spielregel 7: 2. Gedankenebenen (Äste) zufügen
Fügen Sie immer weitere Gedankenebenen hinzu. So arbeiten Sie sich vom Abstrakten zum Konkreten vor. Eine solche Arbeitsweise ermöglicht, alle von Ihnen produzierten Gedanken aufzufangen und in Beziehung zu setzen.

Spielregel 9: Dreidimensionalität
Üben Sie sich in Dreidimensionalität. Das macht Ihre MindMap noch plastischer und überschaubarer. Zudem können wichtige Begriffe dadurch besonders deutlich hervorgehoben werden.

Spielregel 10: Farbige Umrahmung
Zueinander in Beziehung stehende Hauptäste können Sie umrahmen oder mit einem farbigen Hintergrund versehen. So entsteht mehr Klarheit und Struktur.

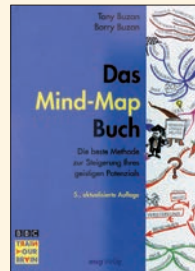
Spielregel 11: Farbiger machen & Bilder zufügen
Gestalten Sie Ihre MindMap mit mehr Farben und fügen Sie selbst gemalte Bilder hinzu. Ihr Gehirn verknüpft diese miteinander und erinnert sich zusätzlich visuell.

Spielregel 12: Humorvolle Gestaltung
Je humorvoller und abwechslungsreicher Ihre MindMap gestaltet ist, umso mehr erinnern Sie sich daran.

Im letzten Teil stelle ich Ihnen das laterale Denken nach Edward de Bono sowie eine weitere Kreativitätstechnik vor.

Kostenloser Vortrag mit Peter Jaruschewski am 30.Mai um 20.00 Uhr im Rosenhaus, Weskampstraße 28, 26121 OL. Bitte anmelden! Fortl. Gruppe 14-tägig montags ab 06.06.11 von 19.30-21.30 Uhr. Tagesseminar am 04.06.11. Infos/Anmeldung: greenhat® - Peter Jaruschewski, Lagerstr.62, 26125 Oldenburg, Tel.: 0441/9729996, Fax: 9736161. www.greenhat.eu, post@greenhat.eu

BUCHEMPFEHLUNGEN



Das Mind-Map-Buch

Tony Buzan
mvg Verlag, geb., 319 Seiten, 24,90 €

Es gibt preiswertere Bücher über MindMapping. Dieses Buch jedoch ist ein kleiner Schatz: Tony Buzan erläutert ausführlich und mit vielen Abbildungen Prinzipien und Anwendungsmöglichkeiten des MindMapping auf eine leicht verständliche und sehr gehirnfreundliche Weise.



Kreativitätstechniken

Jiti Scherer
Gabal Verlag, geb., 136 Seiten, 19,90 €

Dieses Buch enthält eine Reihe verschiedener Kreativitätstechniken, die in 10 verschiedene Bereiche kreativen Schaffens unterteilt sind: Analysieren, Formulieren, Aktivieren, Produzieren, Differenzieren, Auswählen, Bearbeiten, Bewerten, Dokumentieren, Priorisieren und Umsetzen. Insgesamt eine sehr gute Übersicht.

Bestellungen über:
www.buchhandlung-plaggenborg.de

Autorin: Maria Theresia de Jong

Die Lebensmelodie voller Freude verkörpern



Es passiert den Besten und Erfolgreichsten. Eine plötzliche Sinnkrise - meist in der Lebensmitte - wirft Fragen auf wie: War das jetzt schon alles? Sollte da nicht noch mehr sein? Aber was dieses „mehr“ sein könnte, das ist etwas, was sich nicht so schnell erschließt. Auslöser dieses schleichen- den Unwohlseins gibt es viele: Beziehungsprobleme oder Trennungen, Karriereknick oder Stagnation, Krankheiten, Tod einer geliebten Person. Manchmal kann es aber auch sein, dass objektiv betrachtet alles seinen gewohn- ten Gang läuft und keine Krise greifbare Gründe für den Frust liefert, der sich jedoch - erst leise, dann immer lauter - im Kopf festgesetzt hat. Was fehlt im Leben? Was gibt dem Ganzen einen Sinn? Weshalb und wofür rackere ich mich im Job überhaupt noch ab? Das Glück ist in diesen Momenten irgendwo anders, nur nicht im

eigenen Leben.

Dies kann aber auch der Mo- ment sein, an dem erste Er- innerungen wach werden an alte - leider unerfüllt geblie- bene - Kinder- und Jugend- träume. Lebensträume geben wertvolle Hinweise auf das Fehlende, aber auch das Mög- liche und Sinnvolle. Vielleicht waren wir schon einmal nahe dran, haben uns dann aber an einer Weggabelung für eine andere Richtung entschieden. Aber Weggabelungen gibt es immer wieder. Und so gibt es auch immer wieder die Mög- lichkeit einer Kurskorrektur.

Vielleicht ist jetzt der Zeitpunkt gekommen, an dem etwas real werden kann, was in der Ver- gangenheit eben nicht mög- lich war. Oft hält die Angst zu scheitern Menschen davon ab, das zu tun, was sie eigentlich gerne tun würden. Ängste ge- hören zu unserem Leben, aber sie müssen uns nicht lähmen, sondern können uns auch vie-

les beibringen. Und dann kön- nen wir uns weiter entwickeln: seelisch, geistig, sozial und spi- rituell. In der Bereitschaft zur Veränderung sind dann auch Grenzüberschreitungen mög- lich, sich von Gewohntem zu lösen, um etwas gänzlich Neu- es wagen zu können, um zu finden, was das zutiefst unsri- ge ist.

Wie aber finden Menschen ih- ren ganz individuellen Lebens- sinn, ihre Lebensaufgabe, ja ihre Lebensvision? Obwohl ge- rade die Auseinandersetzung mit dieser Frage geradezu im- manent lebenswichtig ist, wird sie gerade in jungen Jahren, wo sich die Weichen fürs Le- ben bahnen, kaum gestellt. Der Schritt in die Erwachsenenwelt wird heute kaum bewusst ge- gangen. Irgendwie schliddern die meisten nach der Schule - in der leider Fragen nach dem Lebenssinn nicht gestellt wer- den - mehr oder weniger zu- fällig in eine berufliche Lauf- bahn, in der dann wieder andere Dinge wichtiger sind, als dem Ruf der Seele zu fol- gen. Die Seelenkräfte - unge- nutzt und unerkant - ziehen sich immer weiter zurück, ver- kümmern schließlich. Damit wird der Zugang zu den eige- nen inneren Potenzialen im- mer schwieriger. Dennoch: die Tür zum inneren Schatz, der in jedem Menschen schlummert, mag verrostet sein, die Klinke mit einer dicken Staubschicht bedeckt, aber das Schloss wartet nur auf den passenden

Schlüssel. „Es ist unsere persönliche Bestimmung, durch unsere Handlungen selbst zu diesem Schatz zu **werden**. Dass wir so selten heilige Arbeit finden, stellt die Wurzel des Leids und der Verzweiflung in der westlichen Kultur dar,“ meint der U.S. amerikanische Tiefenpsychologe Bill Plotkin, der seit über 20 Jahren Menschen in der freien Natur als Visionssuche-Mentor auf ihren Wegen zum Lebenssinn begleitet.

Lebensträume wollen gelebt werden, nur fehlt im Alltag oft die Zeit sich über ursprüngliche Sehnsüchte und Wünsche klar zu werden. Ein Wochenendseminar in Oberlethe bietet die Möglichkeit auf den Pfaden der Visionen zu wandeln und die ureigenen, noch ungehobenen Schätze im Innern zu finden und zu heben und die eigene Vision wieder zu entdecken. Mit Labyrinthbegehung, Bake your Life, Biografiearbeit, Visionwalk, Qi Gong aber auch der Begegnung mit der Natur und den Liedern unserer Seele wird eine Reise unternommen, die auf der Vergangenheit aufbaut und in die Zukunft führt.

Der Veranstaltungsort - ein alter mit Reet gedeckter alter Gutshof südlich von Oldenburg mit See mitten in der freien Natur - ein echter Seelenplatz - tut das seine. Gerade in der Natur können Menschen ihrer Sehnsucht nach Verbundenheit und der Leichtigkeit des Seins nachgehen. Dort, fernab von Hektik, Lärm und Ablenkung, kann sich die Seele wieder zu Wort melden und möchte gehört werden. Ihre Verbündeten sind vielfältig: Bäume, Wälder, Flüsse, Seen, Wellen, Meer, Steine, Landschaftsformen, Pflanzen, Insekten, Vögel. Überall können Menschen Seelen Spuren entdecken - wenn sie anfangen hinzuspüren, sich öffnen für den Zauber, den Mutter Erde (noch immer) so großzügig verteilt. Haben wir die Botschaften unserer Seele vernommen, ist es als öffne sich ihre Tür in einer wunderbaren Melodie. Die Melodie unserer Seele fließt durch uns hindurch und kann sogar andere Menschen erreichen. Der Theologe Frederick Buechner meint: „Wir finden unseren Ruf dort, wo sich unser tiefstes Glück und der

Hunger der Welt begegnen.“ Vielleicht ist es tatsächlich so: Indem wir großzügig von uns und unseren Gaben geben, erfüllen wir unsere Lebensaufgabe und werden glücklich, zufrieden und ein Stück weiter ganz und heil.

Ein Seminar mit der Autorin Theresia Maria de Jong zum Thema „Lebensvisionen: Den Alltag transformieren“ findet statt vom 20.5. - 22.5.11 sowie am 7.10. - 9.10.11 im Hof Oberlethe. Weitere Informationen und Anmeldung: www.theresia-dejong.de, oder: info@theresia-dejong.de



Diana Richardson
MAKING LOVE – Live-Vortrag
 Was sie schon immer über Sex wissen *sollten*
 DVD, ca. 60 Min. dtsch/ engl. € 19,80
 ISBN 978-3-942502-04-7

Diese DVD ist ein Muss für alle Leser von Diana Richardsons Büchern, um einen lebendigen Eindruck über sie und ihre Arbeit zu bekommen.

innenwelt verlag

Sampoorna – Die Fülle des Yoga

Landauf und landab ist Yoga mittlerweile ein bekannter Begriff. Viele Menschen haben Yoga bereits ausprobiert und praktizieren es regelmäßig in verschiedenen Formen, wie z.B. Hatha Yoga, Ashtanga Yoga, Sivananda Yoga, Kundalini Yoga, Hormon Yoga, Lach Yoga, um nur einige zu nennen.

Vorzugsweise suchen sie im Yoga einen Ausgleich zum täglichen Leben. Sich selbst wieder in seiner Kraft spüren, Konzentration und nach innen gerichtete Aufmerksamkeit sind von hohem Wert, um unserem rasanten Alltag immer wieder neu mit Freude und Gelassenheit zu begegnen.

Das Wort Sampoorna kommt aus dem Sanskrit und bedeutet die Fülle. Sampoorna Yoga beschreibt demnach ein integratives Yoga, das die verschiedenen Strömungen des Yoga miteinander verbindet. Die sechs großen Ströme des Yoga, die schlussendlich in einen Ozean fließen, sind Hatha Yoga - Bhakti Yoga - Jnana Yoga - Karma Yoga - Raja Yoga und Nada Yoga. Je nach Persönlichkeit sucht sich jeder intuitiv das Yoga heraus, welches ihm am besten zusagt.

Wenn wir von Yoga sprechen, meinen wir meistens Hatha Yoga. Hatha bedeutet die Einheit von Ha = Sonne und Tha = Mond. Eine ähnliche Verbindung zweier Pole finden wir im chinesischen Symbol von Yin und Yang.

Shri Yogi Hari, ein anerkannter Yoga-Meister unserer heutigen Zeit, übersetzt Hatha Yoga als: „Die Wahrnehmung der eigenen Göttlichkeit“.

Damit verlassen wir scheinbar die landläufige Bedeutung von Yoga als eine körperliche Disziplin und fügen einen entscheidenden Aspekt hinzu: Yoga als eine geistig spirituelle Disziplin. Aber was bedeutet die Wahrnehmung der eigenen Göttlichkeit?

Sie berührt in uns eine Ebene, auf der wir uns nicht nur als Etikette sehen, als Mann oder Frau, Vater oder Mutter, Lehrer oder Schüler, Deutscher oder Ausländer, sondern als Menschen dieses Planeten erleben. Wir fühlen uns weiterhin ein-



zigartig z.B. als ein berufstätiger Mann und Vater doch gleichzeitig auch als Teil des großen Universums. Wir erweitern unser Bewusstsein, fühlen uns mehr im Einklang mit uns selbst, mit unseren Mitmenschen und der ganzen Natur. Wir erfahren Hatha, die Einheit entgegengesetzter Pole. Dabei ist der Körper nicht mehr, aber auch nicht weniger als ein geniales Vehikel, mit dem wir diese Welt bereisen und erfahren. Wir sind wandelnde Tempel Gottes.

Und diesen physischen Körper stärken und reinigen wir, wenn wir regelmäßig ein integratives Yoga praktizieren. Gleichzeitig verfeinern wir, auf einer energetischen Ebene, die Wahrnehmung unseres Geistes. Wir entwickeln uns automatisch vom grobstofflichen Körper, welchen wir sehen und anfassen können, hin zur feinstofflichen Quelle unseres Seins (Seele, Atman). Im Alltag kann dies bedeuten, dass wir es bevorzugen, frisches und nahrhaftes Essen zu uns zu nehmen, dass wir nicht mehr in bestimmte Denkmuster verfallen und lieber das Leben ge-

nießen, wo es uns und anderen gut tut. Betrachten wir Yoga unter diesem Aspekt, ist es eine geistig, spirituelle Disziplin, die uns dort abholt, wo wir stehen, um uns Schritt für Schritt, ohne moralische Erziehung, sondern mit Humor und Leichtigkeit, zu einer ganzheitlicheren Wahrnehmung, sprich zur eigenen Göttlichkeit, führt.

Und das Besondere ist: wir sind schon ganzheitlich, vollständig und wissend. Wir brauchen nichts hinzuzufügen. Wir sind alle „Kinder Gottes“ und somit göttlich. All unser Bemühen, unsere körperlich, geistigen Disziplinen zielen darauf ab, uns daran zu erinnern, uns dessen bewusst zu werden und darin fester zu verankern.

Wer bin ich? Woher komme ich? Woher kommt diese Welt? Was ist der Sinn meines Lebens? Wohin gehe ich? Diese existentiellen Fragen wurden und werden stets von den großen Religionen und Philosophien aufgeworfen. Die Antworten darauf erfahren wir nicht von „Mr. Google“, sondern eher in den Veden, der Bibel, dem Koran, der Thora u.a. und in der Stille unseres Seins, der Meditation.

„Yogas citta vritti nirodha“ ist eines der bekanntesten Yoga Verse von Pantanjali. Es bedeutet: „Yoga ist das zur Ruhe bringen der Gedanken des Geistes“. Wenn wir jedoch in die Stille eintauchen, merken wir deutlich, wie turbulent unsere Gedanken kreisen. Unser Geist zerstreut sich in Windeseile in alle Himmelsrichtungen. Meistens ziehen die Gedanken in die Vergangenheit oder Zukunft, es fällt uns schwer, im Hier und Jetzt zu sein und ganz den Moment

wahrzunehmen.

Unsere fünf Sinne sind die Antennen des Geistes zur Außenwelt. Es sind wunderbare und lebenswichtige Instrumente, mit denen wir uns und unsere Welt wahrnehmen. Doch sie reichen nicht aus, um feinere Schichten unseres Seins zu erspüren.

Erst wenn wir lernen, unseren Geist von der Außenwelt zurückzuziehen, die Augen regelmäßig zu schließen, unsere Atmung zu beobachten und in tiefe Stille zu versinken, erfahren wir Shantih, den inneren Frieden. Anfangs mag es uns schwer fallen, wir empfinden es gar als unmöglich, die Augen zu schließen und an nichts zu denken. Doch ähnlich wie wir uns zu Beginn eines Kurses nicht vorstellen können, je einen Kopfstand zu machen, lernen wir beim Yoga mutig und vertrauensvoll die ersten Schritte in Richtung Shantih. Und allein dieser Versuch hilft uns, unseren Geist anwesend zu halten. Wir nehmen jeden Moment der Atmung, der Bewegung und des Gleichgewichts bewusst wahr. Das fordert unsere ganze Konzentration, um im „Hier und Jetzt“ zu sein. Und so zentrieren wir die Gedanken des Geistes und erfahren „Hatha“, die Einheit in uns selbst, die Einheit mit dem Göttlichen in uns.

Sampoorna – Yoga der Fülle: Tag der offenen Tür im Sampoorna Yogazentrum, Zeughausstr.72, 26121 Oldenburg: 30.04. & 01.05.2011. Neue Kurse für Anfänger ab 02.05.2011. Weitere Info: www.sampoorna-yoga-oldenburg.de



www.theresia-dejong.de

SEMINARE 2011

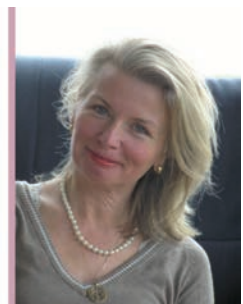
4. 5. - 8. 5. | Die Göttin in Dir

20. 5. - 22. 5. | LebensVisionen

25. 5. - 29. 5. | Seelenlieder

10. 6. - 12. 6. | Seelenplätze

2. 9. - 4. 9. | Innere Helfer treffen



The Reconnection®

Heilung durch Rückverbindung

Reconnective Healing® und The Reconnection® (die Rückverbindung). Jede der beiden Behandlungsmethoden „Reconnective Healing®“ und „The Reconnection®“ ist meistens eine lebensverändernde Erfahrung und gehört sicherlich zu den bedeutendsten Heilungsansätzen in unserer Zeit. Sie steht auf diesem Planeten erstmalig zur Verfügung und ist ein neues Frequenzband von Licht- und Informationsenergien.

Diese neue Heilmethode gab inzwischen weltweit Anlass zu Berichten über noch nie dagewesene Erfolge bei der Heilung von schweren Erkrankungen. Als Doktor der Chiropraktik führte Eric Pearl 12 Jahre lang eine äußerst erfolgreiche Praxis in Los Angeles, bis seine Patienten eines Tages anfangen zu berichten, dass sie seine Hände auf ihren Körpern spürten, obwohl er sie nicht eigenhändig berührt hatte. Bald darauf folgten Berichte über wunderbare Heilungen von Krebsleiden, AIDS-verwandten Erkrankungen, Epilepsien, chronischem Ermüdungssyndrom, Gelenkentzündungen, cerebralen Lähmungen, angeborenen Missbildungen und Erkrankungen sowie weiteren ernsthaften Beschwerden. All dies geschah – und geschieht noch heute – als Eric Pearl schlicht seine Hände in die Nähe seiner Patienten hielt.

Die Heilungen seiner Patienten wurden bis heute in sechs verschiedenen Büchern dokumentiert, darunter Eric Pearls internationaler Bestseller: „The Reconnection: Heile andere, Heile dich selber“, der mittlerweile in über 36 Sprachen übersetzt wurde. Nebst seinen weltweiten Auftritten in unzähligen Fernsehsendungen wurde er unter anderem eingeladen, an den Vereinten Nationen eine Rede zu halten. Eric Pearl und Reconnective Healing® stossen weltweit auf grosses Interesse bei führenden Ärzten und medizinischen Forschern in Krankenhäusern und Universitäten. Zurzeit laufen an mehreren Fakultäten



neue Forschungsprojekte unter der Leitung bekannter Forschungswissenschaftler wie Gary Schwartz, PhD., William Tiller, PhD., Konstantin Korotkov, PhD. und weiteren. Die reale Existenz dieser Frequenzen wurde sowohl durch praktisches Anwenden wie auch mittels Laboruntersuchungen deutlich gemacht.

Eric Pearl reist jährlich um den gesamten Globus, um das Licht und die Information des Reconnective Healing® auf unserem Planeten zu verbreiten. In Seminaren unterrichtet er die Aktivierung und Anwendung dieses neuen, all umfassenden Spektrums von Heilfrequenzen, welches es ermöglicht, „Energieheilung“ und „Techniken“ zum allerersten Mal vollständig zu transzendieren, um eine bislang nicht vorhandene Stufe der Heilung zu erfahren! Bis jetzt hat er mehr als 60'000 Reconnective Healing® Practitioners in mehr als 70 Ländern ausgebildet, was eine weltweite, spontane Generation von Heilern hervorbrachte.

Dr. Eric Pearl unterscheidet zwei Behandlungsmethoden „Reconnective Healing®“ und „The Reconnection®“. Reconnective Healing® - hiermit bietet sich zum ersten Mal die Möglichkeit, Zugang zu einem neuen, umfassenderen Spektrum der Heilung zu erhalten, das uns bisher nicht zur Verfügung stand. Es schließt nicht nur alle bekannten Formen der „Energieheilung“ mit ein, sondern geht weit über sie hinaus. Das Spektrum von Reconnective Healing® setzt sich aus dem gesamten Heil- und Evolutionskontinuum von Energie, Licht und Informationen zusammen. Es können Heilungen ermöglicht werden, die sich nicht nur auf Körper, Geist oder Seele auswirken, sondern die Evolution unseres eigenen Seins mit einbeziehen! Die Interaktion mit diesen deutlich spürbaren Energien beginnt während der Sitzung und bewirkt eine körperliche, mentale, emotionale und spirituelle Ausgeglichenheit – eine Balance -, welche lange über diese Behandlung hinaus anhält und dadurch Heilung ermöglicht. Reconnective Healing® eignet sich für Erwachsene und Kinder. Als Reconnective Healing® Practitioner behandeln wir aber weder irgendwelche Symptome noch versuchen wir spezifische Probleme zu ergründen oder zu diagnostizieren. Viel mehr geht es um die ganzheitliche Heilung der Person. In der Regel sind nicht mehr als maxi-

mal drei Behandlungstermine mit Reconnective Healing® notwendig.

The Reconnection® (Die Rückverbindung) - Ursprünglich waren die Meridianlinien unseres Körpers, manchmal auch Akupunkturlinien genannt, mit den energetischen Rasterlinien um unseren Planeten verbunden. Diese Gitterlinien waren so angelegt, weit über uns selbst hinauszureichen und uns an ein unendlich viel größeres energetisches Gitternetz anzuschließen, das uns mit dem gesamten Universum verbindet. Mit der Zeit wurden wir von diesen Linien abgetrennt. The Reconnection® integriert „neue“ axiatonale Linien, die uns ermöglichen, einzigartig hohe Schwingungsfrequenzen für Heilzwecke und für die beschleunigte Entwicklung auf unserem eigenen Lebenspfad zu erzeugen. The Reconnection® integriert und aktiviert diese neuen Linien, wodurch der Austausch von Energie, Licht und Informationen, die Rückverbindung der DNA-Stränge sowie die Reintegration von „Strings“ (gleichzeitig auftretenden - oder parallelen - Existenzebenen) ermöglicht wird.

Die Absicht von The Reconnection® liegt in der Wiederherstellung unserer ursprünglichen Verbindung mit der Vollkommenheit des Universums. Dies geschieht mittels einer aus zwei Sitzungen bestehenden Erfahrung, die norma-

Halbjahresgruppe

*Glück ist ...
meine eigene Schöpfung!*

ab **Montag 9. Mai, 18 - 21 Uhr**

Infos/Prospekt bei:



Eva-Maria Wunderlich: 0441-361 933 00
www.eva-wunderlich.net

Antje Jaruschewski: 0441-9 73 61 94
www.praxis-jaruschewski.de

mehr Infos siehe Artikel im Heft

**Kunst
Handwerk
Design**



nikolaimarkt 8
oldenburg

11. + 12. Juni 2011
Sa.-So. 11-18 Uhr
Nikolaiviertel
Kleine Kirchenstraße
Bergstraße
www.nikolai-markt.de

lerweise als das „Erlangen deiner persönlichen Rückverbindung“ umschrieben wird. Diese Behandlung wird nur einmalig im Leben eines jeden Menschen gegeben. Obwohl die beiden Prozesse in sich nicht vollständig separat sind, müssen Reconnective Healing® und The Reconnection® getrennt voneinander erlebt werden, damit sich die individuellen Wirkungen beider vollständig entfalten können.

Ein Phänomen, von dem Dr. Eric Pearls Klienten berichtet haben und das man auch persönlich bei der eigenen Reconnection-Sitzung erleben kann, ist die Wahrnehmung, dass nicht nur der Practitioner (Behandler) allein anwesend ist, der als Kanal für die Reconnection-Frequenzen wirkt und ohne Körperkontakt arbeitet. In gewisser Weise öffnet sich bei dieser Behandlung ein energetischer Raum, in dem man spüren kann, wie man trotzdem körperlich berührt wird. Es können Klänge, Farben, Gerüche oder ein feiner Lufthauch auftauchen. Manche Klienten berichten auch von Erlebnissen mit Engeln oder anderen Lichtwesen. Hinweis: Obwohl es keine Voraussetzung ist, werden vor der Reconnection® eine bis drei Reconnective Healing®-Sitzungen empfohlen.

Die Arbeit mit den Reconnection®-Frequenzen ist eine vereinfachte und beschleunigte Heilarbeit in unserer heutigen Zeit, bei der keine langjährige Ausbildung absolviert werden muss. Je weniger der Practitioner letztendlich Kenntnis von den Beschwerden des Klienten hat, desto besser, denn der Practitioner wirkt nur

als Frequenzkanal. Harmonisierung und Selbstheilung können spontan, aber auch nach einiger Zeit erfolgen. Meist sind diese Harmonisierungen von Dauer und ermöglichen es dem Menschen, eine neue Entwicklungsstufe auf der Evolutionsleiter seiner Seele zu beschreiben. Jeder kann diese Frequenzen empfangen und gerade bei Skeptikern ist die Wirkung oft noch deutlicher. Der Mensch hat seit jeher den tiefen Wunsch, sich erneut mit „der Quelle“ zu verbinden. Auf dieser Suche bauen unzählige Traditionssysteme und spirituelle Praktiken auf. Menschen, die die Reconnection®-Arbeit erlebt haben, beschreiben immer wieder eine Art großer Freude oder Erleichterung, dass sie „angekommen“ sind oder sich „vollständiger“ fühlen und dadurch mehr Kraft und Energie haben, um die Alltagsgeschehnisse oder auch körperliche, geistige oder seelische Herausforderungen besser zu meistern.

Reconnection® ist etwas, für das man seine Wahl trifft. Ihr Practitioner öffnet Ihnen lediglich die Tür. Wenn Sie den Mut mitbringen durch diese Tür zu gehen, dann sind Sie bereit Ihr bisheriges Leben zu verändern um Ihre wahre Größe leben zu wollen. Bitte beachten Sie, weder von Eric Pearl noch von uns als ausgebildete Practitioner erfolgen in Verbindung mit The Reconnection® und Reconnective Healing® Versprechungen, Garantien, Zusicherungen und/oder Gewährleistungen in Bezug auf medizinische Diagnosen und/oder medizinische Behandlungen. Es erfolgt von diesen Seiten weder eine Diagnose noch eine Behandlung spezifischer gesundheitlicher Probleme.

Bitte beachten Sie, dass Sie immer in vollem Umfang für Ihre eigene medizinische Versorgung verantwortlich sind.

Praxis für Energetisches & Geistiges Heilen

Rolf Kuhlmann Heiler (DGH)

Reconnective Healing®

Weshorn 37, 26655 Westerstede

Telefon 04488-764 093

E-Mail: info@rolf-kuhlmann.de

Web: www.rolf-kuhlmann.de



Heilen in seiner ursprünglichsten Form

Mechthild Hesse-Herr, Reconnective Healing® Practitioner und The Reconnection® Practitioner (ausgebildet bei Dr. Eric Pearl). Entwicklungswege, Peterstr. 7, 26160 Bad Zwischenahn, Tel. 04403-8107372, www.entwicklungswege.com

Vortrag mit Robert Betz:

Wie Frauen und Männer zu sich selbst und zueinander finden

Über Partnerschaft, Liebe, Sexualität & Treue



Die Beziehung zwischen Mann und Frau ist bei vielen eine „tote“ Beziehung, weil sie nicht auf Liebe basiert. Frauen und Männer haben sich arrangiert, angepasst, verbogen und ihr Herz verraten. Aus der Verstrickung mit Müttern und Vätern und dem Hunger und der Verletzung des inneren Kindes heraus glaubten sie, den anderen zu brauchen und endeten im gegenseitigen Missbrauch, Langlei- und Nicht-Würdigung.

Die Frau-Mann Beziehung steht jetzt im Zentrum der Transformation auf Mutter Erde. Immer mehr Frauen und Männer folgen dem Ruf ihres Herzens und beenden das würdelose und verletzende Spiel, das sie schon bei ihren Eltern sahen. Sie entscheiden sich für Wahrhaftigkeit, Selbstwertschätzung und für einen würdigenden Abstand zum anderen. Die zur Zeit stark ansteigende Trennung vieler Paare lässt auf eine neue Ära der Frau-Mann-Beziehung im neuen Zeitalter der Liebe hoffen, auf das wir jetzt zusteuern.

Vortrag mit Robert Betz am 28. Juni 2011 im PFL-Kulturzentrum, Peterstraße 3, 26121 Oldenburg.

Biodanza Summer Celebration:

„Let the sunshine in!“

2. bis 5. Juni 2011 im Seminarhof Oberlethe

Beflügelt hat sie die Liebe, Leidenschaft und der Ausdruck im Tanz während der Alegria Biodanza Festivals im Wendland und bei Frankfurt. Für die Oldenburger Absolventen der Biodanza Schule Hamburg ist jetzt der Augenblick gekommen, zusammen mit ihrer Lehrerin, Cristina Arrieta, die erste Summer Celebration zu veranstalten.

„Es wird eine groovige Feier, bei der Du Dein Leben und Deinen Körper lieben wirst. Fühle dich umarmt im Tanz, spüre deine Verbindung mit den kosmischen Energien. Bringe Dein Licht zum Strahlen.“ Leichte poetisch geführte Tanzsequenzen schmelzen in der Gegenwart zusammen. Ge-

fühle, Empfindungen und Emotionen drücken sich in einem intuitiven Flow aus. Nimm deinen Körper wahr und folge seiner Intuition. Biodanza ist ein transformierendes Erlebnis, das keine vorherige Tanzerfahrung benötigt, nur die Sehnsucht sich in einer Gemeinschaft mit Liebe und Leben zu bewegen und zu begegnen.

Diese Feier möchte alle ansprechen, die es lieben zu tanzen. Menschen, die sich im Tanzen verbinden möchten. Mit sich und der ihrer Lebensfreude, mit der Gruppe und dem großen Ganzen. Spielerisch werden so die Menschen ermutigt. Last uns die Verbindungen finden, nach der wir uns alle sehnen.

Wir tanzen von der Apathie zur Inspiration hinein in Aktion – mögen unsere gemeinsamen Träume und lebenswichtigen Sehnsüchte von einer kulturellen Erneuerung weitergehen und uns mit unserem Herzen verweben und handeln im Dienen für Frieden.

„Let the sunshine in“ – Biodanza Summer Celebration im Hof Oberlethe, Wardenburger Str.24, 26203 Wardenburg: 2.-5.6.2011.



Philipp Rafferty in Oldenburg

Vortrag und Demonstration am 06./07. Juli

Oldenburg wird häufig als „kinesiologische Hochburg Norddeutschlands“ bezeichnet. Dies liegt unter anderem daran, dass es mehrere kinesiologische Ausbilder gibt. Die beiden großen Schulen bilden jedes Jahr Kinesiologen nebenberuflich aus, die dann in eigener Praxis tätig sind. Andere Institute bieten spezielle kinesiologische Methoden an. Das weltweit größte kinesiologische Institut liegt in Kirchzarten bei Freiburg. Dort kommen die besten Kinesiologen der Welt hin, um ihre Kurse, teilweise als weltweite Premiere im deutschsprachigen Raum anzubieten.

seminarkalender

Dort konnte ich die Kurse von Philip Rafferty kennen lernen, der oft schmunzelnd als „der schnellste Kinesiologe der Welt“ bezeichnet wird. Da diese Methode für mich einen großen Teil meiner Praxistätigkeit darstellt, hatte ich den Wunsch, diese Methode den Oldenburger Bürgerinnen und Bürgern vorzustellen.

Am 6.07.2011 wird Philip Rafferty in der Zeit von 19 - 22 Uhr sein Können im PFL-Kulturzentrum der Stadt Oldenburg der Öffentlichkeit vorstellen. Er wird die von ihm entwickelte Kinergetics Methode zeigen, die ausschließlich mit energetischen Korrekturformen arbeitet.

Dieser Termin ist für Menschen mit unklaren Körperbeschwerden gedacht, die mit den konventionellen Methoden nicht weiter gekommen sind. Wir suchen Probanden, die sich auf eine andere Möglichkeit der Körperarbeit, „der Kinesiologie“ einlassen möchten.

Gemeint sind Menschen mit unklarem Stress, Überempfindlichkeiten, unklaren Kiefergelenksbeschwerden, übermäßig angespannten (hypertonen) Muskeln, unklaren Schmerzen.

Dieser Abend ist außerdem für Kinesiologen gedacht, die eine andere Form der kinesiologischen Arbeit kennen lernen möchten.

Anmeldungen/Info bei Josef Stotten unter: 04407-716387.



Domo Geshe Rinpoche in Oberlethe Wochenendseminar vom 10.-12. Juni

Domo Geshe Rinpoche ist ein reinkarnierter Lama aus der Geluk Tradition des tibetischen Mahayana Buddhismus. Sie lebt in den USA und leitet das White Conch Dharma Center in Wisconsin. Rinpoche lehrt den 'freudvollen Weg' bezogen auf unsere heutige Zeit mit großer Wärme und Humor. Sie



hilft uns, Hindernisse wie Stress, Ärger und Sorgen zu überwinden und in unser höchstes Potential umzuwandeln. Rinpoche lehrt spirituelle Wahrheiten, die nicht an die Begrenzungen von Zeit, Kultur und Raum gebunden sind.

Auf diese Weise begreifen wir die wahre Natur von Mitgefühl und gegenseitiger Verständigung. Mit ihrer Meditationspraxis des grünen Lichts der Weisheit bietet sie uns einen authentischen stufenweisen Weg zu innerer Freiheit. Vom 10. bis 12.6.2011 bietet Domo Geshe Rinpoche im Hof Oberlethe in Wardenburg ein Wochenendseminar mit dem Thema Veränderung an, das unterstützend von Meditations-Einweihungen des tibetischen Buddhismus begleitet sein wird. Thematisiert werden z. B. die Fragen, wie im täglichen Leben mit Veränderung umgegangen werden kann, wie wir Anderen im beruflichen und privaten Kontext helfen können, mit Ärger und Stress umzugehen und wie der eigene Geist eingesetzt werden kann, um Weisheit, Gesundheit und inneres Gleichgewicht zu erlangen. Da Domo Geshe Rinpoche erst seit 2009 in Deutschland lehrt, besteht die Möglichkeit, sie sehr nah und in kleinerem Kreis zu erleben.

Infos: Stefan Buff 0441-5099289, dawanaria@web.de. Mehr Infos über Domo Geshe Rinpoche unter: www.white-conch.org

Auraheilungs-Seminar

14.5. in Oldenburg mit Ralf Marien-Engelbarts

Dieser Tag bringt Sie dem Phänomen der Aura in vielerlei Hinsicht näher:

Nach dem 1. Aurafoto lernen Sie, wie Sie die Aura auf einfache Art bei anderen Menschen manuell behandeln können. Gestaute Energien in der Aura lassen sich durch direkte Bewegungen der Hände im Aurafeld harmonisieren. Wir lernen, wie man die Aura zur Erde hin öffnet, wie man belastete Energien aus einzelnen Chakren zieht, streichen die Aura aus, heilen Risse, Löcher und traumatische Erfahrungen. Karmische Muster werden geheilt und belastende Verbindungen können getrennt werden. Diese direkte Art der Behandlung ist für den Klienten sofort spürbar. Es ist erstaunlich, wie leicht auch Anfänger ohne Vorbildung die

Aura selber erspüren können und deren Beschaffenheit wahrnehmen können. Damit wird das Phänomen der Aura für jeden praktisch erfahrbar und greifbar. Die Auswirkungen der Behandlung werden wir direkt mit einem 2. Vergleichsfoto dokumentieren. Die Übungen sind so einfach zu erlernen, dass sie sofort im Alltag angewendet werden können.

Gemeinsam werden die Fotos erklärt, die Bedeutung der Farben wird erläutert, es gibt viel Information über die verschiedenen Aurakörper, über Auraschutz, über Erdung und über die Technik der Aurafotografie.

Dies ist also ein intensiver Tag, um viel über sich selbst und das Phänomen der Aura zu erfahren. Das Wissen über Aura bleibt damit keine Theorie mehr sondern wird konkret fühlbar. Das Seminar findet in kleinen Gruppen bis 8 Personen statt.

Auraheilungs-Seminar am 14.5. in Oldenburg mit Ralf Marien-Engelbarts, Heilpraktiker. Preis: 130,- € incl. 2 Aurafotos . Anmeldung: E-Mail: marien-engelbarts@gmx.net, Tel. 030-89204253; mobil: 0177-4404297 (oder bei Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441-17543 und info@buchhandlung-plaggenborg.de. Ort: Monika Müller, Osterkampsweg 163, Oldenburg. Zeit: 10.00 bis 17.00 Uhr.

Jazzkonzert – Gypsy-Swing The Night of the Jazzguitars

featuring Diknu Schneeberger, Gitarre (Wien), Martin Flindt, Gitarre (Oldenburg) Jörg Seidel, Gitarre (Bremerhaven) Martin Spitzer, Gitarre (Wien)

Joschi Schneeberger, (Wien).

Bei seinen beiden Konzerten im "Wilhelm13" trifft der junge Ausnahme-Gitarrist Diknu Schneeberger auf die beiden renommierten und bekannten Jazzgitaristen Martin Flindt und Jörg Seidel, die beide auf eine 20-jährige Musikerkarriere zurückblicken können und mit den unterschiedlichsten Musikern gearbeitet haben: Ken Norris, Bill Ramsey, Greetje Kauffeld, Biréli Lagrène, Doug Raney, Karl Ratzer, Larry Coryell u.v.m.

Gemeinsam mit dem Trio Diknu Schneebergers werden sie an den genialen Gitarristen und Komponisten Django Reinhardt erinnern und im Stile

des "Gipsy Swing" ihre Gitarrenkunst zum Besten geben. Ein Muss für Gitarrenfreunde und Fans der Musik Django Reinhardts!

Jazzkonzert – Gypsy-Swing – The Night of the Jazzguitars: 3. und 4. April 2011 – jeweils 20 Uhr, Wilhelm13, Wilhelmstraße 13, 26121 Oldenburg Eintritt: € 18.00 / erm. € 15.00. Kartenvorbestellungen bitte per Mail an peter.loeffler@wilhelm13.de. Weitere Infos: www.joschischneeberger.at/diknu.htm, www.flindt-stones.de/mflindt.html, www.joergseidel.de



„Vom Wagnis, das zum Leben führt und wann Sicherheit uns krank macht“

„Man begegnet dem Schicksal auf den Wegen, wo man vor ihm auszuweichen versucht“ (Indisches Sprichwort). Wir Menschen brauchen Halt und Sicherheit, doch wenn wir deshalb die notwendigen Entwicklungswagnisse meiden, wird der volle Geschmack zu leben ausbleiben.

Manche Menschen geraten sogar gerade durch ihre Halt- und Sicherheitssuche paradoxerweise echt in Gefahr. Zumindest wird das Leben schal und eng. Immer wieder Mut zur stimmigen Veränderung zu haben, gibt unserem Leben wache Lebendigkeit, Sinn, und überraschenderweise auch mehr Gesundheit.

Der Vortrag ermutigt, unseren inneren Gegensatz zwischen Wagnis und Rückhalt zur belebenden Synthese zu führen.



Vortrag mit Harald Reinhardt am 13. Mai um 20.00 Uhr (Einlass ab 19.30 Uhr) im PFL-Kulturzentrum, Peterstr.3, Oldenburg. Eintritt: 10,- EUR

Autorin: Stefanie Wahlen

2011: Das Jahr der persönlichen Meisterschaft

Einblicke über dieses Jahr aus numerologischer Sicht

Wie schon in der Ausgabe 2/2010 möchte ich Ihnen auch in diesem Jahr einen Einblick in die Zeitqualität des Jahres aus numerologischer Sicht bieten. Diesem Einblick liegen die Kenntnisse aus der Numerologie, sowie Informationen aus der Akasha-Chronik und die hermetische Sichtweise zugrunde.

Während wir es aus den Jahren 19... gewohnt sind, dass sich alles um unsere persönliche Entwicklung dreht (9 = Wandlung, Möglichkeit, Bewegung, Unruhe,...; 1= Persönlichkeit, Individualität, Erkenntnisse), geht es seit 2000 um das Erwachen jedes einzelnen in göttlichem Bewusstsein (0 = das Unendliche, das „Göttliche“; 2 = Bewusstsein, Urteilskraft). In der Hermetik sagt man nicht „Gott“, sondern „das All“ oder „Alles“: Alles ist im „Alles“ enthalten, es gibt nichts daneben, dahinter, darüber,... Somit ist das Alles unendlich, denn wenn es endlich wäre, müsste es ja an seinem Ende noch etwas anderes geben. „Göttliches“ Bewusstsein beinhaltet demnach, dass wir erkennen, in welcher Fülle wir leben, dass wir uns der großen Ordnung bewusst werden, die allem zugrunde liegt und uns als ein Teil des Alles mit allem verbunden und in dieser Ordnung geborgen fühlen. Alles,



was man in dieser Zeit tut, tut man immer auch im Bewusstsein für das ALLES.

Die Zahl 11 steht für persönliche Erkenntnisse, Selbsterkenntnis. Schon 2010 ging es um Selbstverwirklichung. Die 11 ist eine Meisterzahl: Es geht nun darum, das, was uns - unsere Persönlichkeit - ausmacht, zur Meisterschaft zu bringen. So wie ein Bäcker nichts dem Zufall überlässt und ganz bewusst bestimmte Zutaten benutzt - nämlich die besten, um das von ihm gewünschte Ergebnis zu erlangen - und immer weiß, was in welcher Weise zu tun ist, so gut, dass er dieses Wissen sogar an andere weitergeben kann, sollten wir nun Meister über uns selbst werden, d.h.: ganz bewusst unsere Persönlichkeit zum Ausdruck bringen, wissen, wer wir sind, was uns gut

tut und uns glücklich macht! Grundlage einer jeden individuellen Meisterschaft ist aber - 20... - immer die Nächstenliebe, das Bewusstsein der Allverbundenheit.

Auf dem Weg zu unserer persönlichen Meisterschaft werden wir unterstützt durch Zeichen, Hinweise auf unserem Weg, die uns helfen sollen, uns selbst immer besser zu erkennen. Diese Zeichen erhalten wir zum einen in Form von Botschaften (wenn wir z.B. eine berufliche Veränderung überlegen, und just in dieser Zeit bekommen wir ein Fortbildungsprogramm zugeschickt mit entsprechenden Informationen) oder durch unsere Intuition. Wer schon gut bei sich angekommen ist, d.h. wer seine Sehnsüchte kennt und ihnen entsprechend lebt, für den wird dies ein erfülltes, einfa-

ches Jahr. Anderenfalls helfen uns die Zeichen, immer mehr bei uns und dem, was uns ausmacht, anzukommen.

Es geht bei dieser Meisterschaft NICHT um gesellschaftlichen, sondern um persönlichen Erfolg, der sich in dem Maß unserer Zufriedenheit, unseres Glücklichseins ausdrückt. Wann immer uns etwas schwerfällt oder wir uns unwohl fühlen, deutet dies darauf hin, dass wir nicht auf dem richtigen Weg sind. Unsere Werte, unsere Sehnsüchte, alles, was uns innerlich erfüllt, worin wir aufgehen - all diese Dinge weisen uns den Weg.

Die Schwingung des Jahres 2011 begünstigt auch, dass wir leicht erkennen können, wenn Menschen unehrlich sind oder z.B. Motive vorgaukeln, die nicht ihre wirklichen Beweggründe sind. Jede Form von Unehrllichkeit wird ganz offensichtlich: es ist jetzt einfach, das „wahre Gesicht“ zu erkennen, ebenso wie wir selbst niemandem so leicht etwas vormachen können. Wenn wir vielleicht auch schon in den zu-

rückliegenden Jahren „ein komisches Gefühl“ zu jemandem hatten: In diesem Jahr können wir daran nicht mehr vorbeigucken. In solchen Schwingungen entstehen Revolutionen - und davon hat es ja auch schon einige gegeben... Die oben erwähnten Zeichen bekommen wir sowohl im persönlichen Bereich, aber auch global gesehen. So, wie wir jetzt leicht erkennen können, was für uns persönlich wichtig ist, zeigt sich nun auch im Großen ganz deutlich, wo Veränderungen anstehen. Alte Strukturen brechen zusammen, es wird offensichtlich, welche Technologien uns und unserem Planeten (20... = göttliches Bewusstsein) dienlich sind. Wir können auch global diese Zeichen nicht mehr ignorieren. Ein Beispiel dafür sind die jüngsten Ereignisse in Japan.

Ein weiterer Aspekt dieser Katastrophen, von denen es bestimmt in diesem Jahr noch einige geben wird, ist, dass das Mitgefühl und die Hilfsbereitschaft der Menschen geweckt und das Gefühl dafür gestärkt wird, dass wir EINE



bio danza®
alegría festival

MC Arrieta
und das Biodanza Network
Bremen und Oldenburg
very proudly presents

Let the Sunshine in
Biodanza Summer
Celebration
2.-5.6. in Oberlethe

11. Alegria Biodanza
Festival im Wendland
8.-11.9.2011



Biodanza® Schule Hamburg
info@biodanza-festival.de

Energetische und spirituelle Raumgestaltung

Ein praktisches Handbuch zur energetischen Raumgestaltung für alle, die ihr Haus, ihre Wohnung bewusst und ihren wahren Bedürfnissen entsprechend gestalten wollen.

Harald Jordan
Energetische Raumgestaltung
Ein praktisches Handbuch zum spirituellen Planen, Bauen und Wohnen
304 Seiten, mit vielen Zeichnungen
€ 23,90



A T VERLAG
Aarau • München
www.at-verlag.ch

Menschheit auf einem gemeinsamen Planeten sind.

Die Quersumme von 2011 ist die Zahl 4, welche für die Tat, die Realisierung steht. Es geht darum, die neuen Erkenntnisse auch wirklich umzusetzen. Wird diese Schwingung in diesem Jahr nicht gut genutzt, fängt das nächste Jahr mit einem Gefühl des Mangels an.

Dabei geht es auch um das Realisieren der eigenen Spiritualität, um das WAHRnehmen der spirituellen Erfahrungen, das Vertrauen in die eigene Intuition. Der Ausdruck von Körper, Geist und Seele soll in Einklang gebracht werden, in der Form, dass wir fühlen, was unsere inneren Sehnsüchte sind (Seele), uns unserer Gedanken als unserer schöpferischen Kraft bewusst sind (Geist) und diese auch tatsächlich zum Ausdruck bringen (Körper). Wenn wir unsere Sehnsüchte als Botschaften unserer Seele erkennen und als wegweisend für unser Leben annehmen können und wenn wir darauf vertrauen, dass wir all unsere Erkenntnisse immer zum richtigen Zeitpunkt bekommen, fällt es uns leicht, im Fluss mit unserem Leben zu sein und die Zeitschwingung optimal zu nutzen.

In diesem Jahr ist die Energie günstig dafür, Visionen zu schaffen und sie reifen zu lassen - die Visionen davon, wie wir uns unser Leben so gestalten können, dass wir uns selbst in größtem Maße gerecht werden und sagen können: So stelle ich mir mein Leben vor! Ich bin GLÜCKLICH! Zur Verwirklichung dieser Visionen ist die Schwingung im nächsten Jahr günstiger. Je mehr Energie ich jedoch in diesem Jahr in diese Visionen einfließen lasse, desto leichter werden sie sich im nächsten materialisieren lassen. In diesem Sinne wünsche ich allen Lesern viel Phantasie zum Ausmalen großer Visionen. „Jeder Gedanke ist ein Schöpfungsprozess“, heißt es in der Hermetik, nutzen wir also die Kraft unserer Gedanken und erschaffen uns die bestmögliche Vision für unsere Zukunft.

Für einen Einblick in die hermetischen Prinzipien finden regelmäßig Themenabende statt: Mi., 6.4.11: Offen und ehrlich – Jetzt lebe ich wahr-

haftig; Mi., 20.4.11: Verbundenheit mit allem – Der Weg aus der Einsamkeit; Mi., 18.5.11: (Thema noch offen). Die Themenabende beginnen um 20 Uhr und dauern ca. 2 Stunden.

Steffi Wahlen, Praxis für Massage, Ayurveda und Bowtech, Ausbildungen, Seminare, Vorträge und Themenabende über die hermetischen Prinzipien, Lothringer Str.58, 26121 Oldenburg, Tel.: 0441-1815858; Email: swahlen@web.de

Martina Klisch
Heilpraktikerin

Seit 10 Jahren
Vorbereitung zur
amtsärztlichen
HeilpraktikerInnen
überprüfung



**Spezielle Vorbereitung
für Aurich / Husum / Salzgitter**

**Neuer Intensivkurse:
- auf Anfrage**

**Repetitorium zur
Heilpraktikerprüfung
- auf Anfrage -**

Info bitte anfordern
Martina Klisch
Heilpraktikerin
Chinesische Medizin

Birkenwinkel 21, 26209 Kirchhatten
04482 / 565, www.martina-klisch.de

Buchhandlung Plaggenborg hat sich verändert

Teil 4: So ging es weiter



Nun ist schon fast ein Vierteljahr vergangen, seit die Buchhandlung Plaggenborg ihre Laden-Pforten geschlossen hat. Der Ausverkauf lief sehr gut - bis auf eine Handvoll Bücher (die wir Ihnen im Internetshop als Sonderangebot anbieten) und zwei nicht allzu große Kästen mit Resten von Räucherstäbchen, Lichtwesen-Essenzen usw. ging alles weg. Das war natürlich sehr erfreulich. In der Rekordzeit von sechs Tagen war der Laden komplett leer geräumt, dank der tatkräftigen Unterstützung von ein paar lieben Freunden - ein RIESIGES DANKE SCHÖN an Euch alle! Anschließend war man froh, da nicht mehr hingehen zu müssen, denn es sah gelinde gesagt gruselig aus. Der Anfang 2011 war geprägt von Weg- und Einräu-

men, Platz schaffen für alles was noch aus dem Laden kam und Neu-Einrichten hier zuhause. Ein großes „Projekt“ war die Umstellung der Computer, denn alte PCs wurden durch Neuere aus der Buchhandlung ersetzt. Jeder, der das mal gemacht hat, weiß, was das bedeutet... Tagelanges Gewurschtel. Zwischendurch fuhren wir immer mal wieder auf Büchertische zu den Ridhwan-Gruppen (A.H.Almaas), z.T. auch bis nach Bayern, was recht unstressig und gleichzeitig erfolgreich war. Und eine wunderbar erholsame Ferienwoche in unserer Lieblingsferienwohnung in unserem geliebten Fedderwardsiel war natürlich auch „dran“.

Inzwischen hat sich so etwas wie Alltag eingestellt und wir genießen es eigentlich doch sehr, zuhause zu arbeiten, auch wenn die Umsätze natürlich stark zurück gingen (die Ausgaben aber auch..). Denn man ist in der Zeiteinteilung viel freier, und lecker kochen macht Spaß (vorher „mussten“ wir ja immer mittags essen gehen). So langsam kommt es bei den Kunden auch an, dass wir jetzt hier sind.

Ulrike: Was die inneren Befindlichkeiten anbelangt, so kann ich für mich sagen, dass sich Phasen von Panikattacken mit Hoch- und Wohlgefühlen

abgewechselt haben, bis mir klar wurde, dass die Panikattacken eigentlich „nur“ damit zu tun hatten, dass ich an meinen Vorstellungen von „so soll das jetzt sein“ krampfhaft festhielt. Wenn ich mir sagte: „Ja gut, wenn es so nicht geht, dann mache ich eben was anderes“, dann ließen die „Anfälle“ sogleich nach. Das „Narr“-Gefühl von vor Weihnachten (siehe Ausgabe 1'2011) hat sich eigentlich noch verstärkt, und zwar beide Seiten, nämlich sowohl die Unsicherheit wie gleichzeitig die innere Freiheit. Im Übrigen mache ich mir momentan immer klar, dass angesichts des Weltuntergangs in Japan alle unsere „Probleme“ hier nur „peanuts“ sind...

Karl-Heinz: Wie heißt es so schön bei Douglas Adams: „Per Anhalter durch die Galaxis“: No Panic! Allen Unsicherheiten zum Trotz hieß und heißt es immer noch loslassen. Die Buchhandlung, die Kunden, den Ort. Mit anderen Worten: Das Ende einer langen Tätigkeit. Ein Abschied, der nicht so leicht fällt. Mit Wehmut denkt man an so manches Gespräch, das geführt werden konnte, weil der Laden so klein und die Kundschaft so verständnisvoll war. Der intime Charakter ließ das zu. Das vermisse ich am meisten. Ein bißchen auch den täglichen

Gang in die City von Oldenburg, die Bergstraße, die Suche nach Büchern im Auftrag unserer Kunden und das Finden derer. Eigentlich war man ein kleiner Kämpfer für das Buch. Und wieder heißt es, das alles loszulassen und zu sehen was jetzt ist. Aber man ist ja nur so weit weg wie das nächste Telefon (s.u.).

Da immer noch Leute bei uns anrufen und ganz erstaunt sind, dass es den Laden nicht mehr gibt, gehen wir davon aus, dass immer noch nicht alle mitbekommen haben, dass wir weitermachen, und zwar so: Bücher/ CDs/ DVDs bestellen: Natürlich können Sie weiterhin jedes lieferbare Buch sowie CDs und DVDs bei uns bestellen, entweder telefonisch unter 0441-17543 (persönliche Beratung), per E-Mail: info@buchhandlung-plaggenborg.de oder bei www.buchhandlung-plaggenborg.de. Unser Internetshop enthält Bücher, CDs und DVDs zu den Themen Spiritualität, Ganzheitliches Leben, Gesundheit, Wachstum, Nachhaltigkeit und vieles mehr. Stöbern Sie in aller Ruhe durch unser Angebot. Oben rechts auf der Seite finden Sie eine Schaltfläche „Hilfe“. Dort ist genau beschrieben, wie Sie mit unserem Shop umgehen können. Die Hilfe können Sie sich auch ausdrucken, wenn Sie möchten. Den Internetshop werden wir in diesem Jahr noch erheblich erweitern und mit neuen Funktionen versehen wie zum Beispiel Hintergrund-Informationen, kleinen Filmclips zu den Autoren usw. Im Moment gibt es schon Video-Clips bei folgenden Autoren: Thich Nhat Hanh, Willigis Jäger, Byron Katie, Jack Kornfield, A.H.Almaas, Irina Tweedie, Dalai Lama, Dieter Broers, Safi Nidiaye u.a. Lassen Sie sich überraschen und schauen Sie öfter mal vorbei! Wenn Sie sich für Neuigkeiten von uns interessieren, tragen Sie sich ein bei „Newsletter“. Im Moment bieten wir Ihnen eine lange Liste etwas angeschlagener Bücher, CDs und DVDs zum Sonderpreis an, alle 15% günstiger gegenüber dem Listenpreis; schauen Sie unter „Sonderangebote“.

A.H. Almaas



In die Tiefe des Seins

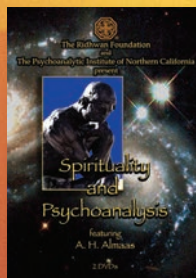
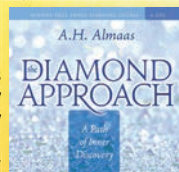
Zum ersten Mal stellt A. H. Almaas hier die wichtigsten Übungen aus seinen Retreats einem größeren Publikum zur Verfügung und lehrt, wie wir uns selbst das größte Geschenk machen können präsent zu sein.

Kamphausen Verlag, kart, 324 Seiten

CD (6 CDs):

The Diamond Approach

A.H. Almaas, whose writings brilliantly illustrate the unity of modern depth psychology and traditional spiritual wisdom, is a re-spected, pioneering teacher. Now for the first time ever, Almaas is creating with Sounds True an accessible audio introduction to his lifetime of work.



2 DVDs (PAL-EU): Spirituality and Psychoanalysis

Spirituality & Psychoanalysis documents an all day conference exploring the meeting ground between these two disciplines. A.H. Almaas was a featured guest who shared the podium with a Zen Priest, Dianne Musho Hamilton,

Peter Carnochan, Charles Dithrich and Karen Peoples of the psychoanalytic community.

und weitere Almaas-Literatur bei



Buchhandlung Plaggenborg

Lindenstraße 35 • 26123 Oldenburg
Telefon 0441 - 1 75 43 • Fax -1 75 28

www.buchhandlung-plaggenborg.de

Autorinnen: Antje Jaruschewski, Eva-Maria Wunderlich

Glück ist... meine eigene Schöpfung

Die Qual der Wahl – welche Therapiemethode oder Technik darf es denn sein?

Kennen Sie das? Sie schlagen eine Zeitschrift auf und schon springt Ihnen eine neue Therapiemethode entgegen. Es hört sich oft vielversprechend an. Hoffnung kommt auf. Aber selbst wenn man aktiv wird und schaut, wer denn genau dies anbietet, tut sich die nächste Hürde auf: Wer ist denn wirklich gut darin? Sein ganz persönliches Problem will man schließlich nicht noch vergrößern, in dem man den „falschen“ Therapeuten aufsucht oder die „falsche Methode“ wählt.



Was bleibt? Im Schneckenhaus bleiben und das Problem aussitzen (vielleicht geht es ja auch von allein). Oder dem Rat von Bekannten folgen bzw. mutig etwas ausprobieren, weil man persönlich ein gutes Gefühl dazu hat? Vielleicht wird man auch seit Jahren von einer Therapieform, einem Therapeuten begleitet, hat aber das Gefühl: „Wirklich komme ich hier jetzt nicht mehr weiter, aber was sollte ich sonst tun?“

All das ist uns wohl bekannt. Schließlich arbeiten wir, Antje Jaruschewski und Eva-Maria Wun-

derlich schon länger in diesem „Therapiepool“. Auf unserem Weg und in unserem Leben haben wir nicht „nur“ Aufstellungsarbeit, Klass. Homöopathie, Aussöhnungstherapie und Primärtherapie gelernt. Dies sind die Säulen unserer Praxen. Aber bei Wochenendseminaren oder innerhalb einer Weiterbildung haben wir vieles weitere kennenlernen dürfen. Manches davon wenden wir integrativ in unserer Praxistätigkeit an, anderes benutzen wir für unser eigenes Wohlbefinden. Wir haben dabei beide festgestellt: Nicht alles ist für jeden gleich wirksam, nicht jede Methode ist für jedes Problem gleich gut!

Aus dieser Erkenntnis heraus haben wir zusammen das Konzept einer Jahresgruppe entwickelt. Alle zwei Wochen bieten wir die Möglichkeit, intensiv in verschiedene Therapiemethoden „hinein zu schnuppern“. Zu Anfang arbeiten wir genau die Problematik jedes Einzelnen heraus. Daraus ergeben sich dann verschiedene Ziele oder Lösungswünsche. Diese beleuchten und bearbeiten wir dann nach und nach mit verschiedenen Methoden. Systemische, verhaltens- und körpertherapeutische Angebote machen die Gruppeninhalte ganzheitlich.

Die Vorteile so einer Gruppe sind vielfältig. Neben dem Kennenlernen verschiedener Techniken kann ich diese zu Hause mein Leben lang weiter benutzen und vertiefen und dabei erle-

Seminare & Workshops

ben, was sich noch alles lösen kann. In diesem Jahr treffe ich immer die gleichen Menschen und darf die Erfahrung machen, wie sehr eine Gruppe tragen kann. Das Vertrauen zueinander wächst mit jedem Treffen, denn hier unterstützt Jeder Jeden. Zusätzlich erlebe ich die unterschiedliche Arbeitsweise von gleich zwei Therapeutinnen. Therapieformen, auf die ich besonders gut anspreche, kann ich später intensivieren. Und – am Ende der Gruppe wird erstaunlich Vieles schon gelöst sein! In der letzten Gruppe standen u.a. folgende Methoden auf unserem Programm: Aufstellungen, NLP, Tetraeder-Modell, Rituale, Chakrenarbeit, Astrologie, Klopftechniken, Releasemassage, Meditation der vier Himmelsrichtungen, Schamanisches Bänder trennen, Füttere deinen Dämon, Märchenaufstellungen, Feldenkrais, ReaLighting, Körpertypen und Lebensmuster, Innere Reisen.

Beginn der zweiten Jahresgruppe: Mo. 9. Mai (Schnuppertermin). Infos und Flyer bei: Eva-Maria Wunderlich, Heilpraktikerin f. Psychotherapie: OL-361 933 00, www.eva-wunderlich.net; Antje Jaruschewski, Heilpraktikerin: OL-9 73 61 94, www.praxis-jaruschewski.de



Seminar: **Biodanza & Tiefenökologie**

Leitung: Bärbel Zehnpfund, Xandra Vogelsang

Datum: 01.-03. April, 06.-08. Mai

Ort: auf Anfrage

Infos: Bärbel Zehnpfund, 0441/2048845

Das Glück, mich mit allem Lebendigen verbunden zu fühlen.

01.-03.
April



Sitzung: **Auradiagnose**

Leitung: Ralf-Marien Engelbarts, Heilpraktiker

Datum: 13. Mai, 11-19 Uhr

Ort: Monika Müller, Osterkampsweg 163, 26131 OL

Infos: Buchhandlung Plaggenborg, 0441/17543

Aurafoto mit Beratung 33,- € (ca. 20 Minuten).

Zwei Aurafotos (vorher und nachher) mit Beratung und Behandlung 75,- € (ca. 60 Minuten).

13.
Mai



Seminar: **Vom Wagnis, das zum Leben führt**

Leitung: Harald Reinhardt

Datum: 13. Mai, 20.00 Uhr (Einlass 19.15 Uhr)

Ort: PFL-Kulturzentrum, Peterstr.3, Oldenburg

Infos: www.psychosyntheseinstitut.de

Der Vortrag ermutigt, unseren inneren Gegensatz zwischen Wagnis und Rückhalt zur belebenden Synthese zu führen.

13.
Mai



Seminar: **Auraheilung**

Leitung: Ralf-Marien Engelbarts, Heilpraktiker

Datum: 14. Mai, 10-18 Uhr

Ort: Monika Müller, Osterkampsweg 163, 26131 OL

Infos: Buchhandlung Plaggenborg, 0441/17543

Gemeinsam werden die Fotos erklärt, die Bedeutung der Farben wird erläutert, es gibt viel Information über Aurakörper, Auraschutz etc. 130,- € inkl. 2 Aurafotos.

14.
Mai



Vortrag: **Intuition, Kreativität & Querdenken**

Leitung: Peter Jaruschewski

Datum: 30. Mai

Ort: Rosenhaus, Weskampstr.28, 26121 Oldenburg

Infos: Peter Jaruschewski, 0441 / 9 72 99 96

Entscheidungen in Beruf und Alltag schneller und besser treffen durch den Einsatz von Intuition, Kreativitätstechniken und Querdenken.

30.
Mai



Seminar: **Veränderung**

Leitung: Domo Geshe Rinpoche

Datum: 10.-12. Juni

Ort: Hof Oberlethe, Wardenburg

Infos: Stefan Buff, 0441/5099289

Domo Geshe Rinpoche ist ein reinkarnierter Lama aus der Geluk Tradition des tibetischen Mahayana Buddhismus. Themen: Wie geht man mit Veränderung um?

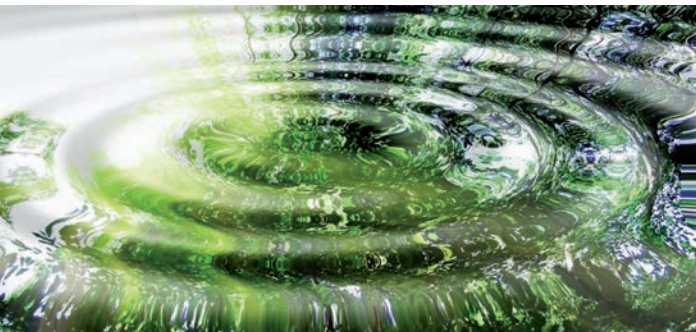
10./12.
Juni

Seminare & Workshops

In dieser neuen Rubrik veröffentlichen wir in kalendarischer und übersichtlicher Form Vorträge und Seminare. Kontakt: Buchhandlung Plaggenborg, Tel.: 0441/17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de

KALYANA –

Verein für ganzheitliche Gesundheit e.V.



Gesundheit ist mehr als das Fehlen von Krankheit! Gesundheit ist auch mehr als körperliche Gesundheit.

Gesundheit ist vielmehr das ausgewogene Glück und Wohlfühlen von Körper, Geist & Seele.

Das wussten schon die alten Kulturen, und es gibt viele Möglichkeiten und Methoden, sich diesem Ideal zu nähern. Die ayurvedische Heilweise, die klassische Homöopathie, die Akupunktur, die moderne Physiotherapie und viele viele andere Methoden unterstützen den oder die Suchende/n dabei, ein ganzheitliches Verständnis von Gesundheit zu verwirklichen.

Der Verein KALYANA e.V. hat es sich zur Aufgabe gesetzt, allen ernsthaften und wirkungsvollen Methoden Raum zu geben, sich dar- und vorzustellen - unabhängig von Vorurteilen und Vorverurteilungen.

Der Verein veranstaltet Seminare, Vorträge, Workshops und

Infoveranstaltungen, auf welchen den TeilnehmerInnen die Möglichkeit gegeben wird, sich unvoreingenommen und frei über die verschiedenen Methoden und Techniken zur Erhaltung und (Wieder-)Erlangung der Gesundheit in einem

ganzheitlichen Sinn zu informieren.

Jeden 1. Dienstag im Monat findet im Gesellschaftshaus „Bei Meyer“ in der Nadorster Str. 120 in Oldenburg von 19.00 bis ca. 21.00 Uhr ein „Stammtisch“ statt, zu dem alle Interessierten und Mitglieder eingeladen sind. Auf diesen Treffen haben alle Themen zum Themenbereich „Ganzheitliche Gesundheit Platz. Um jeweilige Anmeldung wird gebeten!

KALYANA, Verein für ganzheitliche Gesundheit e.V., Rolf Kuhlmann (1. Vorsitzender), Weshorn 37, 26655 Westerstede. Tel.: 04488/764093, E-Mail: kuhlmann@kalyana.org, www.kalyana.org



celebrate life festival 2011

Dialog zwischen evolutionärer und traditioneller Spiritualität

Thomas Hübl und sein Team veranstalten zum achten Mal das Celebrate Life Festival mit über 1000 TeilnehmerInnen in Oberlethe bei Oldenburg. Dieses Jahr steht die Mystik im Mittelpunkt des Non-Profit-Festivals. „Wir schauen uns den Marktplatz 2011 an und untersuchen, wie eine zeitgemäße Mystik jenseits eines traditionellen Gottesbildes aussieht und welchen Weg wir gehen können, um die Kraft der Traditionen mit der Evolution des Lebens zu vereinen“, so Thomas Hübl.

Wie befruchten sich eine evolutionäre und eine traditionelle Spiritualität? Welche Potenziale, welche Limitierungen nehmen wir wahr? Kernfragen dabei sind: Welche Rolle spielen die Traditionen in einem globalen Bewusstsein? Wie sieht eine spirituelle Sehnsucht, eine Sehnsucht nach Gott im 21. Jahrhundert aus? Und wo gibt es heutzutage Plätze dafür? Den Bogen über die Weisheiten des spirituellen Erbes bis zur spirituellen Avantgarde heutiger Bewusstseinsforschung spannen u.a. diese ReferentInnen:

Die Zen-Meister Niklaus Brantschen und Pia Gyger aus dem Lassalle-Institut motivieren dank ihrer spirituellen Zweisprachigkeit (Zen und Christliche Mystik) dazu, „sich selbst besser zu verstehen und die Welt in ihrer Entwicklung mitzugestalten“ (Vortrag & Workshop am 1.8.). Am Beispiel des Jerusalem-Projekts im Lassalle-Institut stellen sie „Spirituelle Feldebildung“ dar. Shahabuddin David Less (Vortrag & Workshop am 31.7.) hat sein Leben der Verbreitung der Botschaft der Liebe und der Harmonie unter Menschen aller Glaubensrichtungen und spiritueller Wege gewidmet und leistet weltweit Friedensarbeit. Er lehrt u.a. Sufismus, spirituelle Tänze und Meditation.

Die mystische Tradition des Judentums: Dr. Michael Laitman, Präsident des Bnei Baruch Kabbalah Bildungs- und Forschungszentrums, wird am 4.8. in die Weisheit der sagenumwobenen Kabbalah einführen.



Vertreter einer zeitgemäßen Spiritualität, die sich in einen evolutionären Kontext stellt, sind Andrew Cohen (3.8.) und Sophia Diaz (6.8.). Per Skype sind Ken Wilber (5.8.) und Diane Musho Hamilton (6.8.) zugeschaltet. Durch sie und das gerade gegründete Center for World Spirituality, in dem Wilber, Diaz und Hamilton mitarbeiten, entwickelt sich ein neues Verständnis des spirituellen Weges, in dessen Zentrum eine fundamentale Umorientierung vom Sein zum Werden, von zeitloser Transzendenz zu bewusster Evolution steht.

celebrate life festival 2011 vom 28. Juli bis 07. August im Hof Oberlethe. Mehr Informationen unter www.celebrate-life.info. Info-Service: Tel. +49 (0) 89-39292273 & E-Mail: welcome@celebrate-life.info.



Der Körper lügt nicht!

Deborah King

Wahrheit heilt

Was Sie verbergen, kann Sie verletzen.

Deborah King: **Wahrheit heilt**
Was Sie verbergen, kann Sie verletzen
ISBN 978-3-89901-325-2, € 17,95

J.Kamphausen | Mediengruppe

jkamphausen
weltinnenraum.de



Familienstellen Klass. Homöopathie

Familien-/Systemaufstellung

- Aufstellungstage in OL
Sonntag 1.5. | Samstag 25.6.
(9.30- 18 h, Isis-Praxis)
- Kurzaufstellungen – abends
6.4. | 11.5. | (18.30, Weskampstr. 28)
Bitte tel./online anmelden! (15,-)
- Einzelarbeit individuelle Termine

Fortbildg. Systemaufstellung

- Aufstellung in der Einzelarbeit
für therapeutisch/beratend Tätige
6 WEs, Start 18./19.6.; Flyer anfordern!

Jahresgruppe: Neu!

mit Aufstellg. + anderen Methoden
A. Jaruschewski u. Eva-Maria Wunderlich
Mo., 2x monatl.; Beginn 9. Mai 2011


Klassische Homöopathie

Termine nach Vereinbarung

- ▶ Familie
- ▶ Beruf
- ▶ Gesundheit
- ▶ Lebensraum


Gesundheit Essen & Trinken Infos Spiritualität
Seminare Kontakte Kunst & Kultur Reisen

Veranstaltungen




www.lebenskunst-weser-ems.de

Das neue große Informationsportal für alle regionalen Informationen über...




Gesundheit

Therapie, alternative Heilweisen,
Beratung ...




Kunst & Kultur

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



Ökologie

Biohöfe, Biohotels,
Stromanbieter ...



Bildung & Reisen

Seminarhäuser, -anbieter,
Reiseveranstalter ...

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

Verteilerliste Achtsames Leben, Stand April 2011

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; Yogaschule Bettina Keller, Heiligengeiststr.; PFL-Kulturzentrum, Peterstraße 3; Stadtbibliothek im PFL-Kulturzentrum, Peterstraße 3; Annette Wagner-vom-Berg, Blumenstr. 15; Cafe Kneipe Casablanca, Johannerstraße 19. **26122:** Bio-Back, Mottenstr. 19; Cafe Klinge, Theaterwall 47; Reformhaus Ebken, Haarenstr. 31; Stadtbäckerei Achternstr. 47; Stadtbäckerei Lange Str. 31; Stadtbäckerei Lange Str. 87; Pierre Toborek, Bahnhofplatz 4; Praxis Galuska, Osterstr. 8; Jin Shin Jiutsu-Praxis Bindgen, Cäcilienplatz 1; Praxis Dr. Reck, Gartenstr. 4; Reformhaus Ebken, Schüttingstr. 2; Ganesha, Schüttingstr. 5; Bistro Safraan, Mottenstraße; Naturkosmetik Terra Natura, Gaststr. 12; Teehandel Schliemann, Kurwickstr. 8; Leder Driebold, Kurwickstr. 33; Praxis Dr.Toben-Hermann, Kurwickstr.; Metabolic Balance Zentrum, Schloßplatz 20.

Stadt Oldenburg

26121: Antiquariat Buchsteib, Ofener Str. 31; Haus Weskampstraße (Rosenhaus), Weskampstr. 28; Praxis Schoenfelder, Würzburger Straße 10; Trendwende, Alexanderstr. 19; Institut für Transpersonale Kinesologie, Ziegelhofstr. 66; Forum Ziegelhof, Ziegelhofstr. 77; Praxis Ralf Knorr, Gertrudenstr. 14; Sauna Am Melkbrink 42-44; Seminarhaus Christa Harms, Zeughausstr. 22; Sampooma Yoga, Zeughausstraße 70/72; Praxis Antje Jarschewski, Metzger Str. 10. **26122:** Johannes Weerts, Hauptstr. 66; Stadtbäckerei Hauptstr. 47; Stadtbäckerei Tannenstr. 31. **26123:** Koopmann's Biomarkt, Nadorster Str. 54-56, OL; Aura Soma Regina Bauer, Bürgereschtr. 7; Aikido-Dojo, Lindenstr. 11; Olga Naturkost, Donnerschweerstr. 58; Stefanie Wahlen, Sandstr. 17; Tuchföhlung, Nadorsterstr. 62 OL; fesh wellfit, Nadorster Str. 108; Praxis Birgit Zuschneid-Götsch, Donnerschweerstr. 226, 26123 OL; Restaurant Zocalo, Donnerschweerstr. 31; Cafe Kneipe Havana, Donnerschweerstr. 8; HP Gisela Richter, Rügenwalderstr. 12. **26125:** Stadtbäckerei Butjadinger Str. 341, Praxis Marion Strauß, Johann-Justus-Weg 154. **26127:** Stadtbäckerei bei Familia, Scheideweg 100; Stadtbäckerei Alexanderstr. 338; Sabine Kleine, Karuschenweg 67c; Helga Friebel, Am Alexanderhaus 64; Stefanie Putzke, Wittingsbrook 44b; Anne Milnikel, Feldstr. 74. **26129:** Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 70; Stadtbäckerei bei Familia, Posthalterweg 100; Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 397; Stadtbäckerei Bloherfelder Str. 157; Stadtbäckerei Lübcke, Bloherfelder Str. 222; Astrologie-Praxis, Uwe Christiansen, Strackerjanstraße 10, OL; Koopmann's Biomarkt, Uhlhornsweg 99; Praxis Klaus Strazny, Bloherfelder Str. 109; Old. Hebammenpraxis, Bloherfelder Str. 82; TGO, Marie-Curie-Str. 1; Sigrid Thimm c/o TGO, Marie-Curie-Str. 1; Gesundheitshaus, Drögen-Hasen-Weg 32; Reformhaus Ebken bei Familia, Posthalterweg 10. **26131:** Isis-Praxis, Edewechter Landstr. 18; Mehrgenerationenhaus, Cloppenburgstr. 9; Beate Korfe, Marschweg 123; Sabine Reinker, Ahlkenweg 70a; Dt. Fachzentrum f. Stressbewältigung, Tegelkamp 28. **26133:** Stadtbäckerei im Kreyencentrum, Harreweg 151; Michaela Lewitz, Harreweg 155c. **26135:** Cafe am Damm, Am Damm 36; Cafe Cäcilie, Bremer Str. 126; Homöopathische Praxis Koch, Bremer Str. 40; Praxis Dr. Ines Blischke, Lustgarten 13; Mehrgenerationenhaus, Cloppenburgstr.; Seminarhaus am Kanal, Kanalstr. 4; Paracelsus Schule, Kanalstr. 23; Moveo, Hermannstr. 17; Birgit Bruns, Eisvogelring 83b; Ursula Richert, Am Hayengraben 29; Donata Wordmann, Alte Amalienstr. 37-39; Angelika Nierentz, Leifersweg 14c; Irina Matz, Elisabethstr. 4; Yoga Vidya, Breslauer Str. 74; Susanne Domes, Bremer Heerstr. 33.

Kreis Oldenburg:

Medizin. Bäderpraxis, Hunoldstr. 11a, **26203** Hundsmühlen; Christiane Schwarzhuber, Hermann-Labohm-Str. 1, **26203** Wardenburg; Sabine Büsselmann, Birkenweg 37a, **26203** Tüngeln; Lethe-Apotheke, Oldenburger Str. 232, **26203** Wardenburg; Beatrice Steiff, Tannenstr. 12, **26203** Wardenburg; Hof Oberlethe, Wardenburger Str. 24, **26203** Wardenburg; Gabriela Giretova, Neuer Hort 26, **26203** Wardenburg; Bianca Koch, Huntloserstr. 313, **26203** Wardenburg; Tonja Hauser, Nachtigallenweg 5, **26203** Wardenburg; Buchhandlung Lesezeit, Friedrichstr. 11, **26203** Wardenburg; Praxis Josef Stotten, Möhlentangen 32, **26203** Littell; Sabine Kickler, Wiesenstr. 22, **26203** Achternholt; Reformhaus Praciak, Astruper Str. 1, **26209** Sandkrug; Kreativlich, Astruper Str. 3, **26209** Sandkrug; Praxis Gerd Decker, Kiebitzweg 2, **26209** Sandkrug; Günther Schönknecht, Schulweg 52; **26209** Sandkrug; Petra Wöhler, Alter Postweg 29, **26209** Sandkrug; Praxis Tanja Meier, Blumenstr. 7, **26209** Sandkrug; Rainer Müller, Auf dem Kötjen 14, **26209** Sandtholten. Yoga-Praxis Bors, Bremer Str. 64, **27749** Delmenhorst; Reformhaus Ebken, Lange Straße 112/114, **27749** Delmenhorst; Natürliche Bioladen, Wittekindstr. 10, **27777** Ganderkesee; Diana Boldt, Schöne-moorer Dorfstraße 29, Rita Ravensberg, Katenbäcker Berg 34, **27793** Wildeshausen; Flax Naturkost, Zwischenbrücken 11, **27793** Wildeshausen; Kunstharke, Bahnhofstr. 9, **27793** Wildeshausen; Lichtblick Seminarhaus, Sandersfelder Weg 2, **27798** Hude; Haus Sonnenblume, Witte-Lenoir-Str. 12, **27798** Hude; Ingrid Schoof, Bremer Str. 83, **27798** Hude; Brigitte Pung, Grüner Weg 7, **27798** Hude; Christiane Rudolph u. Matthias Badzun, Bahnweg 5, **27798** Hude/ Grummersort; Xandra Vogelsang, Langenberger Sand 12, **27798** Hude; Logopädische Praxis, Parkstr. 58, **27798** Hude. Angelika di Bernardo, Dorfing 27a, **27801** Dötlingen; Svaha Anke Schöpfer, Im Fahrenkamp 11, **27801** Dötlingen.

Kreis Ammerland:

Stadtbäckerei, In der Horst 12, **26160** Bad Zwischenahn; Reformhaus Ebken, Peterstr. 20, **26160** Bad Zw'ahn; Naturkost u. Lebensart Albani, Mittellinie 70, Bad Zw'ahn; Mechthild Hesse-Herr, Peterstr. 7, Bad Zw'ahn; Naturheilpraxis Consoir, Mastenweg 49 F, Bad Zw'ahn; Praxis Ursula Amelung, Bahnhofstr. 4-6, Bad Zw'ahn; LEB Bad Zw'ahn, Bahnhofstr. 18; Buchhandlung Tiemann, Bahnhofstr. 4, **26180** Rastede; Praxis Gerd Schnesche, Bahnhofstr. 2d, **26180** Rastede; Margit Blass-Schneider, Dörpstraat 20, **26180** Rastede; Martina Dombrowski, Schulstr. 54g, **26180** Rastede; Praxis Ursel Plettenberg, Hauptstr. 6c; **26188** Edewecht; Buchhandlung Haase, Hauptstraße 73, **26188** Edewecht; Renfried Seminare, Jürmweg 4b, 26215 Metjendorf; Frauke Blume, Berliner Str. 25, **26655** Westerstede; Uta Link und Rolf Kuhlmann, Weshorn 37, **26655** Westerstede; bioladen, Gaststr. 3, **26655** Westerstede; Antje Ruprecht, An den Eichen 2, **26689** Augustfehn; Helga Gerdes, Osterende 38, **26689** Apen, Britta Wallburger, Gartenstr. 3, **26689** Tange.

Kreis Friesland:

Altes Kurhaus, An der Rennweide 46, **26316** Varel-Dangast; Reformhaus Ebken, Hindenburgstr. 2, **26316** Varel; Rosenberg Zentrum, Rosenberger Str. 43, **26316** Varel; Nu-Ra Stefanie Towarnicki, Blumenstr. 18, **26316** Varel; Karin Lohmann, Obernstr. 16, **26316** Varel; Peter Schendzielorz, Zum Jadebusen 133, **26316** Varel; Marike Sprung, Pohlstr. 76, **26340** Neuenburg; Lilli Ahlers, Fichtenstr. 18, **26345** Bockhorn; Institut f. Energet. Kinesiologie, Hauptstr. 6, **26345** Bockhorn; Vera Maier, Kreuzmoorstr. 50, **26349** Jade; Michaela Wolthaus, Oldenburger Str. 18a, **26419** Schortens; Gabriele Janz, Störtebeckerstr. 12b, **26434** Wangerland; Buchhandlung Tolksdorf, Am Kirchplatz 21, **26441** Jever; Wunschfänger, Alter Markt 17, **26441** Jever;

Stadt Wilhelmshaven:

Holger Ulrich, Bremer Str. 103 a, **26382** W'haven; Reformhaus Ebken, Nordseepassage, **26382** W'haven; Praxida-Brigitte Siehl, Rheinstr. 101, W'haven, W'Haven; Doris Bergmann, Sengwarder Str. 149, W'haven;

Kreis Wesermarsch:

Kunze Hof, Deichstr. 16-18, **26937** Seefeld; Reformhaus Ebken, Breite Straße 23, **26919** Brake; Elke Lopes, Strückerhaus Str. 39, **26939** Ovelgönne; Dt. Angestellten-Akademie, Marktplatz 8, **26954** Nordenham; Reformhaus Ebken, Bahnhofstr. 26, **26954** Nordenham; Soham Yogazentrum, Ludwlgstr. 8, **26954** Nordenham; Catarina Auffarth, Gauweg 6, **26969** Butjadingen; Sabine Habenicht, Paalweg 5, **27804** Beme;

Stadt Emden:

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

Kreis Leer:

Reiki-Oase, Alte Warfen 1, **26670** Uplengen-Remels; Wendeline Schwarz, Möwenstr. 40, **26759** Hinte; Reformhaus Ebken, Mühlenstr. 99, **26789** Leer; Buchhandlung Eissing, Mühlenstr. 106, **26789** Leer; Gedine Zellmer, Friedhofstr. 12, **26789** Leer; Dagmar Rietz, Daimlerstr. 9, **26789** Leer; Naturheilpraxis, Saxumer Ring 3, **26826** Weener; Naturheilpraxis Diddens, Am Katjedeep 7, **26831** Bunde; Naturheilpraxis Hinrichs, Birkenstr. 36, **26831** Bunde; Rosy Breitkopf, Schifferstr. 374, **26842** Ostrhauderfehn; Flinderke Naturkost, Am Flindhöm 28, **26842** Ostrhauderfehn; Naturheilpraxis Petra Lucia Tapper, Brunjter Weg 13, **26845** Nortmoor;

Kreis Aurich:

Reformhaus Ebken, Neuer Weg 23, **26506** Norden; Buchladen Neuer Weg, Neuer Weg 85, **26506** Norden; Lichtquelle, Neuer Weg 66, **26506** Norden; Brigitte Janssen, Nordsternstr. 1, **26506** Norden; Stadtbibliothek Aurich, Hafenstr. 7, **26603** Aurich; Das Einhorn, Burgstr. 40, **26603** Aurich; Cirksema Apotheke, Kirchdorfer Str. 3a, **26603** Aurich; Eva-Maria Heimann, Allensteiner Str. 2, **26603** Aurich; Barbara Lindner, Böhneweg 3, **26603** Aurich; Margarete Duchna, Schoolpad 7, **26605** Aurich/ Egels, Frauke Willms, Esenser Str. 228, **26607** Aurich; Praxis für ganzheitliche Lebensberatung, Deichhauserstr. 8, **26624** Südbrookmerland,

Ostfriesische Inseln:

Ilka Hohmann, c/o Jugendherberge, **26465** Langeoog; Waltraud Hunger, Am Weststrand 15, **26465** Langeoog; Sandra Weller, Charlottenstr. 41c, **26486** Wangerooge; Marina Byl, Am langen Wasser 1, **26757** Borkum; Heimke Moll, Sophienstr. 8, **26757** Borkum

Kreis Emsland:

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

Kreis Cloppenburg:

Gunda Koopmann, Schützenstr. 52, **26169** Friesoythe; Gabriele Werquet, Eichenweg 12a, Friesoythe; Maria Meyer, Schwaneburgerstr. 77, **26169** Friesoythe; Beate Sieverding, Schulstr. 3, **49624** Lönningen; Königsapotheke, Mühlenstr. 2, **49661** Cloppenburg; Barbara Ten Hagen, Hagenstr. 14, **49661** Cloppenburg; Elisabeth Tepe, Danziger Str. 17, **49681** Garrel.

Stadt Bremen:

Amara-Praxischulen, Martinistr. 60, **28195** HB; Reformhaus Ebken, Pappelstr. 86, **26199** HB; Christine Keidel-Joura, Delmestr. 74, **29199** HB; Reformhaus Ebken, Ostertorsteinweg 87, **28203** HB; SteinReich im Atrium, Vor dem Steintor 34, **28203** HB; Petra Nordhaus, Feldstr. 94, **28203** HB; Reformhaus Ebken, Hamburger Str. 7, Wudang-Zentrum, Grundstr. 3, **28203** HB; Gabriela Luft, Am Rosenberg 11, **20207** HB; EOS-Institut, Schwachhauser Heerstraße 55, **28211** HB; Reformhaus Ebken, Waller Heerstr. 1, **28217** HB; Reformhaus Ebken im Roland-Center, Alter Dorfweg 30-50, **28259** HB; Wolfgang Schnetzer, Brakkämpe 56, **28259** HB; Eva-Maria Braunschweiger-Brixel, Oberneulander Landstr. 4, **28355** HB; Nepal Lodh, Schwachhauser Heerstr. 266, **28359** HB; Ulrike Müller, Lesumer Brink 14, **28717** HB.

Bremerhaven und umzu:

Morgenland, Bgm.-Smidt-Str. 109, **27568** B'haven; Praxis Marion Elsner, Buchtstr. 39-41, **27570** B'haven; Praxis Lahn-Samsel, Lengstr. 7, **27572** B'haven; Klaus Römer, Magelsen 36, **27318** Hilgermissen; Hotel Taranga, Zum Glockenturm 14-20, **27356** Waffensen.

Sonstige:

Anja Schubert, Am Löschteich 13, **27478** Cuxhaven; Heike Engel-Wollenberg, Fuhrenweg 1, **27612** Loxstedt- Bexhövede; Editha Winkes, Iltisweg 9, **27616** Beverstedt; Ingrid Niewerth, Sielstr. 25, **27628** Sandstedt; Brigitte Thomann, Am Mahnhamm 17, **27638** Wremen; Bücher von Possil, Große Str. 96, **49377** Vechta; Reformhaus Ebken, Große Str. 52, **49377** Vechta; Andrea Diekmann, Lindenstr. 21, **49413** Dinklage; Irene Loose, Buerschestr. 93 Eing. Kanonenweg, **49084** Osnabrück; Reformhaus Ebken, Mühlenstr. 9, **49324** Melle; Praxis Marika Ahlers, Vahrenkamp 6, **49424** Goldenstedt.

AURA-SOMA® Farb-Pflege System®

Das AURA-SOMA® „Kinder-Set“ für die Kinder der neuen Zeit und das innere Kind.

Im AURA-SOMA® Equilibrium Set, von derzeit 108 zweifarbigen Kombinationen, gibt es eine Serie von Farb-Ölen, die von der Begründerin Vicky Wall schon in den 80er Jahren für die „Kinder der neuen Zeit“ geschaffen wurde. Numerologisch beginnt die Serie mit der B 11 und geht bis B 15 und dazu gehört die B 20, sowie einige Farbkombinationen, die als „erweitertes“ Kinder-Set bekannt sind.

Diese Serie ist unterstützend für alle Kinder ob GROSß oder KLEIN.

Es gibt dabei zwei Blickrichtungen für jedes Öl:

1. für das Kleinkind von Geburt bis Pubertät und auch vorgeburtlich

2. für Erwachsene und das innere Kind

Nun geht es um das Equilibrium Öl B 20, mit dem schönen Namen: „Das Sternen-Kind“, in den Farben blau über rosa. Es wird als das Kinder-Notfall-Öl bezeichnet. Für alle Kinder, vom Baby an, bis in und durch alle Wachstums- und Altersphasen bringt es Linderung. Auch für die Schwangerschaft ist es ein sehr ausgleichendes Körperöl, sowie nach der Geburt für Mutter und Kind unterstützend und entspannend.

Wichtig ist bei den Kindern, darauf zu achten, ob sie gerne das Öl möchten, meist wissen sie intuitiv wo sie es hin haben möchten und verlangen danach. Also niemals aufzwingen. Für uns Erwachsene ist die B 20, eine wunderschöne, ausgleichende Bodylotion und kann auf den ganzen Körper aufgetragen werden.

Die beiden Farben, blau und rosa, stehen für die beiden Wesens-Anteile, weiblich und männlich, in uns. Die verschüttelte Emulsion gleicht so beide Seiten in uns aus, wirkt harmonisierend und ist gut vor stressbelasteten Situationen anzuwenden.

Die B20, das Sternen-Kind, ist wie eine „Frieden und Liebe“ Flasche.

Demnächst folgen noch weitere Equilibrium Öle, die oben klar enthalten, diese zählen zum erweiterten „Kinder-Set“.

Am 30. April gibt es einen Tag mit dem AURA-SOMA Kinder Set, wo über die persönliche 4er Auswahl Bezüge zum Kinder Set angesehen werden und ein Erkennen und Lösen möglich wird, ein Tag zum Wohlfühlen. Von 10 bis 17 Uhr, Ausgleich 60,- €, bitte anmelden.

Die Farb-Seite wird fortgesetzt von LICHT-Wege, Regina Bauer, AURA-SOMA® Beraterin und Lehrerin aller Stufen und Mitglied in A.S:I:A:C:T, Art and Science International Academy of Colour Technologies, UK. Persönliche Beratung nach telefonischer Absprache und jeden Mittwoch von 13 bis 18 Uhr geöffnet: Bürgereschstraße 27, 26123 Oldenburg, Tel. 0441-82118, Fax 8859094, www.licht-wege-land.de, bauer.regina@t-online.de

AURA-SOMA® ist ein eingetragener Marken-Name von AURA-SOMA ltd. UK



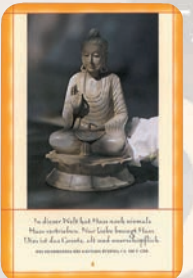
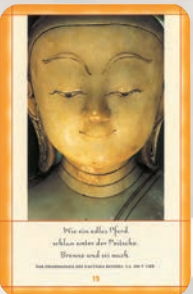
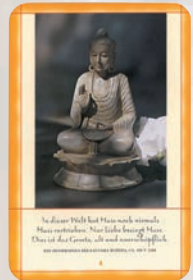
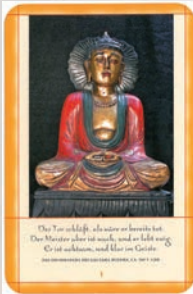
wer macht was *im internet?*

Abenteuer Pferd: Reiten – Pferde an der Hand – Spiegel der Seele	www.pferdehof-oorlog.de
Abwun – Meditation – der Neuanfang, Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de/abwun
Academy of Inner Science – Integr. Forschungsstätte v. u. m. Thomas Hübl:	www.innerscience.info
Achtsamkeit, Spiritualität und Esoterik, Weisheitslehren aus aller Welt:	www.achtsames-leben.org
Äolsharfen, Klangobjekte, Skulpturen – Jutta Kelm:	www.windklangkunst.de
Akupunktur, Chinesische Medizin, Heilpraktiker, Feng Shui:	www.martina-klisch.de
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-Schule – raum und zeit, beratung:	www.astrologie-schule-oldenburg.de
AufstellerInnen finden sie hier:	www.aufstellerliste.info
Aufstellung der beruflichen Innen- und Außenwelt:	www.zufrieden-im-beruf.de
Aura Soma® Farb- und Duftessenzen:	www.licht-wege-land.de
Ausbildung im Geistigen Heilen – Engelheilungen – Reiki:	www.reiki-samara.de
Ayurveda (trad.), ind. erstes Kur-Kloster / Kuren, Reisen, Ausbildungen:	www.globalveda.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
Coaching: Unterstützung bei d. Lösung priv. + berufl. Probleme:	www.gagesch.de
Edelsteine, ätherische Öle, Räucherwerk, schamanische Klänge:	www.salute-isis.de
Erfülltes Leben, Ermutigungstraining, Beratung, Seminare:	www.erfuelltes-leben.com
Existenzgründercoaching u. U. zu 50 o. 90% gefördert:	www.gagesch.de
Familien- & Systemaufstellungen, Klass. Homöopathie:	www.praxis-jaruschewski.de
Holistische Kinesiologie – Birgit Zuschneid-Götsch:	www.kinesiologie-ol.de
Hotel, Seminarhaus in Mecklenburg:	www.gutshaus-stellshagen.de
ISAK-Institut + Psychol.Praxis „Horos“ Joachim Bartelt:	www.isak-institut.de
Hotel mit individuellen Bachblüten-Zimmern:	www.taranga.de
J. Kamphausen Verlag, Bielefeld:	www.weltinnenraum.de
Kinesiologie-Ausbildung, Matthias Weber:	www.kinesiologie-akademie.com
Kinesiologinnen finden Sie hier:	www.kinesiologenliste.info
Kunstatelier Naumann – künstl. Kurse/kunsttherapeut. Begleitung:	www.kunstatelier-naumann.de
Kunsttherapie – Gestalten Sie Ihr Leben:	www.gagesch.de
Kunsttherapie/Kunst Zwischenraum Heike Seiferth:	www.zwischenraum.info

wer macht was *im internet?*

Kurse und Seminare zur Stressewbältigung, Ausb. zum Stresscoach:	www.der-stresscoach.de
LebensKunst Weser-Ems – Infoportal für ganzheitliches Leben:	www.lebenskunst-weser-ems.de
Lichtchannelheilerin: Heilerin der neuen Zeit:	www.angela-schmidt-praxis.de
Massageausbildung ganzheitlich balancierend:	www.massage-ganzheitlich.de
Massage lernen und genießen, Ganzheitlich Energetisch:	www.norddeutschemassageschule.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-tonjahouser.de
Naturheilpraxis und Seminare:	www.renfried.de
Nichtraucher durch Hypnose – Oldenburg:	www.frei-ohne-rauch.net
Osteopathie + Wirbelsäulenbehandlung, Christiane Schwarzhuber:	www.praxis-oldenburg.de
Paarberatung und -workshops, Monika Entmayr & Reiner Kaminski:	www.liebeskultur.de
Praxismgemeinschaft für Psychotherapie, Körperpsychotherapie und Entspannung:	www.paffy.net
R.E.S.E.T. – Kiefergelenksentspannung – Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de/reset
Rutengänger Rainer Müller:	www.rutengaenger-Feng-Shui.de
Selbsterforschung und Enneagramm, Familienstellen:	www.svaha.de
Seminarhaus bei Wardenburg...auch Heilfastenurse:	www.Hof-Oberlethe.de
Seminarhaus im Lebensgarten:	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
The Reconnection, Reconnective Healing:	www.www.entwicklungswege.com
Therapeutisches und spirituelles Zentrum:	www.rosenhaus-oldenburg.de
Thomas Hübl, ist ein spiritueller Lehrer der heutigen Zeit:	www.thomashuebl.com
Tier + Mensch: Einzelarbeit, Seminare, Urlaub:	www.heimke-moll.de
Tierkommunikation: Ruth-May Johnson - erfahren, was Ihr Tier fühlt:	www.tiercomm.de
Urlaub anders: Malend, entsp. oder m. Pferden an der Hand:	www.urlaub-für-körper-und-seele.de
Vipassana Gruppe Oldenburg:	www.vipassana-oldenburg.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)



Entdecke den Buddha in Dir Osho

Das Set besteht aus insgesamt 53 Karten und einem Begleitbuch. Für jede Woche des Jahres eine Karte, sowie eine zusätzliche, nicht nummerierte Karte mit dem Namen „Sammasati“, was so viel heißt wie „Erinnere dich!“ und Buddhas letzte Worte gewesen sein sollen. Sie soll uns ins Gedächtnis rufen, dass es letztlich die Aufgabe und Fähigkeit eines jeden von uns ist, „sich selbst ein Licht“ zu werden und damit das Versprechen des Buddha in unserem Innern zu erfüllen.

Jede Karte zeigt das Foto einer Buddhastatue, ein kurzes Zitat (Sutra) aus dem Dhammapada, der umfangreichen Sammlung von Aussprüchen des Gautama Buddha, sowie einen Kurzkomentar Oshos zu dem jeweiligen Sutra. Das Begleitbuch entspricht den Karten und enthält zu jeder Karte weitere, ausführlichere Kommentare, die den Zugang zu einem umfassenden Verständnis erschließen.

Die Karten sind ein Hilfsmittel, um auf spielerische Weise das beobachtende Gewahrsein von Gedanken, Gefühlen und körperlichen Aktivitäten im täglichen Leben zu unterstützen. Sie sind als Hinweise gedacht, um uns daran zu erinnern, dass jeder von uns das Potenzial in sich trägt, zu erwachen und selbst zu einem Buddha zu werden - und dass es dieser Prozess des Erwachens ist, der unserem Leben erst Sinn und Bedeutung gibt.

Entdecke den Buddha in Dir, Osho, 53 Karten und Begleitbuch, Innenwelt Vlg., 16,95 €

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 von 4 Ausg.
Änderungen während der Laufzeit werden gesondert berechnet.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Buchhandlung Plaggenborg: Tel.: 0441/1 75 43.

Abbau emotionaler Blockaden



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

Pierre Toborek
 • MET-Therapeut
 • Anerkannter Heiler DGH
 • Coach • Sport • Beruf • Privat
 26122 Oldenburg
 Bahnhofsplatz 4
 Tel.: 0441/882888
 www.pierre-sante.com

Abenteuer Liebe



- **Paarberatung in Oldenburg und Ahlhorn**
 - von Paar zu Paar oder einzeln
 - im Haus Weskampstr. (OL) oder in unserer Praxis
- **Workshops für Paare**
 - Tagesworkshops, Wochenende, Jahresgruppe
 - u. a. im Hof Oberlethe (Wardenburg)

Monika Entmayr & Reiner Kaminski
 Institut für Liebeskultur und Paarberatung
 Hegelstr.29, 26197 Ahlhorn
 Terminvereinbarung: 04435/916868
 oder: info@liebeskultur.de
 www.paarberatung-oldenburg.de
 www.liebeskultur.de

Akademie für Kinesiologie



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

D-Oldenburg • Portugal • Schweiz
Matthias Weber
 D-26123 Oldenburg
 P-8500-307 Portimao/Algarve
 quantenheilung-erleben.de
 die-kinesiologie-ausbildung.de
 Berufsverbände DGAK, ÖBK, IASK

Alte und neuzeitliche Heilmethoden



- Energie- und Chakrenarbeit
- Klopfakupressur
- Fußreflexzonenmassage
- Metamorphosemassage
- Touch of Oneness-Behandlung
- Ganzheitliche Lebensberatung
- Bachblütenberatung
- Wirbelsäulentherapie nach Dorn

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)

Tel.: 0441/55185
E-Mail: uwe.christiansen@
onlinehome.de
www.uwe-christiansen.de



Aufstellung der beruflichen Innen- und Außenwelt

Gut aufgestellt
Mein Platz im Beruf

- Zusammenhänge begreifen
- Klarheit gewinnen
- Neues wagen

Eintagesseminare, kleine Gruppe,
vertrauensvolle Atmosphäre,
infosyon-Qualitätsstandards

Dr. Wolfgang Schnetzer
Freier Trainer und Therapeut (HPG)
Training – Beratung – Coaching

Brakkämpe 56
28259 Bremen
Tel.: 0421/5980725
kontakt@zufrieden-im-beruf.de
www.zufrieden-im-beruf.de



Aura Soma®

- **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@f-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

Ausdrucksmalen & Kreative Therapie



- **Ausdrucksmalen**
- Offene Gruppe: Mi. 18.30-21.00 Uhr
- Vormittagsgruppe: Do. 9.30-11.30 Uhr
- Kreative Auszeit: jeden 2. Sa. im Monat
- **Tanz- und Ausdruckschulung**
- **Hypnotherapie**
- **Hypnomentale Geburtsvorbereitung**
- **Kreative Psychoonkologie**

Karen Ritterhoff
Dipl. Psychologin

**Praxis für Kreative Therapie
Atelier für Ausdrucksmalen**
Hermannstr. 17, Oldenburg
Tel.: 0441/2097192
k.ritterhoff@gmx.de

Beratung & Psychotherapie



- **Psychotherapie**
- **Integrative Körpertherapie**
- **Gestaltberatung**
- **Paargespräche**

Roswitha Breitkopf
Dipl. Sozpäd. - Psychotherapie -

Oldenburg: 0441/94919028
Ostrhauderfehn: 04952/942955
E-Mail: therapie@paffy.net
www.paffy.net

Bewusstseinstaining, Beziehungstraining



- Workshops in Bad Zwischenahn und nach Vereinbarung, Magelsen**
- **Bewusstseinstaining für Selbstsicherheit, Klarheit, Souveränität**
 - **Wochenendseminar „Wie Partnerschaft gelingt“**
 - **Termine und Infos auf:**
www.bewusst-sein-entwickeln.de

Birgit Fiddelke
Personal Growth

Steimker Weg 6, 27330 Asendorf
Terminvereinbarung: 06003/935512
oder:
bewusstsein-entwickeln@t-online.de
www.bewusst-sein-entwickeln.de

Biodanza®



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

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

Bernhard Dökel, - 0441/48551766 -
Sampoorna 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**
- **100% Naturprodukte +
Pflanzenfarbe**
- **energetischer Haarausgleich**
- **energetische Massagen, Hot Stone**
- **regelmäßige Vorträge: Unterschied
biologische/konventionelle Haar-
und Hautpflege**

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 Wirbelsäulenaufriechung
- 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, Gesprächskreise, 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:**
- Basis-Seminar
- Vertiefungsseminare, u.a.:
Erzengelenergie, Krafttierenergie
Christusenergie, Buddhaenergie
Die Energien des Höheren Selbst
- **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

Erfolg durch Persönlichkeitsarbeit



- **Hypnose- & Reinkarnationstherapie**
- **NLP Mentalarbeit**
- **Systemische Aufstellungsarbeit**
- **Psycholog.-analytisches Coaching**
- **Ausbildung zum Qi-Worker (Heiler)**
- **Reiki-Ausbildung bis VIII.Grad**

Haus des Qi – Praxis & Lehrzentrum für Kompetenz-entwicklung, Krisenmanagement & Qi-Work

Diana Boldt, HP Psych./Coach IHK
Jever, Termine: 0170-2844896
info@haus-des-qi.de
www.haus-des-qi.de

Ermutigung & individualpsychologische Beratung



für:

- ein harmonisches Familienleben
- Erfolg im Beruf
- Gesundheit
- den Sinn im eigenen Leben
- mehr Lebensfreude

Erfülltes Leben – Uta Link

Dipl. Betriebswirtin und
Individualpsychologische Beraterin
Weshorn 37, 26655 Westerstede
Tel.: 04488/764093
mobil: 0178/7729835
E-Mail: utalink@erfuelltes-leben.com
www.erfuelltes-leben.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. + Fax: 04256/720
roemer-fengshui@web.de
www.feng-shui-meisterschulen.net

Ganzheitliche Gesundheitsberatung



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

Diana Boldt

Gesundheitsberater für Rücken,
Füße und Gelenke
Wiesenstr. 41
26135 Oldenburg
Tel.: 0441/33014
Mobil: 0172/7469212
klaus.wendeln@ewetel.net
www.klaus-wendeln.net

Gestaltung des inneren und äußeren Raumes

**Vom Heilen d. Ortes zum Heilen d. Seele**

- Ein heiler Ort heilt die Seele
- Eine heile Seele heilt den Ort
„Werde der Du bist“
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Kinesiologie, Coaching, Energiearbeit
- Holographic Healing, Crystal Clearing
Haus- und Grundstücksuntersuchungen
- Geomantie, Feng Shui, Space Clearing

Guntram Staudte

Röwekamp 5
26121 Oldenburg
Tel.: 0441/39063943
Fax: 0441/9833801
E-Mail: guntram.staudte@t-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

Lebe Dich Ganz



- **Psychotherapie**
- Energetische Psychotherapie
- Gesprächstherapie
- Spirituelle Traumdeutung
- **Reiki**
- Seminare, Behandlungen, Gruppe
- **Tanz:**
- Alchemie der Bewegung

Ulrich Martitz

Heilpraktiker für Psychotherapie
Am Schloßgarten 23
26122 Oldenburg
Tel.: 0441/501079
www.lebe-dich-ganz.de

Lebens-Beratung, Rückführungen, TAROT-Seminare



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

Praxida Brigitte Siehl

Anerkante Heilerin im DGH
Dipl.Sensitive Lebens-Energie-Beraterin
Psychol. Lebensberaterin
Geprüfte Tarot-Beraterin, Ausbilderin
Prüferin und Mentorin im Tarot e.V.
Rheinstr.101, 26382 Wilhelmshaven
Tel.: 04421/506221
www.energiewissen.eu

Lebenstanz – Lebenskunst®



- **Tanz- und Körpererleben**
- Halbjahresgruppen für Frauen
- Rhythmische Tanzmeditation
- Chakrentanz, -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



Licht-Klang-Heilwege für Mensch und Tier

- Individuelle Begleitung in die eigene Heilkraft/Heilung
- Energetische Heilbegleitung Mensch
- Energetische Heilbegleitung Tier
- Tierkommunikation
- Hundeverhaltenstherapie/Familienenergetik
- Sterbebegleitung/Tier
- Komplementärmedizin

Energetische Heilbegleitung für Mensch und Tier

Klassische Homöopathin
Petra Wilck
Große Wiekau 20
27793 Wildeshausen
Te.: 0151/19456302
kontakt@licht-klang-heilwege.de



Lichtpunkt

- Channeling
- Soul Clearing
- Spirituelle Heilung
- Lichtkörperprozess
- Bewusstseinsstraining
- Einweihungen
- Energieessenzen
- Beratung & Coaching
- Seminare

die Bewusstseinschule

Angelika Myriel di Bernardo

27801 Döttingen
Tel.: 04433/968939
E-Mail:
myriel@lichtpunkt-healing-art.de
www.lichtpunkt-healing-art.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
Schloßplatz 20, 26122 Oldbg.
Tel.: 0441/3099430
Handy: 01520/1784234
E-Mail: metabolic-balance@christiane-reck.de
www.christiane-reck.de



Metabolic Typing – Kinesiologie – Geistiges Heilen

- Widerstände aller Art
- Wenn abnehmen schwer fällt
- Missbrauchsthemen
- Niedergeschlagenheit und Trauer
- Mangelnde Durchsetzungskraft
- Ängste
- Aurareinigung
- Chakrenklärung

Tonja Hauser

Health Kinesiology & Geistig. Heilen
Metabolic Typing

Nachtigallenweg 5
26203 Wardenburg
Tel.: 0441-8096118
E-Mail: tonja.hauser@freenet.de
www.kinesis-tonjahausen.de



Persönliche Entwicklung mit Lamas & Alpakas

- NLP/coaching Ausbildungen zertifiziert nach DVNLP
- Trekking/Spaziergänge mit Lamas/Alpakas
- Tiergestützte Pädagogik

Camelidenhof

Coaching und Entwicklung

Michaela Molzan & Klaus Stahlberg
Kleihörn 11
26316 Varel
Fon: 04456/9482233
www.delfinederweide.de

Physiotherapeutische Praxis



- Dorn-Huck Methode (Wirbelsäulentherapie)
- 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

Praxis für Energetisches & geistiges Heilen



- Ich unterstütze Sie bei:
- allen Arten von Erkrankungen
 - Schmerzen und Verspannungen
 - Schlafstörungen
 - Wundheilung & Operationsnachsorge

Heilen in seiner ursprünglichsten Form – Rolf Kuhlmann

Heiler (DGH)
Reconnective Healing Practitioner
The Reconnection Practitioner
Weshorn 37, 26655 Westerstede
Tel.: 04488/764093
www.rolf-kuhlmann.de
info@rolf-kuhlmann.de

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

Praxis für Naturheilverfahren



- Neurodermitis, Akne, Ekzeme, Asthma
- rheumatische Erkrankungen
- Zeckenbisskrankungen
- Ausleitung von Pilzen, Viren, Bakterien und Würmern
- chron. Kopfschmerzen, Migräne
- Naturheilverfahren wie Schröpfen, Bauscheidtieren, Blutegeltherapie ...

Petra Massau
Heilpraktikerin

Butjadinger Str. 114
26125 Oldenburg
Tel.: 0441/35030515
petramassau@web.de

Praxis für Psychotherapie und Kinesiologie



- Körpertherapie
- Psychokinesiologie
- Energetische Psychologie nach Gallo
- Heilung des Inneren Kindes
- Familienstellen
- Bowtech
- Supervision
- Traumatherapie

Dr. Stefan Schweizer (HP)

Lustgarten 13
26135 Oldenburg
Tel.: 0441/9987676

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

Schamanische Heilsitzungen & Beratungen



- Mit Leichtigkeit zu Lebensfreude und Gesundheit**
- Heilsitzungen für Mensch und Tier
 - Bestimmung- und Visionsfindung
 - Entscheidungshilfen (privat/berufl.)
 - Raum- und Gebäudecleanings
 - Aufstellungen und EnergieReisen
 - "Visionäre Hochzeit" & VisionAtics
- Flyer wird auf Wunsch zugeschickt*

Susanne Henneke

Shamanic Energieseherin/-Beraterin
Praxis Röwekamp 5
26121 Oldenburg
Tel.: 0441-39063941
Susanne.Henneke@web.de
www.Schamanische-Heilsitzungen.de
Termine nach Vereinbarung

Schlafplatzuntersuchung Geomantie / Seminare



- Messen aller vorhandenen Strahlen
 - Analyse der Wohnraumqualität
 - Beratung bei körperlichen und seelischen Problemen
 - Pendel- und Rufenseminare
 - 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

Spirituelle Lebensbegleitung und Psychotherapie



- Spirituelle Lebensbegleitung und Psychotherapie
- Spirituelles Singen und Tönen
- Übungsgruppe Körperzentrierte Herzensarbeit nach Safi Nidiaye
- Gruppe „Spiritualität JETZT!“ mit Übungen von Eckart Tolle

Thomas Dopp

Heilpraktiker für Psychotherapie
im „Rosenhaus“
Weskampstr.28, 26121 Oldenburg
Tel.: 0441/36131050
E-Mail: info@thomas-dopp.de
Weitere Infos unter:
www.thomas-dopp.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

Transpersonale Bewusstseinsarbeit, Fortbildung, Supervision



- Transpersonale Bewusstseinsarbeit
- Energetisches Heilen
- Training „Transpersonale Intuitive Begleitung“ für therapeutische, begleitende, pädagogische und beratende Berufe

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 Oldenburg



- Hatha Yoga
(von der Krankenkassen gefördert)
- Lachyoga
- Yogalehrer/innen-Ausbildung
- Kundalini-Meditation (OSHO)
- Psychologische Beratung

**Simone Manamohini Hug-Breitkopf
M.A.**

Uwe Purnima Breitkopf, Dipl. Psych.
www.yoga-vidya.de/center/oldenburg
Breslauer Str.74
26135 Oldenburg
Tel.: 0441/5706528 oder 94919107

Yoga Vidya Kooperationszentrum



- Yogalehrer-Ausbildung in 2011
- Grundkurse (Kassen gefördert)
- Yoga Aufbaukurse
- Meditation
- Psychologische Beratung
- Spirituelle Lebensberatung

**Dipl. Päd. - Psychotherapie -
Dipl. Soz. Päd. Michael Büchel**

Schifferstr.374
26842 Ostrhauderfehn
Tel.: 04952/942954
ostrhauderfehn@yoga-vidya.de
www.yoga-vidya.de/ostrhauderfehn.de

Anne Milnikel



Anne 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
- Quantenpsycholog. 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

Arbeit im Cranio-Feld



Krisana Nadine Dyba
Erzieherin
26127 Oldenburg
Tel.: 0441/2055484

- **Biodynamisch orientierte Cranioarbeit**

Ausbildung in Craniosacral-Balancing
Heilpraktikeranwärterin

Astrologische Lebensberatung



Jutta Kalthoff
Geprüfte Astrologin
(Meisterkurs bei Allgeier & Noe)

www.astrosita.de
E-Mail: jutta-kalkhoff@t-online.de
Tel.: 04482-9739958

Bewusstsein und Reiki



Ulla Amba Richert
Am Hayengraben 29, Oldenburg
Tel.: 0441/202698
E-Mail: ulla.richert@gmx.de

- **Reiki-Meisterin/Lehrerin nach Dr. Usui**
- **Bioenergie-Therapeutin**
- **Lebensberatung und Bewusstseinschulung**

Channel und Heilbehandlung



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

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

Einrichtungsberatung n. Feng Shui



Julia Bolting
Tel.: 0441-5099513
Mobil: 0176-65623348
www.Julia-Bolting.de
info@Julia-Bolting.de

Einrichtungsberatung

- für Ihre Privat- u. Geschäftsräume
- Gartengestaltung
- Seminare und Vorträge

Familienstellen und Supervision



Svaha Schöpfer
Dipl. Sozialpädagogin
Diplom-Supervisorin
Tel.: 04433/968940
www.svaha.de
E-Mail: svaha1@freenet.de

- **Familienstellen**
- **Supervision**
- **Lebensberatung**

Kunstatelier Naumann



Ute Ilona Naumann
Dipl. Kunsttherapeutin
Tel.: 0441/7705177
www.kunstatelier-naumann.de

- Access to Innate
- Kunsttherapie
- künstl. Kurse für Erwachsene
- künstl. Kurse für Kinder

Lichtbahnen-Behandlung



Sabine Büsselmann
Birkenweg 37a, 26203 Tungein
Tel.: 04407/2735
www.lichtbahnen-therapie-Oldenburg.de

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

Reiki & Yoga



Günther Schönknecht
 Yoga-, Reiki- und Physiotherapeut
 Schulweg 52, 26209 Sandkrug
 Tel.: 04481/936520
 www.reiki-yoga-ol.de
 schoenknecht-rofes@t-online.de
 • Reiki I. - IV. Grad nach Dr. Usui
 • Yoga n. Mohan & Dr. Shrikrishna
 • Physiother. & Akupunkt-Massage

Rutengänger



• **Haus- und Schlafplatz-Untersuchungen**
 • **Elektrosmog-Untersuchungen**
Lars Schmidt
 Etzhorner Weg 227
 26125 Oldenburg
 Tel.: 0441/36169487

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

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

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 - 9 73 61 60
 E-Mail: gestaltung@achtsames-leben.org

Anzeigenleitung Buchhandlung Plaggenborg,
 Lindenstr. 35, 26122 OL,
 Tel. 0441 - 1 75 43
 Fax 0441 - 1 75 28
 E-Mail: info@achtsames-leben.org
 internet: www.buchhandlung-plaggenborg.de

Anzeigenpreisliste www.achtsames-leben.org

Autoren dieser Ausgabe:

Regina Bauer,
 Maria Theresia de Jong,
 Bernhard Dökel,
 Mechthild Hesse-Herr,
 Antje + Peter Jaruschewski,
 Christine Keidel-Joura,
 Peter Löffler,
 Ulrike + Karl-Heinz
 Plaggenborg,
 Anna Ulrich,
 Stefanie Wahlen,
 Eva-Maria Wunderlich

Titelbild Ulrike Plaggenborg

Termin-Annahmeschluss

Bitte nur den im Heft abgedruckten Termin-Auftrag benutzen. Veröffentlichung nur gegen Vorkasse. Alle Angaben ohne Gewähr. Kleinanzeigenschluss für die nächste Ausgabe ist der 01. Juni 2011.

Erscheinungsweise vierteljährlich

Auflage 6.000 Exemplare

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 15. Mai 2011.

Bankverbindung Volksbank Oldenburg,
 BLZ 280 618 22,
 Kto: 1 2215 700

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotomaterial kann keine Haftung übernommen werden. Gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.
 © 2011 by Buchhandlung Plaggenborg

sehswelten



Am Anfang war das Licht

Peter Straubinger
DVD 19,90 €

Dieser Film erzählt vom Phänomen „Lichtnahrung“, vom unglaublichen Faktum, dass es Menschen gibt und offensichtlich schon seit Jahrtausenden gegeben hat, die weder essen noch trinken. Der Film nähert sich diesem fast schon ungeheuerlichen Angriff auf unser naturwissenschaftlich aufgeklärtes Weltbild aus der Sicht des modernen Menschen - auf der Basis von unzweifelhaften Erlebnisberichten, Interviews und wissenschaftlich protokollierten Laborexperimenten. Der Zuschauer begibt sich auf eine ebenso spannende wie verblüffende Fahrtensuche rund um den Globus, die neueste Erklärungsmodelle aus der Quantenphysik genauso mit einschließt, wie das Wissen der östlich-spirituellen Tradition.



Leben im Jetzt - aber wie?

Vortrag mit Eckhart Tolle
Kamphausen Vlg., 19,95 €

Leben im Jetzt - aber wie? Atmosphärisch dicht und inspirierend wie nie zuvor: Wer Eckhart Tolle noch nicht live erleben konnte, wird durch die Mitschnitte der aktuellen Talks reichlich entschädigt. Er erfährt die unglaubliche Präsenz eines Weisheitslehrers, der - wie kein anderer - die Menschen anzieht: mit Würde, Bescheidenheit und einem unvergleichlichen Humor, der Herzen öffnet. Der Meister des JETZT führt unser Gedankenkarussell in die Stille und Weite des inneren Raumes jenseits von Zeit und Form und wird nicht müde, uns zu erinnern: Leben im Jetzt - das geht! Eckhart Tolle, gehört zu den größten Weisheitslehrern unserer Zeit. Im Alter von 29 Jahren erlebte er eine tiefe innere Transformation.



Pflanzenzauber - Schönheit und Heilkraft der Natur

DVD mit Wolf-Dieter Storl
Aurum Vlg., 24,95 €

Meditativ und inspirierend, voller Geschichten und Erfahrungen begeistert Wolf-Dieter Storl in gewohnter Manier den Zuschauer für den Zauber der Pflanzen und der Natur. Ein Streifzug durch die Welt heimischer Pflanzen, Kräuter und Bäume, ihrer Heilwirkungen und der Geschichten rund um sie herum. Gleichzeitig ein sehr persönlicher Blick auf die Natur, auf die Rituale, die uns mit ihr verbinden können und auf eine Lebensweise, die uns in unserer Umwelt unser wahres Zuhause finden lässt. Es gibt kein besseres Plädoyer für den Umweltschutz als die Faszination, die Wolf-Dieter Storl hier vermittelt. Ein Film, der schöne Bilder in unsere Seelen zaubert und diese tief in uns verwurzelt.



Den Dämonen Nahrung geben - Buddhistische Techniken zur Konfliktlösung

Tsültrim Allione

Goldmann Vlg., 16,99 €

Laufzeit: ca. 46 Minuten

Die „Dämonen“, das Böse, das wir im Außen erkennen, sind im Grunde unsere eigenen verdrängten Anteile, die wir durch Akzeptanz erlösen müssen, um frei zu werden. Die Methode der weltbekannten buddhistischen Lehrerin Tsültrim Allione „die Dämonen zu füttern“ enthält die Essenz überlieferter tibetischer Weisheit. Diese äußerst wirkungsvolle Technik zur Konfliktlösung hilft uns, in liebevoller Achtsamkeit aufzulösen, was uns quält.

Tsültrim Allione wurde mit 19 Jahren buddhistische Nonne, heiratete später und bekam vier Kinder. Sie ist heute eine der bekanntesten westlichen Lehrenden des tibetischen Buddhismus und Gründerin des Tara Mandala Retreat Centers in Colorado (USA).



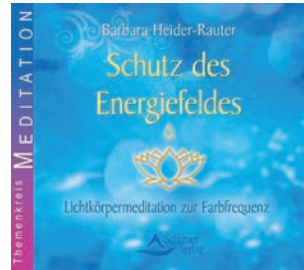
Der Himmelsgarten - Das Handbuch des spirituellen Gärtners

Marc Daniels

Allegria Vlg., 18,- € Buch m. CD

Passend zum Beginn des Frühjahres, wo es alle Menschen in den Garten bzw. ins Freie zieht: Nach dem spirituellen Urgebot „Wie oben so unten“ verbindet Marc Daniels tiefe spirituelle Einsichten der Kabbala mit der Anlage, Pflege und Ökologie eines Gartens. Indem er das Wachstum der Seele mit dem Wachstum eines Gartens vergleicht, gibt er anhand praktischer Tipps für die tägliche Gartenpflege gleichzeitig die Anleitung für die Pflege des Göttlichen, nicht nur in jedem Gärtner, sondern in jedem von uns.

Der Himmelsgarten ist keines der üblichen Gartenbücher, sondern viel mehr ein Appell, um die Diskussion über den tieferen Sinn des Gartens und Gärtnerns in der Gesellschaft zu beleben. Dem Buch liegt eine CD bei mit meditativer Musik.



Schutz des Energiefeldes

Barbara Heider-Rauter

Schirner-Vlg., 9,95 €

Der Lichtkörper des Menschen enthält viele Schichten, durch deren Anregung der Hörer direkten Einfluss auf sein Energiefeld ausüben kann. Mithilfe von Meditation, Farbvisualisierung, heiligen Lauten und die auf die blaue Farbfrequenz eingestellte Musik kann er sein Energiefeld im täglichen Leben effektiv schützen.

Barbara Heider-Rauter ist Pädagogin mit zusätzlicher Montessori-Ausbildung. Während der langjährigen Arbeit mit den Kindern der neuen Zeit hat sie weitere Ausbildungen zur Naturpraktikerin und Energetikerin absolviert. Durch die angeborene Sensitivität und Medialität begann ihr spiritueller Weg bereits sehr früh. Auf ihrer spirituellen Suche begegnete ihr vor fast 20 Jahren Aura-Soma. Barbara Heider-Rauter arbeitet weltweit als Lehrerin für Aura-Soma und als spirituelle Wegbegleiterin.



So wird der Mann ein Mann

Robert Betz

integral Verlag, 416 Seiten mit Audio-CD mit geführten meditationen, geb., 18,99 €

In seinem neuesten Buch nimmt sich der Psychologe und Bestseller-Autor Robert Betz („Raus aus den alten Schuhen!“) der Männer an, von denen sich viele in den letzten Jahren vermehrt in einer tiefen Krise befanden. Diese Krisensymptome zeigen sich nach seiner Beobachtung nicht nur in den angeschlagenen Körpern der Männer und in den steigenden Zahlen von Burnout-Syndrom und Depression, kaputten Gelenken und Bandscheiben, Herz- und Atembeschwerden und vielen weiteren körperlichen Beschwerden, sondern vor allem in einer tiefen Ratlo-

sigkeit und Sinnleere, mit der sich viele der männlichen Zeitgenossen erschöpft und frustriert durch ihr Leben schleppen.

Während sich viele Frauen in den letzten Jahrzehnten seit Beginn der Frauenbewegung aufgemacht haben zu neuen Ufern, ihr Selbstbewusstsein verbessert, ihre Rolle neu definiert und viele Aktivitäten zur Verbesserung ihrer Körper- und Lebenssituation ergriffen haben, steht der Mann im Vergleich zu ihnen noch in einer passiv-leidenden Position, die oft mit einer resignierenden Haltung einher geht.

Robert Betz spricht Männer jeden Alters an und hilft ihnen zu verstehen, wie sie sich selbst in ihre Sackgassen hinein manövriert haben. Der männliche Leser erkennt sich im Buch unschwer als bisher unbewusster Schöpfer seiner unerfreulichen Lebenssituationen und wird ermutigt, zu sich als Mann eine neue liebende und bewusst gestaltende Beziehung aufzunehmen.

Die erfreuliche Botschaft - auch für Frauen - lautet: Die Männer begreifen in dieser Zeit offenbar sehr schnell. Sie haben lange ausgeharrt in Positionen und Lebensmustern, die sie von den früheren Männergenerationen übernahmen. Aber jetzt wachen immer mehr ‚normale‘

Männer auf und nehmen ihr Lebensheft neu in die Hand. Dazu zählen insbesondere viele Selbständige und Führungskräfte.

Besonderen Wert legt Betz auf einen neuen Umgang mit seinen Gefühlen, der für den Mann von morgen eine Schlüsselfunktion einnehme. Denn für Männer stellt das Fühlen von Gefühlen ein sowohl unbekanntes als auch weitgehend als ‚weiblich‘ abgelehntes Terrain dar. Im Umgang mit Gefühlen ist der Mann weitgehend ein Analphabet geblieben. An seinen unterdrückten und negierten Gefühlen jedoch leiden Männer heute mehr als an allem anderen, auch wenn sie mit aller Macht versuchen, sich hiervon abzulenken, sei es durch übertriebenes und liebloses Joggen, das Malträtiertwerden des Körpers im Fitness-Center und durch Extremsportarten auf der einen Seite sowie durch suchtartiges Verhalten im Beruf wie im Privaten (Alkohol, PC, Sex u.a.).

Robert Betz belässt es jedoch nicht bei einer Beschreibung der Ist-Situation, sondern führt den Leser Kapitel für Kapitel in ein neues Selbstverständnis von sich als Mann und in einen neuen, selbst-bewussten Umgang mit sich. Auffällig ist, dass im Buch kein Wort der Anklage gegen Frauen fällt

(auch wenn die Verstrickungen mit den Müttern und ihre dramatischen Auswirkungen auf den Mann ausführlich beschrieben werden). Der Mann wird durch das ganze Buch hindurch immer wieder ermutigt und aufgefordert, für seinen Zustand und seinen Weg selbst die ganze Verantwortung zu übernehmen und sich endlich um sich selbst - seine Gedanken, seine Gefühle, sein Herz und um seinen Körper - zu kümmern und nicht nur um seine Arbeit. Wenn Männer diesen im Buch beschriebenen Weg in die Freude am eigenen Mann-Sein gehen, werden sich auch die Frauen freuen, für die der heutige Mann eine große Belastung darstellt, so Robert Betz. Denn viele Männer, die beruflich erfolgreich seien, mutierten am Abend zuhause bei der Frau entweder zum kleinen, bedürftigen Jungen oder zum Tyrannen oder erhofften sich bei und von der Frau als Ausgleich zum tristen Männeralltag die Freude am Leben, die sie sich selbst oft nicht geben könnten. Ein Buch, das nicht nur Männer, sondern vermutlich auch viele Frauenherzen erobern wird, denn es spricht vielen Frauen aus der Seele, die sich seit Jahren fragen: Wann wachen die Männer endlich auf?!

Anna Ulrich

Lese-Empfehlung von Malte Gerdes-Röben



Tatsachisieren – Der Flügelschlag Deiner Gedanken erschafft die Welt Ilse Stritesky-Hüllerbrand Shaker Media, 146 S., 19,90 €

Voller Gedanken und Hoffnungen mache ich mich als Nordlicht aus Oldenburg auf den Weg zu einem Seminar, das „Tatsachisieren“ heißt und in München stattfindet. Tatsachisieren? Was heißt das eigentlich? Mein Interesse wurde im Oktober 2010 durch einen kleinen Artikel über die Autorin des Buches „Tatsachisieren – Der Flügelschlag deiner Gedanken erschafft deine Welt!“ geweckt, den ich in einer Zeitschrift entdeckte. Ich fühlte mich zu dem Zeitpunkt beruflich in einer Sackgasse und war bereit für Veränderungen, jedoch merkte ich bald,

wie sehr mich mein eigenes gedankliches Netz sehr unbeweglich machte – alles fühlte sich sehr schwer und kompliziert an! Ich wusste doch aber, dass andere Menschen auch solche Veränderungen in ihrem Leben geschafft hatten – wieso kam es mir vor, als wäre ich unfähig etwas in meinem Leben zu ändern? Gespräche mit Freunden und Gleichgesinnten bestärkten mich, Hilfe zu suchen. Auf der Homepage www.tatsachisieren.de wurde ich fündig. Da hieß es: „Unser Thema ist Energie und Resonanz und die geistigen Gesetze des Universums.“

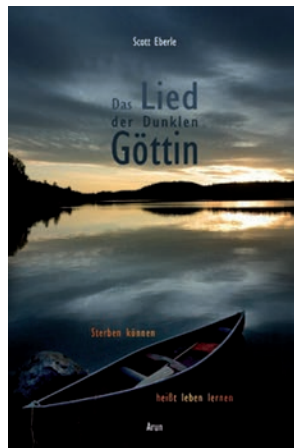
Kurz darauf melde ich mich zu einem Seminar an. Dort erfahre ich dann ganz genau den Mechanismus, wie einfach ich Dinge, Lebenssituationen und Ereignisse erschaffe - allerdings meist unbewusst. Deshalb kommen auch Ergebnisse dabei heraus, die ich so gar nicht wollte, wie z.B. belastende Ereignisse, berufliche Stagnation, Fehlschläge, usw. Ein Mensch denkt zigtausend (90.000) Gedanken am Tag – und jeder einzelne hat seine eigene Kraft sich zu verwirklichen. Dies ist grundsätzlich für mich nichts Neues. Doch neu ist, ganz detailliert gezeigt zu bekommen, wie wir das machen und was dabei auch feinstofflich im Hintergrund

wortwelten

abläuft. Neu ist außerdem, dass ich von Ilse Stritesky praktische, alltagstaugliche Übungen an die Hand bekomme, die es mir ermöglichen, genau da anzusetzen, wo es bei mir hakt, um dann Dinge und Tatsachen in meinem Leben zu erschaffen, aber jetzt, so wie ich es möchte und ganz bewusst. Ich erlerne die Kunst des Tatsachisierens und wie sehr die Gedanken an Gefühle gekoppelt sind und dadurch eine noch stärkere Kraft in sich bergen.

Ilse Stritesky, die sich selbst auf rein geistigem Weg von einer unheilbaren Krankheit geheilt hatte, bringt eigene Erfahrungen und eigene Forschungen in das Seminar mit ein. Sie holt wirklich jeden Teilnehmer dort ab wo er steht und führt ihn ganz behutsam ans Ziel. Praktische Hausaufgaben helfen mir das Gelernte anzuwenden und es für das nächste Treffen der Seminargruppe einzubringen. Nach 3 Monaten ziehe ich mein Resümee: Ich habe einen Plattenvertrag bekommen, in einem Berufsfeld, das ich mir „tatsachisiert“ habe und werde mich im Sommer zu einem Drittel aus meinem gesicherten Beamtenjob angstfrei entfernen. Ich werde immer sicherer in der Anwendung und gehe nun Schritt für Schritt den Weg in meine Selbstverwirklichung.

Jetzt gerade baue ich mir mein eigenes Seminarzentrum hier in Oldenburg, das ich übrigens im Oktober 2011 eröffnen werde. Ich freue mich auf alle anderen Dinge, die ich in meinem Leben erschaffen werde. Vielen Dank Ilse Stritesky!



Das Lied der Dunklen Göttin - Sterben können heißt leben lernen

Scott Eberle

Arun Vlg., 208 S., 19,95 €

Scott Eberle begleitete als Arzt, Schüler und Freund von Steven Foster diesen in den letzten Monaten, Tagen und Minuten seines Lebens. Er schildert uns in ergreifender Poesie wie auch ärztlicher Sachlichkeit den Übergang, die letzte Initiation dieses bedeutenden Visionssuche-Mentors und Wildnis-Philosophen. Gleichzeitig bietet das Buch einen Einblick in die Biografie Fosters, eine beeindruckende

ehrliche Rückschau auf seinen Weg, der offener und authentischer kaum sein könnte. Eberle und Foster lassen uns teilhaben am gewaltigen Ringen des Menschen mit Leben und Tod, sprechen über die letzten Dinge, über Verwandlung und Schwellengang und über das große Mysterium, im Tod den Lehrmeister des Lebens zu erkennen. In diesem faszinierenden Buch werden die Grundlagen der Hospizarbeit und der initiatorischen Wildnisarbeit zusammengeführt und aufgezeigt, wie diese sich gegenseitig bedingen. Es lässt uns wissen: Wer richtig leben will, muss sterben lernen!



Heilkraft D Nicolai Worm

Systemed Vlg., 176 S., 15,95 €

Täglich werden neue wissenschaftliche Arbeiten veröffentlicht, die belegen, wie viel das Vitamin D kann. Es ist einer der

Schlüssel für unsere Gesundheit! Es schützt Herz und Gefäße, es verhindert und bekämpft die Krebsentstehung, hilft uns gegen Diabetes, Infektions- und Autoimmunerkrankungen, Hirn- und Muskelschwund zu schützen.

Warum wir im freiwilligen Mangel daran leben, ist absolut nicht nachzuvollziehen. Ebenso wenig, dass die Gesundheitspolitiker und Meinungsbildner in Sachen Ernährungswissenschaft diese Mangelversorgung epidemischen Ausmaßes in der Bevölkerung bislang offenbar verschlafen. Und doch: Immer mehr präventivmedizinische und therapeutisch wirksame Empfehlungen zur Vitamin-D-Versorgung lassen sich heute signifikant absichern. Nicolai Worm hat in seinem neuesten Ratgeber schonungslos den Stand der Erkenntnisse zusammengefasst. Und damit - nun schon zum wiederholten Mal - ein hoch brisantes und revolutionäres Werk vorgelegt, das für einigen Aufruhr in den Elfenbeintürmen etablierter Richtliniengremien sorgen wird.



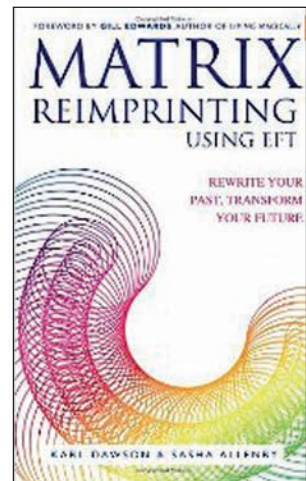
Die Gabe - Warum wir hier sind

Demian Lichtenstein und Shajen Joy Aziz
Scorpio-Vlg., 280 S., 17,95 €

In jedem von uns schlummert eine besondere Gabe. Sie ist der Ausdruck unseres innersten Wesenskerns, der Schlüssel zu Freude, Erfüllung und bedingungsloser Liebe - unser Geschenk an die Welt. Die Gabe - Warum wir hier sind lehrt uns, im Einklang mit unserer Gabe zu leben und somit den Kern unserer Bestimmung zu entdecken.

Das Gesetz der Anziehung, the law of attraction, hat in den letzten Jahren viel Aufmerksamkeit erfahren. Dabei ist es nur eines von vielen universalen Gesetzen, die in der Welt wirken. Was wäre nun, wenn wir alle spirituellen Gesetze in uns zur Entfaltung bringen und nicht nur eines? Wir finden den

Kern unseres Wesens. Wir entdecken, dass wir nichts mehr erreichen müssen, nichts mehr perfektionieren oder optimieren. Denn wir sind bereits beschenkt worden. Mit einer Gabe, die so individuell ist wie unser Fingerabdruck. Eine Vielzahl spiritueller Meister und Transformationslehrer wie Michael Bernard Beckwith, Jack Canfield und Sri Sri Ravi Shankar leiten uns dabei an, wie wir diese Gabe entdecken und leben können.

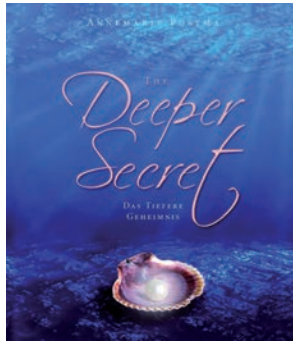


Matrix Reimprinting **Karl Dawson, Sasha Allenky** Trinity-Vlg., 384 S., 16,95 €

Abhängigkeiten und Depressionen, Phobien und Traumata, Allergien und Asthma - die revolutionäre Matrix-Reimprinting-Technik erzielt bei einer

wortwelten

Fülle psychischer wie körperlicher Beschwerden beeindruckende Erfolge. Basierend auf EFT, nutzt die Technik außerdem die neuesten Erkenntnisse aus der Quantenphysik, der Traumaforschung, der Meta-Medizin und dem NLP. Mit der Meridian-Klopf-Therapie EFT erzielten Millionen Anwender Erleichterung bei psychischen und körperlichen Beschwerden. Das aus dem EFT entwickelte Matrix Reimprinting geht noch einen Schritt weiter: Die neue Technik zur Persönlichkeitsentwicklung ermöglicht es erstmals, traumatische Erlebnisse, die uns in der Vergangenheit gefangen halten, nicht nur zu mildern, sondern sie aus dem Body-Mind-Gedächtnis zu löschen. Matrix-Reimprinting-Begründer Karl Dawson und seine Mitautorin Sasha Allenby erläutern Schritt für Schritt die Anwendung der Technik, die auch im Eigenstudium erworben werden kann. Das Buch eignet sich für EFT-Einsteiger ebenso wie für Therapeuten und enthält eine Fülle von Techniken und Behandlungsprotokollen.



The Deeper Secret

Annemarie Postma

Neue Erde Vlg., 160 S., 16,95 €

Rhonda Byrnes „The Secret“ stand wochenlang in den Bestsellerlisten und begeisterte unzählige Menschen für das universelle Gesetz der Anziehung. Jedoch hinterließ „The Secret“ viele offene Fragen, denn das Gesetz der Anziehung ist kein Selbstläufer und auch keine Garantie für die Erfüllung der persönlichen Wünsche. Die in den Niederlanden sehr erfolgreiche Autorin Annemarie Postma geht in ihrem neuen Buch „The Deeper Secret“ nicht nur dem Gesetz der Anziehung sondern auch den restlichen elf universellen Gesetzen die unser Leben und

unsere Einstellung beeinflussen auf den Grund - und eröffnet uns eine neue Sicht auf uns selbst. Dieses lebens- und praxisnahe Buch zeigt aber auch, dass die Anwendung dieser 12 universellen Gesetze eingebunden ist in einen Prozess lebenslangen Lernens, denn das Universum ist keine Wohltätigkeitsorganisation die nur unsere Wünsche erfüllt, sondern eine Institution die unseren eigenen Lebenswillen fordert und fördert. Es liegt allein in der eigenen Hand wie wir unser Leben gestalten und uns selbst respektieren.

Annemarie Postma studierte Jura und wurde das erste professionelle Fotomodell Europas mit einer Behinderung. Wegen eines unbehandelten Zeckenbisses sitzt sie, seit sie elf Jahre ist, im Rollstuhl. Heute ist sie eine erfolgreiche Publizistin und Schriftstellerin; sie widmet sich vor allem den Themen Selbstwert und Selbstachtung. Das ist ihrer Meinung nach für die heutigen Menschen und ihre Entwicklung der Dreh- und Angelpunkt.



Alle Bücher können Sie bestellen bei Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de oder www.buchhandlung-plaggenborg.de. Wir liefern gern zu Ihnen nach Hause!



Die fünf Kiekuter - Das Geheimnis liegt im Rücken
Harald Jordan
 AT-Vlg., 136 S., 17,90 €

Dieses Buch birgt das Vermächtnis einer vor Jahren verstorbenen Gymnastiklehrerin: Sie hatte aus ihrem eigenen Schmerzensweg heraus hilfreiche Übungen entdeckt, die den Körper aufrichten, gesunden und energetisch aufbauen. Harald Jordan erhielt ihre Aufzeichnungen zur Veröffentlichung. Der Titel ist bewusst eine Anspielung auf die „Fünf Tibeter“. Sie selbst hatte sich für diesen Titel ausgesprochen, weil bei den „Fünf Tibetern“ so manches nicht stimme. So sagte sie: „Ich bin ja nicht aus Tibet, ich bin aus Kiekut.“ (in der Nähe von Hamburg). Das Besondere an den hier vorgestellten fünf Grundübungen ist: Man braucht keine Geräte und keinen besonderen

Zeitaufwand. Sie können in das alltägliche Tun einbezogen werden. Sie verbessern die Wahrnehmung und geben inneren und äußeren Halt. Die Übungen sind durch Hinweise zur energetischen Wirkung und kulturelle Hintergründe ergänzt, um bewusst zu machen, was wirklich wirkt.

Es handelt sich um keine der üblichen Rückenschulen, denn es werden mehrere Körper-Bereiche angesprochen. Es geht um das Knie, um die Hüfte, um die Wirbelsäule, um den Rücken und um die Schulter. Aber das Geheimnis liegt eben im Rücken....

Mit dem Geist den Körper heilen - Erwecken Sie Ihre grenzenlosen inneren Kräfte

Rick Levy

Lüchow Vlg., 295 S., 17,95 €

„Krankheit im Körper beginnt mit Unwohlsein im Geist. Jeder gesundheitliche Aspekt korrespondiert auf direkte Weise mit einem gewissen Grad an Verzerrung im Geist“, sagt der amerikanische Mediziner Dr. Rick Levy in seinem neuen Buch. Er ist überzeugt: Wer die verborgene Kraft des Geistes für Heilungszwecke freisetzen möchte, muss diese Verzerrung ausfindig machen und verstehen, welches Muster seiner persönlichen Geschichte zugrunde liegt. Sein Buch stellt erprobte Werkzeuge zur Verfügung, die einen Zugang zu bisher verschlossenen Bereichen des Geistes schaffen. Was dort wartet? Grenzenlose Kraft! Denn Levy zufolge sitzt im Überbewusstsein das Wissen darüber, dass das Leben reich und vielfältig ist. Dr. Rick Levy, Ph.D., Arzt, Psychologe und Pionier der Körper-Geist-Medizin, behandelt Patienten aus aller Welt. Mit speziell entwickelten Methoden erzielt er sensationelle, dauerhafte Heilerfolge. Seine Klinik - The Levy Center for the Healing Arts - befindet sich in Gaithersburg, Maryland.





Wir bieten **MEHR** im Internet-Shop! Bücher, CDs, DVDs mit dem Plus an Information

Internet-Shop
www.buchhandlung-plaggenborg.de

The screenshot shows the website interface for the book 'Lieben was ist' by Byron Katie. The main content area includes a title, author name, a short description, and a video player. The sidebar on the left contains several promotional banners for books and services. The top navigation bar includes categories like 'Bücher', 'A.H.A. Almas', 'Musik, Film u.a.', and 'Rezense'. The bottom of the page features a login form and a footer with contact information.

Inhalt/Rezension

Leseprobe

homepage Autorin

Interview Autorin

online Videoclip

weitere Videoclips

Veranstaltungen mit
der Autorin

Blog

reg. Veranstaltung

Zahlreiche Zusatzinfos zu
vielen Büchern und CDs aus
dem Bereich Gesundheit,
Spiritualität, Bewusstsein!

Willkommen in unserem Internet-Shop!

- Erweiterte Buch-Suche: über 450.000 Buch-Titel zum Bestellen über unseren Partner-Großhändler
- **auch telefonische Bestellung möglich!**
- Einfache Handhabung: übersichtliche Gestaltung (auch für Internet-Anfänger!)
- Ausführliche Hilfe-Funktionen
- Sichere Verbindung (SSL-Standard)

www.buchhandlung-plaggenborg.de, Lindenstr. 35, 26123 Oldenburg, T. 0441-17543

wer macht was

Akupunktur

Martina Klisch – chin. Medizin, Akupunktur, Shiatsu, Heilpraktiker-
kerausbildung. Tel. 04482-565.

Ausdrucksmalen

Atelier für Ausdrucksmalen und
Praxis für Kreative Therapie,
Dipl. Psych. Karen Ritterhoff,
Tel.0441-2097192.

Beratung

für den richtigen Beruf, eine har-
monische Partnerschaft und
Lebensfreude: 04488-5208650
Praxis Erfülltes Leben Uta Link.

Bonding

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

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.

Jin Shin Jyutsu

Informationen, Seminare und
Einzel Sitzungen, Eika Bindgen,
Heilpraktikerin, Tel. OL
4086431.

Kartenlegen

Liebevolles, einfühlsames Kar-
tenlegen, exakt und kompetent.
Christine Kopka, Tel. 0160-
2820013, 0441-55682.

Wer macht was?

*Der kleine Branchenführer
zum schnellen Nachschlagen*

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

Kiefergelenk

Kiefergelenkentlastung. Ent-
spannter Kiefer-Entspannter Kör-
per-R.E.S.E.T. Lutz Doblies,
04404-9599995.

Kinesiologie

Kinesiologische Partnerberatung
mit Aufstellungselementen. W.
Menke, HP, 0441-9620450.

Kinesiol. Praxis Horst Schnee-
gaß. Abbau v. Stress, Angst u.
Blockaden. Hilfe in Krisen. Men-
talreisen. OL 9985775.

Klangmassage

Für Einzelne und Paare und Aus-
bildungsseminare nach Peter
Hess. Johannes Weerts,
Hauptstr. 66, OL; Tel. OL
36164502.

Klassische Homöopathie

Praxis, Arbeitskreis, Intensivsemi-
nare und Arznei-Verreibung. Axel
Thyarks, Schubertstr. 3, OL,
0441-16117, Fax 16118.

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

HP Maren Hauburger – Schwer-
punkt Kinderheilkunde - Bloher-
felder Str. 82 (Oldenburger Heb-
ammenpraxis) OL 4086253.

HP Dr. Nicola Hassold-Piezunka,
Praxis für Klass. Homöopathie,
Dorfwinkel 19, Tungenl, Tel.
04407-715638.

Meditation

Meditation auf das innere Licht
und den inneren Ton nach dem
Weg des Sant Mat, Info: 04246-
964492.

Metabolic Typing

Die optimale Ernährung für Ihren
individuellen Stoffwechselfyp.
Informationen bei Tonja Hauser,
Tel. 0441-8096118.

Partnerschaft

Monika Entmayr & Reiner Kamin-
ski. Paarberatung, Workshops für
Paare. Tel. 04435-916868, info
@liebeskultur.de.

Pendeln

Pendeln, Kartenlegen, Orakel-
deutung, Steinheilkunde – auch
per Hausbesuch. Vika Meyer, OL,
Tel. 0176-51310959.

Primärtherapie

Fühlen, der Schlüssel für Leben-
digkeit und Leben im Moment.
Integrative Primärtherapie Gabri-
ela Luft, 0421-79474144.

Prüfungserfolg

Ängste auflösen, optimal lernen,
Kraft tanken, motiviert sein.
Klopfakupressur u.a. HP D.
Wordtmann, 0441-9503985.

The Reconnection

Reconnective Healing (R). Heilung durch Rückverbindung: Mechthild Hesse-Herr, Entwicklungswege, 04403-8107372.

Reconnective Healing

Heilen in seiner ursprünglichen Form, Rolf Kuhlmann, Heiler Energetisches & Geistiges Heilen, 04488-764093.

Reflexzonentherapie

HP Dagmar Schühnhoff, 26135 OL, Tel. 0174-6483823, Reflexzonentherapie am Fuß n. H. Marquardt.

Reiki

Aus dem Herzen durch die Hände. Reiki seit 1987! Erfahrene Reiki-Meisterin-Lehrerin Ursula Schoenfelder, Tel: 0441-36145020.

.....
Blockaden lösen, Energie pur, Behandlungen, Einweihungen. Reiki-Meisterin-Lehrerin Johanna Zimnik, Bremerhaven 0471-291593.

Schamanismus

Schamanisch Heilen, mit der Hilfe der geistigen Welt. Einzel- u. Gruppenarbeit, Gabriela Luft, 0421-79474144.

Tanztherapie

Tanztherapie in Einzel- u. Gruppenarbeit für Frauen und Männer. Orient. Tanz, Frauenheilkreise. G. Janz, 04426-929912.

Tierkommunikation

Tiercomm-erfahren was Ihr Tier fühlt-Tel.: 04481-1845 od. 0173-8288624 (siehe auch bei: „Wer-Wie-Was im Internet“).

Trommeln

Trommeln mit Leib & Seele. Einzel- und Gruppenunterricht. Barbara Renken, Rhythmus-pädagogin, Tel. 0441-82785.

Yoga

Wege zur Lebensfreude. Kurse, Seminare, Bewusstseins-schulung. Renate Reemts, HP, Tel. 0441-96204

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

Termine

Sonnabend 9.4.2011

Vortrag Wirbelsäulenbegrädigung, 15 Uhr Steinreich Bremen, Info Tel. 0421-6200456 (kostenfrei).

Mittwoch 13.4.2011

Öffentlicher Tempeldienst. 19:45 Uhr, Internat. Schule d. Goldenen Rosenkreuzes, Fritz-Bock-Str. 3, OL, www.rosenkreuz.de

Sonnabend 30.4.2011

Tag der offenen Tür im Sampoor-na-Yoga-Zentrum, Zeughausstr. 70, OL. Weitere Info: www.sampoorna-yoga-oldenburg.de.

Sonntag 1.5.2011

Tag der offenen Tür im Sampoor-na-Yoga-Zentrum, Zeughausstr. 70, OL. Weitere Info: www.sampoorna-yoga-oldenburg.de.

Montag 2.5.2011

Orientalischer Tanz - unverb. Probestunde, 20.45 Uhr. Info: Birgit Kalusche, 0441-6001364.

Sonnabend 7.5.2011

Coaching mit Meridianklopf-technik, 15 Uhr Steinreich Bremen, Info Tel. 0421-6200456 (kostenfrei).

Freitag 13.5.2011

Auradiagnose und Auraheilung mit Ralf-Marien Engelbarts 11-19 Uhr in Oldenburg. Bitte anmelden über Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

Mittwoch 25.5.2011

Öffentlicher Tempeldienst. 19:45 Uhr, Internat. Schule d. Goldenen Rosenkreuzes, Fritz-Bock-Str. 3, OL, www.rosenkreuz.de

Sonntag 29.5.2011

Gartenfest/ Tag d. offenen Tür, Alo ola pono Centrum, 14-19 h, Uli Sa Lingenfelder, Breslauer Str. 72, Tel.: OL 2059269.

Sonnabend 4.6.2011

Vortrag Wirbelsäulenbegrädigung, 15 Uhr Steinreich Bremen, Info Tel. 0421-6200456 (kostenfrei).

Mittwoch 15.6.2011

Öffentlicher Tempeldienst. 19:45 Uhr, Internat. Schule d. Goldenen Rosenkreuzes, Fritz-Bock-Str. 3, OL, www.rosenkreuz.de

regelmäßige termine

Regelmäßige Termine

montags

Meditation auf das innere Licht und den inneren Klang nach dem Weg des Sant Mat, Information und Film, 19:15 Uhr, Weskampstr. 28, Info: 04246-964492 und www.santmat.de.

„Intuition & Kreativität“ fortlaufende 14-tägige Gruppe mit praktischen Übungen mit Themen der TeilnehmerInnen von 19.30-21.30 Uhr mit Peter Jaruschewski, Tel.: 0441/9729996.

dienstags

Offener Rhythmuskreis 19.30h Umwelthaus, PFL. Barbara Renken, Rhythmuspädagogin, Tel. 0441-82785, Anmeld. erbeten.

Meditationsgruppe: mit den Aufgestiegenen Meistern meditieren. Jeden 1. Dienstag im Monat. Bitte anmelden: Sabine Chanuria Reinker, 0441-3404830.

Wege zur Wahrheit – spirituelle Themenabende. Beginn 20 Uhr. Internationale Schule des Goldenen Rosenkreuzes, Fritz-Bock-Str. 3, Oldenburg, www.rosenkreuz.de .

Yoga in der Gruppe, Samahita Yoga mit Entspannung und Atem- Achtsamkeit, Gruppe 1 beginnt um 17h, und Gruppe 2 um 19h. Anmeld.: Regina Bauer, OL 82118.

Kundalini Meditation nach Osho, 18 Uhr, Yoga Vidya Zentrum OL. Anmeld. und Info: Uwe-Purnima Breitkopf, OL 94919107.

Gedächtnistraining mit allen Sinnen für Erwachsene/Kinder. Infos u. Anmeldung: Gabi Tapken, OL 5703239 o. 01522-6092253.

Stammtisch Kalyana, Verein für ganzheitliche Gesundheit e. V., jeden 1. Dienstag im Monat, Gesellschaftshaus bei Meyer, Nadorster Straße 120, OL, Anmeldung nicht erforderlich, Kontakt: Rolf Kuhlmann, Tel. 04488-764093.

mittwochs

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

donnerstags

Kinesiologische Aufstellungsarbeit in kleinen Gruppen 1x im Monat donnerstags von 19-22 Uhr. W. Menke, OL 9620450.

Vorträge

8.4. Medium Daan Akkerman: Vortrag und Meditation: „Krankheit, Karma, der Weg zur Heilung?“ Beginn 20 Uhr im Rosenhaus, Weskampstraße 28.

3.5. Gesunde Partnerschaft. Wie Beziehungen gelingen! 19:30 Uhr, PFL, Oldenburg; 7,- €; Uta Link; 04488-5208650.

25.5. „Wechseljahre – Unterstützung d. Heilpflanzen u. äth. Öle“, Vortrag m. Frau dr. Goecke, Frauenärztin f. Naturheilverfahren um 19.30 Uhr, www.pfeffer-und-minze.de, Tel.: 04484-998951.

28.6. Vortrag mit Robert Betz: Wie Frauen und Männer zu sich selbst und zueinander finden. Über Partnerschaft, Liebe, Sexualität und Treue. Im PFL-Kulturzentrum, Peterstraße 3, OL.

28.6. Gesund durch Selbstliebe - die eigenen Bedürfnisse wahrnehmen und mutig vertreten! 19:30h, 7,- €, PFL; Uta Link 04488-5208650.

Seminare/ Workshops

Reiki/ Bioenergetische Tiefenentspannung (BET) gegen Stress und Burnout. Regeneration und Aktivierung von Lebenskraft. Einzelsitzungen und Seminare im 1., 2. und 3. Grad. Reiki-Lehrerin Britta Tibulsky. Deutsches Fachzentrum für Stressbewältigung (DFME). Tel. 0441-4084117. www.dfme.de

13.4. Encouraging-Training
1. Einheit: Mutig die Aufgaben des Alltags lösen; 19h, Weskampstr. 28, OL, 12,- €, Uta Link: 04488-5208650.

Bushido Sportschule Oldenburg
ATE, STREET FIGHTING, JUDO, JIU JITSU, KARATE, TAIKWONDO, TAE KWON DO
Melkbrink 13 • 26121 OL
Telefon: 0441 - 85726

ab 2.5.2011 **Yoga: Neue Kurse für Anfänger** ab 2.5.2011. Weitere Info: www.sampoorna-yoga-oldenburg.de

ab 3.5. **Luna Chi- Körperglück und Magie** - zu den Quellen weiblicher Kraft, 18.30 - 20.30 Uhr, 10 Abende, 200,- €, Astrid Mügge, ISIS-freie Praxis, Tel. 0441-592328, info@salute-isis.de.

13.5. **Auradiagnose und Auraheilung** mit Ralf-Marien Engelbarts von 11-19 Uhr in Oldenburg. Bitte anmelden über Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

14.5. **Seminar: Auradiagnose und Auraheilung** mit Ralf-Marien Engelbarts 10 ca. 18 Uhr in Oldenburg. Bitte anmelden über Buchhandlung Plaggenborg, Tel. 0441-17543, info@buchhandlung-plaggenborg.de.

14./ 15.5. **Bundeslehrgang „S - Survival Combat Fight“ + Bo Jitsu + Kyujitsu Bogen**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441-85726.

20.-22.5. **Theresia Maria de Jong** - Autorin zahlreicher erfolgreicher Bücher - singt heilsame Seelenlieder und **begleitet Menschen als Nature Coach**. Wenn Sie an einer Weggabelung stehen oder neue Klarheit über Ihr Leben möchten: Ein Termin mit Maria Theresia de Jong könnte den richtigen Impuls geben. Oder: Sie besuchen ihr **Seminar LebensVisionen vom 20.-22. Mai** im Hof Oberlethe. Weitere Seminare und mehr Infos: www.theresia-dejong.de

21.5. **Jiu-Jitsu / ATS / TCC Lehrgang**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441-85726.

21.5. Im Tempel der Aphrodite, ein **tantrisch-magischer Wonnetag für Frauen**, 11-18 Uhr, 69,- €, Astrid Mügge, ISIS-freie Praxis, Tel. 0441-592328, info@salute-isis.de, www.salute-isis.de.

22.5. **Karate & Chi Gung Lehrgang**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441-85726.

28.5. **Kompaktlehrgang: Karate, Jiu-Jitsu, ATS, Kick-Box, Judo, Kung Fu, TCC-Chi Gung**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441-85726.

29.5. + 26.6. **Energietanz, für alle Tanzfreudigen jeden Alters**, am 29.5. + 26.6., je 17,- €, Astrid Mügge in der ISIS-freie Praxis, Tel. 0441-592328, info@salute-isis.de, www.salute-isis.de.

2.-5.6. „Let the sunshine in!“ **Biodanza Summer Celebration** im Seminarhof Oberlethe.

10.-12.6. **Wochenendseminar mit Domo Geshe Rinpoche**: Thema Veränderung, im Hof Oberlethe. Infos: Stefan Buff: 0441-5099289, dawania@web.de. Mehr Infos über Domo Geshe Rinpoche: www.white-conch.org

6.7. **Philip Rafferty** wird die von ihm entwickelte **Kinergetics** Methode im PFL, OL, von 19-22 Uhr vorstellen. Anm./ Info: Josef Stotten, 04407-716387.

5. **Sommercamp im Lebensgarten Steyerberg**. Gemeinsam Vielfalt erleben vom 23.07. bis 31.

07.2011 In zahlreichen Work- und Playshops Neues entdecken und Gemeinschaft erleben. Kinderbetreuung für Kinder ab 4 J. 390- € incl. BioVollwertkost; Nähere Infos/Anmeldung: 05764/942961; www.lebensgarten-sommercamp.de

28.8. **Yogameisterin Swami Saradananda**: 20 h: Satsang, am 29.08. von 18-22 Uhr Chakra-Workshop im Yoga Vidya Zentrum Oldenburg, Breslauer Str.74, Anmeldung unter Tel: 0441-5706528.

Ausbildung

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

9.4. **Tai Chi/Qi Gung & SV Ausbildung**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441-85726.

7.5. **Tai Chi/Qi Gung & SV Ausbildung**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441-85726.

25.6. **Chi Gung Tai Chi & SV Ausbildung**. Anmeldung Bushido Sport Schule, Tel. 0441-85726.

Internationale Yogalehrer-Ausbildung in Deutschland und Indien. Start Januar 2012. 2-Jährige Ausbildung in allen Bereichen des Yoga. 0211-99543993 www.kheyala.de, www.flow-in.de

an & verkauf ...

An- & Verkauf

Internet-Shop der Buchhandlung Plaggenborg: Besuchen Sie unseren Laden im Internet: Bücher, CDs, DVDs. Mit jeder Menge Informationen zu Autoren/ Lehre/ Schule, mit Links zu Videos, Veranstaltungshinweisen u.v.m. sowie ca. 450 000 Buchtitel über unseren Großhändler, dort z.T. mit Leseproben - alles zum Bestellen von Zuhause aus. www.buchhandlung-plaggenborg.de. Und: Die Seite wird täglich erweitert. Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Sie haben Fragen? Rufen Sie uns an: Tel. 0441-17543. Mehr Infos zum Shop in diesem Heft.

Heilmusik auf MP3 CD, Gitarre, Gesang, sehr positiv entspannend + kraftgebend, ideal zum Visualisieren. www.heilmusik.npage.de

Dies & Das

Ich suche eineN NachfolgerIn für meine Heilpraktikerpraxis für Ganzheitliche Chiropraktik in Horsten/Friedeburg, Tel.: 0175-1950472.

Wohnen & Räume

5-Zimmer Altbauwohnung teilen. Frau sucht Frau zw. 45-60 berufstätig NR für gemeinsames Wohnen. nirava_jacob@web.de

Schöne und lichtvolle Gruppenräume (22, 26, 30 und 70 qm) mit 2 Teeküchen für Gruppen, Seminare und Einzeltherapie. Rosenhaus (Haus Weskampstraße)- Zentrum für Selbsterfah-

rung, Meditation und Therapie. www.rosenhaus-oldenburg.de. Tel. 0441-8 53 15.

Setze Strom & Gas Kosten auf Diät. Ökostrom zu günstigen Bedingungen. Kostenlose und unabhängige Beratung für Sie Tel.: 04488-5205495.

Frischgebackener HP, Freiberufler, 33 Jahre, wohlwollend-optimistisch, unesoterisch/ungebatikt, sucht ab Mitte 2011 vorerst befristet Teilzeit-Platz/Untermiete in NHP im Nordwesten. Schwerpunkte: Burnout-/Prophylaxe, Ohrakupunktur, klassische NHV, Blutegel. Zwei helle, hygienische Räume nach modernen Standards wären fein. Chiffre 2111.

Konzerte

13.5. Darshini S.Schwirz: 20 h: Mantrkonzert mit Harmonium und am 14.5. Mantrayogastunde um 10 Uhr im Yoga Vidya Zentrum Oldenburg, Breslauer Str.74, Anmeldung: 0441-5706528.

Wilhelm13

Die nachfolgenden Konzerte der Jazz-Musiker-Initiative OL, des Jazzclubs Alluvium und des Singers & Players Clubs finden statt im Musik- und Literaturhaus Wilhelm13, Wilhelmstraße 13 in Oldenburg. Infos zu Kartenbestellungen u.a.: www.wilhelm13.de. Beginn jeweils um 20 Uhr.

3.4. und 4.4. **The Night of the Jazzguitars**

7.4. **Chris Ricketts – Folk**

9.4. **Dirk Balthaus Trio – Jazz**

14.4. **Dieter Kropp Bluesband**

21.4. **Jazzsession**

30.4. **Peter Schwebs Band – Jazz**

5.5. **Gehörgänge:** HCL-Ensemble und Gast – Jazz

7.5. **Paulo Pereira Quartett – Jazz**

12.5. **Jörg Seidel Trio – Jazz**

14.5. **Nordwest Bigband – Jazz**

15.5. **Hotel Bossa Nova – Latin-Jazz**

16.5. **Lisa Herbolzheimer Duo & Konrad Blasberg Band – Funk, Soul**

19.5. **Jazzsession**

26.5. **Gehörgänge:** HCL-Ensemble und Gast - Jazz

3.6. **Frank Schultz Trio - Jazz**

4.6. **Ansgar Sprech Group – Jazz**

9.6. **Joop van Krugten Quartett - Jazz**

16.6. **Jazzsession**

23.6. **Gehörgänge:** HCL-Ensemble und Gast - Jazz

24.6. **Al-Yasha & Friends - Jazz**

25.6. **Jazzoline – Jazz**

Lesungen

Die nachfolgenden Veranstaltungen des Literaturbüros Oldenburg (LitOL) finden statt im Musik- und Literaturhaus Wilhelm13, Wilhelmstraße 13 in Oldenburg. Infos zu Kartenbestellungen u.a.: www.wilhelm13.de.

10.4. **Lesung und Musik:** Wort-Spiel. Literatur und Musik am Puls der Zeit, 11h

12.4. **Lesung:** Bei Schimmang: Rainer Wieczorek ‚Tuba-Novelle‘, 20h

10.5. **Lesung:** Kathrin Schmidt: ‚Finito. Schwamm drüber‘, 20h

24.5. **Lesung:** ‚Auf die Ohren!‘ - Jana Scherer und Betty Moffett: ‚Mein innerer Elvis‘, 20h

7.6. **Lesung:** ‚Niederländischer Gastautor‘ Gerbrand Bakker: ‚Juni‘, 20h

Vorträge & Seminar zum Aufwachen!



mit
**ROBERT
BETZ**

Dipl.-Psych.

Ab April im
Buchhandel:



**Willst du
normal sein
oder glücklich?**

Aufbruch in
ein neues Leben
und Lieben
HEYNE,
Taschenbuch
€ 8,99 (D)

■ LIVE-VORTRÄGE

Willst du normal sein oder glücklich?

Frei und selbstbestimmt in ein neues Leben
13.04. **PADERBORN** · Schützenhof · Schützenplatz 1

Glücklich in einem gesunden Körper – ein Leben lang

Wie wir unseren Körper verstehen,
heilen und genießen können
27.06. **HANNOVER** · Maritim Grand Hotel
Friedrichswall 11

Wie Frauen und Männer zu sich selbst und zueinander finden

Über Partnerschaft, Liebe, Sexualität und Treue
28.06. **OLDENBURG** · Kulturzentrum PFL · Peterstr. 3

Mensch, ärgere dich nicht!

Vom Segen der Menschen, die unsere Knöpfe drücken
29.06. **BREMEN** · Maritim Hotel & Congress Centrum
Hollerallee 99

Einlass 18:00 Uhr – Beginn 19:00 Uhr
Eintritt € 22.- / ermäßigt € 15.- (Studenten, Rentner & Erwerbslose)

■ TAGESSEMINAR IN HANNOVER

Mensch, ärgere dich nicht!

Vom Segen der Menschen, die unsere Knöpfe drücken
26.06. **HANNOVER**

Beginn: 9:00 Uhr · Ende: 19:00 Uhr · Mittagspause: 12:30 Uhr - 14:30 Uhr · Semina-
rgebühren € 111,- · ermäßigt für Studenten, Rentner & Erwerbslose € 77,- (inkl.
Kaffee, Tee, Säfte und Wasser, belegte Brötchen und Gebäck in der Vor- und
Nachmittagspause)

Anmeldung zum Tagesseminar und Informationen zu allen Veranstaltungen,
sowie Anforderung von Katalogen und Broschüren unter:

www.robert-betz.de