

kostenlos

Nr. 335 • November/Dezember 2017

# Bewusst Sein

Metaphysik, Sinnsuche und die energetischen Dimensionen des Lebens

Abb. "Friedensgabe" aus "Orakel der Aufgestiegenen Meister" von Doreen Virtue  
© KOHA-Verlag, ISBN 978-3-86728-036-5

## In dieser Ausgabe:

- **Maya Zeitbegleiter** November-Dezember
- **Die Zeitqualität im Spiegel der Tierkreiszeichen**  
November - Skorpion & Dezember - Schütze
- **Über die Befreiung aus der Abhängigkeit**  
*Amir Weiss*
- **Gewinnspiel "Licht"** - Ein Film von Barbara Albert

## Buchauszug:

Annelie Keil:

Wenn das Leben um Hilfe ruft

Vorträge

Workshops

Ausbildungen

Buchtipps

Therapie  
& Beratung

Energetische Behandlung  
& Produkte

Lebenshilfe

+ Veranstaltungskalender

[www.bewusst-sein.net](http://www.bewusst-sein.net)

Abs.: W.A.M., Wohllebeng. 10/22, 1040 Wien  
Österreichische Post AG. MZ 02Z031507 M

Empfänger:

## Wichtige Information für unsere LeserInnen und VeranstalterInnen

*Bewusst Sein* erscheint ab dieser Ausgabe nur noch alle zwei Monate bzw. als Doppelausgabe.

Die nächste Ausgabe ist die **Januar/Februar-Doppelausgabe.**

### Speziell für VeranstalterInnen:

Der Anzeigenschluss für die Januar/Februar-Ausgabe 2018 ist bereits am 13. Dezember 2017, um den zeitgerechten Druck und Versand sicherzustellen.

### Speziell für AbonnentInnen:

Sie erhalten selbstverständlich weiterhin für den gewohnten Beitrag von € 14,- (bei Versand ins Ausland € 22,-) zehn Ausgaben.

Für alle offenen Fragen steht Ihnen die Redaktion von *Bewusst Sein* gerne zur Verfügung unter: [office@bewusst-sein.net](mailto:office@bewusst-sein.net)

# Bewusst Sein

## Sinn und Zweck von **BEWUSST SEIN**

(*Offenlegung im Sinne des Mediengesetzes*)

*Bewusst Sein* ist die Vereinszeitschrift des Wiener Arbeitskreises für Metaphysik. Die Herausgeber der Zeitschrift vertreten die Ansicht, dass Menschen, die sich mit metaphysischen Wahrheiten ehrlich auseinandersetzen und diese in ihrem Dasein berücksichtigen, zu einem friedvollem und sich gegenseitig respektierendem Zusammenleben aller Wesen der Schöpfung beitragen. *Bewusst Sein* soll metaphysisches Wissen verbreiten und diejenigen in ihrer Tätigkeit unterstützen, die ebenfalls mit der Verbreitung solchen Wissens beschäftigt sind. Metaphysik bezeichnet jene Wissensgebiete und Themenbereiche, die über die empirisch-naturwissenschaftlich allgemein anerkannte Lehrmeinung hinausgehen. Es schließt damit auch die diversen, praktischen Anwendungen solchen Wissens ein, wie z.B. holistische Therapieformen, Alternativmedizin, diverse spirituelle und naturbezogene Lebensweisen und Praktiken, und vieles mehr.

Der *Wiener Arbeitskreis für Metaphysik* ist ein eingetragener gemeinnütziger Verein, dessen Ziel es ist, das Interesse für und das Wissen um Metaphysik zu fördern und zu vertiefen.

**Der Wiener Arbeitskreis für Metaphysik ist ein unabhängiger Verein, der weder formal noch von seinem geistigen Gedankengut einer religiösen Gemeinschaft bzw. spirituellen Gruppierung angehört; der Verein ist auch unabhängig von politischen Parteien bzw. Gruppierungen und erhält keinerlei Förderungen.**

Der Mitgliedsbeitrag von € 14,- bezieht sich auf eine außerordentliche Mitgliedschaft, die mit keinerlei Pflichten gegenüber dem Verein verbunden ist, und beinhaltet den Bezug von zehn Ausgaben der Zeitschrift.

## Bewusst Sein - Impressum:

### Medieninhaber, Herausgeber, Verleger:

Wr. Arbeitskreis für Metaphysik e.V.;  
ZVR: 391006375  
1040 Wien  
[www.bewusst-sein.net](http://www.bewusst-sein.net)

**Chefredaktion:** Margarete Frank

**Layout:** Rudolf Riemer

**Druck:** AV+ Astoria, 2540 Bad Vöslau

Unsere nächste Ausgabe ab 29. Dezember:

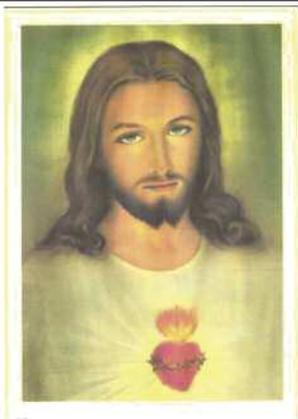
**Januar/Februar  
Doppelausgabe**

**Anzeigenschluss ist der 13. Dezember**

Unsere Mediadaten und Anzeigenpreise finden Sie unter:

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

*Der Name „Bewusst Sein“ ist urheberrechtlich geschützt.*



## 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](http://www.christuskraft.at)



Amir Weiss,  
30 Jahre erfolgreich  
in der Suchtentwöhnung

## Sind Sie zuckersüchtig?

Befreien Sie sich von Ihrer Sucht nach  
Zucker, Alkohol, Nikotin  
oder von lästigen Pfunden!

### Behandlungstage

Wien: 19.11.2017 und 21.01.2018  
Rorschach: 12.11.2017 und 28.01.2018

Anmeldung  
und Termine:  
+49 (0) 967 692 30 14  
[www.weiss-institut.de](http://www.weiss-institut.de)

  
Institut  
**WEISS**  
natürlich suchtfrei

# Tantra



ist Lebensfreude



Mit Zafer E. Feichtner & Roswitha Sirninger

### Tantrisches Rendezvous im Herbst

Mi., 6. Dez. (19.00) bis So., 10. Dez. '17 (Maria Emfj)

#### Paar-Training Teil 1

Reise für Paare ins Herz ihrer Beziehung

### Tantra-Neujahrcelebration

Do., 28. Dez. '17 (19.00) bis Mo., 1. Jän. '18

#### Aufbautraining I. für Einzelne und Paare

Begegnung im tantrischen Energiefeld  
Bewußter Übergang ins neue Jahr

### Magie von Männlich und Weiblich

So., 25. März (18.00) bis Fr., 30. März '18

#### Tantra-Aufbautraining I.

Für Einzelne und Paare

Die Seminare finden südlich der Wachau  
im Herzen des Dunkelsteinerwaldes statt

#### Information und Anmeldung:

Verein Lichtung

Uttenhofweg 1 ♦ A-3386 Wimpassing

 02749 / 2594

E-Mail: [office@tantra.or.at](mailto:office@tantra.or.at)

Website: [www.tantra.or.at](http://www.tantra.or.at)

Eberhard J. Wörmer

## Natürliche Antidepressiva

Sanfte Wege aus dem Stimmungstief

Mankau Verlag

ISBN 978-3-86374-423-6 - 128 Seiten

€<sub>A</sub> 9,20 / €<sub>D</sub> 8,90

Mit der dunklen Jahreszeit haben auch sie wieder Hochsaison: Depressionen und Stimmungstiefs. Doch was unterscheidet das eine vom anderen, was sind die Ursachen, wie sehen mögliche Behandlungskonzepte aus, ab wann ist ein Arzt hinzuzuziehen? Diese und viele andere Fragen beantwortet Dr.med. Eberhard J. Wörmer in diesem kompakten Ratgeber. Das Symptom bzw. die Erkrankung Depression hat viele Ursachen. Häufig verschriebene Antidepressiva greifen hauptsächlich in den Neurotransmitterhaushalt ein und machen Serotonin und Noradrenalin in höherer Menge verfügbar. Das funktioniert nicht sofort, nicht frei von Nebenwirkungen und manchmal auch gar nicht. Möglicherweise liegt der Depression nämlich ein Vitamin D oder ein Eisenmangel zugrunde, der – sobald er ausgeglichen ist – auch die Symptome der Depression verschwinden lässt. Dieses Buch stellt „Natürliche Antidepressiva“ wie Nahrungsergänzungsmittel und pflanzliche Alternativen wie Johanniskraut oder Rosenwurz vor, ebenso alternative bzw. komplementäre Therapien und Maßnahmen wie Meditation und Musik.



Johanna Hetzner

## Heile, was hinter dir liegt

Die Vergangenheit ausgleichen und befreit in die Zukunft starten

Ansata Verlag

ISBN 978-3-7787-7526-4 - 208 Seiten.

€<sub>A</sub> 20,60 / €<sub>D</sub> 19,99 (inkl. Praxis-CD)

Jedes belastende Ereignis, jede Erfahrung hinterläßt Spuren in unserem Leben, in der Wahrnehmung aktueller Geschehnisse. Glücklich ist, wer keine schmerzlichen Erfahrungen machen musste oder die Vergangenheit verändern kann – beides ist jedoch unrealistisch. Das stimmt nicht ganz, sagt die Autorin dieses Buches, Homöopathin und Heilpraktikerin, die in ihrer Praxis auch mit energetischen Methoden wie Quantenheilung, Pranaheilung und systemischen Aufstellungen arbeitet. Natürlich kann die Vergangenheit nicht ungeschehen gemacht werden, jedoch können die Wahrnehmung eines Ereignisses sowie die Schlüsse, die daraus gezogen wurden, sehr wohl verändert werden. Anhand der geeigneter Techniken, die dieses Buch vorstellt, können wir in der Zeit zurück reisen zu dem jeweiligen Geschehen und in die Geschichte eingreifen, um das Ereignis auf energetischer Ebene zu verändern. Das funktioniert nicht nur bei Erfahrungen, die wir selbst gemacht haben, sondern auch bei jenen unserer Ahnen. Wer die Vergangenheit energetisch heilt, kann nicht nur Schmerzen und Lasten auf allen Ebenen auflösen, durch den damit befreiten Lebensfluss können auch individuelle Potenziale besser erkannt und umgesetzt werden.



Jay Goldner

## Kornkreiskalender 2018 Kunstkalender

[www.kornkreiskunst.at](http://www.kornkreiskunst.at)

14 Blätter A3 quer

€<sub>A</sub> 24,- / €<sub>D</sub> 29,- (inkl. Porto)

Der Kornkreiskalender erscheint nun im 8. Jahr in Folge, erneut im A3-Querformat, diesmal in sehr puristischem Design. Er zeigt die schönsten und wichtigsten Kornzeichen der jüngsten Saison auf zwölf Monatsblättern, jeweils in der Natur-Vogelperspektive, ebenso als künstlerisches optimiertes Color-Relief von Jay Goldner. Dazu gibt es auch die Erscheinungsdaten aller wieder in Südengland entdeckten geometrischen Mandalas. Das Kalendarium ist übersichtlich gestaltet, die Feiertage in A, D und CH dezent hervorgehoben. Eine einmalige Erinnerung an die aktuellst übermittelten Zeichen unserer kosmischen Freunde, die besten Bilder, an denen sich echte Kornkreisfreunde das ganze Jahr über erfreuen können. Die einzelnen Kornkreise sind zudem hinten im Infoblatt kurz beschrieben. Für Einsteiger: Jährlich erscheinen die wunderschönen Zeichen im Getreide rund um den Globus, ein Drittel davon ist mit Faktoren hoher Authentizität versehen. Viele der geometrischen Muster entsprechen der sog. Hl. Geometrie, den Urprinzipien der Schöpfungsmathematik. Diese kosmischen Schwingungsmuster gehen mit uns in Resonanz und sagen uns, dass wir definitiv nicht allein im Multiversum sind. Ein besonderes Geschenk für alle, die Zugang zu spirituellen Dimensionen haben.

Bestellungen über:

[www.kornkreiskunst.at](http://www.kornkreiskunst.at)



# Der friedvolle Krieger kehrt zurück!



**Dan Millman**  
**Der friedvolle Krieger und das  
Geheimnis der verborgenen Schrift**  
304 Seiten • € 20,60 [A]  
ISBN 978-3-7787-7531-8

Ein verschollenes Schriftstück,  
eine Reise durch Licht und Dunkelheit,  
Triumph und Zweifel: Auf Dan  
Millmans Spuren können auch wir  
das innere Potenzial entdecken,  
das in jedem von uns steckt –  
die unendliche Kraft und Genialität  
des friedvollen Kriegers.

Spannend wie ein Roman  
und voller Lebensweisheit.

**Ansata**  
www.ansata.de

Lieben  
lernen...

**ARUNA**  
INSTITUT



Regina König und Hellwig Schinko

## OFFENE SEMINARE

### FEUER, HERZ UND STILLE

25.12. – 1.1.18 Tantra-  
Silvestergruppe bei Salzburg in Österreich

### TANTRA-BODY

23.-25.2.18 mit Beatrix Rettenbacher  
& Jens Hartwig, bei Ulm

### FEUER, HERZ UND STILLE

25.3.-1.4.18 Tantra-Ostergruppe, bei Ulm

### DER KREIS DER MÄNNER I

27.4.-1.5.18 bei Ulm

### DER KREIS DER FRAUEN

27.4.-1.5.18 bei Schwäbisch Hall

### FEUER, HERZ UND STILLE

20.-27.5.18 Tantra-Pfingstgruppe, bei Ulm

## TRAININGS & AUSBILDUNGEN

### IM GARTEN DER LIEBE

46-tägiges tantrisches Selbsterfahrungs- und  
Fortbildungstraining; Beginn des 21. Basis-  
trainings: 05.-16.8.18 Ortasee / Italien

Information & Programm: ARUNA-Institut  
St. Nepomukstr. 13 · 74673 Muldingen  
Tel. 07936/621 · Fax 07936/646  
info@aruna-tantra.de · [www.aruna-tantra.de](http://www.aruna-tantra.de)

Rachel Carlton Abrams

## Der Körper Code

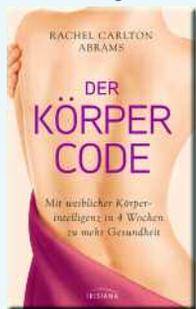
Mit weiblicher Körperintelligenz in 4 Wochen zu mehr Gesundheit

Irisiana Verlag

ISBN 978-3-424-15304-0 - 384 Seiten

€A 20,60 / €D 19,99

In ihrer Praxis als Allgemeinärztin war Rachel Abrams immer wieder mit den gleichen Symptomenkomplexen ihrer Patientinnen konfrontiert: Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Verlust der Libido, Allergien und chronische Schmerzen, die Kopf, Rücken und/oder Unterleib betreffen. Dazu kommen psychische Symptome wie Ängste und Depressionen. Die Kombination dieser Symptome treten so häufig auf, dass die Autorin sie zu einer eigenen Diagnose zusammenfasste: chronische körperliche Erschöpfung. Erschöpfung hat im Alltag viele Gesichter und bedarf, je nach Lebenssituation, auch verschiedener Maßnahmen, um wieder auf ein normales Energielevel zu kommen. Natürlich hat Erschöpfung manchmal reale Ursachen wie Erkrankungen, Stress oder schlechtes Zeitmanagement. Oft ist sie aber Resultat subtiler Energieräuber, die in den unterschiedlichen Lebensbereichen zu orten sind. Die Autorin, ausgebildet in konventioneller ebenso wie in Ganzheitsmedizin, identifiziert die Ursachen in allen Lebensbereichen. Die LeserInnen werden dazu angeleitet, ihren Energiehaushalt durch die richtige Ernährung, das geeignete Maß an Bewegung, Schlaf etc., aber auch mit Nahrungsergänzungsmitteln und anderen Maßnahmen ins Lot zu bringen.



Caroline Ebert und Karin Opitz-Kreher  
**Die Top 7 der ätherischen Öle für gesunde und entspannte Augen**

Die besten Anwendungen für eine optimale Sehkraft

Schirner Verlag

ISBN 978-3-8434-1300-8 - 144 Seiten.

€A 10,30 / €D 9,95

In unserer zivilisierten und technologisierten Gesellschaft haben viele Lebensbereiche massive Veränderungen durchlaufen, gleichzeitig haben wir uns von der Natur und den Dingen, die uns guttun, weit entfernt. Regelmäßig verbringen wir viele Stunden vor einem Bildschirm – brennende Augen, Konzentrationsschwäche, Kopfschmerzen und Kurzsichtigkeit können die Folge sein. Die Öle-Expertin Karin Opitz-Kreher und die Optikermeisterin und Augentrainerin Caroline Ebert zeigen Ihnen in ihrem Buch die besten Anwendungen für eine optimale Sehkraft. Sie erfahren, wie jeder seine Augenvitalität mit einer einmaligen Kombination der erprobten Methoden aus Augentraining und Aromatherapie mit ätherischen Ölen ganzheitlich verbessern und aktiv erhalten kann. Dank bewusster Sehpausen, Augenyoga, Rezepten für gesunde Leckerbissen und kleiner Selbstmassagen mit ätherischen Ölen, können Sie Ihren Augen und sich selbst etwas Gutes tun. Die betörenden Düfte der Öle unterstützen die Entspannung, Balancierung oder Energetisierung. Für mehr Wohlbefinden, bessere Augen, mehr Spaß bei der Arbeit, aber auch im Leben, bessere Konzentration und mehr Erfolg! [www.schirner.com](http://www.schirner.com)



Unsere aktuelle Coverabbildung „Friedensgabe“ stammt aus dem Kartendeck:

Doreen Virtue

## Orakel der Aufgestiegenen Meister

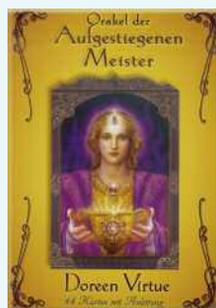
44 Karten mit Anleitung

KOHA-Verlag ISBN 978-3-86728-036-5

44 Karten+ Begleitbuch 120 Seiten

€A 18,50 / €D 17,95 / SFr 33,90

Wenn Ihnen das aktuelle Coverbild der Zeitschrift, die Sie gerade in Händen halten, aufgefallen ist, es stammt aus diesem Kartenset und ist nur eines von insgesamt 44 wunderschönen Bildern. Aufgestiegene Meister sind mächtige Helfer, Energien bzw. Archetypen, die als Götter, Engel oder Gottgesandte in fast allen überlieferten Kulturen beschrieben wurden. Die Meister und Meisterinnen dieses Kartensets stammen daher auch aus unterschiedlichen Kulturen, aus der christlichen Mythologie, der ägyptischen, indischen, jüdischen, griechischen und anderen. Auch verschiedene Künstler waren hier am Werk und haben die Motive damit noch einmal sehr unterschiedlich inspiriert. Die Bedeutung der Karten sowie die Herkunft der einzelnen Meister und Ihr Wirkungsbereich, sind im Begleitbuch nachzulesen. Zusätzlich überbringt jede Karte eine klare Botschaft, ein kurzer Satz, ein Wort. Neben allen archetypischen und sonstigen Interpretationen, gibt es also oft überraschend präzise Antworten auf konkrete Fragen.



I · A · W · G

# Internat. Akademie für Wissenschaftliche Geistheilung

TERMINE 2018 AUF [WWW.HEILERSCHULE-DROSSINAKIS.DE](http://WWW.HEILERSCHULE-DROSSINAKIS.DE)



## **Bettina Maria Haller** Spiritueller Heilung & Reading

Spiritueller 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.

Jede Wirkung des Lebens ergibt sich durch eine bewusst oder unbewusst gesetzte Ursache. Das elektromagnetische Feld des Menschen reagiert auf die Ursachen auf körperlicher, emotionaler und mentaler Ebene. Wenn das elektromagnetische Feld des Menschen harmonisch und voller Kraft ist, fällt es dir leicht positiv zu denken, voller Freude zu sein und dich körperlich wohl zu fühlen.

**Heilmeditation & Reading**  
3. November 19h  
1. Dezember 19h

**Seminar: Heilen mit Engeln**  
4. November 10–16h  
2. Dezember 10–16h

**Kontakt:**  
Spiritueller Heilung & Reading  
(Fern- oder Direktübertragung)  
[www.bettina-maria-haller.at](http://www.bettina-maria-haller.at)  
Mobiltel: 0043/664/4607654



## **Christos Drossinakis** Internationale Akademie für Wissenschaftliche Geistheilung

Die außergewöhnliche Heilbegabung und die außersinnlichen Fähigkeiten von Christos zeigten sich schon in frühester Kindheit.

Gott wirkt durch Christos schon seit seinem 4. Lebensjahr. Christos gilt als „energetischer Schmerzblockaden-Killer“ ;-)  
seine besondere Gabe.

Für Austherapierte gilt er weltweit als letzte Hoffnung.

Für seine Verdienste um die Erforschung Geistigen Heilens wurde Drossinakis 2005 vom Russischen Gesundheitsministerium als erster westlicher Heiler mit dem renommierten ENIOM-Preis ausgezeichnet.

Sein über 70 Jahre währendes Heilwissen gibt Christos in der IAWG an seine Schülerinnen und Schüler weiter.

**Heilsitzungen / Ö**  
5. & 6. November  
3. & 4. Dezember

**Messe für Körper, Geist & Seele**  
Klagenfurt 17. & 18. November

**Kontakt:**  
[www.heilerschule-drossinakis.de](http://www.heilerschule-drossinakis.de)  
Fern- und Direktheilung

Termine Österreich:  
0043/664/4607654  
Termine Deutschland:  
0049/69/304177

Annelie Keil

# Wenn das Leben um Hilfe ruft

## Angehörige zwischen Hingabe, Pflichtgefühl und Verzweiflung

Scorpio Verlag , ISBN 978-3-95803-128-9  
240 Seiten, €<sub>A</sub> 17,50 / €<sub>D</sub> 16,99

**Dr. phil. Annelie Keil**, geb. 1939, war von 1971 – 2004 Dekanin sowie Professorin für Sozial- und Gesundheitswissenschaften an der Universität Bremen. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Gesundheitswissenschaft und psychosomatische Krankenforschung, Biografie- und Lebensweltforschung sowie die Arbeit mit Menschen in Lebenskrisen, mit schwer Erkrankten und Sterbenden. Sie ist Mitbegründerin und Leiterin des wissenschaftlichen Weiterbildungsstudiums Palliative Care an der Universität Bremen und Mitglied im Vorstand der Stiftung der privaten Herz-Kreislauf-Klinik Lauterbacher Mühle.

Wie damit umgehen, wenn Herr Alzheimer in die Beziehung einzieht und man plötzlich geheimnisvoll zu dritt ist? Ist die Schwiegertochter zuständig, wenn die demente Mutter gepflegt werden muss? Darf man sich scheiden lassen, wenn sich der Partner durch eine schwere Krankheit in eine andere Person verwandelt? Vom ersten bis zum letzten Atemzug ist Leben auf Berührung, Liebe, Hilfe und Zuwendung angewiesen. Jeder von uns ist gewissermaßen lebenslang pflegebedürftig. Wenn jedoch Krankheit, Behinderung, Gebrechlichkeit oder Demenz in den Alltag einziehen, bleiben die Angehörigen meist ungefragt mit einer enormen Belastung zurück – überfordert, übersehen und allein gelassen. Die renommierte Gesundheitswissenschaftlerin Annelie Keil gibt ihnen eine Stimme. Differenziert und unerschrocken diskutiert sie Fragen, die eine wachsende Zahl von Menschen an den Rand der Verzweiflung treiben.

[www.scorpio-verlag.de](http://www.scorpio-verlag.de)



Aus dem Kapitel:  
Zweite Gefühlslandschaft - Angehörig sein leben lernen

### Zur Last fallen und sich doch nicht lästig fühlen

»Ich will keinem Menschen, vor allem nicht meinen Kindern, zur Last fallen.« Dieser beliebte, alles verdrängende Schlachtruf vieler älterer Menschen zur Zukunft der eigenen Versorgung hängt wie eine dunkle Wolke über den möglichen Hilferufen des

Lebens und verschwindet nicht, wenn eintritt, was zu befürchten war. Auch Abstürze, die man kommen sieht, kommen überraschend. Wohin mit der Last? »Last-minute-Angebote« in der Wohnungssuche, also bis zum letzten Drücker auf das Wunder der besten Lösung warten, sollte man besser in jungen Jahren nutzen, sie eignen sich weniger für das hohe Alter und seine Besonderheiten. Gesund und fit bis hundert, möglichst hochbetagt ohne schmerzliche Verbote abends einschlafen und morgens nicht mehr aufwachen – das ist eine Variante des Wunsches, jeder Abhängigkeit von

anderen Menschen aus dem Weg zu gehen, selbstbestimmt zu sterben und die Tür hinter sich alleine zuzumachen.

Dass man ohne Belastung für die Eltern nicht geboren worden wäre, ohne Hilfe anderer kein Schul- oder Arbeitsleben erfolgreich hinter sich gebracht hätte und ohne sich selbst zu belasten kein sinnvolles Leben gelebt hätte, sei nur erwähnt. Wie vieles andere hat das Leben uns weder ein beschwerdefreies Dasein noch einen solchen Tod versprochen, auch nicht die Leichtigkeit des Seins. Aber es hält paradoxerweise dennoch viel, wenn wir uns zusammen mit anderen aktiv seiner Herausforderungen annehmen, in die Puschen kommen und uns selbst wie gute Unternehmer um ein »gutes Leben« bemühen. Vom ersten bis zum letzten Atemzug fallen wir anderen Menschen und der Welt, die uns umgibt, mehr oder weniger zur Last, sind aber gleichzeitig selbst Lastenträger für andere! Leben ist geteilte Freude und geteiltes Leid. Diese unabdingbare Koexistenz kommt besonders dann zum Tragen, wenn uns die besonderen Hilferufe eines einzelnen Menschen erreichen und Gebrechlichkeit, Endlichkeit, Angewiesenheit auch der eigenen menschlichen Existenz in den Vordergrund treten. Leben lebt weniger von Absichtserklärungen denn von Taten, das wissen Familien, Angehörige und enge Freunde sehr gut. Es braucht keine glühenden Verehrer und flammende Reden, sondern zupackende, konkrete Freunde, heißt es bei dem Arzt und Psychoanalytiker Wilhelm Reich, der sich in seinen Schriften immer wieder mit den Lebensbedürfnissen der Menschen auseinandergesetzt hat. Leben braucht das Atmen und eine Luft, die nicht schadet; es braucht Essen, das ausreicht, nährt und nicht krank macht; es braucht stützende und schützende Hände, Liebe, Arbeit, Wissen, Trost und das Mitgefühl und manches mehr.

Familien und Angehörige sind, genau wie Ehepartner, eingetragene oder nicht eingetragene Partnerschaften, im ständigen Dialog mit dem Leben und seinen Herausforderungen. Wie konstruktiv und förderlich dieser Dialog für die einzelnen Partner ist, können wir teilweise an den Fallbeispielen in den folgenden Ausführungen ablesen. Wer



**Kennst Du bereits  
Deine Lebensaufgabe?**

**Nein? Dann wird es Zeit!**

**Stephan sagt sie Dir!**  
Konkret bis ins letzte Detail!

---

**Buche jetzt Deinen Termin!**

 **Tel.: 0049-33230-20390**  
[www.Bei-Anruf-Lebensaufgabe.de](http://www.Bei-Anruf-Lebensaufgabe.de)

**Bei-Anruf-Lebensaufgabe.de**

sich die bunten, schwarz-weißen oder farblosen Lebens- und Gefühlslandschaften von Familien über Autobiografien, Literatur, Funk und Fernsehen, in der entsprechenden Fachliteratur und vor allem zu Hause in den Küchen, Schlaf-, Wohn-, Bade- oder Kinderzimmern, beim Liebesleben, in der Kindererziehung oder im Umgang mit Eltern und Großeltern zu Gemüte führt, der kennt und ahnt die Jubel- wie die Hilferufe, die mit dem privaten Zusammenleben von Menschen einhergehen und von der jeweilig spezifischen Verbundenheit berichten. Schulkinder, die nach ihrer Meinung über Liebe, Lust, Kinderkriegen oder den Sinn von Heirat und Ehe gefragt werden, bringen meistens lebensnah auf den Punkt, worum es da für sie geht und was es mit dem Heiraten und der Familiengründung auf sich hat. Aus dem Mund der bereits erwähnten Drittklässler hören sich die Empfehlungen etwa so an:

»Wenn man heiratet, lebe ich Tradition weiter.« Und die sind durchaus sehr spezifisch:  
»Wenn man heiratet, muss man sich vorher

lieben, sonst geht das nicht.« Wer wollte das bestreiten? Aber wie liebt man vorher? »Die Geburt ist für Babys am schlimmsten.« Es hat übrigens lange gedauert, bis die Wissenschaft das Drama wie das Trauma von der Geburt zum Gegenstand der Forschung gemacht hat. »Nach der Hochzeitsreise geht es richtig los.« Ein interessanter Blick auf die Ehe und die nötige Beziehungsarbeit. »Ich will sieben Kinder und eine Oma.« Das ist ein klarer Plan mit pragmatischer Einsicht, denn ohne Oma wären sieben Kinder schon ein wenig verloren. »Ich will nicht heiraten, ich werde lieber Tänzerin.«<sup>35</sup> Bei Nachfrage würde uns die Schülerin sicher erklären, warum ihre Wahl auf die Tänzerin und nicht auf eine Ehefrau fällt.

Eine andere wollte gar nicht heiraten, sondern lieber gleich Witwe werden. Warum sie diesen Status wählte, ist unklar.

Auch dass die »Liebe durch den Magen« gehen kann, wissen Kinder aus eigenen Erfahrungen im Familienleben. Dass der Gedanke an Kochen und Familiengerichte bei manchen älteren Menschen dagegen großen Stress auslöst – Frauen denken ungern an die viele Arbeit des regelmäßigen Kochens für die Familie, bei alten, dementen Ehemännern kann die Erinnerung an Hunger und Wassersuppe im Krieg auftauchen –, sei nur erwähnt. Es erklärt aber, warum Essen auf Rädern für manche ältere Frauen und Männer inakzeptabel ist, dass die gemeinsamen Mahlzeiten in Alten- und Pflegeheimen aus unterschiedlichen Gründen viel Konfliktstoff enthalten und dass einer der großen Liebesbeweise und Mitbringel in der Angehörigenpflege die selbst zubereiteten Lieblingsgerichte aus der Familienküche sind.

Aber Essen ist nicht alles. Bei genauem Hinsehen wird neben dem Spaß, den man mit Familien und als Fan gelingender häuslicher Angehörigenpflege haben kann, auch deutlich, wie umfassend und komplex die Themen und Problemlagen sind, mit denen sich Lebensgemeinschaften auseinandersetzen haben, wenn ein Hilferuf an die familiäre Gemeinschaft ergeht. Worum genau geht es bei der Suche nach einem guten Weg bis zum Ende und zwischendrin in all den Kom-

inationen, die wir sehen? Welche Fragen und Erfahrungen werden – auch in familienähnlich strukturierten Wohngemeinschaften und Einrichtungen der Altenhilfe – besonders dann wieder bedeutsam, wenn die alten Eltern oder andere pflegebedürftige Angehörige zu uns nach Hause ziehen oder wenn nur ein Elternteil oder Ehepartner in ein Heim muß und der andere zurückbleibt und sich neu organisieren muss? In Familien, Lebensgemeinschaften wie anderen Formen des Gemeinschaftslebens geht es immer um die verschiedenen Bedürfnisse und Formen von Freiheit und Notwendigkeit, um Autonomie und Angewiesenheit, um Rechte und Pflichten der unterschiedlich Betroffenen und Beteiligten.

Es geht vor allem um den schwierigen Umgang mit Lebenszeit, um das Zeitmanagement, das schon unter normalen Bedingungen und nicht erst durch zusätzliche Belastungen schwer genug fällt: Zeit für sich, füreinander, für die Liebe, für Freundschaften, für Politik und Gesellschaft, für vieles, was das Leben braucht.

Es geht um Erwerbsarbeit und Reproduktion, um tägliche Sorge, Selbstsorge und Fremdsorge. Muss man den Beruf aufgeben, um die Eltern zu pflegen oder ein behindertes Kind zu versorgen? Es geht um Erziehung, Bildung, Fort- und Weiterbildung für sich, die Kinder und andere Angehörige. Welche Fortbildung braucht ein pflegender Angehöriger, um zu können, was er können sollte?

Es geht um gute Generationsbeziehungen, Fürsorglichkeit, Verlässlichkeit, um gute Nachbarschaft. Wer bleibt an Bord, wenn es um eine Langzeitpflege geht? Können Enkelkinder einbezogen werden?

Es geht um häusliche Pflege für Menschen, Tiere, die materielle Welt wie Haus und Garten. Was geschieht mit der Lieblingskatze oder dem geliebten Dackel, wenn die Besitzer zu alt geworden sind, um die Pflege ihrer Haustiere weiter zu leisten? Können sie im Altenheim oder im Hospiz zu Besuch kommen?

Es geht um Migration und Familienkulturen. Sind wir als Gesellschaft auf die Versorgung alter Menschen durch andere Menschen aus



Was sind meine nächsten Schritte?

Welche Veränderungen soll ich in meinem Leben vornehmen?

Wie kann ich meine Fähigkeiten am besten einsetzen?

In einer persönlichen Sitzung oder einer Telefon/Skype Sitzung werden Themenbereiche und Fragen aus der Sicht der Geistigen Welt betrachtet. Sie bekommen Hinweise, Impulse & Tipps für den weiteren Lebensweg.

DAUER: ca. 1 Stunde  
KOSTEN: 120,- Euro



MAG. INGEBORG REHAK  
APOTHEKERIN & MEDIUM

Kalsdorferstr. 6, A- 8072 Fernitz  
Tel.: +43 (0) 699 / 103 348 26  
ir@ingeborgrehak.at

[www.ingeborgrehak.at](http://www.ingeborgrehak.at)

12 Jahre Erfahrung im In- & Ausland

verschiedenen Ländern und Kulturen angewiesen? Welche seelischen Nöte entstehen, wenn die erwachsenen Kinder, die in Deutschland arbeiten, die Pflege ihrer Eltern in den Heimatländern nicht übernehmen können? Wenn die jungen Flüchtlinge aus Syrien oder Afrika ihre Eltern und Großeltern unversorgt zurücklassen mussten?

Es geht um Reichtum und Armut: Was können wir uns leisten? Wie teuer darf die Pflege der Angehörigen sein? Soll der arbeitslose Enkel einspringen? Für was wird das Pflegegeld gebraucht?

Es geht um Umgang mit Geld, Altersversorgung, Eigentumsfragen, Erbschaft. Es geht um Religion, um spirituelle Seelsorge, um Bestattungsrituale, um politische Einbindungen.

Es geht um interne und externe Familienpolitik und Sozialpolitik: Wer ist für wen verantwortlich, wer zahlt, wer zahlt nicht, wer stellt die Anträge und bekommt Kinder- oder Pflegegeld oder einen Mietzuschuss?

»Denn zu Zeiten der Not bedarf man seiner Verwandten«, heißt es bei Goethe im *Reineke Fuchs* (1794), und in einem Brief an Herzog Carl August im Dezember 1806 erklärt er: »Wenn alle Bande sich auflösen, wird man zu den häuslichen zurückgewiesen.« Eine zutreffende Analyse für die Lage alter, hilfsbedürftiger Familienangehöriger und ihrer Angehörigen, die sich der Aufgabe angenommen haben.

Es ist nicht wenig, was besprochen, verhandelt, bearbeitet oder liegen gelassen, verschoben, unter den Teppich gekehrt oder verdrängt werden muss. Wer hat für wen eine Vollmacht? Wie steht es um Testamente, Patientenverfügungen, um Diätvorschriften oder besondere Verfügungen, mit denen man notfalls in ein deutsches Altenheim einzieht oder wegen des Preises und des besseren Wetters nach Thailand übersiedelt. Im Fall konkreter Hilferufe rund um ein Krisengeschehen legt das Leben eines Angehörigen die speziellen Fragen auf den Tisch des jeweiligen Hauses. Zu Antworten werden diejenigen aufgefordert, die neben

dem Betroffenen als Angehörige, Zugehörige oder professionelle Ansprechpartner gelten. Es ist herauszufinden, worum es geht, was zu tun oder zu lassen ist, wenn das Schicksal zum Beispiel mit einem konkreten Schlag, einem Schlaganfall, das Leben einer Familie durcheinanderbringt.

Die Akutversorgung von Schlaganfallpatienten wurde in den vergangenen Jahren nicht nur kontinuierlich verbessert, sondern hat (wie auch bei anderen Krankheiten) dazu geführt, dass jährlich etwa 270 000 Betroffene überleben. Wesentlichen Anteil daran haben sowohl informierte Patienten wie vor allem ihre Familienangehörigen, die schnell und umsichtig reagieren, wenn es passiert. Der Hilferuf des Lebens ist jedoch mit dem ersten Notruf nicht beendet: Menschen, die einen Schlaganfall überleben, müssen danach meistens langsam lernen, mit schweren Beeinträchtigungen zurechtzukommen. Schlaganfall ist der häufigste Grund für Behinderungen im Erwachsenenalter, und die Mehrheit dieser Patienten ist dauerhaft auf Pflege, Therapie und andere Handreichungen angewiesen. Lähmungen schränken die Mobilität ein, Sprachstörungen beeinträchtigen die Kommunikation, Antriebsverlust und Persönlichkeitsveränderungen erschweren das Zusammenleben, Depressionen verdunkeln die Lebensfreude. Freiheitsverluste für beide Seiten der Partnerschaft verursachen bei aller Liebe und Hingabe immer wieder Verzweiflung, und die Suche nach Freiräumen jenseits des Miteinanders bleibt eine der zentralen Herausforderungen. Schlaganfallpatienten müssen – zusammen mit ihren Angehörigen – vieles im Leben neu lernen, sich umstellen, neue Perspektiven für ihre Zukunft entwickeln.

Ein fünfundfünfzigjähriger Ehemann berichtet:

*»Meine Frau hat 2012 im Alter von 49 Jahren einen schweren Schlaganfall erlitten. Nach fünfmonatigem Krankenhaus- und Reha-Aufenthalt war sie so sehr auf mich fixiert und hatte extreme Angst vor dem Alleinsein, dass ich keinen Schritt mehr ohne sie machen konnte. Mittlerweile nutzen wir die Ver-*

*hinderungspflege und die zusätzlichen Betreuungs- und Entlastungsleistungen, um mir im Pflege- und Betreuungsalltag etwas Freizeit zu verschaffen. (In der Selbsthilfegruppe) sind Kontakte entstanden, die es mir ermöglichen, auch mal einen ganzen Tag oder sogar ein Wochenende mit Freunden zu verbringen, um neue Kraft zu tanken.«<sup>36</sup>*

Ob und wie Ehepartner, erwachsene Kinder oder andere Angehörige den Hilferuf eines Schlaganfalls oder einer anderen folgenreichen Diagnose annehmen, sich einsetzen und sich langfristig zur Suche nach Antworten aufgerufen und bereit fühlen, bleibt immer ein äußerst schwieriger Prozess, dessen Ausgang offen ist. Die Diagnose trifft zwar einen einzelnen Menschen, aber die Behandlung und der Umgang mit der diagnostizierten Krankheit trifft die ganze Familie oder die jeweilige Lebens- und Beziehungsgemeinschaft, deren eigenen Lebenszusammenhang samt Plänen und Zukunftsperspektiven. Wer von der Familie ist überhaupt »dran« und wie lange? Wer in der Schicksalsgemeinschaft übernimmt schon bisher in Krisensituationen die innere Führung, wer wird zum Sprecher nach außen, wer regelt die Finanzen? Wer hat die bessere Beziehung zum betroffenen Angehörigen, wer die erforderlichen Fähigkeiten und Kenntnisse, wer die besseren Ressourcen, um lang- oder kurzfristig einzuspringen und zu helfen? Was muss überhaupt getan und übernommen werden, was hätte schon längst anders laufen sollen, was kann man lassen, und wie sehen Einverständnis, Mitarbeit oder Abwehrmechanismen des Hilfsbedürftigen aus? Was will der betroffene Angehörige wirklich, und kann er seinen Willen entsprechend zum Ausdruck bringen? Was können Angehörige an Professionelle abtreten, welche ambulanten und stationären Angebote sind nützlich, welche machen Sinn, und wie gut informiert sind die, die zeitweise einspringen und nur bedingt helfen wollen? Darf sich die »helfende Hand« zurückziehen, wenn sie ausgeschlagen wird? Muss oder soll man sich einmischen, wenn der Betroffene es nicht will?

Die Sozialpädagogin, Gestalt- und Familientherapeutin Birgit Lambers hat in ihrem 2016 erschienenen Buch *Wenn die Eltern plötzlich alt sind* zu vielen dieser Fragen typische Fallbeispiele und Anregungen gesammelt, um pflegende Angehörige in dem Konflikt zwischen Sorge, Liebe und Überforderung zu einem Weg zu ermutigen, der ihnen hilft, die Belastungen zu meistern.<sup>37</sup>

Welche kleinen und großen Hindernisse den Weg zu einem eigenen Weg behindern können, zeigt das folgende Beispiel.

*Mein Vater war mein Held, stark, intelligent und erfolgreich. Auf alles wusste er eine Antwort. Und plötzlich wurde er zerbrechlich, unsicher und ängstlich. Meine Fragen beantwortete er alle nur noch mit: »Weiß ich auch nicht.« Der 49-jährigen Simone ist klar: Ihr Vater hat sie verlassen. Sie selbst muss in die Rolle der Heldin schlüpfen. Sie sagt nun, wo es langgeht, und gibt Antworten auf die drängendsten Fragen.<sup>38</sup>*

»Nichts ist wie vorher«, sagen Menschen, die von einem unerwarteten Schicksalsschlag betroffen sind. Das Ereignis stellt die bisherige Lebens-, Arbeits- und Hausordnung auf den Kopf. Gleichzeitig soll möglichst vieles bleiben oder wieder so werden, wie es früher war. Im Leben bleibt jedoch auch ohne plötzlichen Schicksalsschlag nichts, wie es war, denn Leben steht nicht still. Aber wer es anders sehen will, wer überraschend in eine Unordnung gerät und sich zur Neuorientierung gezwungen sieht, sucht umso intensiver nach einem vertrauten Halt oder einem alten Geländer, an dem zu gehen er gewohnt war.

## **Rollenspiele und Inszenierungen**

Aber wie war es früher, in der Zeit vor dem Hilferuf? Wie tragfähig und realistisch sind Rückblick und Selbsteinschätzung? Wie waren und sind die familiären Kommunikationsstrukturen, wie fest und wie belastbar das Vertrauen zueinander?

## **KARMA – UND SEELENREINIGUNG**

Magnetische Behandlung in Kombination mit intuitivem Seelengesang

Elisabeth Kinsky, [www.elisabeth.or.at](http://www.elisabeth.or.at)

ca. 1 Stunde, €70,00 mobil 0699/1941 0674

In der Erinnerung und bei selbstkritischem Rückblick fühlen sich Familienbeziehungen unter der neuen Belastungsprobe anders an, werden Rollenaufteilungen vielfach brüchiger oder stabiler gesehen, als sie wirklich waren. Finden sich in der Vergangenheit gute Beispiele für die solidarische Bewältigung von Krisen und Konflikten sowie Angehörige, auf die auch in der neuen Situation Verlass sein wird, wenn die Belastung über längere Zeit anhalten wird? Viele Menschen behaupten ja, dass sich erst in einer lang andauernden Krise, in der es an die Substanz geht, die wahren, sprich treuen Freunde zeigen. Treue hat etwas mit Bleiben zu tun, ist kein loser Pakt, den man schnell kündigen kann.

Heute hilfsbedürftige Eltern schienen früher genau zu wissen, was richtig oder falsch war, konnten Kräfte und Durchhaltevermögen sowie die Folgen ihres Handelns absehen. Nun wackelt das Selbstbild, Weltansichten zerbröseln, die Selbstständigkeit steht auf wackligen Beinen, und die erwachsenen Kinder übernehmen die Regie. Je autoritärer und einseitiger die Beziehungen zwischen Eltern, Kindern und anderen Angehörigen wie Großeltern früher waren und je kritischer diese Muster damals wahrgenommen wurden, desto stärker halten erwachsene Kinder manchmal beider Pflege ihrer Eltern unbewusst an den vertrauten Umgangsformen fest, nur jetzt mit vertauschten Rollen: »Einer muss ja schließlich das Sagen haben!«, »Ordnung muss sein!«, »Ich weiß, was das Beste für dich ist!«, »Lass mich mal machen, dann geht es schneller!«, »Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser!«, »Das haben wir immer schon so gemacht!« – die Drehorgel solcher Mustersätze spielt weiter, und alle, ob Kind, Oma, Opa oder andere, die auf Hilfe angewiesen sind, sitzen in der ersten Reihe.

## So bin ich, so bleibe und so pflege ich

Je nach Selbstreflexion, Achtsamkeit und Offenheit, nach Zuneigung oder Abneigung im menschlichen Miteinander, je nach persönlichem Rollenverständnis, wirtschaftlicher Situation oder sozialer Vernetzung der Beteiligten finden sich in den neu entstehenden »Kümmerbeziehungen« zunächst wie selbstverständlich die alten Verhaltensmuster und unterschiedlichen »Grundstimmungen« wieder, die auf beiden Seiten – sowohl der Pflegenden wie der Gepflegten – im Laufe des bisherigen Lebens bereits mehr oder weniger erfolgreich »eingeebnet« wurden. Dabei lassen sich verschiedene typische Rollenstrukturen beobachten.

Es gibt Menschen, die immer am Rande der Verausgabung leben, sozusagen eine *exzessive* Existenz führen, in der Verausgabung fast zum Selbstzweck wird. Sie sind und fühlen sich stets an irgendeiner Grenze: der Schmerzen, der Erträglichkeit der Lebensumstände, der Selbstansprüche, der Herausforderungen des Alltags, der Geduld. Bei solchen Menschen fällt es schwer, reale Überforderung und Belastung richtig einzuschätzen. Als Pflegebedürftige oder pflegende Angehörige geraten sie schnell und meistens unbewusst in selbst inszenierte dramatische Situationen, wenn ihre körperliche oder seelische Kraft für einen exzessiven Einsatz nicht mehr ausreicht. Sie können einfach nicht anders leben, nicht anders krank sein, nicht anders pflegebedürftig sein. Sie können aber auch nicht anders arbeiten, pflegen, umsorgen. Entweder so oder gar nicht!

Andere Menschen führen eine *eruptive*, eine von Wut, Ungeduld und anderen emotionalen Ausbrüchen umstellte Existenz, die ihre Umgebung in Angst und Schrecken versetzen kann. Im alltäglichen Umgang erkennt man eine Art Macho- oder Diva-Verhalten. Als Patienten oder pflegende Angehörige nehmen eruptive Charaktere jedes Missverständnis, Missgeschick, jede Panne, jedes kritische oder ungerechte Verhalten ihnen gegenüber zum Anlass für einen Wutaus-

bruch, eine Kündigung, einen Arztwechsel oder einen anderen dramatischen Auftritt.

Für den Menschen, der sich einer *normalen* Existenz verschrieben hat, besteht die wesentliche Anstrengung darin, auf keinen Fall aufzufallen. Was zu tun ist oder gefordert wird, wird gemacht – still, schüchtern, höflich und angepasst. Diese Menschen erscheinen gelassener, als sie sind, ihre Neugier hält sich in Grenzen, und das Aussitzen des Lebens ist ihnen lieber, als sich in sein Abenteuer zu stürzen. Wer nicht auffallen will, will auch nicht aus der Reihe tanzen. Die normale Existenz setzt auf Seriosität und bezahlt oft mit einem Mangel an Kreativität und Fantasie. In unruhigen Zeiten verspricht sie eine Art gesteuerte Sicherheit. Nicht zufällig spricht man auch vom »Wahnsinn der Normalität«<sup>39</sup>, der Anpassungsstrategie vieler Menschen, die mit Normalgewicht, normaler Sexualität, normalem Kaufverhalten, normalem Bewegungsdrang bis ins hohe Alter ihre statistisch mögliche Gesundheit zu sichern versuchen. Als pflegende Angehörige begleiten sie lieber die Folgen einer normalen Herzerkrankung denn eine Demenz.

Wer gesteigert auf eine *harmonische* Existenz setzt, will Spannungen vermeiden, stets ausgleichen, ohne Streit leben. Alles, was nach Disharmonie oder Konflikt riecht und zur klaren Stellungnahme herausfordert, wird unter den Teppich gekehrt. Ein heftiger, aber klärender Streit mit dem Pflegebedürftigen oder eine offene Auseinandersetzung mit einem Arzt oder einer Heimleitung ist dem auf Harmonie gepolten Angehörigen kaum möglich.

Die *aktivistische* Existenz lässt nichts anbrennen, nimmt alles in die Hand und aus der Hand der anderen, die gern wenigstens für sich mitsorgen würden. Sie fügt sich in nichts, agiert unentwegt, ist viel unterwegs, aber selten da. Viele alte Menschen werden nicht nur in der Demenz von großer Unruhe getrieben: Still herumsitzen geht gar nicht. Fleißige Lieschen und Rennmäuse findet man überall. Pflegebedürftige Angehörige fürchten solche Angehörige, die sie in der häuslichen Pflege ständig mit aktivierenden Angeboten, mit Wasserflaschen, kleinen Mahlzeiten oder anderen Ritualen traktieren

oder bei ihren täglichen Besuchen wie ein Wirbelwind durch das Pflegeheim sausen, alles kontrollieren, kaum Zeit für ein Gespräch haben und schon wieder weg sind. Alles gut gemeint, aber deshalb nicht gut!

Die *moralisierende* Existenz ist geprägt von Pflichtgefühlen und Beschuldigungen. Wer ihr begegnet, kommt selten mit einem guten Gewissen davon und weiß schnell, warum ein schlechtes Gewissen eine jener Antriebskräfte ist, sich in Arbeitsbeziehungen, zu der auch die Pflege von Angehörigen zählt, total zu verausgaben. Das schlechte Gewissen und die damit verbundenen Schuldgefühle sind eine Art Sekundenkleber für missglückende und unerfüllte Beziehungen und seit jeher ein wichtiges Hilfsmittel bei der Erziehung und Umerziehung von Menschen. Wenn die Entscheidung ansteht, wer im Fall des Hilferufs eines Angehörigen den Ruf anzunehmen hat, sind die »Moralisten« in einer Familie Schnell zur Stelle, ohne ihren Hut in den Ring zu werfen. Wer jedoch nur aus Pflichtgefühl, schlechtem Gewissen oder Schuldgefühlen die Pflege eines Angehörigen übernimmt, der wird das alle Beteiligten spüren lassen und kaum eine mitfühlende Zuwendung aufbauen können.

Die *altruistische* Existenz macht die Hingabe an andere zum wichtigsten, manchmal einzigen Lebensinhalt. Vor allem in der ehrenamtlichen Arbeit verdienen solche Menschen höchsten Respekt und große Anerkennung. In privaten, vor allem familiären Pflegebeziehungen besteht jedoch manchmal die Gefahr, dass sich solche Menschen unbewusst selbst zum Opfer machen und auchso verhalten. Wer als Empfänger mit so viel uneigennütziger Hingabe überschüttet wird, entwickelt mit der Zeit das Gefühl, selbst nicht gebraucht zu werden, letztlich nie etwas zurückgeben zu können, und muss sich auf Dauer bedeutungslos vornehmen. Die Erfahrung, in der Gegenwart des Altruisten alles abgenommen zu bekommen und mit Güte überschüttet zu werden, nimmt dem Empfänger all dieser Güte das befriedigende Gefühl, auch auf eigene Rechnung glücklich werden zu können.

CRANIO SACRAL KURS FÜR ALLE  
MMag.Dr. Karin Steiner | +43 676 5665362  
[k.steiner@gmx.at](mailto:k.steiner@gmx.at) | WirSind | Gymnasiumstraße 6,  
1180 Wien  
3-Tages Kurs | 19.-21.1.2018 (9-17 Uhr) |  
Gesamtkosten €400

## Ausgang offen

Wie und aus welchen Gründen pflegende Angehörige, professionelle Helfer und betreute Sorgenkinder ihre Rollen spielen, um jeden Preis durchhalten, anpassen oder verändern, ob sie sich eruptiv, harmonisch, moralisch, normal oder altruistisch in die jeweiligen »Kümmerbeziehungen« und an den verschiedenen Orten einbringen, ob sich dabei Trauerspiele, Tragödien, Komödien oder Schlagerparaden abspielen, bleibt offen. Manchmal erklärt eine Karikatur, worum es geht. »Wenn du nicht gleich stirbst, lasse ich mich scheiden!«, kommt in einer Sprechblase aus dem Mund einer Ehefrau, die erschöpft neben ihrem Ehemann auf einer Bank hockt und offensichtlich nicht weiß, wie es weitergehen soll. Könnte Ihre Mutter nach zwanzig Pflegejahren eine solche Idee haben? Kennen Sie Ehepaare, bei denen es für Sie ein Rätsel ist, warum diese aus angeblicher Sorge füreinander zusammenbleiben, aber sich verbittert mit Vorwürfen traktieren?

Der bayerische Humorist und Philosoph Karl Valentin hat die Offenheit aller Antworten auf die Hilferufe des Lebens so beschrieben:

»Jedes Ding hat drei Seiten, eine positive, eine negative und eine komische.«

[..]

Die im Text angefügten Indizes beziehen sich auf Hinweise und Quellenangaben im Buch

Lesen Sie weiter in:

**Wenn das Leben um Hilfe ruft  
Angehörige zwischen Hingabe, Pflichtgefühl und Verzweiflung**

Annelie Keil

© Scorpio Verlag ISBN 978-3-95803-128-9  
[www.scorpio-verlag.de](http://www.scorpio-verlag.de)



# Klangmaterial für den professionellen Bedarf

Peter Hess® Therapieklangschalen

Gongs • Zimbeln • Klanginstrumente • Zubehör • Bücher • DVDs



Artikelkatalog kostenlos anfordern! Anfragen von Wiederverkäufern willkommen!

**[www.klangschalenshop.at](http://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 Wien

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](http://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](mailto:info@klangmassage-therapie.at)

**[www.klangmassage-therapie.at](http://www.klangmassage-therapie.at)** **[www.klangherbst.at](http://www.klangherbst.at)**

**[www.klangschalen.at](http://www.klangschalen.at)**

**[www.klangschalenshop.at](http://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.klangmassagepraktiker.at](http://www.klangmassagepraktiker.at)**



Zentrum  
PU.U.N.

## Ausbildung

Handauflegen – Stufe I & II  
Alohim Methode – in Konstanz/DE



Infoabend – Freitag 1.12.2017  
Impuls-Seminar – Samstag 2.12.2017  
Beginn der Ausbildung – Jänner 2018

[www.cosmic-connecting.com](http://www.cosmic-connecting.com)



*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](http://www.shareinternational-de.org)

## Meditationen mit Ulrike

Für das innere Licht

Kernmeditation – Mi. 1.+ Mi. 29.11.

Lichtmeditation – Mi. 20.12.

Jahresausklangmeditation – Fr. 29.12.

jeweils 19-20 h

im Zentrum Puun, 1020 Wien, Komödiengasse 1

Ulrike Sieber - Psychotherapie, Supervision, Alohim Methode

Anmeldung: 0660 1267044 / [www.cosmic-connecting.com](http://www.cosmic-connecting.com)

## Die neue Zivilisation entsteht

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

### Einführung & Videovortrag

Dienstag, 28. November 2017, 19:00 Uhr  
1070 Wien, Seidengasse 28, im Hof  
2. Stiege rechts, 1. Stock, Veranstaltungsraum  
[info-ueber-maitreya@gmx.at](mailto:info-ueber-maitreya@gmx.at)

0699 | 999 0888

EINTRITT FREI



# Räuchern



### RÄUCHERWERK

aus eigener Produktion  
in Bio-Qualität

RÄUCHERZUBEHÖR und  
HAUSRÄUCHERUNGEN

### RÄUCHER-VERANSTALTUNGEN

#### EINFÜHRUNGSVORTRÄGE

mit Räuchermeisterin Regina Wimmer

Mi. 15.11.17, 19:00, EUR 15,-

Mi. 17.01.18, 19:00, EUR 15,-

#### ABENDSEMINARE

mit Räuchermeister Egon Pobuda

Mi. 14.02.18, 18:30-22:30, EUR 24,-

Mi. 12.04.18, 18:30-22:30, EUR 24,-

**ÖFFNUNGSZEITEN**  
Di. 9:00-12:00+14:00-19:00  
Mi. 14:00-19:00 Do. 9:00-12:00  
Fr.+Sa. mit Voranmeldung

### ONLINE-SHOP

[www.raeuchern.at](http://www.raeuchern.at)



### DUFTKLANG - RÄUCHERSEMINAR

mit Räuchermeisterin Annermarie Zobernig  
„SCHMERZ LASS NACH“

Do. 2.11.17, 18:30-21:30, EUR 36,-

### INDIGO - THEMENABEND

mit Räuchermeister Egon Pobuda  
„LIEBENSWÜRDIG - der Liebe würdig“

Mi. 22.11.17, 19:00-21:30, EUR 20,-

### INDIGO RAUHNACHT-SEMINARE

mit Räuchermeister Egon Pobuda

Fr. 1.12.17, 18:30-22:30, EUR 24,-

Mi. 6.12.17, 18:30-22:30, EUR 24,-

### ADVENT-NACHMITTAG IM INDIGO HAUS

Sa. 9.12.17, 14:00-20:00, kostenfrei

INDIGO ENTERPRISES - DAS INDIGO HAUS

Manufaktur, Groß- & Einzelhandel, Egon Pobuda, 1210 Wien, Thayagasse 43

Tel./Fax: 01 / 259 27 65 [www.raeuchern.at](http://www.raeuchern.at) e-mail: [indigo@raeuchern.at](mailto:indigo@raeuchern.at)

**gesund & glücklich – Das Messebündel für Körper, Geist & Seele** mit den Messen



**gesund & glücklich**  
mit ihren Schwerpunkten Ganzheitliche Heilmethoden, Spiritualität, Energetik & Naturkosmetik



**Schirmer Tage Austria**  
mit einer 150 m<sup>2</sup> großen Buchhandlung als „Buchmesse in der Messe“



**ISS DICH ... gesund & glücklich**  
mit gesunder Ernährung und Köstlichkeiten  
gemeinsam mit der



**Gesund Leben**  
(traditionelle Gesundheitsmesse)

**Messe-Facts:**

- ca. 180 Aussteller, rund 25 Buchautoren aus ca. 10 Nationen
- 8.000 m<sup>2</sup> Ausstellungsfläche mit 28.000 Besucher (2016)
- Über 120 Vorträge
- 2 Abendkonzerte
- 5 Seminare & Workshops
- Podiumsdiskussion u.a. mit Robert Betz
- 2 Messerestaurants (u.a. veganes Catering)

**17. – 19. 11. 2017**

FR+SA 9-19 Uhr – SO 9-18 Uhr

**Kärntner Messen Klagenfurt  
Messeplatz 1 | 9020 Klagenfurt**

**Seminare & Workshops auf der Messe**



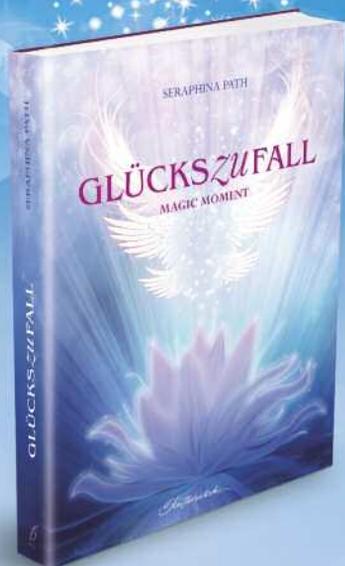
**Robert Betz** Erfolgscoach und Bestsellerautor:  
*Dein Weg zur Selbstliebe – Mit Mut zur Veränderung deine Wahrheit leben*  
SA, 18.11.2017 | 10 - 16 Uhr | Preis: 129 €  
Anmeldung/Tickets: [www.gesundmesse.eu](http://www.gesundmesse.eu)  
Veranstalter: Robert Betz Transformations GmbH, DE-80336 München



**Dr. Manfred Mohr** Seminarleiter und Buchautor:  
*Innenen und äußeren Frieden finden mit Hooponopono*  
SO, 19.11.2017 | 10 - 16 Uhr | Preis: 119 €  
Anmeldungen: [info@gesund-und-gluecklich.at](mailto:info@gesund-und-gluecklich.at),  
T. +43 (0)664 7376 5521 – Veranstalter: Verein „gesund & glücklich“, AT-9133 Sittersdorf



[www.gesundmesse.eu](http://www.gesundmesse.eu) ~ T. +43 (0)664 7376 5521



SERAPHINA PATH

**GLÜCKSZUFALL**  
MAGIC MOMENT

Dieses Buch ist für jene Person gedacht, welche den Weg zu sich selbst und die innere Wahrheit zu erfahren bereit ist, um im Außen zu gestalten, zu formen und zu verschönern, um sich fortan innere Freude & Glückseligkeit zu schaffen.

**Im gut sortierten Buchhandel,  
bei Amazon und über  
[www.featherworks.at](http://www.featherworks.at) erhältlich!**  
368 Seiten, ISBN 978-3-9503922-0-3

- Lesezeichen **GRATIS**
- MP3 Download **GRATIS**
- Neue Website **online!**

[facebook.com/Glueckszufall](https://facebook.com/Glueckszufall)  
[www.featherworks.at](http://www.featherworks.at)  
[office@featherworks.at](mailto:office@featherworks.at)

# PETER HIRNSCHALL

SPIRITUELLER LEHRER

1190 Wien, Krottenbachstraße 110/5/2

Mobil: 0676/32 99 413

[www.selbstfindung.at](http://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,--*



[Startseite](#) [Termine](#) [Astrologie](#) [Horoskope](#) [Personen](#) [Dienstleistungen](#) [Software](#) [Links](#) [Bibliothek](#) [Impressum](#)

### Astrologie des Wassermannzeitalters

Eintägige Lehr- und Coachingmodule einmal  
pro Monat für Anfänger und Fortgeschrittene

Die Seminare richten sich an jene  
Menschen, die sich intensiv mit Astrologie  
und Selbsterkenntnis auseinander setzen  
möchten.

Vormittags Archetyp des Monats.

Nachmittags Grundlagen - anschließend  
Gruppenarbeiten zu speziellen Themen.

samstags 10:00 - 17:00 - einmal im Monat

### Monatlicher Astrologischer Sonntagsbrunch

Herzlich eingeladen sind Astrologinnen  
und Astrologen - sowohl Anfänger als  
auch Profis zu Erfahrungsaustausch,  
Diskussion und ...

sonntags 10:00 - ... open end ...

Ort: Götzens - bei Innsbruck

Info: +43(0)664 2206244

[www.astrologieforum.at](http://www.astrologieforum.at)

## Entspannung Erlösung Neuerschaffung

- aus der Polarisierung in die Einheit
- aus der Festgefahrenheit in die Möglichkeit



### Energiepunkte die

- harmonisieren
- ins Gleichgewicht bringen
- Endlosgedankenschleifen auflösen
- zu Gelassenheit beitragen

### Einzelsitzungen und Ausbildungen

Termine, Infos unter: 0650-2511406 oder  
[www.100prozentdusein.com](http://www.100prozentdusein.com)



REBIRTHING - INTEGRATIVE ATEMTERAPIE  
EINZELSITZUNGEN BEI DR.<sup>TM</sup> ANGELA TICHY

CHAKRA BALANCING  
BEWEGENDE KURSE

TEL.: 01/897 25 72 - [WWW.REBIRTHING.CO.AT](http://WWW.REBIRTHING.CO.AT)

## [www.Gleichklang.de](http://www.Gleichklang.de)

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

### Seminarhaus Wienwest

Seminarräume in Schönbrunnnähe

Gartenblick, sonnig, ruhig

[www.seminarhaus-wienwest.com](http://www.seminarhaus-wienwest.com)

Tel./Fax: 01/812 41 49

Mobil: 0650/9215600

[2kh@chello.at](mailto:2kh@chello.at)

# ENERGY ISLAND

Fachgeschäft für energetische Produkte

Ayurveda • Ätherische Öle • Essenzen • Feng Shui • Klangschalen • Mineralien • Tachyonen • Räucherwerk • Zimmerbrunnen • Joalis • Nahrungsergänzungsmittel • Energetikerbedarf • Geschenkartikel



1130 Wien, Hietzinger Hauptstraße 67

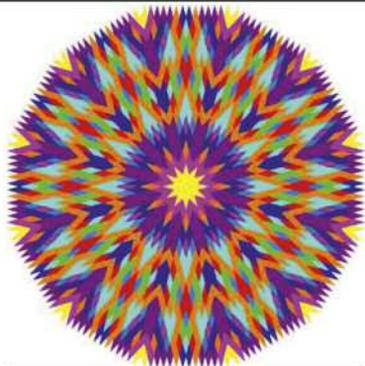
Tel./Fax: 01/879 57 93 E-Mail: [info@energyislandshop.at](mailto:info@energyislandshop.at)

Öffnungszeiten: Mo - Fr 10 - 18 Uhr / Sa 9 - 13 Uhr

[www.energyislandshop.at](http://www.energyislandshop.at)

## Silvia Altendorfer Sozialcoach

Durch Wohnraumharmonisierungen kehrt wieder Friede und Ruhe in unseren Alltag ein und wir sind wieder gesund und voller Lebensenergie. Die Basis ist die richtige Schwingung des Lebens in uns und unseren Zellen. Durch göttliche Geometrie ist es möglich jede noch so negative Energie auszugleichen. Neugierig geworden? Rufen Sie mich an 0676/ 513 96 72 [www.Kristallsonne.at](http://www.Kristallsonne.at) [kristallsonne@gmx.at](mailto:kristallsonne@gmx.at)



## Josef Fattinger

Heiltherapeut & Trainer  
Körperkerzen, Matrixwelle, Breuß,  
Wirbelsäule Korrektur,...

**Matrix 1 am 18.11. Salzburg**  
**Engel-Seminar am 25.+26.11. in**  
**Opponitz NÖ. und am 2.+3.12 in**  
**Salzburg/ Wallersee, geführt von**  
**Martina Unger & Josef Fattinger**

Dazu super Videos und Termine auf  
[www.heilende-haende.at](http://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

## 20. GEBURTSTAG

**LICHTKRAFT FEIERT, FEIERN SIE MIT!**

Ab 1. Oktober ...

Kaum zu glauben, mein Unternehmen besteht schon 20 Jahre! Und als herzliches Dankeschön gibt es natürlich gaaaanz viele Spezialangebote, Geschenke und Goddies für Sie. Schauen Sie doch einfach auf [lichtkraft.com/News](http://lichtkraft.com/News) oder melden Sie sich unter 0699/1262 01 96. Ich erzähle Ihnen gerne mehr darüber und lasse Sie an meiner Freude teilhaben. Jippidippiduu-jubila-jubilu!

## GELDMAGIE

**MAL EHRlich, LIEBEN SIE GELD?**

11.+12. November, 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. Dezember, 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)

## FACE.FITNESS

**STRAHLEND SCHÖN & CHARISMATISCH!**

Start 13. Dezember, 3x 19-21h

Gesichtsmuskeltraining ist nichts Neues, doch einfach genial um das Blickfeld zu vergrößern, geistige Konzentration und natürlich charismatisches Strahlen zu steigern. Es ist die logische Ergänzung zu körperl. Fitness mit minimalem Aufwand. Sie werden staunen, wie stark Sie bereits nach ein paar Übungen selbst den Unterschied sehen können! Info-Abend, Gruppen-Übungseinheiten, Einzeltraining od. Intensiv-Workshop möglich.

**MAYA-PRAXISABEND f. Neulinge & Fortgeschr. 20.11.17, 19:30**

**Lichtkraft.com 0699/1262 01 96**



## Einladung zum Rainbow-body Workshop

im Seminarhaus Lichtung  
In Rastenberg, Niederösterreich.

**8. Mai - 13. Mai 2018**

mit der koreanischen Schamanin  
HIAH PARK.  
Bekannt aus dem Clemens Kuby Film  
"Into the Next Dimension".

Mehr Informationen unter  
**[www.hiahpark.com](http://www.hiahpark.com)**

**Schamanische Heilzeremonien  
in Tradition der Shipibo-Indianer  
(Peru) mit Maestro Sanken Metsa**

9.11 - 12.11.2017 Wien (3 Nächte)  
21.12 - 24.12.2017 Wien (3 Nächte)  
31.12.2017 Wien Neujahrszeremonie

Bauch- und Rückenmassagen sowie  
Behandlungen mit Parfum und Tabak  
nach Terminvereinbarung in Wien

Kontakt: [sanken.metsa@gmail.com](mailto:sanken.metsa@gmail.com)



# Kalender

Vorträge, Meditation,  
Filme, Informationen

## TAGESVERANSTALTUNGEN

Teilnahme kostenlos bzw. bis max. € 20,-:

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

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

### Wien

**Montags** Stille Meditation - im Stil von Zen/Kontemplation;

- Zeit: 20h-21h30, Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Donaunicyst. 2, 1220; 0650-5109452;

**Dienstags** Meditation und Vortrag - Wie wir Buddhistische Weisheit in unserem Alltag anwenden können. Zeit: 19h-20h30, Beitrag: € 8,- (zusätzliche Erm.f.Mitgl.); Nussdorferstrasse 4/3, 1090; 01-911 18 41;

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

**Mittwochs** TransmissionsMeditation - Stille Meditation als

- Dienst für die Welt; Beginn: 18h; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Ramperstorferg. 63/12 (1.St, 1050; 0699-19990888;

**Donnerst.** Fountain Meditation - Weltheilungsmeditation für Individuen und Gemeinschaften; Zeit: 12h-13h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 3,-; Römorgasse 59, 1160; 0699-10494804;

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

**Samstags** Sufi-Meditation - Wöchentliches Treffen im "Rabani Derwisch Cafe", offen für alle; Zeit: 16h-19h30, Eintritt frei; Achamergasse 3/1-3, 1090;

- Weltfriedensmeditation - Äußerer Frieden kann nur durch inneren Frieden entstehen. Zeit: 11h-12h, Eintritt frei; Nußdorfer Str. 4/3, 1090;

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

- Das Phänomen der Heilung - Dokumentarfilm jeden 1. So/Monat (inkl. 2 Pausen); Zeit: 9h30-15h45, Eintritt frei; Museumstr. 3, 1070; 0664-5702912;

**Fr.3.11.** ● Vollmond-TransmissionsMeditation - Stille Meditation als Dienst für die Welt (Einführung 18h30), Beginn: 19h; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Sauterg. 11/1-4, 1170; 0699-19990888;

**Di.7.11.** Abendvortrag von Victor Barron - Ein Überblick über die spirituelle Arbeit von Victor Barron. Zeit: 19h-21h, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 5,-; Haasg. 10/4, 1020; 0664-1246069;

**Mi.15.11.** Räucherwerk - Kraft aus der Natur - Einführungsvortrag mit RM Regina Wimmer. Beginn: 19h; Beitrag: € 15,-; Thayag. 43, 1210; 01-2592765;

**Do 16.11.** Hermetik Meet & Greet: Uhrzeit: 20-21h,

Info zur Hermetik Akademie:

[www.hermetik-akademie.org/wien](http://www.hermetik-akademie.org/wien)

**So 19.11.** Natürlich Suchtfrei! mit der Weiss-Methode.

Behandlungstag in Wien. Erfolgreich die Sucht nach Zucker, Weizen, Rauchen oder Alkohol sowie Heißhungerattacken beenden. Wien, ab 10h. Infos unter: [www.weiss-institut.de](http://www.weiss-institut.de), [suchtfrei@weiss-institut.de](mailto:suchtfrei@weiss-institut.de)

**Mo.20.11.** Maya-Kalender Praxisabend - Prakt. Rezepte f. Krisenthemen d. Samen-Jahres, persönl. Fragen, ohne Vorkenntn!; Zeit: 19h30-21h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 22,-; Jedlersdorferstr. 99/33/3/13, 1210; 0699-1262 0196;

**Do 21.12.** Hermetik-Advent: Uhrzeit: 20-21h,

Info zur Hermetik Akademie:

[www.hermetik-akademie.org/wien](http://www.hermetik-akademie.org/wien)

**Mi.22.11.** Liebenswertig - der Liebe würdig. Räucherabend mit RM Egon Pobuda. Beginn: 19h; Beitrag: € 20,-; Thayag. 43, 1210; 01-2592765;

**Mo.27.11.** 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;

**Di.28.11.** ● Die neue Zivilisation entsteht - Creme spricht über den neuen Weltlehrer Maitreya, die Meister der Weisheit u. die Rolle der UFOs. Beginn: 19h; Eintritt frei; Seideng. 28 - Hof 2., 1070; 0699-19990888 ;

- Hermetiker-Gesprächsrunde - Einweihungsweg westliche Mysterientradition. Zeit: 20h-21h, Eintritt frei; Schottenfeldgasse 14/4, 1070;

Maya-Jahr Vortrag - Wachstumsbeschleunigende Alltagsrezepte für Leichtigkeit & Reichtum!; Zeit: 18h30-20h, Beitrag: € 8,-; Hofburg, Michaelerplatz 1 (Baththyany, 1010; 0664-3557243;

**Fr.1.12.** Indigo Rauhnacht-Seminar - mit Räuchermeister Egon Pobuda. Beginn: 18h30; Beitrag: € 24,-; Thayag. 43, 1210; 01-2592765;

- Vollmond-TransmissionsMeditation - Stille Meditation als Dienst für die Welt (Einführung 18h30), Be-

ginn: 19h; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Sauterg. 11/1-4, 1170; 0699-19990888;

**Mo.4.12. 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;

**Mi.6.12. Indigo Rauhacht-Seminar** - mit Räuchermeister Egon Pobuda. Beginn: 18h30; Beitrag: € 24,-; Thayag. 43, 1210; 01-2592765;

**Sa.9.12. Advent-Nachmittag** - im Indigo-Haus. ; Zeit: 14h-20h, Eintritt frei; Thayag. 43, 1210; 01-2592765;

**Mo.11.12. Schnupper-Bauchtanz f. Fortgeschr.** - Tanz ohne Choreo, Technik erweitern, genussv. Beweg., Lebensfreude, weibl. Kraft; Zeit: 19h-20h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 20,-; Steinheilgasse 4, 1210; 0699-12620196;

## Niederösterreich

**Do.9.11. Maya-Jahr Workshop** - Wunsch-Spezial-Training mit dem Gelben Samen-Jahr 12! Individuelle Rezepte, ... Zeit: 19h-21h30, Beitrag: € 22,-; Jägerstr. 41, 2230, *Shambala, Gänserndorf-Süd*; 0676-7243063;

**Maya-Jahr Workshop** - Wunsch-Spezial-Training mit dem Gelben Samen-Jahr 12! Individuelle Rezepte. Zeit: 19h-21h30, Anmeldung erbeten; Beitrag: € 22,-; Jägerstr. 41, 2230, *Gänserndorf-Süd*; 0676-7243063;

## Burgenland

**Mittwochs Feng Shui Stammtisch** - Feng Shui und Geomantie mit Erich Gromek; ; Zeit: 18h-20h, Anmeldung erbeten; Eintritt gegen Spende; Parkhotel Neubauer, Postg. 2, 7202, Bad Sauerbrunn, 02625-32178

## Steiermark

**Donnerst. 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;

**Sonntags Das Phänomen Bruno Gröning** - Dokumentarfilm  
● jeden 3. So/Monat; Zeit: 10h-16h, Eintritt frei; Rehbauerstr. 6, 8010, *Graz*; 0316-830508;

## Oberösterreich

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

**Dienstags Beratungstage für chronisch Kranke** - Kostenlose  
● Beratung sowohl persönlich, als auch telefonisch möglich.; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Kirchenplatz 3, 4470, *Enns*; 07223-82667;

**So.5.11. Vegie-Planet** - Messe für pflanzliches Genießen. Zeit: 11h-21h, Beitrag: € 8,-; Peter-Behrens-Platz 15, 4020, *Linz*;

## Salzburg

**Montags Kraft der Seele** - Meditation für Einsteiger, regelmäßige Einführungen;Infos telefonisch; Beginn: 19h30; Eintritt frei; Linzer Bundesstraße 90, 5020, *Salzburg*; 0680-1272779;

**Dienstags Eckankar** - Gesprächsrunde jeden 3. Di/Monat im  
● Gasthof Landwirt; Beginn: 19h; Eintritt frei; Lofenstr. 3, 5760, *Saalfelden*; 06232-5130;

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

## Kärnten

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

**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;

## 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,-; Kirschtalgaße 16, 6020, *Innsbruck*; 0676-6068584;

## Vorarlberg

**Donnerst. 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;

# Am falschen Ende gesucht?

## Über die Befreiung aus der Abhängigkeit alltäglicher Süchte!

von *Amir Weiss*, Heiler und Begründer der Weiss-Methode

Es gibt einen Zusammenhang zwischen Sucht und Suche. Ist unsere Suche erfolglos, folgt oft die Sucht. Doch wonach suchen wir als Menschen, und warum suchen wir? Der israelische Heiler Amir Weiss, bekannt geworden durch die Weiss-Methode, die Menschen bei dem Loswerden ihrer alltäglichen Süchte unterstützt, beschreibt hier die Wurzeln und Folgen des Suchtphänomens, in dem wir alle mehr oder weniger verfangen sind.

### Was wir uns wirklich wünschen

In meiner täglichen Praxis als Therapeut für Sucht- und Zwangsentwöhnung begegne ich ständig Menschen, die von ihren Süchten befreit werden wollen, und wenn ich frage, was sie sich von der Behandlung erhoffen, ist die Antwort für mich oft überraschend: Die wenigsten wollen nur ihre Abhängigkeit beenden; viele beschreiben, dass ihre Sucht sie darin blockiert, ihre Wünsche und Ziele zu erreichen. Und diese Blockade wollen sie durchbrechen.

Sie wünschen sich, frei zu sein, sich nützlich zu fühlen, bessere Beziehungen zu haben, sinnerefüllt zu arbeiten, glücklich zu sein oder sich dem Leben wieder nahe zu fühlen. Und es sind meist die Abhängigkeiten, die dem im Wege stehen.

Oftmals fühlen sie sich in ihrem momentanen Leben fehl am Platz, oder haben das Gefühl, dass mit ihnen etwas nicht stimmt. Der Kontakt zum innersten Antrieb ist auf ein Minimum geschrumpft oder ganz unterbrochen. Sie sind auf der Suche nach Veränderung, die weit über das Beenden der Sucht hinausgeht.

Manchmal ruft es nach einer Veränderung der äußeren Umstände, die einengen oder nicht mehr passen, zum Beispiel eine Arbeit, die einem nicht (mehr) entspricht und nur noch lustlos erledigt wird, oder eine Partnerschaft, in der unserer Meinung nach nichts mehr läuft wie es sollte. Manchmal ist es aber auch die Sehnsucht nach Lebendigkeit, die irgendwo auf dem Weg eingebüßt wurde.

### Erfüllte Gefühle sind durch Betäubung nicht zu erreichen

Das Einzige, was uns wirkliche Freude und Zufriedenheit bringen kann, ist die Entdeckungsreise zu uns selbst. Begreifen wir diese Entdeckungsreise als eine wesentliche Antwort auf die Frage, warum wir auf diesem Planeten sind, und üben uns darin, diese Entdeckungsreise zu vertiefen und auszufüllen, folgt eine natürliche Erfüllung. Es ist ein ständiger Prozess der Verfeinerung und Weiterentwicklung, deren Gefühl der Erfüllung auf einer völlig anderen Ebene liegt als das des schnellen Rausches.

Diese Reise, diese Suche, ist stark mit der Frage verknüpft „Was will ich?“. Fragen und beantworten wir sie immer wieder aufs Neue, kommen wir dem Kern unserer Lebensreise näher und näher. Erlauben wir es uns, dieser Frage wirklich auf den Grund zu gehen, kann sie uns zu einer sehr gesunden Form der Suche führen, die unserem menschlichen Sinn und Zweck gerecht wird.

Was aber, wenn wir die Frage nach dem „Was will ich?“ jedes Mal mit einem Stück Kuchen beantworten und unsere Suche dort endet? Wenn die Sucht einen so großen Raum in unserem

Leben eingenommen hat, dass wir an solchen automatisierten Antworten nicht mehr vorbeikommen, können wir nur noch schwer in tiefere Schichten unserer Selbst vordringen und mit unserem Wesenskern in Verbindung treten. Die profaneren Ebenen unseres Lebens haben durchaus ihren Platz und ihre Berechtigung, doch es war nie so gedacht, dass wir ausschließlich auf ihnen hängen bleiben.

Diese Erde ist aus spiritueller Sicht eine Zwischenstation für uns. Sie ist unser Trainingsfeld für die weitere Reise. Ein gutes Trainingsfeld. Es ist ein wunderbar angelegter Ort, um zu forschen, zu entdecken, zu erleben, uns zu verändern und weiterzuentwickeln. Und doch war es nie Teil des göttlichen Plans, dass wir in uns in der planetarischen Erscheinungswelt fixieren in Gedanken und Handlungen.

Selbstverständlich sollen uns ein Paar schicke, neue Schuhe erfreuen dürfen. Wenn der Schuhkauf oder die nächste alkoholgeschwängerte Party jedoch zum Aufregendsten und Wichtigsten in unserem Leben geworden sind, ist Vorsicht geboten.

Die nächste Zigarette oder der nächste Zuckerrausch können unsere wahren Bedürfnisse nicht stillen; das Einzige, was sie können, ist uns für einen kurzen Moment einen Kick zu verschaffen. Diese Scheinbefriedigung kann – in Ermangelung echter Erfüllung - gerade genug sein, dass wir uns nach dem Abflauen des Blutzucker-, Alkohol- oder Nikotinpegels im Blut gleich wieder den nächsten Kick suchen – und schon sind wir auf bestem Wege in die Abhängigkeit. decken eine neue Fülle in uns, die uns vitaler, gesünder, und erfüllter Leben lässt.

## Die Weiss-Methode

Amir Weiss, der Begründer des Weiss- Instituts, beschäftigt sich seit über 30 Jahren mit den Ursachen von Süchten. Als ein führender Anbieter für die Befreiung von lästigen Gewohnheiten und Süchten hat das Weiss-Institut mit seiner langjährigen Erfahrung bereits Tausenden von Menschen erfolgreich dabei geholfen, sich auf wirkungsvolle und einfache Weise von ihren ungewollten Gewohnheiten zu befreien. Die Palette der erfolgreich behandelten Süchte reicht dabei von Alkohol, Nikotin, und Zucker bis hin zur Befreiung von Heißhungerattacken, Ess- und Fress-Sucht. Zusätzlich unterstützt das Weiss-Institut bei gesundem und nachhaltigem Abnehmen, und bietet Hilfe bei Schlaflosigkeit, Versagensängsten und Auftrittsblokkaden. Bei Bedarf werden ein Jahr lang kostenlose Nachbehandlungen angeboten.



**Behandlungstage** finden in Wien am **19.11.2017** und **21. 01.2018** statt, in Rorschach/Schweiz (nahe Vorarlberg) am 12.11.2017 und 28.01.2018.

Ein TV-Interview mit Amir Weiss ist auf YouTube abrufbar, das einen guten Einblick in die Philosophie und den Hintergrund der Weiss-Methode erlaubt. Die Sendung trägt den Titel: **"Schluss mit der Sucht - Zucker-, Rauch- und Alkoholfrei mit der Weiss-Methode"**. Ebenfalls wurde im letzten Jahr auf OTV über eine erfolgreiche Alkoholentwöhnung berichtet. Die ganze Fernsehsendung finden Sie ebenfalls auf YouTube unter **„Erfolgreich alkoholfrei mit der Weiss-Methode – Alkoholsucht erfolgreich beenden“**.

Weitere Informationen zur Weiss-Methode, zu Behandlungsmöglichkeiten und Seminaren erhalten Sie unter Tel. +49 – (0) 9676 – 92 30 14 oder per Email an [suchtfrei@weiss-institut.de](mailto:suchtfrei@weiss-institut.de) und unter:

**[www.weiss-institut.de](http://www.weiss-institut.de)**

# Die Zeitqualität im Spiegel der Tierkreiszeichen

## Unterstützung durch Australische Buschblütenessenzen

November - Skorpion (24. Oktober - 22. November)

Margarete Frank

Den November empfinden viele Menschen als den unangenehmsten Monat des Jahres, die dunkle Jahreszeit hat unwiderruflich begonnen und die Natur repräsentiert deutlich das Abschiednehmen und den Rückzug. **Pluto**, der Herrscher der Unterwelt, regiert das Tierkreiszeichen **Skorpion** und er steht für den Schatten, für existenzielle Themen, für Tod und Transformation. Dementsprechend ist die astrologische Zuordnung im Tarot die Karte „Der Tod“, aber auch „Das Gericht“, eine Karte, in der es um Wiederauferstehung im Sinne von Erneuerung geht. Skorpion-Energie ist tiefgehend, transformierend, stark, mutig, ausdauernd und manchmal kompromisslos. In jedem Fall wird sie sich immer durch eine besondere Intensität auszeichnen.

Das **Übermaß** kann sich als Kontrollsucht, Obsession oder manipulatives Verhalten zeigen. Jegliche Intensität, z.B. Rachedgedanken oder ein Festhalten an Schuld bzw. Schuldzuweisung gehören ebenfalls zu den möglichen Spielarten. **Boronia** ist die Blüte um zwanghafte Gedanken loszulassen und wieder innerliche Ruhe und Klarheit zu erlangen. In Kombination mit **Bottlebrush** ist sie eine starke Unterstützung, um Angelegenheiten wirklich abzuschließen und im Leben voranzuschreiten. Bei Rachedgedanken und der Unfähigkeit, zu vergeben, ist die Blüte **Dagger Hakea** eine gute Wahl. Schließlich sollte man sich vergegenwärtigen, dass ein Festhalten an einer Verletzung, die einem zugefügt wurde, und die Weigerung zu vergeben sehr viel Energie bindet sowie durch das feinstoffliche Muster, das man dadurch in der Aura mit sich herumträgt, potentiell ähnliche Erlebnisse angezogen werden können. Um genau solche Muster und Energien aufzulösen, ist die Blüte **Angelsword** angezeigt, auch in Kombination mit **Fringed Violet**, die das feinstoffliche Feld repariert und von nun an schützt. Hat man hingegen selbst Schuldgefühle, jemanden durch zu viel Intensität verletzt oder irritiert zu haben, hilft die Blüte **Sturt Desert Rose**. Schließlich hat man es im Leben aber manchmal ganz realistisch mit schmerzhaften, existenziellen Themen zu tun. Beim tiefen Schmerz über den Verlust eines Menschen (natürlich auch eines geliebten Tieres) durch den Tod oder der Trennung von einem geliebten Partner, hilft die Blüte **Red Suva Frangipani**. Sie beruhigt, nimmt die Intensität heraus und gibt die Kraft trotzdem handlungsfähig zu bleiben. Für Situationen extremster Verzweiflung, Schock und Schmerz ist die Blüte **Waratah** zuständig, sie ist auch Bestandteil der „**Emergency Essence**“ und kann selbst im Falle von aufkeimenden Selbstmordgedanken als erste Hilfe eingesetzt werden.

Ist noch die Frage – gibt es überhaupt einen **Mangel** an dieser Energie bzw. will man ihn ausgleichen? Ja, das will man, denn die Vermeidung tiefergehender Themen oder der Auseinandersetzung mit existenziellen Fragen fordert im Leben manchmal genau diese Themen heraus, damit man endlich hinsieht. Hat man Angst vor vielen verschiedenen Dingen und Aspekten des Lebens ist die Blüte **Dog Rose** eine große Hilfe. Geht es eher darum, das Herz zu öffnen auf die Gefahr hin, auch einmal verletzt zu werden, ist die Blüte **Bluebell** angezeigt. Sehr interessant in diesem Zusammenhang ist auch die Blüte **Pink Mulla Mulla**. Sie ist laut Ian White, dem Schöpfer der Australischen Buschblütenessenzen, in der Lage, auch weit zurückliegende Verletzungen aus früheren Inkarnationen zu heilen und uns auf diese Weise erst in die in uns angelegte seelische Kraft und Lebensaufgabe zu führen.

Die Pluto/Skorpion-Themen sind keineswegs angenehm – vermeiden Sie trotzdem nicht die (hoffentlich freiwillige) Auseinandersetzung damit. Letztendlich liegt in dieser Intensität sehr viel Kraft, die Transformation und Erneuerung verheißt.



## Dezember - Schütze (23. November - 21. Dezember)

Nachdem uns Pluto als Herrscher des Skorpions in die Tiefen der Unterwelt geführt hat, bringt uns **Jupiter** als Regent des **Schützens** wieder an die Oberfläche im Sinne eines extrovertierteren Zugangs zum Leben. Im Tarot wird unter anderem die Karte „Die Mäßigkeit“ astrologisch Jupiter bzw. dem Schützen zugeordnet. Auch bei dieser Karte geht es immer noch um Transformation, doch jetzt sollten Ergebnisse sichtbar werden, im Sinne der Alchemie aus dem zuvor Zerstörten etwas völlig Neues entstanden sein. Schütze-Energie ist zielstrebig, zuversichtlich, selbstbewusst, idealistisch, extrovertiert und unabhängig.



Ein **Übermaß** äußert sich möglicherweise in Arroganz, Bindungs-Unfähigkeit, Egoismus und Fanatismus. Schütze-Energie fühlt sich sehr schnell eingeschränkt und tendiert dazu, ihren Freiheitsdrang und ihr Bedürfnis nach Veränderung ohne Rücksicht auf andere auszuleben. Die Blüte **Wedding Bush** unterstützt dabei, einmal eingegangene Verpflichtungen einzuhalten und dabei zu bleiben, auch wenn die Situation gerade andere Verlockungen anbieten würde. Das gilt nicht nur für Beziehungen und Partnerschaften sondern ist allgemein zu verstehen, also auch die Einhaltung eines Diätplanes oder Sportprogrammes. Die Blüte **Peach-Flowered Tea-Tree** ist für all jene, die schnell gelangweilt sind, eine Sache mit Enthusiasmus beginnen, aber bald darauf das Interesse verlieren. **Illawara Flame Tree** hilft wiederum denen, die grundsätzlich Angst davor haben, Verantwortung zu übernehmen oder eine Verpflichtung einzugehen. **Gymea Lily** adressiert Überlegenheitsgefühle bzw. Arroganz. Diese sind meist keineswegs bewusst abwertend gegen andere gerichtet, wer diese Blüte benötigt muss einfach erst erkennen, dass es eben auch andere Wege gibt ein Problem zu lösen bzw. an das Leben heranzugehen. Dieses Thema greift auch die Blüte **Hibbertia** auf, sie ist für Menschen die den fanatischen Drang verspüren, sich selbst zu verbessern, dabei manchmal ungesunde Selbstdisziplin an den Tag legen und sich all jenen Menschen, die anscheinend nicht über diese Disziplin verfügen, überlegen fühlen.

Ein **Mangel** dieser Energie kann zu Desinteresse, Unbestimmtheit und zu großer Bescheidenheit führen. Wem es an Zielstrebigkeit mangelt, dem sei die Blüte **Kapok Bush** und **Silver Princess** ans Herz gelegt. **Kapok Bush** bringt Energie und Interesse zurück, auch wenn man bereits durch zahlreiche Tiefschläge entmutigt das Ziel beinahe schon aufgegeben hat. **Silver Princess** zeigt die Richtung an, sie bringt Klarheit über den nächsten anstehenden Schritt und die Motivation, diese Schritte auch wirklich nach und nach zu gehen. **Philotheca** ist die Blüte für all jene, die Probleme damit haben Lob und Anerkennung anzunehmen. Sie halten sich daher lieber im Hintergrund und lassen anderen den Vortritt, versäumen dabei aber viele Chancen und Gelegenheiten, der Außenwelt ihr Können und ihren Wert zu präsentieren. Wer Angst vor Veränderungen hat, dem ist die Blüte **Bauhinia** eine große Hilfe, sie löst den Widerstand gegen Veränderung auf, damit auch Starre auf allen Ebenen des Lebens, und lässt neue Chancen und Möglichkeiten erkennen.

Lassen Sie sich von der Schütze-Energie unterstützen und streben Sie nach neuen Zielen. Vielleicht ist es auch eine alte, schon sehr lang gehegte Vision die umgesetzt werden möchte. Wenn das bis jetzt nicht möglich war – machen Sie es wie der Alchemist: sehen Sie sich die einzelnen Bausteine ihres Vorhabens an, zerlegen Sie sie, sehen Sie sich an was davon unbrauchbar ist und setzen Sie die brauchbaren Teile zu etwas völlig Neuem zusammen.

Diese Empfehlungen und Beschreibungen der jeweiligen Blüte sind wieder nur ein kleiner Ausschnitt ihres Wirkspektrums. Grundsätzlich sind bei verschiedenen Menschen angesichts des gleichen Themas manchmal unterschiedliche Blüten zu empfehlen. Denn der Anker, der Ausgangspunkt eines bestimmten Problems bzw. emotionalen Zustands, ist meist sehr unterschiedlich.

Wenn Sie eine Beratung wünschen, kontaktieren Sie mich unter: [office@aura-deva.at](mailto:office@aura-deva.at)



## Maya- Zeit.be.gleiter

### November



Die Zeitqualität **OC**, der **Weißer Hund**, verstärkt vom 9.-21.11. unsere **bunte Gefühlswelt**. Logisches Denken und Handeln sind also derzeit in der Minderheit. Diese Info ist zum nachsichtigen Verständnis wichtig für: unsere überaktiven Tränendrüsen, dem unaufgeforderten Auftauchen von Familienthemen oder unserer Sehnsucht nach unseren Partnern bzw. Freunden, obwohl sie vor uns sitzen. Erraten! **Jetzt steht Liebe an erster Stelle**. Pure, ungeschminkte, kitschige Liebe. Ist das nicht wunderbar? Und da fällt sie bei uns sozialen Wesen natürlich auf ur-fruchtbaren Boden! Allerdings könnte es leider auch zu viel des Guten werden, sich bis hin zu Herz-Muskelkater oder sogar scheinbar ausweglosen Dramen steigend. Bitte, keine voreiligen Entscheidungen, Verzweiflungstaten oder Schmollecken-Rückzug! **Holt Euch liebevollen Beistand, sprecht Euch aus**, egal wie viele Stunden, zeigt Eure wahren Gefühle und steht dazu. Dies wirkt wie Balsam auf Euer Gemüt. Vor Allem hört Euch alternative Wege an und lässt Euch beim Ausprobieren unterstützen. Dann scheint bald wieder die Sonne in Euren Herzen, besonders an Oc-Tagen!



Die Zeitwelle **AKBAL**, die **Blaue Nacht**, führt uns vom 22.11.-4.12. in unser Innerstes. Jetzt haben wir wieder einmal Gelegenheit vergessene Leichen in unserem Keller aufzustöbern, alte Wunden zu heilen und durch Tagträumereien Erfolgs-Programme für unsere Zukunft zu starten! Perfekter Wegweiser durch diese äußerst wertvollen Tage ist unsere **Intuition, die auf Höchsttouren läuft**. Deshalb ist nun der 1. Gedanke wirklich der Richtige, dem Ihr vertrauen könnt. Konzentriert Euch darauf **dieser leisen inneren Stimme volles Gehör zu schenken**. Ihr werdet überrascht sein, was Ihr plötzlich alles wisst bevor es geschieht, welch große Zusammenhänge Ihr glasklar erkennt und wie schnell Ihr hinter Lügen, Masken und Täuschung blicken könnt. So kann jetzt z.B. auch ein Meeting mit Eurem Höheren Selbst,

dem Schutzengel und Euren geistigen Führern zu spannenden Ergebnissen führen! Vergeudet also die Akbal-Tage lieber nicht mit Ablenkungen im Außen. Smalltalk könnte sogar das Gefühl von Sinnlosigkeit und Leere erzeugen. Die richtige Musik spielt ganz wo anders. **Dort, wo Eure Schätze auf Euch warten!**

### Dezember



Durch die Weisheit von **CIB**, dem **Gelben Krieger**, können wir vom 5.-17.12. über uns hinauswachsen. Sobald wir **Kopf & Herz in uns vereinen**, haben wir gute Chancen zu wahren Intelligenzbestien zu mutieren. Mit **selbstsicherem Auftreten, rhetorischer Stärke und souveränen Entscheidungen** hinterlässt Ihr nun bleibenden Eindruck. Das wird z.B. ein Bankgespräch, Business-Meeting oder eine private Aussprache sicher günstig beeinflussen. Hoffentlich spürt Ihr jetzt endlich, wie groß und wichtig Ihr wirklich seid, wie viele Aufgaben und Chancen auf Euch warten, wenn Ihr Euch nie wieder in Euer Schneckenhaus zurückzieht! Diese Tage spricht **kosmische Intelligenz** aus Euch, selbst während Euch der Kragen platzt. Also nutzt sie weise um Euch so mächtig wie noch nie zu fühlen, zelebriert es vor dem Spiegel und hört erst auf, bis Ihr fühlt: „Ja, das bin ich!“ Wir brauchen noch viel mehr Menschen mit Zivilcourage und angstfreier Willensstärke. So fühlt sich Selbstverantwortung an! Ihr sucht nach Eurer Lebensaufgabe? Dann gebt jetzt Euer klares „Ja, ich will“, dazu – es bleibt nicht ohne Folgen, so viel ist sicher!



Die Schwingungsfrequenz **MULUC**, der **Rote Mond**, fließt vom 18.-30.12. gerade passend zur Weihnachtszeit vorbei. Er **vertieft das Erleben unserer sozialen Netzwerke** bei den üblichen Weihnachtsfeiern, den Zusammenhalt durch Familien-Rituale und die Liebesnahrung traurer Zweisamkeit über die Feiertage. Aber auch Singles haben jetzt genug Aufträge Gutes (Bestes!) für sich zu tun. **Den Körper genussvoll zu pflegen bzw. frische Kraft & Schönheit auf die Sprünge zu helfen**. Da wären z.B. gesundes Essen mit nur besten frischen Zutaten, täglicher Lieblingssport, übersäuertes Körperwasser durch Basenbäder wieder in einen klaren Fluss verwandeln, allerlei Do-it-yourself Beauty-Behandlungen wie Masken oder Peelings, tägliche Entspannungsreisen oder Meditationen und nicht zu vergessen gaaaanz viel

Schlaf & Kräutertee. Na, volles Programm! Ihr fühlt Euch garantiert wie neu am ersten Arbeitstag. Egal welches Programm sich in Eurem Leben nun aufdrängt. Lasst Euch einfach darauf ein und **fließt mit der Zeit, es ergibt sich automatisch ein perfekter Mix**. Lebensqualität pur und aus eigener Hand!



Vom 31.12.2017-12.1.2018 bringtie **IK**, der **Weißer Wind**, **Bewegung in unseren Geist**. Der gregorianische Jahreswechsel und die typischen Neujahrs-Vorsätze werden also zusätzlich vielfältig inspiriert. Lasst Euch daher von Eurer aktuellen Sprunghaftigkeit bitte nicht aus der Fassung bringen. Die positive Essenz daraus ist, dass **Eure Gedankenwelt verjüngt bzw. Euer Horizont geweitet wird** und Ideen frischen Wind in alte Strukturen bringen. Schreibt einfach alles auf um immer frei für den nächsten Schub zu sein. Es sind lediglich Beispiele die Euch aufzeigen sollen, dass Ihr viel mehr Wahlmöglichkeiten in Eurem Leben habt als Ihr glaubt. Natürlich soll nicht alles umgesetzt werden. Ik hilft uns an anderer Stelle auch **Ordnung in die kleinen Dinge zu bringen**, z.B. der Kramuri-Kiste/Lade/Ecke. Das Herumräumen macht jetzt richtig Spaß und drängt sich manchmal heftig auf. Am Ende sieht man zwar nicht viel von der zeitraubenden Arbeit, doch alleine das Wissen um die neue Ordnung macht Euch geistig leicht und klar. Endlich Zeit für Krimskrums – ein super Entstressungs-Programm zum Jahresbeginn!

In diesem Sinne wünsche ich Euch immer viel Spaß und Erfolg beim Zeitgleiten!

In Lak' ech,

**Eure KAMIRA**

Eveline Berger

Lebensgenusstainerin,  
Autorin, Künstlerin

**Kontakt** für Zeit-Fragen,  
Einzelberatungen,  
FamilienAnalysen,  
Business-Coaching,  
Seminare, Zeremonien,  
Maya-Orakel-Show:  
**LICHTKRAFT** - kreative  
LebensKunst,  
0699/126 20 196  
[www.lichtkraft.com](http://www.lichtkraft.com)



© 2017 - KAMIRA Eveline Berger - [www.lichtkraft.com](http://www.lichtkraft.com)

**JOSEF CALANO**  
**Weltbekannter philippinischer Geistheiliger**  
In Wien/Eisenstadt  
Energieheilung wirkt auf drei energetischen Ebenen  
& löst energetische Blockaden



Einzelsitzungen 24-26.1.2018  
BASIS-SEMINAR 27. und 28.1.18

Anmeldung: Christian Brückner  
Praxis für innovative Körpertherapie  
Tel: 0043-69917212884  
[brueckner.physio@gmail.com](mailto:brueckner.physio@gmail.com)

Die Rubrik

**Veranstaltungen**

rechts auf der Startseite  
unserer Homepage:

**[www.bewusst-sein.net](http://www.bewusst-sein.net)**

gibt einen Überblick über die  
hier im Heft per Anzeige ange-  
kündigten Termine - inklusive  
weiterführender Links, um sich  
über die Angebote bzw. das In-  
stitut näher zu informieren.

Veranstaltungen	
<b>September</b>	
<b>13</b>	<b>Räucherer</b> Einkünnigungsritual im Heiligtum 5 € p www.raeucherer.at Beginn: 18h Ort: Theresg. 43, 1210 Wien Tel: 01-2652290 Freitagsabtag, 15:00 Euro
<b>17</b>	<b>Metaphysische Suchttherapie</b> mit der Weiss-Methode. Erfolgreich die Sucht nach Zucker, Rauchen oder Alkohol sowie Heißhungerattacken überwinden. Die Floßsucht http://www.metaph- sucht.at
<b>24</b>	<b>Metaphysische Suchttherapie</b> mit der Weiss-Methode. Erfolgreich die Sucht nach Zucker, Rauchen oder Alkohol sowie Heißhungerattacken überwinden. www.metaph- sucht.at
<b>29</b>	<b>Christian Meyer in Wien</b> Heilung im Wien von 7h 0-11h Eintritt zur Veranstaltung...

**WIR SIND KEIN  
WEIHNACHTSGESCHENK**

Der **Österreichische Tierschutzverein** appelliert:

„Tiere sind  
keine Geschenke,  
sondern fühlende  
Lebewesen!“



Infos unter Tel. 01/897 33 46 oder  
[office@tierschutzverein.at](mailto:office@tierschutzverein.at)

SPENDENKONTO  
IBAN: AT59 6000 0000 9311 5500



[www.tierschutzverein.at](http://www.tierschutzverein.at)

Buchkalender  
Im Einklang mit den Zyklen der Zeit

# MAYA-TIMER 2018

- Übersichtliches Kalendarium 2018
- Texte zur Zeitqualität für jeden Tag des Jahres
- Einführung in das Zeitbewusstsein der Maya
- Bedeutung der Archetypen, Töne und Zeitwellen
- Mondphasen und Tierkreiszeichen
- Tabellen zur Errechnung persönlicher Daten
- Vorschau 2019



[www.maya-timer.at](http://www.maya-timer.at)

Pelagos

$\pi$