

kostenlos

Herbst 2013

ACHTSAMES LEBEN

Das Magazin für ganzheitliche Lebenskunst für Oldenburg und den NordWesten



Kultur & Wissen



Das alte Wissen
eines Mythos
160 Seiten
Paperback
€ 9,95

ISBN 978-3-95474-111-3



Pflanzen, Rituale,
Heilungsbilder
nordamerikani-
scher Schamanen
190 Seiten
Paperback
€ 9,95

ISBN 978-3-95474-112-0



Die kleine
Schule der fairen
Kommunikation
176 Seiten
Paperback
€ 9,95

ISBN 978-3-95474-110-6



Die seltsame Lust,
die Welt zu ordnen
190 Seiten
Paperback
€ 9,95

ISBN 978-3-95474-109-0

In jeder Buchhandlung

www.aira-verlag.de



3 Inhaltsverzeichnis

4 Liebe LeserInnen

astrologie

5 Zeitqualität –
von Oktober - Dezember

bewusstes leben

**7 Positive, individuelle
Lebensgestaltung
und Glücklich-Sein ...**

17 Biodanza –
Wege der Wandlung

**25 Vom Wert der guten
Nachricht**

kunst & kultur

10 Kunst & Kreativität
als spiritueller Weg

**13 Besonderes Klang-
erleben**
für Herz & Seele

24 Yin Yang –
von 2 Drachen beschützt

spiritualität

14 Kraft aus der Stille
Meditation in der Wüste

gesundheit

15 Yogakurs gewinnen!
Sampoorna Yoga Zentrum
feiert 3-jähriges Bestehen

nachhaltigkeit & ethik

21 Schulen der Zukunft
Modelle für eine menschl-
liche Bildung

aktuell

**28 Lebe lieber ungewöhn-
lich ...** oder
Buchhandlung Plaggenborg

32 www.newslichter.de
Jeden Tag eine gute Nach-
richt

licht & energie

29 Lichtbahnen-Heilung
Spirituelle Meridian-
behandlung

für die sinne ...

30 Kalender 2014
Eine kleine Auswahl ...

43 Kartentipp
Yoga für Klein und Groß

65 Klangwelten

66 Sehwelten

67 Wortwelten

veranstaltungen

**33 Veranstaltungen und
mehr ...**

36 Seminarkalender

formales

44 Verteilerliste

72 Impressum

79 Kleinanzeigenauftrag

anbieter

**46 Wer macht was im
Internet?**
Interessante Webadressen

49 Marktplatz
Anbieter stellen sich vor

73 Wer macht was?
Anbieter in Kürze

kleinanzeigen

75 Vorträge

75 Seminare & Workshops

77 regelmäßige Termine

77 Ausbildung

77 Therapie

77 Dies und Das

77 An- & Verkauf

78 Räume & Wohnen

78 Wilhelm 13 - Konzerte

78 Wilhelm 13 - Lesungen



Echt Oldenburg!



www.stadtbaeckerei-schroeder.de



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

Ziel ist die Vermittlung der Grundzüge der *Peter Hess-Klangmassage*. Sie erfahren die Basis-Klangmassage selbst, bekommen erste Anleitungen für ihre Anwendung und geben selbständig eine Klangmassage. Nach diesem Wochenende werden die Teilnehmer in der Lage sein, die *Peter Hess-Klangmassage* im privaten Rahmen anzuwenden.

Nächste Kurse:	Kursgebühr:
Do. 21.11.13 bis Fr. 22.11.13	200,00 Euro
Sa. 04.01.14 bis So. 05.01.14	220,00 Euro

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

Ziel dieses Seminars ist die Erweiterung der Arbeit mit der Klangmassage vom Körper in den feinstofflichen Bereich sowie weitere wichtige Elemente für die Klangmassage.

Nächste Kurse:	Kursgebühr:
Sa. 23.11.13 bis So. 24.11.13	200,00 Euro
Sa. 01.02.14 bis So. 02.02.14	220,00 Euro

Kursleiter:
Andreas Rehländer

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



www.klangwelten-erleben.de



Liebe LeserInnen,
nun blättern Sie schon in der 70. Ausgabe des *Achtsamen Lebens!* Aus nicht nur diesem Anlass haben wir begonnen, einen neuen, schönen,

übersichtlichen Internetauftritt zu gestalten, auf den Sie gespannt sein dürfen: www.achtsames-leben.org.

Wir freuen uns sehr, dass Uwe Christiansen ab jetzt die „Astrologische Zeitqualität“ vorstellt. „Stellt euch vor, es ist Schule, und alle gehen begeistert hin!“ Selten, oder? Doch, nämlich im Zentrum Berlins, an der Evangelischen Schule, die sich an ganz neuen Schulformen orientiert und offen ist für Neues Lernen. Nun ist dies zwar eine private Schule, aber wie häufig gehen von solchen Initiativen Anstöße für den stattlichen Sektor aus! Mehr dazu im Artikel auf S. 21

In ihrem Beitrag „Vom Wert der guten Nachricht“ befasst sich Annegret Torspecken mit den neurologischen Wirkungen von guten bzw. schlechten Nachrichten im Gehirn. Es macht deutlich, dass man immer einen Ausgleich suchen sollte. Sehr interessant! S. 25 Für Weihnachten möchten wir Ihnen eine exklusive Geschenkidee vorstellen: „Yin Yang, von zwei Drachen beschützt“ - eine Reliefintarsie (Durchmesser 32 cm), die in 42 Farben auf Holz gedruckt, versilbert und mit Echtgold veredelt ist. Zwei Drachen als Symbol der kaiserlichen Macht bewachen die Yin-Yang-Perle der inneren Energie. S. 24

Wir wünschen Ihnen einen herrlichen Herbst mit allem was dazu gehört: Farben, Nebel, Sturm und schließlich Weihnachten!

Ihre Plaggenborgs

Die Zeitqualität von Oktober - Dezember'13

Was für eine Zeit! Nie zuvor hatte ich in meiner Praxis mit so vielen Menschen zu tun, die ihrer aktuellen Lebensform und ihren Umständen zutiefst überdrüssig waren. Lebensmüdigkeit, Schlaf- und Konzentrationsstörungen, Erschöpft sein und am Rande dessen, was gerade noch tragbar ist, das höre ich von vielen Klienten.

Die astrologische „Großwetterlage“

beschreibt auf Sicht der kommenden Jahre, genauer bis zur Wintersonnenwende 2020, einen Prozess, in dem es um tiefgreifende Wertewandlungen geht. Das betrifft jeden von uns im Einzelnen und die Weltgemeinschaft im Ganzen. Begonnen hat diese Entwicklung mit dem Eintritt von Pluto in das Erdzeichen Steinbock im Januar 2008. Im Außen ist sie durch die sogenannte Finanzkrise sichtbar geworden. Mit dem Wechsel von Uranus in das Feuerzeichen Widder (Mai 2010) kam eine weitere Komponente mit einer extrem raschen und sich feurig ausweitenden Dynamik hinzu. Diese Entwicklung, die sich im Außen (Stichwort Arabischer Frühling) so klar als Widerstand und Umbruch zeigt, findet seine Entsprechung auch bei uns im Inneren. Beide Planeten stehen in einem Spannungsaspekt (Quadrat) zueinander und werden die Entwicklungen bis März 2015 maßgeblich mit beeinflussen.

In unseren persönlichen Angelegenheiten werden wir dort geprüft, wo das Innere nicht mehr mit dem Äußeren übereinstimmt. Wir werden vielleicht versucht sein, mit viel Energie und starrem Standhalten die alten Positionen verteidigen zu wollen. Ein anderer Teil in uns spürt aber die tiefe Sehnsucht danach, authentisch zu sein und das Festhalten an nicht mehr stimmigen Formen aufzugeben. Alte und nicht mehr stimmige Ausrichtungen (z.B. überzogene Leistungsansprüche an sich selbst) werden mehr und mehr bewusst, eine neue Orientierung ist aber noch nicht gefestigt, wir schwimmen... Umso mehr wir an Fixierungen gewöhnt sind und meinen sie zu brauchen, umso schwerer aushaltbar ist die aktuelle Wegstrecke.



Was erwartet uns im kommenden Vierteljahr?

Der aktuelle Gang von Saturn durch das Transformationszeichen Skorpion (seit Oktober 2012) ist definitiv kein Zuckerschlecken: Klar und bestimmt werden wir auf die Themen gestoßen, die wir schon zu lange haben gären lassen. Absolute Ehrlichkeit mit uns Selbst und dem jeweiligen Gegenüber hat dabei höchste Priorität. Viele Prozesse stocken, als wäre Sand im Getriebe. Es "bietet" sich an, mit noch mehr Vehemenz und alter Ausrichtung dort hinein zu gehen oder aber nach einer Möglichkeit zu schauen, die uns neu und wirklich lebendig erscheint. Im Vordergrund des inneren Geschehens steht nach wie vor das Loslassen vom "Müssen". Dass der Ton dabei aber manchmal schneidender und rauer ausfällt wie beabsichtigt, liegt an der Ladung, die mit alten Themen in Verbindung steht. Merkur befindet sich ab dem 29. September bis zum 5. Dezember im Zeichen Skorpion: Positiv haben wir damit die Möglichkeit den Dingen auf den Grund zu gehen und sie zu benennen. Und das wird auch notwendig sein! Am 8. Oktober steht Merkur das erste Mal in direkter Verbindung mit Saturn (Konjunktion), der unsere alten Wunden berührt. Viele sinnbildliche und reale Kündigungen werden damit ausgesprochen. Allerdings wird sich

erst ab dem 29. Oktober zeigen, ob das Ausgesprochene weiterhin Bestand hat. Merkur ist ab dem 21. Oktober bis zum 10. November rückläufig und begegnet dabei Saturn noch einmal am 29.10. Die alten Themen kommen also zur Wiedervorlage!

Ab dem 23. Oktober aktiviert die laufende Sonne die bisher vielleicht im Verborgenen abgelaufenen Prozesse. Wir können nicht länger von unseren Missständen wegsehen und müssen aktiv werden.

Im November ballt es sich dann: Am 1. November stehen Uranus und Pluto zum 4. Mal im exakten Quadrat miteinander. Dieses Mal ist der Mond, der für unsere Emotionen steht, mit in die Spannung eingebunden. Das ist definitiv eine Herausforderung sich klar zu zeigen. Am 3. November haben wir Neumond und gleichzeitig eine Sonnenfinsternis und zwar in direkter „Nachbarschaft“ zu Saturn im Skorpion: Eine alte Ausrichtung darf/muss sterben. Ein äußerst kraftvoller Tag für ein Heil-Ritual!

Beziehungsklärungen

Die Venus, Sinnbild für unseren Umgang mit Werten und mit Beziehungen, wechselt am 6. November in das Erdzeichen Steinbock, wo sie bis zum 5. Februar 2014 bleiben wird. Beziehungen rücken in die ernsthafte Überprüfung: Wie tragfähig ist der Boden? Das Thema wird uns noch lange und intensiv beschäftigen, denn am Tag der Wintersonnenwende (21. Dezember, die Sonne wechselt in den Steinbock) wird die Venus bis zum 1. Februar 2014 rückläufig. Sofern wir uns auf faule Kompromisse in unseren Beziehungen eingelassen haben, werden uns nun die Quittungen dafür serviert. Eine bereits vollzogene Trennung wird uns mental noch lange „fesseln“.

Das richtige Maß

Im Vordergrund der kommenden Monate steht aber auch die Opposition von Jupiter mit Pluto (August 2013 bis April 2014). Dadurch bekommen alle seit 2010 laufenden Entwicklungen noch mehr Energie und Überschwang. Im

Außen werden wir das durch die wieder ins Bewusstsein tretende und noch lange nicht beendete (da nicht wirklich aufgearbeitete) Finanzkrise erleben.

Im Inneren erleben wir den Wunsch nach neuer Freiheit und den Ausbruch aus den Zwängen alter, nicht mehr stimmiger Lebensformen. Bis April 2014 hilft uns der bewusstseinsweiternde Einfluss von Jupiter, der uns z.B. in Form guter Freunde entgegenkommen kann, die uns einen heilsamen Spiegel vorzuhalten. Um das zu erfahren, braucht es aber die Offenheit und das Verständnis, dass der Andere mich nicht angreifen will. Im schlechteren Fall mache ich mein Gegenüber für meinen derzeitigen inneren Konflikt verantwortlich.

Das sinnbildliche Sterben alter (Lebens-) Strukturen

Wir sollten uns also noch einmal wirklich bewusst machen, dass es aktuell um das sinnbildliche Sterben alter (Lebens-) Strukturen geht! Massive Ängste können/werden dabei hochkochen – es ist wichtig, nicht „in der aufgepeitschten See zu sein“, sondern den Fokus über den Wassern (den Gefühlen) zu halten und unser Bewusstsein für die vielleicht schon anwesende Vision offen zu halten!!

Es braucht viel Sanftheit mit uns selbst und vielleicht auch ein wenig (mehr) Humor, um die innere Größe/Stärke zu fühlen, die vielleicht schon längst anwesend ist!

Uwe Christiansen ist Heilpraktiker für Psychotherapie und seit 1987 in eigener Praxis in Oldenburg selbständig tätig. Er berät und coacht Privatpersonen sowie Firmen. Die astrologische Zeitqualität lässt er in seine therapeutische Arbeit mit einfließen. Weitere Informationen finden Sie auf seiner Webseite: www.uwe-christiansen.de. Am Donnerstag, den 28. November, 20.00 Uhr ist er mit dem Astrologischen Jahresüberblick 2014 im PFL zu sehen und zu hören. Karten gibt es dazu im Vorverkauf unter 0441 - 55 1 85.

Positive, individuelle Lebensgestaltung und *Glücklich-Sein* ...

Das wünschen sich die meisten Menschen. Viele haben Ideen, wie sie gerne leben möchten: frei, zufrieden, wohlhabend, in einer glücklichen Partnerschaft, mit einem Beruf, den sie gerne ausüben usw. Warum setzen nur wenige Menschen diese Wünsche in die Realität um? Können die anderen es nicht? Wollen sie nicht? Glauben sie nicht, dass es möglich ist?

In den 1960er Jahren erschien ein Buch darüber, was sehr wohlhabende Menschen anders machen als andere. Mittlerweile gibt es viele Befragungen, Studien und Auswertungen über das Glücklich-Sein, das Reich-Sein, das Erfolgreich-Sein, das Gesund-Sein usw. Sie alle belegen eines: es ist weder eine Frage der Herkunft, noch der Erziehung, noch der Bildung, noch des Geldes, noch der Region oder der äußeren Umstände, ob ein Mensch glücklich und erfolgreich wird.

Es gibt glückliche Menschen quer durch alle Bevölkerungsschichten; es gibt reiche und erfolgreiche Menschen ungeachtet ihrer Schulbildung; es gibt gesunde Menschen – egal ob arm oder reich, gebildet oder nicht.

Was ist es also dann? Was machen die einen anders als die anderen? Warum schaffen es die einen, ein glückliches und erfolgreiches Leben zu führen und die anderen nicht?

Als Kinder denken wir: „Wenn ich erst erwachsen bin, dann ...!“ Später denken wir: „Wenn ich erst diesen Job oder so viel Geld oder einen Mann, oder ... habe, dann ...!“ Und dann? Dann stellen wir fest, dass sich nichts geändert hat und wir sind frustriert oder fühlen uns als Opfer der Umstände. Was passiert da?

Während wir aufwachsen, als Kinder und Jugendliche, fühlen wir uns oft hilflos, machtlos und abhängig. Wir müssen uns nach den Geboten und Verboten, den Meinungen und Lebensauffassungen der Erwachsenen richten. Das trainieren wir über so viele Jahre, dass es kein Wunder ist, dass wir auch in unserem Erwachsenenleben immer wieder in Situationen



kommen, in denen wir uns hilflos, ohnmächtig oder mutlos fühlen – es ist zur Gewohnheit geworden. Weder im Elternhaus noch in der Schule wird uns beigebracht, wie wir, sobald wir erwachsen sind (und auch schon vorher), unser Leben nach unseren Wünschen gestalten können – weil auch unsere Eltern, Verwandten und Lehrer nicht wissen, wie das geht! Mittlerweile gibt es genügend Studien, Erfahrungsberichte, und wissenschaftlich fundierte Beweise dafür, dass JEDER Mensch in der Lage ist, sein Leben glücklich zu leben bzw. es harmonisch, liebevoll, erfolgreich und sinnerfüllend zu gestalten. Das ist erlernbar! So wie Rechnen, Lesen und Schreiben, so können wir auch Lebensgestaltung lernen! Und es gibt keinerlei Voraussetzungen, die zu erfüllen sind, weder Vorbildung

noch Intelligenz, noch körperliche Gegebenheiten oder Geld spielen eine Rolle. JEDER kann es lernen.

Die Individualpsychologie nach Alfred Adler gibt hier wertvolle Hilfestellung. Ausgehend von einem wertschätzenden, sozialen Menschenbild sieht sie den Einzelnen als Gestalter seines Lebens, der permanent Entscheidungen trifft. Wer sich die Mühe macht, seine Ziele zu formulieren, hat es leichter. Denn ein selbst gewählter „Leuchtturm“ in der Ferne weist die Richtung, so dass die vielen täglichen Entscheidungen einfacher getroffen werden können.

Es lohnt sich auch, unserer eigenen „privaten Logik“, die wir (in der Kindheit) entwickelt haben, auf die Schliche zu kommen. Das Unterbewusstsein sorgt nämlich dafür, dass wir uns „unsere Wahrheit“ immer wieder bestätigen. Hier einige Beispiele:

Wenn wir als Kind immer gehört haben, dass das Leben schwer ist, und wir das so glauben, dann wird unser Leben immer schwer sein. Wir

werden es uns „schwer“ einrichten.

Wenn wir glauben, dass Männer unzuverlässig sind, werden wir auf unzuverlässige Männer treffen. Wenn wir glauben, dass Frauen nörgelnde Partnerinnen sind, werden wir eine nörgelnde Partnerin anziehen usw.

Das Gesetz der Resonanz ist aus der Physik bekannt – es wirkt auch in der Psychologie und in der Lebensgestaltung. Viele wissenschaftliche Richtungen greifen mittlerweile ineinander. Die Quantenphysik bestätigt die Thesen aus der Religion oder Philosophie. Psychologie und Medizin kommen zu den gleichen Ergebnissen. Die neuesten Erkenntnisse aus der Gehirnforschung bestätigen das, was Alfred Adler, der Begründer der Individualpsychologie, schon vor über 100 Jahren sagte.

Ebenfalls wissenschaftlich bestätigt (u.a. aus der Glücksforschung) ist, dass wir Einfluss nehmen können auf unser Unterbewusstsein. Wir sind heute mit verschiedenen Techniken in der Lage, unsere Glaubensüberzeugungen zu verändern.

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



Bestellbuchhandlung und Internetshop!
 Spezialisiert auf „Ganzheitliches Leben“.

Bestellbuchhandlung:

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

Internetshop:

- 450.000 lieferbare Titel – auch Non-Book-Artikel
- 205.000 deutschsprachige E-Books
- Einfache Handhabung & Bestellmöglichkeit



Zusatinfos

Interviews

Leseproben

Videotrailer



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

Diese Techniken sind zum Teil sehr alt, andere ganz neu oder wieder entdeckt, und sie haben eines gemeinsam: sie wirken, wenn wir sie richtig anwenden und üben.

Wer den Weg zur selbstverantwortlichen Gestaltung seines eigenen Lebens wählt, auf den warten große Erfolge – sowohl im beruflichen wie im privaten Bereich. Es geht darum sich bewusst zu machen, wie machtvoll wir alle sind. Wir bringen viele Ressourcen und Fähigkeiten mit, die zum Teil nur geschult werden müssen. Es ist schon lange bekannt, dass wir nur einen geringen Teil unseres Gehirnes nutzen. Sobald wir allerdings wissen, auf welche (inneren) Schätze wir zurückgreifen können, gilt es zu bestimmen, was wir erreichen wollen. Daraus ergibt sich, welches „Handwerkzeug“ uns noch fehlt und welche Ressourcen erweitert bzw. welche Fähigkeiten geübt werden sollen. Die meisten Veränderungen sind gar nicht schwierig, sondern nur ungewohnt; uns fehlt die Übung, mit anderen Gedanken, Gefühlen und Handlungsalternativen umzugehen.

Das Lernen und Üben macht vor allem in einer Gruppe Gleichgesinnter sehr viel Spaß. Und Spaß - das hat die Lernforschung einwandfrei bewiesen - beschleunigt den Lernprozess um ein Vielfaches. Es ist wie beim Sport: alle Teilnehmer der Gruppe trainieren ihre eigenen

Muskeln, jedoch lernt auch einer vom anderen, die Motivation ist durch den Austausch und den Spaßfaktor viel höher, und jeder erhält Unterstützung bzw. Beachtung seiner Fortschritte.

Ein Training für Persönlichkeitsentwicklung, das auf den neuesten Erkenntnissen wissenschaftlicher Forschung beruht, ist daher sehr lohnenswert. In relativ kurzer Zeit wird viel theoretisches Wissen vermittelt und es werden Übungen und Techniken angeleitet und eingeübt, die tief ins Unterbewusstsein wirken. Dieses „Handwerkzeug“ lässt sich für vielfältige Zielsetzungen im privaten und beruflichen Bereich immer wieder einsetzen und leicht in den Alltag integrieren. Der Nutzen – auch für die harmonische Gestaltung von privaten und geschäftlichen Beziehungen - ist erheblich, so dass das Preis-Leistungs-Verhältnis großartig ist.

Viele Menschen profitieren schon von diesen Techniken, die ihnen geholfen haben, sich aus dem Status des „machtlosen Opfers“ zu befreien und immer mehr zum Gestalter ihres eigenen glücklichen und erfüllten Lebens zu werden.

Weitere Informationen: Uta Link, Beratungspraxis für Erfülltes Leben, Weshorn 37, 26655 Westerstede, T: 04488.5208650, E-Mail: utalink@erfuelltes-leben.com, www.erfuelltes-leben.com

Akademie für Persönlichkeitsentwicklung



Uta Link

Begrenzte Anzahl von Plätzen.
Anmeldungen ab sofort unter:

**Akademie für
Persönlichkeitsentwicklung**

Tel.: 04488.5208650

E-Mail: info@linkzerfolg.de

Neuer Kurs nach den Herbstferien: Berufliche und private Ziele anhand von Selbst-Coaching-Techniken effizienter erreichen

- Selbstwertgefühl und innere Stärke
- aufbauender Umgang mit sich selbst und anderen
- Sicherheit und Gelassenheit in Familie, Beruf und Alltag
- Individualität in der Lebensgestaltung
- Mut, den eigenen Weg zu gehen
- mehr Zeit für's Wesentliche
- persönlicher und beruflicher Erfolg
- innere Freiheit und Lebensfreude



Autorin: Karin Cooper

Kunst und Kreativität als spiritueller Weg

Viele Wege führen nach Rom so sagt man. Es führen auch viele Wege zu persönlichem Wachstum, spirituellem Leben oder gar der Erleuchtung. Gut, dass es so viele Wege gibt, wir Menschen sind ja auch verschieden.

Schöpferisches und künstlerisches Tun ist neben den bekannten Definitionen ein sehr spiritueller Weg mit einem enormen Potential zu Selbsterkenntnis und Selbstausdruck. Es kann einen in Verbindung mit den kollektiven inneren Bildern der Menschen bringen.

Schöpfung in diesem Sinne ist ein aus sich selber schöpfen und das Gefundene, Erinnernte, Geträumte, Erspürte und Gehörte in eine sichtbare Form umzusetzen. Das geschieht nicht geplant, strukturiert und mit dem Kopf. Es kann nur entstehen durch geschehen lassen, sich einlassen, sich Unbekanntem zu öffnen und zumindest kurzzeitigem Aufgeben vorgefasster oder erlernter Meinungen. Loszulassen heißt auch, das bekannte Bild von sich selbst loszulassen...

In dem Moment wo das gelingt, öffnet sich ein neuer noch unbekannter Raum. Es tauchen Bilder auf, unzensierte Gedanken, manchmal verdrängtes und unerhörtes. Es geht dann nicht darum, eine lernbare Technik anzuwenden um



dieses innere Bild im Außen als Malerei oder Skulptur möglichst naturgetreu abzubilden. Es geht eher um das Finden von Symbolen.

Als Holzbildhauerin ist Holz mein bevorzugter Werkstoff. Ich habe ein Stück Linde

oder Eiche und während ich anfangs Kontakt aufzunehmen, die Rinde zu entfernen, die Form wahrzunehmen, den Widerstand des Materials spüre, das Material selber spüre und den Duft des Holzes wahrnehme, fangen die Gedanken an zu fließen. Es gibt Themen, die sind mir grundsätzlich wichtig, zum Beispiel Freiheit und Entfaltung. Wie von selbst wird für mich ein Flügel daraus. Desgleichen ist es ein kollektives Thema, zu dem jeder Mensch Gedanken und Erfahrungen hat. Die Freiheits- und Sehnsuchtsflügel sind immer wieder präsent. Je nach Lebensphase sind sie schwer und statisch oder leicht und bewegt. Gerade arbeite ich an einem Flügel, den ich vor zehn Jahren gefertigt habe. Der Titel ist "Zeitflügel", da kleine Uhrwerke in das Holz eingearbei-

te





Stellar

Zeiflügel

Erdengeist

tet sind. Jetzt ist die Zeit, sich diese Aspekte wieder anzusehen. Der Flügel wird leichter und bewegter. Vorher lastete seine Schwere auf mir. Der Flügel ist aber auch stabil, erhaben, standfest und detailreich.

Als Reiki Meisterin habe ich immer auch noch die Möglichkeit den Gedanken die kommen und gehen Reiki zur Stärkung zu geben. Auch die entstehende Form kann so mit Energie gestärkt werden. Es entsteht ein gewisser Automatismus in der Arbeit wenn man „drin“ ist, ein sogenannter „Flow“. Irgendwann ist man jenseits aller Gedanken in einem meditativen Zustand. Während ich Span für Span abtrage, aus einer großen Rundung viele kleine mache und

irgendwie immer tiefer schaue, denke ich „Heilung“, wenn ich mal kurz mit der Aufmerksamkeit in meiner Umgebung bin. Das kann jedes andere Wort sein, mit der bloßen Absicht kommt es von selbst. Vergebung, Struktur, Beziehung, Loslassen, Annehmen usw.

Karina Cooper; Holzbildhauerin, Fachleiterin für Bildhauerei und Kreativtraining, Kunsttherapeutin, Coach für Bildungs- und Beratungsprozesse, Reiki Meisterin. Workshops zur Holzbildhauerei in meiner Kunstwerkstatt in Wardenburg. www.schnitzwerkatelier.de und www.schnitzwerkatelier-wardenburg.de

Heilskraft

aus der täglichen Nahrung

Mit einem Vorwort von Dr. Ruediger Dahlke

**KÖNIGSFURT
URANIA**

Set mit Buch und Karten

Julia Gruber
ISBN 978-3-86826-127-1, € 24,99

Im Buchhandel oder im Shop
www.koenigsfurt-urania.com

Angelika Braun

Taguari - Das Leben findet seinen Weg

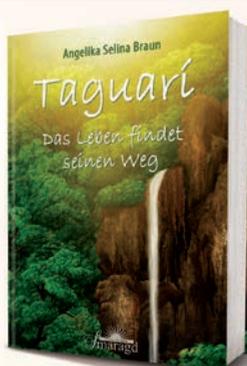
Taguari erzählt die Geschichte von Don José Ariza, einem heute 111-jährigen kolumbianischen Schamanen, der im zarten Alter von 14 Jahren den Urwald am Amazonas betritt und dort von einem indigenen Stamm aufgenommen und zum Schamanen ausgebildet wird.

Der Leser begleitet ihn auf seinem Weg der Erinnerung an seine innewohnenden Fähigkeiten und der Tatsache, dass Mutter Erde uns alles zur Verfügung stellt, um gesund und glücklich zu leben.

Alles Wissen ist in uns, wir müssen es nur wieder entdecken.

408 Seiten, A5, gebunden, ISBN 978-3-95531-024-0, € 19,90

Smaragd Verlag e.K. Mara Ordemann
www.smaragd-verlag.de, info@smaragd-verlag.de



BEING AWAKE
OLDENBURG



Vorträge & Retreats
2014

mit Michael Kewley,
Dharmachariya Paññādīpa
(Lehrbeauftragung in Dhamma)



Stille-Retreat

Im Benediktiner-Kloster Damme

2.-5. Januar 2014

Kosten 120,-€ zzgl. U/V

2.-9. Januar 2014

Kosten 280,- € zzgl. U/V

22.-31. August 2014

Kosten 360,- € zzgl. U/V

City Retreat

Im Rosenhaus, Weskampstr 28, Oldenburg

22./23. März 2014, 18./19. Oktober 2014

Kosten 130,-€

Dhamma-Vorträge

Im Yoga Vidya Zentrum OL, Breslauer Str. 74

21. März 2014, 17. Oktober 2014 um 20 Uhr

Kosten 10,-€

*Info: Florian Schwindt - Tel.: 04407 / 709171
email: mail@praxis-schwindt.de

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



www.puredhamma.org



Ferenc Pósa

Hinter die Symptome schauen

Die seelischen
Ursachen der
Krankheiten

Hardcover, 464 Seiten

€ 24,95

ISBN

978-3-86616-246-4



Angeles Arrien

Vom Segen der Dankbarkeit Was dich wirklich glücklich macht

Paperback, 240 Seiten

€ 16,95

ISBN

978-3-86616-262-4



Verlag VIA NOVA

Alte Landstr. 12, D-36100 Petersberg,
Tel. (06 61) 6 29 73, Fax (06 61) 9 67 95 60

E-Mail: info@verlag-vianova.de

Internet: www.verlag-vianova.de,

www.transpersonale.de



Besonderes Klangerleben für Herz & Seele! Adventskonzerte-Tournee 2013 mit Lex van Someren & Band

Auf der internationalen Konzerttournee von Lex van Someren von 21. November bis 28. Dezember erwartet die Zuschauer ein außergewöhnliches musikalisches Erlebnis.

Sein Gesang wirkt wie eine poetische Sprache des Herzens, welche die tieferen Seiten der Menschen berührt. Es gibt wenige Künstler, die uns die Schönheit und Hingebung in der Musik so intensiv vermitteln wie er - Seelennahrung pur! Unter dem Motto „Wie im Himmel“ entführt der in Baden-Baden lebende niederländische Klang- und Performancekünstler zusammen mit seiner Band seine Gäste auf eine musikalische Reise für Herz und Seele in zauberhafte Klangwelten. Es verbinden sich meditative Musik, mystische Klangraumerlebnisse, Mantrengesänge, Weihnachtslieder, Lex' seelenvolle Stimme und die Stille zu einer wohlthuenden Atmosphäre, die lange nach dem Konzert nachwirkt.

Mit dem einfühlsamen Gesang seiner vier Oktaven umfassenden Stimme zelebriert der Klangkünstler viele Stücke in seiner Seelensprache - Klänge und Laute ohne rationale Bedeutung. Die Gesänge und die zauberhaft arrangierte und vertonte Musik verwandeln den Konzertraum in einen lebendigen und andächtigen Raum der Stille, wo man die Seele baumeln lassen kann und sich körperlich und geistig von den Anspannungen des Alltags erholen kann. Das Publikum wird eingeladen, das Konzert ohne Applaus zu erfahren und zu genießen. „Es ist mir ein wichtiges Anliegen, meine Gäste - sofern sie dies möchten - mit unserer Musik und Klängen in eine tiefe, innere Stille zu führen, eine Stille voll Lebensfreude, Kraft und Energie“, erläutert Lex van Someren. „Wer in diese stille Entspannung gelangt, erhält Zugang zu seinen Selbstheilungskräften für Körper, Geist und Seele“.

Eine Konzertbesucherin schreibt zutreffend: „Ich habe es bislang bei keiner anderen Musik er-



lebt, so tief in Klänge eintauchen zu können. Sobald Lex das erste Lied sang, war ich in einer anderen Welt - gleichzeitig jedoch auch sehr präsent im Hier und Jetzt. Es war im wahrsten Sinne des Wortes „nach Hause kommen“, eine tiefe Geborgenheit im Sein.“

Für diese Tournee hat Lex van Someren eine neue Band mit hochkarätigen Musikern zusammengestellt. Mit dabei sind der virtuose Pianist und Keyboarder Mitsch Kohn und drei Sängerinnen mit wundervollen Stimmen, die zusätzlich auch mehrere Musikinstrumente spielen: Cataleya Fay (Gitarre und Harmonium), Martha Knabe (Harfe, Keyboard, Flöte), Tanmayo aus Schottland (Geige und Keyboard).

Außerdem mit dabei ist Monika Bürk-Finkbeiner, eine Dreh tänzerin mit großer Ausstrahlung, die mit ihren anmutigen und feenhaften Dreh tänzen das Publikum tief berührt.

Mit überzeugender Lebendigkeit und Leichtigkeit zeigen Lex van Someren und seine Künstler, wie man durch eine magische Welt von Musik und Tanz eine besondere Friedensbotschaft vermitteln kann.

Info & Tickets: Tel. 07223-80665-0, music@someren.de, www.someren.de

Autorin: Bettina Specht

Kraft aus der Stille

Meditation in der Wüste



Meditation in der Wüste ermöglicht uns die eigenen Visionen und inneren Quellen wieder zu finden. Die Weite, die Ruhe, der unendliche Himmel begleiten und unterstützen uns, uns wirklich nah zu kommen.

Manchmal zwingt uns die Wüste auch in die Demut, alles vollständig loszulassen, alle Vorstellungen, Konzepte und Ideen vom Sein fallen zu lassen... und dann steigt etwas plötzlich auf... wie eine Kraft aus der Tiefe... des Universums... unbenennbar.

Die Reise beginnt auf Djerba in Tunesien. Wir fahren vom Flughafen mit dem Landrover zur Wüstenoase Nouil. Dort übernachteten wir im romantischen Campement Saharien in komfortablen, festen, hotelähnlichen Beduinenzelten in einem Palmenhain. Mit der Kamelkarawane ziehen wir in die Wüste zu einem Platz, der von einigen Sträuchern umgeben ist; im wunderbar weichen Sand lassen wir uns für circa 10 Tage nieder. Wir werden von einem Beduinen und seiner deutschen Frau begleitet und versorgt. So treten wir ein in die Zeit der Stille.

In diesem Wüstenretreat gibt es eine Phase des Schweigens von 6 Tagen in der jede/jeder mit sich allein sein wird, um sich auf die ganz ureigene Visionssuche zu begeben.

Kraft aus der Stille: Meditation in der Wüste vom 31.3.–14.4.14 und 14.4.–28.4.14 Kontakt: Bettina Specht, Böhmerstr. 29, 58095 Hagen, Tel.: 02331/28608, e-mail: bettinaspocht@web.de, www.bettinaspecht.de

Adventsconcerte
TOURNEE 2013
MUSIK FÜR DIE NEUE ZEIT

SEELENNÄHRUNG PUR!

LEX VAN SOMEREN VOICE VISION MYSTERY

08.12. Hannover, Markuskirche
09.12. Hamburg, Kulturkirche Altona
10.12. Bremen, Die Glocke

21.11. Merzig - 22.11. Ludwigsburg - 23.11. Bühl - 25.11. München
 26.11. Linz/A - 27.11. Wien/A - 29.11. Graz/A - 01.12. Augsburg
 03.12. Würzburg - 04.12. Bayreuth - 05.12. Dresden - 06.12. Berlin
 12.12. Köln - 13.12. Utrecht/NL - 15.12. Darmstadt - 16.12. Kempten
 17.12. Zürich/CH - 19.12. Basel/CH - 20.12. Bern/CH
 28.12. Baden-Baden, Festliches Galakonzert

Konzertbeginn jeweils 19 Uhr

EIN KONZERTERLEBNIS FÜR HERZ UND SEELE

Konzertbesucher berichten:

„Unbeschreiblich!!!
 Schön, dass es diese Künstler gibt.“
 „Noch nie zuvor habe ich intensivere
 Kunst und Musik erlebt.“
 „Drei Stunden spürte ich die positive
 Energie und liebevolle Ausstrahlung
 und durfte in den Seelenraum
 eintauchen, der mit der Musik für uns
 geschaffen wurde. Diese Kunst
 berührt so tief und ist so heilsam!“

TICKETS: +49 (0)7223-806650 . music@someren.de
www.someren.de

Gewinnen Sie einen Yogakurs!

Das Sampoorna Yoga Zentrum feiert am 26./27. Oktober ein großes Yogafest

Mit einem besonderen Fest, vielen Probestunden, einem yogisch-vegetarischen Buffet, Meditation, Mantra singen und einer großen Tombola sagen wir DANKE SCHÖN und laden alle Oldenburger herzlich ein, Sampoorna Yoga kennenzulernen.

Was bedeutet Sampoorna Yoga?

Sampoorna kommt aus dem Sanskrit und bedeutet vollkommen, vollständig. Die yogischen Schriften sagen, dass wir Geist, Seele oder die Fülle selbst sind. Unsere Seele, die auch als das „Selbst“ bezeichnet wird, bedient sich der Instrumente Körper, Sinne, Geist, Verstand und Ego, um diese Welt der Dinge, Gefühle und Gedanken zu erfahren. Die Seele ist schon vollkommen und braucht nicht weiterentwickelt zu werden. Es sind die Instrumente, derer sie sich bedient, die verfeinert, gereinigt und in einem ausgeglichener Zustand erhalten werden müssen, damit sich die Seele in ihrer ganzen Fülle ausdrücken kann. Genau das praktizieren wir im Sampoorna Yoga. Und da wir nicht nur einen Körper, sondern auch Emotionen und einen Geist haben, verbinden wir im Sampoorna Yoga die sechs Yogawege – Hatha-, Raja-, Bhakti-, Jnana-, Karma- und Nada Yoga auf eine intelligente Art und Weise, sodass alle Aspekte der Persönlichkeit harmonisiert werden.

Reichen körperliche Übungen nicht aus, um gesund zu bleiben?

Nein, wenn man sich nur auf der Ebene des physischen Körpers weiterentwickelt, ohne dabei die anderen Aspekte der Persönlichkeit zu beachten, wird man mit Sicherheit ein Ungleichgewicht schaffen. In diesem Fall ähnelt man dann eher einem gorillaähnlichen Wesen, als einem Menschen.

Und wie sieht es mit Hatha Yoga aus?

Der heutige Trend geht dahin, nur Hatha Yoga zu praktizieren und sich überwiegend an die Asana Praxis zu verhaften. Gleichzeitig ist die



se Disziplin so zerstückelt worden, dass es die ursprünglich innewohnende Balance und Symmetrie verloren hat.

Heißt das, Yoga ist nicht gleich Yoga?

Es gibt so viele unterschiedliche Yogastile, wie Power Yoga, Bikram Yoga, Ashtanga Yoga, Akro Yoga, die den körperlich-sportlichen Aspekt sehr betonen jedoch weder Atemübungen noch Entspannungstechniken praktizieren. Das hat mit Yoga dann wenig zu tun.

Was ist besonders an Sampoorna Yoga?

Sampoorna Yoga schafft Balance und Symmetrie. In einer Sampoorna Hatha Yoga Stunde werden nicht nur Asanas, sondern auch Atemübungen mit einbezogen, um die Lebenskraft (Prana) zu aktivieren und den Geist zu fokussieren. Es ist ein systematischer Ansatz Asanas so zu praktizieren, dass alle Systeme des Körpers reguliert und stimuliert werden. Die Übungen und Asanas-Serien in einer typischen Sampoorna Yoga Stunde sind eigens dazu geschaffen, Balance, Symmetrie und Harmonie zu erzeugen. Konzentration und innere Ruhe sind das Ziel, Flexibilität und Effektivität das Resultat. Deshalb fühlen

sich Menschen, die Sampoorna Hatha Yoga praktizieren, anschließend nicht erschöpft oder müde, sondern gestärkt, energetisiert und wachsender.

Das heißt: auf die richtige Mischung kommt es an?

Ja, in Wirklichkeit sollen alle sechs Yogawege miteinander verzahnt werden, um die besten Eigenschaften in uns zu erwecken. Das ist der Kern von Sampoorna Yoga. Es erkennt die Wichtigkeit des Gleichgewichts, der Symmetrie und Harmonie nicht nur auf der physischen, sondern auch auf der emotionalen, mentalen und intellektuellen Ebene.

Wie sieht das nun in der Praxis aus?

Das Sampoorna Yoga Zentrum in der Zeughausstr. 70 bietet helle, klare Räumlichkeiten. Ein besonderer Ort, der in die Stille führt. Gleich im Eingangsraum stellt man mit seinen Schuhen symbolisch seinen Alltag ins Regal und tritt durch eine gläserne Tür in einen lichtdurchfluteten Raum. Jetzt zählt nur die Gegenwart, das eigene Wohlbefinden.

Kann jeder Yoga praktizieren?

Ja, die Sampoorna-Yogakurse sind von höchster Qualität. Jeder Teilnehmer wird ganz individuell nach seinen Möglichkeiten gefordert und gefördert, so dass er, ganz gleich ob Anfänger oder Fortgeschrittener, einen wohltuenden „workout“ erfährt. Entscheidend sind dabei nicht Muskelkraft und Leistungsgedanke, sondern die Fokussierung der Konzentration und die Verbindung



zwischen Bewegung und bewusster Atmung.

Kann ich Stunden nachholen?

Um den Bedürfnissen nach Flexibilität gerecht zu werden, bietet das Sampoorna Yoga Team von Montag - Freitag regelmäßig Hatha-Yoga-Kurse für Anfänger – Fortgeschrittene, Yoga

für Senioren und Rückenyooga an. So können Sie mit Leichtigkeit in einen anderen Kurs springen, um verpasste Stunden vor- oder nachzuholen. Schüler und Studenten bekommen 25 % Rabatt.

Wann kann ich Sampoorna Yoga ausprobieren?

Schauen Sie am 26. / 27. Oktober einfach mal im Studio 70 in der Zeughausstr. vorbei und machen Sie sich ein eigenes Bild von der Fülle des Yoga. Als Highlight bieten wir am Samstag- und Sonntagabend Meditation und Mantra singen an, um über die Erfahrung der Klangvibration zu mehr Konzentration und eventuell zur Meditation zu gelangen. Wer an diesem Wochenende keine Zeit findet, kommt zu einer der Probestunden (Mo. 17.00, Di. 19.30 o. Fr. 19.00) in den Wochen vom 28. Okt.-08. Nov. 2013.

Neue Kurse beginnen vom 28. Okt. – 31. Jan. 2014. Die Kurse werden von den Krankenkassen unterstützt! Sampoorna Yogazentrum, Zeughausstr. 70, Oldenburg, Tel.: 0441.48551766, www.sampoorna-yoga-oldenburg.de

3 Jahre Sampoorna Yogazentrum

Programm	Sa. 26.10.13	Programm	So. 27.10.13
10.00 Uhr	Eröffnung & Yogitee	10.00 Uhr	Eröffnung & Yogitee
11.00 - 12.30 Uhr	Präsentation & Probestunde	11.00 - 12.30 Uhr	Präsentation & Probestunde
13.00 - 18.00 Uhr	Yogisch-vegetarisches Buffet	13.00 - 18.00 Uhr	Yogisch-vegetarisches Buffet
14.00 - 15.30 Uhr	Präsentation & Probestunde	14.00 - 15.30 Uhr	Präsentation & Probestunde
16.00 - 17.30 Uhr	Präsentation & Probestunde	16.00 - 17.30 Uhr	Präsentation & Probestunde
18.00 - 19.00 Uhr	Musik & Meditation	18.00 - 19.00 Uhr	Musik & Meditation

Biodanza – Wege der Wandlung - Mut für Herzenswege

Biodanza ist eine Einladung das Leben zu tanzen, ein Schulungsweg, der die Kunst des Lebens lehrt. Biodanza zeigt Wege zu einem im allumfassenden Sinne glücklichen, erfüllten Leben. Großer Lehrmeister für diesen Prozess der Transformation und Heilung ist der Tanz selbst.

Was vor uns liegt und was
hinter uns liegt ist nichts
im Vergleich zu dem, was
in uns liegt.

Und wenn wir das, was in
uns liegt nach Außen
in die Welt tragen,
geschehen Wunder.

(H. D. Thoreau)

Jahrhundertlang haben
Menschen versucht das Leben
zu kontrollieren, zu beherrschen
und für ihre rationalen
Zwecke nutzbar zu machen.
Das ständige Streben nach
„Schneller, Höher Weiter“ ließ
sie den Kontakt zu den existenziellen
Grundlagen des Lebens verlieren.
Es warf sie aus

dem ökologischen Gleichgewicht
und erzeugte ein Leben im
Dauerstress, welches weder
für den Menschen, noch für
seinen Planeten gesund ist.
Diese selbst gemachte Misere
kann nur der Mensch selbst
verändert.

Geboren in den 60er Jahren,
als Kind einer neuen Zeit,
ermutigt Biodanza zum
Loslassen der verinnerlichten
Kontrolle. In einer Atmosphäre
der Erlaubnis, in der keiner
etwas leisten oder darstellen
muss, kann der Mensch seine
unterdrückte Lebendigkeit
befreien und sich vom Leben
berühren lassen. Dies geschieht
mit einer kraftvollen Mischung



aus Tanz, Musik und Begegnungen
in der Gruppe. Nicht Schrittfolgen
werden vermittelt, sondern
vielfältige Bewegungsqualitäten,
die sich an natürlichen
Lebensbewegungen und uralten
Gesten des Menschseins orientieren.

Diese bieten Zugang zu facettenreichen
menschlichen Gefühlen und ermöglichen
einen immer wahrhaftigeren
Ausdruck der eigenen Identität.
So beginnt ein Prozess der
Integration, der die Teilnehmenden
immer genauer spüren lässt,
wer sie wirklich sind und wie
sie wirklich leben wollen.
Ganz von selbst erwächst
hier die Liebe und Fürsorge
für das (eigene) Leben und
den Wunsch, nach der Stimme
des Herzens zu tanzen.

Zentrum für Harmonie und Gesundheit



Mechthild Maria Herr
Lebensberaterin

www.entwicklungswege.com

Ladengeschäft + Praxis

Peterstraße 7, 26160 Bad Zwischenahn

Telefon 04403.8107372

Mo – Sa 10 – 14 Uhr, nm. nach Vereinbarung



Entwicklungswege

Behandlung • Beratung • Vorträge • Kurse • Lichtarbeit • Verkauf

Biodanza ist organischer Tanz

Jede Vivencia, so nennt man die ca. 2 stündigen, angeleiteten Biodanza- Erfahrungen, besteht aus einer spezifischen „organischen“ Abfolge von Tänzen. Nach einer anfänglich rhythmisch-kraftvollen Phase folgen sanfte, entspannende Tänze, aus denen dann wieder eine neue Dynamik entsteht.

Die Rückverbindung mit dem Rhythmus des Lebens und seinen organischen Gesetzmäßigkeiten wirkt heilsam für Mensch und Welt. Durch regelmäßige Teilnahme an den Vivencias werden nachhaltig grundlegende Lebensfunktionen gestärkt, wie z.B. die Fähigkeit zur Selbstregulation zwischen Aktivität und Ruhe (Spannung-Entspannung) und die Integration von Denken, Fühlen und Handeln. So ist Biodanza eine wahrhaftig ganzheitliche Gesundheitsförderung und Burnout-Prophylaxe für den Menschen und seinen Planeten. Immunsystem und Herzkreislaufsystem werden gestärkt und harmonisiert, Stress wird durch Lebensfreude ersetzt und Depressionen verschwinden durch die reichlich ausgeschütteten „Glückshormone“. Die Teilnehmenden erleben das lustvolle Vergnügen im eigenen Körper zu Hause zu sein als Quelle von Lebenskraft und Motivation.

Entwicklung individueller Potenziale im Tanz

Biodanza ist ein Spielraum der Persönlichkeitsentwicklung. Im geschützten Rahmen und mit spielerischer Absichtslosigkeit entsteht ein fruchtbarer Boden, auf dem schlummernde individuelle Potenziale und verborgene Kraftquellen erweckt werden können. Mit liebevoller Pflege können diese Potenziale in ihre ganze Größe wachsen und sich in ihrer einzigartigen Schönheit entfalten.

Biodanza - eine Poesie der menschlichen Begegnung

„Das Ich entfaltet sich am Du.“ (Martin Buber)
In Begegnung und Resonanz mit anderen erfahren die Teilnehmenden die vielfältigen Facetten ihres Selbst und gleichzeitig ihre absolute Einzigartigkeit. Sie erleben die Schönheit, Magie und Poesie der menschlichen Begegnung auf Augenhöhe. Die so ermöglichte Identifikation mit dem Fremden stärkt nicht nur Mitgefühl und Toleranz für Mitmenschen, sondern auch die Liebe zu sich selbst. Die Teilnehmenden lernen, mit anderen Menschen in achtsamen, einfühlsamen Kontakt zu kommen. Sie entwickeln sehr feine soziale Kompetenzen und die Fähigkeit zu differenziertem Gefühlsausdruck. Besonders intensive Begegnungen führen zu einer Erfahrung des Einsseins mit dem anderen, eine Brücke zum mystischen Erleben der Einheit von allem, was existiert.



HOTEL GUTSHAUS PARIN

BIO- UND GESUNDHEITSHOTEL

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

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

„Der Mensch ist des Menschen Arznei.“ (chinesische Weisheit)

Die Biodanza Gruppe bildet ein nährendes, haltgebendes und unterstützendes Netz, einen heilsamen Ort der Zuflucht. In Verbundenheit mit der Gemeinschaft kann der Einzelne sich frei entfalten und in eigenem Tempo lernen, mit Genuss und Freude zu leben. Mut und Selbstvertrauen können wachsen, um Wünsche und Visionen zu erreichen und das Leben erfolgreich in eigener Regie zu gestalten.

„Biodanza is LoveMovement“ (C. Arrieta, Pionierin von Biodanza in Deutschland)

Durch Biodanza kann der Mensch lernen, mit all seinen Sinnen die Fülle und harmonische Verbundenheit aller Lebewesen im Kosmos zu erleben. In der Hingabe an das Leben erkennt er die Kraft zur heilsamen Verwandlung. Denn der eigene tägliche Tanz, in Liebe getan, wirkt zurück auf das ganze System. So wird Innere Wandlung zum Schlüssel für Heilung in der

Welt. Dein Tanz macht einen Unterschied. Liebe ist die Quelle, die uns auf allen Ebenen gesundet, damit wir frohen Mutes, mit klaren Taten und ohne zu zögern der Welt das Beste aus unserem Herzen schenken.

Denn wer die Herzen bewegt, bewegt die Welt.

Begriffserläuterungen

- Bios = Leben , danza = in Bewegung gebrachtes Gefühl
- Begründer: chilen. Psychologe, Anthropologe, Poet und Künstler Professor Rolando Toro (1923-2010). Seine Schülerin Cristina Arrieta brachte 1984 Biodanza nach Deutschland, Antje Koolen lernte von Arrieta, Toro u.a. seit 1990.
- Vivencia = span. Erleben

„Moving Hearts“- Biodanza Schule Bremen, Dipl. Psych. Antje Koolen-Polzin, Loggerstr. 7, 28759 Bremen, Tel. 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de



Selbständig machen?

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

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

~~1 Existenzgründung aus der Arbeitslosigkeit:~~

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

2 Sonstige Existenzgründungen:

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

Achtung! Die Möglichkeit der 90 %- Förderung bei Gründungen aus der Arbeitslosigkeit durch die KfW wird zum 01.01.2014 ersatzlos gestrichen!!! Wer sich jetzt noch aus der Arbeitslosigkeit selbständig machen will, sollte schnellstens den Antrag stellen! Ich informiere Sie gern.



Infos & kostenloses Erstgespräch

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

Peter Gerd Jaruschewski

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

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



seit 1987
**Salute
e Bellezza**

Groß- und Einzelhandel



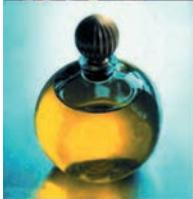
**Schamanischer &
Alchemistischer Bedarf**

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

Salute e Bellezza

Freitags 15 -19 Uhr,
Samstags 11-14 Uhr

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



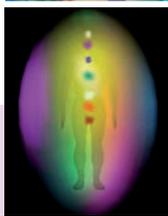
Aurafoto/-diagnose

Di. 12. Nov. 14 - 18 h

Ralf-Marien Engelbarts (HP)

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

Praxis Nowak, Heiligengeist-
straße 1, 26121 Oldenburg
Info/Anm.: Buchhandlung
Plaggenborg, Tel. 01-17543



Sensibel erziehen*

NEU

Susan Marletta-Hart

Leben mit hochsensiblen Kindern



Bewusst unterstützen – einfühlsam erziehen

AURUM

EIN
ELTERN-
RATGEBER

Susan Marletta-Hart

Leben mit hochsensiblen Kindern

Bewusst unterstützen – einfühlsam erziehen
978-3-89901-586-7, € 19,95 [D] | € 20,60 [A]

Susan Marletta-Hart erklärt, was Hochsensibilität ist, wie Sie sie bei Ihrem Kind erkennen und zeigt an praktischen Beispielen, wie Sie Ihr Kind unterstützen können, aus dieser vermeintlichen Schwierigkeit eine besondere Gabe zu machen.



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

J. Kamphausen | Mediengruppe

AURUM

weltinnenraum.de

Schulen der Zukunft

Modelle für eine menschliche Bildung

Die folgenden Beiträge stammen aus dem Buch „EduAction. Wir machen Schule“ von Margret Rasfeld und Peter Spiegel und wurden uns mit freundlicher Genehmigung des Murmann Verlags zur Verfügung gestellt.

In ihrer Neujahrsansprache 2012 bezeichnete Bundeskanzlerin Angela Merkel die Frage „Wie lernt unsere Gesellschaft?“ als eine der entscheidenden Zukunftsfragen. Im Kern bedeutet diese Frage: Wie schnell, kreativ und grundlegend lernen unsere Bildungseinrichtungen, den einschneidend veränderten Zukunftsanforderungen gerecht zu werden?

Die Frage, was Bildung in der und für die heutige Welt und für permanentes gesellschaftliches Weiterlernen sein muss, beantwortet der Hirnforscher Gerald Hüther in seiner Einführung zu diesem Buch sehr klar. Bildung muss Potenzialentfaltung sein.

Die heute immer noch übliche Wissensvermittlung stellt lediglich den Rohstoff bereit. Doch erst die Potenzialentfaltung bestimmt, was jeder Mensch daraus kreativ gestalten kann. Das neue Lernziel lautet daher: Lebensunternehmer. Dieses Ziel findet sich, in unterschiedlichen Begriffen ausbuchstabiert, in zahlreichen klugen Bildungsbüchern der Gegenwart. Doch zwei Fragen bleiben meist nur unbefriedigend beantwortet: Wie kann ein derartig verändertes Bildungsverständnis ohne langes Warten auf die große Bildungsreform von oben unmittelbar in der Schule, in unserer Stadt, in unserer Gemeinde praktisch umgesetzt werden? Und besteht eine realistische Chance, dass unsere gesamte Gesellschaft lernt, die notwendige Bildungswende zur Potenzialentfaltung tatkräftig und erfolgreich zu vollziehen?

(...) Über die für jeden Lernprozess typischen Schleifen von Versuch und Irrtum kristallisierte sich an der Evangelischen Schule Berlin Zentrum (esbz) aus Sicht der beteiligten Lehrer, Schüler und Eltern und von externen Beobach-



tern Zug um Zug eine Form konkret sich vollziehender Potenzialentfaltung heraus. (...)

Innovationen gibt es selbstverständlich nicht nur an der esbz, wir selbst haben uns bei einigen der realisierten Bildungsinnovationen auf andernorts entwickelte Neuerungen gestützt. Wichtiger, als die Urheberschaft der Innovationen zu klären, erscheint uns jedoch zu erkunden, wie die bereits überaus faszinierende und lernstarke, gleichwohl noch recht fragmentarische Landschaft von Potenzialentfaltungsprojekten und -schulen aussieht und, noch wichtiger, wie es gelingen kann, auf der Basis der bereits gesammelten Erfahrungen und Beispiele eine Schule nach der anderen neu zu erfinden. Aus diesem Grund haben wir gemeinsam mit anderen Interessierten das Education Innovation Lab an der Humboldt-Viadrina School of Governance ins Leben gerufen. Was sich dort entwickelt, ist Thema am Ende dieses Buches.

Evangelische Schule Berlin Zentrum

Die Evangelische Schule Berlin Zentrum gründete sich mit dem Anspruch einer Reform-Schule mit radikalem Wandel der Lernkultur. Als evangelische Schule ist der christliche Glaube Maßstab für Lernen und Handeln. Als Schu-

alte Schule

Kinder unterrichten
 Lehrer als Curriculumerfüller
 motivieren
 Traditionsvermittlungsanstalt
 rezipieren
 Unterricht
 Instruktion
 Als-ob-Lernen im Klassenzimmer
 Antworten auf fremde Fragen finden
 richtige und falsche Antworten
 SchülerInnen sind Objekte fremdbestimmter normierter Lernprozesse

lineares Denken
 Klassenzimmer
 hierarchische Beziehungen
 Allein-Be-Lehrer
 Arbeitsblätter und Bücher als Arbeitsmittel
 Heterogenität als Last
 lehrplanzentrierter Gleichschritt
 Zeugnisse und Noten
 selektiver Geist - Defizitnachweiser
 Fehler als Notenverschlechterer
 Fächerfakten wiedergeben
 abgespeichertes Wissen
 Reisen stört den festgelegten Plan
 getaktete Stundenpläne
 Kopf
 bewerten
 Angstkultur
 Kontrolle
 Einzelkämpfer in Konkurrenz
 Lehrer-Vermittlung
 Peer-Lernen
 Wissen
 zweckhaftes Tun
 Jasager
 Pflichterfüller
 Stoffarbeiter / Arbeitsblätterrausfüller
 kognitive Intelligenz
 vorgegebene Perspektiven einnehmen
 Risikovermeidung
 Beziehungsverhinderungsanstalten
 Abarbeiten
 unten abgeschnitten, oben gedeckelt
 Burn-out

neue Schule

Kinder aufbauen
 Lehrer als Potenzialentfalter
 begeistern
 Zukunftswerkstatt
 konstruieren
 lernen
 Selbstorganisation
 Erfahrungslernen im Leben
 Antworten auf eigene Fragen suchen
 viele mögliche Antworten
 SchülerInnen sind Subjekte selbstbestimmter individueller Lernprozesse
 vernetztes Denken
 Future Lab
 gleichwürdige Beziehungen
 alle lernen voneinander
 das World Wide Web als Arbeitsmittel
 Heterogenität als Schatz
 lernerzentrierte Vielfalt
 Portfolio und Zertifikate
 inklusiver Geist - Schatzsucher
 Scheitern als Innovationschance
 komplexe Zusammenhänge erfahren
 reflexives Lernen
 Reisen bildet
 Raum für Spontanes
 Kopf, Herz und Hand
 wertschätzen
 Vertrauen und Mut
 Vertrauen in Prozesse
 Kollaboration
 Einzelexperten
 alle sind Experten
 Ethos / Sinn
 sinnhaftes Tun
 Einmischungskompetenz
 selbstwirksame Gestalter
 Wandelversther
 Förderung vielfacher Intelligenzen
 Fähigkeit zu Perspektivwechsel
 Unternehmungsgeist
 individualisierte Gemeinschaften
 Flow
 unten abgedefert, oben freie Entfaltung
 Burn for

le in freier Trägerschaft wollen wir Beispiel gebend sein im Blick auf zukunftsfähige Entwicklungen.

Das Schulethos der esbz: protestantisch - mutig - weltoffen

Wir verstehen unsere Schule als einen Lebens- und Erfahrungsraum in der Verantwortungsgemeinschaft von Kindern und Jugendlichen, ihren Eltern, den pädagogischen Professionellen und den Partnern unserer Schule.

Wir verstehen uns als Schule, die sich den Herausforderungen der Agenda 21 in besonderer Weise verpflichtet weiß. Wir heißen darum Agenda-Schule.

Lernen, Wissen zu erwerben – Lernen, zusammen zu leben – Lernen zu handeln sind die Fundamente, auf dem unser „Haus des Lernens“ immer weiter aus- und fortlaufend auch umgebaut wird.

Wir wollen, dass jedes Kind als Kind Gottes in seiner Einzigartigkeit wahrgenommen und ge-

achtet, gefördert und gefordert wird. Alle Kinder sollen durch ein ganzheitliches Lernangebot lebensnah mit Kopf, Herz und Hand ihre Entwicklungschancen optimal entfalten können: in der Schule und an außerschulischen Lernorten.

Wir wollen ein „Haus des Lernens“ sein, in dem alle willkommen sind. Kinder mit Begabungen aller Art, auch Kinder mit Handicap sowie Kinder aus vielen Kulturen sollen sich in unserer Schule angenommen fühlen.

So kann auch das demokratische Miteinander, das „Zusammenleben“, eine der großen Herausforderungen des 21. Jahrhunderts, nachhaltig gelernt werden. Als evangelische Schule wollen wir ein Beispiel einer solidarischen und tragenden Gemeinschaft sein.

Wir wollen, dass alle Kinder Mut zu und Freude an sozialer und ökologischer Verantwortung entwickeln. Verantwortung lernen und zivilgesellschaftliches Engagement im Gemeinwesen sind zentrale Elemente unserer Lernkultur. Die Schule soll ein kulturelles Forum und ein Marktplatz für Impulse für die Schul- und Stadtteilentwicklung sein und werden.

Wir wollen, dass in unserem „Haus des Lernens“ ein Geist der Offenheit und des gegenseitigen Vertrauens lebt, der Kooperation, Teamgeist und eine faire Feedback-Kultur zwischen allen Gruppen ermöglicht.

Wir wollen uns in Achtsamkeit und Ehrfurcht für Gerechtigkeit, Frieden und für die Bewahrung der Schöpfung einsetzen und an der Verständigung der Generationen und der Kulturen fächerübergreifend und weltoffen gemeinsam arbeiten.



Antje Jaruschewski
Heilpraktikerin

- **Familienaufstellung**
Aufstellungstage 110,-/20,-
Sa. 5.10.13 | So. 17.11.13 | So. 15.12.13
Kurzaufstellungen abends 15,-
18.9. | 23.10. | 27.11. 18.30 h, Rosenhaus
Einzelarbeit nach Vereinbarung
Fortbildung 6 WEs, ab Frühj. 14
- **Klass. Homöopathie**
- **wingwave Coaching**
bei Ängsten, Phobien, Stress,
BurnOut und mehr...
- **Seminar** Sehnsucht finden...
...und leben!“ 26-27.10. 130,-
mit Th. Dopp & Antje Jaruschewski
Aufstellung, Herzensarbeit nach
Safi Nidiaye, Meditation, Tanz...

Metzer Str. 10 • 26121 Oldenbg. • 0441 - 9736194
Termine & Infos: www.praxis-jaruschewski.de

Mehr Informationen zur Arbeit der esbz finden Sie hier <http://www.ev-schule-zentrum.de/selbstverstaendnis.0.html> und <http://www.schulen-der-zukunft.org/schulen-der-zukunft/portraits/evangelische-schule-berlin-zentrum/>. Das Buch ist unter „Wortwelten“ zu finden.

Autoren: Ulrike Plaggenborg und Dietz Offizin

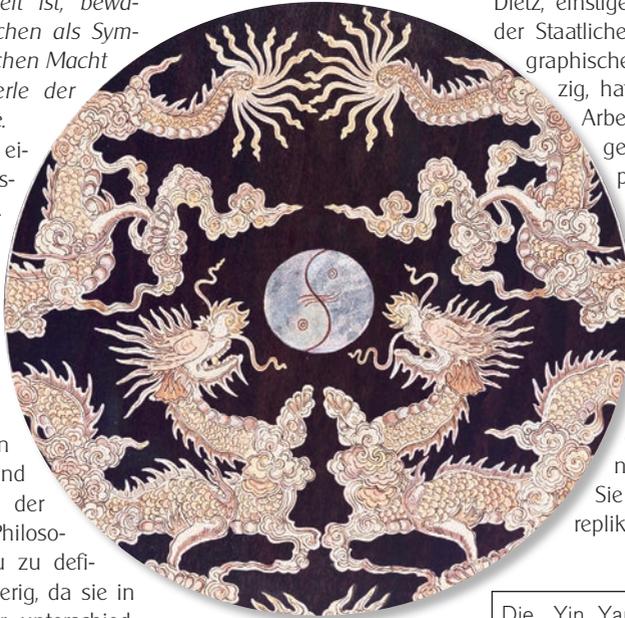
„Yin Yang, von zwei Drachen beschützt“

Ein wunderschönes Kunstobjekt

Auf dieser Reliefintarsie, die in 42 Farben auf Holz gedruckt, versilbert und mit Echtgold veredelt ist, bewachen zwei Drachen als Symbol der kaiserlichen Macht die Yin-Yang-Perle der inneren Energie.

Die Replik hat einen Durchmesser von 32 cm. Die Darstellung wird der taoistischen Lehre zugeordnet und stammt aus Vietnam aus dem 18./19. Jahrhundert. Yin und Yang sind zwei Begriffe der chinesischen Philosophie. Sie genau zu definieren ist schwierig, da sie in der Literatur für unterschiedlichste Dinge verwendet werden. Yin und Yang bezeichnen Gegensätze in ihrer wechselseitigen Bezogenheit. Die heute verbreitete Form des Yin-

Yang-Symbols entstand erst in der Zeit der Ming-Dynastie (1368-1644).



Die Firma Dietz Offizin aus Bayern wird von der Familie Dietz geleitet, einem kleinen Familienunternehmen, das sich spezialisiert hat auf Kunst-

Reproduktionen in höchster Qualität. Der inzwischen verstorbene Gründer Günther Dietz, einstiger Meisterschüler der Staatlichen Akademie für graphische Künste in Leipzig, hat während vieler Arbeitsjahre seine eigene Technik zur perfekten Nachschöpfung von Originalen entwickelt, die als ORIGINAL-DIETZ-REPLIK neue Maßstäbe gesetzt hat. Eine Auswahl der angebotenen Werke finden Sie auf www.dietz-repliken.de.

Die „Yin Yang-Schale“ können Sie bei den Plaggenborgs in der Lindenstraße 35 in Oldenburg besichtigen, Tel. 0441.17543. Preis auf Anfrage.



Weisheitsgeschichten des Mystikers Rumi: ein Hörbuch voller sanftem Erzähl-Zauber und beflügelnder Musik.

Zu bestellen unter: presse@karamat.eu oder info@mehrabyy.de
Preis: 15,00 €

Mehr darüber und zu Live-Veranstaltungen:
www.perledersufis.de // www.karamat.eu // www.mehrabyy-verlag.de

Vom Wert der guten Nachricht

Die Basis für die Realisierung der eigenen Träume besteht darin, das eigene Gehirn nicht mehr mit negativen Informationen zu verseuchen. Die moderne Neurowissenschaft hat bewiesen, dass alle Informationen, die wir von außen aufnehmen, nicht nur Spuren in unserem Gehirn hinterlassen, sondern es regelrecht verdrahten. Die Konsequenz: Wir sind das Ergebnis aller Informationen, mit denen wir uns füttern.

Worin liegt eigentlich der Unterschied zwischen guten und schlechten Informationen? Erst einmal: Die schlechten oder negativen Informationen fallen uns sofort ein. Wenn wir die täglichen Nachrichten im Fernsehen und die Schlagzeilen der einschlägigen Tageszeitungen vor Augen haben, denken wir sofort an Tod, Zerfall, Unglück, Zerstörung. Gute Nachrichten zu finden ist schwierig – und meist sind sie mangels Drama auch weniger spannend. Diese rein oberflächliche Bewertung ist die eine Seite, aber haben Sie sich auch schon einmal gefragt, was der Konsum dieser Informationen mit Ihnen macht? Ist Ihnen aufgefallen, wie es Ihnen geht, wie Sie sich fühlen, nachdem Sie die Nachrichten gesehen/gelesen haben oder auch nur die Schlagzeilen am Kiosk im Vorübergehen?

Welche Spuren hinterlassen diese Eindrücke in Ihrem Gehirn? Welches Gefühl? Stellen Sie sich vor, Sie haben gerade eine ausführliche Nachrichtensendung im Fernsehen gesehen, vielleicht eine knappe Stunde lang. Kriegsberichte aus irgendeinem Land dieser Erde und die Unmöglichkeit, dieses unnötige Töten zu beenden. Nun stehen Sie vom Fernseher auf und bringen Ihr Kind ins Bett. Sind diese Informationen dann spurlos an Ihnen vorbeigegangen? Was passiert mit den Informationen? Bin ich eine Ausnahme, dass sie in mir noch länger nachwirken und ich mich darum mittlerweile weigere, in die Röhre zu schauen und diese Dinge an mich heran-zulassen?

Du bist, wie du dich informierst

Prinzipiell bin ich sehr medienaffin und sitze oft den ganzen Tag vor dem Rechner. Dadurch habe ich angefangen, mir mehr und mehr die Infor-



mationen selektiv aus dem Netz zu holen. Hier sieht man dann recht deutlich, dass es tatsächlich auch kontroverse Darstellungen zu den täglichen blutrünstigen Nachrichten gibt. Reporter, die auspacken und friedliche Lösungsmöglichkeiten zitieren, die gar nicht in den Nachrichten zu finden sind, und Zivilisten, die sich gegenseitig wertschätzen trotz unterschiedlicher „feindlicher“ Nationalität!

So fing es an, dass ich recherchierte, mit Menschen, die es besser wissen mussten, diskutierte und mir immer mehr selbst ein Bild von der Welt erstellte. Dabei stieß ich auf neurowissenschaftliche Berichte, die ziemlich eindrücklich aufzeigen, dass wir – genauso wie einst das „Du bist, was du isst“ – jetzt nachweisen können: „Du bist, wie du dich informierst.“ Denn: Unsere täglich konsumierten Informationen verändern die Denksuren im Gehirn, unsere Wahrnehmung und dann sogar auch unser Handeln!

Der Hirnforscher Prof. Dr. Manfred Spitzer, Leiter der Psychiatrischen Universitätsklinik Ulm, erzählt in einem Vortrag über Gewalt im Fernsehen: „Wenn ein Amerikaner 18 ist, hat er im Schnitt 32.000 Morde im Fernsehen gesehen,

bei Kabelanschluss sogar mehr. Diese Sinnes-
eindrücke werden im Gehirn nicht einfach ab-
gelegt, sondern ständig weiterverarbeitet. Dazu
muss man wissen, dass von zehn Millionen
Verbindungsfasern von Nervenzellen im Gehirn
nur eine einzige hinein- oder hinausführt, also
sozusagen auf Außenkontakte angelegt ist. Die
anderen 9.999.999 Verbindungen sind gehirnin-
terne Verbindungen, über die äußere Eindrücke
weiterverarbeitet werden. Und wenn Sie 32.000
TV-Morde intus haben, beschäftigt sich Ihr Ge-
hirn zwangsläufig damit, ob Sie es wollen oder
nicht.“ Sein Schluss: „Es ist kriminell, Babys vor
DVDs zu setzen – und wer damit wirbt, macht
die Kinder wesentlich dumm.“ Bei seinen neu-
robiologischen Forschungen fand er heraus,
dass, Fernsehen im Alter von fünf Jahren be-
stimmt, ob das Kind in zwanzig Jahren einen
Uni-Abschluss bekommt oder nicht, Fernsehen
im Kleinkindalter für Aufmerksamkeitsstörun-
gen im Alter von sieben Jahren verantwort-
lich ist, Fernsehen im fünften Lebensjahr Lesestö-
rungen im Alter von acht Jahren verursacht.

Nicht benutzte Gehirnbahnen verkümmern

Unser Gehirn ist das dynamischste Organ über-
haupt. Lernen geschieht immer und ist mit dem
Treten von Spuren im Schnee zu vergleichen.
Je häufiger wir etwas machen, desto stärker

sind die Bahnen. Neurobiologisch gesprochen
verstärkt sich die Kontaktfläche der Synapsen
an den Enden der Gehirnbahnen. Daraus er-
gibt sich im Umkehrschluss: Gehirnbahnen,
die nicht benutzt werden, liegen brach und ver-
kümmern, Synapsen verkapseln sich und ver-
schließen sich wie eine Narbe. Nicht-Lernen
geht nicht, das Gehirn lernt immer, bei allem,
was wir tun oder auch nur passiv konsumieren.
Der Neurowissenschaftler Dr. Joe Dispenza, be-
kannt durch seine Forschungen in Neurologie
und Neurophysik, sagt in einem Vortrag: „Das
Gehirn ist ein Spiegel seiner Umgebung.“ Dis-
penza sowie der Biologe Bruce Lipton erklären
beide sehr anschaulich, dass eine Zelle einen
Befehl ausführt, wenn sie von außen Signale
empfängt. Sie lässt beispielsweise Programme
ablaufen, stößt Melatonin aus oder produziert
Endorphine. Es ist also eine physische Realität,
dass wir beim „Konsumieren“ von Informatio-
nen unser Hirn zu bestimmten Aktionen zwin-
gen, es damit neu verdrahten und bestehen-
de Verbindungen stärken. Für mich persönlich
war das ein Schock. Dass Informationen im Ge-
hirn gespeichert werden – okay. Aber nun wur-
de mir wissenschaftlich vor Augen geführt, dass
auch passiv aufgenommene Informationen et-
was mit unserem Gehirn machen. Tag für Tag,
Stunde um Stunde. Wenn wir uns das oft bruta-

Wilfried Reuter
Und der Tod ist ganz ungefährlich
Buddhistische Hilfen im Umgang mit Alter, Krankheit, Tod
Klappenbroschur, 256 Seiten, 16,00 € [D]
ISBN 978-3-931274-45-0



Die Herzen verbinden
Geleitete Meditationen auf CD
von Ayya Khema, Bhante Nyanabodhi,
Charlie Pils, Wilfried Reuter, Sylvia Kolk



CD, 14,00 € [D]
ISBN 978-3-931274-44-3



Jhana Verlag
im Buddha-Haus

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

le Fernsehprogramm ansehen – „80 Prozent aller gesendeten Informationen sind gewalttätig“, so Spitzer, dann ist der Zustand unserer Welt wegen rätselhaft.

Informationen befeuern das Gehirn

Wenn Dispenza sagt, dass das Gehirn der Spiegel seiner Umgebung ist, meint er, dass von außen kommende Einflüsse – sei es die Begegnung mit der Schwiegermutter oder die gewalttätigen Bilder in den Nachrichten – Bahnen in unserem Gehirn befeuern, die dann über chemische Stoffe und Neurotransmitter Gefühle und Emotionen erzeugen, die uns traurig, glücklich oder aggressiv sein lassen und dann unsere Handlungsabläufe bestimmen. Häufig genug wiederholt, formen sich so unsere Glaubenssätze, nach denen wir leben, und unsere Lebensmuster, die die Wahrnehmung unserer Umgebung dann sogar noch beeinflussen. Unser Gehirn versteht dann aufgrund der gesendeten Informationen, dass 80 Prozent der Welt aus Gefahr, Krieg, Mord etc. bestehen. Da brauchen wir uns nicht zu wundern, wenn Gewalt zur Tagesordnung wird und die Schwelle zur Gewaltbereitschaft zunehmend sinkt.

Viele Neurobiologen, allen voran Prof. Gerald Hüther, haben uns aber auch bewiesen, dass unser Gehirn eine immerwährende Modulationsfähigkeit besitzt. „Auch im hohen Alter können wir noch Chinesisch lernen, wenn wir uns nur genügend dafür begeistern können.“ Die Rückgewinnung von Freude, Kreativität und Macht über das eigene Denken geschieht ei-

nerseits dadurch, dass wir den Verstand – beispielsweise in der Meditation – zur Ruhe bringen und nach anderen Werten, Sinn und Zielen Ausschau halten. Dadurch wird tiefe innere Freude aus der Mitte des Seins erfahrbar. Die Beeinflussung von außen wird geringer, innere Werte erfahren eine stärkere Beachtung.

Andererseits erinnern positive und lösungsorientierte Berichte unser Gehirn daran, die entsprechenden Bahnen wieder zu benutzen, so dass es positive Emotionen und Glücksgefühle erzeugt – und ohne diese haben wir weder Träume und Visionen noch die Kreativität, uns einen Weg zu ihrer Verwirklichung zu spüren. Positive, inspirierende Geschichten öffnen unser Denken, Fühlen und Handeln in eine glücksbringende Richtung. Frieden kann in uns entstehen und in all unseren Beziehungen. Positive Informationen gehören zur Gehirnhygiene wie das tägliche Zähneputzen! Denn wir sind verantwortlich für das, was wir aufnehmen und das, was wir aussenden.

Annegret Torspecken ist verantwortlich für SEIN-TV. Auch dort zeigt sie auf, wie wichtig positive Informationen für unser Gehirn sind. Der regelmäßige Konsum positiver Informationen regeneriert verkümmerte neuronale Vernetzungen im Gehirn. Auf der neuen SEIN-TV-Homepage soll es daher eine Kennzeichnung von Filmen geben, die eine positive Wirkung auf das Gehirn ausüben.

Kontakt über info@sein-tv.de, www.sein-tv.de,
www.at-connect.info



mind meeting

Clearing
Professionelle Entfernung von Fremdenergien

z.B. bei Schlaflosigkeit, Depressionen, Ängsten,
Erschöpfung, Konzentrationsstörungen, Aggressivem
Verhalten, und vielen anderen Problemen

Nähere Informationen finden Sie unter
www.mind-meeting.de

Marian Holmann
Telefon: 04221 - 28 36 21 6

Autorin: Ulrike Plaggenborg

„Lebe lieber ungewöhnlich...“ oder „Buchhandlung Plaggenborg“

Dieses Motto eines Buchtitels könnte man auch für unsere Buchhandlung verwenden. Denn bei uns ist nichts so wie man es kennt. Wir sind zwar Buchhandlung, haben aber keine Bücher mehr in der „kleinsten Buchhandlung Oldenburgs“. Es gibt also nichts mehr zu „schnüstern“.

Das kann man in unserem Internetshop www.buchhandlung-plaggenborg.de, wo es inzwischen zu sehr vielen Titeln Leseproben, z.T. sehr ausführliche, gibt. Die Buchhandlung als Ort besteht ja aus einem kleinen Flur mit ausklappbarem Ladentisch und dem „Besprechungszimmer“, wie Karl-Heinz es immer nennt. Das ist abends sein Wohnzimmer, und so kann man da ganz gemütlich sitzen und schnacken. Unsere Öffnungszeiten (Mo.-Fr. 11-20 Uhr, Sa. 13-20 Uhr) sind „nachteulenkompatibel“ (nichts für Frühaufsteher) und es ist gar kein Problem, auch abends nach 23 Uhr mal ein Buch rauszuholen. Vormittags vor 11 Uhr kann es auch schon mal vorkommen, dass wir noch beim Frühstück sitzen, oder samstags im Putz-Outfit herumlaufen. Es ist halt alles viel privater hier. Uns stört das überhaupt nicht, wir finden das klasse. Manche Kunden schauen im ersten Moment ein wenig irritiert, haben dann aber keine Probleme damit. Gelegentlich ist auch Zeit für einen Tee.

Neuigkeiten in Kürze

Dass die Buchhandlung bei Facebook ist, haben wir ja schon kundgetan. Dort posten wir fast täglich Dinge, die wir für bemerkenswert halten: Artikel, Bilder, Videos, natürlich Buchempfehlungen usw. Wir freuen uns natürlich über weitere „Folger“... („gefällt mir“ klick)!

Wir arbeiten derzeit an einem neuen Outfit für die Webseite des Achtsamen Lebens. Noch in diesem Herbst wird die Seite an den Start gehen. Freuen Sie sich mit uns auf eine schön ge-



staltete, übersichtliche und klare Seite, auf der es auch jede Menge weitere Möglichkeiten der Präsentation (für Anbieter) und der Partizipation (für Leser) wie z.B. eine Kommentarfunktion geben wird. Schauen Sie einfach immer mal wieder

unter www.achtsames-leben.org nach.

Im Internetshop der Buchhandlung www.buchhandlung-plaggenborg.de gibt es inzwischen jede Menge E-Books im Angebot. Alle Bücher bei denen links unter dem Cover steht: „Dieser Titel ist auch erhältlich als E-Book“ mit einem Buchsymbol mit kleinem „e“ drauf, stehen als E-Book zum Download bereit. In der „Hilfe“ auf der Startseite steht genau wie das geht (ist nicht kompliziert).

Unsere besondere Empfehlung: günstige Webseite gefällig?

An dieser Stelle möchten wir noch einmal darauf hinweisen, dass unser „Hausprogrammierer“ Jan Rasch von www.rasch-network.de, der schon einige unserer Webseiten realisiert hat, ganz günstige Angebote für eine Webseiten-Erstellung macht. Wenn Sie Ihre Praxis/ Firma/ sich selbst endlich professionell im Internet präsentieren möchten und einen einfachen und preiswerten Weg dafür suchen, dann senden Sie ihm einfach Ihre Bilder und Texte und heraus kommt Ihre persönliche Internetseite. Einen ersten Eindruck von bereits realisierten Webseiten finden Sie unter „Referenzen“ auf seiner Homepage. Außerdem ist Jan Rasch ein überaus geduldiger, angenehmer Berater.

Lichtbahnen-Heilung

Eine spirituelle Meridianbehandlung für körperliches und seelisches Gleichgewicht

Die Lichtbahnen-Therapie (nach Trudi Thali, Buch: Lichtbahnen-Heilung) beinhaltet wesentliche Erkenntnisse der wahren Ursachen gesundheitlicher Störungen, denn das Wohlbefinden von Körper und Seele basiert auf einem harmonisch strömenden Energiesystem.

Strömt Lebensenergie harmonisch im Körper, fühlen wir uns wohl und gesund. Blockaden in den Energieleitbahnen (den Meridianen) jedoch behindern den freien Fluss der Lebensenergie. Und hier liegen die Ursachen der gesundheitlichen Störungen! Durch einen disharmonischen Energiefluss werden die Körperfunktionen beeinträchtigt, es entstehen Krankheiten, aber auch die Seele leidet im emotionalen Bereich. Gerade alte Einprägungen, die wir Traumata nennen, bilden oftmals starke Blockaden im Energiekreislauf. Denn alle Eindrücke in unserem Leben werden im Energiekörper gespeichert. Das Energiesystem erinnert sich und kommuniziert mit allen Zellen und Organen und hat einen beträchtlichen Einfluss auf das Gleichgewicht in den Lichtbahnen, die identisch mit dem Meridiansystem der altchinesischen Medizin sind.

Bei einer Lichtbahnen-Behandlung werden durch sanftes Berühren bestimmter Körperstellen Blockaden lokalisiert und aufgelöst. Die Lebensenergie wird zum Fließen gebracht. Dabei werden die Chakras, die wie zarte Energiewirbel das Licht in den Körper transmittieren, ausgeglichen. Ein strömendes System von Lichtbahnen ist dann wieder in der Lage, den Körper ohne Hindernisse mit Lebenskraft, dem Ch'i, zu versorgen. Während der Behandlung erreicht man eine tiefe Entspannung und schaltet völlig vom Alltag ab. Lichtbahnen-Heilung geschieht in stiller, meditativer Hingabe des Therapeuten. Die Selbstheilungskräfte des Körpers und der Seele werden wirkungsvoll angeregt. Das erstaunliche dabei ist, dass bereits unzählige



Menschen, die jahrelang keine Linderung ihrer gesundheitlichen Probleme fanden, von ihren Beschwerden geheilt werden konnten. Manchmal scheint es wie ein Wunder. Oft genügen ein paar Sitzungen, um das Energiesystem wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Die Behandlung ersetzt jedoch nicht die herkömmliche Medizin. Bei gesundheitlichen Störungen sollte immer ein Arzt aufgesucht werden. Die Lichtbahnen-Therapie bietet jedoch eine echte Möglichkeit, das körperliche und seelische Wohlbefinden zu stärken.

Das Schöne an der Lichtbahnen-Therapie ist, dass jeder lernen kann, mit welchen einfachen Mitteln die persönlichen Selbstheilungskräfte aktiviert werden können. Besonders im Rahmen von spirituellen Seminaren und spirituellen Heilungsreisen können Kenntnisse hierzu vermittelt werden. Alltasten, negative Denkmuster, Verletzungen, alles Destruktive, was uns nicht mehr dienlich ist, wird in Licht und Liebe transformiert. Somit entsteht wieder Leichtigkeit und Freude am Leben. Das ist unser Geburtsrecht. Wir sind Schöpfer unserer Lebensrealität.

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

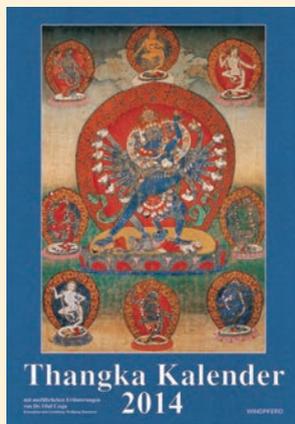


Zen-Kalender 2014

Mit Zen-Gedichten
Vision Creativ, 24,90 €

Der schlanke Zen-Kalender zeichnet sich durch die Kunst des Weglassens aus. Die Motive laden zum Verweilen und Innehalten ein und schenken Augenblicke der Stille. Die Einfachheit und Klarheit von Zen wurde vom Fotografen Vis Orth eingefangen und in eine poetische Bildsprache umgesetzt. Japanische Haiku oder Zen-Gedichte zu jedem Motiv lassen eine Wort-Bild-Geschichte entstehen, die mal heiter, mal melancholisch ist und vom Leser fortgesponnen werden kann.

Wandkalender, 12 Motive, 14 Seiten, 24 x 68 cm, Spiralbindung



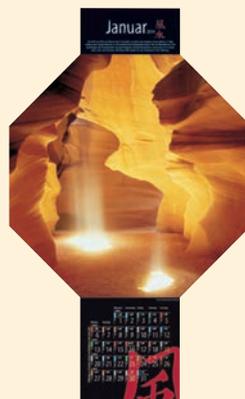
Thangka-Kalender 2014

Wolfgang Jünemann (Hrsg.)
Windpferd Vlg., 29,95 €

13 Motive mit ausführlichen Erläuterungen von Dr. Olaf Czaja. Die Thangkas sind aus einer Geisteshaltung der Klarheit, Weisheit und des Mitgefühls heraus entstanden. Von vielen ungenannten Malern wurde die Thangka-Malerei mit ihrer strengen Formgebung, außergewöhnlichem Detailreichtum und kraftvollen Farben praktiziert.

Malstile und Kunstfertigkeiten veränderten und wandelten sich über die Jahrhunderte mit den Entwicklungen des Buddhismus in Tibet. Trotz präziser formeller Vorgaben tragen sie auch die Handschrift des einzelnen Künstlers und manchmal auch die Handschrift mehrerer Künstler, die zugleich an einem Thangka arbeiteten.

Wandkalender: Spiralbindung
14 Blätter, Format: 40 x 60 cm



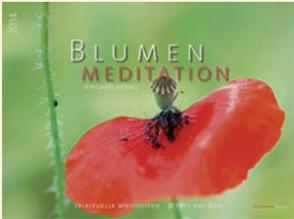
Feng-Shui-Kalender 2014

Das Original mit Mondphasen
Vision Creativ, 30,60 €

Ob grandiose Landschaften, stimmungsvolle Lichteffekte oder andere Impressionen, die Bilder des Feng-Shui-Kalenders schenken dem Betrachter ein Gefühl von Kraft, Harmonie und Schönheit. Als besonderer Wandschmuck hat er viele Fans gefunden, auch solche, die mit der chinesischen Philosophie nicht vertraut sind. Das Format ist dem chinesischen Bagua (Achteck) nachempfunden und gilt im Feng Shui als Glückssymbol. Texte gibt es auf jedem Monatsblatt ebenso wie Informationen zur chinesischen Astrologie und zum westlichen Mondkalender.

Wandkalender, 12 Motive, 15 Seiten, 42 x 68 cm, Spiralbindung

kalender 2014

**Blumen Meditation 2014**

Spirituelle Weisheiten –
Zitate des Zen
Fotos: Irmgard Brand
Weitsicht Vlg., 19,95 €

Schönheit sichtbar machen ist das Motto der Heilpraktikerin und Fotografin Irmgard Brand. Diese Schönheit spiegelt sich in ihrem Blumenreigen, der die zauberhafte und leuchtende Farbenpracht vollendeter Blüten aus nächster Nähe wiedergibt. Ob Pustebume, Klatschmohn, Rose oder Tulpe, jede Blume ist einzigartig und strahlt eine unglaubliche Ruhe aus. Momente des Glücks, die zur Stille einladen.

Ergänzt wird jedes dieser meditativen Kalenderbilder durch einen Sinnspruch, der uns innehalten lässt und zum Nachdenken anregt.

Wandkalender: Spiralbindung,
13 Blätter, Format 45 x 33 cm
Bestellmöglichkeit auf www.buchhandlung-plagenborg.de

Weitere wunderschöne Bilder, Wandbilder und Fotokarten von der Münchner Fotografin Irmgard Brand finden Sie auf www.irmgard-brand.de.

**Island 2014**

Örvar Porgeirsson
Weitsicht Vlg., 19,95 €

Island ist eine Insel, wie aus Feuer und Eis geschmiedet. Es zeugen davon Gletscher und Vulkane, von denen es auf diesem Eiland am nördlichen Polarkreis eine ganze Reihe gibt. Immer wieder überraschend ist die Vielfalt an Naturspektakeln, die der isländische Fotograf Örvar Porgeirsson dem Betrachter mit seinem Bilderreigen nahe bringt: atemberaubend schöne und in die Tiefe stürzende Wasserfälle; schwimmende Eisberge im eiskalt anmutenden Atlantik; feuerspeiende Vulkane bei Nacht; ein Meer von grün bemoosten Steinen am Rande des arktischen Ozeans. Sehnsuchtsort und Naturparadies zugleich. Das und noch viel mehr ist Island.

Örvar Porgeirsson hat einen unverkennbar isländischen Namen und verzaubert uns mit seinen Landschaftsaufnahmen von Gletschern, Vulkanen und Flüssen aus dem hohen Norden.

Wandkalender: Spiralbindung,
13 Blätter, Format 45 x 33 cm



Astrokalender – Sternlichter, Petra Niehaus
Chiron Vlg., Taschenkalender,
12,95 €

Der Astrokalender Sternlichter wird seit 1985 in ununterbrochener Folge herausgegeben. Neben dem inhaltlichen, jährlich wechselnden Schwerpunkt enthält der Kalender alle wichtigen astrologischen Daten, viele interessante Bilder, Artikel und Anregungen. Der 30. Astrokalender hat den Schwerpunkt Rückläufigkeit. Wie immer mit allen wichtigen astrologischen Daten:

- Tägliche Planetenpositionen
- Mit Chiron, Vesta und Lilith
- Tagesaspekte
- Zeichenwechsel
- Rückläufigkeit
- Mond im Leerlauf
- Kleinplaneten & Transneptuner
- Mond, Menstruations- und Gartenkalender
- monatliche Übersichtsephemeride

Autor: newslichter.de

www.newslichter.de – Jeden Tag gute Nachrichten



Es gibt sie doch - die gute Nachrichten. Und bei dem Online-Magazin www.newslichter.de werden es Tag für Tag mehr. Die selbst recherchierten Artikel und gesammelten Neuigkeiten berichten über Menschen und Projekte, welche die Welt lichter machen.

So gibt es beim Lesen Lust statt Frust und potenzieren sich Freude, Fülle und Dankbarkeit. Erschließen sich Hintergründe, Visionen und konkrete Inspirationen für mehr Nachhaltigkeit, Kooperation und Spiritualität. Seit mehr als zwei Jahren setzt das Online-Magazin von Bettina Sahling diesen positiven Kontrapunkt in der Medienwelt. Mit Hilfe eines freien Autorentams und viel Unterstützung der inzwischen über 70.000 LeserInnen wächst das Feld der guten

Nachrichten mit positiver Energie unaufhörlich. Ganz im Sinne eines neuen Zeitgeistes ist der Zugang zu den Beiträgen bei newslichter.de frei zugänglich und kostenlos. Wer das Angebot auch finanziell wertschätzen möchte, gibt freiwillig einen Betrag in der Höhe seiner Wahl. Auch auf klassische Bannerwerbung wird verzichtet, was das Lesevergnügen deutlich steigert. Ausnahme: Auf den monatlichen Themenseiten finden ausgewählte Partner mit ihren Angeboten einen Platz.

Werte und Vision

Die Werte und Visionen von newslichter.de decken sich mit denen von Vordenkern aus Philosophie und Wirtschaft:

„Die Zeit verlangt die Manifestation ganzheitlicher und auf Integrität abgestimmter Konzepte.“ Christine Bengel

„Der Markt der Zukunft wird moralisch sein oder er wird nicht sein.“ Modedesigner Philippe Starck

„Freude am Leben/ Konsum und gleichzeitig was Gutes tun schließt sich nicht mehr aus.“ Fred Grimm *„Shopping hilft die Welt verbessern“* *„Nachhaltigkeit, ethische Investments und Spiritualität werden die wesentlichen Antriebsfaktoren für das Business im kommenden Jahrzehnt sein.“* Patricia Aburdene *„Megatrends 2020“*

Die Frau dahinter

Bettina Sahling (Jahrgang 1962) arbeitete nach dem Studium der Soziologie erfolgreich als PR- und Marketing-Beraterin in Agenturen und Unternehmen. Gründete ihre eigene Firma und dachte mit 40 Jahren: „Das kann noch nicht alles gewesen sein!“ Nahm eine Auszeit, reiste, ließ sich zum systemischen Coach fortbilden, gab Beratungen und Seminare und kam doch von der Faszination der Medien nicht los. Ende 2008 dann die Idee: ein Online-Magazin für die guten, anderen Nachrichten. Nach monatelanger Konzeption und Planung gingen die newslichter online. Bis jetzt ist Bettina Sahling eine one-women-show in Marketing, Vertrieb und Redaktion, die allerdings schon jetzt von einem Netzwerk von freien Beratern, Autoren und Journalisten unterstützt wird.

„Sei selbst die Veränderung, die du in der Welt sehen möchtest“, sagte schon Gandhi. Mit www.newslichter.de potenzieren wir das Feld der guten Nachrichten und machen die Welt ein bisschen besser. Bitte weitersagen!

Für Rückfragen: Bettina Sahling, Tel: 0511.37354193, E-Mail: redaktion@newslichter.de, www.newslichter.de

veranstaltungen & mehr ...

Bio-Restaurant „Seidenspinner“

Neu an der Nadorster Straße in Oldenburg:



„Wer nicht genießen kann, ist ungenießbar.“ – Konstantin Wecker. Wie steht es mit Ihrer Lust auf Genuss? Unter der Devise „einfach gut“ kocht Gaby

Wendzioch seit dem 22. Aug. 2013 in ihrem Restaurant „Seidenspinner“ im Lindenhofsgarten für Sie. Das Herzstück ihrer Küche sind Qualität und die Frische der verwendeten Produkte. Mit ihren „Seidenspinner-Naturkostläden“ erlebte Gaby Wendzioch von 1985 bis 2003 die Pionierzeit der Bio-Szene und entwickelte schon damals die Idee, auf der Basis dieser hochwertigen Produkte ein eigenes Restaurant zu betreiben. Dieser Gedanke wurde jetzt im Lindenhofsgarten an der Nadorster Straße umgesetzt. Der „Seidenspinner“ freut sich auf Gäste, die ein gutes Stück Fleisch zu schätzen wissen und ebenso auf Vegetarier und Veganer. Eine ausgewählte Speisekarte und täglich wechselnde Tagesgerichte bestimmen das Angebot. Die Wein Auswahl ist erlesen. Die köstlichen Biersorten liefert die Pinkus-Brauerei, die älteste Bio-Brauerei der Welt mit dem ersten Demeter-Bier. Alkohol freies ist selbstverständlich und Cocktails mixt Ihnen gerne der Erste Mann im Service: Benjamin Casper. Lassen Sie sich überraschen.

Die Öffnungszeiten: Mittwoch – Samstag 17-24 Uhr, Sonntag 10-23 Uhr mit Frühstück, Mittagessen, Kaffee & Kuchen und Abendessen. Bio-Restaurant Seidenspinner, Lindenhofsgarten, Nadorster Str. 87, 26123 Oldenburg, Tel. 0171.1713411, poncanet@pixelgoetter.de.

Carogetica Wellness-Tage Carolinensiel
Sa. 9. und So. 10. Nov. 2013



Auch in diesem Jahr steht bei der Carogetica wieder das Kennenlernen von Heilenergie im Vordergrund, welche Ausdruck in allen alternativen Heilmethoden findet. Der Mensch ist eine Einheit aus Körper, Geist und Seele. Das Leben, das wir heute führen, ist geprägt von: Leistungsdruck,

erhöhter beruflicher Anforderung, Arbeitslosigkeit, Stress in den Familien oder Partnerschaften, mit Freunden, Bekannten und Kollegen. Die Folge: Wir fühlen uns emotional, geistig und später auch körperlich nicht mehr wohl. Die Carogetica bietet viele Chancen andere Wege kennen zu lernen, die alle ein gemeinsames Ziel verfolgen:

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

Die Angebote der Messe umfassen u.a.: Arbeit mit Engeln, Astrologie, Aura Soma, Aurafotografie, Geistheilung, Familienstellen, Aura-Chakra-Analyse, Handlesen, Metatronenergie, Reiki, Aura-Chirurgie, Kartenlegen, Kinesiologie, traditionelle Kerala Fußtherapie, Cranio-Sacral, Vitalogethik, Hand-/Fußreflexzonenmassage, Schamanismus und Tierkommunikation. Außerdem gibt es Kurzanwendungen sowie Engelfiguren, Edelsteine, Energiepyramiden und Bücher zu den jeweiligen Themen.

Mit Tee, Kaffee und selbstgebackenem Kuchen sorgen wir auch für Ihr leibliches Wohl. Sie sind herzlich willkommen, wir freuen uns auf Sie.

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

Duo Auma: Gregorianik und Obertöne
Sigrid Bruckmeir und Reinhard Schimmel-
pfeng, Gesang, Obertöne, Instrumente



In der heutigen Zeit erleben wir die alten Kirchengesänge in ihrer klaren Klangsprache als zentrierend und in ihrer inneren Ruhe, ihrem organischem Fließen und in ihrer Erhabenheit als wohltuend für Körper, Seele und Geist.

Die Gesänge von Hildegard von Bingen und der Gregorianische Choral können uns heute etwas von der Kraft, Tiefe und Würde der Klänge dieser Zeit vermitteln.

Mit den Obertönen verleihen beide Künstler ihrem Gesang besondere Strahlkraft. Die HörerInnen können sakrale Klänge und Gesänge er-

leben, die erfüllen und die atmen und atmen lassen. Verschiedene Instrumente wie Shrutibox, Zwiebelflöte, Kerbflöte sowie kleine Tontrommeln verstärken behutsam die klangliche Gestaltung.

Konzert am 10.11.2013, 19:30 Uhr, Matthäuskirche Hundsmühlen/OL, Nordkamp 1. Obertonseminar von 16 - 18 Uhr im Gemeindehaus. Eintritt 12,- € / Workshop 15,- €/ Kombikarte 22,- €. Anmeldungen bei schimmelpfeng.reinhard@t-online.de, oder 0421.75194, www.obertonmusik.com.

Erwecken der Sinne

Workshop für Paare mit *Monika Entmayr* und *Reiner Kaminski*



Die Liebe ist wie ein Garten: sie kann unser Leben glücklicher und reicher sein lassen, aber sie braucht dazu Aufmerksamkeit, Zuwendung und Pflege. Achtsamer Umgang miteinander, Zeit füreinander und die Bereitschaft, gemeinsam zu wachsen, sind dabei wichtige Schlüssel. In diesem Workshop können Paare ein wunderbares Wochenende zu zweit genießen, die Sinne verwöhnen, der Liebe neue Impulse geben und das Potential ihrer Partnerschaft beleben. Partnermassagen, Atem- und Energie-Übungen und berührende Begegnungen im Paar erlauben ein tiefes, gemeinsames Eintauchen in Liebe, Nähe und Sinnlichkeit.

Abgesehen von einigen Bewegungs-Übungen und spielerischen Begegnungen in der Gruppe, findet alles Wesentliche im Paar statt; denn die persönliche Integrität und ein geschützter, sicherer Rahmen sind wichtige Voraussetzungen für Liebe, Heilung und Wachstum.

Dieser Workshop - oder ein vergleichbares Wochenende - ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Jahresgruppe für Paare, die am 30. April beginnt.

Erwecken der Sinne: 29.11.-1.12. im Hof Oberlethe. www.liebeskultur.de, info@liebeskultur.de, Tel.: 04487-9204277.

Para Vital Messe für Lebensfreude am Sonntag den 8.12.2013 von 11.00 bis 18.00 Uhr in Oldenburg



Neue Begegnungen... interessante Themen - eine Bereicherung für Ihre Seele. Die Aussteller der Para Vital Messe sind für Sie da! Einige Highlights aus unserem Programm: Haben Sie schon mal ein Aurafoto erstellen lassen auf dem Sie die Farben Ihrer Aura sehen können? Tanz der Göttinnen, erleben Sie sich neu - ein Workshop für Frauen! Wollen Sie wissen wie Sie mit Quantenheilung Ihre Ziele erreichen können oder wollten Sie immer schon mal einen Einblick in die Welt der Energien erfahren? Mit den Liti-oskristallen ist dies nun auf der Para Vital Messe möglich.

Auf der Para Vital Messe können Sie sich natürlich auch in Ruhe umsehen, fühlen und gemeinsame Interessen teilen.

Wir freuen uns auf Sie und heißen Sie herzlich willkommen!

Para Vital Messe im PFL am So. 8.12.2013 von 11 - 18 Uhr. Durchgehend Vorträge und Workshops. Eintritt: 7,- €, PFL, Peterstraße 3, OL. Mehr Informationen: www.para-vital.de, www.para-vital-oldenburg.de und unter: 01577.9455913.

Zauber der Weiblichkeit

Workshop für Frauen mit *Monika Entmayr*



An diesem Wochenende erforschen wir unseren Zugang zu Selbstliebe, Sinnlichkeit, entspannter Lebendigkeit, Erotik und weiblicher Sexualität.

Die Verunsicherung hinsichtlich der weiblichen Rolle und Identität gilt es anzuschauen und den eigenen Wünschen und Bedürfnissen Raum zu geben. Frauen haben sich lange Zeit hauptsächlich über die Bestätigung von außen definiert (z.B. von Männern) und dabei häufig den Kontakt, die Liebe und den Zugang zu sich selbst verloren.

Deshalb ist es wichtig und heilsam, sich als Frau in den eigenen Lebensmittelpunkt zu stel-

veranstaltungen & mehr ...

len und mit Selbstliebe und Selbstbewusstsein die Gaben und Talente wieder in die Welt zu bringen. Achtsame Körper- und Atemübungen, Massagen, bewusste Wahrnehmung mit allen Sinnen, Tanz, Meditation, heilende Rituale und Gespräche verweben sich im Workshop fließend zu ganzheitlichem Erleben.

„Zauber der Weiblichkeit“ mit *Monika Entmayr*, 25. - 27.10.2013 im Hof Oberlethe. Infos: www.liebeskultur.de, 04487-9204277.

Geistheiler Ausbildung

mit *Claudia Hempler-Gödeke*: 28.-30.03.14



Jeder trägt die Fähigkeit zur feinstofflich-sensiblen Wahrnehmung in sich. In den 2 Jahren wirst du dir deiner eigenen Veranlagung (Hellsehen, -hören, -fühlen, -wissen) bewusster werden, sie deutlich intensivieren und gezielt anzuwenden lernen.

Die Ausbildung umfasst 12 Wochenenden inkl. 11 Einzelsitzungen. In einer Gruppe von max. 8 Teilnehmern werden folgende Inhalte vermittelt: Basistechniken: Erdung und Schutz, Reinigung und Zentrierung, Öffnung für die göttlich-geistigen Ebenen.

Orientiert an den Chakren bietet die Ausbildung Einblicke in die Bereiche: Aufbau einer energetischen Behandlung, Chakra-Lesung / -Balancierung, Wirkung v. Gebeten u. Affirmationen, Gestaltung eines Altars, Umgang mit der Kraft der Elemente, Herstellung eigener Essenzen, Arbeit mit der Energie der Steine, Unterstützung durch Farbe und Licht, (am Beispiel von Aura Soma®), Kontaktaufnahme mit Engeln, Einführung ins Pendeln, Seelenentlassung, Einblick in die Bachblüten

Die letzten 3 Wochenenden befassen sich intensiv mit den Themen: Das Innere Kind, Rückführung, Ritual-Arbeit.

Claudia Hempler-Gödeke, Geistheilerin und Physiotherapeutin, Hauptstraße 10, 31191 Algermissen - OT Lühnde, www.geistheilung-luehnde.de, Tel. 05126.8107.

Giora Feidman & „Gitanes Blondes“

Konzert: Fr., 1. November 13 in Ohmstede



Giora Feidman & das Quartett „Gitanes Blondes“ (Akkordeon, Violine, Gitarre, Kontrabass) stellt unter dem Titel „Viva Klezmer“ sein neues Programm vor.

„This is very Klezmer“, sagt G. Feidman, wenn er mit der ungebremsten Spielfreude der vier jungen Virtuosen auf der Bühne steht. Notenständer? Notenblätter? Fehlanzeige! Ein kurzer Blick, ein Wimpernschlag, und das Tonmotiv fliegt von der Geige zum Akkordeon; der Baß, die Gitarre fangen den Rhythmus auf, treiben ihn voran ... Ein Programm zwischen ausgelassener Heiterkeit, berührender Melancholie und halsbrecherischer Virtuosität. Giora Feidman wurde am 1936 als Sohn jüdischer Einwanderer aus Bessarabien (Moldawien) in Argentinien geboren. Er hat die Musik im Blut: sein Vater war Musiker wie schon der Großvater. „Von Anfang an, vom Tag meiner Geburt haben mich Lieder begleitet. Fast immer vollzieht sich unsere erste Berührung mit Musik durch eine menschliche Stimme, deren Singen uns beruhigt, uns tröstet, uns fröhlich macht. Für mich waren das die jiddischen Lieder, die meine Mutter für mich sang, als ich ein kleines Kind war - und später, als junger Musiker, die Lieder von Schubert.“

Konzert mit *Giora Feidman & Quartett „Gitanes Blondes“* am Fr., 1. November '13 um 20.00 Uhr in der Ev. Kirche zu OL-Ohmstede, Rennplatzstraße. Mehr Info auf www.ohmstedefolk.de.

Ganzheitliche Zahnmedizin
am **Wasserturm**

Burkhard Wittje
Kranbergstr. 18 26123 Oldenburg
Tel.: 0441-13859 www.zahnarzt-wittje.de

Seminarkalender



Franz Bardon
Der Weg zum wahren Adepten

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

393 Seiten, geb., € 32,00

*

Die Praxis der magischen Evokation

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

560 Seiten, geb., € 40,00

*

Der Schlüssel zur wahren Kabbalah

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

309 Seiten, geb. € 28,50

Rüggberg-Verlag

T./Fax: 0202-592811

www.verlag-dr.de



Seminar: Tanz und Meditation

Leitung: Doreen Tönjes

Datum: So., 29.09.2013, 11-13 Uhr

Ort: Sampoorna Yoga Zentrum, Zeughausstr. 70, OL

Infos: www.doreentoenjes.de

Diese Veranstaltung kreiert einen Raum für Stille & Bewegung. - Weitere Termine 3. November/ 1. Dezember!

29. SEP



Erl.Aband: The Work of Byron Katie

Leitung: Ralf Heske

Datum: 02.10.13

Ort: Seminarhaus Lichtblick, 27798 Hude

Infos: www.ralf-heske.de, 040.88167930

Ein direkter Weg, das Leiden zu beenden. Erlebe die befreiende Kraft der 4 Fragen!

02. OKT



Worksh.: Einführung in die Holzbildhauerei

Leitung: Karina Cooper

Datum: Fr., 4.10., 16-20 Uhr, 5./6.10. je 10-14 Uhr

Ort: Kunstwerstatt Schnitzwerkatelier, Wardenburg

Infos: Tel: 0172.1515182

Kunstwerkstatt für Holz-, Stein- u. Betonskulpturen. Workshops, Kreativarbeit u. mehr- schauen Sie einfach mal rein! www.schnitzwerkatelier-wardenburg.de

04. OKT



Worksh.: Erschaffe das Leben, v.d. Du träumst

Leitung: Dipl.-Soz.wiss. Jutta Plaggenborg

Datum: 13.10.13, 15-18 Uhr, insges. 8 Termine

Ort: Praxis für Naturheilverfahren, Marienstr. 18, OL

Infos: plaggenborg.transparenz@ewetel.net

Erfolgsteam- Workshop nach Barbara Sher. Im Erfolgsteam wachsen Sie - gemeinsam mit anderen- in das Leben hinein, das Sie für sich erträumen.

ab 13. OKT



Vortrag: Wenn wir mit der Seele strömen

Leitung: Harald Reinhardt, Inst. f. Psychosynthese

Datum: 17.10.13, 20.00 Uhr, Eintritt: 15,- €

Ort: PFL Kulturzentrum, Peterstr. 3, 26121 Oldbg.

Infos: <http://psychosyntheseinstitut.de>

Wenn wir mit der Seele strömen - wie Leben glücklich machen kann. „Der Mensch wird zweimal geboren, einmal körperlich, einmal als Seele.“ Aus Asien

17. OKT



Seminar: Erwecke die die Venus ... für Frauen

Leitung: Ursel Nerwiger

Datum: 19.-20.10.2013

Ort: mitas zeTRäume, Feuerkuhle, 28207 Bremen

Infos: 0421.84994288, www.mita-transzendenz.de

Tantrische Entdeckungsreise für Frauen - lasse dich zu deiner Lust und Leidenschaft (ver)führen.

19. OKT

Seminarkalender

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

Seminarkalender



Seminar: Zeit für uns
Leitung: Monika Entmayr & Reiner Kaminski
Datum: 19.10.2013
Ort: Hof Oberlethe, Wardenburg
Infos: www.liebeskultur.de, Tel.: 04487.9204277

19.
OKT

Wohlfühltag für Paare: Die Liebe sinnlich und berührend unter die Haut gehen lassen und die Begegnung im Paar genießen.



Worksh.: Gemeinschaftsbildung n. Scott Peck
Leitung: Sabine Bartscherer, Werner Ratering
Datum: 25.-27.10.2013
Ort: Oldenburg
Infos: Gabriele Wundram, Tel. 0441.504453

25.-27.
OKT

Wie entsteht eine authentische Gemeinschaft? Infos bei Gabriele Wundram, g-wundram@t-online.de.



Seminar: Zauber der Weiblichkeit
Leitung: Monika Entmayr
Datum: 25.-27. Oktober 2013
Ort: Hof Oberlethe, Wardenburg
Infos: info@liebeskultur.de, 04487.9204277

25.-27.
OKT

Workshop für Frauen: Den Zugang zu Selbstliebe, Sinnlichkeit, entspannter Lebendigkeit und weiblicher Sexualität erforschen.



Seminar: Familienaufstellung & Energiearbeit
Leitung: Sabine Reinker und Rita Schuh
Datum: Samstag, 26.10.2013
Ort: Oldenburg
Infos: 0441.3404830, chanuria@web.de

26.
OKT

Aufstellungen von Familien und Systemen mit Energiearbeit. Weitere Termine: offene Abende am 27.09.13 (Thema Gewicht) + 22.11.13 (Glaubenssätze).



Ausbild.: Biodanza-Ausbildung & Jahrestraining
Leitung: Dipl.-Psych. Antje Koolen & Helge Polzin
Datum: 08.-10.11.2013
Ort: Seminarhaus Lichtblick bei Hude
Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de

08.-10.
NOV

3. Modul der Biodanza Ausbildung mit Jahrestraining. Einstieg noch möglich.



Messe: Carogetica Nordsee-Wellness-Tage
Leitung: Neue Wege der Heilung, ca. 30 Aussteller
Datum: 09. und 10.11.13, jeweils 11-17 Uhr
Ort: Friesenhus, Am Kurzentrum 12, Carolinensiel
Infos: www.carogetica.info

09.+10.
NOV

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

Seminarkalender

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

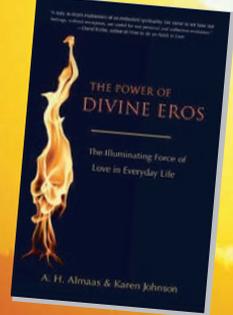
A.H. Almaas

Begründer der Ridhwan-Schule und „Diamond Approach“

Wir führen alle englischsprachigen Bücher/ DVDs und CDs von A.H.

Almaas sowie die deutschen Übersetzungen. Ebenso erhältlich ist begleitende Literatur zum Enneagramm und den Sufis. Das gesamte Angebot finden Sie unter www.buchhandlung-plaggengborg.com

Jetzt lieferbar! Das neue Buch von A.H. Almaas & Karen Johnson: "The Power of Divine Eros", 234 S., 18,- €. Hier bestellbar: info@buchhandlung-plaggengborg.com oder Tel. 0441.17543.



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



Buchhandlung Plaggengborg
 Lindenstr. 35 • 25123 Oldenburg
 Telefon 0441.17543
info@buchhandlung-plaggengborg.com
www.buchhandlung-plaggengborg.com

Inspirierend,
mitreißend und
authentisch



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

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

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

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

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

TRINITY LEBENSINTELLIGENZ
SPIRITUALITÄT - HEILUNG



Konzert: Maria de Fatima Quintett
Gast: mit special guest Jason Seizer
Datum: 22.11.13, 20.00 Uhr
Ort: Wilhelm 13, Leo-Trepp-Str. 13, OL
Infos: www.wilhelm13.de

22.
NOV

„Eine sehr eigene Synthese aus Elementen des zeitgenössischen Jazz, der brasilianischen Musik und des Fado.“
(Bayerischer Rundfunk)



Ausbild.: Biodanza – Krieger & Amazone
Leitung: Dipl.-Psych. Antje Koolen & Helge Polzin
Datum: 22.-24.11.2013
Ort: Tanzboden, Grundstr. 3, 28203 Bremen
Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de

22.-24.
NOV

Biodanza ist ein Weg d. Ermutigung, den Krieger des Herzens zu stärken. Werde präsent in d. Welt mit dem, was Dir wirklich wichtig ist und geh dafür!



Seminar: Erwecken der Sinne
Leitung: Monika Entmayr & Reiner Kaminski
Datum: 29.11.-01.12.2013
Ort: Hof Oberlethe, Wardenburg
Infos: www.liebeskultur.de, Tel.: 04487.9204277

29.-01.
NOV

Basis-Workshop für Paare: berührende Begegnungen, sinnliches Erleben, liebevolle Massagen und partnerschaftliche Kommunikation.



Seminar: Erwecke die die Venus ... für Frauen
Leitung: Ursel Nerwiger
Datum: 30.11.-01.12.2013
Ort: mitas zeITRäume, Feuerkuhle, 28207 Bremen
Infos: 0421.84994288, www.mita-transzendenz.de

30.-01.
NOV

Tantrische Entdeckungsreise für Frauen - lasse dich zu deiner Lust und Leidenschaft (ver)führen.



Worksh.: Soul Motion – „Hingabe“
Leitung: Edgar Spieker
Datum: Sa., 07.12.2013 von 13-18 Uhr
Ort: Sampoorna Yoga Zentrum, Zeughausstr. 70, OL
Infos: www.doreentoenjes.de, www.edgarspieker.de

07.
DEZ

Es ist Zeit. Das Unbekannte zu lieben. Die ängstlichen Hände zu lösen. Und in neue Himmel zu fallen.



Worksh.: Biodanza – Shiva – Vishnu – Brahma
Leitung: Dipl.-Psych. Antje Koolen & Helge Polzin
Datum: 03.-05.01.2014
Ort: Seminarhaus Lichtblick bei Hude
Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de

03.-05.
JAN

Der Tanz dieser indischen Götter stärkt die Fähigkeit, unser Leben selbst bestimmt zu erschaffen, zu erhalten und zu verwandeln.

Seminarkalender

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



Hamburger Institut für Systemische Lösungen

www.systemloesungen-hisl.de



Ihr persönlicher Weiterbildungstag

Gutschein

für einen Coaching Kompakt Praxistag
am 18. Januar 2014

nur € 89,-* statt € 149,-

*bei Anmeldung bis zum 31.12.2013, sofern noch freie Plätze

Der Praxis- Workshop Coaching Kompakt vermittelt Ihnen kompaktes Coachingwissen, welches wir praxisorientiert und handhabbar vermitteln. Sie lernen und üben Coachingtools so, dass Sie diese am nächsten Tag einsetzen können.

Tagesthemen sind unter anderem:

- Systemisches Denken und Handeln
- Kommunikationsprozesse durch Coachingtechniken besser steuern
- Systemische Fragetechniken
- Konfliktlösungstechniken im Coaching
- Arbeit mit Ressourcen
- Selbstcoaching



Bundesverband
MEDIATION
www.bmev.de



DGfS
Deutsche Gesellschaft
für Systemaufstellungen



Kompetenz in systemischen Weiterbildungen

Beratung • Coaching • Mediation • Beziehungstherapie • Systemaufstellungen



Zukunftsqualifikationen am HISL



Praxisorientierte nebenberufliche Weiterbildung

Systemischer psychologischer Berater

- Neue Wege
- Neue Chancen

Ein systemischer psychologischer Berater kennt die Grundlagen der systemischen Zusammenhänge und weiß, dass die wirklichen Lebenslösungen nur erreicht werden können, wenn man den Klienten in den Wechselwirkungen mit seinen jeweiligen Systemen und Kontexten sieht.

Unsere Zeit ist geprägt von großen Umbrüchen und Unsicherheiten in Familie, Beruf und Gesellschaft. Überall steigen die Anforderungen und erfordern häufig sogar eine Neuorientierung. Vor diesem Hintergrund wächst das Bedürfnis nach psychologischer Beratung, um für sich privat oder beruflich die passende Lösung zu finden. Immer mehr Menschen suchen heute nach einer zielgerichteten und schnellen Hilfe.

Als systemischer psychologischer Berater übernehmen Sie diese Aufgabe. Mit dem erworbenen fundierten Fachwissen unterstützen Sie Menschen professionell und geben denen, die in eine schwierige Lebenssituation gekommen sind, individuelle Hilfe auf Basis ihrer beraterischen Kompetenz. Dieser Kurs ist zudem Basis für weiterführende Professionalisierung, bspw. zum Coach oder Mediator.

Systemischer psychologischer Berater

1 Jahr nebenberuflich an 9 Samstagen + 1 Wochenende + 6 Studienbriefe

Investition: € 1.679,- + 19 % MwSt. € 319,- = € 1.998,-

Ratenzahlung: € 500,- Anzahlung + 11 Raten á € 145,- = € 2.095,-

Nächster Beginn: 01.03.2014

Mit einer freiwilligen theoretischen Prüfung kann der Titel „Geprüfter systemischer psychologischer Berater HISL“ erworben werden.

Mehr Informationen zu diesen Weiterbildungen finden Sie auf unserer Homepage.



Kompetenz in systemischen Weiterbildungen

Beratung • Coaching • Mediation • Beziehungstherapie • Systemaufstellungen



Seit über 12 Jahren lebendiges Lernen am HISL



Praxisorientierte nebenberufliche Weiterbildungen

Systemischer psychologischer Coach

- Mehr Kommunikationserfolg
- Mehr Beziehungserfolg
- Mehr Führungserfolg
- Mehr Erfolg im Beruf

Bringen Sie sich auf den neuesten Stand. Verbessern Sie Ihr Problemlösungsverhalten, Ihre Konfliktfähigkeit, Ihr Führungsverhalten und Ihre Kommunikationskompetenz. Unsere Weiterbildung zum Systemischen psychologischen Coach bietet Ihnen hierzu die Chance, dies auch nebenberuflich zu erreichen.

Wir vermitteln Ihnen die theoretischen und vor allem die praktischen systemischen und psychologischen Grundlagen menschlicher Kommunikation und Interaktion, die systemisch-psychologischen Interventionsinstrumente und die erweiterten Instrumente der Menschen- und Gruppenführung. Mit diesen Kompetenzen können Sie professionelle Lösungsprozesse direkt erfolgreich durchführen.

Systemischer psychologischer Coach

2 Jahre nebenberuflich an 18 Samstagen + 2 Wochenenden + 10 Studienbriefe

Investition: € 3.357,98 + 19 % MwSt. € 638,02 = € 3.996,-

Ratenzahlung pro Jahr: € 500,- Anzahlung + 11 Raten á € 145,- = € 2.095,-

Nächster Beginn: 01.03.2014

Systemischer Coach

1 Jahr nebenberuflich an 12 Samstagen + 1 Wochenende + 6 Studienbriefe

Dieser Lehrgang setzt entsprechende Vorkenntnisse voraus. Bitte fragen Sie uns hierzu.

Investition: € 2.420,17 + 19 % MwSt. € 459,83 = € 2.880,-

Ratenzahlung: € 500,- Anzahlung + 11 Raten á € 225,- = € 2.975,-

Nächster Beginn: 08.02.2014

Mit einer freiwilligen theoretischen und praktischen Prüfung kann der Titel „Geprüfter systemischer psychologischer Coach HISL“ erworben werden.



Kompetenz in systemischen Weiterbildungen

Beratung • Coaching • Mediation • Beziehungstherapie • Systemaufstellungen



Seit über 12 Jahren lebendiges Lernen am HISL

Praxisorientierte nebenberufliche Weiterbildungen

Systemaufstellungen



In vier Modulen vermitteln wir die umfassende Praxis und Theorie des Stellens von Familien und anderen Beziehungssystemen (Arbeitsfelder, Teams, Organisationen, innere Strukturen). Die Module bauen aufeinander auf, können aber auch unabhängig voneinander gebucht werden.

Die Module in Systemaufstellungen sind vor allem praxis- und übungsbezogen. Im Sinne des lebendigen und leichten Lernens wird die notwendige Theorie ohne überflüssigen Ballast praktisch erfahren. Erfahrungsorientiertes Üben und Selbsterforschung stehen daher im Vordergrund. Die TeilnehmerInnen werden schon früh ermutigt, sich schrittweise in komplexeren Situationen selbst als Aufstellende zu erproben und sich in ihren Entwicklungsmöglichkeiten zu erfahren.

Im Rahmen dieser Module werden auch die Übertragungsmöglichkeiten auf die Einzelarbeit (Therapie und Beratung), Supervision, Organisationsberatung, Entscheidungsberatung, etc. für das praktische Berufsfeld der Teilnehmer behandelt. Ziel ist, einen Raum zu schaffen, in dem jeder seine professionellen Fähigkeiten weiterentwickeln, sein Wissen vertiefen und seinem Bedürfnis nach persönlichem Wachstum folgen kann.

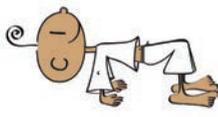
- Modul I: Systemische Familienaufstellungen**
Nächster Beginn: 24.-26.01.2014
- Modul II: Systemische Familienaufstellungen im Einzelsetting**
- Modul III: Systemische Struktur-, Berufs- und Organisationsaufstellungen**
- Modul IV: Weiterentwicklungen und erweiterte Vorgehensweisen von Systemaufstellungen**

Mehr Informationen zu diesen Weiterbildungen finden Sie auf unserer Homepage.

SCHMETTERLING



TISCH



BAUM



BOGEN



Kartentipp

Yoga für Klein und Groß – Yoga mit dem Kleinen Yogi® Barbara Liera Schauer & Gerti Nausch

Barbara Schauer hat mit dem „kleinen Yogi“ eine Kultfigur geschaffen, die in fröhlichen Bildern Groß und Klein zu Bewegung animiert. Die Spiel- und Übungskarten zeigen 24 grundlegende Übungen, um die geistige und körperliche Wirkung von Yoga selbst auszuprobieren. Die Karten sind alle doppelt vorhanden, so dass sie auch als Memospiel genutzt werden können. Die Yogaexpertin und Pädagogin Gerti Nausch hat das Spiel- und Übungsbuch dazu verfasst. Alle 24 Übungen werden darin zweifach beschrieben: je eine Anleitung für Erwachsene und eine für Kinder. Ein Set, das buchstäblich das Herz erwärmt - für kleine und große Yogis jeden Alters.

*Barbara Liera Schauer (Bild) & Gerti Nausch (Text).
Das Set enthält ein Anleitungsbuch und 2 x 24 Spiel-
und Übungskarten (6,5 x 6,5 cm) in einer Stülpedeckel-
schachtel. Königsfurt-Urania Vlg., 19,99 €*



Verteilerliste Achtsames Leben, Stand Oktober 2013

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

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

Oldenburger Innenstadt:

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

Stadt Oldenburg

26121: Seminarhaus Christa Harms, Zeughausstr. 22; Sampoorna Yoga, Zeughausstraße 70/72; Antiquariat Buchstabe, Ofener Str. 31; Rosenhaus (Haus Wespampstraße), Wespampstr. 28; Praxis Ursula Schoenfelder, Würzburger Straße 10; Forum Ziegelhof, Ziegelhofstr. 77; Praxis Ralf Knorr, Getrudenstr. 14; Sauna Am Melkbrink 42-44; Praxis Einklang, Porsenbergr. 12; Praxis Antje Jaruschewski, Metzger Str. 10; **26122:** Metabolic Balance Zentrum, Gartenstr. 4; Veggemaid, Gartenstr. 15; Praxis von Koenen, Roggemannstr. 13; Praxis Maria Kirch und Antje Kroke, Hindenburgstr.21; Stadtbäckerei Hauptstr. 47; Johannes Weerts, Hauptstr. 66; Stadtbäckerei Tannenstr. 31; **26123:** Buchhandlung Plaggenborg, Lindenstr. 35, Aikido-Dojo, Lindenstr. 11; Cafe Kneipe Havana, Donnerschweerstr. 8; Restaurant Zocalo, Donnerschweerstr. 31; denn's biomarkt und HORIZONTE, Donnerschweer Str. 54-56; Olga Naturkost, Donnerschweerstr. 58; Tuchführung, Nadorsterstr. 62 OL; Aura Soma Regina Bauer, Bürgerschtr. 27; Praxis Eva-Maria Wunderlich, Bogenstr. 45; Stefanie Wahlen, Sandstr. 17; Praxis Birgitt Zuschneid-Götsch, Donnerschweerstr. 226; Monika Wieferig, Ammergastr. 124; Praxis Burkhard Wittje, Kranbergstr. 18; Praxis Dzeet Hodza, Kranbergstr. 26; **26125:** HP Gisela Richter, Rügenwalderstr. 12; Praxis Sandra Rasch, Ostlandstr. 6; Stadtbäckerei Butjadinger Str. 341; **26127:** Stadtbäckerei bei Familia, Scheideweg 100; Aktiv irma-Markt, Alexanderstr. 328; familia, Scheideweg 100; HORUS Institut, Karuschenweg 67c; Helga Friebe, Am Alexanderhaus 64; Stefanie Putzke, Wittingsbrook 44b; Aenne Milnikel, Feldstr. 74; Michaela Lewitz, Rauhehorst 93c; Praxis Marion Strauß, Johann-Justus-Weg 154; **26129:** Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 70; Gesundheitshaus, Drögen-Hasen-Weg 32; TGO, Marie-Curie-Str. 1; Sigrid Thimm c/o TGO, Marie-Curie-Str. 1; Stadtbäckerei bei Familia, Posthalterweg 100; Reformhaus Ebken bei Familia, Posthalterweg 10 Stadtbäckerei Ammerländer Heerstr. 397; Praxis Old. Hebammenpraxis, Bloherfelder Str. 82; Praxis Klaus Strazny, Bloherfelder Str. 109; Stadtbäckerei Bloherfelder Str. 157; Blumenhaus Renate, Bloherfelder Str. 222; Stadtbäckerei, Bloherfelder Str. 222, Praxis Siegfried Ober, Schrappenweg 95; **26131:** Astrologie-Praxis, Uwe Christensen, Konradstr. 3; Isis-Praxis, Edewechter Landstr. 18; Praxis Beate Korfe, Marschweg 123; Sabine Reinker, Ahlkenweg 70a; Dt. Fachzentrum f. Stressbewältigung, Tegelkamp 28; Monika Müller, Osterkampsweg 163; **26133:** Bäckerei Behrens-Meyer im Kreyencentrum, Harreweg 151; Format Schreibwaren im Kreyencentrum, Harreweg 151; **26135:** Cafe am Damm, Am Damm 36; Sternenwege, Alteneeschtr. 3; Homöopathische Praxis Koch, Bremer Str. 40; Seminarhaus am Kanal, Kanalstr. 4; Paracelsus Schule, Kanalstr. 23; Donata Wordtmann, Alte Amalienstr. 37-39; Moveo, Hermannstr. 17; Praxis Dr. Ines Blichke, Lustgarten 13; Mehrgenerationenhaus, Cloppenburger Str.; Dirk Richmann, Schützenhofstr. 75; Susanne Dames, Bremer Heerstr. 33; Birgit Bruns, Eisvogelring 83b; Ursula Richert, Am Hayengraben 29; Angelika Nierentz, Leffersweg 14c; Yoga Vidya, Breslauer Str. 74;

Kreis Oldenburg

26197 Huntlosen: Kornkraft Hosüne, Am Forst 2; **26203** Wardenburg u.a.: Medizin. Bäderpraxis, Hundoldstr. 111a, Hundsmühlen; Christiane Schwarzhuber, Hermann-Labohm-Str. 1, Hundsmühlen; Tonja Hauser, Nachtigallenweg 5, Tüngeln; Sabine Büsselmann, Birkenweg 37a, Tüngeln; Gabriela Giretova, Neuer Hart 26, Tüngeln; Praxis Nicola Hassold-Piezunka, Dorfwinkel 19, Tüngeln; Lethe-Apotheke, Oldenburger Str. 232, Wardenburg; Beatrice Steiff, Tannenstr. 12, Wardenburg; Buchhandlung Lesezeit, Friedrichstr. 11, Wardenburg; Bianca Koch, Huntlooserstr. 313, Westerberg; Hof Oberlethe, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sharing the Presence, Wardenburger Str. 24, Oberlethe; Sabine Kickler, Wiesenstr. 22, Achternhöf; Praxis Josef Stotten, Möhlentangen 32, Littel; **26209** Sandkrug u.a.: Reformhaus Praciak, Astruper Str. 1; Kreatürlich, Astruper Str. 3; Praxis Gerd Decker, Kiebitzweg 2; Praxis Tanja Meier, Blumenstr. 7; Günther Schönknecht, Schulweg 52; Petra Wöhler, Alter Postweg 29; **26209** Sandhatten: Rainer Müller, Auf dem Kötjen 14; **27749** Delmenhorst u.a.: Yoga-Praxis Bors, Bremer Str. 64; Reformhaus Ebken, Lange Straße 112/114; **27777** Ganderkesee: Natürlich Bioladen, Wittelkindstr. 10; LichtAkademie Bergedorf, Sabine Bogner, Alte Dorfstr. 13; **27243** Beckeln: Praxis Birgit Spangenberg, Im Unterdorf 11; **27243** Prinzhöfte-Horstedt: Wildnisschule Wildeshausen im MIKADO, Zur Großen Höhe 4; **27243** Groß Ippener: Rolf Lübben, Birkenweg 42a; **27793** Wildeshausen: Rita Ravensberg, Katenbäcker Berg 34; Flux Naturkost, Zwischenbrücken 11; **27978** Hude: Lichtblick Seminarhaus, Sandersfelder Weg 2; Matthias Badzun, Grummersort Dorfstr. 59, Hude/ Grummersort; Haus Sonnenblume, Witte-Lenoir-Str. 12; Angela Schmidt, Hohelucht 41; Brigitte Pung, Grüner Weg 7; Kandra Vogelsang, Langenberger Sand 12; Ihr Bioladen, Parkstr. 61; Reformhaus Maria Ohlenbusch, Parkstr. 3; Ayurveda-Jivan, Stettiner Weg 5; Futterschüssel Exclusiv, Brookweg 14; **27801** Dötlingen: Angelika di Bernardo, Dorfling 27a; Svaha Anke Schöpfer, Im Fuhrenkamp 11; Ute Schierz, Zum Wissendang 4;

Kreis Ammerland:

26160 Bad Zwischenahn: Entwicklungswege Mechthild Hesse-Herr, Peterstr. 7; Reformhaus Ebken, Peterstr. 20; Praxis Ursula Amelung, Bahnhofstr. 4-6; LEB, Bahnhofstr. 18; Stadtbäckerei, In der Horst 12; Praxis f. Ergotherapie u. Kinesiologie, In der Horst 10; Biolädchen Naturkost u. Lebensart Albani, Mittelallee 70, Petersfehn; **26180** Rastede: Buchhandlung Tiemann, Bahnhofstr. 4; Praxis Gerd Schnesche, Bahnhofstr. 2d; Blumenhaus Renate im Rewe-Markt, Raiffeisenstr. 52; Martina Dombrowski, Schulstr. 54g; Klangwelten Andreas Rehlender, Am Hardenkamp 44; **26188** Edewecht: Praxis Ursel Plettenberg, Hauptstr. 6c; Buchhandlung Haase, Hauptstraße 73; **26215** Metjendorf/ Wiefelstede: Renfried Seminare, Jürnweg 4b; Angela Reins, Thienkamp 95; Gesundheitsteam Pollak, Eisenstr. 22; **26219** Petersdorf/Bösel: Naturheilpraxis Vehnemoor, An der Vehnne 1; **26655** Westerstede: Uta Link und Rolf Kuhlmann, Weshom 37; Naturheilpraxis Frauke Blume,

verteilerliste *achtsames leben*

Berliner Str. 25; Bioladen, Gaststr. 3; Gesundes Leben - der Wohlfühladen, Peterstr. 1; Buchhandlung Lesezeichen, Peterstr. 17; Praxis für Funktionelle Osteopathie, Gisela Dehne, Upn Hoff 8; **26676** Barßel: Monika Geesen, Westmarkstr. 37; **26689** Augustfehn u.a.: Antje Ruprecht, An den Eichen 2; Helga Gerdes, Osterende 38, Apen, Veeteshana Löffelman, Hauptstr. 173, Apen; Britta Wallburger, Gartenstr. 3, Tange;

Kreis Friesland:

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

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

Stadt Wilhelmshaven:

26382: Holger Ulrich, Bremer Str. 103 a; Reformhaus Ebken, Nordseepassage, Bahnhofstr. 10; Praxida-Brigitte Siehl, Rheinstr. 101; Doris Bergmann, Sengwarder Str. 149; **26386:** Der Regenbogenkreis, Am Siel 1; **26389:** Praxis Angelika Ricklefs, Ebkeriege 118a; Praxis Jeanne van Deest, Knud-Rasmussen-Str. 22; Bianca Meyer, Europaring 19;

Kreis Wesermarsch:

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

Stadt Emden:

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

Kreis Leer:

26670 Uplengen-Remels: Reiki-Oase, Alte Warfen 1; **26736** Krummhörn-Hamswehrum: BEYOND Zentrum für neuenergetische Lebvensart, Hamswester Str. 26; **26789** Leer: Reformhaus Ebken, Mühlenstr. 99; Buchhandlung Eissing, Mühlenstr. 106; Gedine Zellmer, Friedhofstr. 12; Dagmar Rietz, Daimlerstr. 9; **26826** Weener: Naturheilpraxis, Saxumer Ring 3; **26831** Bunde: Naturheilpraxis Diddens, Bahnhofstr. 12; Naturheilpraxis Hinrichs, Birkenstr. 36; **26842** Ostrhauderfehn: Rosy Breitkopf, Schifferstr. 374; Flinderke Naturkost, Am Flindhörn 28; **26845** Nortmoor: Naturheilpraxis Petra Lucia Tapper, Bruntjer Weg 13;

Kreis Aurich:

26506 Norden: Reformhaus Ebken, Neuer Weg 23; Lichtquelle, Neuer Weg 66; Brigitte Janssen, Nordsternstr. 1; **26603** Aurich: Stadtbibliothek Aurich, Hafenstr. 7; Das Einhorn, Burgstr. 40; Bio-Baier, Fockenbollwerkstr. 15; Reiki-Zentrum, Mozartstr. 7b; **26607** Aurich: Gertrud Willms, Esenser Str. 228; **26624** Südbrookmerland: Praxis für ganzheitliche Lebensberatung, Deichhauserstr. 8; **26629** Großefehn: Energetix Martina Oppen, Norderwieke Süd 15; Praxis Eleonore Böltz, Voerstedt 5, Bagband; **26736** Krummhörn: Monika Tümler, Grimsummer Altendeich 17; **26759** Hinte: Wendeline Schwarz, Möwenstr. 40;

Ostfriesische Inseln:

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

Kreis Emsland:

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

Kreis Cloppenburg:

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

Bremen und Umzu:

28195: Amara-Praxischulen, Martinistr. 60; **28199:** Reformhaus Ebken, Pappelstr. 86; Christine Keidel-Joura, Delmestr. 74; **28203:** Reformhaus Ebken, Osterstorsteinweg 87, SteinReich im Atrium, Vor dem Steintor 34; Petra Nordhaus, Feldstr. 94; Wudang-Zentrum, Grundstr. 3; **28211:** EOS-Institut, Schwachhauser Heerstraße 55; **28259:** Reformhaus Ebken im Roland-Center, Alter Dorfweg 30-50, **28355:** Eva-Maria Braunschweiger-Brixel, Oberneulander Landstr. 4; **28359:** Nepal Lodh, Schwachhauser Heerstr. 266; **28717:** Ulrike Müller, Lesumer Brink 14; **28844** Weyhe: Prana- & Lebensflusspraxis Sigle, Am Angelser Feld 14; **28857** Syke: Praxis Susanne Henneke, Am Hang 7; Reformhaus Ebken, Hauptstr. 7;

Bremerhaven und umzu & Snstige:

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

27478 Cuxhaven: Anja Schubert, Am Löschteich 13; **27612** Loxstedt-Bexhövede: Heike Engel-Wollenberg, Fuhrenweg 1; **27616** Beverstedt: Editha Winkes, Iltisweg 9; **27619** Schiffdorf/Spaden: Die grüne Insel, Karin Lohmann; **27628** Sandstedt: Ingrid Niewerth, Sielstr. 25; **27638** Wremen: Brigitte Thomann, Am Mahnhamm 17; **49393** Lohne: mowie - Gesundheits- und Regulationspraxis, Brinkstr. 50; **49377** Vechta: Bücher von Possel, Große Str. 96; **49413** Dinklage: Andrea Diekmann, Lindenstr. 21; **49681** Garrel: Praxis für Ergotherapie, Petra Lange, Im Fange 23; **49424** Goldenstedt: Praxis Marika Ahlers, Vahrenkamp 6;

wer macht was *im internet?*

Abwun – Meditation, der Neuanfang – Lutz Doblies:	www.hp-doblies.de
Academy of Inner Science – Integr. Forschungsraum v. u. m. Thomas Hübl:	www.innerscience.info
Achtsamkeit, Spiritualität & Gesundheit, 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
Amalgamausleitung/Kiefermuskulentspannung/Zahnprobleme:	www.josefstotten.de/reset
Aromatherapie, Ohrakupunktur und Traumreisen:	www.heilpraktikerin-kerstin-meyer.de
Astrologie (psycholog. – klassisch – Karma) – Jutta Kalthoff:	www.astrosita.de
Astrologie, Schreibwerkstatt – Mechthild Buse:	www.sternundfeder.de
Astrologie, raum und zeit, Beratung, Stundenastrologie:	www.raumundzeit-astrologie.de
Aufstellung der beruflichen Innen- und Außenwelt:	www.zufrieden-im-beruf.de
Aura Soma® Farb- und Duftessenzen:	www.licht-wege-land.de
Aura Soma® Farb- und Duftessenzen:	www.entwicklungswege.com
Ausbildung ganzheitliche/r Energietherapeut/in:	www.lebensenergie-oldenburg.de
Ausbildung – Kinesiologie – Kinergetics n. Philipp Rafferty:	www.josefstotten.de/kinergetics1
Ausflüge mit dem Kanu & Rad – Naturerlebnis auf & an der Hunte	www.Yeti-OL.de
Berufscoaching, Berufsfindung, Berufsbegleitung:	www.berufe-hannover.de
BEYOND - Zentrum für neuenergetische LebensART:	www.zentrum-beyond.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 ein ganzheitliches Leben:	www.buchhandlung-plaggenborg.de
Coaching mit Energiearbeit, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de
Craniosacrale Therapie und Körperarbeit, A. Dele Idris, HP:	www.modernmassage.de
Edelsteine, ätherische Öle, Räucherwerk, schamanische Klänge:	www.salute-isis.de
EM – Effektive Mikroorganismen:	www.entwicklungswege.com
Energiearbeit, Perspektivcoaching, EnergetiCoaching, Raumklärung:	www.antjediewerge.de
Energietherapie und Coaching, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de
Familien- und SystemaufstellerInnen finden Sie unter	www.aufstellerliste.info
Feng Shui, Einrichtungsberatung, Julia Bolting:	www.feng-shui-j-bolting.de
Feng Shui E. Lauper, Gro- & Einzelhandel mit Feng Shui & Geschenkartikeln:	www.feng-shui-elauper.de
Ganzheitliche Heilung, Anke Logemann-Hilfers:	www.praxis-fuer-komplementaere-medizin.de
Ganzheitliche Lebens- und Wirtschaftsberatung:	www.personal-couching.de
Holistische Kinesiologie – Birgit Zuschneid-Götsch:	www.www.kinesiologie-ol.de
Hoo'ponopono, Kahi, Lomi Lomi, QM-Heilung, Releasing:	www.kraft-raum.de
HORUS – Institut & Praxis für integrales Bewusstsein und Spirituelle Psychotherapie:	www.hausdeshorus.de

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)

wer macht was *im internet?*

Hotel, Seminarhaus in Mecklenburg:	www.gutshaus-stellshagen.de
Internet-Dienstleistungen, Seminarorganisation und mehr:	www.webservice-ulrike-plaggenborg.de
J. Kamphausen Verlag, Bielefeld:	www.weltinnenraum.de
JIN SHIN JYUTSU - Oldenburg, Eika Bindgen:	www.jinshinjyutsupraxiskurse.de
Kinesiologie-Ausbildung, Matthias Weber:	www.kinesiologie-akademie.com
Klassische Homöopathie – HP Dr. Nicola Hassold-Piezunka:	www.praxis-piezunka.de
Kunsttherapie/Kunst Zwischenraum Heike Seiferth:	www.zwischenraum.info
Kunsttherapie, Coaching, Kunstprojekte	www.atelier-fuer-lebensgestaltung.de
Lichtchannelheilerin: Heilerin der neuen Zeit:	www.angela-schmidt-praxis.de
Luna'Him: Heilerin, Heilerausbildung, Sol'A'Vana-Schritte:	www.heilerin-in-bremen.de
Massage lernen und genießen, Ganzheitlich Energetisch:	www.norddeutschemassageschule.de
Massage, Tantra, Therapie, Seminare u.a.:	www.integralis-net.de
Matrix-2-Point – der „Ändern-Impuls“ für mehr Leichtigkeit im Leben :	www.martina-mertens.de
Meditationskissen-Manufaktur in Oldenburg:	www.meditationsaustattung.de
Metabolic Typing, Health Kinesiology, Geistiges Heilen:	www.kinesis-tonjahouser.de
Naturkosmetik/Behandlungen, äther. Öle, Edelsteine, Schmuck) u.v.m.:	www.terra-natura.eu
Naturheilpraxis und Seminare:	www.renfried.de
Nichtraucher durch Hypnose – Oldenburg:	www.freier-nichtraucher.de
Paarberatung und -workshops, Monika Entmayr & Reiner Kaminski:	www.liebeskultur.de
Praxis für energetische Gesundheitspflege:	www.energiequelle-om.de
Praxisgemeinschaft für Psychotherapie, Körperpsychotherapie und Entspannung:	www.paffy.net
Primärtherapie – Gabriela Luft:	www.primaertherapie-luft.de
Qigong, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de
Raumvermietung i. Wiefelstede f. Vorträge, Schulungen, Meditationen:	www.seminarraum-vermietung.com
Reconnective Healing, The Reconnection:	www.entwicklungswege.com
R.E.S.E.T. – Kiefergelenksentspannung – Lutz Doblies:	www.reset.hp-doblies.de
Rückführung, Reiki, Wellness:	www.hypnoseberatung-wilhelmshaven.de
Rutengänger Rainer Müller:	www.rutengaenger-Feng-Shui.de
Schamanische Heilsitzungen für Mensch & Tier:	www.schamanische-heilsitzungen.de
Selbsterforschung und Enneagramm, Familienstellen:	www.svaha.de
Seminare für ganzheitliche und spirituelle Gesundheit:	www.reiki-yoga-ol.de
Seminare rund um Tier, Mensch & Natur:	www.die-kleine-anderswelt.de
Seminarhaus bei Wardenburg...auch Heilfastenkurse:	www.Hof-Oberlethe.de
Seminarhaus im Lebensgarten Steyerberg:	www.lebensgarten.de
Seminarhaus, Mediale Praxis, Spirituelle Seminare:	www.forum-am-fluss.de

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)

wer macht was *im internet?*

Silke-Wosab-Gaur – Ganzheitliche Physiotherapie:	www.praxiseinklang.de
Soul Body Fusion® Einzelsitzungen und Seminare:	www.soulbodyfusion4u.de
Stressbewältigung: MBSR-Kurse, Seminare	www.dfme.de
Stresstrainer werden	www.fachausbildung-stressbewaeltigung-achtsamkeit.de
Tai Chi Chuan – der authentische Yang-Stil, Cornelia Weilke:	www.itcca-oldenburg.de
Taiji/Taichi Schwert, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de
Taiji quan/Taichi chuan, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de
The Work of Byron Katie: Coaching – Seminare – Ausbildung:	www.ralf-heske.de
Therapeutisches und spirituelles Zentrum	www.rosenhaus.de
Thomas Hübl, ist ein zeitgemäßer spiritueller Lehrer:	www.thomashuebl.com
Tierkinesiologie:	www.sybille-seifried.de
Tierkommunikation: Ruth-May Johnson - erfahren, was Ihr Tier fühlt:	www.tiercomm.de
TranceDialog® – Geführte Trancereisen auf Audio-CD:	www.trancedialog.eu
Walking in your shoes:	www.xenia-gerdes.de
Webdesign vom Fachmann zu fairen Preisen:	www.rasch-network.de
Wingwave®Familien- & Systemaufstellungen, Klass. Homöopathie:	www.praxis-jaruschewski.de
Wohlfühladen - Treffpunkt f. ganzheitl. Gesundheit & Lebensberatung:	www.treffpunkt-der-gesundheit.de
Zumba, Beate Korfe:	www.lebensenergie-oldenburg.de



www.lebenskunst-nordwest.de

Das große Informationsportal für alle regionalen Informationen über...



Gesundheit

Therapie, alternative Heilweisen, Beratung ...



Kunst & Kultur

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



Ökologie

Biohöfe, Biohotels, Stromanbieter ...



Bildung & Reisen

Seminarhäuser, -anbieter, Reiseveranstalter ...

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

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

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

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



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

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

Abbau emotionaler Blockaden



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

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

Abenteuer Liebe



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

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

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

Abhyanga und mehr



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

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

Ahnen-Energie hier und jetzt für Dich nutzen



Akademie für Kinesiologie

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

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



Alexander-Technik-Oldenburg.de

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

Maïke Seeber
 Physiotherapeutin
 Lehrerin für Alexander Technik
 Gewohnheiten erkennen, nutzen und ändern
Info: 0441.18119723
 www.Alexander-Technik-Oldenburg.de



Altbewährte und neuzeitliche Heilmethoden

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

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



Altes Handwerk

- Spinnen
- Färben
- Weben
- Workshops & SpinnTreff
- Wolle, Fasern, Garne & Inspiration

Spinnstuuu Bergedorf
Sabine Bogner
 Alte Dorfstraße 13
 27777 Bergedorf
 Tel. 04222.951133
 http://spinnstuuu-bergedorf.jimdo.com



Altes Wissen und moderne Erkenntnisse der Wissenschaft

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

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

Astrologie



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

Christine Keidel-Joura

Astrologie-Schule Bremen

Delmestr. 74

28199 Bremen

Tel.: 0421.72929

E-Mail: info@keidel-joura.de

www.keidel-joura.de

Astrologie und spirituelle Psychotherapie



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

Astrologische Praxis

Uwe Christiansen

Astrologe und HP (Psychotherapie)

Diplom-Sozialpädagoge

Tel.: 0441.55185

E-Mail: uwe.christiansen@

onlinehome.de

www.uwe-christiansen.de

Aufstellung der beruflichen Innen- und Außenwelt



Gut aufgestellt

Mein Platz im Beruf

- Zusammenhänge begreifen
- Klarheit gewinnen
- Neues wagen

Eintagesseminare, kleine Gruppe,
vertrauensvolle Atmosphäre,
infosyon-Qualitätsstandards

Dr. Wolfgang Schnetzer

Freier Trainer und Therapeut (HPG)

Training – Beratung – Coaching

Brakkämpfe 56

28259 Bremen

Tel.: 0421.5980725

kontakt@zufrieden-im-beruf.de

www.zufrieden-im-beruf.de

Aura Soma®-Farbpflege-Systeme® & -Ausbildung



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

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

Licht-Wege

Regina Bauer

Aura-Soma® und Samahita-Yoga

Bürgereschstraße 27, 26123 Oldbg.

Tel.: 0441.82118, Fax: 0441.8859094

www.licht-wege-land.de

E-Mail: bauer.regina@t-online.de

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



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

Institut für Kinesiologie

Josef Stotten

- Heilpraktiker -

Möhlentangen 32

26203 Wardenburg

kinesiologie@josefstotten.de

www.josefstotten.de

telefon 04407.716387

Ausbildung zum Geistheiler



**2jährige Gruppe – 12 Wochenenden
(inklusive 11 Einzelsitzungen)**

- Aufbau einer Energiebehandlung
- Schulung d. feinstoffl. Wahrnehmung
- Balancierung der Chakren und der Aura
- Entwicklung der eigenen Spiritualität
- verantwortlicher Umgang mit Klienten
- Selbsterfahrung u. prakt. Anwendung

Claudia Hempler-Gödeke
Geistheilener / Physiotherapeutin

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

Beratung & Psychotherapie



- Psychotherapie
- Integrative Körpertherapie
- Gestaltberatung
- Paargespräche

Roswitha Breitkopf
Dipl.Sozpäd. - Psychotherapie -

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

Bewusstseins- und Seelenarbeit



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

**Horus – Institut & Praxis für
integrales Bewusstsein und
spiritueller Psychotherapie**

Joachim Bartheit
Karuschenweg 67 c, 26127 OL
Tel. 0441 - 68 36 55
info@hausdeshorus.de
www.hausdeshorus.de

Birgit Debelts – UnikatSchmuck



UnikatSchmuck
feinfühlig – individuell inszeniert

- Unikatschmuck
- Natürliche Edelsteine & Perlen
- Farbe Stil & Imageberatung
- Edelsteinberaterin mit intensiver Steinheilkundeausbildung

Birgit Debelts
Schmuck Design
UnikatSchmuck
feinfühlig – individuell inszeniert

Termine nach Vereinbarung
Mobil: 0174.9656299

Biodanza®



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

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

Thorsten Vogelsang, neue Gruppe
in Oldenburg, Tel. 04408.809732
www.biodanza-oldenburg.de

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

marktplatz



Biodanza® Schule Bremen

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

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



Bioenergetische Meditation n. Viktor Philippi

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

Heilpraktikerin und Yogatherapeutin
Kerstin Hageleit

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



Buchhandlung Plaggenborg

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

Buchhandlung Plaggenborg
Inh. Karl-Heinz Plaggenborg
 Lindenstr.35, 26123 Oldenburg
 Tel.: 0441.17543
 Fax: 0441.17528
 E-Mail: info@buchhandlung-
 plaggenborg.de
 www.buchhandlung-plaggenborg.de



Coaching – Beratung – Supervision

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

mehr Lebensfreude & Zufriedenheit

Mechthild Werremeyer
 Coach – Projektmanagerin –
 Pädagogin
 Zertifizierter Coach & Supervisorin
 Psychodrama-Practitioner
 Tel.: 0441.777750
 Mobil: 0151.16540459
 MechthildWerremeyer.coaching@
 t-online.de



Coaching für Entwicklung in Balance

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

Bettina Ebert
 • Coach mPK (Psy. Kinesiologie)
 • wingwave®-Coach
 • Master Coach, DVNLP
 (personal, business, systemisch)
 • Reiki
 Tel.: 0441.36107007
 E-Mail: ebert@inordnung-ol.de
 www.inordnung-ol.de

Das Haar - unser Spiegelbild der Seele – Naturfriseur



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

natur, haut u. haar
Marika Ahlers
 Vahrenkamp 6
 49424 Goldenstedt
 Tel.: 04444.1282
 E-Mail: info@naturhauthaar.de
 www.naturhauthaar.de
 Termine per Telefon
 Herzlich willkommen ...

Der andere Weg



- Reiki
- Energetische Wirbelsäulenaufrichtung
- Signaturzellheilung
- Anwendung und Ausbildung

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

Der Weg zu sich selbst



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

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

Die Lösung liegt in Dir



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

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

Energiequelle



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

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



Engel's Reiki

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

Sabine Chanuria Reinker
Engel's Reiki Lehrerin

Ahlkenweg 70a
26131 Oldenburg
Tel.: 0441.3404830
E-Mail: chanuria@web.de
www.chanuria.de



Entwicklungswege

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

Mechthild Maria Herr

Lebensberaterin
Peterstr. 7
26160 Bad Zwischenahn
Tel.: 04403.8107372
E-Mail: info@entwicklungswege.com
www.entwicklungswege.com



Existenzgründungs- & sicherungsberatung, Marketing

Mit ganzheitlichem Marketing zum Erfolg!

- Existenzgründungsberatung
- Existenzsicherungsberatung
- Marketingberatung, -coaching
- bei der KfW als Berater akkreditiert
- bei der N-Bank als Berater akkreditiert
- bei der BAfA als Berater akkreditiert

Peter Gerd Jaruschewski

Agentur JARUSCHEWSKI
Lagerstraße 62, 26125 Oldenburg
Tel.: 0441.9736160, Fax: :9736161
skype: agentur.jaruschewski
E-Mail: agentur@jaruschewski.eu
über 20 Jahre Beratungserfahrung
für Therapeuten, Praxen, Coaches ...



Ganzheitsmedizin

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

Dipl.-Bsy. Anke Logemann-Hilfers

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



Ganzheitliche Gesundheitsförderung

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

Klaus Wendeln

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

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

Integrative Systemische Familientherapie



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

Gruppen- und Einzelarbeit

Eva-Maria Wunderlich
Heilpraktikerin für Psychotherapie

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

Jin Shin Jyutsu – Japanische Heilkunst



Jin Shin Jyutsu ist eine alte Heilkunst zur Harmonisierung der Lebensenergie.
Disharmonien zeigen sich bspw. durch:

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

Meike Bejenke-Klapproth
Heilpraktikerin

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

Kabbalistische Geburtsanalyse – Mental-Emotionale Heilung



Kabbal. Geburtsanalyse - M. Mollet

- Warum habe ich Krankheiten?
- Was ist meine Lebensaufgabe?
- Welche Talente lebe ich nicht?

Erfülltes Leben - Ute Bries

Lebe Lebendigkeit & Wahrhaftigkeit

- in Partnerschaft & Sexualität
- in Kommunikation & Beziehungen
- im Körper & im Sein

www.praxisfuerselbstheilung.de
Rechtsanwalt und Heiler (DGH)
Markus Mollet

info@mollet-personaltraining.de
Mobil: 00 49 173. 2409601
Mental Ressource-Trainer+Coach
Ute Bries(fett) - Tel.: 04241.8048796
ute.bries@voicing.de
Termine in Bremen City & Bassum

Kartenlegen



• Einfühlsames, lösungsorientiertes
Kartenlegen

- Zukunftsdeutung
- Karmaberatung
- Konfliktlösung
- Gebete

Angela Reins
Kartenlegerin

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

Kinesiologie und Naturheilkunde für Menschen und Tiere



Für Körper, Geist und Seele

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

Sybille Seifried

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

Kinesiologie und Quantenheilung



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

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

Klangwelten erleben



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

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

Lebens-Beratung, Rückführungen, TAROT-Seminare



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

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

Lebenstanz – Lebenskunst®



- Lust auf Tanz, Ausdruck, Selbsterfahrung und Entwicklung der eigenen Spiritualität
- Inspiration, Supervision, Lebensweisheit im künstlerisch – spirituellen Lebensprozess
- Frauentantra und Frauenheilwissen, schamanische Kunst und Magie

Astrid Mügge

- offene Beratung freitags 17-18 Uhr
- Neues Programm

ISIS, Freie Praxis f. Gesundheitsberatung
Edewechter Landstraße 18
26131 Oldenburg
Tel. & Fax 0441.592328
www.salute-isis.de
E-Mail: astrid@salute-isis.de



Lichtchannelheilerin

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

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

MatrixConcept – Leichtigkeit und Lebensfreude



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

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

Metabolic Typing – Kinesiologie – Geistiges Heilen



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

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

Musik für alle Lebenslagen



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

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

Mysterienschule Lichtpunkt



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

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

Prana- und Lebensflusspraxis



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

Meike und Wolfgang Sigle

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

auch im Rosenhaus Oldenburg
Weskampstraße 28

praxis für kinesiologie, kunst und yoga



- Einzelarbeit – Kurse – Ausbildung
- Yogakurse & Ausbildung
 - Kinesiologische Einzelsitzungen & Kinesiologie-Seminare
 - Interdisziplinäre Seminarreisen und Theaterarbeit

Dzenet Hodza

Dipl. Kunsttherapeutin/-pädagogin
Bereich Darstellende Kunst & Sprache
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Yogalehrerin (Hatha & Kundalini Yoga)
Kinesiologin (TfH, 3in 1 Concepts)
Tel.: 0441.7705936
E-Mail: info@praxis3in1.de
www.praxis3in1.com

Reikihaus Friesland



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

Ilse Kamps-Weidemann & Michael Weidemann

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

Sampoorna Yoga



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

Silke Pohl & Bernhard Dökel

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

Schlafplatzuntersuchung Geomantie / Seminare



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

Rainer Müller

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

Therapeutische Beratung – Coaching – Workshops



BeratungsRAUM Leben ist Bewegung

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

Brigitte Mönning
Transaktionsanalytikerin i.A.

Am Schießstand 54
26122 Oldenburg
Tel.: 0441.59437111
E-Mail: info@beratungsraum-
oldenburg.de
www.beratungsraum-oldenburg.de

Theta Healing® Ausbildungen



ThetaHealing®

Lass los was Dich belastet!
ThetaHealing® Aus- und Weiterbildungen
neu jetzt Fernlehrgänge!

zertifiziert durch Vianna Stibal
ThetaHealing® Einzelsitzungen
über Telefon oder Skype

Neu Privatunterricht & Firmencoaching!

Beate Grimberg
zertifizierte ThetaHealing® Lehrerin
und Business Coach
40239 Düsseldorf
Tel. 0211.17837715
oder 01577.4496515
www.thetahealing-nrw.de

TouchLife® Massage



**Ausbildung für Anfänger & Fort-
geschrittene 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 und energetische Bewusstseinsarbeit



- **Transpersonale energetische
Bewusstseinsarbeit**
- **Supervision**

Aramaiti Helga Nowak

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

Treffpunkt für ganzheitliche Gesundheit & Lebensberatung



- **Spirituelle Lebensberatung**
- **Schamanische und bioenergetische
Heilweisen**
- **Mentalcoaching**
- **Ganzheitliche Ernährungsberatungen**
- **Großes Laden-Gesundheitsangebot!**

Natalie Illiger

Gesundes Leben - Der Wohlfühlhladen
Peterstraße 1
26655 Westerstedde
Tel.: 04488-5204423
www.treffpunkt-der-gesundheit.de

Wasser – OSAM in der heilenden Kraft der Jadequelle



- Ganzheitliche Heilmethode im körper warmen Solewasser
- Sanftes Strecken und Dehnen der Muskeln, Bänder, Sehnen und Wirbelkörper durch großräumige, fließende Bewegungen in der Schwerelosigkeit des Wassers
- Energiebahnen werden von Blockaden befreit
- Tiefes Entspannen, neue Kraft schöpfen

Martina Hinrichs

Telefon: 04735.810134
E-Mail: martina.hinrichs@live.de
Ort: Gesundheitszentrum Deichhörn
Am alten Deich 6
26316 Nordseebad Dangast

Yoga und Ayurveda



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

• **Ausbildungsangebot**

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

Yoga Vidya Zentrum Oldenburg



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

Simone Manamohini Hug-Breitkopf M.A.

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

Yoga Vidya Zentrum Oldenburg-West



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

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

Aenne Milnikel



Aenne Milnikel
Tel.: 04402-8693361
www.aenne-milnikel.de
Mobil 0173.6050193

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

Alo ola pono Centrum



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

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

Astrologie und Kartenlegen



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

Beratung, Coaching, Training



... für ein **ERFÜLLTES LEBEN**
Uta Link
 Dipl. Betriebswirtin und
 Individualpsychologische Beraterin
 Weshorn 37, 26655 Westerstede
 Tel.: 04488.5208650
 ufalink@erfuelltes-leben.com
 www.erfuelltes-leben.com

Bewusstsein und Reiki



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

Energetische Psychotherapie



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

Familienstellen und Supervision



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

Geld & Psyche



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

Individ. handgefert. Medit.-Kissen



• **Kristallkissen**
 • **Auflagen etc.**
**Energie in Form von Farben
 und Symbolen**
Anna Maria Simmer
 Tel.: 02635.4652
www.diekraftderstille.de
 E-Mail: AMSimmer@t-online.de

Kommunikation f. d. (berufl.) Alltag



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

Kräuterheilkunde



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

Kunstatelier Naumann



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

Lebensbegleitung & Psychotherap.



Thomas Dopp
 Heilpraktiker für Psychotherapie
 Weskampstr. 28, 26121 Oldenburg
 Tel.: 0441.36131050
 www.thomas-dopp.de
 • Spirit. Lebensbegl. & Psychoth.
 • Herzensarbeit nach Safi Nidiaye
 • Gruppe „Spiritualität JETZTI!“
 mit Übungen von Eckart Tolle

Lichtbahnen-Behandlung



Sabine Büsselmann
 Birkenweg 37a, 26203 Tungenl
 Tel.: 04407.2735
 www.lichtbahnentherapie-oldenburg.de
 • Lichtbahnenbeh. n. Trudi Thali
 • Lichtbahnen-Ausbild., -Berat.
 • Engel-Seminare, -Readings
 • Behandlung für Kinder

Massage und Reiki



Tina Thiem
 • Ganzheitliche Massage
 • Geistiges Heilen
 Zeughausstr. 22 in Oldenburg
 0441.18110237 &
 0176.21780404
 www.einfuehlen.de

Qigong



Doris Palm
 Gesundheitswissenschaftl., MPH
 Tel. 0441.2097921
 www.doris-palm.de
 • Qigong-Kurse in Gruppen
 • Qigong Einzelunterricht
 • Qigong-Kurse in der Arbeitswelt
 - von den Krankenkassen gefördert
 - in Oldenburg und umzu!

Spirituelle Traumdeutung



Sprache Deiner Seele
 • Einzeltermine und Gruppen in OL
 auf Spiekeroog und bei Ihnen
 • Wege aus der Depression
 • Psychotherapie
 • Shiatsu (auch mobil)
 Terminvereinbarung: 0441.8007574
Melanie Grabowski, HP
 www.melanie-grabowski.de

Lebenshilfe und Beratung



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

Lösungsorient. Kurzzeit-Coaching



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

Naturkosmetik und Pflege



Terra Natura, K. Schanno
 Gaststr. 12, 26122 Oldenburg
 • Naturkosmetik + SPA-Artikel
 • Kosmetik-Behandlungen +
 Maniküre
 • Ayurveda • Edelsteine
 • Ätherische Öle/Raumduft
 • Naturparfums
Fachkompetente Beratung

Rutengänger



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

Spirituelle Tiershop



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

Systemaufstellungen

Monika Veith

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

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



Tai Chi – der authentische Yang-Stil

Cornelia Weilke

Lehrbeauftragte der ITCCA
Regelmäßige Einführungs-/
Fortgeschrittenenkurse
• in Unternehmen für Mitarbeiter
• Einzelstunden
Tel.: 0163.3640968
E-Mail: info@itcca-oldenburg.de
www.itcca-oldenburg.de



Tanztherapie

Gabriele Janz

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

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



Terra Arcanum Heilpflanzenkunde



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

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

Veggiemaid

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

Veggiemaid

Gartenstraße 15, 26122 Oldenburg
www.veggiemaid.de



Wachsen durch Musik

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

**Musikschule Klangwelt
Stefanie Putzke**

Musikpädagogin, -therapeutin
Tel.: 0441.2178651
www.musikschule-klangwelt.de



Was die Seele uns sagen will

Marika Ahlers

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

- Familienstellen • Bachblüten
- Walking in your shoes



Wege zum ICH

Norma Duhm

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

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



Yoga & psychologische Beratung

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

- Hormon Yoga
- Psychologische Beratung
- Entspannungsseminare
- Stressprävention



Zen – Meditation – Achtsamkeit

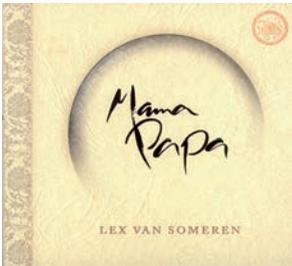
Zenkreis Oldenburg

- Anleitung zur Zen-Übung
- Meditationskurse
- Workshops

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

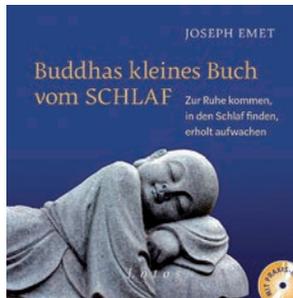


Klangwelten



Mama Papa
Lex van Someren
CD, 19,90 €

Der vollständige innere Frieden mit unseren Eltern ist das Tor, durch das wir gehen müssen, um dauerhaften Frieden, Freude und Erfüllung in unserem Leben zu erlangen. Deine innere Elternbeziehung wirkt bis heute in jeden deiner Lebensbereiche hinein, entweder fördernd und stärkend oder verzerrend und schwächend. Bei den meisten Menschen ist das Letztere der Fall. Wir brauchen den Segen unserer Eltern, damit uns die Dinge im Leben wirklich gelingen und damit unser Herz frei wird. Diese CD mit diesem besonderen Text für Eltern in 21 unterschiedlichen Sprachen der Welt und mit Musik kann als ein Versöhnungsritual für/mit unseren Eltern benutzt werden. Für diejenigen, die schon in Frieden mit ihren Eltern sind, kann sie wie ein stärkendes und vertiefendes „Gebet“ für das Herz wirken.



Buddhas kleines Buch vom Schlaf, m. Audio-CD
Joseph Emet
Lotos Vlg., Buch m. CD, 16,99 €

Fast jeder von uns kennt Schlafprobleme. Ängste, Sorgen, Gewissensbisse, Depressionen, Ärger und Stress ziehen sich durch unseren Tag und lassen unsere Gedanken auch nachts meist nicht zur Ruhe kommen. Stundenlanges Wachliegen sowie Schwierigkeiten beim Ein- und Durchschlafen sind die Folgen, die uns zusätzlich nötige Energie rauben.

Joseph Emet zeigt in seinem Buch einen Ausweg aus dieser Spirale der Müdigkeit, die viel zu oft mit auf Dauer schädlichen Schlafmitteln bekämpft oder resignierend hingenommen wird. Den mit Gedanken beschäftigten Geist begegnet der Autor hierbei mit einfachen buddhistischen Achtsamkeitsübungen (u.a. auf CD), wie z.B. der Konzentration auf den Atem oder dem Prinzip der heilsamen Dankbarkeit. Mit einem Vorwort von Thich Nhat Hanh.



Sterbebesänge, 4 Audio-CDs
Jenner, Otmar
Schirner Vlg., CD, 19,95 €

Ein Reiseführer in die nächste Welt

Der erfahrene Sterbebegleiter Otmar Jenner bietet Menschen, die an der Schwelle zur nächsten Welt stehen, Orientierung auf dem Weg hinüber. Denn dieser ist mitunter verwirrend, wenn wir mit einem Gepäck von Verblendungen, Irrtümern und Beschwerden ins Zwischenreich eintreten. Damit die Seele umso sicherer den Ausgang aus ihrem Labyrinth findet und ins Licht eingehen kann, werden die möglichen unkomfortablen Erfahrungen so präzise benannt, wie es geht. Die professionell und einfühlsam gelesenen und musikalisch hinterlegten „Gesänge“ aus Otmar Jenners „Buch des Übergangs“ sind eine Unterstützung am Sterbebett. In seinem „Buch des Übergangs“ finden sich exakte Darstellungen des Sterbeprozesses und Anleitungen zum Umgang mit Sterbenden.



Das Lied des Lebens

Irene Langemann

Absolut medien, DVD, 14,90 €

Der Film begleitet den Komponisten Bernhard König dabei, wie er Menschen ab 70plus zu neuem Leben und Glück durch Singen und Musizieren verhilft. Anhand biographischer Interviews entwickelt er aus den persönlichen Träumen und Traumata jeweils das Lied ihres Lebens. Eine erblindete Psychologin wird zur Pianistin in der Essener Philharmonie. Ein halbseitig gelähmter Akkordeonspieler wird mit dem virtuosens Quartett „Uwaga!“ vital und frisch. Eine Dame, die als 14-Jährige bei der ersten Liebe schwanger wurde, findet, unterstützt von den Neuen Vocalsolisten Stuttgart, die Formel ihres Lebens: „Kann denn Liebe Sünde sein?“ Davon wünscht man sich mehr auf Rezept.

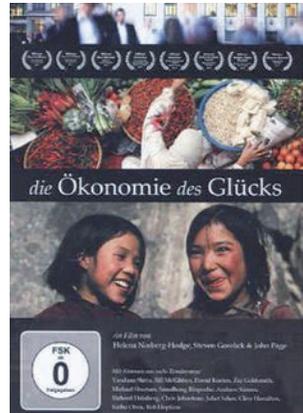


The Fairy Trail -

Naturgeister auf der Spur
Till Gerhard und Britta
Schmidtke

Synergia Vlg., DVD, 22,90 €

Bei Shakespeare ist es die Elfenkönigin, bei den Brüdern Grimm sind es Zwerge, Däumlinge und Feen, bei Andersen singt und schwimmt die Meerjungfrau, bei Tolkien begegnen uns die Elben und Hobbits, bei Rowling sind es Kobolde und Elfen. Was sind das für Wesen, die uns seit Menschengedenken faszinieren und ohne die Märchen und Mythen undenkbar wären? Die Filmemacher suchen eine Antwort auf diese Frage. Dafür reisten sie über einen Zeitraum von mehr als drei Jahren zu Menschen und Orten, die eine enge Beziehung zu diesen Wesen haben. Herausgekommen ist ein Dokumentarfilm voller Geschichten, Begegnungen und Magie.



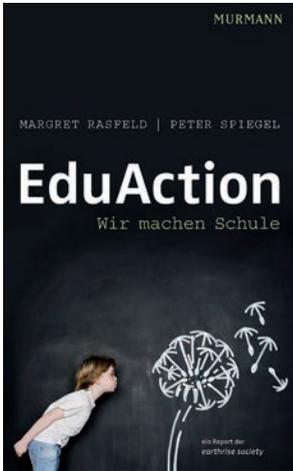
Die Ökonomie des Glücks

Helena Norberg-Hodge

Lighthouse, DVD, 17,99 €

Eine Welt in der Krise - Massenarbeitslosigkeit, Finanzchaos und globale Erwärmung sind nur einige der drängendsten Missstände unserer Zeit. Schlagworte wie Nachhaltigkeit und Lokalisierung drängen in unser Bewusstsein, doch wie sind diese zu verstehen? Der Film geht einem Weltwirtschaftssystem, das sich vor der Havarie befindet, auf den Grund und nähert sich der Frage: Wie kann eine glückliche Zukunft aussehen? Zu Wort kommen dabei WissenschaftlerInnen und AktivistInnen aus der ganzen Welt. Sie alle plädieren für einen alternativen Weg in die Zukunft: demokratisch, menschlich, ökologisch und lokal. Sie praktizieren die Ökonomie des Glücks. Von der Trägerin des Alternativen Nobelpreises H. Norberg-Hodge.

wortwelten



**EduAction –
Wir machen Schule**
Margret Rasfeld/Peter Spiegel
Murmann Vlg., 260 S., 21,90 €

Es geht um einen „geistigen Klimawandel“, um weltweites Umdenken mit Herz und Hand, um eine Welt der besseren Verständigung und des besseren Miteinanders. Dies ist die Mission der earthrise society, die eine neue Kultur des Denkens und Handelns ins Leben rufen möchte, vor allem in den Bereichen Bildung, Gesundheit und soziale Innovationen. EduAction, ein ungewöhnliches und dennoch sehr reales Buch, bringt diesen neuen Zeitgeist des Wandels in den Bereich Bildung.

Wir müssen bei uns persönlich anfangen, bevor wir die Veränderung im Außen zur Wirklich-

keit werden lassen können. Wir erlangen weder die notwendige Handlungsklarheit noch die unumgängliche Handlungsstärke, wenn der Wandel nicht mit einem Umdenken beginnt. Wir haben die Schöpfung in unsere Hand genommen, also muss unser Denken nun auch den Wandel in Richtung einer nachhaltigen Verantwortung für intakte Ökosysteme vollziehen. Wir leben über unsere Produkte in engster tagtäglicher Verbindung mit der gesamten Menschheit. Also haben wir Verantwortung für die unteilbare Menschheit, die unseren Wohlstand geschaffen hat.

Fast alles, was wir dafür brauchen, besitzen wir. Die Mehrzahl von uns ist vom reichen Wissen der Menschheit, ihren Erfahrungen und Erfindungen nur noch einen Mausklick weit entfernt. Somit war es für keine Generation leichter, den Einzelnen zu einem überreich sinnstiftenden Unternehmer seiner besten, eigenen Potenziale auszubilden. Wenn wir uns dazu entscheiden, Lebensunternehmer, Changemaker, zu werden, können wir gemeinsam zu einem neuen Denken kommen.

Geistiger Klimawandel kann nur in sehr konkreter Form stattfinden. Mit diesem Buch in der Hand können wir die Transformation vollziehen von einem viel

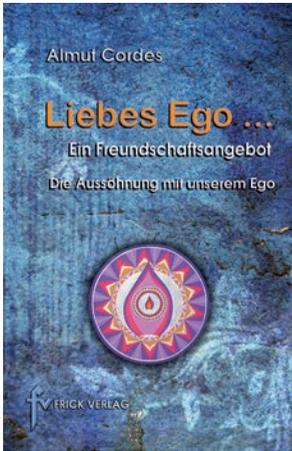
zu einseitig auf Wissensvermittlung getrimmten Schulsystem hin zu Schulen ganzheitlicher Potenzialentfaltung. Schulischer Erfolg muss neu definiert werden, und das Ziel von Schule sollte sein, das Potenzial in jedem einzelnen Schüler zu fördern, so dass er später seine einzigartigen Begabungen und Talente zum Wohle des Ganzen einsetzen kann.

Dieses Buch soll den Start für den Aufbruch in eine tiefgreifend neue Potenzial-Bildungsrepublik markieren. Sie werden sehen, es enthält reichlich Stoff für handfeste Veränderungen.

Dass man Schule so leicht, so anders und so faszinierend neu erfinden und umsetzen kann – dies zu erfahren, da bin ich mir sicher, wird jedem Leser das Herz in hellster Begeisterung aufgehen lassen. Der geistige Klimawandel ist möglich, dieses Buch ist der beste Beweis dafür. Welche Freude daher, dass wir von earthrise diese vorliegende Erfolgsgeschichte als earthrise Report aufnehmen können.

Marianne Obermüller, Gründerin earthrise society.

Auch als e-book erhältlich. Video und Bestellmöglichkeit auf www.buchhandlung-plaggenborg.de



Liebes Ego...
Ein Freundschaftsangebot
Almut Cordes
 Frick Verlag, 198 S., 13,80 €

Die Aussöhnung mit unserem Ego. Jeder möchte es gerne überwinden und es ist ein ewiges Thema, aber kaum jemand weiß genau, wer oder was es eigentlich ist – das Ego! Unser eigenes Ego ist nach wie vor das vor uns selbst am besten gehütete Geheimnis!

Ein Buch für alle die sich nicht länger vom Ego an der Nase herumführen lassen wollen, es räumt mit vielen Missverständnissen, die sich um das Ego ranken, auf und stellt so manche moralische (und spirituelle) Plattitüde auf den Kopf.

Leider kommt gerade dieses Thema bei vielen neueren methodischen Heilungsansätzen und der Wunscherfüllungseuphorie der einschlägigen

Literatur zu kurz oder es wird schlichtweg ausgeblendet! Zwangsläufig zieht das immer wieder Selbst-Täuschungen und demzufolge Enttäuschungen nach sich!

Der Leser wird zu einem offenen, humorvollen, liebevollen Umgang und zu einer tiefgreifenden Freundschaft mit dem Ego eingeladen, denn erst in dem Moment, wo wir das Katz- und Mausspiel mit unserem Ego aufgeben, können wir in der Tiefe entspannen, Lebensfreude kann sich befreien! Das ist tatsächlich der absolut wichtigste Schritt für (jede) innere Heilung. Zahlreiche einfache, effektive Hilfestellungen und auf den Alltag bezogene, leicht umsetzbare Übungen sind in den Text eingeflochten – die richtig Spaß machen!

Almut Cordes ist Autorin, u.a. von "Sich öffnen für die Liebe". Sie arbeitet und lehrt als Hochschuldozentin im pädagogisch/musischen Bereich. Daneben hält sie Vorträge und gibt bundesweit Seminare zu den Themen Selbst-Erfahrung und Selbst-Entfaltung!

Rezension und Bestellmöglichkeit auf www.buchhandlung-plagenborg.de



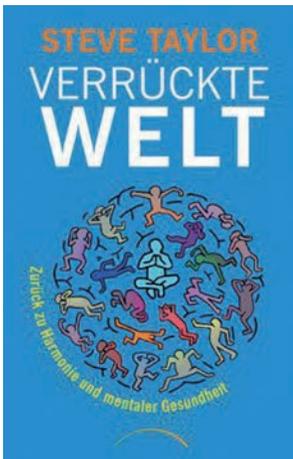
Ich will ja loslassen,
doch woran halte ich mich dann fest?
Ina Rudolph
 Arkana Vlg., 256 S., 17,99 €

Die meisten Befürchtungen, die wir den ganzen Tag hegen, treten nie ein. Die meisten Sorgen, die wir uns machen, lösen sich wieder in Luft auf. Aber wir halten diese Gedanken trotzdem für wahr, wir spüren ihre Wirkung und werden traurig, mutlos und niedergedrückt. Wie wäre das Leben ohne diese Gedanken, befreit von allem Unheil, das zwar noch nicht da ist, das wir aber in Zukunft vermuten? „The Work“ von Byron Katie, diese berühmte und radikale Methode zur Selbsterkenntnis, ist für viele der direkteste Weg, um das Loslassen zu lernen. Auch für die bekannte SchauspielerIn Ina

wortwelten

Rudolph begann, als sie auf „The Work“ stieß, ein tiefer innerer Veränderungsprozess. In lebendigen und berührenden Geschichten erzählt sie von ihren Erfahrungen mit „The Work“: wie sich ihre Freundschaften, die Beziehung zu ihrem Lebenspartner und ihrer Tochter, ihre berufliche Situation nach und nach veränderten. Wie sie lernte, durchs Leben zu gehen ohne zu wissen, was als nächstes geschieht. Die Realität bleibt die gleiche, doch es fühlt sich ganz anders an. Ein berührendes Buch, das Mut macht, einen neuen Blick auf das Leben zu werfen.

Video-Interview, Leseprobe und weiteres Zusatzmaterial auf www.buchhandlung-plaggenborg.de.

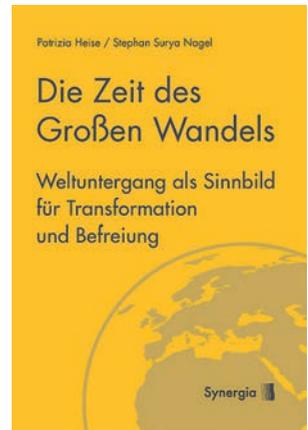


Verrückte Welt **Ein wichtiger Beitrag für** **einen Bewusstseinswandel** **Steve Taylor**

Kamphausen Vlg., 280 S., 18,95 €

Die Geschichte der Menschheit ist so sehr von Krieg, Unterdrückung, mangelndem Mitgefühl und der Gier nach Besitz geprägt, dass wir hier im Westen versucht sind, all das als typische Eigenschaften des Menschen hinzunehmen. Allerdings kennen viele indigene Völker diese Gier nicht; sie haben unser Verhalten stets als Zeichen des Wahnsinns gedeutet – und der Psychologe Steve Taylor gibt ihnen Recht. Er hält diese Charakterzüge für eine psychologische Störung und zeigt in diesem Buch Wege auf, den Irrsinn zu heilen und zurück zu kehren zu Harmonie und mentaler Gesundheit.

Wir können lernen, uns nicht mehr mit unseren Gedanken zu identifizieren, sondern zu unserem wahren Wesenskern vorzudringen. Dann verwandelt sich das Leben in ein großes Abenteuer voller Freude und Wunder!
Zusatzinfo, Video und Bestellmöglichkeit auf www.buchhandlung-plaggenborg.de



Die Zeit des Großen Wandels

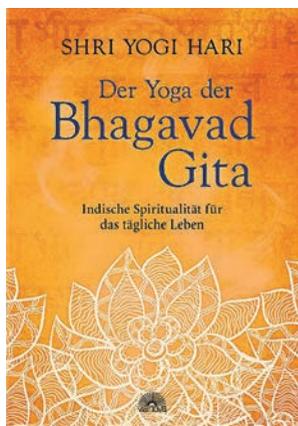
Surya Stephan Nagel und Patrizia Heise

Synergia Vlg., 93 S., 10,01 €

Weltuntergang als Sinnbild für Transformation und Befreiung. Das Leben ist immer gewissen Unsicherheiten und Gefährdungen ausgesetzt. Das Gleiche gilt für die „Herberge des Lebens“, unsere Erde. Stets haben die Menschen empfunden, dass der beständige Wandel ihrer Welt zu bestimmten Zeiten dramatische Formen annehmen kann – bis hin zu ihrem Untergang. Die Furcht vor einem solchen Ende ist heute und besonders im hochtechnisierten Abendland wieder aktuell. Parallel dazu findet ein Umdenkenprozess statt, der die Wurzeln für einen neuen Anfang setzen kann – entscheidend dafür ist ein anderes, integratives Bewusstsein. Wer am Aufbruch in eine neue

Zeit aktiv teilnehmen will, sollte sich den Herausforderungen stellen, die von diversen Katastrophenszenarien ausgehen und persönlich Verantwortung übernehmen. Eine konstruktive Überwindung des Untergangsgedankens gelingt dann am besten, wenn auch das persönliche Ende durch einen Bewusstseinswandel „mitten im Leben“ akzeptiert werden kann und die eigene Existenz im sinnhaften Kontext eines größeren Ganzen gesehen wird. Dafür werden einige klassische Wege aufgezeigt.

Bestellmöglichkeit auf www.buchhandlung-plaggenborg.de



Der Yoga der Bhagavad Gita

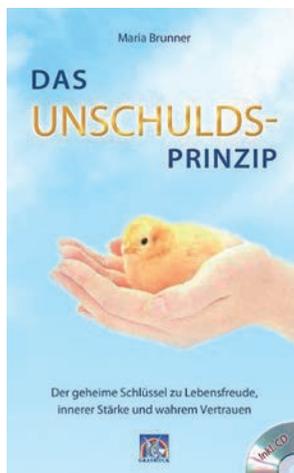
Sri Yogi Hari

Vianova Vlg., 224 S., 17,95 €

Spiritualität im Alltag leben
Wie es möglich ist, inmitten des weltlichen Trubels dem Weg zur Vereinigung mit der Höchsten

Wirklichkeit zu folgen, ist eine Frage, die viele spirituell Suchende bewegt. Sri Yogi Hari kommentiert die Bhagavad Gita und gibt darauf überraschend klare Antworten und zeigt, wie mit den Übungen der drei bedeutenden Yogawege, der Wege der Erkenntnis, der Gottesliebe und des selbstlosen Tuns, die Alltagswelt sogar zum spirituellen Lehrmeister werden kann. In dem Meisterwerk, das in der Übersetzung „Gesang der Erhabenen“ bedeutet, werden die unentwegten Kämpfe beschrieben, die im Menschen stattfinden zwischen den guten und den bösen Kräften, zwischen dem Ego und seiner höheren Natur. Konkrete Anweisungen und praxisnahe Leitungen vermitteln, dass Spiritualität vor allem lebensnah und in jedem Moment unseres Daseins erfahrbar ist, ganz unabhängig von unserer aktuellen Lebenssituation. Dieses Buch ist ein Geschenk für alle Suchenden, die bereit sind, sich wahrhaft auf den Weg zu machen zu einem zufriedeneren, harmonischeren und erfüllten Leben.

Bestellmöglichkeit auf www.buchhandlung-plaggenborg.de



Das Unschulds-Prinzip, m.

Audio-CD

Maria Brunner

Grasmück Vlg., 219 S., 24,90 €

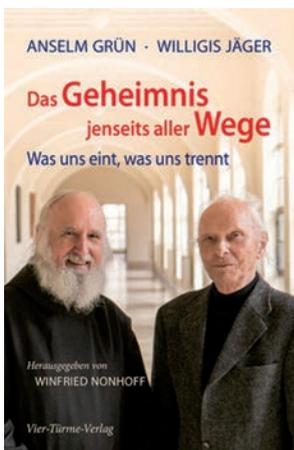
Dieses Buch ist mehr als ein Buch, es ist ein Manifest: Ein Manifest für die Unschuld. Lebendig und praxisnah nimmt uns Maria Brunner mit auf die Reise in eine ganz neue Art des Denkens und Fühlens. Ihr (auf den ersten Blick durchaus provokantes) Motto dabei: „Jeder Mensch – jede Seele – ist unschuldig. Es gibt keine Schuld!“. Ohne Zweifel starker Tobak für eine Gesellschaft, für die die Klärung der Schuldfrage in vielen Fällen noch immer oberste Priorität darstellt – nicht zuletzt in der spirituellen Szene. Ja, erzählen uns nicht viele der selbsternannten spirituellen „Führer“ fortwährend das Gleiche: Dass wir selber schuld sind,

wortwelten

wenn unser Leben nicht so läuft, wie wir es gerne haben möchten? Dass wir eben nur nicht richtig „gewünscht“ und nicht „positiv“ genug gedacht haben, wenn Krankheit, Jobverlust, finanzieller Mangel oder sonstige Krisen uns treffen?

„Wir alle tragen Verantwortung – aber keiner von uns Schuld!“ sagt Maria Brunner. Einfühlsam und authentisch ermutigt sie uns, Schritt für Schritt unseren gewohnten Blickwinkel zu ändern, bewusst vom urteilenden Denken zum annehmenden Herzen zu wechseln und die Sicht der Unschuld konsequent auf alles im Leben anzuwenden: die eigenen Gefühle, Wünsche, Pläne, Beziehungen, Mitmenschen, usw.

Bestellmöglichkeit auf www.buchhandlung-plaggenborg.de



Das Geheimnis jenseits aller Wege

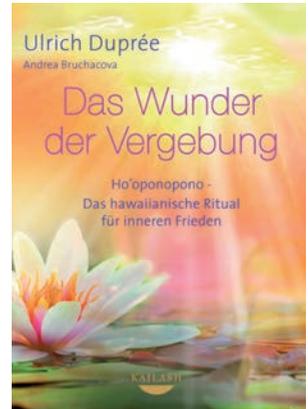
Anselm Grün und Willigis Jäger, Winfried Nonhoff (Hrsg.)

Vier-Türme-Vlg., 140 S., 16,90 €

Was uns eint, was uns trennt – das gemeinsame Vermächtnis der beiden großen religiösen Autoren Deutschlands. Anselm Grün und Willigis Jäger – für viele Menschen sind sie auf ihrem je eigenen Weg zu wichtigen Begleitern und Lehrern geworden. Heute sind Pater Anselm Grün und Zen-Meister Willigis Jäger die meistgelesenen geistlichen Autoren im deutschsprachigen Raum.

Aber es gibt mehr, was sie verbindet: Ein Stück gemeinsames Leben. Die Prägung durch klösterliche Gemeinschaft unter der Regel des heiligen Benedikt. Und vor allem: Die Suche nach dem Heiligen im Menschen. Wo stehen sie heute? Was verbindet sie, was trennt sie? Ehrlich, aufrichtig und in gegenseitiger Wertschätzung sprechen die beiden bekanntesten Mönche Deutschlands über ihre spirituelle Suche und über das, was in ihren Leben wichtig ist.

Video mit Willigis Jäger vom Juni 2013 und Bestellmöglichkeit auf www.buchhandlung-plaggenborg.de



Das Wunder der Vergebung

Ulrich Duprée, Andrea Bruchacova

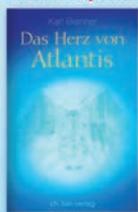
Kailash Verlag, 224 Seiten, kart.,
Ho'oponopono ist eine alte, sehr wirkungsvolle Methode aus Hawaii zur Lösung von persönlichen Problemen und zwischenmenschlichen Konflikten aller Art. In einem einfachen Ritual verbinden wir uns wieder mit der ursprünglichen Kraft in uns. Schrittweise werden wir aus den Opferrollen herausgeführt und gelangen so zu Selbstannahme und Eigenverantwortung. In diesem sehr schön gestalteten Buch führen die beiden Autoren die LeserInnen anschaulich und praxisnah in dieses Ritual ein und zeigen, wie Ho'oponopono im alltäglichen Leben funktioniert. Dabei vergessen sie auch nicht die geschichtliche Entwicklung des Ho'oponopono.

... die neuen Bücher Herbst 2013

Lydia Laubach
Change Creating
Die bewusste Erschaffung
der eigenen Realität
ISBN 978-3-89568-249-0
Pb. / 184 Seiten
teils farb. Abb. / € 18,00
August 2013



S. Braeucker
Savitri –
Meditationskarten
ISBN 978-3-89568-253-7
Kartenset mit 108 Karten und
Buch (148 Seiten) im Karton
€ 29,80
erschient September 2013



Karl Brenner
Das Herz von Atlantis
ISBN 978-3-89568-250-6
Pb. / Roman / 330 Seiten
€ 23,00
erschient September 2013



Boris Lukács
Heilen mit Herz
und Händen
ISBN 978-3-89568-251-3
Pb. / ca. 200 Seiten
mit CD, ca. 40 min.
ca. € 19,80
erschient Oktober 2013



Dagmar Lanscha
Botschaften des
Friedens – von den
Tieren dieser Welt
ISBN 978-3-89568-243-8
Pb. / 112 Seiten farbig
€ 18,90
August 2013

ch. falk-verlag · Ischl 11 · 83370 Seccen
Telefon 08667-1413 · Fax 08667-1417
email@chfalk-verlag.de · www.chfalk-verlag.de

ACHTSAMES LEBEN

Internet: www.achtsames-leben.org

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

Redaktion Karl-Heinz Plaggenborg

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

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

Anzeigenpreisliste www.achtsames-leben.org

Autoren dieser Ausgabe:
Sabine Büsselmann, Uwe
Christiansen, Karin Cooper,
Bernhard Dökel, Antje
Koolen, Uta Link, newslichter.

de, Karl-Heinz + Ulrike
Plaggenborg, Margret Rasfeld
& Peter Spiegel, someren.de
Annegret Torspecken

Titelfoto Ulrike Plaggenborg

Termin-Annahmeschluss

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

Erscheinungsweise vierteljährlich

Auflage 7.500 Exemplare

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

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

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

wer macht was

Akupunktur

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

HP Bärbel Zehnpfund, Akupunktur, Aufstellungen und Naturtherapie, Katharinenstr. 12, Tel. 0441.2048845.

Ausflüge mit Kanu & Rad

Naturerlebnis auf und an der Hunte, Kanuausflüge und Radtouren, Mondscheintouren für Genießer. Yeti OL, Tel. 0441.85685.

Ayurveda

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

Bücher, CDs, DVDs

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

Clearing

Clearing – Befreiung von negativen
Fremdenergien. Spirituelle
Lebensberatung Simone Renner,
OL 3802230.

Coaching

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

Coaching & Energietherapie

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

Wer macht was?

Der kleine Branchenführer
zum schnellen Nachschlagen

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

Familienaufstellung

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

Familienstellen und Supervi-
sion. Anke Svaha Schöpfer,
04433.968940, 0173.2468174.

Feng-Shui

Einrichtungsberatung nach
Feng-Shui, Julia Bolting, Tel.:
0441.5099513, mobil: 0176.
65623348, info@feng-shui-
bolting.de

Heilpraktiker

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

Hypnose/ Rückführung

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

Internetdienstleistungen

Webseiten-Pflege oder Neuge-
staltung, Reiseplanung, Fotos
u.a. Ulrike Plaggenborg, OL
36182644.

Jin Shin Jyutsu

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

Kiefergelenk

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

Klangmassage

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

Klassische Homöopathie

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

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

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

MatrixConcept

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

MBSR

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

Metabolic Typing

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

Partnerschaft

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

Pendeln

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

Primärtherapie

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

Qigong

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

Reiki

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

Schamanismus

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

Soul Body Fusion®

Birgit Bruns-Tietze, Tel. 04407. 715743.

Einzel Sitzungen, Ausbildungen, Seminare/ Retreats, Petra Pitak, Tel. 04931.9199768, info@soulbodyfusion4u.de.

Systemaufstellungen

HP Bärbel Zehnpfund, Aufstellungen und Naturtherapie, Katharinenstr. 12, Tel. 0441. 2048845, info@heilpraxis-zehnpfund.de.

Taiji /Taichi

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

Tai Chi – der authentische Yang-Stil. Cornelia Weilke, 0163.3640 968, info@itcca-oldenburg.de.

Tanz

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

Tanztherapie

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

The Reconnection®

Mechthild Maria Herr, Reconnection-Heilbehandlungen, Entwicklungswege, Bad Zwischenahn, 04403.8107372.

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

The Work of Byron Katie

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

Tierkinesiologie

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

Tierkommunikation

Tiercomm - erfahren was Ihr Tier fühlt. Tel. 04402.6969500 (siehe auch bei: „Wer-macht-Was im Internet“).

Trommeln

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

Wingwave®

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

Yoga

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

Zumba

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

termine

Vorträge

28.11. **Astrologischer Jahresüberblick 2014** mit Uwe Christensen im PFL, Peterstr. 3, OL, 20 Uhr. Karten- Vorverkauf: 0441. 55185.

Seminare & Workshops

Berufliche und private Ziele anhand von Selbst-Coaching-Techniken effizienter erreichen. Neuer Kurs nach den Herbstferien mit Uta Link- Akademie für Persönlichkeitsentwicklung, T: 04488.5208650, E-Mail: info@link2erfolg.de.

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

Kabbalistische Geburtsanalyse - Lebensberatung auf Basis der alten jüdischen Zahlenmystik. Sie hält Antworten auf viele Lebensfragen bereit. Markus Mollet, 0173.2409601.

Voicing® & Coaching - Lebens- training für Erfüllung in Partnerschaft und Sexualität. Wahrhaftigkeit in Kommunikation, Beziehungen, Körper und Sein. Einzel- u. Paarcoaching in Bassum und Bremen-City. Ute Bries, Tel.: 04241.8048796.

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

29.09. 11 bis 13 Uhr: **Seminar: Tanz und Meditation** mit Doreen Tönjes im Sampoorna Yoga Zentrum, Zeughausstr. 70, OL. Infos: www.doreentoenjes.de.

02.10. **Erlebnis-Abend: The Work of Byron Katie** mit Ralf Hesse, 19:30-21:30 Uhr im Seminarhaus Lichtblick, Hude. Infos: www.ralf-hesse.de oder 040.88167930.

4./ 5. / 6.10. **Workshop: Einführung in die Holzbildhauerei** mit Karina Cooper in der Kunstwerkstatt Schnitzwerkatelier, Wardenburg. Infos: Tel.: 0172.1515182.

19.10. **Seminar: Zeit für uns** mit Monika Entmayr und Reiner Kaminski im Hof Oberlethe, Wardenburg. Infos: www.liebeskultur.de, 04487.9204277.

19.+20.10. **Krafttierseminar: Wie Krafttiere unser Leben bereichern**, lerne dein pers. Krafttier kennen. Anm. u. Info: Sabine Chanuria Reinker, OL 3404830.

19.+20.10. **Seminar: Erwecke die Venus ... für Frauen** mit Ursel Newiger in mitas zeITräume, HB. Infos: 0421.84994288, www.mita-transzendenz.de.

22.10. **Luna Chi - Körperglück und Magie für Frauen**, zu den Quellen weibl. Kraft, 18 h, bitte anm. ISIS Tel. 0441.592328.

25.10. **Systemaufstellungen im Frauenkreis**, 18-22 Uhr, Katharinenstr. 12, Anm. Bärbel Zehnpfund, Heilpraktikerin, Tel. 0441. 2048845, www.heilpraxis-zehnpfund.de.

25.-27.10. **Seminar: Zauber der Weiblichkeit** mit Monika Entmayr im Hof Oberlethe, Wardenburg. Infos: www.liebeskultur.de, 04487.9204277.

25.-27.10. **Worksh.: Gemeinschaftsbildung n. Scott Peck** mit Sabine Bartscherer, Werner Ratering in Oldenburg. Infos: Gabriele Wundram, Tel.0441.504453.

26.10. um 12 Uhr: **Zauberei im Tiegel - Naturkosmetik** mit Michaela Schikorra. Info unter 04484.998951 oder www.pfeffer-und-minze.de.

26.10. **Seminar: Familienaufstellung und Energiearbeit** mit Sabine Reinker und Rita Schuh in Oldenburg. Infos: Tel. 0441. 3404830.

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

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

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

27.10. 18 - 19.30 Uhr, **Energie- tanz- Tänze mit Liebe, Lust u. Hingabe**, Anmeldung bitte an ISIS, Oldenburg, 0441.592328.

03.11. **Seminar: Tanz und Meditation** mit Doreen Tönjes im Sampoorna Yoga Zentrum, 11 bis 13 Uhr, Zeughausstr. 70, OL. Infos: www.doreentoenjes.de.

08.11. 19.30 - 21.30 Uhr, **Atma Shakti - unsere Selbstheilungskräfte und die Eigenmacht**, Anm. unter ISIS, 0441.592328.

09.11. um 10 Uhr: **Naturparfümduftende Kostbarkeiten selber machen** mit Holger Hilbert. Info unter 04484.998951.

09.11. **Systemaufstellungen**, 10-14 Uhr, Katharinenstr. 12, Anm. Bärbel Zehnpfund, Heilpraktikerin, Tel. 0441.2048845, www.heilpraxis-zehnpfund.de.

9. + 10.11. **Carogetica-Messe im Nordsee-Hotel Friesenhus**, Am Kurzentrum 12 in 26409 Carolinensiel, 11 - 17 Uhr, www.carogetica.info.

10.11. **Duo Auma – Obertonkonzert** mit Sigrud Bruckmeier und Reinhard Schimmelpfeng, 19:30 Uhr, Matthäuskirche Hundsmühlen/OL. Obertonseminar von 16 - 18 Uhr im Gemeindehaus. Anm. bei schimmelpfeng.reinhard@t-online.de oder 0421.75194, www.obertonmusik.com.

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

16.11. **Trainer, Lehrer, Prüfer, Kampfergericht, Lizenz-Seminar**. Anmeldung: Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.

17.11. **Kompakt/Prüfungsvorbereitungs-Lehrgang.. ATS, Capoeira, Kung Fu, Iaido, TDJ**. Anmeldung: Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.

22.-24.11. **Workshop: Biodanza - Krieger & Amazone** mit Dipl.-Psych. Antje Koolen & Helge Polzin im Tanzboden Grundstr. 3, HB. Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de.

23.11. **Trad. Tai Chi Chuan / Qi Gong und Selbstverteidigung**. Grundprüfung 8. Ausbildung H, Teil 1/3 nach § 20 SGB/V * § 284 Abs. Nr. 4 SGB V (Ziel: liz. Übungsleiter Prüf.: G). Anmeldung: Bushido Sport Schule, Tel. 0441.85726.

24.11. 18 - 19.30 Uhr, **Energie-tanz- Tänze mit Liebe, Lust u. Hingabe**, Anmeldung bitte an ISIS, Oldenburg, 0441.592328.

29.11.-1.12. **Seminar: Erwecken der Sinne** mit Monika Entmayer und Reiner Kaminski im Hof Oberlethe, Wardenburg. Infos: www.liebeskultur.de, 04487.9204277.

30.11.-1.12. **Seminar: Erwecke die Venus ... für Frauen** mit Ursel Newiger in mitas zeITräume, HB. Infos: 0421.84994288, www.mita-transzendenz.de.

01.12. **Seminar: Tanz und Meditation** mit Doreen Tönjes im Sampoorna Yoga Zentrum, 11 bis 13 Uhr, Zeughausstr. 70, OL. Infos: www.doreentoenjes.de.

07.12. **Workshop: Soul Motion – "Hingabe"** mit Edgar Spieker, 13 bis 18 Uhr im Sampoorna Yoga Zentrum, OL. Info: www.doreentoenjes.de od. www.edgarspieker.de.

07.-08.12. **Tierkommunikation-Kurs in Rastede**. Infos & Termine: www.tiercomm.de. Tel.: 04402.6969500.

08.12. **Para Vital Messe für Lebensfreude**, 11-18 Uhr, im PFL Oldenburg, Peterstr. 3. Eintritt 6,- €.

10.12. **Adventskonzerte - Musik für die neue Zeit**, mit Lex van Someren, 19 Uhr in der Glocke in Bremen. Info: www.someren.de.

13.12. 19.30 - 21.30 Uhr, **Atma Shakti - unsere Selbstheilungskräfte und die Eigenmacht**, Anm. unter ISIS, 0441.592328.

21.12. 16 - 18.30 Uhr, **schamanische Winter Sonnenwende - die Wiedergeburt des Lichts**, Anmeldung unter ISIS, 0441.592328.

29.12. 18 - 19.30 Uhr, **Energie-tanz- Tänze mit Liebe, Lust u. Hingabe**, Anmeldung bitte an ISIS, Oldenburg, 0441.592328.

3.-5.1.2014 **Workshop Biodanza-Shiva - Vishnu - Brahma** mit Dipl.-Psych. Antje Koolen & Helge Polzin im Seminarhaus Lichtblick bei Hude. Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de.

Termine mit freiem Eintritt

12.10. **Being Awake Vipassana Meditation**. Sitz- und Gehmeditation, im Rosenhaus, Sa 15-17 Uhr. Auch am 16.11. und 14.12. Florian Schwindt, 04407.709171.

26. + 27.10. **Sampoorna Yoga Zentrum feiert ein großes Yoga-fest**, jew. 10-19 Uhr mit Präsentationen/ Probestunden, Yogisch-vegetarischem Buffet und Musik & Meditation.

30.11. **Bioenergetische Informationscodierung/ nonverbale Hypnose**. Kostenl. Infovortrag in WHV, www.bioenergetische-hypnose.de.

Kleinanzeigen

Regelmäßige Termine

montags

„Sharing the Presence“ nach Thomas Hübl. Offene Inner-Science-Praxisgruppe. Jeden 1. Mo. im Monat, 19.30-22h. Bitte anm.: Ursula Schoenfelder, Tel. 0441.36145020.

dienstags

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

Die Zen-Gruppe Oldenburg trifft sich dienstags von 19 - 20:30 Uhr. Anmeldung: Detlef Busemann, 0176.12020552.

mittwochs

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

donnerstags

Hatha und Kundalini Yoga in angenehmer Gruppe und schönem Raum in Donnerschwee, Unterm Berg 15, Zeit: 19.30-21.00 Uhr, bei Dzenet Hodza, Dipl. Kunsttherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Kinesiologin und Yogalehrerin. Kontakt: 0441.7705936, www.praxis3in1.de.

Jobs

Erfahrene Legasthenie-Therapeutin für Kooperation in einem innovativen Lerncoaching-Konzept gesucht. Tel.: 0441. 9736160 oder bewerbung@lern-coaching.biz.

Ausbildung

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

Für jedes Alter: **Engl., Franz., Span., Dtsch.- alle Leistungsstufen. Klavierunterr.** ab Anf. -Classic u. free style. Zeichen- u. Malunterr.; therapist. Schreiben - private Memoiren u. Firmenportraits. Ihre qualifizierte u. preiswerte Lehrkraft erreichen Sie in OL, mobil: 0162.7545779.

Yoga Lehrerausbildung 2013-15: ab November 2013 an 14 Wochenenden die Grundlagen lernen, einen tieferen Zugang zu sich und zum Kundalini Yoga finden. Info: Dr. Anand Martina Seitz, AnandSeitz@aol.com, Tel. 04242.597169, www.Anand-Nivas.de, www.3HO.de, www.Kundalini-Yoga-Bremen.de.

8.-10.11. **Biodanza Ausbildung & Jahrestraining** mit Dipl.-Psych. Antje Koolen & Helge Polzin im Seminarhaus Lichtblick bei Hude. Infos: 0421.69219632, www.biodanza-bremen.de.

28. - 30. März 2014: **Geistheilerausbildung** mit Claudia Hempeler-Gödeke, Geistheilern und Physiotherapeutin, Algermissen, Tel. 05126.8107, www.geistheilung-luehnde.de.

Familienstellen lernen - profess. Ausbildung in 3 Modulen (Einzelarbeit, Gruppe, Vertiefung) ab Frühj. 13 m. Antje Jaruschewski & Eva-Maria Wunderlich. Info: SIO-Institut, www.sio-institut.de, T. 0441.9736194

Therapie

Die Berard Methode in Bad Zwischenahn! Herzlich willkommen an alle, die an Schlaflosigkeit oder Streßsymptomen leiden. Die Methode ist geeignet für Erwachsene und Kinder ab 4 Jahren. Ihre erste Beratung ist kostenlos. Gerne kommen wir auch zu Ihnen persönlich. Maya Gilmbay, berard.eu@gmail.com, 01573. 6330962.

Dies & Das

Englisch und Schwedisch – Privatunterricht bei Ihnen zuhause, in OL und Bad Zwischenahn. Maya Gilmbay, Tel. 01573. 6330962.

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

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

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

An- & Verkauf

Buchhandlung Plaggenborg: Großer Internetshop: www.buchhandlung-plaggenborg.de! Riesenauswahl an Büchern, CDs, DVDs, sogar Meditationskissen und Räucherstäbchen. Sorgfältig

ausgewählte Titel aus den Themengebieten: Gesundheit & Heilen, Bewusstes Leben & Spiritualität, Weisheit der Welt und Nachhaltigkeit & Neues Wirtschaften. Einfacher Bestellablauf, Lieferung ins Haus oder Abholung in der Lindenstr. 35, 26123 OL. Und natürlich alles auch telefonisch bestellbar: 0441.17543. Besuchen Sie uns doch mal! Auch auf Google+!

Räume & Wohnen

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

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

Bushido
Sportschule
Oldenburg



Melkbrink 13 • 26121 OL
Telefon: 0441.85726

Wilhelm13 - Lesungen

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

Konzerte:

Beginn jeweils 20 Uhr:

Do. 3. Okt. Newcomer Session mit der Uni-Jazz-Combo
Fr. 4. Okt. Old Friends - Jazz
Sa. 5. Okt. Jazz Smells
So. 6. Okt. Michael Van Merwyk meets Larry Garner
Sa. 12. Okt. Rob Lutes & Rob MacDonald (Folk aus Kanada)
Do. 17. Okt. Jazz-Session
Fr. 18. Okt. Oli Poppe Trio - Jazz
Sa. 19. Okt. West Coast 4 - Jazz
Do. 24. Okt. Uni-Dozentensession - Jazz
Sa. 26. Okt. Phischbacher Trio - Jazz
Mo. 28. Okt. Stowell & Friends - Jazz
Mi. 30. Okt. Les Brünettes - a capella
Do. 31. Okt. Arroganzallianz - Jazz
Fr. 1. Nov. Swing Kitchen feat. Katja Knaus - Jazz
Fr. 8. Nov. LAKSA - Jazz
Sa. 9. Nov. Etienne Legat - Musik-Kabarett
Fr. 15. Nov. Haunschild/Zolotov feat. Florian Poser - Jazz
Sa. 16. Nov. Ansgar Specht Orgel Trio - Jazz
Do. 21. Nov. Jazz-Session
Das besondere Konzert:
Fr. 22. Nov. Maria de Fatima Quintett - Latin-Jazz
Sa. 23. Nov. quintessence & friends - a capella
Sa. 30. Nov. Tin Tin Deo - Latin-Jazz

Do. 5. Dez. Newcomer Session
Mi. 11. Dez. Stick-to-Appleton X-mas Concert - Jazz
Fr. 13. Dez. Harface and the Heydays - Blues-Rock
Sa. 14. Dez. Broom Bezzums - Weihnachtl. Folk-Konzert
So. 15. Dez. Rufus Dipper - Cinema Jazz
Do. 19. Dez. Jazz-Session
Fr. 20. Dez. Jo's Jul Club

Wilhelm13 - Lesungen

Lesungen

Beginn jeweils 20 Uhr:

So. 20. Okt., 11:00 LiteraTour Nord / Abbas Khider: „Brief in die Auberginenrepublik“
Mi. 23. Okt. Georg Klein: „Die Zukunft des Mars“
Fr. 25. Okt. Fremde Federn - Poetry Slam
Di. 29. Okt. Alban Nikolai Herbst: „Argo. Anderswelt III“
Di. 5. Nov. Artur Becker: „Vom Aufgang der Sonne bis zu ihrem Niedergang“
So. 10. Nov., 11:00 LiteraTour Nord / Ralph Dutli: „Soutines letzte Fahrt“
Mi. 20. Nov. Lesebühne Metrophobia: Poesie und Partyhütchen
So. 1. Dez., 11:00 LiteraTour Nord / Clemens Meyer: „Im Stein“
Fr. 6. Dez. LitBuero: Fremde Federn - Poetry Slam



Sampoorna Yoga Zentrum Oldenburg

ZEUGHAUSSTR. 70
26. / 27. OKTOBER 2013 10 – 19 UHR
SCHAUEN SIE EINFACH MAL REIN!



Kurse von den Krankenkassen unterstützt!

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

Weitere Informationen finden Sie Seite 15 in diesem Heft