

kostenlos

Nr. 321 • Juni 2016

Bewusst Sein

PROGRAMM & FORUM + VERANSTALTUNGSKALENDER

dieses Heft wurde
überreicht durch:

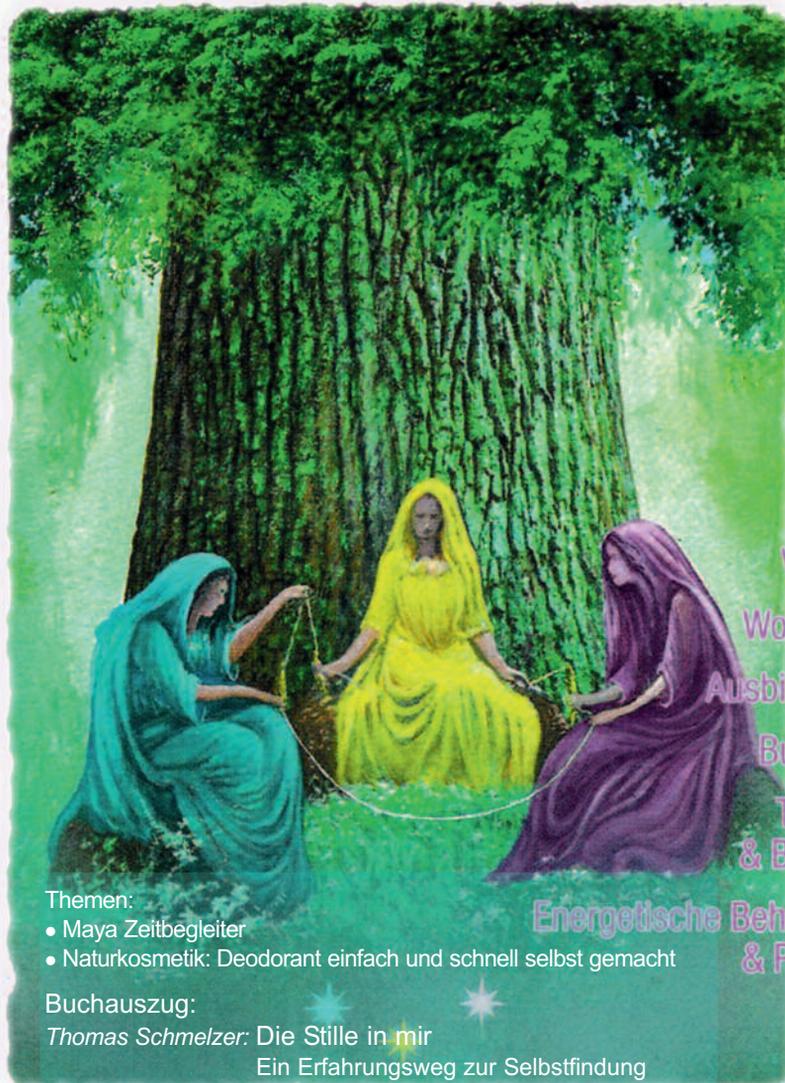


Abb. „Magische Drei“ von Petra Arndt, aus „Zauber der Naturreiche“, © 2015, Schinner Verlag Darmstadt
ISBN 978-3-8434-9067-2

Themen:

- Maya Zeitbegleiter
- Naturkosmetik: Deodorant einfach und schnell selbst gemacht

Buchauszug:

Thomas Schmelzer: Die Stille in mir

Ein Erfahrungsweg zur Selbstfindung

Vorträge
Workshops
Ausbildungen
Buchtipps
Therapie
& Beratung
Energetische Behandlung
& Produkte

www.bewusst-sein.net

Abs.: W.A.f.M., Postfach 36, 1042 Wien
P.b.b. GZ 02Z031507 M

Tantra-Info

Freier Eintritt!

Was du immer schon...

...über Tantra wissen wolltest, aber bisher niemand Kompetenten fragen konntest: Hier kommt deine Gelegenheit! Impulsvortrag mit ausgiebiger Fragestunde, bei Tee & Keksen.

16.6. + 11.9., Wien

Schnuppertag

Mini-Seminar zum Einsteigen

Weil Tantra dich neugierig macht – und das sollte es –, und weil es Befürchtungen weckt... und das braucht es nicht!

18.9., Wien + Linz
25.9., Kassel

Jump 4 Joy

Voll abtanzen: Pure Freude!

Einen Abend lang sprühen, lachen, sich spüren, plaudern, Bewegung genießen – unter Freunden, bei zündender Musik!

28.6. + 26.7. 16, Wien

www.namaste.at

8sam statt 1sam

Näherkommen. Jetzt.

Endlich wissen, wie das funktioniert, auf jemanden zuzugehen, gesehen zu werden, Vertrauen zu genießen...

Was du hier lernst, wirst du täglich anwenden wollen. Worauf also warten?

17.-19.6. 16, OÖ

Atem, Energie & Co.

Tantra-Basisseminar

Jetzt geht's richtig los! Die Tantra-Basics liefern dir: Feueratem lernen, dein persönliches Kraftwerk ankurbeln, neue Freundschaften, erdige Spiritualität, alltagstaugliches Werkzeug, kurz - Schwere raus, Lebenslust rein. Der Sommer deines Lebens!

6.-10.8. 16, Niederbayern

www.tantra.at

Männersache 1

Freu(n)de finden.

Zum Wesentlichen kommen.

Worauf kommt's an bei einem Mann?

Wie bekomme ich den Durchblick, um mit mir selbst (und mit Frauen) gut zurechtkommen? Lass es dich hier herausfinden!

2.-5.6. 16, OÖ

Sinnesfreuden

Tantra 101 - fein & kompakt

Achtsamkeit + Entspannung + Humor. So macht das Leben Sinn - und Freude!

29.9.-2.10. 16, OÖ

Paar-Weise 1

3teiliger Zyklus für Paare

Teil 1: Liebe, die hält

Glückliche Beziehungen fallen nicht vom Himmel. Was braucht es, damit eure Liebe hält?

Jeder Block auch einzeln buchbar!

18.-20. 11. 16, OÖ

www.aufstellungsarbeit.at



Dr. Amrit Fuchs, Mag. Helena Krivan

- Professionell. Persönlich. Kompetent.
- 19 Jahre Zuverlässigkeit und sprühende Kreativität
- Begleitung mit Herz, Hirn und Humor

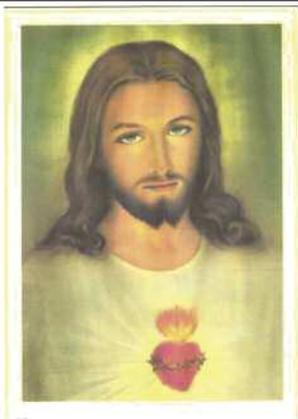


INSTITUT
Namasté
Hier geht's weiter!

Mehr als 30 Veranstaltungen –
Newsletter und Programm anfordern!

namaste@gmx.at
+43-1/ 419 76 88-0





**Tiefbenedet und darf mit Gottes Kraft
heilen**

Heilerin Irene Jungreithmaier
Kallham Nr. 125, 4720 Neumarkt/H.
Bezirk Grieskirchen, Oberösterreich
Tel.: 0660 – 768 40 08 – Österreich

Heilungen finden auch aus der Ferne statt.
Dankesbriefe von Geheilten lesen Sie unter
www.christuskraft.at

Christian Meyer

**Aufwachen
Erleuchtung
Du Selbst sein**

*Die Erfahrung
von Liebe, Glück
und Lebendigkeit*



Sommer-Retreats

Retreat I – So 17.–Sa 30. Juli
Retreat II – So 14.–Sa 27. August
Gut Froberg bei Meißen/Dresden



www.zeitundraum.org/sommerretreat

Tantra

ist Lebensfreude



Mit Zafer E. Feichtner & Roswitha Sirninger

- M -

Mi., 15. Juni (18.00) bis So., 19. Juni
Die Tantra-Männergruppe 2016
Eine "Initiationsreise" ins Herz des Mannes

Wasser-Tantra

So., 10. Juli (18.00) bis Fr., 15. Juli '16
Aufbautraining I. für Einzelne und Paare
Sommergruppe in Bad Waltersdorf

Geschmack von Tantra

Fr., 7. Okt. (14.00) bis So., 9. Okt. '16
Die Tantra-Einführungs-Gruppe !
Gute Erfahrung für EinsteigerInnen: Singles und Paare

Tantrisches Rendezvous im Herbst

Mi., 7. Dez. (19.00) bis So., 11. Dez. '16 (Maria Empf.)
Paar-Training Teil 1

Information und Anmeldung:

Verein Lichtung
Uttenhofweg 1 ♦ A-3386 Wimpassing

 **02749 / 2594 ♦ Fax 02749/4353**

E-Mail: office@tantra.or.at

Internet: www.tantra.or.at

BÜCHER

Neues, Interessantes...

Michael Altenhofer

Auf den Punkt

52 Lösungen zu
alltäglichen Problemen

Goldegg Verlag

ISBN 978-3-903090-25-5 - 116 Seiten

€A 14,95 / €D 14,95

Was uns tag täglich unter Druck setzt, sind meist nicht die großen Probleme, sondern die kleinen. Wobei die kleinen Probleme auf Dauer zu großen anwachsen können. Viele der alltäglichen Stresssituationen lassen sich aber leicht lösen, wenn man sie aus einer anderen Perspektive betrachtet. Der Coach, Autor und Krone-Kolumnist Michael Altenhofer gibt in diesem Buch Impulse zur Lösung von typischen Problem- bzw. Stresssituationen, die uns im täglichen Leben begegnen. Und mit der Bezeichnung „Problem und Stress“ sind wir schon bei einem der Probleme, nämlich dass das Problem manchmal nur in unserer Wahrnehmung entsteht. Dass wir also eine Situation von vornherein beurteilen oder der Meinung, der Reaktion, eines anderen Menschen eine größere Bedeutung zumessen als ihr/ihm zusteht. Der Autor führt in 52 verständlich zu lesenden Kapiteln durch typische Problemsituationen, wie die Angst vor Zurückweisung oder Kritik, und rückt sozusagen einmal die Wahrnehmung zurecht, um danach Vorschläge für eine gesündere, lebensbejahendere Sicht der Dinge zu vermitteln.



Sandra Ingerman, Lynn Roberts

Der Weisheit der Natur lauschen

Wie uns Bäume, Pflanzen und Tiere
in unsere innerste Kraft führen

Verlag Ansata

ISBN 978-3-7787-7515-8 - 384 Seiten.

€A 20,60 / €D 19,99

Unsere Verbundenheit mit der Natur neu entdecken – der schamanische Weg, der auch dem modernen Menschen offen steht. Die Natur besitzt eine mystische Seele. Wenn wir unser Herz und unsere Sinne für sie öffnen und uns voll und ganz in sie versenken, erhalten wir Zugang zur uralten Weisheit der Tiere, Bäume sowie Pflanzen und können ihre kreative Kraft in unser Leben holen. In diesem Buch präsentieren zwei der erfahrensten Schamaninnen unserer Zeit ebenso einfache wie wirkungsvolle Techniken. Schritt für Schritt wird es möglich, mit den Geistern der Natur zu kommunizieren, die Mitgefühl und Liebe für alle Wesen empfinden. Durch die Verbindung mit den elementaren Urkräften finden wir wieder in unser natürliches Gleichgewicht, erhalten Unterstützung auf unserem Lebensweg und erfahren Heilung für uns selbst, unsere Mitmenschen und die Erde. Die beiden Autorinnen vermitteln einen zutiefst weiblichen, intuitiven Weg der Kommunikation mit den Wesen der Natur und auch das Buch selbst ist so, in der Kommunikation mit diesen, entstanden. Einen ebensolchen Zugang kann man zu diesem Buch wählen, indem man die Reihenfolge der Kapitel beim Lesen am besten einfach intuitiv auswählt.



Institut für
Achtsamkeit

MBSR

Weiterbildung

zur/zum MBSR Lehrerin

Schweiz / im Lassalle- Haus,
Bad Schönbrunn
Start: November 2016

Österreich / Wien
Orientierungstag:
4. Dezember 2016
Start: Januar 2017

MBCL

Mitfühlend leben,
Grundlagenseminar

4. - 6. September 2016 im
Lassalle-Haus (Schweiz)

16. - 18. September 2016 in
Horn-Bad Meinberg (NRW)

institut-fuer-achtsamkeit.de

Institut für Achtsamkeit

+49(0)172-2186681

Fax: +49(0)212-52083799

info@institut-fuer-achtsamkeit.de

**Zuckerfrei. Rauchfrei.
Alkoholfrei.
Endlich suchtfrei leben!**

Amir Weiss, Begründer der Weiss-Methode



Weiss Institut
Natürlich suchtfrei

Die Weiss-Methode hilft Menschen erfolgreich dabei, sich einfach und wirkungsvoll von der Sucht nach Zucker, Weizen, Rauchen und Alkohol sowie von Heißhungerattacken zu befreien. Und das auf rein bioenergetische Weise, ohne Medikamente, Hypnose und Nadeln.

Erfolgreich dank der Weiss-Methode

35 Jahre lang starker Raucher – bereits nach einer Stunde war ich rauchfrei. *H. Klauzner, Innsbruck*

Über 365 Tage ohne Zucker – ich kann es kaum glauben und bin der glücklichste Mensch. *Ingeborg B. Weilerswist*

Behandlungstage in Wien:

17.7., 25.9.2016

Aktuelle TV-Sendung auf YouTube:

„Erfolgreich alkoholfrei mit der Weiss-Methode“

Seminar

„Die feinstofflichen Welten“
15./16.10.2016 in München

Rufen Sie uns an:

+49 – 9676 – 9230 14

www.weiss-institut.de
suchtfrei@weiss-institut.de

INTERNATIONALE AKADEMIE FÜR
WISSENSCHAFTLICHE GEISTHEILUNG



Spirituelle
Heilung



Einzelsitzungen

mit Bettina Maria Haller und Christos Drossinakis

Über Christos Drossinakis

Die Heilbegabung und außersinnlichen Fähigkeiten zeigten sich bei Christos Drossinakis schon in frühester Kindheit. Gott wirkt durch Christos seit seinem vierten Lebensjahr. Für „Austherapierte“ gilt er weltweit als letzte Hoffnung. Für seine Verdienste um die Erforschung Geistigen Heilens wurde Christos Drossinakis 2005 vom Russischen Gesundheitsministerium als erster westlicher Heiler mit dem renommierten ENIOM-Preis ausgezeichnet. Mehr Informationen im Internet unter www.heilerschule-drossinakis.de

**Geistheilungssitzungen mit Christos am
11. - 13. Juni 2016**

Über Bettina Maria Haller

Spirituelle Heilung ist meine Berufung und meine Leidenschaft. Gerne helfe ich dir durch Energieübertragung deine Selbstheilungskräfte zu aktivieren, und dir eine andere Sichtweise deines Lebens durch ein Reading zu geben, damit du das Leben wieder genießen kannst.

Mehr Informationen und Terminvereinbarung für Fern- und Direktheilung im Internet unter www.bettina-maria-haller.at

**Spirituelle Heilung und Reading mit
Bettina am Freitag, den 10. Juni um 19 Uhr**

Anmeldungen für Christos und Bettina bitte per Telefon oder SMS an +43 (0) 664 460 7654

Veranstaltungsort: IZWG, Hauptplatz 44, 2293 Marchegg

Angelika Gulder

Der Seelen-Navigator

In 7 Schritten zu deinem wahren Lebensplan

Verlag Arkana

ISBN 978-3-442-34202-0 - 240 Seiten

€A 18,50 / €D 17,99

Warum bin ich auf dieser Welt? Was ist der Sinn meines Lebens? Warum bin ich so, wie ich bin? Wie finde ich Glück und Erfüllung? Gibt es Antworten auf diese essenziellen Fragen? Ja, denn jeder von uns trägt eine Art Seelen-Landkarte in sich, die ihm genau sagt, warum er lebt und was seine Aufgabe auf der Erde ist. Doch wie kann man diese Karte lesen? Angelika Gulder hat dafür den Seelen-Navigator entwickelt. Mit diesem tiefenpsychologischen, intuitiven und in der Praxis tausendfach erprobten System, kann jeder herausfinden, was seine wahre Berufung ist und in sieben Schritten den Plan seiner Seele entschlüsseln. Dabei helfen Übungen zu den persönlichen Archetypen, den Lernaufgaben der Seele sowie Seelenreisen und Meditationen für den Kontakt zur geistigen Führung. Am Ende entsteht ein Übersichtsbild, das Fragen nach dem Sinn sowie der idealen Richtung im Leben umfassend beantwortet und für kommende Lebensentscheidungen als Leitschnur dienen kann. Das neue Buch der renommierten Psychologin und Coach bietet konkrete Werkzeuge zum Verstehen der Lebenszusammenhänge, zum Erkennen des wahren Selbst und zur zukünftigen Lebensorientierung.



Lothar Abicht

Unsichtbare Revolutionäre und stille Gewinner

Wie die junge Generation die Welt verändert und Generation 50plus gewinnt

Goldegg Verlag

ISBN 978-3-903090-37-8 - 264 Seiten

€A 22,- / €D 22,-

Wenn auch der Dimensionssprung, der in spirituellen Kreisen für die Jahrtausendwende bzw. für 2012 vorausgesagt wurde, bislang ausgelassen ist, in Gesellschaft und Arbeitswelt passiert er gerade. Die aufeinanderfolgenden Generationen haben heute einen sehr unterschiedlichen Zugang zum Leben, zur Definition von Lebensqualität und akzeptablem Arbeitsumfeld. Im Besonderen prallen hier zwei Generationen aufeinander: Die beruflich noch aktiven Geburtsjahrgänge zwischen Mitte der 50er- bis Mitte der 60er-Jahre, der Autor nennt sie die „Babyboomer“, treffen auf die Generation Y, die nach 1980 Geborenen. Leistungsorientierte Pflichtmenschen treffen also auf sinn-suchende Selbstoptimierer. Der Autor, Geschäftsführer des Inst. für Strukturpolitik und Wirtschaftsförderung in Halle (D), analysiert die Konsequenzen des immer rasanter werdenden Umbruchs unserer Gesellschaft (durch Digitalisierung, Zuwanderung und unterschiedliche Lebenskonzepte) auf die Arbeitswelt. Eine krisengeschüttelte unsichere Zeit, die jedoch auch Chancen für jene beinhaltet, die bereit sind sich darauf einzulassen. Das Buch bezieht sich bei wirtschaftlichen Zahlen auf Deutschland, das allgemein gezeichnete Szenario ist aber für Österreich ebenso gültig.



Unsere aktuelle Coverabbildung

„Magische Drei“

stammt aus dem Kartendeck

Zauber

der Naturreiche

Naturwesen – wie sie uns behüten und beschützen

Von Jeanne Ruland

mit Bildern von Petra Arndt.

Schirner Verlag

ISBN 978-3-8434-9067-2

50 Karten + Begleitbuch 142 Seiten

€A 20,60 €D 19,95-



Sensible Menschen fühlen ganz klar, dass die Natur beseelt ist. Hellsichtige Menschen haben diese Wesen immer schon wahrgenommen und so berichten mythologische Überlieferungen ebenso wie Märchen von Elfen, Feen, Nixen, Kobolden, Riesen und vielen mehr. Das Kartendeck „Zauber der Naturreiche“ hat 50 dieser Wesen bzw. Energien in seinen Bildern künstlerisch eingefangen. Auch wenn die Handschrift bzw. der Pinselstrich der Künstlerin in allen Bildern erkennbar ist, unterscheiden sie sich je nach Energie. So erinnern Karten wie „Wichtel“ tatsächlich an die Darstellungen in Märchenbüchern, während andere Bilder sehr feingezeichnete mediale Lichtschwingungen darstellen. Auf jeder Karte befindet sich auch ein Text – die Essenz, die Botschaft des jeweiligen Wesen. Diese Botschaften werden im Begleitbuch ausgeführt, also die Bedeutung dieser Energie, Hintergrundinformation und Affirmation. Im allgemeinen Teil des Buches finden sich Empfehlungen zu interessanten Legetechniken die kombiniert mit einem intuitiven Eintauchen in die Karten wirklich inspirierend sind.

Der Lebensratgeber für alle medial begabten Menschen



Eva-Maria Mora
Medium zwischen Himmel und Erde
256 Seiten • € 18,50 [A]
ISBN 978-3-7787-7516-5

Jeder Mensch besitzt die Fähigkeit, mit der geistigen Welt zu kommunizieren. Doch wie können wir diese Begabung im Alltag nutzen, ohne die nötige Bodenhaftung zu verlieren? Mit der liebevollen Anleitung von Eva-Maria Mora wird es möglich, die eigenen medialen Kräfte zu entdecken und sie gezielt für eine bewusste, harmonische Lebensgestaltung einzusetzen.

Ansata
ansata-verlag.de



Byron Katie in Wien

Raus aus dem Gedanken- karussell mit The Work

Lerne „The Work“ und ihre Begründerin, Byron Katie, bei einem Tageworkshop kennen.

„The Work“ ist ein einfacher und effektiver Prozess, stressvolle oder einschränkende Gedanken und Überzeugungen zu identifizieren, diese zu hinterfragen, von verschiedenen Perspektiven zu betrachten und sich dann von ihnen zu befreien.

Das führt zu mehr Klarheit und öffnet den Blickwinkel für Möglichkeiten, statt sich durch vorgefasste Meinungen selbst zu begrenzen.

16. Juli 2016, 9h30 - 17h30
Congress Center
Messe Wien



Infos und Anmeldung:
Turn It Around Institut
www.turnitaround.at
office@turnitaround.at

Thomas Schmelzer

Die Stille in mir

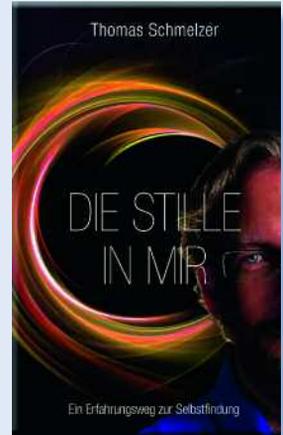
Ein Erfahrungsweg zur Selbstfindung

EchnAton Verlag

ISBN 978-3-937883-76-2

240 Seiten

€A 18,50 / €D 17,95



Thomas Schmelzer, Gründer des Webportals MYSTICA.TV, beschäftigt sich seit über zwanzig Jahren mit ganzheitlichen Themen. Angesichts einer Krebserkrankung in jungen Jahren begann seine intensive Suche und Begegnung mit spirituellen Themen. Seine berufliche Karriere begann als Schauspieler, er leitete Talk-Veranstaltungsreihen und arbeitete als Moderator und Redakteur. In seinem aktuellen beruflichen Schaffen als Autor und mit der Inszenierung von Filmen und Dokumentationen über ganzheitliche Themen, in welchen er auch selbst als Interviewer bzw. Protagonist auftritt, fließen all diese Schwerpunkte synergetisch zusammen.

Mit „Die Stille in mir“ erzählt Thomas Schmelzer seinen ganz persönlichen Weg zu seiner Bewusstwerdung und damit zu sich selbst. Er begegnete auf diesem Weg zahlreichen Heilern, Gurus, Mental- und Meditationstechniken und vielem mehr, was diese Szene zu bieten hat. Dabei geht es dem Autor keinesfalls um eine Anleitung für seine Leser, vielmehr darum, zu vermitteln, wie die manchmal leisen Impulse der Seele wahrgenommen werden können und so der individuelle, einzigartige Lebensweg beschritten, die seelische Berufung erkannt werden kann.

WUNSCH nach WENDEZEIT

„Schopenhauers Spruch:

‘Ein Mensch kann zwar tun, was er will, aber nicht Wollen, was er will’, hat mich seit meiner Jugend lebendig erfüllt und ist mir beim Anblick und bei den Härten des Lebens immer ein Trost gewesen und unerschöpfliche Quelle der Toleranz“

Albert Einstein

Wunschkabnett

Nehmen wir an, ich hätte jeden meiner zielgerichteten Gedanken verwirklichen kön-

nen, wie es von manchen Wunschgurus als die bedeutendste zu erwerbende Fähigkeit der Selbstverwirklichung propagiert wird - wo stünde ich heute?

Nun, ich hätte mehrere Zimmer mit hohen Regalen voller VHS-Kassetten, weil ich alle interessanten Kinofilme zu Hause haben wollte - die ich mir jetzt natürlich nicht mehr ansehen würde im Zeitalter von DVD, Blu-ray und Streaming.

Ich wäre ein finanziell erfolgreicher Serien-darsteller - obgleich traurig im Herzen, da die Sehnsucht längst woanders wäre. Ich wäre berühmt, stünde ständig im Licht der Öffentlichkeit und hätte gar nicht mehr die Ruhe und Zeit, meine philosophisch-spirituellen Studien zu betreiben.

Ich hätte eine wunderhübsche Freundin, die immer nur den tollsten Sex mit mir treiben wollte. Was mich völlig überfordern würde...

Gut also, dass ich noch nicht wirklich manifestieren konnte. Und dennoch kreieren wir vermutlich unentwegt - unbewusst. Denn jede Angst, jedes Gefühl, verbunden mit einem Wunsch, lässt etwas geschehen.

Ander Wünsche aber gingen in Erfüllung. Seit ich im Fernsehen und auf Kongressen Moderatoren erlebte, wollte ich das auch machen. Seit ich spirituelle Interviews im Fernsehen sah, wollte ich diese auch erleben.

Was also war der Unterschied? Warum erfüllten sich die einen Wünsche spielend und andere nicht?

Vom Bestellen und Fließenlassen

Trotz mancher Versprechen sind wir doch nicht Herren und Damen unseres Schicksals. Denn das Leben ist größer und Weiser, als wir es uns je ausdenken können. Dennoch sind die wohlklingenden Manifestationsformeln immer wieder erfolgreich - siehe die Positiv-Denken-Philosophie der 1980er, die Wunsch- und Bestellkatalogmethoden a la Bärbel Mohr und Pierre Franckhoder von *The Secret*.

Es klingt ja auch verführerisch: Wir können unsere Welt, unseren Wohlstand kreieren, wenn wir die »Gesetze des Universums« verstanden haben. Ich nenne das Halbwahrheiten f ein Teil davon ist unzweifelhaft richtig, der andere aber simplifiziert korrekte Erkenntnisse in eine überzogene Allmachtsfantasie.

Sehr beliebt ist die Parkplatzbestellung. Einen solchen wünscht man sich mithilfe eines Engels und des Universums und manchmal funktioniert das auch. Ob allerdings tatsächlich eine göttliche Wesenheit oder der Zufall geholfen hat, ist schwer herauszufinden. Im Großen - Beruf, Partnersuche, Gesundheit - ist die Erfolgsquote erheblich geringer.

Mit jener Philosophie werden vor allem Menschen erreicht, die gerade beginnen, sich mit spirituellen Themen zu beschäftigen, Sie erkennen, dass Gedanken und Gefühle mehr bewirken, als ihnen bisher bewusst war. Und es stimmt ja auch:

Gedanken beeinflussen die Gesundheit, die Umwelt, das eigene Wohlbefinden, So gehen auch viele seriöse Therapien in diese Richtung, indem sie helfen zu erkennen, Worüber der Mensch bewusst und unbewusst denkt und fühlt. Spirituelle Bewusstseinschulen gehen tiefer, helfen, die Ursachen, aber auch die Relativität der Gedanken und Gefühle bewusst zu machen und positiv zu verändern.

Gute Gedanken haben eine gute Wirkung. Die Schattenseite davon ist: der Schatten. Also Ängste und Gedanken, die zu uns gehören, die wir aber nicht sehen wollen. Deshalb betrachtet es die Psychotherapie als wichtig, sich zunächst dieser Schattenanteile bewusst zu werden, sie zu integrieren. Erst dann ist ein wirklich ganzheitliches Denken möglich. Andernfalls schlägt irgendwann das Pendel um und es manifestiert sich das Verdrängte.

Beispiel: Wenn Sie sich tatsächlich vornehmen, nur gute Gedanken zu denken, sich mit Licht zu umhüllen und den ganzen Tag in Freude zu sein - wunderbar. Wenn Sie aber gleichzeitig alle unangenehmen Gefühle wie Verlustangst, Angst vor dem Tod oder Wut auf einen ungerechten Chef verdrängen, geht das nur eine Weile gut.

Erstaunlich oft fühlen sich spirituell interessierte Menschen von anderen, ungunstigen Energien oder konkreten Personen verfolgt, ja regelrecht 'besetzt'. So etwas mag in Ausnahmefällen zutreffen, aber meist, wie Psychologen bestätigen, sind es die abgespaltenen Anteile eigener Wut, die derjenige als von außen einströmend empfindet, weil er sich selbst längst jenseits dieser niedrig schwingenden Energien empfindet. Nimmt er solche wahr, projiziert er sie auf andere - eine andere Erklärung gibt sein neues Lichtarbeiter-Weltbild nicht her...

Ich glaube an eine Entwicklung unserer Seele über viele Leben hinweg. Sie sucht Erfahrungen, um letztlich in jene Liebe einzukehren, aus der sie gekommen ist.

Die Persönlichkeit, unser Wachbewusstsein, ist nur ein Teil des Ganzen. Sie wird sich erst im Laufe vieler Leben allmählich des höheren Selbst und des göttlichen Planes bewusster.

Das Leben geschieht auf(mindestens) zwei Ebenen: einerseits auf der der Seele, des höheren Selbst, das uns zu bestimmten Erfahrungen, Begegnungen, Erkenntnissen führt - und andererseits auf der Ebene der ganz normalen irdischen Persönlichkeit, die diese Zeichen erkennen und annehmen kann oder eben nicht. Letztlich ist es egal, wann und wo wir Erleuchtung erlangen oder in Gott eingehen: Eines Tages wird es uns allen ohnehin widerfahren.

Woher ich das weiß? Nun, ich würde es als Herzenswissen beschreiben, aber auch als die derzeit für mich sinnvollste und stimmigste Arbeitshypothese auf das Leben selbst, die uns zu einer positiven Lebenshaltung führt.

Es gibt vielleicht noch eine dritte Ebene: Bewusstsein selbst. Es lebt durch diesen Körper und ist doch unabhängig davon. Es kann im ICH BIN erspürt werden und war die Ebene, in der ich mich während der zweiten Geburt befand. Dazu später mehr...

Unzweifelhaft funktioniert Manifestation tatsächlich. Und die Technik zu kennen, ist nicht verkehrt:

- Sich das Ergebnis mit allen Sinnen vorstellen, als wäre es schon da.
- Es fühlen, sich darüber freuen.
- Sich mit positiven Affirmationen motivieren.
- Dankbar sein für das quasi schon eingetroffene Ergebnis.

Auch ich habe das ausprobiert. SO arbeitete ich eine gewisse Zeit in einem spirituellen Buchladen und wünschte mir eine Veränderung. Gerne wollte ich es als Redakteur einer Zeitschrift probieren, vielleicht sogar als Leiter. Erfahrungen durch MYSTICA TV, das ich im Begriff war aufzubauen, hatte ich ja schon.

Ich ging ins Herz und fragte mich:
Ist dieser Wunsch stimmig?
Fühlt sich das gut an?

Ich entspannte mich, beruhigte die Gedanken, lauschte in mich hinein. Ja, es fühlte sich gut, leicht und freudvoll an.

Da im Moment kein Kunde im Laden war, setzte ich das Ganze gleich mal um: Ich marschierte durch die Gänge und stellte mir vor, wie ich als Redaktionsleiter recherchierte, schrieb, mit Kollegen sprach. Ich erzählte mir und imaginären Zuhörern, dass ich überaus glücklich und erfüllt sei, mich nun als Redakteur den ganzen Tag meinen Lieblingsthemen widmen zu können, und wie erfüllend es sei, mit interessanten Autoren und Experten zu tun zu haben. Ich stellte mir die erfreuten Gesichter meiner Freunde vor und war dankbar.

Eine Woche später kam ein Angebot von raum&zeit! Redaktionsleiter bin ich zwar nicht geworden, aber Leiter einzelner Themenbereiche - zu dieser Zeit eine adäquate Umsetzung meines Wunsches, denn eine tatsächliche Leitung hatte mich überfordert.

Seien Sie also bedacht, was Sie sich wünschen, es könnte Wirklichkeit werden! Ganz pauschal zu bleiben, scheint mir da die beste Herangehensweise. Ein schönes Beispiel gibt es von Bärbel Mohr, die mit ihrem Buch *Bestellungen beim Universum* den Boom ins Rollen brachte. Sie hatte sich einmal einen Partner gewünscht, der bestimmte, ganz spezielle Eigenschaften haben sollte. Die hatte er dann auch - aber darüber hinaus andere, die so gar nicht in die Partnerschaft passten.

Beim nächsten Mal ging Bärbel anders vor: Jetzt wünschte sie sich einfach den Partner, der ideal zu ihr passen sollte. Auch das geschah. Diesmal war es der wunderbare Manfred Mohr, der heute dieses Wissen weiter verbreitet.

Sie wissen es vielleicht: Bärbel Mohr, DIE Erfolgsautorin zum Thema, verstarb überraschend früh. Das rief sofort die Kritiker auf den Plan: Wenn selbst sie sich nicht mit ihren Formeln und Methoden helfen konnte, was waren diese dann noch wert?

Ich hatte sie kennengelernt: Ein wirklich liebevoller Mensch, der einfach nur helfen und aufklären wollte, gar nicht so gern selbst auf der Bühne stand. Vielleicht war einfach ihre Seelenaufgabe erfüllt - wir werden es nie wissen und sollten nicht versuchen, mit unseren neu gelernten Wissensbausteinen sofort die ganze Welt zu erklären.



Kalender

Vorträge, Meditation,
Filme, Informationen

TAGESVERANSTALTUNGEN

Teilnahme kostenlos bzw. bis max. € 20,-

Eintragung: *gratis*

Färblich hinterlegte Termine sind bezahlte Einträge
Infos und Preise zum Kalender:

<http://kalender.bewusst-sein.net>

Kalenderinfo bitte **NUR online eintragen** über
<http://login.bewusst-sein.net>

Login-Zugangsdaten können online unter
www.bewusst-sein.net/datenbank/adress_eingabe_3.php
kostenfrei beantragt werden

Wien

(für Wien-Umgebung; siehe "NÖ")

☺ = für Eltern / Kinder / Jugendliche)

● = Eintritt frei

täglich

- **Rückführung in frühere Leben** - Rückführungen, Altersregressionen, Schnupperstunde. Zeit: 17h-18h, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Brigittenufer-lande 48a, 1200; 0650-9116373;
- **Kundalini Yoga Therapie** - Verbessere Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude. Zeit: 10h-11h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Ohmannsgasse 16/2/4, 1190; 0699-123 848 22;
- **Yoga Level 1 oder 2; 60 od 90 Minuten** - für Praktizierende und Anfänger: Körperübungen, Tiefenentspannung. Zeit: 17h30-18h30, Beitrag: € 12.5; Am Spitz 16/14, 1210; 0681-101 273 81;
- ☺ **Mama-Baby-Yoga** - Ein idealer Einstieg & wertvolle Begleitung für Mama und Baby :o); Zeit: 10h-11h30, Beitrag: € 15,- (zusätzliche Erm.f.Mitgl.); Liechtensteinstraße 10A, 1090;
- **Kabb. Tarotstunde in kleiner Runde** - Für Anfänger und Fortgeschrittene ! ; Zeit: 17h-18h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Bruennerstr. 34 - 38/15/9, 1210; 01-2708673;
- **Medium - Botschaften weiterleiten** - Persönliche Lebensfragen werden begleitend beantwortet. Zeit: 18h-19h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Dankwartgasse 4, 1150; 0699-19072558;

Montags

- **Tai Chi Training** - Chen Stil Tai Chi Schnupperstunde jeden Montag; Zeit: 17h45-19h15, Eintritt frei; Walgergasse 16, 1040; 664-7866745;
- **Pilates Basic** - Verleiht ihrem Körper mehr Balance u Beweglichkeit u eine erhöhte Körperwahrnehmung. Für jedes Alter; Zeit: 9h-10h30, Beitrag: € 14,-; Donaufferderstrasse 203, 1220;
- **Qigong Yangsheng** - Offene Gruppe mit L. Holovics an Schultagen; (TS Schule). Einstieg jederzeit; Zeit: 19h-20h45, Beitrag: € 10,-; Börsegasse 5, 1010;
- **Latin Percussion** - Trommelkurs für Anfänger; Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 14,-; Schmalzhofg. 8/15, 1060; 01-524 55 58;
- **Biodanza** - Tanz der Lebensfreude. Bewegung, Begegnung, Entspannung. Offene Gruppe. Zeit: 20h-22h, Beitrag: € 17,-; Neubaug. 44, 1070; 0699-12388463;
- **Qi Gong für Schwangere** - entspannt Körper und Geist. Zeit: 11h-12h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 12,-; Gumpendorferstr. 22, 1060; 0650/-957 96 97;
- **Hatha-Yoga** - Körperkräftigung, Flexibilität, Entspannung. Neueinstieg jederzeit möglich. Zeit: 9h30-11h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 14,-; Meiselstraße 66, 1140; 0699-19423519;
- **Oneness Deeksha Abend** - für Bewusstseinsweiterung und Erwachen; Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,-; Ketzergasse 75, 1230; 0664-233 34 33;
- **Pilates kennenlernen** - Offene Stunde f. alle Neugierigen. Zeit: 17h15-18h15, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,-; Göschlg. 12, 1030; 0676-9712979;
- **Nia - getanzte Selbsterfahrung** - mit Hilfe der Musik zu Persönlichkeitswachstum durch Selbstwahrnehmung. Zeit: 19h-20h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 14,-; Kremsberg. 19, 1130; 0699-11551714;
- **Stille Meditation** - im Stil von Zen/Kontemplation; Zeit: 20h-21h30, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Donaucitystr. 2, 1220; 0650-5109452;
- **Märchenspiel** - Ein Märchen wählen und lesen; die Rollen verteilen, spielen und reflektieren 1x/Monat; Zeit: 18h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Fluchtg. 7/15, 1090; 01-3197905;
- **Sahate Yoga** - Asana, Atmung, Meditation und Energieprozesse führen zur ureigenen Natur; Beginn: 18h; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Storkgasse 13, 1050; 0676-42 78 266;
- **Weißer Tara + Medizinbuddha-Praxis** - Alle willkommen!; Zeit: 19h-21h30, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; zeITraum, 1070; 01-419 76 88;
- **OM-Healing** - Alte Heilmethode nach M.Babaji. Wir singen gemeinsam OM. Anmeldung erbeten!; Zeit: 18h15-19h15, Eintritt gegen Spende; Ganesha, Alserbachstraße 2/St.1/15, 1090; 0699-11636768;

Dienstags

- **Tag der offenen Tür** - neue Räume, neues Angebot - einfach vorbeikommen. Zeit: 16h-18h30, Eintritt frei; Wiesingerstr. 6/6, 1010;



BEZIEHUNG LEBEN
 Paarseminartage in
 Baden bei Wien
 H44 im Zentrum
 Helenenstrasse 44
 2500 Baden

mit Elisabeth und Herbert Untersteiner

Echte Nähe und Begegnung, Frische,
 Lebendigkeit und Austausch in der Beziehung

**Ein Zyklus von 5 Seminartagen mit
 aufeinanderfolgenden Themen.**

jeweils Samstag, 10 - 18 Uhr mit Mittagspause

Termine:

- 01.10.2016 **Begegnung und Kommunikation**
- 08.10.2016 **Atem und Körper**
- 29.10.2016 **Prägungen und Persönlichkeit**
- 12.11.2016 **Sinnlichkeit und Berührung**
- 26.11.2016 **Miteinander feiern und genießen**

Seminarkosten:

€ 160,00 pro Paar und Tag (inkl. Snacks und
 Pausengetränken, exkl. Mittagessen)

Anmeldung und Infos: +43 (0)664 226 04 61

elisabeth.untersteiner@gmx.at

h.untersteiner@kpr.at

www.ayurvedische-koerperarbeit.net



Wien, 3. Juni 2016

Vierte Weg Schule zur Entwicklung von
 Bewusstsein.

Dorian Matei und Schauspielerin Maria
 Machado werden einen Workshop ausrichten,
 der auf dem System des „Vierten Weges“ von
 Gurdjief und Ouspensky basiert.

Für weitere Informationen kontaktieren Sie uns
 unter;

Mail: info@ggurdjief.de

Tel. +4915123483923

Dr. BRIGITTE parapsychologin
 KARTENLEGEN - HELLSEHEN
 HANDAUFLEGEN
 JENSEITSKONTAKT
 HEXEN-MAGIE

1030 Wien
 Tel: 0900 / 900 710 €2,17/min



AURA-SOMA®
 Import • Vertrieb • Ausbildung



Abholung sowie täglicher Versand

office@aura-soma-oesterreich.at Tel. 0699 1 55 55 677

Esencia Natural, 1030 Wien, Ungargasse 12/1-3

www.esencia-natural.at

Distribution für Aura-Soma® in Österreich

☺ **Wir werden Eltern** - Eine Lern- und Erfahrungsguppe für (werdende) Mütter, Väter. Zeit: 11h-12h30, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Liebhartsg. 10/4, 1160; 0699-1401 1405;

Mental- & Energietraining - Elemente aus HealingTao, Licht/Energiearbeit., Zeit: 19h15-21h15, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 18,- (zus. Erm.f. Mitgl.); Seidengasse 28/1, 1070; 0699-17891089;

Bauchtanz für Schwangere - sanft und bewegt, mit E. Rechberger. Zeit: 18h30-19h40, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 14,- (zusätzliche Erm.f. Mitgl.); Salmgasse 1, 1030; 0650-7284367;

● **Biologische Tiernahrung** - Infoabend für die Tiergesundheit. Zeit: 18h45-20h, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Mariahilfer Str., 1150; 0650-3365077;

Zen-Meditation - letzter Di/Monat (außer volksschulfreie Tage). Zeit: 20h-21h, Beitrag: € 10,- (zus. Erm.f. Mitgl.); Neubaug. 12-14, 1070; 0664-6308158;

☺ **Wohlfühl-Übungen für Kinder** - Einfache kinesiologische Übungen, die Spaß machen, für Bewegung sorgen. Zeit: 15h-15h50, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 11,-; Schmalzhofg. 20/15, 1060; 0664-12 24 226;

● ☺ **Kreativer Kindertanz - Gratis Schnuppern** - Geeignet für 3-6jährige!; Zeit: 14h-14h50, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Gumpendorferstraße 22, 1060; 0676-617 51 65;

Tanz als Rhythmus, Basiskurs - Bewegung aus dem Rhythmus erleben zu lateinam. u. afrikan. Musik. Schnuppern. Zeit: 17h30-19h, Beitrag: € 11,-; Hahng. 35, 1090; 01-4791655;

Endlich Ruhe, endlich Entspannung! - Qigong ein Lebenselixier der besonderen Art. Energie tanken- und sich wohl fühlen!; Beginn: 18h30; Beitrag: € 12,- Siccardsburggasse 8/7, 1110;

Flow-Yoga - Kraft, Beweglichkeit und Entspannung durch fließende Bewegungen. Studio Improvise; Zeit: 18h-19h30, Beitrag: € 10,-; Liniengasse 2a, 1060; 0650-7061313;

Indische Tanzkunst Bharatanatyam - Tanz für Körper, Geist, Seele. Innere Freude, spirituelle Tiefe. ; Zeit: 17h30-19h, Beitrag: € 20,- (zusätzliche Erm.f. Mitgl.); Trubelg. 19, 1030; 0676-9279954;

Orientalischer Tanz für Fortgeschritten - lässt den Körper mit allen Sinnen spüren. Zeit: 18h30-19h45, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,-; Felberstraße 50, 1150; +43-69911072624;

Lebensgeister - Fortlaufende Gruppe zur persönlichen, emotionalen, spirituellen Entfaltung. Zeit: 18h30-20h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 18,-; Lederergasse 23, 1080; 0650-5606560;

QiGong Kurs - Die Harmonie in 18 Figuren: Ruhe, Kraft, Atem, Bewegung. Gratis Schnuppern; Zeit: 9h-10h, Beitrag: € 10,-; Hietzinger Hauptstraße 8, 1130; 0664-7875710;

Gesundheitsschützendes Qigong - (Daoyin Yangsheng Gong) u. Wirbelsäule in Oberlaa. Zeit: 18h45-20h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 14,-; Remyst. 11, 1100; 0676-4169932;

☺ **Intuitives AusdrucksMalen** - Freies Malen befreit, beflügelt u. setzt die Kreativität frei! ; Zeit: 14h-15h30, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Dittmannsgasse 5b/3, 1110; 0650-9160077;

Selbsterfahrung - Mit der Anwendung wirksamer Methoden lernst du dich selber besser kennen. ; Zeit: 18h-20h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Giro Cafe, Schönbrunnstr. 201, 1120; 0676-9248086;

Schüttel Kundalini Gruppenmeditation - Ausleben von Trauer & Wut. Kreativitätssteigernd, Stresslinierend. Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Aichholzgasse 39, 1120; 0699-19201588;

KörperIntelligenz-Training - volle Entspannung und Präsenz im gegenwertigen Moment. Zeit: 18h-19h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; There-sieng. 47, 1180; 0699-10181898;

☺ **WellnessSingen** - in der Salzgrotte Meereskristall, jeden Dienstag ; Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Tanbrückgasse 12, 1120; 01-9665284;

Mittwochs

Triyoga-Basics - Triyogaflows, offene Gruppen; Zeit: 19h30-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,-; Sechshäuserstrasse 38-36, 1150; 0699-12097091;

Dynamische Morgenmeditation - Durch aktive Atmung, Bewegung und Ausdruck werden die Gedanken stiller. Einführung jeweils um 6:45; Zeit: 7h-8h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Burgg. 57, 1070; 0660-756 25 66;

Zen - Zazen, Rezitation, Kinhin, Sarei; ab 18:00 Einführung für Einsteiger. Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 18,- (zusätzliche Erm.f. Mitgl.); Währingerstr. 26, 1090; 0650-879 57 22;

Wissen und Weisheiten von Hochkulturen - Vortrag von Sri Sarvabhavana Prabhujii Mantras für inneres Gleichgewicht; Zeit: 19h-21h, Eintritt gegen Spende; Dornbacher Str. 62, 1170; 0699-17073418;

Yoga für Neu- u. Wiedereinsteiger - Den Körper stärken - den Geist zur Ruhe bringen - die Seele befreien. Beginn: 18h30; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,-; Schlickg. 4, 1090; 0680-3158596;

Meditation - Fountain Lichtmeditation; Zeit: 15h-15h50, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,- (zus. Erm.f. Mitgl.); roemergasse 59, 1160; 01-4862989;

Atemyogastik und Körpererfahrung - Sich Gutes tun!; Zeit: 18h30-20h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 18,-; Märzstraße 73/1, 1150; 01-9822075;

AtemSchule - Im Mikroklima des Salzpalastes spüren und erleben wir unsere Atemräume. Zeit: 18h-19h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Albertgasse 26, 1080; 0043699-10405070;

Mantra singen - in offener Gruppe; Zeit: 19h30-21h18, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 12,-; Neustiftgasse 74/7, 1070; 0699-81 83 89 88;

Nembutsu Chanting - Spirituelle/Buddhistische Herzpraxis in offener Gruppe, Mantrensingen ; Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Neubaug. 12-14/2/14, 1070; 0664-1439571;

Klangmaterial für den professionellen Bedarf

Peter Hess® Therapieklangschalen

Gongs • Zimbeln • Klanginstrumente • Zubehör • Bücher • DVDs



Artikelkatalog kostenlos anfordern! Anfragen von Wiederverkäufern willkommen!

www.klangschalenshop.at

und nach Terminvereinbarung im Institut in Wien

Peter Hess Akademie Wien

**Fundierte Aus- und Weiterbildung in den Peter Hess-Klangmethoden
Klangmassage und Klangpädagogik**



Mit Klangmassage sanft aber effektiv:

- Entspannen
- Stress vorbeugen bzw. besser verarbeiten
- Regeneration und Vitalität unterstützen
- Selbst- und Körperwahrnehmung stärken
- Zuversicht und Vertrauen gewinnen
- „Loslassen“ können
- Kreativität und Schaffenskraft fördern

phi
peter hess akademie
W i e n

Die von Peter Hess entwickelte Klangmassage wird seit bald 30 Jahren erfolgreich eingesetzt: Wellness- und Selfness, in pädagogischen Bereichen, in Beratung und Therapie, im medizinischen Bereich.

www.klangmassage-therapie.at

Österreichisches Institut für Klang-Massage-Therapie

Leitung: Alexander Beutel

Tel/Fax: +43 (0)1 60 20 163 Mobil: +43 (0)6991 60 20 163

E-Mail: info@klangmassage-therapie.at

www.klangmassage-therapie.at **www.klangherbst.at**

www.klangschalen.at **www.klangschalenshop.at**

Seminare in Wien, NÖ, OÖ und bei unseren Partnern in Kärnten und der Steiermark. Profitieren Sie von den jahrzehntelangen Erfahrungen und unserem fundierten Wissen.

Fordern Sie unser Jahresprogramm kostenlos an!

KlangmassagepraktikerInnen in Österreich: www.peter-hess-akademie.at

Meditation für den Alltag - Zwei Teile: 1. Meditationen aus der ganzen Welt. 2. Zen-Meditation. SZ Hyrtlgasse; Zeit: 19h-21h, Beitrag: € 11,-; Hyrtlgasse 12, 1160; 0699-12074327;

Meditieren lernen - Geführte buddhistische Meditation; Zeit: 19h30-20h30, Beitrag: € 8,- (zus. Erm.f. Mitgl.); Nussdorferstrasse 4/3, 1090; 01-911 18 41;

Ganzheitliches Yoga - Asanas, Mantrén, Meditation, Atem und geistigen Grundlagen; Beginn: 18h30; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,- (zus. Erm.f. Mitgl.); Staudinger. 14/17, 1200; 06888-152735;

- **TransmissionsMeditation** - Stille Meditation als Dienst für die Welt; Beginn: 18h; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Löweng. 47 (2.Stock), 1030; 0699-19990888;
- **Über Gott und die Welt** - Im Gespräch mit den Rosenkreuzern. Jeden 1. u. 3. Mi/Monat. Beginn: 18h; Eintritt frei; Phorusg. 2/9, 1040;

Seelenlicht-Aktivierung - Körper+Geist+Seele harmonisieren. Infoabend; Zeit: 18h-19h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Hutweidengasse 8, 1190; 0676-4636678;

Donnerstags

Christliche Spiritualität - Einzel- und Gruppensprache. Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Pantzerg. 20/2/15, 1190; 0676-9670887;

Yoga für Schwangere - unterstützend und auf die Geburt vorbereitend; Zeit: 17h-18h15, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,-; Salmg. 11, 1030; 0664-3935509;

Afrikanischer Tanz - Tauche ein in die Welt der afrikanischen Rhythmen und Tänze. Mit LIVE Percussion; Zeit: 20h-21h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 17.5; Robert-Hamerling, 1, 1150; 0650-3164547;

Biodanza - Tanz der Lebensfreude & Lebenslust mit D. Rosenfeld u. W. Kellner; ; Zeit: 19h30-21h30, Beitrag: € 17,-; 0699-19450570;

Singen am Flotten Donnerstag - Lieder und Kanons. Stimmexperimente und Impros. Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Zollerg. 9, 1070; 01-9242258;

Ruhe und Gelassenheit - Meditationsabend mit Lektüre und Gespräch!; Zeit: 18h-19h30, Beitrag: € 7,-; Josefsgasse 9, 1080; 0676-9061302;

Kinesiologie Aktiv - Energieaufbau und -ausgleich, Stressabbau mit Übungen aus der Edu-Kinestetik; Zeit: 18h30-20h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 12,-; Kratochwjlestraße 4, 1030; 0676-507 37 70;

- **Meditationskurs** - Humorvoller und tief sinniger Meditationskurs des Buchautors Dr. G. Fülöp; Zeit: 19h30-21h, Eintritt frei; Moritzg. 9, 1060;

- **Kraft der Seele - Sant Rajinder Singh** - Einführung in die spirituelle Lehre mit Meditation und Video-DVDs.; Zeit: 19h30-20h30, Eintritt frei; Praterstraße 40, 1020; 0664-225 49 60;

Tanz als Rhythmus, Basiskurs - Bewegung aus dem Rhythmus erleben zu lateinam. u. afrikan. Musik. Schnuppern. Zeit: 18h30-20h, Beitrag: € 11,-;

Hahng. 35, 1090; 01-4791655;

Mittagsmeditation - Genießen Sie in ihrer Mittagspause eine entspannende Meditation. Zeit: 13h-13h30, Beitrag: € 5,-; Nußdorfer Straße 4/3, 1090; 01-9111841;

Soul Motion - Tanz- & Bewegungsmeditation am Abend. Mit Martin Steixner. Zeit: 19h45-21h45, Beitrag: € 16,-; Shambhala, Bennogasse 8a, 1080; 0676-5515233;

Der Seelenstern - Die Matrix der Seele; Zeit: 19h30-21h30, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Zanaschkag 12/20/26, 1120; 0699-19670767;

- **Kinesiologie Schnuppereinheit** - Nutzen Sie Ihre innere Weisheit und aktivieren Sie Ihre Selbstheilungskräfte; Zeit: 9h-19h, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Hainburgerstr. 29, 1030; 0699-81346411;

- **Yoga-Probestunde** - Alle sind Willkommen. Sie lernen einfache Yogastellungen; Zeit: 20h-21h30, Eintritt frei; Prinz Eugen-Straße 18, 1040; 01-5863453;

Biodanza - erwecke deine Lebendigkeit - mit Bewegung-Begegnung-Tiefenentspannung, ermäßigtes Schnuppern; Zeit: 20h-22h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 17,-; Aichholzg. 4, 1120; 0699-17196576/;

- **Omeum Einführungsabend** - Bewusstseins- und Meditationstraining (siehe Anzeige). Entfällt am 2. 6. ! ; Zeit: 18h-19h, Eintritt frei; Neubaugasse 12-14/2/Mez/, 1070; 0699-10401542;

Freitags

Biodanza - Tanz der Lebensfreude; Beginn: 18h30; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 17,-; 0699-19450570;

Lichtkreis + Channeling - mit Brigitta, Energie- u. Lichtarbeit, Bewusstseinstraining; Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Atelier Fally, Zollerg. 9, 1070; 0699-12668739;

Entspannen im Wochenende - Meditation mit der buddhistischen Nonne Kelsang Minche; Zeit: 19h-20h, Beitrag: € 5,- (zusätzliche Erm.f. Mitgl.); Nußdorfer Str. 4/3, 1090;

Meridian Chi Kung - Vitalisierende und verstärkende Übungen, fit für den Tag! Di und Fr. Zeit: 8h-9h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,- (zus. Erm.f. Mitgl.); Leharg. 1/2, 1060; 0650-2649477;

Samstags

Hormon-Yoga für Frauen - mit Vorkenntnissen (Asanas, Atem- Energielenkung, Tönen, Tiefenentspannung); Zeit: 9h30-11h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,-; Thaliast. 14, 1160; 0699-17779993;

Vom alten Kulturen lernen - Das Geheimnis der Palmbibliothek/Schicksal u. freier Wille; Zeit: 17h-19h, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Qi TAO Blindengasse 43/3, 1080; 0676-9213179;

- **Shiatsu Tag der offenen Tür** - Schnuppershiatsu, Vorträge und Infos zur Naikido-Shiatsu-Ausbildung. Beginn: 13h; Eintritt frei; Neulerchenfelderstr. 65, 1160;

Atlantische Karten - Karten legen; Beginn: 16h; Beitrag: € 15,-; Goberg. 68/4/5, 1130; 0699-88 781 945;

www.Gleichklang.de

Die alternative Kennenlern-Plattform im Internet für naturnahe, umweltbewegte, tiefreundliche und sozial denkende Menschen. Sei jetzt dabei!

10.-12. Juni „Die Kraft der Mitte“

Ein Wochenende zum Loslassen und Ankommen
Zeit um die Kraft der eigenen Mitte zu erleben und
um die Verbindung zu Deinem Herzen zu stärken!

www.institut-alina.at 0699/16119112

Herzliche Einladung zum Workshop

SPIRITUELLE WEISHEIT ZU TRÄUMEN



Dieser Workshop kann Ihnen dabei helfen, alles zu entdecken, was Sie wissen müssen, um in diesem Leben klar zu kommen.

Erfahren Sie, wie Sie...

- * sich an Träume erinnern und sie deuten können
- * mit geliebten Verstorbenen in Verbindung treten können
- * praktische Hilfe im Alltag erhalten
- * frühere Leben erforschen
- * und vieles mehr...

Datum: Samstag, 11. Juni 2016

Zeit: 14:00-15:30 Uhr

Ort: Schloss Zeillern, Schloß-Str. 1
3311 Zeillern bei Amstetten

Eintritt frei

Gratisbuch: www.Eckankar.at oder 01 715 0 999

ECKANKAR –

LICHT UND TON GOTTES ERFAHREN

Amrita
Austria



embracing
the world.

Der Vortrag wird ins Deutsche übersetzt.
Das Programm ist öffentlich. Eintritt frei.
Getränke und Snacks sind erhältlich.

Info-Tel 0650-27 09 108,
info@amma-austria.at
www.amma-austria.at

Veranstalter:
Amrita Austria



DON'T FORGET TO SMILE

SPIRITUELLER VORTRAG | KONZERT | MEDITATION

-Br. Shubamrita Chaitanya

Mönch, langjähriger Schüler von Amma

21.06.2016 in Wien Einlass: 18.00 | Beginn: 19.00 |
Veranstaltungshaus Bockkeller | Gallitzinstraße 1 | 1160 Wien

Der Mönch Br. Shubamrita Chaitanya ist einer der engsten Schüler von Mata Amritanandamayi (Amma) - einer weltweit anerkannten humanitären und spirituellen Persönlichkeit. Er ist bekannt für seine inspirierenden Vorträge über Stressmanagement, Meditation und achtsame Lebensführung.

Br. Shubamrita Chaitanya vermittelt zeitlose spirituelle Prinzipien und deren Anwendung im Alltagsleben, um mehr Frieden, Zufriedenheit und Glück, sowie mehr Erfolg auf persönlicher und beruflicher Ebene zu entwickeln.

Aufstellungsseminar - Je ein Sa/Monat Selbsterfahrung durch Mitwirkung als Stellvertreter/in. Beginn: 10h; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,- (Preis für Stellvertreter); Siebenbrunnengasse 3/3/10, 1050; 0699-19477332;

- **Sufi-Meditation** - Wöchentliches Treffen im "Rabani Derwisch Cafe", offen für alle; Zeit: 17h-20h, Eintritt frei; Achamergerasse 3/1-3, 1090;

Sonntags

Das Phänomen Bruno Gröning - Dokumentarfilm jeden 1. So/Monat (2 Pausen), 9h30 - 15h45, Bellaria Kino, 1070 Museumstr. 3; 0664/5702912, Spende erbeten.

Ashtanga Vinyasa Yoga - mit Natasa; kostenfreie Schnupperstunde bei Anmeldung möglich; Beginn: 19h30; Beitrag: € 13,- (zusätzliche Erm.f.Mitgl.); Sigmundsg. 10/12, 1070; 0664-9391689;

- **Offene Gruppenmeditation** - mit 30 Min. stiller Meditation, 30 Min. Mantrasingen, Erläuterung von Yogatexten. Zeit: 18h-19h30, Eintritt frei; Prinz Eugen-Str. 18, 1040; 01-5863453;

Chor Akunstarena - durch gemeinsames Singen zum inneren Glück (für Erstbesucher gratis). Beginn: 18h; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Hadikg., 1140; 0650-2702330;

Gruppen/Einzel Rückführungsabend - Workshop für Anf. und Fortgeschrittene. Beginn: 16h; Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Anastasius Grün-Gasse 28, 1180; 0680-4445784;

Sweat your Prayers - 5 Rhythmen. Bewegte Achtsamkeitspraxis!; Zeit: 11h-13h, Beitrag: € 18,-; loft25, Theresiengasse 47, 1180; 0676-5515233;

- **Das Phänomen der Heilung** - Dokumentarfilm jeden 2. So/Monat (inkl. 2 Pausen); Zeit: 9h30-15h45, Eintritt frei; Museumstr. 3, 1070; 0650-7553432;

Ein Licht - viele Wege. Spiritueller Lebensweg mit Abbé Othmar. Eintritt gegen Spende; Ohmg. 4/16/4, 1210; 0664-3418851;

- Mi.1.6.** **Aromaabend - ätherische Öle** - Vortrag Jenny Waitz: Natürlicher Sonnenschutz, Sonnenbrand und Insektenstiche. Zeit: 19h-21h30, Beitrag: € 17,-; Wolfgangg. 27, 1120; 01-8173533;

Face fitness – Einführungsabend - Gesichtsverjüngung mit ganzheitl. Ansätzen: Erfolg garantiert, genial einfach!; Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Jedlersdorferstr. 99/33/3/13, 1210; 0699-12620196;

- Mo.6.6.** **Buddhistische Meditationspraxis** - zum Einsteigen, jeden 1. Montag und 3. Donnerstag, 19-21h, gegen Spende. Zeit: 19h-21h, Eintritt gegen Spende; Sturzgasse 44, 1150;

- **Zell-Regeneration** - Was ist Telomerase und wie unterstütze ich meine Zellen dabei?; Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Linzer Strasse 342/4, 1140; 01-52 64 333;

- Di.7.6.** ● **Vortrag: Quanten-Matrix-Technik** - Energetische Inbalancen können auf angenehme Art harmonisiert werden. Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Budinskygasse 3/6, 1190; 0699-11978865;

- Mi.8.6.** ● **Folge dem Ruf Deines Herzens...** - Info-Abend: Pandora-Stadtschamanismus Ausbildungsstart 26.-28.8.2016; Zeit: 18h-19h30, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Mahlerstr. 11, 1010; 0699-11664920;

- Sa.11.6.** **Amma Bhajan Singen** - Spirituelle Lieder; Mantrerezitation; Lesung; Lichtzeremonie; Meditation; Zeit: 18h45-20h45, Eintritt gegen Spende; Mollardgasse 34/2/1D, 1060; 0676-3829209;

- Mo.13.6.** **Schnupper-Bauchtanz f. Fortgeschrittene** - Tanz ohne Choreo, einfache Technik, genussv. Beweg., Lebensfreude, weibl. Kraft; Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Steinheilgasse 4, 1210; 0699-12620196;

- Mi 15.6.** **Aromaabend - ätherische Öle, Vortrag Jenny Waitz:** Ätherische Haus- und Reiseapotheke, Magen, Darm, Verdauung, 19-21:30h € 17,- im Institut Cara Mia, 12., Wolfgangg.27, 8173533 www.caramia.at

- Do.16.6.** **Buddhistische Meditationspraxis** - zum Einsteigen, jeden 1. Montag und 3. Donnerstag, 19-21h, gegen Spende; Zeit: 19h-21h, Eintritt gegen Spende; Sturzgasse 44, 1150;

- **Info-Abend** - Vortrag über Tantra; Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; zeTraum., 1070; 01-419 76 88 0;

- Fr 17.6.**  **Shiatsu-Einführungsseminar** - Beginn 10.00h. Alle Infos und Anmeldung: www.shiatsu-schule.at

- Fr.17.6.** ● **Vollmond-TransmissionsMeditation** - Stille Meditation als Dienst für die Welt (Einführung 18h30), Beginn: 19h; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Alszeile 57-63/6/3, 1170; 0699-19990888;

- Mo.20.6.** **Schnupper-Bauchtanz f. Fortgeschrittene** - Tanz ohne Choreo, Technik erweitern, genussv. Beweg., Lebensfreude, weibl. Kraft; Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Steinheilgasse 4, 1210; 0699-12620196;

- Mo.27.6.** **Bauchtanz f. Fortgeschrittene** - Tanz ohne Choreo, Technik erweitern, genussv. Beweg., Lebensfreude, weibl. Kraft; Zeit: 19h-20h30, Beitrag: € 20,-; Steinheilgasse 4, 1210; 0699-12620196;

Der Herr vom "magischen Hügel!" - Hans Bender und die Entwicklung der Parapsychologie in Deutschland; Zeit: 20h15-21h45, Beitrag: € 7,- (zusätzliche Erm.f.Mitgl.); Universitätsstraße 7, 1010;

- Di.28.6.** ● **Die neue Zivilisation entsteht** - Benjamin Creme spricht über den neuen Weltlehrer Maitreya, die Meister der Weisheit und die Rolle der UFOs. Beginn:



www.matrixwelle.at

Quantenheilung = Selbstheilung

Seminare

Erlebnisabende

Übungsabende

Silvia Altendorfer Sozialcoach
Tensor-Einsteigerkurse in OÖ.
NÖ. und Salzburg und
verschiedene Seminare in der
Paracelsus-Schule Freilassing.
Vorträge über Lichtgitter und
ihre Wirkung.
Tensor-Aufbaukurse
Weiters russische Heilmethoden
www.Kristallsonne.at

und auf unseren neuen Blogs im
Internet, Facebook, Twitter...Tel.
0676/ 513 96 72

kristallsonne@gmx.at

Josef Fattinger

Heiltherapeut & Trainer
Körperkerzen, Matrixwelle, Breuß,...
**Matrix 1-4 in Bad Schallerbach
in Grossgmain Salzburg,
Simbach/Braunau, Vöcklabruck**
Besetzungen & Fernbehandlung,
Breuss-Massage, Körperkerzen,
Metamorphische Methode und dazu
super Videos und Termine auf
www.heilende-haende.at

Alle Seminare sind ab 4 Personen
auch bei Ihnen Zuhause möglich.

Tel. 0043 - 664 92 37 390

Behandlungen in Gmunden und am
Montag in Salzburg hinter Europark!



GRATIS EMAIL-MAYA-NEWS!

KAMIRA Eveline Berger
Lebensgenusstainerin, Autorin, Künstlerin
0699 / 126 20 196

GELDMAGIE

MAL EHRlich, LIEBEN SIE GELD?

2.+3. Juli, je 10-17h / Wien

Effektives Training, um Reichtum gezielt selbst zu verursachen! Versteckte Selbstverhinderungs-Mechanismen werden aufgespürt und umprogrammiert. Stellen Sie sich auf außer-gewöhnliche Erfahrungen & messbare Erfolge ein! Individuelle Strategien, viele erprobte Geld-Rezepte,... Ein absolut lustvolles und motivierendes Training für Eigenermächtigung, Erfolg & Tatkraft, das auch der stärksten Wirtschaftskrise trotzt!

MAYA-ZEITSYSTEM

EINFÜHRUNGS-MODULE (PRIVAT & BUSINESS)

8.-10. Juli 2016, Fr./Sa./So. je 10-17h

Lernen Sie dieses natürl. Zeitsystem selbst zu nutzen! Garantiert einfachste Erklärungen und leichte Anwendung, auch im Business od. f. Pädagogen, Therapeuten sehr wertvoll. Sie erhalten enorme Selbsterkenntnis & passende Lösungen, z.B. in Beziehungs- & Familienfragen. - Zeit wird zum Werkzeug für persönlichen Erfolg! Intuitives Zeit-Management bringt Freiheit für ...! Die Module sind auch einzeln buchbar (Bausteine/Funktionssystem/Analysen)

21. MAYA-SILVESTER

25.7., 19-ca.24h / Enzesfeld-Lindabrunn, NO

Völlig neues Konzept im Auftrag meiner „kosmischen Maya-Guides“ (Channel seit ca. 22 J.)! Die Jahres-Initiation als hochschwingende Hl. Zeremonie in der indigenen Maya-Tradition. Wie immer an einem Kraftplatz in der Nähe v. Wien! Höhepunkt: Mitternachts-Ritual am „Zeittor“ mit purem Maya-Spirit. Geniale Vorbereitung auf die Zellenveränderungen für die 5. Dimension! Anm. + Ticketverkauf ab sofort! Bitte detaillierte Infos anfordern bzw. siehe HP

STURM 11-TRAINING

„ALLES MUSS RAUS!“

30.+31.Juli, je 10-17h (Sommerpreisvorteil!)

Wir nutzen die Qualität des Maya-Jahres „BLAUER STURM 11“ um uns bereits in der Anfangsphase mit den Auswirkungen dieser turbulenten Zeitschwingung vertraut zu machen. Das Maya-Spezialseminar mit klaren Lösungen & praktikablen Alltags-Rezepten, spez. für die schwierigen Zeitabschnitte: Zentrierungs- & Flexibilitäts-Übungen, Mut zum Umbruch, uvm. Motivierendes Training und beste Vorarbeit auf das aktuelle Maya-Jahr!

MAYA-PRAXISABEND f. Neulinge & Fortgeschr. 9.5., 19:30

Lichtkraft.com 0699/1262 01 96

19h; Eintritt frei; Seideng. 28 - Hof 2., 1070; 0699-19990888 ;

Jump 4 Joy - Tanzen zu zündenden Rhythmen - gönn dir eine gute Zeit. Zeit: 19h-23h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 14,-; ; Bandg. 34, 1070; 01-419 76 88 0;

Mo.4.7. Buddhistische Meditationspraxis - zum Einsteigen, jeden 1. Montag und 3. Donnerstag, 19-21h. gegen Spende. Zeit: 19h-21h, Eintritt gegen Spende; Sturzgasse 44, 1150;

Do.7.7. Omeu Einführungsabend - Bewusstseins- u. Meditationstraining. Entdecke deine ureigenste Kraft; Zeit: 18h-19h, Eintritt frei; Neubaugasse 12-14/2/Mez/, 1070; 0699-10401542;

Do.14.7. Omeu Infoabend - Bewusstseins- und Meditationstraining. Entdecke deine ureigenste Kraft. ; Zeit: 18h-19h, Eintritt frei; Neubaugasse 12-14/2/Mez/, 1070; 0699-10401542;

Bundesländer

☺ = für Eltern / Kinder / Jugendliche)

● = Eintritt frei

Niederösterreich

(& WIEN-UMGEBUNG)

täglich

Authentisches Kriya Yoga - Meditationen jew. 6h, 11h30 und 19h, Einweihung vorausgesetzt. Beginn: 6h; Beitrag: € 5,-; ; *Tattendorf*, 02253-81491;

Yoga-Kurse - M018.30h Loosdorf; DI 8hSt.Pöltten; MI 18hSt.Pöltten; FR17h;f Einst+m.Fortg. Zeit: 0h-2h, Beitrag: € 10,-; Mühleweg 16, 3100, *St.Pöltten*; 0676-4406522;

Montags

Meditation - in der stillen Präsenz des Augenblicks eröffnet sich der Frieden des Seins; Zeit: 19h-20h30, Eintritt gegen Spende; Kapellenweg 11, 3493, *Kammern*;

Meditation für Frieden und Erleuchtung - Gemeinsame Meditation zur spirituellen Entwicklung; Zeit: 19h30-20h30, Eintritt gegen Spende; Bahnstr. 48, 2230, *Gänserndorf*, 0650-7058587;

Channelabend - Jeden 3. Mo/Monat; Zeit: 19h-21h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Meringer Weg 20, 3121, *Karlstetten*; 0676-7641740;

Frauen-Kraft-Kreis - Meditationen, Körperwahrn., Rituale, Tanz, Körperarbeit, Spiritualität; Zeit: 18h15-20h15, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 17,-; ; Brodtischg. 13/2, 2700, *Wr. Neustadt*; 0699-12367590;

Oigong - Sanfte Bewegung+Meditation,Entspannung +Stärkung der Lebensenergie. Zeit: 18h45-19h45, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,- (zus. Erm.f.Mitgl.); Domplatz 1, 2700, *Wr. Neustadt*; 02622-29131;

Dienstags

Yoga für Alle - Fortgeschrittene; Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 13,-; Holzgasse 6, 3424, *Tulln-Zeiselmauer*; 0699-10054203;

☺ **Trommelworkshop für Kinder** - mit Badara Gueye aus Senegal Trommelspaß afrikan. Trommelrhythmen; Zeit: 17h-18h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Garteng. 22, 2500, *Baden*; 0681-10641612;

Im Fluss der Energien - Energien und Botschaften aus der Geistigen Welt fließen zu dir. Zeit: 17h-17h45, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 18,-; ; Marchetstr. 50/2/2/13, 2500, *Baden*; 0699-81910254;

Kundalini Meditation - Spannungen loslassen, Energie in Bewegung bringen, Raum für Neues schaffen!; Zeit: 19h-20h35, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 11,-; ; Helene Traxler Platz 1, 2753, *Markt Piesting*; 0650-88 460 30;

Yoga für Anfänger / Fortschrittene - HathaYoga mit Sikhar Swami aus Indien, 17.30 Anfänger, 18.30 Fortgeschrittene; Zeit: 18h30-20h, Beitrag: € 15,-; ; Biondegasse 20, 2500, *Baden*; 0699-19187443;

aktive Meditation mit Gong-Bad - in der Kleingruppe mit Anleitung; Zeit: 18h-19h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; ; Mühldorfgrasse 8A, 3001, *Mauerbach*; 0699-19239916;

Mittwochs

● **Quantum Touch Erlebnisabend** - Kurze Sessions Quantum Touch am eigenen Leib erleben; Zeit: 18h-19h, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Hauptstr. 22, 2392, *Sulz im Wienerwald*; 0676-9169641;

Biodanza - offene Wochengruppe im Vitalraum ; Zeit: 20h-22h, Beitrag: € 18,- (zusätzliche Erm.f.Mitgl.); Hauptplatz 7, 2103, *Langenzersdorf*; 0664-8567467;

Donnerstags

Beyond Pilates - Pilates Matte 1. Zeit: 19h-20h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 13,-; Weidlingerstr. 31, 3400, *Klosterneuburg*; 0699-19255708;

Gemeinsam trommeln - danach Klangmeditation. Infos im Lichtkörperprozess und zum Maya Kalender. Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 13,-; ; Heideweg 16, 3860, *Heidenreichsteir*; 0699-81981165;

Lebenstanz - Tanz dein Leben, erlebe Lebensfreude und Lebenslust, entfalte deine Potentiale; Zeit: 19h30-21h30, Beitrag: € 13,-; ; Wiener Str. 12, 3100, *St. Pöltten*; 0676-5621572;

Lichtarbeit und schaman. Arbeit - im Freien oder im Atelier ; Zeit: 17h-19h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; ; Pottendorfer Str. 115, 2700, *Wiener Neustadt*; 0680-3002726;

Heile Deine Chakren - Chakraworkshopreihe - mache mit mir eine Reise in deine 7 Energiezentren. Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; ; Skallg. 22/1, 3400, *Klosterneuburg*; 0676-6383120;

Biodanza - Tanzend und spielerisch achtsam miteinander Lebensfreude erfahren! Jeden 2. Do. Zeit: 18h30-20h30, Anm. erbeten; Beitrag: € 17,- (zus. Erm.f.Mitgl.); Domplatz 1, 2700, *Wr. Neustadt*; 0699-12367590;

PETER HIRNSCHALL

SPIRITUELLER LEHRER

1190 Wien, Krottenbachstraße 110/5/2

Mobil: 0676/32 99 413

www.selbstfindung.at



CHANNELING – EINZELSITZUNG

Termin nach Vereinbarung

Diese Sitzung gibt dir Auskunft über: dein persönliches Entwicklungspotential, dein privates und berufliches Umfeld, über deine Gesundheit, die Partnerschaft und über dein Lebenskonzept.

JEDEN MITTWOCH OFFENE MEDITATIONSGRUPPE

Die gemeinsame Meditation ist intensiver und fokussierter.
Jeden Mittwoch-Abend für Anfänger und Fortgeschrittene von
19.30 – 21.30 Uhr.

Ort: 1190 Wien, Krottenbachstraße 110/5/2, Voranmeldung erbeten

Energietausch: € 15,--

Institut der zeitlosen Weisheitslehren

Die Heilkraft der Berge ...
Wandern mit allen Sinnen

Die urgewaltigen Berge, reißende Wasserfälle, die sanften Hochalmen der Sölkäler erinnern uns an den Himalaja in Nordindien und Tibet.

Mit einer einfachen Einführung der „Astrologie der Seele“ und ihre 4 Quadranten können wir tief eintauchen in unsere Welt der Naturreiche und unsere Seele erkennen und leben.

Die Natur, die Stille, das Gehen im Schweigen, die Begegnung mit den Berggefährten führen uns wieder zu unserem inneren Seelenraum. Heilung, Kraft, Stärke, innerer und äußerer Frieden entstehen von ganz allein.

Wir feiern das Leben im Einklang mit der Natur, im fröhlichen, ursprünglichen Almleben und in der Abgeschiedenheit stiller Hochgebirgswanderungen und Meditation.

Leitung: Gisela Günther-Ziegler

Steiermark – Sölkäler
Do. 11.8. bis Do. 18.8.2016



www.zeitloseweisheitslehren.org
gisela@zeitloseweisheitslehren.org
mobil: +43 664 5240683

Samstags

- ☺ ● **Kunst, Genuss & Wohlfühltag** - Vorträge, Kartenlegen, Pralinenzauber, Modeschmuck und Shihatsu. Zeit: 10h-0h20, Eintritt frei; Schlossallee 5, 2514, *Tri-buswinkel*; 0676-5402378;

Sonntags

Folklore Tanz - aus aller Welt, 1x im Monat mit Ute Köck im Wasserschloss Pottenbrunn; Zeit: 17h-20h, Beitrag: € 18,-; Josef-Trauttmansdorff-Str. 10, 3140, *Pottenbrunn*;

Burgenland

Mittwochs

- **Qigong** - freies Üben; Zeit: 19h-21h, Eintritt frei; Rosenhof 1, 7540, *Neusiedl bei Güssing*, 03328-32695; **Feng Shui Stammtisch** - Feng Shui und Geomantie mit Erich Gromek; Zeit: 18h-20h, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Parkhotel Neubauer, Postgasse 2, 7202, *Bad Sauerbrunn*; 02625-32178;

Samstags

- ☺ ● **Getreide-Essenzen & Biofeedback** - unbewusste Verhaltensmuster sichtbar machen; jeden 1. Samstag im Monat Vortrag mit Testmöglichkeit; ; Zeit: 16h-18h, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Bundesstraße 1, 7442, *Hochstraß*; 02616-3132;

Steiermark

täglich

- **Meditation - Japa** - Ein Weg an Gott zu denken; täglich von Freitag bis Montag; Beginn: 19h; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Prof. Franz Spath-Ring 14/30, 8042, *Graz*; 0664-3612685;
- **Tempel der Weisheit** - Evolutions- und Friedensprojekt Ausbildung zum Friedenstrapeuten; Beginn: 15h; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Steinbergen 21, 8362, *Söchau*; 03387-2821;

Montags

Mantrasingen / geführte Heil-Meditation - abwechselnd; Leitung: Klaus J. Baier. Zeit: 19h-20h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 7,- (zus. Erm.f. Mitgl.); Pestalozzistr. 26/2/9, 8010, *Graz*; 0316-670678;

Meditation am Montag - Lerne verschiedene Meditationstechniken kennen!; Zeit: 18h-19h15, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 12,-; Petersgasse 87, 8010, *Graz*; 0680-2027371;

Taiji Pekingform - Bewegungs- und Kampfkunst aus dem Reich der Mitte; Zeit: 18h30-19h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 11,- (zus. Erm.f. Mitgl.); Hauptplatz 17, 8010, *Graz*; 0650-300 77 50;

Biodanza - im Studio Langbauer. Beginn: 19h15; Beitrag: € 14,-; David Herzog Platz 1, 1. Stock, 8020, *Graz*; 0664-3832897;

Atmen-Atmenschulung - verhilft zur körperlichen und seelischen Harmonisierung. Zeit: 17h30-18h30, Beitrag: € 10,-; Kindergarten 1, 8692, *Neuberg/Mürz*; 0664-4228131;

Dienstags

Yoga Zeit - mit Tini; Zeit: 20h-20h50, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Hart-Puch 103, 8184, *Anger*; 03175-2676-0;

Lachyoga - baut Stress schnell ab, stärkt das Immunsystem und macht glücklich!; Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Steinbach 45, 8344, *Bad Gleichenberg*; 0680-403 4306;

Mittwochs

Die Spuren deiner Seele - schamanische Aufstellung mit Angela Maria Kunerth; Beginn: 19h; Beitrag: € 13,-; Annenstr. 7, 8010, *Graz*; 0664-3505083;

- ☺ **Heilender Abend mit Symbolen** - Loslassen, Mut und Kraft für Neues, mit "Die 12 Siegel aus Atlantis". Zeit: 19h30-20h20, Beitrag: € 12,-; Zöbing 27, 8321, *St. Margarethen an der Raab*; 0650-7150777;

Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung; mit Reinhard Weinthaler. (8.30-9.30 und 18-19Uhr); Zeit: 8h30-9h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 12,-; Radmannsdorf. 6, 8160, *Weiz*; 0660-3183281;

Donnerstags

Vorträge zur Bewusstseinsbildung - mit unterschiedlichen Referenten; Zeit: 19h-21h, Eintritt gegen Spende; Grazerstraße 19, 8101, *Gratkorn*;

Yoga für Mama u. Baby - im Sanatorium St. Leonhard; Zeit: 10h30-11h45, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 12,-; Schanzlg. 42, 8010, *Graz*; 0664-149 35 33;

Hawaiianisches Flying - Bewegungsmeditation des alten Hawaii: sei du selbst der Navigator deines Lebens; Zeit: 19h30-21h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Petersg. 87, 8010, *Graz*; 0681-20923364;

- **Krebs als Weg und Chance** - Information, Beratung, Stärkung, Trost und Zuversicht finden. Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; St. Peter Hauptstrasse 27/2, 8042, *Graz*; 0664-4699413;
- **Systemische Astrologie** - Workshop mit Dr. K. H. Lang; Beginn: 17h; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Seidenhofstr. 43, 8020, *Graz*; 0664-4419628;

Freitags

Pranic Healing - anschaulicher Vortrag erklärt und anschließend demonstriert (auch 19h). Zeit: 13h-14h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 5,-; Bahnhofstraße 2, 8101, *Gratkorn*; 0664-8221876;

Sonntags

- **Das Phänomen Bruno Gröning** - Dokumentarfilm jeden 3. So/Monat; Zeit: 10h-16h, Eintritt frei; Rechbauerstr. 6, 8010, *Graz*; 0316-830508;
- **EMF Balancing Technique** - Vortrag; Beginn: 19h30; Beitrag: € 9,-; Judenburgerstr. 13, 8753, *Judenburg*; 0664-3867679;
- **Kinderenergetik u. -mentaltraining** - Schlüssel zum Selbstbewusstsein - Vortrag; Zeit: 19h30-21h, Eintritt frei; Bergmann. 46/1/2, 8010, *Graz*;

Oberösterreich

täglich

Yoga im täglichen Leben - Schnupperstunde (Beginnzeiten verschieden), Beitrag: € 9,-; Waltherstr. 26, 4020, *Linz*; 0664-3912016;

Montags

- **Eckankar** - Buchbesprechungen; Beginn: 19h; Eintritt frei; Landstr. 99, 4020, *Linz*; 0732-656201;
- **Mit Meditation zu neuen Dimensionen** - ganzheitliche Heilung aus der Kraft der Seele; Sant Rajinder Singh; Zeit: 19h30-21h, Eintritt frei; Meditationszentrum Gärtnerstr 19, 4020, *Linz*; 0664/-2803143;

Dienstags

Hula Hoop Schnupperstunde - Sei Du die Mitte. Reifentanz mit Massage und zum Wohlfühlen; Zeit: 15h-15h45, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Im Nösnerland 25, 4050, *Traun*; 0680-2120368;

Shaolin Qi Gong - Asiatische Heilkunst. Für körperliche Stärke und innere Harmonie. Zeit: 10h-11h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Dauphinestraße 46, 4030, *Linz*; 0699-10768704;

Donnerstags

The Work - Übungsabend: Selbstbefragung, die uns zur inneren Wahrheit führt. Zeit: 18h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Boschweg 1b, 4020, *Linz*; 0699-81669651;

Sonntags

Mystic-Diskurs und Darshan - Im Franziskaner Seminarhaus in der "Kapelle" Thema "Leid und Freiheit" . ; Zeit: 15h30-17h, Eintritt gegen Spende; Salzburgerstrasse 20, 4840, *Vöcklabruck*;

Salzburg

Dienstags

- **Eckankar** - Gesprächsrunde jeden 3. Dienstag/Monat im Gasthof Landwirt; Beginn: 19h; Eintritt frei; Lofenstr. 3, 5760, *Saalfelden*; 06232-5130;
- Heilen im Großen & Ganzen** - energetische Übungen, Heilströmen, Kinesiologie, TCM. Zeit: 19h-21h, Beitrag: € 12,-; Schumacherstr. 6, 5020, *Salzburg*;
- Yoga** - mit Andrea Rainer; für Anfänger u. Erfahrene; Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 12,-; Dreifaltigkeitstg. 9, 5020, *Salzburg*; 0664-3808073;
- Ärger und Sorgen-Lebensvergifter Nr 1** - Vortrag; Zeit: 19h-21h30, Beitrag: € 15,-; Glockengasse 4c, 5020, *Salzburg*; 02773-46790;
- Energiefluss im Klangraum** - Gemeinsames Tönen, Meditation u Klangschalen aktivieren Zellgedächtnis . Beginn: 18h30; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Viktor-Keldorferstr. 3, 5020, *Salzburg-Nonntal*; 0676-4313442;

Yoga & Meditation - mit Florian Palzinsky; für Anfänger u. Erfahrene; Zeit: 18h-19h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 12,-; Dreifaltigkeitstg. 9, 5020, *Salzburg*; 0664-3808073;

Mittwochs

Biodanza - Stimmungsvolle Abende, Tänze deiner Seele, Freude, Herzlichkeit und Begegnung. Zeit: 20h-22h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,-; Ischlerbahnstraße 23, 5301, *Eugendorf*; 0699-11144489;

Donnerstags

Gesundheits-Stammtisch - jeden 1. Do./Monat im Gasthof Schörhof; Beginn: 19h; Eintritt gegen Spende; Marzon 10, 5760, *Saalfelden*; 0676-7269344;

Alles für die Gesundheit - Qi Gong - Atem - Entspannung; Übungen zu Jahreszeiten, Themenbereichen, Mediz. Qi Gong; Zeit: 9h30-11h30, Beitrag: € 12,-; Schumacherstrasse 6, 5020, *Salzburg*;

Yoga zum Wohlfühlen (Anf. & Fortg.) - Körper-, Entspannungs-, Atemübungen für Gesundheit/Wohlbefinden; Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 17,- (zusätzliche Erm.f.Mitgl.); Insel, Franz-Hinterholzerkai 8, 5020, *Salzburg*; 0680-2199955;

Freitags

Afrikanische Rhythmen - Vom Trommeln bis zum Bauchtanz - Afrika pur. Zeit: 18h30-19h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 7,- (zus. Erm.f. Mitgl.); Innsbrucker Bundesstr. 41, 5020, *Salzburg*; 0664-5230868;

- ☺ **Energie-Darshan & Satsang** - Heilung & Entspannung in Dein Sein!; Beginn: 19h30; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Guttenbrunnstr. 7, 5020, *Salzburg*; 0699-10823634;

Hui Chun Gong - Übungen für ein langes Leben in einem gesunden, geschmeidigen Körper. ; Zeit: 16h30-18h, Beitrag: € 11,-; Ischlerbahnstr. 23, 5301, *Eugendorf*; 0699-12232487;

- Sa.4.6. ● **Spirituelle Gespräche** - Ein zu Ruhe gekommenes Bewusstsein ist das Tor zur göttlichen Harmonie. Beginn: 18h; Eintritt frei; Fasaneriestr. 6, 5020, *Salzburg*;

Kärnten

Montags

Energie Yoga - Stressabbau, Energieübungen für bewussten Umgang mit Selbstheilungskräften. Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 16,-; Karfreitstr. 17/Hof, 9020, *Klagenfurt*; 0664-1380628;

- **Über Gott und die Welt** - Im Gespräch mit den Rosenkreuzern. Jeden 3. Mo./Monat. Beginn: 19h; Eintritt frei; Willroiderstr. 5, 9500, *Villach*;

Dienstags

Qigong - Die 18 Hände der Buddha Schül - Ist unsere Energie im Fluss, dann ist unser Leben im Fluss ... Mach mit!; Beginn: 18h15; Beitrag: € 15,-; Triantgasse 28, 9020, *Klagenfurt*; 0664-8285153;

Mittwochs

Geistheilung und Meditation - im Verein Caminane; Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Peter-Mitterhoferg. 1, 9020, *Klagenfurt*; 0664-1255730;

- **Intuitive Energiearbeit** - Reiki, Kartenlegen etc. Austauschabend; , Anmeldung erbeten. ; Beginn: 19h; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Annenheim 1, 9523, *Villach*; 0699-12630207;

Quanten-Therapie - Quanten Bewusstseinsdialog m. Sabine Thurner Univ. Komplementärmedizinerin; Beginn: 18h; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Seidendorferstr. 17, 9122, *St. Kanzian*; 0-6889033727;

Freitags

Meditation - jeden 2. Fr/Monat zu verschiedenen Themen für Selbsterfahrung & -heilung; Beginn: 19h; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Ginzkeyg. 2, 9020, *Klagenfurt*; 0664-73884100;

Reiki / Energetiker Treff - jeden 3. Fr/Monat, offener Austausch-&Übungsabend; Beginn: 19h; Anmeldung erbeten; Beitrag: € 10,-; Ginzkeyg. 2, 9020, *Klagenfurt*; 0664-73884100;

Sonntags

Yoga Loves Music - Yoga mit Musik; Zeit: 10h30-12h, Beitrag: € 12,- (zusätzliche Erm.f.Mitgl.); Rosentaler Str 119, 9020, *Klagenfurt*;

- Di.7.6. ● **Das Licht im Herzen berührt den Verstand** - Vision eines neuen Menschseins. Beginn: 19h; Eintritt frei; Willroider Str. 5, 9500, *Villach*;

- So.26.6. ● **Fest der Rose u. Meditation f.d. Frieden** - Trad. Feier d. Rosenkreuzer zur Sommer-Sonnenwende. Amorc-Die Rosenkreuzer. Zeit: 17h-19h, Eintritt frei; 8.Mai-Straße 42/II.Stock, 9020, *Klagenfurt*;

Tirol

Mittwochs

Lichtarbeitertreffen - Vortrag u. Diskussion für spirituell Interessierte Jeden 1. Mi im Monat. Beginn: 18h; Beitrag: € 5,-; Rennweg 12, 6020, *Innsbruck*;

Meditationsabend Innsbruck - jede(r) ist gern willkommen (keine Vorkenntnisse nötig), Ermäßigung möglich. Zeit: 20h-21h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,-; Kirschtalergasse 16, 6020, *Innsbruck*; 0676-6068584;

Freitags

Stubai Meditationsabend - jede(r) ist gern willkommen (keine Vorkenntnisse nötig), Ermäßigung möglich. Zeit: 20h-21h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 15,-; Gasteig 2, 6167, *Neustift i.St.*; 0676-6068584;

Sonntags

- ☺ ● **Meditationsabend** - Wir üben Achtsamkeit im Gehen, Sprechen und sich völlig Entspannen!; Zeit: 17h-20h, Eintritt frei; Fiecht 77, 6414, *Untermie-*

ming; 0660-6949585;

Vorarlberg

Montags

Geführte Meditation - für Gestresste; Selbsterfahrung und -heilung; Beginn: 19h30; Beitrag: € 10,-; Elisabethstr. 7, 6890, *Lustenau*; 0664-2778581;

Donnerstags

Senioren-Nachmittag - offener Gedankenaustausch für alle; Beginn: 15h30; Eintritt gegen Spende; Elisabethstr. 7, 6890, *Lustenau*; 0664-2778581;

Freitags

Spirituelle Körperarbeit - für alle: Selbstfindung/Erfahrung zu seinem Körper - Geist - Seele. Zeit: 19h-20h, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Brandopferplatz 1, 6800, *Feldkirch-Altenstadt*; 0681-81683685;



Benjamin Creme
spricht über den Weltlehrer,
die Meister der Weisheit
und die Rolle der UFOs

(in Japan aufgezeichneter Vortrag -
englisch mit dt. Untertiteln)

www.shareinternational-de.org

Die neue Zivilisation entsteht

Maitreya und die Meister der Weisheit
treten als Ratgeber der Menschheit hervor

Einführung & Videovortrag

Dienstag, 28. Juni 2016, 19:00 Uhr
1070 Wien, Seidengasse 28, im Hof
2. Stiege rechts, I. Stock, Veranstaltungsraum
info-ueber-maitreya@gmx.at

0699 | 999 0888

EINTRITT FREI

Sind wir frei?

Können wir überhaupt wissen, was das Beste für uns ist? Wie wäre es, dem Herzen, dem Fluss des Lebens, der Führung zu vertrauen, um von dort Antworten zu bekommen, wohin die Reise geht?

Wenn dann eine Richtung, eine Vision am Horizont aufleuchtet, müssen wir dieses Ziel dann wirklich mit ganz Vielen Übungen, Affirmationen, Visualisierungen verstärken, damit es auch ja so schnell wie möglich zu uns kommt?

Oder gilt es Vielmehr, unser Vertrauen zu verstärken, ahnend, später wissend, dass das Richtige stets geschieht? Dann nämlich können wir uns entspannen, tun, was zu tun ist. Dann müssen wir uns nicht verrückt machen, wenn wir zu wenig geübt haben, oder uns schuldig fühlen, wenn es woanders hingeht, obwohl wir uns das ideale Ziel doch so toll ausgemalt haben.

Manchmal ist es offensichtlich, dass das Leben etwas anderes mit uns vorhat, als das, was wir gerne hätten. Das ist nicht immer angenehm - aber letztlich besser, als wir uns das je hätten ausdenken können.

Eines der grundlegendsten Themen in der Geschichte der Philosophie ist der Gegensatz von Freiheit und Determination. Wie frei sind wir? Einerseits sind wir vorgeprägt durch Umwelt, Erziehung, Gene, Traumen und Erlebnisse, Vielleicht durch karmische Bedingtheiten, astrologische Gegebenheiten und Lernthemen, die sich unsere unsterbliche Seele für dieses Leben vorgenommen hat. Zugleich sind wir frei in unserer Entscheidung. Frei, uns auch gegen einen leichten Weg zu entscheiden, einfach um der Erfahrung Willen.

Jeder Mensch macht so seine Erfahrungen. Wie frei unser Wille ist, wird aktuell sogar von der Hirnforschung infrage gestellt, die damit eine alte Sichtweise aus dem Advaita, die wir später noch kennenlernen, untermauert: Vielleicht glauben wir nur zu handeln.

Vielleicht geschieht ohnehin, was geschieht. Vielleicht haben wir die einzige Freiheit, wie oben schon angedeutet, uns gegen den

YOGA of M STILLE RETREAT

25. - 28. Juli 2016

Seminarhotel Kraingrhütte
Helenental N.Ö.

4 Tage in STILLE SEIN

4 Tage BEWUSST SEIN

4 Tage in FRIEDEN SEIN

www.aktuji.org/wer-bin-ich/silent-retreat

JOY of BEING

Fluss des Lebens zu entscheiden, der dann eine andere Weggabelung nimmt, um dennoch letztlich im Meer zu landen.

Dieser Text kam einmal in einer Meditation:

„Ihr seid im übertragenen Sinne frei - frei zu entscheiden, welchen Weg ihr gehen wollt. Nach den ersten Schritten aber werdet ihr schnell spüren, ab dieser Weg ein leichter, öffnender ist - oder ob Steine und Gestrüpp euch ein leichtes Fortkommen verhindern. Dann dürft ihr überprüfen:

ist dies wirklich mein Weg? Macht er mir Freude - oder engt er mich ein?
Was kann ich tun, dass es leichter geht?
Oder sollte ich nach einer Abzweigung suchen?

So ist das Spiel mit Freiheit und Determination das Spiel eures Weges, der sich immer deutlicher für euch abzeichnet, je genauer und wacher ihr mit diesen beiden Grenzsteinen lernt umzugehen und die Zeichen richtig zu deuten.“

Der Durchbruch

Nun War ich gut auf dem Weg, dachte, die Kreativität könne jetzt fließen, und doch fiel ich vor nicht all zu langer Zeit in eine depressive Krise.

Nichts ging mehr.

Genau jenen Zustand hatte ich mir herbeigesehnt: Endlich würde ich mein erstes Buch vervollständigen - Sie ahnen es bereits, dass Sie es gerade in Händen halten - und ein weiteres Herzensprojekt, meinen Dokumentarfilm *Die Übersinnlichen*, verwirklichen. Beide Projekte waren vorangeschritten, jetzt ging es um zentrale Aussagen und Passagen, in denen ich mich mit meiner ganzen Person einzubringen hatte.

Doch nun dies: Schockstarre.

Was war geschehen? Nun, ich hatte zunächst einmal viel nachgedacht. Grübeleien über die möglichen Konsequenzen und Szenarien, die damit einhergehen könnten. Anfänglich waren diese natürlich wundervoll und groß - Erfolg, Geld, Bekanntheit und so -, aber Befürchtungen folgten auf dem Fuße. Was, wenn ich plötzlich gar kein Privatleben mehr hätte? Oder wenn es nicht erfolgreich war, wenn man meine Outings eher uninteressant, lächerlich fand? Wenn man mich verlachte?

Das Wollte ich natürlich nicht fühlen, also lenkte ich mich ab. Ja, *Flash Forward* wollte ich mir doch schon seit Langem anschauen und Torsten Sträter, auch nicht schlecht. Und aufgeräumt hatte ich auch schon lange nicht mehr.

Doch der Grund lag tiefer und den musste ich erst einmal finden: Ich hatte Angst vor dem, was zuvor der allertiefste Wunsch meiner Seele gewesen war - tiefe eigene Erkenntnisse zu vermitteln und mich damit in der Öffentlichkeit zu zeigen. Es war ja keine Egonummer, mir war klar, dass es darum ging, zu helfen und zu inspirieren durch meine Geschichte, die nur als Beispiel dienen sollte.

Was befürchtete ich?
Veränderung.

Einen ganz neuen Zustand, den ich mir jetzt noch nicht wirklich vorstellen konnte - oder eben nur mit jenen Gedanken, jenen Erfah-

rungen und jenen Ängsten, die ich schon kannte.

Ich musste also lernen zuzulassen, was kam.

Hingabe war gefragt.

Und Vertrauen.

Was war die Lösung, was ist der Weg?

Das Leben - im Persönlichen wie im Gesellschaftlichen - befindet sich in stetem Wandel. Dass dieser Wandel immer ruhig und fließend geschieht, wünschen wir uns. Und doch sind gewisse Wachstumsschübe ohne Quantensprünge, ohne plötzliche krisenhafte Ereignisse nicht vorstellbar, vor allem dann, wenn wir uns gegen diesen Wandel bewusst oder unbewusst wehren.

Kamen hier alte Ängste ans Licht, die schon länger in mir geschwelt hatten? Ich spürte keine Freude mehr, hatte keinen Hunger, keine Lust, irgendetwas zu unternehmen. Ich stand in derEnge und blockierte alles Lebendige in mir.

Nach einer ganzen Weile sinnlosen Verdrängens entschied ich mich, aktiv zu werden und das zu tun, was ich immer tue, wenn es nicht mehr weiterging: darüber zu meditieren und meine liebste Herzensefreundin anzurufen.

Langsam kamen Antworten.

Es galt, den Zustand zu akzeptieren - ein Zustand absoluten Nichtwissens, der immer dann sich anbahnt, wenn wir vor einem neuen Schritt stehen. Irgendwann ist es eben so weit, dann gilt es zu vertrauen, die Ängste liebevoll zu umarmen und TROTZDEM loszugehen, zu springen und sein Bestes zu geben. Nun erlaubte ich mir selbst noch einmal durch das bedingungslose Ja zu meinem Entschluss, auf die bestmögliche Weise selbst erfahrenes, hilfreiches Wissen weiterzugeben.

Es kam wieder in Fluss.

Diese Krise war aber wichtig gewesen. Wie nie zuvor standen all jene Überzeugungen und Erfahrungen auf dem Prüfstand, über die ich schreiben und vielleicht auch sprechen würde. Waren es hilfreiche, konstruktive Wissensbausteine und Geschichten oder wollte ich mir unbewusst nur noch mal eine

Runde Mitgefühl abholen, indem ich den traurigen, hilflosen Thomas beschrieb?

Es hat etwas vom Schmetterling, der erst seine Essenz in sich entwickeln muss, eine ganze Weile geschützt vor der Außenwelt. Die Entpuppung ist schmerzhaft, es wird eng, man muss sich anstrengen. Ein Kampf, durch den Geburtskanal zu stoßen -um dann aber das Licht des neuen Seins zu erkennen und zu leben, das sich fürwahr auch die Raupe niemals hätte vorstellen können.

Menschen, die sich in tiefen Krisen befanden, haben irgendwann begonnen zu fragen: Warum ich? Warum jetzt? Was hat das zu bedeuten? Was ist der Sinn?

Solch ein Fragen löst etwas Erstaunliches aus: Es gibt viele Berichte von Menschen, die durch dieses Fragen eine Öffnung erlebt haben - Trost, Antworten und Hilfe. Erst wenn wir uns wirklich eingestehen, dass wir nicht weiterkönnen, wenn wir uns öffnen für das, was da immer auch kommen mag, schaffen wir eine Öffnung und Raum für Neues, für Antworten, für Hilfe. „Suchet, so werdet ihr finden“, heißt es, und das wirkliche Fragen und Suchen führt zu erstaunlichen neuen Erkenntnissen und Hilfen.

In einer Meditation wurde ich daran erinnert:

„Dein Fragen öffnet den Raum für neue Einsichten, neue Perspektiven. Heute ist Fragen wichtiger denn je. Viele Strukturen sind veraltet und überholt - Strukturen äußerer Institutionen und innerer Gedanken, Alle reden von einer ‚Neuen Zeit‘, doch die meisten möchten nichts an ihren bisher erworbenen Reichtümern, Besitzständen, Wissensbausteinen und Überzeugungen verändern. Den Status quo aufrechtzuerhalten - das scheint ein hohes Ideal; und doch ist das Leben stete Veränderung, Weiterentwicklung. Geburt und Sterben, Werden und Vergehen.

Es kann schmerzen, wenn alte Strukturen zerfallen, weil dann der Inhalt, den sie zu schützen vorgaben, plötzlich allem ausgeliefert erscheint. Aber: Nun ist er frei, frei für ein neues Leben!“

Basiskurs Primärtherapie 06.-08. Mai 2016



Kursort: Sachsenkam bei München

Gefühle • Beziehungskonflikte • Krisen

Burnout • Müdigkeit • diffuse Ängste

Selbstreflektion • Psyche



Hermann Munk • Diplom-Psychologe
Psychotherapeut

kontakt@primaertherapie.de

Anmeldung auf:

www.primaertherapie.de

☎ 49-8021-5042756

2012 und die fünfte Dimension

Ja, auch ich war einmal ein Wendezeitjünger. Transformation war in der Esoterik ein oft missverstandenes Topthema, dem sich gefühlte 10.000 Bücher widmeten: 2012, Wassermannzeitalter, Armageddon, Aufstieg in die fünfte Dimension.

Klar, dass auch mich das interessierte. Das begann schon bald nach meiner zweiten Geburt. Nach dem Verarbeiten und Verdauen ungewöhnlicher Lichterfahrungen versuchte der Verstand, selbige einzuordnen, Ich las Esoterikmagazine, Bücher und lebte das ‚New Age‘ der 1980er nach. Viele Texte deuteten auf einen globalen Wandel hin, der 1999 stattfinden sollte, angeblich durch Nostradamus und viele Kornkreise bestätigt. Es war schon aufregend: Ich würde miterleben, wenn wir alle eine nie da gewesene Transformation erleben würden.

Innere Erkenntnisse, Begeisterung für die Themen formten sich zu einem Weltbild: Ja, bald würde die ganze Welt erwachen. Später begegnete ich Weggenossen, die ähnli-

che Erfahrungen machten. Ich besuchte Esoterikmessen und badete inmitten suchender und veränderungswilliger Menschen. Toll klangen da auch Theorien der ‚kritischen Masse‘: Wenn nur eine gewisse Anzahl Menschen erwachten, würden alle anderen wie von selbst ebenfalls diesen Zustand erreichen.

Hinzu kam meine Begeisterung für die UFO-Thematik, die sich damit Wunderbar verbinden ließ -übermittelte doch Ashtar Sheran, Führer unserer weiterentwickelten Raumb Brüder, einer intergalaktischen Föderation, schon seit den 1950er Jahren über mediale Menschen in Berlin, dass die Raumb Brüder uns begleiten und beschützen, dass früher oder später die gesamte Erde sich in einem gewaltigen Umbruch befinden würde. Die Pole würden vertauscht, Erdbeben, Vulkanausbrüche, Anstieg des Meeresspiegels »und das alles noch ohne die heute oft panisch überzogene Theorie des Klimawandels bemühen zu müssen.

Das war cool. Natürlich Wollte ich ganz vorne mit dabei sein.

Also las ich alle zur Verfügung stehenden Botschaften zur Wendezeit, um vorbereitet zu sein. Ja, ich sah mich schon im Raumschiff, wie wir in einigen Kilometern Höhe aus großen Fenstern sahen, wie sich die ganze Erde umstülpte, Kontinente sich verschoben und ausgediente, veraltete Strukturen unter sich begruben.

Mein Alltagsleben war zu dieser Zeit nicht so toll, Ich war einsam, hatte kaum Arbeit, musste mir ständig Geld leihen. Statt mich mit diesen naheliegenden Problemen zu konfrontieren, suchte ich lieber das Weite in jenen höheren Sphären des Glücks einer nahenden glorreichen Zukunft.

2000 und 2001 aber geschah nicht wirklich viel. Ich war enttäuscht. Wieder einmal hatte ich einen Wandel im Außen erhofft, der sich doch nur im Inneren vollziehen kann - und das nur durch mutige Arbeit am eigenen Wesen. Doch zu dieser Einsicht brauchte ich noch einige Zeit.

Wendezeitistimmer

Ich glaube, dass die Menschen zu allen Zeiten gesagt haben:

„Heute ist definitiv die intensivste Wendezeit! So viel wie heut ist noch nie passiert“

Immer wieder wurden in der Geschichte Weltuntergänge angekündigt. Um die erste Jahrtausendwende gab es Massenpanik aufgrund von Voraussagen von Papst Sylvester II und des Johannesevangeliums. Martin Luther verschob im 16. Jh. dreimal das Armageddon-Datum und auch 1666 geschah zum Glück nicht viel.

Auch am 23. Dezember 2012 mussten sich einige Zeitgenossen ernüchert eingestehen, dass der Big Bang ausblieb. Lustig ist es schon, als sich beispielsweise ein damals erfolgreicher Autor aus Österreich sogar im Internet bei der geistigen Welt beschwerte, warum er denn noch hier unten auf der Erde sei, wo doch der Aufstieg in die fünfte Dimension von ihm und selbstverständlich anderen hochstehenden geistigen Führern vorbereitet werden müsse.

Auch hier haben wir das Phänomen: Tendenzen, die tatsächlich wahrzunehmen sind, werden vermischt mit globalen Fantasien und Wünschen. Das kann jedem einmal passieren und 2012 passierte es eben vielen.

Dennoch erleben wir heute einen Wandel in fast allen Bereichen des Lebens. Dringliche Fragen suchen Lösungen. Flüchtlinge, Finanzen, Umwelt. Wie soll es weitergehen? Brauchen wir ein neues Bewusstsein? In vielen, auch wissenschaftlichen, Foren ist längst klar geworden, dass dieses neue Bewusstsein eines der Verbundenheit sein muss. Kooperation statt Konkurrenz. Vielleicht sind wir ja geleitet und geführt von Engeln und aufgestiegenen Meistern und vielleicht ist die Evolution, die überall stattfindet, eine gute.

Globale Verbundenheit. Manchmal hat man den Eindruck, dass die vor allem durch multinationale Konzerne missbraucht wird. Und doch gibt es das Internet, gibt es den weltweiten Austausch von Wissen. Manche spirituellen Lehrer berichten darüber hinaus, dass heute so viele Menschen wie nie zuvor Zustände von Erwachen oder Erleuchtung erleben.

Die spirituellen Traditionen haben darauf ebenfalls eine Antwort, Erlebten wir die ei-

gentliche Wendezeit schon während des ‚Mysteriums von Golgatha‘, also der Kreuzigung des Jesu, von der Rudolf Steiner in seinen Schriften sprach? Erreichen wir demnächst den ‚Omegapunkt‘ des Theillard de Chardin, ein neues globales Bewusstsein eines Miteinander und mit der Erde - eines, das vielleicht die Aborigines jetzt schon leben?

Dieter Broers und andere spirituall-wissenschaftliche Denker sehen unsere Entwicklung so: Alles ist miteinander verbunden, besonders in feinstofflichen Ebenen, die zum Teil messbar sind, zum Teil nur in geistiger Form existieren. Die höheren Schwingungen sind zugleich jene geistigen Ebenen, aus denen die Materie und alles Leben entsteht und gespeist wird. In der Wissenschaft spricht man dabei vom Nullpunktfeld oder dem Feld potenzieller Möglichkeiten - gleich dem ‚eingatmeten‘ Feld der indischen Veden, aus dem in zyklischer Folge ganze Universen ausgeatmet werden. Der geniale Physiker Burkhard Heim hat angeblich mathematisch schlüssig beweisen können, dass ein zwölfdimensionales Universum exakt so aufgebaut sein könnte, und auch die String-Theorie beschäftigt sich damit.

Evolution findet überall statt und wird ausgelöst durch hochenergetische (‚göttliche‘?) Energieschübe, die durch die Zentren der Galaxien, vielleicht auch schwarze Löcher wirken. Sie senden Energien aus, die durch die Sonnen schließlich die Planeten und alles Leben darauf erreichen und beeinflussen. Geist und Materie sind dabei nicht zu trennen - so hatte die Sonne für alte Völker durchaus Bewusstsein, Geist. Laut Broers aber sind unser Bewusstsein, die DNA und andere Bereiche des Körpers ebenfalls von Energien der Sonne beeinflussbar. Ein Schub aus den Zentren der Galaxien sorgt so für einen Schub im Bewusstsein.

Klingt doch spannend, oder? Einige Regierungen und viele große Unternehmen bereiten sich schon jetzt mit diversen Sicherheitsmaßnahmen auf diesen Ernstfall vor, da auch das gesamte Stromsystem und somit auch die Computer betroffen sein könnten. Woher kommt eigentlich der Wunsch, die Ahnung eines globalen Wandels? Vielleicht

verbirgt sich dahinter das Wissen, dass ein Wandel im individuellen Leben ansteht, es aber in der Gruppe und einem liebevollen Miteinander viel leichter fallen würde. Was nicht zutrifft, denn: Kennen Sie eine spirituelle Gruppe, in der die Mitglieder gemeinsam einige Stufen ihres Bewusstseins, ihrer inneren Entwicklung gemeinsam gemeistert haben? Ich nicht. Und was in der Gruppe schon nicht geschieht, wie sollen wir global solch einen ‚Aufstieg‘ schaffen?

In der Tat ist jegliche spirituelle Weiterentwicklung eine zu tiefst individuelle Angelegenheit. Und das macht uns Angst. Wir sind auf uns allein gestellt. Eine Gemeinschaft kann uns unterstützen »und doch können wir den Weg nur alleine gehen.

Vertrauen, Es geht also wieder einmal um Vertrauen. Wir wissen nicht, was morgen, noch nicht einmal, was in der nächsten Minute geschieht. Die Evolution allen Lebens aber schreitet voran und sie ist eine gute.

Eine Krise ist immer eine Chance, so heißt es. Und doch ist es inmitten der Krise wahrlich kein Leichtes zu vertrauen. Täglich in den Nachrichten Katastrophen und Krisen zu sehen und weiterhin dem Leben zu vertrauen ist nicht immer leicht. Gerade in Deutschland, dem Land der Dichter und Denker, somit aber auch der Grübler und Zweifler, ziehen sich viele angstbehaftete Meinungen und Befürchtungen durch die Medien und durchs Internet.

Wie aber wird unser Land, unsere Erde eines Tages aussehen, wenn es wirtschaftliche Umbrüche gegeben hat und viele Menschen an anderen Orten leben? Niemand weiß es und das macht uns Angst. Kann es aber nicht sein, dass durch diesen Wandel die Menschen noch bewusster werden, sich noch viel mehr um die Umwelt und umeinander kümmern Werden, dass durch die Eingewanderten ganz neue Energien und Ideen zu uns kommen?

Ich bin jedenfalls erstaunt, dass auch gute Freunde und Medienkollegen sich schnell anstecken lassen von einer Panikmache, die nur dadurch entstehen kann, weil man das Offensichtliche sieht, aber den Glauben an einen Sinn, an die Evolution des Bewusstseins im Globalen und damit auch unserer

kollektiven Entwicklung verloren hat. Krisen und Kriege machen uns Angst, sie werden uns täglich in den Medien präsentiert, wir fühlen uns hilflos. Und doch können wir mit dem Frieden in uns, den uns niemand nehmen kann, Vieles erreichen.

Ja, auch ich bin fest davon überzeugt, dass wir in einer besonderen Wendezeit leben. Zusammengefasst sind es mehrere Szenarien, die ALLE einen Teil der Wahrheit wiedergeben könnten, PLUS jener vermutlich noch größere Teil, den wir uns überhaupt noch nicht vorstellen können.

Mögliche Szenarien und Zeichen der Veränderung könnten einerseits folgende sein:

- Immer stärkere Durchwirrung unserer feinenenergetischen Welt durch nicht natürliche elektromagnetische Strahlen (Handy, Sendemasten, ELF-Wellen), die eine natürliche Evolution verhindern
- Globale Bestrebungen, mehr Kontrolle über jeden Menschen zu erhalten - Wirtschaftlich, rechtlich ...
- Zunehmende Krisen durch zum Teil gesteuerte Völkerverschiebungen, Kriege, provozierte Unruhen

Diesen können folgende gegenübergestellt werden:

- Natürliche Evolution allen Lebens und allen Bewusstseins, die sich durch nichts aufhalten lässt und lediglich eine Weile ausgebremst werden kann
- Dadurch eine stärkere Verbindung und mehr Wissen um den Zusammenhang allen Lebens und aller Dimensionen
- Demzufolge globale Verbindungen von Herz zu Herz, die sich summieren und irgendwann das Gute in jedem Menschen zum Leuchten bringen

Dreimal dürfen Sie raten, zu welcher Möglichkeit ich tendiere. Und, Sie wissen ja, wenn jeder Gedanke eine Wirkung hat und wenn wir alle der einen Seite mehr Glauben schenken als der anderen, dann hat der Glaube uns geholfen!

Ihre ganz private Wendezeit

Fühlen Sie doch einmal, wie es Ihnen mit dem Thema geht:

Empfinden Sie eine Sehnsucht nach einem globalen Wandel? Und wie stellen Sie sich diesen vor?

Schreiben Sie einfach einmal alles auf, was Ihnen einfällt, wie Ihr Gefühl ist, was geschehen wird, Und vor allem, was ‚endlich passieren muss‘: Welche Missstände müssen aufhören, welche Institutionen sollten zerbröckeln? Wer soll an die Macht?

Fühlen Sie sich hinein, als könnten Sie bestimmen und verstärken, was längst nötig ist ...

Wahrscheinlich ist es Ihnen nicht verborgen geblieben, dass ich Sie ein wenig angestachelt habe, um die Sache zu emotionalisieren. Denn jetzt haben Sie einen Spiegel Ihrer Versteckten Gefühle, Wünsche und Sehnsüchte vor sich.

Mir ist aufgefallen, dass, je nach Gemütszustand, die Prognosen recht unterschiedlich ausfallen: Spirituelle Experten, die vielleicht früher schon ein New Age erwartet haben, ziehen mittlerweile mehr als enttäuscht von dannen, weil die träge Menschheit einfach nicht kapiert will.

Aber auch nüchtern denkende Menschen, die sich von Politik und Gesellschaft im Stich gelassen fühlen, sehen schon den dritten Weltkrieg, den Untergang des Euro und weltweite Katastrophen als gegeben an. Schauen Sie nur mal in einschlägige Internetforen.

Optimistische Zeitgenossen, die vielleicht seit Kurzem Herzensöffnungen erfahren haben freuen sich stattdessen auf den Aufstieg in die fünfte Dimension. Oder zumindest auf eine globale Erleuchtung, die laut Diana Cooper spätestens im Jahr 2032 erfolgen wird.

Und Sie, lieber Leser?

Erhoffen Sie sich endlich eine globale Veränderung? Wohin? Wovon wollen Sie vielleicht weg, was wollen Sie endlich beendet

Wissen» in der Gesellschaft, vielleicht aber auch im eigenen Leben?

Sind das eigene Schatten, unangenehme Eigenschaften oder Gedanken? Verdrängen Sie diese? Was würde es Sie kosten, sich ihnen stattdessen zu stellen, sie anzusehen, nach ihrer Botschaft zu fragen?

Wenn wir also die Projektion zurücknehmen, lässt sich klar erkennen: Wir leben in einer unglaublich komplexen Welt, in der Veränderung stets präsent ist, Veränderung ist überhaupt die einzige immer gültige Wahrheit, sagt der Buddhismus. Überall da, wo dieser Wandel nicht möglich ist oder auf Grenzen stößt, entsteht eine Krise. Diese ist, wenn man mittendrin steckt, schmerzhaft, kaum auszuhalten - aber aus einem höheren Blickwinkel einfach ein Übergang.

Wenn wir auch die in esoterischen Kreisen oft überdrehte Theorie der Verbundenheit etwas auseinandernehmen, sehen wir: Der Wunsch nach globaler Transformation ist verständlich, da er dem inneren Wunsch nach Weiterentwicklung entspricht, der hier einfach in die Welt gesendet wird.

Dabei möchte ich keinesfalls durch die rosa Brille blicken und jene tatsächlich kritischen Probleme kleinreden, die wir nur bewältigen können, wenn wir gemeinsam das Gute in allem verstärken und fördern, wenn jeder sein Bestes tut.

Es bleibt spannend.



Genug gelitten? Genug gekämpft?

Raus aus dem Gedankenkarussell mit The Work

Diesen Sommer gibt es eine besondere Gelegenheit Byron Katie und ihre Methode „The Work“ bei einem Tagesworkshop zu erleben. The Work ist ein einfacher Weg mit stressvollen Situationen, Gedanken und Leid umzugehen, anders wie wir es normalerweise gewohnt sind. Die innovative Methode The Work basiert auf der Idee, dass einschränkende Überzeugungen sich in unserem Leben, oft an anderer Stelle, in der Form von Leid und Stress zeigen. Mit unseren Überzeugungen bauen wir uns oftmals eine Parallelwelt auf, mit der wir uns selbst sabotieren und welche uns vor allem limitiert. Mit The Work lassen sich diese Überzeugungen zuerst identifizieren, danach untersuchen und häufig lassen sich dadurch der Stress und die belastenden Gefühle auflösen. The Work ermöglicht es uns aus dem permanenten Gedankenkarussell, in welchem wir Menschen uns häufig gefangen finden, auszusteigen und wieder zum lebendigen Leben mit Klarheit, Gelassenheit und Freude zurück zu finden. Byron Katie war selbst stark depressiv. Vor mehr als 30 Jahren entwickelte sie die The Work Methode, welche seither tausende Menschen unterstützte.

Event: Raus aus dem Gedankenkarussell – Rein ins Leben!

Samstag, 16. Juli 2016, 9h30-17h30

(Einlass ab 8h), Kosten: 60-115 EUR

Congress Center Messe Wien,

Messeplatz 1, 1021 Wien

Infos, Tickets &Anmeldung: Turn It Around Institut:

office@turnitaround.at, +43 664 444 11 30,

www.turnitaround.at

Lesen Sie weiter in:

Die Stille in mir

Thomas Schmelzer - © EchnAtonVerlag

ISBN 978-3-937883-76-2

www.echnaton-verlag.com

Bewusst Sein - Impressum:

Medieninhaber, Herausgeber, Verleger:

Wr. Arbeitskreis für Metaphysik e.V.;

ZVR: 391006375

Postfach 36, A-1042 Wien

Chefredaktion: Margarete Frank

Layout: Rudolf Riemer

Druck: AV+ Astoria, A-1030 Wien

Der Name „Bewusst Sein“ ist urheberrechtlich geschützt.

Größe des Inserats		Einschaltgrundpreise ^{1) 2)}		
		Österreich-Programmteil Verbreitung in Österreich und Südtirol Druckauflage: 18.000 St. ⁹ effektive Leser-Reichweite: 45.000		Redaktioneller Teil Verbreitung in Österreich, Südtirol Süddeutschland u. Schweiz Druckauflage: 20.000 St. ⁹ effekt. Leser-Reichweite: 54.000
Format / Breite x Höhe (mm)		Ankündigung einfärbig/färbig	Inserat einfärbig/färbig	Inserat einfärbig/färbig
Doppelseite (2 Seiten)	2x 133x190mm	€ 550,- / € 605,-	€ 730,- / € 803,-	€ 889,- / € 977,90
1 Seite	133x190mm	€ 309,- / € 339,90	€ 405,- / € 445,50	€ 505,- / € 555,50
2/3 Seite	87x190mm	nicht verfügbar	nicht verfügbar	€ 370,- / € 407,-
1/2 Seite hoch	65x190mm	€ 193,- / € 212,30	€ 235,- / € 258,50	€ 303,- / € 333,30
1/2 Seite quer	133x94mm	€ 193,- / € 212,30	€ 235,- / € 258,50	€ 303,- / € 333,30
1/3+ Seite quer	133x70mm	€ 174,- / € 191,40	€ 199,- / € 218,90	€ 241,- / € 265,10
1/3 Seite hoch	42x190mm	nicht verfügbar	nicht verfügbar	€ 241,- / € 265,10
1/4 Seite hoch	65x94mm	€ 119,- / € 130,90	€ 142,- / € 156,20	€ 167,- / € 183,70
1/4 Seite quer	133x46mm	€ 119,- / € 130,90	€ 142,- / € 156,20	€ 167,- / € 183,70
1/8 Seite	65x46mm	€ 77,- / € 84,70	€ 88,- / € 96,80	€ 102,- / € 112,20
1/16 Seite	65x22mm	€ 49,- / € 53,90	€ 54,- / € 59,40	€ 63,- / € 69,30
Beilagen	bis zu 144x206mm	ab € 85,- (zuzügl. evt. Portokosten) pro Tausend Beilagen ³⁾ Beilagen-Bestellungen bitte 3 Wochen vor Annahmeschluss; für Kalkulationen steht unsere Redaktion gerne zur Verfügung		
Bei diesen Preisen kann kein Agentur- rabatt gewährt werden. Druckfehler vorbehalten		1.) zusätzlich kommen noch 5% Werbeabgabe und 10% MwSt. 2.) Inserenten kommen für evt. anfallende Überweisungsspesen auf 3.) Die Mindeststückzahl an Beilagen bzw. Mithefter beträgt 3000 Stück 4.) variiert je nach Veranstaltungsaktivitäten (z.B. Messen) um +/-500 Stück		

Druckunterlagen

Druckunterlagen übersenden Sie uns bitte druckfertig vorzugsweise per Email. Faxe sind als Druckunterlagen nicht geeignet!

Gestaltung durch unsere Grafikabteilung:
Entsprechend Ihren Angaben gestalten wir für Sie auch gerne Druckunterlagen für Ihre Einschaltung:

Gestaltungspreis: ab 30% vom Einschaltgrundpreis

Druckunterlagenformate: Quark Xpress, PDF, TIFF, Jpeg, Word,...(Infos: media.bewusst-sein.net)



office@bewusst-sein.net

Bewusst Sein
Postfach 36
A-1042 Wien



Tel: +43-1-470 98 50

Fax: +43-1-470 98 50

Aufschläge für Platzierungswünsche

Inserat erscheint	Aufschlag	Programmteil
auf der 1. Seite	+25%	
in der Heftmitte rechts	+25%	
auf den Seiten 2 bis 5	+20%	
auf der letzten Seite d. Programmteils	+20%	
auf den Seiten 6 bis 15	+15%	
in der Heftmitte links	+15%	redaktioneller Teil
andere Platzierungen (z.B. "rechts oben")	+10%	
auf U4 (Heftrückseite, letzte Seite)	+35%	
auf U2 (Seite 2 des Heftumschlages)	+20%	
auf der Seite 3	+20%	
auf U3 (vorletzte Seite des Heftes)	+15%	
auf der Seite 5 oder 7	+15%	
andere Platzierungen (z.B. "rechts oben")	+10%	

1.) der prozentuelle Aufschlag ist bezogen auf den Grundpreis des Inserats; siehe Grundpreise (einfärbig)



Bürozeiten: Di, Mi, Do von 9h-13h
& bei Annahmeschluss von 9h-17h

Nächste Ausgabe: ab 1. Juli 2016

Anzeigenschluss: Montag 20. Juni



Maya- Zeit.be.gleiter

Juni



Vom 25.5.-6.6. festigt **CABAN**, die **Rote Erde**, unsere **Verbindung zu Mutter Erde**. Jetzt können alle „Schwebenden & Gast-Engel“ zur Landung ansetzen indem sie ihren Körper mit starker Nahrung versorgen, sich um Geldbelange kümmern, die tägliche Arbeit als sinnvolle Aufgabe akzeptieren, sich Erfolgswege für die Zukunft überlegen, aber vor Allem sofort anpacken, wo es schon brenzlich ist. Ins Hier&Jetzt kommen bringt Eure Inkarnation auf eine wichtige Stufe und **es kann Ur-Vertrauen entstehen die irdischen Aufgaben bewältigen zu können**. Je mehr Ihr diese 3D-Prüfung auf dem Weg Eurer spirituellen Entwicklung lieben lernt, desto leichter ist sie. Es führt sowieso kein Weg vorbei, warum sie also nicht mit Enthusiasmus durchleben?! Auch beste Tage um Handel zu betreiben (Kaufen/Verkaufen, Tauschen, ...) und neue Business-Konzepte zu entwickeln bzw. zu starten. Lasst Euch einfach von Caban dabei anleiten, dann läuft alles wunderbar **synchron, also zur richtigen Zeit, am richtigen Ort, das Richtige**. Perfekte Tage um liebevolle Gespräche mit unserer „Großen Mutter“ zu führen!



Vom 7.-19.6. berührt **OC**, der **Weißer Hund**, unsere Herzen. Jede Träne, gleich ob besonders jetzt aus Freude, Glück, Berührtheit, Mitgefühl oder aus Leid vergossen, dient der **Herzöffnung, Herzheilung, Herzensaktivierung**. Tränen sind sozusagen das therapeutische Wundermittel um als „Human Being“ weise zu werden. Das wollen wir natürlich nicht hören, denn wir verbinden damit leider hauptsächlich Schmerz, den wir verhindern wollen und Schwäche, die wir nicht zeigen wollen. Aber kann man nicht auch weinen, weil es so gut tut? Helft einfach mit romantischen Augenblicken, einschlägigen Filmen oder Lektüre etwas nach um diese emotionalen Heilzeremonien zu unterstützen. Ihr werdet merken wie erfrischt ihr danach seid! Und eigentlich sind sowieso jene Menschen die Starken, die sich getrauen „Schwäche“ (Tränen) zu zeigen. Geniale Tage um all das **mit**

Gleichgesinnten, Freunden, Familien zu erleben. Immerhin ist **Oc der Abgesandte der Liebe!** Nutzt die Gelegenheit um wieder Zugang zu Eurer wahrhaft menschlichen Seite zu finden, weil ... genau dafür wollten wir auf die Erde kommen. Ah, it's a Fee! ;-)).



Durch die Zeitwelle **AKBAL**, die **Blaue Nacht**, gehen wir vom 20.6.-2.7. auf Tauchstation. **Schlafen, meditieren, über sein eigenes Leben/Beziehung/Job, etc. philosophieren, tiefen Gefühlen begegnen**, usw. liegen jetzt voll im Trend. Klaro ist das meist mit Rückzug und Desinteresse an der Umwelt verbunden. Alle Antennen sind nach innen gerichtet. Daher am besten Partys, Präsentationen udgl. verschieben, Meetings nicht zeitig am Morgen ansetzen, mit körperlich anstrengender Arbeit warten. Besser Auszeit nehmen, ganzheitl. Therapien nutzen und geistige Fähigkeiten in Zeremonien aktivieren. Nun können auch die Super-Ober-Kontrollfreaks Entspannung erreichen bzw. innere Impulse gut wahrnehmen. Es ist also völlig normal sich schlapp zu fühlen, wie aus einer Parallelwelt kommend. Genießt diesen Zustand, denn immerhin erspart Euch dieser perfekte persönl. Kompass viele Umwege und Sackgassen in Eurem Leben! **Erträumt Euch Eure glorreiche Zukunft in Reichtum, Sorglosigkeit und ewiger Jugend**. Definiert konkret was Ihr gerne hättet - alles ist möglich! **Mystik-Akbal, Du kosmische Fülle weist uns den Weg**.

In diesem Sinne wünsche ich Euch wie immer viel Spaß und Erfolg beim Zeitgleiten. In Lak`ech,

Eure KAMIRA

Eveline Berger
Lebensgenusstrainerin,
Autorin, Künstlerin



Kontakt für Zeit-Fragen,
Einzelberatungen, Familien-
Analysen, Business-Coaching,
Seminare, Zeremonien, Maya-Orakel-Show:
LICHTKRAFT - kreative
LebensKunst,
01/294 70 22,
office@lichtkraft.com





Umweltfreundliches, schadstofffreies Deo selbst gemacht

Bereits viele Studien und Berichte haben darauf hingewiesen, dass in einigen, frei auf dem Markt erhältlichen Kosmetika bedenkliche und teilweise gesundheitsgefährdende Wirkstoffe enthalten sind. So stehen beispielsweise Aluminiumsalze in Deodorants, die als schweißhemmende Wirkstoffe beigemischt werden, im Verdacht für gesundheitliche Risiken verantwortlich zu sein, wie z.B. als Auslöser für Brustkrebs, Alzheimer oder Allergien allgemein.

Die hitzigen Diskussionen hat einige Unternehmer in der Kosmetikindustrie glücklicherweise dazu veranlasst in deren Deos kein Aluminium mehr zu verwenden. Verboten wurde Aluminium jedoch nicht, sodass es noch immer Produkte mit diesem Wirkstoff am Markt gibt. Abgesehen von Aluminium gibt es leider noch einige andere bedenkliche Stoffe mehr in Kosmetika, die bei Labortests immer wieder aufgedeckt werden.

Und so scheint es eigentlich nicht unvernünftig zu sein, zu überlegen seine Kosmetika selbst zu machen, da man so die Gewissheit hat, WELCHE Substanzen darin enthalten sind. Überraschenderweise lassen sich Kosmetika relativ einfach selbst herstellen und interessanterweise schneiden einfache selbstgemachte Produkte in Tests meistens am allerbesten ab - sowohl was die Wirksamkeit als auch was die Absenz von Schadstoffen betrifft.

Deo einfach und schnell selbst gemacht

Alles was man für das Do-It-Yourself-Deo braucht sind die Schalen von Biozitronen, Wasser, Natron (Backpulver) und zum Abfüllen ein Fläschchen mit Zerstäuber. Dem Natron kommt dabei die Aufgabe zu die Gerüche zu binden, die Zitrone wiederum verleiht den Frischduft und wirkt kühlend, straffend und leicht desinfizierend. Damit sich keine Schadstoffe einschleichen können, sollte unbedingt eine Biozitrone verwendet werden.



Mit einer Raspel wird die Schale der Zitrone abgerieben, bis in etwa eine Menge von einem Teelöffel erreicht ist (dafür wird ca. eine halbe Biozitrone gebraucht). Danach bringt man Wasser (mindestens 100ml) in einem Topf zum Aufkochen und nimmt danach den Topf vom Herd. Durch Abmessen (Ausgießen in ein Glas auf der Waage 100g) sorgt man dafür, dass im Topf jetzt etwa 100ml abgekochtes Wasser sind. In dieses Wasser wird die Zitronenschale eingerührt, der Deckel auf den Topf gesetzt. Nach 15 Minuten wird noch ein Teelöffel Natron (Backpulver) beigemischt, wieder gut umgerührt. Mit einem Trichter und einem feinen Sieb wird die so gewonnene Flüssigkeit in den Flakon umgefüllt.

Für eine gute Haltbarkeit sollte das Deo im Kühlschrank gelagert werden. Wer etwas Erfahrung mit ätherischen Ölen hat, kann die Duftnote natürlich noch nach eigenem Ermessen nachjustieren.