



MITEINANDERSEIN

September bis November 2022

Nr. 98

Magazin für Gesundheit, Bewusstsein und Lebensfreude

Gratis zum Mitnehmen

Sonderteil

Schamanismus

Rituale

Übergänge

Seite 4 – 7

Auszeit-Angebote

Kraft tanken

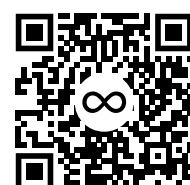
Seite 9

Heilsame Knolle

Knoblauch

Seite 19

Aktuelles unter www.miteinandersein.net





Inhaltsverzeichnis

Großes MiteinanderSein-Treffen	3
Die Wahrhaftigkeit, die in uns steckt	3
Die Selbstverständlichkeit des Lichtes	3
Sonderteil	ab Seite 4
Der Tanz der fünf Elemente	4
Einweihungen sind überlebenswichtig	4
Finde die Schamanin in Dir	5
Begegnung mit einer Wespe	5
Frauen der Erde	5
Schamanische Energiemedizin	6
Lebensübergänge	6
Mit Märchen über Lebensschwellen	6
Kakaozeremonien	7
Schamanische Hochzeit	7
God's Mountain Ranch	9
Geomantische Wanderungen & Reisen	9
Wald-Kraft tanken im Vitaleum	9
Auszeit für alle Sinne	9
TTENA-Vitalsysteme, die bewegen	10
Ayurvedische Rituale	10
Zusammenhang zwischen Darm & Gehirn	11
Wohlfühlmassagen für Deine Harmonie	11
Dimension Zeitenwende	12
Vegane Psychologie für eine neue Welt	12
Heilraum-Seminare	13
Deine Friedenstaube	13
Dein Katapult ins Liebesglück	13
Rutenworkshop	15
Was würde die Liebe sagen?	15
Der Weg der Freude	15
Glaube, dass es gut wird	15
Freies Tanzen: I-DANCE-IT(Y)®	16
Lebensfreude mit Manuela Wende	16
YoTaKa – Bewegung im Sein	17
Seitai – die Urenergie in Aktion...	17
Seele in Bewegung	17
Workshops mit Handpans	17
Wasserfilter & Aufbereitung	18
Knoblauch	19
Fasten an der Ostsee	19
Hitze und Trockenheit	21
Der Weg in das Lichtzeitalter	21
Mitbewohner in Greiz gesucht	22
Kleinanzeigen	22
Du & Dein Tier in guten Händen	23
30 Jahre Guidohof	24
6. „Campana“ – Festival	24

Miteinander und füreinander da sein

von Ann König & Uwe Reiher

Mit diesem neuen MITEINANDERSEIN-Magazin starten wir in den farbenfrohen Herbst. Auch wenn im Mainstream weiter mit angstmachenden Themen für die kommende dunkle Jahreszeit um sich geworfen wird – lasst uns weiterhin unser Bestes geben, gut bei uns bleiben, für uns sorgen und uns mit lieben Menschen umgeben. Was auch immer kommt, die Menschen im Netzwerk können uns einen guten Rückhalt geben, indem wir füreinander da sind.

Wir freuen uns sehr, dass auch wieder viele neue Menschen auf uns zugekommen sind, die ebenso ganz individuell für eine bessere und gesündere Welt beitragen. So wie sie etwas Wahres, Schönes und Gutes anbieten, sollten auch wir unsere Tätigkeiten hinterfragen. Entspricht das, was ich tue, wirklich meinen tiefsten inneren (Auf)Gaben? Lasst uns die kraftvolle, transformierende Zeit nutzen, um das zu erkennen und auch loszulassen, was uns von unserem wahren Sein abhält und um das zu finden, was unserer Lebensaufgabe entspricht. Einmal erkannt, heißt es, mutig voranzugehen und es in die Tat umzusetzen. Dabei helfen uns gern unsere lieben Netzwerkpartner. Ob, wie in unserem Sonderthema beschrieben, mit Hilfe von Schamanismus und Ritualen, mit denen wir gut gesättelt durch die Übergangszeiten gehen oder mit anderen Methoden – für jeden ist etwas in unserem Netzwerk dabei.

Überarbeitung unserer Webseite

Zur besseren Übersicht arbeiten wir seit einiger Zeit an vielen neuen Funktionen auf unserer Internetseite, damit die Suche nach Angeboten und Informationen leichter wird. In unserer Partnerübersicht kannst Du jetzt die Veranstaltungen und Artikel der einzelnen Partner aufrufen. Dies wird weiter ausgebaut, sodass Du auch bestimmte Themen und Orte besser finden kannst. Schau gern vorbei.

MiteinanderSein-Treffen im Herbst

Lasst uns die kommenden Wochen auch dafür nutzen, uns persönlich wiederzusehen. Wir laden Dich ganz herzlich zu unserem **großen MiteinanderSein-Treffen am 10.9.2022 ab 14 Uhr nach 08309 Eibenstock** ein (Beschreibung nebenstehend).

Weitere Netzwerktreffen:

Di · 13.09.2022 · 09619 Voigtsdorf im Erzgebirge
18:30 Uhr im Sri Kaleshwar Meditations- & Seminarzentrum bei Jana Tara Gräfe

Mi, 21.09.2022 · 08451 Crimmitzschau bei Zwickau
19:00 Uhr im Landhotel Sperlingsberg bei Familie Hirsch

Di · 27.09.2022 · 04249 Leipzig
17:00 Uhr in der Praxis „Kindlein komm“

Mi · 19.10.2022 · 01705 Dresden
17:30 Uhr zum Thema Psychosomatik bei Kirsten von der Heiden in der Praxis Resonanzbewusstheit Pesterwitz Freital

Infos unter www.miteinandersein.de

Aktuelles im Netzwerk: Telegram-Kanal

Bleibe informiert und werde inspiriert durch tägliche Neuigkeiten in unserem Telegram-Kanal. Finde uns unter: t.me/MiteinanderSein

Nächstes MITEINANDERSEIN-Magazin

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang Dezember 2022. Sonderteil ist diesmal: „Die Kraft unserer Ahnen“. Einsendungen bitte bis zum 1.11.22 an: redaktion@miteinandersein.net

Wir wünschen Dir eine fröhliche Herbstzeit, viel Freude mit diesem neuen Magazin und herzliche Begegnungen im Miteinander.

Ann König & Uwe Reiher
www.miteinandersein.net

Impressum

Netzwerk MiteinanderSein, Ann König & Uwe Reiher, Hauptstraße 133, 08359 Breitenbrunn
Tel. 037756-879730 · 0176 – 56892679

E-Mail redaktion@miteinandersein.net

Redaktion: Ann König und Uwe Reiher

V.i.S.d.P.: Ann König

Lektorat: Kordula Möring

lektorat@miteinandersein.net

Texte & Bilder: wie angegeben bzw. von der Redaktion oder den Verfassern

Auflage: 7500 Stück

Bezug: in Bioläden, Yogazentren, Naturheilpraxen und bei allen Netzwerkpartnern

Alle Beiträge im Magazin stellen ausschließlich die Meinung der Verfasser dar. Sie geben nicht zwangsläufig die Meinung der Redaktion oder die Meinung anderer Autoren wieder. Verantwortlich für die Inhalte sind die Verfasser selbst.



Sichtbar werden – online und offline

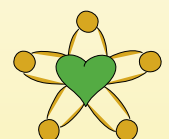
Werde Teil einer starken Gemeinschaft, die Dich deutlich sichtbarer für neue Kunden macht.

Mehr erfährst Du hier:

Netzwerk MiteinanderSein

www.miteinandersein.net/partner-werden/

info@miteinandersein.net · 037756 879730



MiteinanderSein



10. September 2022 ab 14 Uhr

Großes MiteinanderSein-Treffen im Kräutergarten Miriquidi Eibenstock

Aus organisatorischen Gründen haben wir den Veranstaltungsort ändern müssen. Lasst uns daher gemeinsam den Spätsommer und unser Miteinander zum überregionalen Open Air – Treffen für das gesamte Netzwerk in Eibenstock feiern. Freuen wir uns auf ein herzlich-fröhliches Zusammensein für die ganze Familie bei Sonnenschein, Programmeinlagen, gemeinsamem Musizieren, Tanzen und tollen Gesprächen. Wir halten es einfach und unbeschwert.

Bitte bringe etwas Köstliches für unser gemeinsames, vegetarisches Buffet, Picknickdecke / Geschirr, evtl. Instrumente, Deine Flyer, Klappstühle & -tisch etc. mit. Stände und Programmeinlagen z.B. Kinderprogramm, Musik, weitere Ideen bitte vorher mit uns absprechen: Tel. 0176 56892679 · verein@miteinandersein.de

Ort: Der Kräutergarten befindet sich an der Ludwig-Jahn-Straße



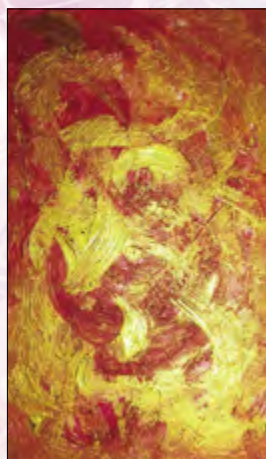
oberhalb des Sportplatzes in 08309 Eibenstock. Parken bitte am Sportplatz.

Dies ist eine Veranstaltung des MiteinanderSein e.V. in Kooperation mit dem Wiesenreich Miriquidi e.V. · Infos: www.miteinandersein.de

Reihe: Im Licht des Regenbogens – 3. Chakra Die Wahrhaftigkeit, die in uns steckt

von Madhavi Veronika Broszinski

Das Manipurachakra, oder auch Solarplexuschakra genannt, befindet sich in Höhe des Bereiches der Lendenwirbelsäule. Es wird dem Feuer-element zugeordnet, die Farbe des 3. Chakras ist **Orange-Rot**, die Aura-farbe ist **Gelb**. Das große Thema dieses 3. Chakras ist: Wie setze ich meine Begeisterungsfähigkeit im Leben um? Wofür brennt mein inneres Feuer? Wie kann ich meinem Tatendrang Raum geben und meine Visionen und Wahrhaftigkeit leben?



Aus der Stille erreiche ich den Zugang zu meinem wahren Selbst. Hier spricht das Innere zu mir. Stille Meditation zeigt mir den Weg zum ICH BIN. Das Farbspektrum Orange/Rot/Gelb gibt uns die Möglichkeit, aus den Farben, welche uns umgeben, zu schöpfen. Haben wir dort einen erhöhten Bedarf der Transformation und Heilung, geben uns die Farben ein Handwerkszeug, dieses Chakra zu unterstützen. Keramik in diesem Farbspektrum, ein Chakra-Energiebild auf einem Altar aufgestellt, können uns dabei begleiten, dem inneren Weg zu folgen.

Im Wohnbereich können ebenso diese Farben im Farbspiel eingesetzt werden.

Auch eine spezielle Farbmeditation in den Farben Orange/Rot/Gelb zeigt uns den Weg, welches Thema hier bearbeitet und geheilt werden darf. Die Verbindung zwischen Himmel und Erde im Licht des Regenbogens zu erschaffen, Kraft und Energie daraus zu bekommen, seinen eigenen Weg zu gehen und seine Wahrhaftigkeit zum Ausdruck zu bringen, ist Teil dieser transformierenden Energie. Du bist der Spiegel Deiner Selbst. Das Licht in Dir reflektiert das Licht im Außen.

„Alles was ich bin, strahle ich aus.“ Madhavi Veronika Broszinski

Textauszüge aus dem Ratgeber für „Kinderyoga – Ding Dong Yoga fängt an“ von Madhavi Veronika Broszinski

Yoga Retreats, Kurse & Seminare

- 9. – 11.9.22 MantraYoga Retreat im Elfenhof Viezen
- 30.9.22 – 2.10.22 Den Impulsen für mehr Leichtigkeit folgen – Yoga Vidya Bad Meinberg
- 2 x monatlich MantraYoga Kurse in Bad Liebenwerda im Haus Leben
Details siehe www.herz-balance.com

Om Shanti – herzliche Grüße, Madhavi Veronika Broszinski

Praxis HerzBalance · Ayurveda, Massagen & Yoga · Veronika Broszinski
Großenhain · Tel. 0160 2261077 · www.herz-balance.com

Neue Reihe: Zeitenwende – Dimensionen des Umbruchs Die Selbstverständlichkeit des Lichtes

von Nora Philine Hansing

Wir durchleben kollektiv eine Zeitenwende und in diesen Wandel hinein will ich ausdrücken, dass es an der Zeit ist, das Licht als eine neue Selbstverständlichkeit zu leben. Das Licht, welches unser Seelenlicht und zugleich das Licht der Welt ist.

Wir sind aufgefordert, uns nun in den Mut zu initiieren und unser Licht so zu leben, als sei die Welt bereits geheilt: In dieser aufrechten Kraft des Bewusstseins, die sich nicht zurücknimmt aus vorsichtiger Rücksichtnahme, um der alten Welt in ihren Mustern nicht zu nahe zu treten oder in ihrer Natürlichkeit der Seelenbegegnung missverstanden zu sein. Die Missverständnisse sind nur eine Schicht der alten Welt, denn das Licht ist in sich immer klar. Es kennt weder Hintergedanken noch Alibis. Es ist und will sich ausdrücken. In gelebter Wahrheit schafft es Wahrheit. Diese Wahrheit des Lichtes ist unverhandelbar.

Haben wir also den Mut, die eigene universelle Logik der Lichtkraft explizit zu machen. Sprechen wir sie aus, die Wahrheit des Bewusstseins, des bewussten Seins. Sprechen wir von der Seele, auch wenn der andere sie noch nicht für möglich hält. Begegnen wir in der Liebe, auch wenn der andere ihre Wahrheit noch nicht einordnen kann. Machen wir beide möglich, indem wir sie halten, als diese Selbstverständlichkeiten des Seins, die sie sind.

Wir dürfen die Klarheit der Gültigkeiten unserer Seelen in uns halten, die andere sind als jene, von denen uns glauben gemacht wird, sie seien notwendig, um der Welt souverän zu begegnen: Informationsflut, Argumente, Für und Wider.

Das Licht bedarf der Debatten der alten Welt nicht und wir dürfen den Mut haben, uns nicht in ihnen zu verschwenden. Es gibt nur eine Art von Information, die wirklich real ist und diese ist die Information unserer inneren Empfindung, unserer Seelenrealität. Es ist unser aller Auftrag, die heilende Weisheit dieser Seeleninformation nach außen zu tragen, zum transformierenden Geschenk für die Welt zu machen.

Holen wir also das ein, was notwendig ist, um den Lichtbotschaften eine klare Sprache zu verleihen und konzentrieren wir uns ausnahmslos darauf. Alles andere darf gehen, denn es dient nicht länger.

Wir werden die Welt dadurch nicht undeutlicher, sondern klarer sehen, bereinigt vom Ballast, der unseren Geist einnehmen wollte. Wir transzendieren die Debatten und erkennen, was gebraucht ist. Denn so ist das Licht: Es ergreift nicht Partei, es sieht, wo es gebraucht ist, und dann schöpft es sich.

Durch uns.

Nora Philine Hansing
Autorin / Youtube „Zeitenwende – Dimensionen des Umbruchs“
www.dimension-zeitenwende.de



Schamanische Grundlagen für Visionssuche, Feuerlauf, Schwitzhütte

Der Tanz der fünf Elemente

von Malina Opitz

Sie saß in einem roten Kleid auf ihrem Visionssuche-Platz im äußersten Osten. Hinter ihr schlängelte sich der Bach, von dem eine eisige Kälte hinauf kroch, die bis in Mark und Bein vordringen konnte. Mit der Kälte kam die Angst: Die Angst, zu erfrieren. Die Angst, die Seele zu verlieren. Ängste, die nur das Innere Feuer stillen konnte. Doch war ihr Inneres Feuer stark genug?

Sie erblickte in einiger Entfernung eine Frau und weit hinter ihr das große Feuer. Nun beobachtete sie gebannt, wie die Frau vor ihr zu leuchten begann, heller und heller wurde, strahlender und strahlender, bis sie sie nicht mehr vom großen Feuer unterscheiden konnte. Sie war eins geworden mit dem Geist des Feuers, welcher alle Kälte und alle Angst aus ihrem Körper vertrieben hatte. Sie war ein Feuermensch geworden, ein Nina Runa...

Visionssuchen, Feuerläufe, Schwitzhütten, tagelange Tänze – dies sind uralte Riten der Demut, der Hingabe und des Dienens, die uns läutern und wandeln, uns erinnern und die immer mehr sterben lassen, was wir nicht sind. Es ist die Einladung ins innere Ausland, in zuvor unbekannte Wirklichkeiten, um ein verlorenes Gleichgewicht wiederherzustellen.

Die nordamerikanischen Ureinwohner sagen, dass erst, wenn der Mensch die Balance aller vier Elemente in sich wieder verkörpert, wird der Heilige Mensch im Zentrum geboren: Aus der Seele des Feuers im Osten, den Knochen der Erde im Westen, dem Blut des Wassers im Süden und dem Atem der Luft im Norden. In dieser ursprünglichen Harmonie ist der Mensch heil(ig): Er agiert im Einklang mit der Erde und

dem Himmel und vollzieht zur richtigen Zeit, am richtigen Ort, die richtige Handlung oder Nicht-Handlung.

Die Lakota sagen: Mitakuye Oyasin – Alles ist mit allem verbunden. Und um diesen Satz nicht nur zu sprechen, sondern auch zu verkörpern und zu leben, hat ihnen eine ihrer größten Geistlehrerinnen und Ahninnen ein Gebet gebracht, um sich mehr und mehr an die Verbundenheit allen Lebens zu erinnern. Dieses Gebet der Weißen Büffelkalbfrau ruft den Schöpfer „Wakan Tanka“ und die Schöpfung mit all ihren Welten zurück in unser Bewusstsein. Die Lehrlinge lauschen diesem Gebet über viele Jahre und erwachen nach und nach in den Gräsern, in den Sandkörnern, in den Krabblern und Kriechern, im Geist des Adlers und im Geist der Steine.

Visionssuchen verbinden uns mit den Sternen und den Ahnen, mit den Großvätern und Großmüttern, den Tieren, Pflanzen und Mineralien. Feuerläufe dienen der Lebensfreude, dem Mut, der Verbindung zum Feuerherzen von Großmutter Erde und der Demut vor dem Feuergeist und dem Leben. Schwitzhütten führen uns zurück in den Schoß, wo alles Leben geboren wurde. Hier können wir loslassen und Erneuerung erfahren, sterben und neugeboren werden. Sonnen- oder Regenbogentänze werden zelebriert, um das Ego zu läutern und mehr und mehr in das wirkliche Sein überzufließen, das, was nach drei Tagen ohne Nahrung immer noch tanzt und keine Müdigkeit kennt. Alle heiligen Zeremonien dienen dem Erhalt des Lebens und sind mit den Wächtern des jeweiligen Landes abgesprochen.

Schönheitsweg · Malina Opitz & Dirk Kreuzer · www.schoenheitsweg.de

Mutprobe & Initiation: Der Feuerlauf am 2. Oktober 2022

Warum Einweihungen überlebenswichtig sind

von Dirk Kreuzer & Malina Opitz



Allein der Gedanke, über glühende Kohlen zu laufen, rüttelt am Verstand. Denn bis heute ist nicht abschließend geklärt, warum Menschen unbeschadet durchs Feuer gehen können. Sich den Kohlen zu nähern, schärft die Sinne, macht jede Zelle wach. Das Abenteuer kann beginnen!

Der Hirnforscher Gerald Hüther sagt, dass unsere Gesellschaft voll von „Pubertierenden“ ist, also voller Menschen, die nie wirklich erwachsen geworden sind. Warum? Weil uns die

Einweihungen, die Initiationen, fehlen. Eine Initiation ist ein Schwellengang: Ich lasse etwas Altes zurück, begegne meiner Angst und gebäre mit dem mutigen Schritt ins Unbekannte etwas Neues.

Einem Teenie auf der Bühne zur Jugendweihe die Hand zu schütteln, ist keine Initiation! Dieser Akt lässt ihn nicht reifen, bereitet ihn nicht auf das Leben vor, lehrt weder Selbstfürsorge, noch mutig sein und gibt ihm auch keine Chance, die eigene Bestimmung zu finden.

Die Ureinwohner schickten ihre Teenager mit spätestens 14 Jahren auf Visionssuche, um tagelang allein in der Wildnis zu leben. In der NOT-Wendigkeit, ganz allein für Wärme, Schutz, Nahrung und Wasser zu sorgen, wick die Kindheit einer neuen Reife. Initiationsriten wie der Feuerlauf – der seit Tausenden von Jahren praktiziert wird – gaben ihnen die Chance, Ängste zu überwinden, sich zu Ent-Grenzen und in

die eigene Bestimmung hinein zu laufen. Die Begegnung mit dem Feuergeist schürte das Innere Feuer und die Visionskraft.

Ohne diese Initiationen jedoch bleiben wir Kinder. Und wer den amerikanischen Donald oder den russischen Wladimir mit Augen voller Güte erblickt, sieht zwei traumatisierte Jungen am Werk, die noch keine Heilung erfahren haben. Und warum wählen wir als Volk diese Jungen? Weil wir gar nicht mehr wissen, was ein reifer Medizinmann oder eine weise Medizinfrau ausmacht. Weil wir die Achtung vor unseren eigenen Eltern verloren haben. Als sie laut wurden oder uns schlugen, blieb oft nur Angst, aber keine Achtung oder Ehrfurcht. Wir erblickten sie nicht, wie eine Häuptlingstochter den Chief oder ein Indianerjunge den alten Weisen. Wir blickten mit Angst auf Erwachsene und mit Verachtung und nicht wenige Kinder schworen sich, wie Peter Pan nicht erwachsen zu werden, und damit auch nicht zu reifen.

Doch diese Welt braucht nichts dringender als reife Erwachsene, die sich erinnern, dass wir als Hüter dieser Erde gekommen sind. Es braucht Menschen, die durch das Leben gereift sind, sich entschieden haben, mit beiden Beinen auf der Erde zu stehen und die volle Verantwortung für ihr Denken und Fühlen zu übernehmen. Der Feuerlauf ist eine Möglichkeit, diesen mutigen Initiationsschritt zu gehen – egal, ob wir 14 Jahre, 21 Jahre oder 49 Jahre alt sind. Die nächste Möglichkeit dazu hast Du am 2. Oktober im heiligen Tal des Guidohofs.



Dirk Kreuzer & Malina Opitz · Schönheitsweg GbR
Schamanische Zeremonien
Altendorfer Str. 28, 09113 Chemnitz
Tel. 01514 – 61 34 737
schoenheitsweg@web.de
www.schoenheitsweg.de



Kunst: Die Begegnung mit dem archaischen Selbst Finde die Schamanin in Dir

von Marian Kretschmer



Fotografie / Gruppenbild Maskenworkshop: Marian Kretschmer, 2020, freischaffender Künstler und Kunstpädagogin · marian-kretschmer.de

„Eine Schamanin hat etwas Energiestrotzendes an sich – welches mit bodenständigem Wissen, Erfahrungsreichtum und Vitalkraft einher geht. Es ist für sie wie eine Kunst, der sie sich voller Leidenschaft und unermüdlich ihr Leben lang widmet und die sie perfektionieren will.“

Eine Schamanin verkörpert eine von jeglicher Begrenzung und Dominanz befreite Frau – ein anzustrebendes Ideal, welches uns den Weg weist.“

Begegnung mit einer Wespe

von Jana Konrad

Es ist ein wunderschöner, sehr heißer Sommertag. Ich entscheide mich heute für das Streichen meiner Gartenbänke. Den Pinsel schwingend geht es los. Es ist für mich wie eine Meditation. Der Geruch der Farbe, die Wärme, der Pinsel, alles ist und beginnt ineinander überzugehen.

Plötzlich ist da eine Wespe. Sie schwirrt um mich herum, fast schon etwas aufdringlich. Ich sage zu ihr: „Was machst du denn da? Ist es der Geruch der Farbe, welcher dich so aufdringlich sein lässt?“ Immer und immer wieder schwirrt sie um mich herum. Sie lässt keinesfalls locker. Bis ein Blitzgedanke mich erreicht: „Wasser, wir möchten Wasser.“ Es ist heiß und trocken. Ich verspreche ihr: „Wenn ich hier fertig bin, kümmerst du dich.“ Schwups ist die Wespe weg. Später stelle ich ihr und ihrem Volk eine Schüssel mit Wasser hin; mit Steinen, damit sie keinesfalls darin ertrinken.

Und so gibt es viele Erlebnisse und Geschichten, verbunden mit der Natur, in der Ruhe, Gelassenheit, Langsamkeit und Freude an dem, was man gerade tut. Das ist für mich auch schamanisches Tun, zum Wohle aller! Danke.

Begegnung und Bewegung im Lebenskreis · www.janakonrad.com

Kollektive Rituale und Frauenkreise zum Neumond Frauen der Erde

von Mireen Fellmer

Im großem Maßstab etwas bewegen, das war immer mein Traum. Durch die peruanische Schamanin Kuyay Lorena wurde dazu ein großartiges Projekt geboren. Sie rief die Idee eines kollektiven Frauenkreises ins Leben.

Ein kollektiver Frauenkreis, das sind viele Frauenkreise über den Globus verteilt. Jeder Kreis bearbeitet jeweils das gleiche Thema und führt das selbe Ritual durch. Alle Frauen sind energetisch miteinander verbunden und wirken wie ein großes Gitternetz.

Die Themen bauen aufeinander auf und wirken wie ein energetischer Impuls, welcher als Informationswelle in das morphogenetische Feld gesendet wird. Dadurch dringen unsere Erkenntnisse im Erdfeld ein und das Bewusstsein der Frau wird erhöht. Durch die kollektive Arbeit können wir eine Wirkung auf dem ganzen Planeten Erde erreichen.

Das Ziel dieser Frauenkreise ist es, Kontakt mit der ureigenen weiblichen Kraft aufzunehmen. Unser Austausch dient der gemeinsamen Heilung – im Kollektiv.

Als Erdhüterin biete ich den Rahmen der Kreise für den Raum Chemnitz. Wir treffen uns in der Jurte am Einsiedlerwald.

Salana – Energiearbeit · Mireen Fellmer
Energetische Heilbehandlungen, Rituale & Frauenkreise
Tel. 0177 3889373 · kontakt@salana-energiearbeit.de
www.salana-energiearbeit.de



Motherdrum Healing



Salana
ENERGIEARBEIT

Mit jedem Trommelschlag spüren wir den Herzschlag der Erde, die heilig-heilende Urkraft unserer Urmutter, die unsere Erdenwunden heilen lässt. Getragen von den Wellen der Klänge, tauchen wir ein in das zeitlose Sein.

weitere Informationen:
www.salana-energiearbeit.de

Mireen Fellmer
Chemnitz · Einsiedel



Schamanische Energiemedizin

von Anke Frackmann

Ich liebe die schamanische Energiemedizin! Seit 2015 arbeite ich damit und erlebe immer wieder pure Magie. Alles, ob Haus, Baum, Tier, Pflanze oder Mensch, ist beseelt und umgeben von einem feinen, energetischen Feld, dem Lichtkörper. Ein heiler Lichtkörper ist für ein ausgeglichenes, harmonisches Erleben des physischen Körpers, der Seele, des Geistes wichtig und erstrebenswert.



Aus schamanischer Sicht liegen im Lichtkörper Ursachen und Lösungen für alle Themen, die uns beschäftigen und die wir verändern wollen. Ist er verletzt, blockiert oder hat er traumatische Erlebnisse und Schocks gespeichert, aus diesem oder einem anderen Leben, kann durch die Lichtkörperheilung geholfen werden. Alte Blockaden oder fesselnde Seelenverträge werden gelöst und die Energieflüsse des Körpers werden harmonisiert und gestärkt. So können sich auch Blockaden des physischen Körpers lösen.

Eine der hohen, keltisch-schamanischen Heilkünste ist AnamArAis. Sie dient dazu, fesselnde Beziehungs- und Sexualverbindungen zu lösen und eigene Energieanteile zurück zu nehmen. Sie ist für mich das Mittel der Wahl, Beziehungen sauber zu klären oder zu beenden.

Unterstützend nutze ich immer das Lesen im morphischen Feld. Alle Informationen eines Menschen sind in diesem Feld gespeichert und können abgerufen werden. Probiere es aus und lass für Dich lesen.

Erfahrungsraum für Körper, Geist & Seele
Anke Frackmann · Tel. 0173 7766857 · www.freitagstrasse.de

Mit Märchen über Lebensschwellen

von Madana Kati Pfau



Kinder lieben Märchen, weil sie direkt zu ihren Seelen sprechen und sie sich intuitiv die passende Botschaft herausuchen können – wenn wir sie lassen! Die Seele sucht sich ihre Medizin, und Kinder wollen einfach wissen, wie das mit Leben wirklich funktioniert. Märchen sind keine Kindergeschichten, so wie wir sie heute verstehen: zum Ruhigstellen, Beschäftigen und Ablenken. Es sind Geschichten, die durch die Krisen des Lebens helfen wollen. Sie erzählen von Schwellenerlebnissen, von der Verwandlung des Lebens. Schwellen initiieren uns in unsere Wahrhaftigkeit. Es sind die Zeiten, in denen wir uns ohnmächtig und sehr verletztlich fühlen.

Märchen erzählen in starken, emotionalen Bildern. Mit den Helden und Heldinnen gehen wir durch die Märchengeschichte, die uns etwas über unsere eigene Geschichte zeigt. Mit Schneewittchen lernen wir dem Neid zu begegnen. Mit Eisenhans erleben wir, was eine gesunde männliche Energie ausmacht. Mit Rotkäppchen erfahren wir die Lösung aus dem schrecklichen Überwältigtsein. Mit Sterntaler schauen wir in die Angst vor dem Loslassen. Märchentherapie ermöglicht es, die Botschaft zu erkennen und konkret umzusetzen. In meinen Märchen-Workshops erfährst Du, was Märchen mit Dir heute zu tun haben und wie Du dieses Wissen für Dein Leben nutzen kannst. Die Sprache der Märchen zu entschlüsseln, können wir wieder lernen. Und damit schließen wir uns an die alte Weisheit der Geschichtenerzählerinnen an, die aus Liebe zu den Nachkommen ihr Wissen weitergeben.

Einführungsseminare online: 11.9. / 23.10. – jeweils 16–18 Uhr
Anmeldung: kontakt@madana-kati-pfau.de

Zeiten des Wandels als Eintritt, als Initiation in eine neue Lebensphase und damit eine neue Lebensqualität Lebensübergänge

von Jana Münzner

Übergänge in neue Lebensphasen sind ganz besondere Hochzeiten im Leben, bieten sie doch die Möglichkeit der Initiation in erweiterte Fähigkeiten. In unserem 'modernen' Zusammenleben ist die Bedeutung solcher Zeiten verschüttet gegangen und sie werden, wenn überhaupt, meist nur noch sehr oberflächlich begangen.

Die Zeiten, in denen wir gerade leben, laden uns ein oder fordern uns heraus, schon allein durch die Ereignisse im Außen, uns mit dem Thema Neuausrichtung, Loslassen, Übergang auf so ziemlich allen Lebens Bühnen zu befassen. Alles Erlernte stellt sich auf den Prüfstand und wenn wir ehrlich sind, bleibt nach der Prüfung nicht mehr übrig als die Erkenntnis, dass unsere Bereitschaft zu glauben – was wir gelernt haben, was wir hören, was uns als Realität präsentiert wird – ausschlaggebend ist für unseren Standpunkt, unsere Überzeugungen, unser Lebensbild. Wird dieser Glaube erschüttert durch Informationen, die schlüssig sind, haben wir die Wahl, unseren Irrtum oft schmerzhaft einzugestehen und uns neu auszurichten oder wegzuschauen. Die Bereitschaft, hin zu schauen, trägt an sich schon ein „JA“ zum Leben und zur Entfaltung in sich.

Dabei vollziehen sich Entfaltung und Entwicklung generell nicht kontinuierlich linear, sondern sprunghaft. Und so stellt der Anlauf die Neuausrichtung und Vorbereitung für den Übergang dar, der Absprung symbolisiert das Lösen vom Alten, der Flug die Phase des Ungewissen und die Landung die Ankunft im Neuen (eine gute Analogie ist auch die Rutsche). Wie im Großen, so im Kleinen, ist unser Leben geprägt von Übergängen – Niederkunft/Geburt, Adoleszenz/Pubertät, Partnerschaft/en, Beruf und der letzte große Übergang aus diesem Dasein – der Tod. Für alle Übergänge bedeutet es gleichermaßen zu erkennen, was die Entfaltung des Lebens und die Lebendigkeit hindert – was das Alte nicht mehr trägt. Hier gilt es, dass wir das Gewohnte, Bekannte und Vertraute, in „Fleisch und Blut“-Übergangene voll Dankbarkeit über die Möglichkeit des Reifens ehren. Weiter heißt es, dass wir Abschied nehmen von

dem, was zurück gelassen werden will und dass wir die damit verbundene Trauer fühlen. Dann können wir uns frei an das Neue wenden, das Unbekannte, das, was an Herausforderungen mit der neuen Lebensphase einhergeht – können Unsicherheiten und Ängste wahrnehmen und uns mit der innewohnenden Kraft, dem inneren Sog, der Lebendigkeit verbinden. Hilfreich ist hier ein gesundes Urvertrauen und die Gewissheit, dass wir schon den einen oder anderen Übergang gemeistert haben. Dienlich ist ebenso die Fähigkeit der Hingabe, ähnlich wie im Liebespiel. So heißt der Orgasmus im Französischen auch der kleine Tod – sich ganz dem Lebensfluss anvertrauen, tun, was aus der inneren Weisheit, dem inneren Sog heraus getan werden will – absichtslos – und dabei offen und präsent sein für das, was sich als Geschenk offenbart.

Fragen, die Du Dir bei Übergängen stellen kannst sind:

Zum Alten: Was will noch geklärt werden? Wie? Was ist zu tun? Was lässt Du zurück – freudig / mit Bedauern? Was nimmst Du mit? Wozu dient Dir das in Deinem neuen Lebensabschnitt?

Zum Übergang: das Alte hat ausgedient, das Neue ist noch nicht greifbar: Was ist da an Freude, Trauer, Angst, Frustration? Worüber? Wozu kann Dir die Kraft dieser Emotion dienlich sein?

Vorausschau auf das Neue: Was ist Deine Herzens-Sehnsucht? Wofür ist jetzt die Zeit gekommen? Was will gelebt werden? Wie willst Du Dich der Welt schenken? Was braucht das von Dir an Eigenschaften und Handlungen zum Wachsen?

Viel Freude beim Neuausrichten, beim Anlauf, beim Springen und vielleicht begegnen wir uns ja beim Fliegen und Landen im Neuen. Wenn Du Dir und Deinen Lieben das ganze Wachstumspotenzial der Hochzeiten im Leben wieder erschließen willst, gibt es bei AMRYTA kraftvolle Rituale, rituelle Feste und Feiern im Lebenskreis.

Jana Münzner · www.amryta.de



Schamanisches Ritual

Kakaozeremonien für Harmonie & Glückseligkeit

von Ann König

Bisher kennen wir Kakao hauptsächlich als beliebtes Getränk oder als Schokolade. Doch zunehmend findet der Kakao seinen Platz bei speziellen, schamanischen Ritualen. Als Meisterpflanze schenkt uns Mama Kakao nicht nur eine göttliche Superfrucht, die uns Menschen mit zahlreichen wertvollen Nährstoffen versorgt, sondern sie kann, im Rahmen einer Zeremonie eingenommen, sogar ganzheitlich und harmonisierend auf Körper, Seele und Geist einwirken. Wer sich zudem auf das Wesen dieser Medizinpflanze einlassen kann, dem stehen ihre helfenden bzw. lehrenden Kräfte zur Verfügung.

Das rituelle Trinken von Kakao hat eine lange Tradition in Südamerika und dient dazu, entstandenes Ungleichgewicht zwischen Mensch und Natur wieder zu balancieren oder zwischen Himmel und Erde zu vermitteln. Weiterhin können wir Mama Kakao nutzen, damit wir in erster Linie wieder tiefer mit uns selbst (unserer Seele) in Kontakt kommen. Sie wärmt und entspannt uns und öffnet weit unser Herz. Sie hilft uns, dass wir Antworten oder Klarheit finden, uns liebevoll angenommen fühlen sowie sich innere Blockaden lösen und die Dinge wieder ins Fließen kommen. Nicht zuletzt regt sie unsere Kreativität an.

„Kakaozeremonien sind Liebeserklärungen an das Leben.“, so Alexandra Wilmsmann-Hiller

Je nach Tradition folgt eine Kakaozeremonie einem bestimmten Ablauf. Empfohlen ist auch eine vorheriges kurzes Fasten. Die Zubereitung des

kakaohaltigen Getränks kann ebenso variieren. Die Grundzutat ist ökologisch angebaute Rohkakao (auch in Form von purer Schokoladenmasse), in dem noch alles (Ballaststoffe, Mineralien und Vitamine) enthalten ist. Zusätzlich wird noch etwas Cayennepfeffer und evtl. Rohrrohr- oder Kokosblütenzucker sowie Gewürze wie Zimt und Vanille dem Getränk beigemischt. Während des Rituals wird z. B. meditiert, gesungen, Atemübungen oder Yoga durchgeführt, getanzt und sich künstlerisch ausgedrückt.



Teilnehmer beschreiben, dass sie mit Glücksgefühlen überflutet und sehr emotional werden. Auch tiefe Gefühle von Verbundenheit, Dankbarkeit und Demut können sich in Verbindung mit einer besseren Erdung und Wertschätzung gegenüber allem zeigen. Es entfaltet sich zudem ein wunderschöner Raum von Sinnlichkeit und Magie.

Creating the Life of your Dreams – Kakaozeremonien für kreative Visionäre mit Bianca Rantzsch · www.bianquita.com

Kakaozeremonien mit Dynamischen- und Tanzmeditationen an Vollmond und zu den Jahreskreisfesten sowie **Ausbildung „Kakao Priest / Priestess“** mit Alexandra Wilmsmann-Hiller am 19.11.2022 in Langenbernsdorf · Infos und Anmeldung: www.lebendigmacher.de

Rituale in Zeiten des Übergangs

Schamanische Hochzeit

von Sandra Wolfram

Im schamanischen Weltbild ist alles beseelt und miteinander verbunden. Leider können nur noch wenige Menschen diese Verbundenheit wirklich spüren und sind stattdessen von ihrer Seele abgeschnitten. Der schamanische Weg bietet unzählige, einfache und wirkungsvolle Möglichkeiten, um uns wieder zu verbinden und unsere Seele zu spüren. Eine wichtige Rolle spielen dabei Rituale, das sind Handlungen mit einem bestimmten Ablauf, um Energien einzuladen oder zu lenken. Schamanische Rituale leben aber nicht nur von ihrem Ablauf und der Absicht, die verfolgt wird. Erst die Kräfte und spirituellen Fähigkeiten des Schamanen machen sie zu einem machtvollen Instrument. Seine Brücke zur geistigen Welt ist der Übergang und Weg für die Menschen, die am Ritual teilnehmen.



Wir leben in einer Zeit des großen Übergangs, aber auch das Leben eines jeden Menschen hat viele solcher Zeiten. Diese können von schamanischen Ritualen wirkungsvoll begleitet werden. Geburt, Jugendweiche, Hochzeit, Tod sind z.B. wichtige Übergänge in andere Lebensformen oder Daseinsebenen. Hier zeigt sich auch deutlich, warum es bei Ritualen meist geht: Altes wird losgelassen, um Raum für das Neue zu schaffen.

Schamanische Hochzeit

Ich biete neben meiner schamanischen Arbeit auch Übergangsrituale an und möchte Euch gern beschreiben, wie z.B. eine schamanische Hochzeit aussehen könnte:

Einige Zeit vor der Hochzeit machen wir gemeinsam eine schamanische Reise, in der Ihr Eure Krafttiere kennenlernt und besprechen einen Teil des Ablaufs und Eure Wünsche. Auch ich erhalte Botschaften. An einem besonderen Ort in der Natur, den Ihr selbst gewählt habt oder den ich intuitiv für Euch ausgesucht habe, kommen wir zusammen und zelebrieren eure Seelenverbindung. Meine Kraftgegenstände sind ausgebreitet. Trommel und Rassel liegen bereit. Alles ist mit wunderschönen Blumen und Blättern geschmückt. Ein kleines, heiliges Feuer brennt für Euch. Jeder bindet für den anderen einen Blumenkranz. Er steht für Eure

spirituell-seelische Verbundenheit. Symbolisch reinigt Ihr Eure Hände mit frischem Quellwasser von Euren alten Leben. Meine Rassel hilft dabei. Ich schaffe für uns einen heiligen Raum, indem ich die vier Himmelsrichtungen, Mutter Erde und Vater Himmel einlade. Nun sucht sich jeder von Euch allein einen Platz und reist zu seinem Krafttier. Ihr empfangt Botschaften für Euren gemeinsamen Weg und achtet auch auf Tiere, Bäume und Pflanzen. Spürt die Erde mit ihrer nährenden Kraft und bittet sie um ihren Segen. Sucht nach einem persönlichen Gegenstand aus der Natur, der Eure Partnerschaft symbolisiert.

Zurück am Ort der Zeremonie beginnt das eigentliche Ritual: Ich werde dann beginnen zu trommeln und reise für Euch in die geistige Welt.

Auch Ihr geht gemeinsam auf eine innere Reise und was Ihr dabei erlebt, ist ganz individuell und immer sehr berührend. Dabei könnt Ihr Euch im Arm oder an den Händen halten. Wir teilen unsere Erlebnisse und Ihr erhaltet von mir Botschaften. Ihr überreicht Euch gegenseitig eine Kette mit einem Stein.

Dann ist es Zeit für Eure Blumenkränze. Ihr schreitet durch ein Blumentor, welches symbolisch für das neue, gemeinsame Leben steht. Nun reicht Ihr Euch die Hände und ich lege ein schönes Band darum, als Zeichen, dass Eure Hochzeit vollzogen ist. Dabei spreche ich Segenswünsche und lade die Kräfte der Natur ein, Eure Verbindung zu segnen. Nun könnt Ihr zum Klang meiner Trommel tanzen und dabei Eure Liebe und Verbundenheit spüren. Ich reiche Euch kleine Köstlichkeiten und Ihr könnt an diesem besonderen Ort der Zeremonie übernachten. Eine besondere Magie umgibt solche Rituale und die spirituellen Kräfte sind deutlich spürbar.

Das ist nur ein Beispiel für den Ablauf einer schamanischen Hochzeit – sie kann ganz individuell gestaltet werden. Eine solche Zeremonie verbindet Liebende vor allem auf der spirituellen Ebene und ist ein Erlebnis mit tiefen, bleibenden Erinnerungen.

Hofmühle Pfaffroda · Sandra Wolfram · www.hofmühle-pfaffroda.de



Sonntag, 04.09.2022

Trommelbau Tag 1 mit Kai & Kerstin Müller Hainichen OT Riechberg · www.zauberwege.de

14:00 bis 16:00 Uhr **Eröffnung der Bio-Erlebnistage 2022:** Rund um die Rote Bete · Limbach-Oberfrohna · guidohof.com

Mittwoch, 07.09.2022

16:00 Uhr **Töpferkurs** mit Franzl · Dennheritz t.me/zentrumselbstbestimmt

16:00 Uhr **HUMUS – EVENT** im Kräutergarten Wiesenrich „Miriquidi“ · Eibenstock · Tel. 037752 558240

18:30 bis 19:30 Uhr Vortrag **Die Kraft der Akupunktur mit Licht** mit Sven Franke · Chemnitz www.nhv-chemnitz.de

Donnerstag, 08.09.2022

18:30 bis 21:00 Uhr Online-Infoabend **Schoß Chakra Meditationsprozess** – Entwickle ein Bewusstsein von bedingungsloser Liebe, mit Tara Gräfe · www.kraftreisen.org

18:30 Uhr Vortrag **Aura sehen, auch ohne Hellsichtigkeit** mit Ina Klinger · Schneeberg www.lebensfreude-ina-klinger.de

19:00 bis 21:00 Uhr Frauenworkshop **Healing Talks & Dance** mit Bella Steudel · Chemnitz bella-kalima.de

Freitag, 09.09.2022

09. – 11.09. Seminarreihe **Seele in Bewegung** Teil 1 „Tanz Deine Seele, befreie Dein Herz, geh' in die Fülle Deiner Atmung“ mit Constanze Uhlig & Frederick Zabel · Frauenstein · constanzeuhlig.de

09. – 12.09. „**Wolfstage**“ **Steinzeitreise im wilden Erzgebirge** mit Übernachtung unter freiem Himmel mit Andreas, Jana & Maik, Schwarzenberg · www.steinzeit-reise.de

09. – 11.09. **MantraYoga Retreat** für mehr Harmonie, Balance & Einheit für Körper, Geist und Seele, mit Madhavi Veronika Broszinski & Venulo Bernd · Viezen (Ostsee) · herz-balance.com

09. – 11.09.2022 Seminar **Die schamanische Sicht auf Tod und Sterben** mit Elke Heinze-Grüner · Chemnitz · www.gruenevilla.de

Samstag, 10.09.2022

10. – 11.09. Seminar **Glaube an Deine spirituellen Fähigkeiten und lerne sie mit Leichtigkeit in Deinen Alltag zu verbinden.** mit Jacqueline Wothe · Nová Role / CZ · www.wothe-feelings.com

Projekttag „**Mal Dir ein Bild**“ mit Anja Flechsig & Dizaja Duck · Zwickau · www.raum-zeit-zwickau.de

09:30 bis 13:00 Uhr **Wildkräutertag** mit Waldbaden und anschließendem Wildkräutermenü Krölpa · www.naturhotel-vitaleum.de

14:00 Uhr Großes **MiteinanderSein Open Air-Treffen im Kräutergarten Miriquidi in Eibenstock** · www.miteinandersein.de

14:00 Uhr **Guidohoffest zum 30-jährigen Jubiläum** Limbach-Oberfrohna · guidohof.com

18:00 Uhr **Vollmondtrommeln** · Hainichen OT Riechberg · www.zauberwege.com

19:00 Uhr Online **Vollmond-Heilmeditation mit persönlichen Botschaften** mit Katharina Muuß-Adamek · www.soulbodyworkout.de

Sonntag, 11.09.2022

11. – 16.09. **Basenfasten Plus mit Yoga** · Krölpa · www.naturhotel-vitaleum.de

15:00 Uhr **Sommer-AusKLANG mit Mandala-Klangzauber** mit Carina Leithold & Jens Müller · Bad Elster · www.mandala-zauber.de

Dienstag, 13.09.2022

18:30 Uhr **MiteinanderSein-Netzwerktreffen im Sri Kaleshwar Meditations- & Seminarzentrum** mit Jana Tara Gräfe · Voigtsdorf · www.miteinandersein.de

Mittwoch, 14.09.2022

16:30 bis 19:00 Uhr **Kräuterspaziergang** über Feld und Wiesen mit Grit Tetzner · Limbach-Oberfrohna · guidohof.com

Donnerstag, 15.09.2022

15. – 18.09. **EhrlichZeit · Auszeit für Paare** in der Natur mit Camper & Co auf der Insel Rügen mit Elisabeth Penselin & Christoph Konradi Gustow · ehrlichzeit.de

19:00 Uhr Online-Vortrag **Kaleshvara Vaastu – Bauen & Wohnen im Einklang mit den 5 Elementen** mit Tara Gräfe · www.kraftreisen.org

20:00 Uhr Online-Heilungsabend **Innerer Mann** mit Katharina Muuß-Adamek · www.soulbodyworkout.de

Freitag, 16.09.2022

14:00 bis 17:00 Uhr **Sauerteig-Brotbackkurs** mit Manuela Wende · Waldenburg · www.zellharmonie.de

18:00 bis 20:00 Uhr „**Keiner kann mir nehmen, was ich getanzt habe**“ I-DANCE-IT(Y)© Freies Tanzen unter freiem Himmel mit Rosemarie Dagné · Frankenberg / OT Mühlbach i-dance-ity.jimdosite.com

Samstag, 17.09.2022

17. – 18.09. **Last von den Schultern – Lernen Sie Ihren Nacken und Ihre Schultern neu kennen** mit der Feldenkrais-Methode® – Herbstkurs 2022 mit Ralf Ziegler · Schwarzenberg · physiotherapie-espigo.de

17. – 18.09. Workshop **Lerne die Grundlagen von Kaleshvara Vaastu – Bauen & Wohnen im Einklang mit den 5 Elementen** mit Tara Gräfe · Voigtsdorf · www.kraftreisen.org

10:00 bis 17:00 Uhr **Klang-Kunst-Erlebnistag** mit Michaela Stohl · Chemnitz · auszeitklang.de

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Leipzig** mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

17. – 18.09. Seminar **PRANA 1 – Grundlagen der Pranaheilung** mit Grit Weirauch · Schwarzenberg · pranaheilung-erzgebirge.de

13:00 Uhr **Waldwanderung und Verarbeitung: Das Gold des Waldes – Baumharz** mit Sarah Schmidt · Schwarzenberg · Tel. 0174 2127554

Sonntag, 18.09.2022

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Dresden** mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

Montag, 19.09.2022

18:30 Uhr Vortrag **Harmonisierung von Wasser und allen Lebensbereichen** mit Joachim Wagner · Eibenstock · www.kunsthof-eibenstock.de

Mittwoch, 21.09.2022

21. – 25.09. Beginn Jahrestraining „**Lerne Dich lieben**“ Eine Fortbildung für Menschen, die mit sich selbst und mit anderen arbeiten mit Peter Hellwig & Team · Friedrichswalde bei Schwerin hellerweg.de

19:00 Uhr **MiteinanderSein-Netzwerktreffen im Landhotel Sperlingsberg** · Crimmitschau www.miteinandersein.de

Donnerstag, 22.09.2022

10:00 bis 17:00 Uhr **Schmiedekurs in unserer alten Schmiede** · Limbach-Oberfrohna · guidohof.com

Freitag, 23.09.2022

23. – 25.09. **Ganz Frau Sein – Ein Wochenende für Frauen** – Aktivieren, Entfalten und Bewahren der urweiblichen Energie mit Jana Münzner · Klingenberg · amryta.de

23. – 25.09. **Waldbadetage mit Übernachtung in der Hängematte** mit Sarah Schmidt · Schwarzenberg · Tel. 0174 2127554

23. – 25.09. Seminar **Gruppenmoderation, Seminarleitung und Gemeinschaftsentwicklung** mit Günther Voelk · Schwarzenberg physiotherapie-espigo.de

Samstag, 24.09.2022

24. – 25.09. Fortbildung **Übungsleiterin Kreis- und Meditative Tänze** mit Bella Steudel · Chemnitz · bella-kalima.de

10:00 bis 17:00 Uhr **Schmiedekurs** · Limbach-Oberfrohna · guidohof.com

10:00 bis 13:00 Uhr **Wild- & Heilkräuter im Jahreskreis** mit Ulrike Loretta Hanl · Eibenstock www.kreutherkraftmanufaktur.com

12:00 bis 20:00 Uhr **Herbst-Schwitzhütte** auf dem Luisenhof mit Malina und Dirk · Callenberg www.schoenheitsweg.de

Sonntag, 25.09.2022

25.09. – 06.10. 11-tägiger **Meditationsprozess Navaratri Intensive** – Die inneren Elemente nach Sri Kaleshwar Teil 1 mit Tara Gräfe · Voigtsdorf · www.kraftreisen.org

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Zwickau** mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

18:00 Uhr **Neumondin-Frauen-Kreis** mit Ute Rudolph · Dresden · www.ein-klang-erleben.de

Montag, 26.09.2022

26.09. – 01.10. Zeitraum für monatl. **Amnanda Kur & Amnanda Moksha Kur** · Termin und Ort nach Absprache · www.miteinandersein.net/partner/mandy-frank/



Dienstag, 27.09.2022

17:00 Uhr **MiteinanderSein Netzwerktreffen Leipzig** · www.miteinandersein.de

Freitag, 30.09.2022

30.09. – 02.10.2022 Yogaseminar **Den Impulsen für mehr Leichtigkeit folgen** mit Madhavi Veronika Broszinski – Yogalehrerin (BVV) · Bad Meinberg · www.yoga-vidya.de

30.09. – 02.10. Grundkurs **Lomi Lomi-Massage** mit Claudia Neumann · Dresden · www.anukan.de

15:00 bis 18:00 Uhr **Kleines Jahreskreistreffen zu Mabon** · Dennheritz · t.me/zentrumselbstbestimmt

Samstag, 01.10.2022

01. – 08.10. **Fastenwandern und Selbstreflexion im Parkhotel Muldental** mit Kati Walther Colditz · meine-glueckskueche.de

19 Uhr **Konzert zum 6. Campana – Festival der Klänge** · Lunzenau · www.klangnetzwerk.net

10:00 bis 18:00 Uhr **Atem und Spirit** – Tagesworkshop mit Jana Münzner · Schwarzenberg amryta.de

12:00 bis 20:00 Uhr **Krieger-Schwitzhütte** für Männer mit Dirk · Callenberg · www.schoenheitsweg.de

Sonntag, 02.10.2022

12:00 bis 22:00 Uhr **Feuerlauf** mit Dirk Kreuzer · Limbach-Oberfrohna · www.schoenheitsweg.de

11:00 bis 17:00 Uhr **6. Campana – Festival der Klänge** · Lunzenau · www.klangnetzwerk.net

Montag, 03.10.2022

03. – 10.10. **Waldkraft – Waldbaden** im Thüringer Wald · Krölpa · www.waldkraft-thueringen.de

Dienstag, 04.10.2022

17:30 bis 21:30 Uhr **Familienaufstellung – Zugang zu sich selbst finden** mit Corina Wohlfel-Großer · Chemnitz · rueckgrad.com

Mittwoch, 05.10.2022

05. – 09.10. **Ausbildung zum Gesundheitsberater für Rücken, Füße und Gelenke** · Chemnitz · rueckgrad.com

Donnerstag, 06.10.2022

18:30 Uhr Vortrag **Gesund und Angstfrei – ich bin dabei!** mit Ina Klinger · Schneeberg · www.lebensfreude-ina-klinger.de

Freitag, 07.10.2022

Tagesseminar: **Grundkurs Fußzonenmassage** · Chemnitz · rueckgrad.com

07. – 09.10. Seminarreihe **Seele in Bewegung** Teil 2 Rückbindung an die Natur um Dich und in Dir mit Tanz, Stimme, Klangarbeit und Chakracing mit Constanze Uhlig & Frederick Zabel · Frauenstein · constanzeuhlig.de

Klangheilreise mit Kakaozeremonie · Krölpa www.naturhotel-vitaleum.de

16:30 bis 20:00 Uhr **Klang-Kunst-Erlebnismittag** mit Michaela Stohl · Hoyerswerda-Zeißig · auszeitklang.de

17:00 bis 19:00 Uhr **Gesprächskreis für Eltern** · Dennheritz · t.me/zentrumselbstbestimmt

Samstag, 08.10.2022

Online-Workshop **Märchen – Medizin der Seele: Der Rote Faden – Mach Dein Lieblingmärchen zu Deinem Kraftmärchen**, mit Madana Kati Pfau · kontakt@madana-kati-pfau.de

10:00 bis 19:00 Uhr **Grundkurs: Dorn-Breuss** · Chemnitz · rueckgrad.com

08. – 15.10. **Basenkur & Detox** mit Silke Wendt Rieth · www.gesundurlaub-klatschmohn.de

08. – 09.10. 2-Tage-Seminar **Reiki 1. Grad** mit Elke Heinze-Grüner · Chemnitz · www.gruenevilla.de

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Leipzig** (Lindenau) mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

15:00 bis 19:00 Uhr **Kurs Narbenpflege, Kinesiologie, Einführung in die Traumaintegration** · Chemnitz · rueckgrad.com

Sonntag, 09.10.2022

09. – 14.10.2022 **Bewegte Basenfastenwoche** · Krölpa · www.naturhotel-vitaleum.de

10:00 bis 12:00 Uhr „**Keiner kann mir nehmen, was ich getanzt habe**“ I-DANCE-IT(Y)© mit Rosemarie Dagné · Chemnitz · i-dance-ity.jimdosite.com

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Erfurt** mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

11:00 bis 19:00 Uhr **Tag der offenen Tür – Ein Erlebnistag mit Best of Dance** mit Bella Steudel · Chemnitz · bella-kalima.de

14:00 bis 22:00 Uhr **Tag der offenen Tür in der Praxis Resonanzbewusstheit & im Pesterwitzer Salon** mit Kirsten von der Heiden · Freital www.resonanzbewusstheit.info

18:00 Uhr **Moviequid-Filmfestival Biologische Vielfalt am Beispiel des Westerzgebirges „Endlich(e) Vielfalt“** · Eibenstock · www.kunsthof-eibenstock.de

18:00 Uhr **Vollmond-Kakaozeremonie** mit Dynamischen & Tanzmeditationen mit Alexandra Willmann-Hiller · Leipzig · www.fengshuihaus-leipzig.de

Samstag, 15.10.2022

10:00 bis 16:00 Uhr **Tag der Naturheilkunde** · Chemnitz · www.nhv-chemnitz.de

Naturauszeit & Klang-Kunst-Erlebnistag mit Michaela Stohl · Plauen-Steinsdorf · auszeitklang.de



Ferienwohnung im oberen Vogtland God's Mountain Ranch

von Sylvia Schröter



Ruhig gelegen, auf 700m Höhe in den Bergen des oberen Vogtlandes, eingebettet zwischen Wäldern und Wiesen, befindet sich diese kleine Ranch im Stile Kanadas. Das mehr als einhundert Jahre alte und liebevoll neu sanierte Bauernhaus im ehemaligen Bergarbeiterdörfchen Gottesberg bietet im Dachgeschoss zwei gemütliche Doppelzimmer mit einer Wohnküche und kleinem Bad. Weitere Schlafplätze befinden sich in beiden Dachschrägen.

Der Gästebereich verfügt über einen eigenen Eingang. Es kann auch gerne rustikal in einem indianischen Tipi im idyllisch angelegten Garten am Haus übernachtet werden. In der Umgebung bieten sich vielfältige Ausflugs- und Wandermöglichkeiten sowie Gelegenheiten zum Entspannen. Wir stehen in gutem Kontakt zu Hofläden und regionalen Produzenten. Die Frühstückseier liefern jeden Tag unsere lieben Hennen im eigenen Stall.

Familie Schröter

Bergstraße 1, 08262 Muldenhammer OT Gottesberg
Tel. 0171 7875151 · t.me/gods_mountain_ranch

Erkennen & nutzen von kraftvollen Orten Geomantische Wanderungen & Reisen

von Jens Winter



Lust auf eine kurze Auszeit vom Alltag? Wenn Du Dich angesprochen fühlst, möchte ich Dich gerne an kraftvolle Plätze in unserer Region mitnehmen.

Mein Anliegen ist es, den Menschen die Segnungen der Natur wieder näher zu bringen, da sie uns sehr viel zu bieten hat. Wir können natürliche Phänomene für unser eigenes Wohlbefinden nutzen, indem wir selbst Fähigkeiten entwickeln, uns in die natürliche Umgebung hinein zu spüren. Wir lernen, uns mit kraftvollen Orten zu verbinden. Gleichsam

stärken wir unsere persönliche Lebensenergie und Rückverbindung mit der Natur. Darüber hinaus biete ich nach Situation und Örtlichkeit kurze, kraftvolle Übungen und Rituale an. Das sind zum Beispiel einfache Atem- und Wahrnehmungsübungen. Damit können wir unsere Batterien in sehr kurzer Zeit wieder aufladen.

Ich möchte, dass die Wanderungen für Dich eine tiefgreifende Erfahrungs- und Entdeckungsreise auf allen Ebenen werden. Am Ende soll jede/r Teilnehmer/in mit einem entspannten Gefühl – wie nach einem erfüllten Kurzurlaub – nach Hause gehen.

Termine 2022

- 10. September **Elbsandsteingebirge**, Tageswanderung
- 09. Oktober **Rochlitzer Berg und Schloss**, halbe Tageswanderung (4–5 h)

Für weitere Informationen zu den einzelnen Terminen kontaktiert mich bitte.

Jens Winter · Geomant und ganzheitlicher Berater · Natura – VIER ELEMENTE
Tel. 0174 999 8527 · E-Mail: jens.winter@natura-vierelemente.de
Telegram: t.me/+9wBMZpdYpXk1NjBi

Zeit für Dich Wald-Kraft tanken im Vitaleum

von Andrea Kopf

Du fühlst Dich energielos, ausgelaugt, Dein Alltag fordert Dich sehr und Du sehnst Dich nach neuer Kraft und Energie? Dann gönne Dir eine Auszeit bei uns im Vitaleum und lasse Dich einmal rundum verwöhnen mit gesundem Essen, Wohlfühlmassagen, Wandern und Waldbädern in der Stille am Rande des Thüringer Waldes. Eine naturheilkundliche Begleitung oder verschiedene Coaching-Angebote für Deinen individuellen Weg sind bei uns möglich.



Bei uns im Vitaleum, welches sich in idyllisch-ruhiger Lage direkt am Wald befindet, kannst Du ankommen und einfach nur die Seele baumeln lassen. Lass Dich von unserem Paket „WaldkraftTage“ von Sonntag bis Freitag bei geführten Waldwanderungen inspirieren. Erfahre Wissenswertes über allerlei Wildkräuter, sammle

die Schätze des Waldes, um daraus Kreatives zu basteln. Tauche in die Waldatmosphäre ein und erfahre das „geheime Leben der Bäume“ bei einer wunderschönen Waldführung mit unserem zertifizierten Waldführer.

Wir bieten natürlich eingerichtete Zimmer mit Waldblick. Gerne kannst Du in unserem Wildkräutergarten im Liegestuhl relaxen oder dem Vogelgesang bei einem Waldbad mitten im Wald lauschen. Wenn Du mehr Aktivität brauchst, kannst Du gern an unseren wöchentlichen Yoga- oder ENERGY DANCE® – Kursen teilnehmen. Auch verschiedene Basenfasen-Programme sind bei uns ganzjährig möglich. Wir freuen uns auf Dich!

Vitaleum UG · Anja Heinrich · Herschdorfer Straße 14, 07387 Krölpa (OT Hütten)
Tel. 03647 16333-0 · info@vitaleum.com · www.naturhotel-vitaleum.de

Gästezimmer König im Erzgebirge Auszeit für alle Sinne

von Ann König



Hast Du das Gefühl, einmal raus zu müssen, den Wunsch nach einem Tapetenwechsel, Abstand und Ruhe, damit sich Raum für Lösungen und neue Inspirationen einstellen? Dann fühl' Dich herzlich willkommen auf 750 Höhenmetern in Breitenbrunn – dem „Kristall des Erzgebirges“. Erfreue Dich an einem weiten Blick in das Tal auf die angrenzenden Berge mit weitläufigen Wäldern, die zum Wandern einladen. Genieße erholsame Momente in unserem Natur- und Wildgarten.

Das sehr ruhige Ferienzimmer befindet sich im Kellergeschoss mit eigenem Eingang und kleiner Küchenzeile und bietet alles für einen entspannten Selbstversorger-Urlaub allein oder zu zweit. Kräuter und Früchte des Gartens können gern verwendet werden.

Zusatzangebote: Klangmassage, Klangreise, Mantra-Singen, Gartenführung, „Gartenbaden“, Seelenweg-Beratung, Körperübungen für Frauen

Zimmerpreis ab 41,- € pro Nacht. Netzwerkpartner erhalten 15% Rabatt.
Anfragen an: Ann König, Kupferweg 12, 08359 Breitenbrunn
Tel. 0176–56892679 · mail@annkoenig.de · t.me/gaestezimmerkoenig



Samstag, 15.10.2022

10:00 bis 17:00 Uhr Tagesseminar **Arbeitskreis – Familienstellen** mit Elke Heinze-Grüner Chemnitz · www.gruenevilla.de

10:00 bis 13:00 Uhr **Wild- & Heilkräuter im Jahreskreis** mit Ulrike Loretta Hanl · Eibenstock www.kreutherkraftmanufaktur.com

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Radebeul** mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

15. – 16.10. Seminar **PRANA 1 – Grundlagen der Pranaheilung** mit Grit Wehrauch · Schwarzenberg · pranaheilung-erzgebirge.de

Sonntag, 16.10.2022

14:00 bis 17:00 Uhr **Töpfern für die Seele – Räucherschalen** mit Töpferfee Kati Staer Olbernhau · hofmühle-pfaffroda.de

Montag, 17.10.2022

17. – 24.10. **Ausbildung zum Gesundheitsberater für Gesundheit, Schönheit und Vitalität** mit Corina Wohlfeil-Großer · Alanya/Antalya www.certified-healthcoach-alanya.com

Dienstag, 18.10.2022

18. – 23.10. **Gemeinschaft heilt – Heilraumseminar für junge Leute** (ca. 16 – 28 Jahre) mit Peter Hellwig & Team · Friedrichswalde bei Schwerin · hellerweg.de

Mittwoch, 19.10.2022

17:30 bis 19:30 Uhr **Netzwerktreffen Dresden-Elbland** zum Thema **Psychosomatik kennen lernen** mit Kirsten von der Heiden · Freital · www.miteinandersein.de

Freitag, 21.10.2022

21. – 30.10. **Fasten nach der Methode von Dr. Otto Buchinger** mit Aufbautagen, mit Silke Wendt Rieth · www.gesundurlaub-klatschmohn.de

Samstag, 22.10.2022

22. – 23.10. Seminar **Schamanisch Reisen Teil I und II**, mit Elke Heinze-Grüner · Chemnitz · www.gruenevilla.de

22. – 23.10. Fortbildung **Übungsleiterin für Hula Dance Healing Art Modul 1** – Grundstufe mit Bella Steudel · Chemnitz · bella-kalima.de

10:00 bis 17:00 Uhr Workshop **Steinkreise, Medizinräder, Lebensrad** mit Jana Konrad Geyer · www.janakonrad.com

22. – 23.10. **Trommelbauworkshop – Rahmentrommel** mit Sandra Wolfram · Olbernhau hofmühle-pfaffroda.de

22. – 23.10. **Tempel der Heilung** mit Tempelschlaf (24 Stunden) mit Jana Münzner · Schwarzenberg · amryta.de

Dienstag, 25.10.2022

18:00 Uhr **Neumondin-Frauen-Kreis** mit Ute Rudolph · Dresden · www.ein-klang-erleben.de

Donnerstag, 27.10.2022

18:00 Uhr **WDL-Vorleseabend** unter dem Motto **„Atmen und mehr“** mit Sprechwissenschaftlerin Sophie Böhmchen · Zwickau · www.raumzeit-zwickau.de

Freitag, 28.10.2022

28. – 30.10. **Supervisionstage** Intensivworkshop mit Annette Demange · Dennheritz · t.me/zentrumselbstbestimmt

Samstag, 29.10.2022

Märchen und Sagen zu Halloween – Heimatverein Zossen mit Madana Kati Pfau · kontakt@madana-kati-pfau.de

29. – 31.10. Fortbildung **Übungsleiterin für Oriental Dance Healing Art Modul 1/2** – Grundstufe mit Bella Steudel · Chemnitz · bella-kalima.de

Sonntag, 30.10.2022

18:00 Uhr **Moviequidi-Filmfestival „Kracher von Moskau“** von Thomas Grimm · Eibenstock www.kunsthof-eibenstock.de

Dienstag, 01.11.2022

01. – 07.11. Zeitraum für monatl. **Amnanda Kur & Amnanda Moksha Kur** · Termin und Ort nach Absprache · www.miteinandersein.net/partner/mandy-frank/

Donnerstag, 03.11.2022

03. – 06.11. Weiterbildung **Die Mystik der Raunächte – Rituale, Räucherkunst und Brauchtum** mit Referenten der Wild- und Heilkräuterakademie · Bayern · www.daowege.de

Freitag, 04.11.2022

04. – 13.11. **Fasten nach der Methode von Dr. Otto Buchinger** mit Aufbautagen mit Silke Wendt Rieth · www.gesundurlaub-klatschmohn.de

04. – 06.11. **Der Rückweg zum verlorenen Glück – Kick-off-Seminar** mit Günther Voelk Schwarzenberg · physiotherapie-espig.de

Samstag, 05.11.2022

05. – 06.11. Seminar **Schamanische Ahnenarbeit** mit Elke Heinze-Grüner · Chemnitz · www.gruenevilla.de

05. – 06.11. Seminar **Begegne Deiner Energie – Einweihung in den 1. Reiki Grad** mit Jana Konrad · Geyer · www.janakonrad.com

11:00 bis 18:00 Uhr **Frauenseminar Facetten der Weiblichkeit neu entdecken und erleben** mit Bella Steudel · Chemnitz · bella-kalima.de

Sonntag, 06.11.2022

11:00 bis 18:00 Uhr **Frauenseminar Zeit für Liebe, Zeit für Zärtlichkeit oder mit Slow Sex zur erfüllenden Partnerschaft**, mit Bella Steudel Chemnitz · bella-kalima.de

Dienstag, 08.11.2022

18:30 bis 20:30 Uhr **Gemeinsames Meditieren und Musizieren in der Orangerie Markkleeberg-Gaschwitz** mit Manuela Ina Kirchberger und Thomas Plum · Markkleeberg · www.klangtempel.net

Donnerstag, 10.11.2022

10. – 11.11. **Ausbildungsbeginn Schreib-/ Poesietherapie** mit Tanja Krieger · Chemnitz · institut-sven-krieger.de

18:30 Uhr Vortrag **Bachblüten – Medizin für die Seele** mit Ina Klinger · Schneeberg · www.lebensfreude-ina-klinger.de

Freitag, 11.11.2022

11. – 13.11.2022 **Lebensentwicklungstraining – Atme Dich frei!** mit Robert Jayd · Eibenstock · www.kunsthof-eibenstock.de

11. – 13.11.2022 **„ENERGY DANCE@ trifft Yoga“** Wochenende · Krölpa · www.naturhotel-vitaleum.de

Samstag, 12.11.2022

Online-Workshop **Märchen – Medizin der Seele: Frau Holle – Wie Du den Rat der Alten Göttin in Märchen und Sagen findest** mit Madana Kati Pfau · kontakt@madana-kati-pfau.de

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Chemnitz** mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

Sonntag, 13.11.2022

10:00 bis 12:00 Uhr **„Keiner kann mir nehmen, was ich getanzt habe“ I-DANCE-IT(Y)@** mit Rosemarie Dagné · Chemnitz · i-dance-ity.jimdosite.com

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Poststein** bei Gera mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

Dienstag, 15.11.2022

18:30 bis 19:30 Uhr Vortrag **Wege aus dem Schmerz** mit Susanne Baumann · Chemnitz www.nhv-chemnitz.de

Donnerstag, 17.11.2022

17. – 20.11. Seminar **Grundlagen massierender Berührung** mit Andreas Brenk · Dresden www.anukan.de

Lebensqualität

TTENA-Vitalsysteme, die bewegen

Kathrin Salostowitz

„Heilung ist eine Frage der Zeit. Manchmal ist es aber auch eine Frage der günstigen Gelegenheit.“ Hippokrates



Ich hatte dieses Glück, auf zwei wunderbare, altbewährte Methoden zu stoßen, die mir Schmerzfreiheit und damit Lebensqualität zurück gaben. Die Bioresonanz und der galvanische Feinstrom können aber noch viel mehr: Sie helfen uns bei Ängsten, Depressionen und Schlafstörungen. Die verschiedenen Analysen zeigen einen Weg, unsere Missempfindungen auf den Grund zu gehen. Deshalb biete ich eine **kostenfreie Aura-Analyse** zum Kennenlernen an.

Kathrin Salostowitz · 09405 Gornau · Tel. 0172 7617976
k.salostowitz@gmail.com · www.ttena-vitalsysteme.de



Heilsame Anwendungen

Ayurvedische Rituale

von Mandy Frank

Viele heilsame Anwendungen in der Ayurveda (übersetzt: Das Wissen vom Leben) werden als Ritual praktiziert. Dabei sind nicht nur die festgelegten Abläufe und Rahmenbedingungen entscheidend für die Wirksamkeit, sondern hauptsächlich die Achtsamkeit der/des Durchführenden. Auch die meditative Haltung ist eng verbunden mit der Herangehensweise an ein Ritual. Heilung geschieht durch liebevolle Hingabe. So bringt zum Beispiel das Amnanda-Ritual Gleichklang in den oftmals aufwühlenden Wandlungsprozess, den es initiiert. Durch die regelmäßige und gleichbleibende Anwendung der Ölung, also des Rituals, erhält die/die Reisende Halt und Sicherheit in seinem Transformationsprozess. Gleichsam wächst die Achtsamkeit und Betrachtungsweise des Lebens als Heiligkeit. Wir erlangen eine Art Initiation, von der aus wir wieder gestärkt den nächsten, kraftvollen Schritt auf unserer Reise wagen können.

Eines der wichtigsten ayurvedischen Rituale ist Agnihotra, eine heilige Feuer-Zeremonie zur Heilung der Atmosphäre und Mutter Erde. Andere, kleinere Rituale der Ayurvedischen Lebensphilosophie lassen sich ganz leicht ins alltägliche Leben integrieren. So klein und kurz sie auch sein mögen, zeigen sie doch in ihrer regelmäßigen Durchführung eine große Wirkung und unterstützen uns im Seinlassen und Wandeln von alten Gewohnheiten. Ein Beispiel ist der **„Ayurveda-Champagner“**, sauberes, energetisiertes Wasser, das über den Tag verteilt heiß in kleinen Schlucken getrunken wird. Mehr ist nicht zu tun, gleichwohl die Wirkungen auf unser Körperbefinden sind überaus vielfältig. Dieses Ritual kann die Verdauung regulieren, Heißhunger stillen, das Hautbild verschönern, Haare zum Glänzen bringen und vieles mehr. Auch ayurvedisch Kochen ist bereits als Ritual zu bezeichnen. Mit der achtsamen Auswahl der Gewürze und dem vorgegebenen Ablauf, wie die Gewürze aufgespalten und das Essen zubereitet wird, entsteht ein liebevoll und achtsam zubereitetes Gericht. Bedenke, Du nimmst die Energie der Speisen beim Essen in Dich auf.

Das Faszinierende ist immer wieder, dass, obwohl ein Ritual jedes Mal gleich abläuft, wir es bei jeder einzelnen Durchführung anders empfinden und wahrnehmen. Es ist das gleiche und doch nie das selbe, weil wir in unserem Sein stetiger Veränderung unterliegen, auch ohne bewusste Entscheidung dafür. Doch wenn wir den Weg bewusst beschreiten, die Reise bewusst antreten, stellen wir unweigerlich fest, dass unsere Wahrnehmung und unser Körpergespür sich wandeln und so das gleiche Ritual jedes Mal neu und anders erscheint. Auf diese Weise können wir in unserem Leben Rituale ganz gezielt einsetzen: zum Loslassen, zur Harmonisierung, zur Transformation und Heilung.

Für mich als Ayurveda-Expertin und Hohepriesterin sind Rituale heilige Handlungen. Ich empfehle Dir, Rituale einzubeziehen in Dein Leben; egal, ob Du Dich einmal im Monat darauf freust oder sie täglich anwendest als neue, schöne Gewohnheit. Wenn Du mehr wissen möchtest über Ayurveda oder Amnanda, melde Dich gerne bei mir.

Mandy Frank · Tel. 0176 – 96678079 · ayurveda-mandy-frank@web.de



Eine nicht zu unterschätzende Verbindung

Was hat unser Darm mit unserem Gehirn zu tun?

von Gabriele Giersch

Schon seit einiger Zeit werden Zusammenhänge dazu wissenschaftlich untersucht. So weiß man heute, dass z.B. eine Erkrankung oder Störung im Magen/Darbereich sehr wohl psychische Ursachen haben und der Darm eine Art Wurzelsystem in Verbindung zu psychischen und neurologischen Erkrankungen darstellen kann.

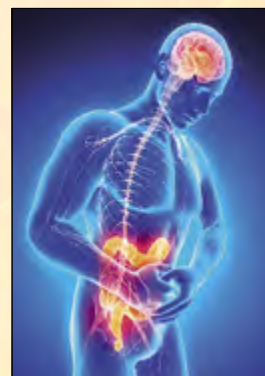
Der Verdauungstrakt wird unter anderem vom 10. Hirnnerv, dem sogenannten Vagusnerv, mitgesteuert. Das heißt, vom Verdauungstrakt gelangen sehr viele Informationen zum Gehirn. Man spricht hierbei vom sogenannten Bauchhirn. Im Gegenzug gelangen bedeutend weniger Informationen vom Gehirn zum Verdauungstrakt. Unser Gehirn hört also mehr auf den Bauch als umgekehrt und viele Entscheidungen werden aus dem Bauch heraus getroffen. Man kann es auch noch anders sagen: Ist man verliebt, hat man Schmetterlinge im Bauch und es geht einem gut.

Ist man mit Angst oder angsteinflößenden Situationen behaftet, kann der Darm mit Durchfall reagieren und wenn wir in Stresssituationen sind, Kränkungen erleiden, oder auch Mobbing ausgesetzt sind, können diese Situationen ganz schön auf den Magen schlagen. Besonders Stresssituationen lassen unseren Darm in eine Art Starre gehen, denn Stress bedeutet, den Körper auf eine Aktivität vorzubereiten (Flucht- oder Kampfbereitschaft). In diesem Moment kommt es zur Ausschüttung von Nervenbotenstoffen, damit der Stress bewältigt werden kann.



Alles was jetzt nicht notwendig ist, wird massiv heruntergefahren. Dazu gehört nicht nur der Verdauungstrakt, sondern auch das Immunsystem, welches zu einem großen Teil im Darm beheimatet ist.

Immunzellen, welche unter anderem in der Darmschleimhaut sitzen, erschweren das Eindringen von Pathogenen, bekämpfen dort Bakterien und unterstützen die Schleimbildung der Darmschleimhaut. Außerdem hat der Darm eine Verbindung zur Blut-Hirn-Schranke. Kommt es in dieser Verbindung zu Störungen, können Entzündungen entstehen und unter Umständen auch neurologische Erkrankungen ausgelöst werden. Viele neurologische Erkrankungen gehen möglicher Weise sehr oft mit einer Fehlbesiedlung der physiologischen Darmflora einher. Pathologische Darmbakterien können so eine nicht zu unterschätzende Rolle in der Entstehung und dem Verlauf neurologischer Erkrankungen wie Multiple Sklerose, Parkinson oder Alzheimer spielen, um nur einige zu nennen.

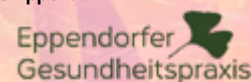


Ein altes Sprichwort aus der chinesischen Medizin sagt: „Im Darm sitzt die Gesundheit oder der Tod.“

Nutzen Sie die Informationsfeldmedizin zur Unterstützung ganzheitlicher Gesundheit. Ich berate Sie gern zu Ihren speziellen Themen.

Herzlichst, Ihre Gabriele Giersch

Eppendorfer Gesundheitspraxis · Talstraße 5, 09575 Eppendorf
E-Mail kontakt@eppendorfer-gesundheitspraxis.de
Tel. 0157-82462946
www.eppendorfer-gesundheitspraxis.de



Ganzheitlich für Körper, Geist und Seele Wohlfühlmassagen für Deine Harmonie

von Mario Geißelsöder

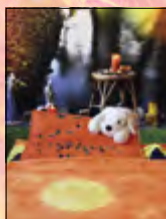
Genießen im Vogtland – vielfältige Angebote in Oelsnitz



*Bei mir darfst Du so sein, wie Du bist.
Dein wahres Gesicht zeigen,
Deinen Gefühlen freien Lauf lassen,
Freude oder auch mal Tränen zeigen,
Gefühle wahrnehmen, sich spüren und dabei liebevoll begleitet werden, ist ein Geschenk.
Erlebe Berühren und Berührt-Sein als wahre Kunst – nämlich als Ausdruck Deines wahren Selbst.*

NEU: Massagen auf der Biophotonen-Auflage – sie unterstützen sanft und doch energetisch sehr wirkungsvoll das Wohlbefinden.

- Ganzheitliche tantrische Massage (Heil- & Körperarbeit)
- Russisch-Tibetische Honigmassage (Entgiftungsmassage)
- Frauen-Heilmassage (Yonimassage)
- Reiki- / Energiearbeit
- Berührungcoaching
- Honig-, Rücken- und Cellulite-Massage
- Heilenergie- und Körperarbeit (Aktivierung der Selbstheilungskräfte)
- Hot-Stone-Massage mit Nephrit Jadestein (Edelsteinmassage)
- Hot-Stone-Ganzkörpermassage



An meiner Seite ist nun auch meine neue Geschäftspartnerin Sabine mit medizinischer Fußpflege, Kosmetik und Wellness für Euch da.

Mario Geißelsöder · Tel. 0176 22316390
marios-sinnlichkeit.de@t-online.de
www.h-a-r-m-o-n-i-e.de

fang doch
SelbstHeilungs Woche
MIT optionaler **Ausbildung** zum **GESUNDHEITSBERATER**
Berufskundige und rechtssichere Selbstständigkeit durch unsere Erfahrung in mehr als 20 Jahren.

fang deine Zukunft
SELBSTERFAHRUNGS-SEMINAR

<i>Regensburg</i>	07.-11.09.22	Kärnten (AT)
	05.-09.10.22	Chemnitz
	17.-23.10.22	Alanya (TR)
	22.-27.11.22	Paderborn
	07.-11.12.22	Suhl

Gerne beraten wir dich persönlich
☎ 07071 860 72 14 | info@rueckgrad.com
Inser komplettes Akademie-Programm
www.rueckgrad.com

Natürlich RückGrad e.V.
Berufsverband & Akademie



TERMINE

Freitag, 18.11.2022

18. – 20.11. Seminar **Schamanische Seelenrückholung** mit Elke Heinze-Grüner · Chemnitz www.gruenevilla.de

19:00 Uhr Vortrag **„Damanhur – Leben in Gemeinschaft“** mit Vultura Pisello · Eibenstock www.kunsthof-eibenstock.de

18. – 20.11. Seminarreihe **Seele in Bewegung** Teil 3 Gib Deiner Stimme Ausdruck, finde den Beat Deines Herzens, mit Constanze Uhlig & Frederick Zabel · Frauenstein · constanzeuhlig.de

Samstag, 19.11.2022

19. – 20.11. Damanhur-Seminar **„Quantum Time Evolution“** mit Vultura Pisello · Eibenstock · www.kunsthof-eibenstock.de

6h-Schnupper-Workshop **ENERGY DANCE®** mit Manuela Wende · Hartmannsdorf · www.zellharmonie.de

19. – 26.11. **Kreative Basenfastenwoche – Fasten & Malen wie Bob Ross** · Krölpa www.naturhotel-vitaleum.de

10:00 bis 18:00 Uhr Frauen-Medizinrad **„Sheela na Gig / Kali – Schamfreiheit“** mit Malina Opitz Chemnitz · www.schoenheitsweg.de

10:00 bis 16:00 Uhr Seminar **Begegne Deiner Energie – Einweihung in den 2. Reikigrad** mit Jana Konrad · Geyer · www.janakonrad.com

10:00 bis 18:00 Uhr Ausbildung **Cacao Priests – Einführung in die Kakaozeremonie-Kunst & Initialisierung** mit Alexandra Willsmann-Hiller Langenbernsdorf · www.lebendigmacher.de

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Leipzig (Lindenau)** mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

Sonntag, 20.11.2022

10:00 bis 18:00 Uhr **Familienstellen in Dresden** mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

Montag, 21.11.2022

21. – 25.11. **Basenfasten Plus mit Yoga** · Krölpa · www.naturhotel-vitaleum.de

Mittwoch, 23.11.2022

18:00 Uhr **Neumondin-Frauen-Kreis** mit Ute Rudolph · Dresden · www.ein-klang-erleben.de

REGELMÄSSIGE TERMINE

Erzgebirge

Kunsthof Eibenstock
www.kunsthof-eibenstock.de
Sri Sai Prana Yoga mit Annett Schädlich
Yoga für Anfänger · Mi 18 Uhr
Sri Sai Prana Yoga mit Kerstin Schreiber
Di 18 Uhr // Relax Yoga Di 19:45 Uhr
TaiQi Gong mit Ina Baumgärtel Do je 19 Uhr
Kaffeeverkostung 4.9. / 19.11. 11 – 13 Uhr

Ganzheitl. Physiotherapie „Lebensfreude“
Schneeberg · Ina Klinger
www.lebensfreude-ina-klinger.de
FrauenZeit – Jahreskreisfeste
21.9. Herbst-Tag- & Nachtgleiche /
25.10. Samhain je 17 Uhr
Kurs **Gesund und Angstfrei, ich bin dabei!**
ab 10.10. montags 17 Uhr

Namastés Yogastudio · Luisa-Marie Müller
Aue · www.namaste-yoga.jimdosite.com
Yogakurse & autogenes Training wöchentlich
Meditation der liebenden Güte jeden
3. Donnerstag im Monat
Spirituelles Kaffeekränzchen 1 x im Monat
Termine bitte erfragen

AMRYTA Schwarzenberg · Jana Münzner
www.amryta.de
Yoga des Herzens donnerst. 19:30 – 21:30 Uhr
Verbundener Atem 6.9. / 4.10. / 8.11. / 6.12 je
9 Uhr // 20.9. / 19.10. / 16.11. / 14.12. je 18:30 Uhr
Frauenfreitag 28.10. / 18.11. / 16.12. je 19 Uhr

Donnerstag, 24.11.2022

24. – 27.11. **START Ausbildung AnuKan® Körper-Sexualtherapie 2022** · Dresden · www.anukan.de

Freitag, 25.11.2022

25.11. – 01.12. Zeitraum für monatl. Amnanda Kur & Amnanda Moksha Kur · Termin und Ort nach Absprache · www.miteinandersein.net/partner/mandy-frank/

25. – 27.11. Seminar **Yoga & Seelenmalerei** mit Madhavi Veronika Broszinski · Bad Meinberg www.yoga-vidya.de

25. – 27.11. **Selbstbesinnung im Ahnenmonat mit Räucherreise, Schwitzhütte und Arbeitskreis zu den Raunächten** mit Teresa Nitsch · Johannegeorgenstadt · www.wurzelkraut-und-feengras.com

Samstag, 26.11.2022

26. – 27.11. **Familienstellen in Berlin** mit Christian Schilling · Berlin · familienstellen.org

10:00 bis 16:00 Uhr Workshop **Arbeit mit der Kraft der Ahnen** mit Jana Konrad · Geyer www.janakonrad.com

14:00 bis 17:00 Uhr **Sauerteig-Brotbackkurs** mit Manuela Wende · Waldenburg · www.zellharmonie.de

Vorschau Dezember 2022

02. – 04.12. **Supervisionstage** Intensivworkshop mit Annette Demange · Dennheritz www.t.me/zentrumselbstbestimmt

03.-04.12.2022 **Ahnen-Medizinrad** mit Dirk & Malina · Chemnitz · www.schoenheitsweg.de

02.12. **Informationsabend für schamanische, naturgemäße Begleitung** bei Geburt, Hochzeit, Sterben und Tod mit Jana Konrad · www.janakonrad.com

Familienstellen 03.12. in Leipzig (Lindenau), 4.12. in Zwickau mit Christian Schilling · www.familienstellen.org

07. – 11.12. **Ausbildung zum Gesundheitsberater für Rücken, Füße und Gelenke** · Suhl rueckgrad.com

9.12. **Weihnachtsfeier Tanzoase** mit Bella Steudel Chemnitz · bella-kalima.de

Zentrum für Yoga & Prana Schwarzenberg
www.pranahheilung-erzgebirge.de
Sri Sai Prana Yoga (Hatha Yoga – alle Präsenz und online): wöchentlich mit Grit Wehrauch,
jeden Di 8 Uhr / 19 Uhr // Do 18 Uhr // Fr 16 Uhr
Kinderyoga Mi 15 Uhr

Kräuter- / Baumpilzwanderungen mit Nelfchen in Schwarzenberg & Sachsenburg mit Sarah Schmidt · Termine bitte erfragen
Tel. 0174 2127554

Offener Abend Familienstellen mit Bettina Brückner 7.9. / 5.10. / 2.11. / 7.12. je 18:30 Uhr
Annaberg-Buchholz · Tel. 03733 26401

Begegnung und Bewegung im Lebenskreis
Jana Konrad · Geyer · www.janakonrad.com
Offenes Familienstellen 1.10. 10 – 16 Uhr
Schamanische Trommelgruppe
2 x im Monat auf Anfrage

Hofmühle Pfaffroda
www.hofmühle-pfaffroda.de
Schamanismus erleben
23.9. / 4.11. / 9.12. je 16 – 18 Uhr
Jahresausbildung im schamanischen Wissen
17.–18.9. / 24.–25.9. / 12.–13.11. / 19.–20.11.

HRV-Stressanalyse (Messung) inklusive Auswertung und Beratung, Stressprävention sowie **Beratung zur Informationsfeldmedizin**
Time Waver Med, mit Gabriele Giersch nach Terminvereinbarung · Eppendorf
www.eppendorfer-gesundheitspraxis.de

Wegzeichen eines Kindes dieses Jahrtausends Dimension Zeitenwende

von Nora Philine Hansing



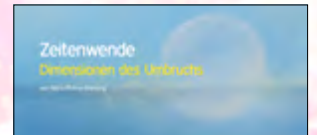
Mein Name ist Nora Philine Hansing und ich bin mit der Gewissheit auf die Erde gekommen, dass die gegenwärtige Zeit Ausdruck eines tiefgreifenden Bewusstseinswandels auf sowohl individueller wie auch kollektiv-globaler Ebene ist, mit dem eine umfassende Transformation aller unserer Lebensbereiche auf dem Planeten einhergeht. Das Selbstverständnis des Mensch-Seins erneuert sich.

Ich weiß, dass ich hier bin, um als Kind der Neuen Zeit meine Stimme dieser einzigartigen Bewusstwerdung zu widmen, um uns Menschen von alten geistigen Strukturen zu befreien und im Sinne des Übergangs in ein geheiltes Sein zu wirken.

So habe ich mein Buch **„Zeitenwende – Dimensionen des Umbruchs“** geschrieben, veröffentliche regelmäßig Beiträge auf meiner Webseite und sende neuerdings auch Botschaften für die Neue Zeit in meinem **YouTube-Kanal „Dimension Zeitenwende“**.

Meine ersten Lesungen und Workshops habe ich auf dem diesjährigen One Spirit Festival in Freudenstadt gehalten. Hinweise auf weitere Veranstaltungen werden von jetzt an hier im Netzwerk geteilt. Auch gibt es eine Fortsetzungsreihe mit Impulsen von mir nun regelmäßig im MITEINANDERSEIN-Magazin.

Zeitenwende-Webseite:
www.dimension-zeitenwende.de
Neue Erde Verlag:
www.shop.neueerde.de
YouTube-Kanal: Dimension Zeitenwende



Zeit für Veränderung? Vegane Psychologie für eine neue Welt

von Vivian Kunstmann

Was bedeutet vegane Psychologie?

Es ist die Psychologie der Achtung vor **allem** Leben. Vegane Psychologie anerkennt und unterstützt die grundsätzliche Gleichstellung aller Wesen, die Freude, Liebe, Schmerz und Angst erfahren können als humanistischen Grundwert. Sie setzt die Ablehnung jeglicher Ausbeutung von Menschen, Tieren und natürlichen Ressourcen voraus und etabliert einen verantwortungsvollen, veganen, gewaltfreien Lebensstil. Vegane Psychologie vereinigt mehrere hocheffektive, therapeutische und spirituelle Verfahren und Tools zur Erweiterung des Bewusstseins und für persönliches Wachstum sowie psychische Gesundheit.



Kurse – Training – Kurzzeittherapien

Persönliches Wachstum für Tierfreunde und an einer bewussten und nachhaltigen Lebensweise interessierte Menschen.

Ab 12.9.2022 finden Kurse, Trainings und Psychotherapie in den neuen Räumen von Cherry Vegan in Marienberg / Sachsen statt. Es ist schnell und gut zu erreichen aus Dresden, Chemnitz, Freiberg und Leipzig / Halle. Kommst Du von weiter weg? Buche Deinen Kurstermin und nimm Dir einfach eine Auszeit in der reizvollen Natur des Erzgebirges. An nahezu allen Angeboten kannst Du auch online teilnehmen.

Schau Dich gern auf der neuen Webseite um: www.cherry-vegan.com



Vivian Kunstmann
Zschopauer Straße 9
09496 Marienberg
Tel. 0177 4819161
www.cherry-vegan.com



Sichere Räume und Annahme von allem, was ist!

Heilraum-Seminare

von Peter Hellwig & Andrea Nickel



Gemeinsam schaffen wir einen Raum, in dem es möglich sein wird, Du selbst zu sein und zwar in einer Weise, wie Du Dich bisher vielleicht noch nie erlebt hast: mit mehr Freiheit, Herzoffenheit, mit stimmiger Abgrenzung, Liebe, Freude, Trauer, Tiefe, Kreativität... Sobald wir aufhören, gegen uns selbst und unsere teils un- oder halbbewussten Überzeugen zu kämpfen, entsteht Frieden. Und vielleicht zum ersten Mal im Leben kannst Du die Erfahrung von Annahme der Selbstannahme machen.

21.9.22 – 14.5.23 Jahrestaining „Lerne Dich lieben“

Eine Fortbildung für Menschen, die mit sich selbst und anderen arbeiten, z.B. Pädagogen, Berater, Coachs, Therapeuten,... oder als Fortbildung zum Menschsein an und für sich!

1. Kindheit – wie bin ich in der Welt gelandet?
2. Jugend, mein Körper, Freundschaft und Sexualität
3. Beruf, Berufung, erwachsene Beziehungen
4. Spiralisches Lernen, Intimität, das Jetzt!
5. Transformation meiner Liebe – was will ich wirklich?

18. – 23.10.2022 Gemeinschaft heilt – 5 Tage Heilraumseminar für junge Menschen

Dieses Seminar ist speziell auf die Bedürfnisse und das Tempo von jüngeren Menschen abgestimmt.

- Beziehungen und Konflikte, Nähe und Distanz, Kontakt zu Dir, anderen Menschen und zur Welt
- Zuwendung zu individuellen und persönlichen Themen für Wachstum und Heilungsarbeit

Ort: 19412 Gutshof Friedrichswalde (in der Nähe von Schwerin)

Leitung: Peter Hellwig, Heilpraktiker für Psychotherapie, 25 Jahre Praxis

Weitere Infos und Anmeldung: www.hellerweg.de

Befreie Dein wahres FrauSein

Deine Friedenstaube

von Mareike van Saase



Sie bringt Dir persönlichen, inneren Frieden. Das bedeutet: Mit Deiner Ursprungsfamilie und Deinen Kindheitswunden in Heilung zu gehen; so viel Selbstliebe zu entwickeln, dass Du zu Deinem Herzensweg stehst; das Herz als Kompass für Deine Wahrheit zu wählen; gut in Mutter Erde verwurzelt und von einer höheren Intelligenz geführt sowie getragen und genährt zu sein.

Wenn wir wütend sind, wissen wir um unseren Unfrieden. Doch oftmals lächeln wir ihn weg und tun so, als ob alles in Ordnung wäre, z. B. bei Familienbesuchen, wenn wir Erwartungen von anderen erfüllen sowie uns schwer damit tun, unsere Wahrheit auszusprechen, oder unser Licht unter den Scheffel stellen. Dieser Umgang betrifft durch das kollektive Selbstwert-Trauma mehr uns Frauen. Es entsteht ein Widerstreit in uns: für die anderen – gegen uns selbst. Wir kämpfen dann gegen das schlechte Gewissen oder die Schuldgefühle an. Wir verleugnen uns selbst, sind durch alle Arten von Kämpfen erschöpft und können so unsere Gaben nicht in die Welt bringen. Dabei ist dies unsere größte Sehnsucht!

Es ist mir ein großes Herzensanliegen, Frauen in ihren Frieden, ihr Erkennen und in ihre Größe zu führen. Denn geben wir unsere ganz individuelle Medizin in die Welt, sind wir erfüllt und glücklich. Meine Begleitung zu Deiner wahren Selbst-Annahme ist individuell auf Dich bezogen, auf die Verletzungen Deines Herzens und Deines FrauSeins. Ich gebe Dir einen mitfühlenden, bezeugenden Raum zum Verdauen, um selbstbestimmt, machtvoll und erfüllt Deinen Weg zu gehen.

Das Kennenlern-Gespräch ist kostenfrei, in Leipzig oder telefonisch.

NEU: 3-monatige Online-Begleitung „Befreie Dein wahres FrauSein“

Tel. 0176 29513104 · www.mareike-van-saase.com

Kostenfreier Online-Live-Workshop für Frauen

Dein Katapult ins Liebesglück

von Alexandra Wilmsmann-Hiller



10 Schritte zur langfristigen, glücklichen und erfüllten Partnerschaft auf Augenhöhe. In diesem kostenfreien LIVE-Workshop verrate ich Dir alle Geheimnisse, die Dich in Dein neues Leben voller Weiblichkeit und Liebesglück katapultieren!

Du bist eine Frau, die im Leben steht aber Du hast noch nicht den Richtigen gefunden? Ich zeige Dir, wie Deine ganz persönliche Transformation von alleinstehend, Single, verwitwet, geschieden

oder dauernd getrennt lebend hin zu glücklich in einer langfristigen und erfüllten Partnerschaft auf Augenhöhe gelingt. Nimm den direkten Weg zu Deinem Mr. Right!

Wann: immer sonntags von 11:00 bis ca. 12:30 Uhr
18.9. / 2.10. / 30.10. / 20.11. / 4.12.2022. / 8.1.2023

Wo: Online per Zoom

Nach der Anmeldung bekommst Du Deinen Zugangslink sowie eine Bestätigungs-E-Mail mit Informationen über die Teilnahme am Meeting.



Sharing is Caring: Schnapp Dir Deine Freundin, Deine Kollegin, Deine Tochter und alle Deine Lieblingsfrauen und macht es Euch schön zusammen. Und sag's ruhig weiter!



Ich freue mich auf Dich und Euch!
Alexandra von lebendigMACHER

www.meinmrright.de



Du möchtest Heilpraktiker für Psychotherapie werden?

Wir haben ein Konzept entwickelt, was dich da abholt, wo du stehst und dich da hin bringt wo du willst.

Ohne Schnick Schnack, ehrlich und mit Herz.

Wenn du mehr erfahren möchtest, nutze ein persönliches Beratungsgespräch oder komme zu einem Infoabend.

WIR FREUEN UNS AUF DICH!



Institut Sven Krieger

Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie

Fortbildung in Psychotherapieverfahren

Chemnitz / Dresden / Leipzig

www.institut-sven-krieger.de

T. +49 (0) 371. 23 47 96 99



REGELMÄSSIGE TERMINE

Vogtland

Das Wärmende Herz · mit Antje Zimmer
Plauen · www.das-waermende-herz.de
Frauenkreise um Neu- und Vollmonde herum,
Themenabende, Treffen „Einfach
miteinander reden“ jeden Mittwoch

Daniela Simart · Kurse und Energieheilungen in
Plauen und Umgebung · daniela.simart@gmail.com
· Tel. 0176 68051576 · Kinderyoga, Eltern-
Kind-Yoga, Gyrokinetik, Meditationskurse,
Frauenkreise, Energetische Heilzungen
www.lifeactivation.de · Workshoptermine bitte
erfragen

Stammtisch PraNeoHom mit Mandy Goller
nach Absprache · Praxis Falkenstein
Tel. 03745 – 751395

BIODANZA mit Christine Lukaschek 17.9. /
22.10./19.11. je 14:30 bis 17:30 Uhr · Goethehalle
Treuen · www.biodanza-chemnitz.de

Raum Zwickau

Forsthaus Trünzig · Langenbernsdorf · www.
gesundheitsreisen-sonni.com
Stammtisch 14.9. / 12.10. / 9.11. je 18 Uhr
Wildkräuterwanderung 8.10. / 9.10 je 10 Uhr

Spiritueller Stammtisch · 7.9. Thema „Galva-
nischer Feinstrom“ // 5.10. Thema „Vipassana“ //
2.11. / 7.12. Beginn je 18 Uhr, Restaurant „Goa“,
Pleißenercenter Werdau · Anmeldung Christiane
Peyerl · www.zentrumfgl.de

Raum und Zeit by AF mit Anja Flechsig · Zwickau
www.raum-zeit-zwickau.de
Projekttag Mal Dir ein Bild 10.9.
Trommelabend jeden 1. Donnerstag im Monat
Meditationskurs ab 20.9. 18 Uhr (10 Wochen)

Musikschule Barbara Bogdajn · Hohndorf
www.musikschule-barbara-bogdajn.de
Gemeinsam Singen auf Anfrage

Raum Chemnitz

Reiki-Oase · Bettina Bauch · Limbach-Oberfrohna
www.reiki-oase-lo.de
jed. 1. Mittw. im Monat: 7.9. / 5.10. / 2.11. / 7.12.
Offene Sprechstunde 16 Uhr
Austausch-Abend 19 Uhr (heiltsame Begeg-
nungen; Meditationskurse u.v.m.)
Neuer 2-Wochen-Kurs für stille Meditation
1. – 10.9. tägl. 19–20 Uhr
Virtuelle weltweite Meditation für Öffnung
von Herz und Verstand · zu jeder Dekade:
jed. 10. / 20. / 30. des Monats je 20 Uhr

Zellharmonie · Manuela Wende
www.zellharmonie.de
Klangreisen Salzgrotte Wolkenburg 30.9. /
28.10. / 25.11. // Waldenburg 13.10. / 26.11.
ENERGY DANCE® jeden Mo in Waldenburg
13.9. / 4.10. Reinsdorf/Vielau
14.9. / 12.10. / 9.11. Hartmannsdorf
27.10. / 24.11. Hohenstein-Ernstthal
21.9. / 16.11. Langenleuba-Niederhau
Brotbackkurs 9.9. / 26.11. Waldenburg
Frauenkreise Waldenburg sowie Aromaöle-
Anwendertreffen bitte Termine erfragen

Klangschalen Energie · Ruth Röllner · Walden-
burg · www.klangschalen-energie.de
Klangerlebnis Termine auf Anfrage
Klangausbildung 3. – 4.9.22

YOGA ROOM Chemnitz · Anna Grahl & Jagad
Sven Hunger & Rainer Schulz · www.yoga-
room-om.de
Mantrasingen – Chanting Circle
23.9. / 21.10. / 18.11. je 18–20:30 Uhr
Klangkonzert – meditative Klänge
10.9. / 8.10. / 5.11. / 3.12. je 19–21 Uhr
KiC-Kuschel Abend 17.9. / 7.10. / 29.10. /
11.11. / 26.11. / 9.12. je 18–22 Uhr

Salzgrotte Salaero · Hohenstein-Ernstthal
www.salaero.de
Hypnotische Phantasiereise
10.10. / 24.10. / 7.11. / 21.11. / 5.12. je 19 Uhr
Klangschalenerlebnis 15.9. / 28.10. / 24.11 /
9.12 je 19 Uhr
Shiatsu-Massagetag 23.9. / 21.10. / 25.11.
Cranio-sacrale Osteopathie / Ernährungsbe-
ratung 15.9. / 16.9. / 21.10. je 1h
Himalaya-Salz-Öl Rückenmassage
24.9. / 12.11. je 1 h

EM-Stammtisch Chemnitz organisiert
von Heidemarie Wagner · Tel. 0371 225575
jed. 2. Donnerstag im Monat, 19 Uhr
Chemnitz · bitte anmelden

Tempel der Glückseligkeit · Mandy Frank
Chemnitz · www.tempel-der-glueckseligkeit.de
NO MIND Osho Meditation
29.9. / 3.11. / 1.12. je 18:30 Uhr
MediTOUCHion „Heute schon Liebe mit Dir
gemacht?“ 30.9. / 4.11. / 25.11. je 18 Uhr

VIRIDI · Katja Schönherr · Chemnitz
www.viridi-chemnitz.de
Workshop Ätherische Öle 16.9. / 7.10. / 12.10. /
21.10. / 18.11. / 23.11. / 7.12.

Lichterzen mit Katharina Radestock
Chemnitz · www.lichterzen.com
Jahreskreisfeste 23.9. Herbst-Tagundnach-
gleiche / 1.11. Samhain je 18–21 Uhr

Lass UNS tanzen! Tanze DICH! Tanze ES! und
entfalte dabei spielerisch tänzerisch Deine IDEN-
TITÄT = I-DANCE-IT(Y)© mit Rosemarie Dagné
Freitag 16.9. 18 Uhr in Frankenberg // sonntags
9.10. / 13.11. / 11.12. je 10–12 Uhr in Chemnitz
www.i-dance-it-y.jimdosite.com

Biodanza – Tanz des Lebens mit Christi-
ne Lukaschek · dienstags aller 14 Tage in der
geraden KW um 19:15 Uhr Physiotherapie „Pro
Vitas“, Chemnitz · www.biodanza-chemnitz.de

Die Tanzoase Chemnitz · Bella Steudel
wöchentl. Kurse / Ausbildungen: Bauchtanz,
Hula-Tanz, Zenbo Balance und Mantra-Dance
www.bella-kalima.de

Seitai – Katsugen Undo = Die Kunst der
spontanen und authentischen Bewegung
mit Werner Ahrens · Tel. 0371 4046240
Abendgruppe: freitags 9.9. / 16.9. / 30.9. /
7.10. / 21.10. je 19:30 Uhr
WE-Seminar: 10.–11.9. / 24.9.–25.9. / 29.–30.10.
Ort: Delphin Chemnitz, Peterstr. 26, Chemnitz

Schönheitsweg · Raja Chemnitz
www.schoenheitsweg.de
Offener Männerkreis mit Dirk Kreuzer
22.9. / 17.10. / 3.11. / 24.11. je 19–22 Uhr
Offener Frauenkreis
14.9. / 12.10. / 23.11. mit Malina je 19 Uhr
28.9. / 02.11. mit Sue je 19 Uhr
Erdenhüterkreis 27.9. / 1.11. / 29.11. je 19 Uhr

SALANA Energiearbeit mit Mireen Fellmer
Einsiedler Wald · www.salana-energiearbeit.de
Frauen der Erde — kollektive Frauenkreise
25.9. / 25.10. / 15.12. je 18 Uhr
Agnihotra-Hilfsprojekt 15.10. 16 Uhr

Zauberwege e.V. · Kerstin & Kai Müller
Hainichen · www.zauberwege.de
Die MONDIN ruft (Frauenkreis)
9.10. / 8.11. / 8.12. je 17 Uhr
MannSein 6.9. / 4.10. / 1.11. / 6.12. je 18 Uhr
Zauberwege zum Selbst-Bewusst-Sein
15.9. / 13.10. / 10.11. / 15.12. je 18:30 Uhr
Vom ICH zum WIR
16.9. / 14.10. / 11.11. je 18:30 Uhr
Schwitzhütte 21.12. ab 11Uhr

Dreiklang · Juliane Rosenberg
Tel. 0162 5227396
Klang- und Phantasiereise in Zwickau
17.9. / 15.10. / 19.11. je 18:30–20 Uhr
Yoga meets Klangmeditation
in Freiberg 23.9. 17 Uhr
Klang- und Phantasiereise in Zwönitz
24.9. / 28.10. je 19 Uhr // 18.11. 18.15 Uhr
AromaTouch Massage
in Zwönitz 28.10. 18 Uhr
in Zwickau 19.11. 16 Uhr & 17Uhr

Kräuterangebote mit Elisabeth Püschmann
Dittmannsdorf · www.kraeuter-gut.de
Kräuterführung 2.9. / 7.10. / 6.11.
Am Kräuter-Gut-Tisch 30.9. / 14.10. / 25.11.
je 17–20 Uhr
Wild- & Heilkräuter-Werkstatt 10.9. / 22.10. /
29.10. / 12.11. je 9:30–17 Uhr
Frauengeflüster 23.9. Herbst-Tagundnachglei-
che / 4.11. Samhain 17–20 Uhr
Kurfürsten Anna Kräutertisch
7.9. / 5.10. / 9.11. je 17–20 Uhr

Mi alma · Mandy Flechsig · Rossau
www.mialma-mandyflechsig.de
Energiearbeit & Aufstellungen der Neuen Zeit
7.10. / 4.11. / 2.12. je 16–21 Uhr
Neumond-Lichtkreis der Frauen
25.9. / 25.10. / 23.11. / 23.12. je 18 Uhr
Tagesseminare zu versch. Themen
16.9. / 21.10. / 18.11. / 16.12. je 17–20 Uhr

Raum Leipzig-Halle

Klangtempel · Manuela Ina Kirchberger
(MIK) & Thomas Plum · Markkleeberg · www.
klangtempel.net
Spielstunde Monochord & Elfenharfe
Anfänger 20.9. / 18.10. / 12.11. je 18–21 Uhr
Fortgeschr. 27.9. / 25.10. / 29.11. je 18–21 Uhr
Handpanworkshop – Einführung ins Hand-
panspiel & intuitives Spielen 10.9. Thüringen /
24.9. / 22.10. / 26.11. / 3.12. je 14–18 Uhr

Dresden-Elbland

Märchen-Wanderungen Sächsische Schweiz
mit Frank-Ole Haake jeden Sonnabend in den
geraden Wochen. Treffpunkt 10 und 15 Uhr am
Brunnen des Marktplatzes in Wehlen · www.ole-
bildermensch.de

Neumondin-Frauen-Kreis in Dresden mit Ute
Rudolph 25.9. / 25.10. / 23.11. je 18 Uhr · www.
ein-klang-erleben.de

AnuKan – Zentrum für Berührungskunst
Dresden · www.anukan.de
Kleine Liebesschule 7.9. / 21.9. / 5.10. /
19.10. / 02.11. / 23.11. je 19 Uhr
Offener Bondage-Abend
13.10. / 10.11. / 1.12. je 19 Uhr
Kleine Bondageschule 19.9. / 11.10. / 24.10. /
8.11. / 21.11. je 19 Uhr
Massagevorführungen
22.9. / 20.10. / 22.11. / 15.12. je 19:30 Uhr
Tantric Tribal Breath – Dyn. Atemmeditation
13.09. / 25.10. / 13.11. je 18:30 Uhr
Weiblichkeit tanzen – Orientalischer Tanz
15.09. / 17.10. / 1.11. / 12.12. je 18 Uhr

Praxis Resonanzbewusstheit · Freital
mit Kirsten von der Heiden
www.resonanzbewusstheit.info
Systemische Aufstellungsarbeit · Sa 1.10. /
29.10. / 12.11. / 26.11. / 17.12. je 14–18 Uhr
Offene Trauergruppe · Mi 14.9. / 12.10. /
9.11. / 14.12. je 14:30–16:30 Uhr
Glück auf! Kuscheltreff · Mo 5.9. / 19.9. / 3.10. /
29.10. / 07.11. / 21.11. / 5.12. je 18:30–21:30 Uhr
Lesezeit im Pesterwitzer Salon
Mo 12.9. / 10.10. / 14.11. / 12.12. je 17:30 –
19 Uhr · Anmeldung bis 3 Tage im Voraus
Kirchenführung St. Jakobuskirche Pesterwitz
Termine & Uhrzeiten siehe www.kirche-
pesterwitz.de/historisches/kirchenfuehrung/

Regelmäßiger Arbeitskreis für Anbieter mit Sys-
temischen Ansätzen des Netzwerkes Miteinan-
derSein, jeden 2. Montag/Monat von 14–17 Uhr,
www.resonanzbewusstheit.info

Praxis HerzBalance · Veronika Broszinski
Großenhain · www.herz-balance.com
Yoga für ALLE mittwochs je 17:30–19 Uhr
Pranayama, Meditation & Mantra
6.9. / 4.10. / 1.11. / 6.12. je 18:30–20:00 Uhr
Kinderyoga montags / mittw. je 13–14:45 Uhr
Mantra-Yoga Bad Liebenwerda 4.6. / 18.6. /
24.9. / 8.10. / 22.10. / 5.11. / 19.11. je 10–11:30 Uhr

Mecklenburg-Vorpommern

Der Elfenhof · Dörthe Andres · Viezen
www.der-elfenhof.de
Kräuterwanderung 18.9. / 9.10. je 11 Uhr

EhrlichZeit · Elisabeth Penselin & Christoph
Konradi · www.ehrlichzeit.de
Auszeit-Seminar für Paare in der Natur
mit Camper, Schäferwagen, Zelt & Co auf Rügen
15.–18.9.2022

Gesundhaus Klatschmohn · Silke Wend
Riether Winkel, Stettiner Haff
www.gesundurlaub-klatschmohn.de
Termine: Kocherlebnis, Kochschule saisonal,
vegan, vegetarisch – interaktiv (online) oder
präsent im Gesundheitshaus jed. 1. Sa im Monat

Ginkgo Mare Ostseebad Prerow
www.ginkgomare.de
Wöchentliche Kurse in Yoga, Entspannung,
Meditation je 17–18 Uhr

Thüringen

Vitaleum · Krölpa · www.naturhotel-vitaleum.de
Waldkraft 5 Tage wöchentlich So – Fr
Waldkraft & Yoga
7 Übernachtungen wöchentlich ab So
Bewegtes Basenfasten wacker-methode®
ab 5 Tage wöchentlich ab Sonntag
Basenfasten PLUS Yoga 11.–16.9. / 21.–25.11.

Berlin

Alte Sagen neu erzählt – Sagentour-Stadtspa-
ziergang zu Berlins Gründungsorten mit Madana
Kati Pfau 3.9. / 4.9. / 1.10. / 22.10 je 11 Uhr
kontakt@madana-kati-pfau.de

Fastenreisen

Meine Glücksküche · Kati Walther
www.meine-glueckskueche.de
Fastenwandern und Selbstreflexion
1.–8.10. Muldenal / 14.–21.10. Erzgebirge /
29.10.–5.11. Rügen / 12.–19.11. Erzgebirge
Intervallfasten
21.–24.10. Erzgebirge
Fasten – Abenteuer am Wohnort in
Mittweida 23.–30.9. / 24.–1.12.

Fasten nach Dr. Otto Buchinger sowie Basen-
kuren im Gesundheits Klatschmohn im Stettiner
Haff · ganzheitl. geleitet von Silke Wendt mit
Kochkurs & Ernährungsberatung u.m. in der von
Ursprünglichkeit geprägten, wunderschönen
Umgebung im Riether Winkel · Termine: www.
gesundurlaub-klatschmohn.de

Ostsee-Fastenkuren auf Usedom / Zinnowitz
Britta Tackmann · www.fastenanderostsee.com
Parkhotel Am Glienberg 18.–24.9. /
9.–15.10. / 6.–12.11. / 27.11.–3.12.

Überregional

Natürlich Rückgrad e.V. · www.rueckgrad.com
Ausbildungen in:
Familienaufstellungen 6.9. Kärnten / 4.10.
Chemnitz / 22.11. Paderborn / 6.12. Suhl
Gesundheitsberater 7.–11.9. Kärnten / 5.–9.10.
Chemnitz / 23.–17.11. Paderborn / 7.–11.12. Suhl
DORN-Breuss 8.9. Kärnten / 8.10. Chemnitz /
26.11. Paderborn / 8.12. Suhl
Fußzellenmassage 9.9. Kärnten / 7.10. Chem-
nitz / 25.11. Paderborn / 9.12. Suhl
Aderlass nach Hildegard v. Bingen 13.9. Suhl

Institut-Sven-Krieger.de
Infoabende zur Ausbildung
Heilpraktiker für Psychotherapie
auf Anfrage in Chemnitz / Leipzig

Online

Einführungseminar Was ist Märchentherapie?
mit Madana Kati Pfau 11.9. / 23.10. / 19.11. je
16–18 Uhr · kontakt@madana-kati-pfau.de

Natürlich Rückgrad e.V. · www.rueckgrad.com
Online COSMIDO – Spiralmuskeltraining
jed. Mi 18:30 – 19:30 Uhr / jed. Sa 9 – 10 Uhr

Kleine Ayurvedische ReinigungsKur · 10 Tage
(gemeinsam in der Onlinegruppe per Whats-
app / Telegram) mit Mandy Frank · 13.–22.9. /
11.–20.10. / 15.–24.11. · www.Tempel-der-
Glueckseligkeit.de

Your Way of Life mit Bianca Rantzsch Zwickau
www.bianquita.de · Online-Workshops
Human Design Einführung – Entdecke Dich neu
4 Tageskurs 19.–22.9. / 14.–17.11. je 19 Uhr
Kakaozeremonie für kreative Visionäre
29.8. / 26.9. / 25.10. / 23.11. / 23.12. je 10 Uhr
Frauenkreis 16.9. / 20.9. / 14.10. / 28.10. /
11.11. / 25.11. je 18 Uhr
Hausapotheke mit ätherischen Ölen
6.10. / 15.12. je 19 Uhr
Energetic Journaling jeden Montag 9 Uhr

NEU: Onlineabend Fühlraum, über mich
nehme ich die Welt wahr mit Peter Hellwig,
dienstags jeweils 20:15 Uhr per Zoom · www.
hellerweg.de

NEU: Online-Workshop für Frauen 10 Schritte zur
langfristigen, glücklichen und erfüllten Part-
nerschaft auf Augenhöhe 18.9. / 2.10. / 30.10. /
20.11. / 4.12. je 11 Uhr mit Alexandra Wills-
mann-Hiller · www.lebendigmacher.de



Ausbildung: Energetische Informationsübertragung

Rutenworkshop

von Mandy Goller

Mit der energetischen Informationsübertragung kann der Körper seine Selbstheilungskräfte aktivieren. Dabei steht die Ursachenforschung immer an erster Stelle. Ist diese gefunden, wird deren Schwingung mit Informationen bespielt, die der Selbstheilung dienen.



Ich biete **Einzelsitzungen** an. Diese sind auch telefonisch aus der Ferne möglich. Das Erlernen des **Umgangs mit der Einhandrute ist via Skype** machbar. **Rutenkurse und Ausbildungen** sind jederzeit durchführbar. Melden Sie sich gern telefonisch oder per E-Mail bei mir an.

Praxis- & Schulungszentrum zur energet. Informationsübertragung · Mandy Goller
Dorfstädter Str. 3, 08223 Falkenstein · Tel. 0162-9435657 · mandy.goller@web.de

Höre, sehe, fühle, rede und handle mit Deinem Herzen

Was würde die Liebe sagen?

von Anett Neugebauer

Wie bereits durch Ann König angekündigt, bleibt die Praxis von Maik Zander in Glauchau mit der Tachyonenheilkammer erhalten. Es ist uns (seiner Familie, Freunden und mir) ein Bedürfnis und eine Ehre, diese Praxis in seinem Sinne weiter zu führen. Uns verbinden gemeinsame Seminare mit Energiearbeit. Mit der bedingungslosen Liebe, die Maik lebte, war und ist er mir ein Vorbild.



Im Einklang mit seiner Energie gebe ich **Massagen**. Aus den verschiedenen Massagelokursen wie Ayurvedische Massage, Wedrussische Kraftmassagen, Faszienmassage, LomiLomiNui ist meine eigene Massagetechnik entstanden; so, wie jeder seine eigene Handschrift hat. Neben der Rückenmassage in Kombination mit Schulter, Kopf, Nacken ist auch die Wedrussische Bauch-/ Organmassage, bei der ich nach Bedarf Narben mit harmonisiere, sehr beliebt.

Ebenfalls wird die **hawaiianische Tempelmassage LomiLomiNui** sehr gerne gewählt. LomiLomiNui bedeutet: Mein Herz berührt Dein Herz und Dein Herz erinnert sich daran, wie es ist, bedingungslos gesehen und geliebt zu werden – nicht als Weib oder Mann, jung oder alt, sondern einfach als Du selbst. Sie ist ein reinigendes Ritual, das der Befreiung von belastenden Energien dient. Die **wedrussische Honigmassage** wirkt entzündungshemmend, zieht Giftstoffe aus dem Bindegewebe und fördert die Durchblutung. Für eine Auszeit zu zweit biete ich mit Sylvia Borhardt aus Crimmitschau **Paarmassagen** an. Mit den Massagen lösen sich Deine Blockaden und gespeicherte Emotionen. Das Eintauchen in Stille, Wertfreiheit, vollkommene Annahme trägt Dich in Deinen inneren Seelenraum. Da, wo die bedingungslose Liebe, das Licht, die Geborgenheit, das Urvertrauen, die Dankbarkeit, das Mitgefühl wohnen, Dich rufen, Dir Mut geben, die höchste Version Deines Selbstes zu leben.



Mit dem Monochord gebe ich **Klangreisen** – sowohl als Einzelsitzungen bei mir in der Praxis, als auch in der Gruppe mit Kristin & Stephan Mehner in Limbach-Oberfrohna. Es ist immer wieder faszinierend zu erleben, wie sich Blockaden im Körper lösen. Die Frequenzen setzen genau da an, wo sie gebraucht werden.

Gerne gebe ich mein Wissen in Form von Weiberkreisen oder Seminaren weiter.

Harmonie & Balance · Anett Neugebauer
Sachsenallee 15, 08371 Glauchau
Tel. 0177 6684235 · E-Mail anettneugebauer70@gmail.com

Es ist nie zu spät, um sich richtig gut zu fühlen

Der Weg der Freude

von Andrea Pallas

Eines meiner Angebote an Dich ist eine 1:1-Begleitung, um aus dem inneren Druck und der Getriebenheit rauszukommen.



Längst hast Du bemerkt, dass Dein Leben so nicht stimmt. Die Krankheiten werden ärger, die Unzufriedenheit nimmt zu, die Lebenszeit wird begrenzt. Sicherlich sehnst Du Dich nach einem friedlichem Herzen und der eigenen Entfaltung.

Du wünschst Dir, zur Ruhe zu kommen. Willst Dinge tun, die Du schon so lange tun wolltest. Bekommst es aber nicht hin, weil die Rastlosigkeit Dich auffrisst. Du findest einfach keine Ruhe in Dir. Die Jahre vergehen und immer noch hast Du nichts auf Dauer ändern können.

Glaube mir, heute, im 60zigsten Lebensjahr, weiß ich genau, wie es Dir geht. Ich denke, darum bin ich auch in der Lage, Dir zu helfen. Ich kann Dir anbieten, ab jetzt nur noch den Weg der Freude zu gehen. Alltagstaugliche Übungen helfen Dir, nachhaltig auf diesem Fokus zu bleiben. Da, wo die Freude ist, bist Du. Deine Freude wird unser Wegweiser sein. Das 5-Monatsprogramm wird ganz individuell an Dich angepasst sein – das macht es so besonders.

Kontaktiere mich, wenn Du bereit bist, mal anzuhalten. Melde Dich, wenn Du wirklich, wirklich etwas in Dir ändern willst.

Im Gegenzug verspreche ich Dir, dass ich alles erdenklich Mögliche tun werde, damit wir beide gern auf diese Zeit zurückschauen.

Ganzheitliche Gesundheits-Begleiterin
Tel. 0152 21387477 oder 038320 629945 + AB
E-Mail andrea-pallas@web.de · www.andrea-pallas.de



Glaube, dass es gut wird

Wir erleben gerade eine Zeit, die geprägt ist von Unsicherheit, Angst, Perspektivlosigkeit, bis hin zu Depression und Krankheit. Jeder empfindet anders und ist unterschiedlich betroffen. Aufgeben und resignieren ist keine Lösung, denn das würde unser Selbstwertgefühl schwächen. Unser Schöpfer hat uns unseren selbstbestimmten Geist gegeben und jeden von uns mit wunderbaren Fähigkeiten ausgestattet. Vergessen wir das nie! Wir sollten beobachten, wachsam sein, die eigene Wahrheit empfinden und dazu stehen. Unsere Gedanken sind eine mächtige Kraft! Allein oder gemeinsam konstruktiv eingesetzt – auf der Basis eines friedvollen Herzen – ist das Erschaffen erwünschter Realität möglich.

„Glaube aber ist: Feststehen in dem, was man erhofft und überzeugt sein von Dingen, die man nicht sieht.“ Hebräer 11.1

Ich vertraue meiner inneren Führung, vertraue Gott und dem Leben. Gerne helfe ich Dir mit meinem Wissen, Erfahrungen und speziellen Fähigkeiten, Deine Kraft wiederzufinden, die nötig ist, um Träume für Dich Realität werden zu lassen. Gott segne Dich!



Regina Rößler-Wagner
Heilerin / astrol. Psychologin
Zentrum für Geistiges Heilen
09484 Kurort Oberwiesenthal, Annaberger Str. 82
Tel. 037348 23962 & 22200
www.ganzheit-roessler-wagner.de



Überregional

Neuer Netzwerkpartner

Peter Hellwig · Heilpraktiker für Psychotherapie · Heilraum-Seminare, Therapie & Fortbildungen, Persönlichkeitsentwicklung, Spiritualität, Trauma, Paartherapie, ungewöhnliche Beziehungsformen, Gruppenarbeit, Wachstums- und Heilungsarbeit Göttingen / Mecklenburg-Vorpommern / Brandenburg · www.hellerweg.de

Heilpraxis HP **Kordula Möring** · Schwerpunkte: Neue Homöopathie nach Körbler, Arbeiten und Testen mit der Einhandrute, Aufstellungsarbeit, u.v.m. · Für Termin-/sonstige Anfragen bitte über hpkm@hpkm.de melden

Mandy Frank · BerührSinn – ENTwicklerin · De-Armouring · Healing Touch · Amnanda Moksha Kuren · Amnanda Kuren · Ayurveda Anwendungen · Die Fünf »Tibeter«® Anleitungen · Telefonberatung · Warmemünde + Chemnitz / ERZ Tel. 0176 96678079 · ayurveda-mandy-frank@web.de · www.Tempel-der-GlückSeeligkeit.de

Christian Schilling · Familienstellen.org · 2004–2017 bei Bert Hellinger als Familiensteller gelistet. Erfahrungen aus über 7.000 Aufstellungen. In Altenburg, Bremen, Berlin, Chemnitz, Dresden, Erfurt, Gera, Leipzig, München, Plauen, Radebeul, Zwickau · Tel. 0174 8367945 · www.familienstellen.org

Natürlich RückGrad e.V. · Akademie & Berufsverband für Deine berufl. Selbstständigkeit, kompetente Ausbildung · rechtl. Beratung & Absicherung als Gesundheitsberater · Mitgliedschaft i. Kollegennetzwerk in ganz Dtl. · Handwerkerpark 3, Tübingen · info@rueckgrad.com · Tel. 07071 8607214 · www.rueckgrad.de

PLZ 01

Neue Netzwerkpartnerin

R.leben® – Schönheit, Ausstrahlung & Lebensfreude · **Ute Rudolph** · Lebenscoaching, ganzheitliche Schönheit & Gesundheit, Visagistik, energetische Heilarbeit, Seelenreisen, Klang-Massage, Frauenkreis Bayreuther Str. 16, 01187 Dresden · Tel. 0157 56874572 · www.ein-klang-erleben.de

AnuKan – Zentrum für Berührungskunst · Liebe leben! Kurse, Seminare, Abendveranstaltungen & Ausbildungen rund um Berührung, Sexualität und (Selbst-)Liebe · Buchenstraße 12, 01097 Dresden · Tel. 0351 3207162 · www.anukan.de

Privatpraxis für ganzhtl. Schmerztherapie · Dipl.-Med. **Hjalmar Baldauf** · FA Orthopädie & Dipl. Homöopath, Schmerzther., Chirother., Osteopathie, Kinesiologie, Bachblüten, Akupunktur, Bioresonanz, Orthomol. Med. · Schandauer Str. 43, 01277 Dresden · Tel. 0351 31909536 · www.natuerliches-heilen-baldauf.de

Frank-Ole Haake (Ole Bildermensch) – „Der Mann in allen Farben“ – Märchenerzähler, Grafik- und Bildkunst, Jungen- und Männerberatung (auch für Frauen) · Atelier in der Schokofabrik, Hopfgartenstraße 1a, 01307 Dresden · Tel. 0176 64144532 · „Oles Märchenkoffer“ auf Youtube www.ole-bildermensch.de

Heilpraxis Kiss · **Anja Kiss** · Heilpraktikerin Homöopathie, Systemische Aufstellungen, Energetische Medizin, Chakrenbehandlungen, Lichtgitter-Mandalas, Seminare und Workshops · Plattleite 51, 01324 Dresden · Tel. 0351 32152938 · www.heilpraxis-kiss.de

Michaela Stohl · Auszeitklang für Frauen · körperorientierte Seelsorge, kunst-, musik- und naturtherapeutisches Coaching, Trauerbegleitung, Klangmassage in der Klangwiege · Wo tanken Sie auf, um geben zu können? 01445 Radebeul · Tel. 017676859482 · sinn@auszeitklang.de · www.auszeitklang.de

Hatha Yogalehrerin & Kinder Yogalehrerin (BYV), Bhakti Yogalehrerin **Madhavi Veronika Broszinski** · Ayurveda, Massagen & Yoga, Autorin, Medium, Spirituelle Lehrerin, Vorträge, Retreats, Mozartallee 141 c, 01558 Großenhain · Tel. 0160 2261077 · www.herz-balance.com

Praxis Resonanzbewusstheit · Heilpraktikerin für Psychotherapie & Psychologische Beraterin **Kirsten von der Heiden** · Willy-Gäbler-Weg 3, 01705 Freital · Tel. 0351 21088132 oder 0151 55519714 · info@resonanzbewusstheit.info · www.resonanzbewusstheit.info

Facial Harmony · **Steffi Böhme** · Meridianbehandlung im Gesicht · Am Sportplatz 4, 01705 Freital · Behandlungsorte: Dresden-Leubnitz, Freital-OT Pesterwitz und Zinnwald · Tel. 0351 31909033, Mobil 01522 6238481 · steffi.boe@gmx.de · www.steffiboehme.de

Praxis Seelenpfade – Schamanische Praxis, therapiebegleitende Arbeit · **Yvonne Dikomey** – Schamanin, Autorin · Schmiedeberger Str. 21 01768 Glashütte-Niederfrauendorf · Tel. 0172 8257881 · info@dikomey.net · www.praxis-seelenpfade.de · www.uruppe-blog.de

PLZ 04

Neue Netzwerkpartner

Nora Philine Hansing · Autorin · „Zeitenwende – Dimensionen des Umbruchs“, Botschafterin der Neuen Zeit, Verbindung innerer und äußerer Transformation, Erinnerung an das Seelenwissen, Wiedervereinigung mit Mutter Erde · Arno-Nitzsche-Straße 40 / 538, 04277 Leipzig · www.dimensionzeitenwende.de

Natura – VIERELEMENTE · **Jens Winter** · Kraftortwanderungen, Geomantie, Räucherungen · schamanische Rituale, Seelenreisen, Trommelmeditation, Konfliktbewältigung, Sinnsuche, innere Harmonie und Fülle finden · Goetheweg 24, 04720 Döbeln 0174 9998527 (Telegram) · jens.winter@natura-vierelemente.de

Der Glücklichmacher – **Thomas Becher** · Psychotherapie, Naturheilkunde und Massagen – Gesundheit ganzheitlich verstehen – auch bei Depression & chronischen Leiden. Schwerpunktpraxis Sexualberatung & -therapie · Hahnenmannstr. 7, 04177 Leipzig · Tel. 0341 68419300 · www.heilpraktiker-becher-leipzig.de

Herzheilungs-Coach & HP **Mareike van Saase** · Inneren Frieden & Selbstliebe & Erfüllung findest Du in DIR – in Deinem geheilten Herzen. Bei Deiner Herzheilung & Herzöffnung begleite ich Dich einfühlsam und intuitiv, incl. Quantenheilung · Leipzig · Tel. 0176 29513104 · www.mareike-van-saase.com

Coaching & Beratungspraxis HP psych. **Marietta Lisk-Cygan** · Chancen für Paare / Beziehungen, Persönlichkeitsentwicklung, Einzellösungen, Kurse für Unternehmen u. Organisationen · www.ilp-coach-leipzig.de · Leadership Management Kursleiterin · Tel. 0176 20277016 · www.lm-dach.com

Dr. **Grit Ludwig** · Systemische Beratung · Systemaufstellungen und mehr, online oder in Präsenz · Heilpraktikerin für Psychotherapie · Brandvorwerkstr. 52-54, 04275 Leipzig · Tel. 0176 63788112 · www.dr-grit-ludwig.de; Telegram: t.me/drgritludwig

Praxis Quelle des Lebens · **Anne-Karen Fischer** · Heilerin/Dipl.-Psych. · Ausbildung, Einweihung in Quellenergie, Heilbehandlungen direkt und per Ferne, Aufstellungen der Neuen Zeit u.v.m. · Arndtstr. 27, 04275 Leipzig · Kontakt & weitere Angebote: Tel. 0341 5861540 · www.quelledes-lebens.net

Alexandra Wilmsmann-Hiller & Thomas Hiller · lebendigMACHER Leipzig · Praxis für Business Coaching, Supervision & Psychotherapie nach HeilprG · Alexandra arbeitet speziell mit Frauen in Frauenkreisen, Jahreskreisfesten & zeremoniellem Kakao in Kakaozeremonien und -Ausbildungen · www.lebendigMACHER.de

Klangtempel · „Kristallklangwelten“ Klangkonzerte · Klangliege, Weltweites Klangnetzwerk, „Campana“ – Festival der Klänge · „Die Tempelträumer“ · Imkerelei · Pflanzenmusik · **Manuela Ina Kirchberger (MIK) & Thomas Plum** · Markkleeberg · Tel. 034299 811800 · www.klangtempel.net

Keiner kann mir nehmen, was ich getanzt habe

Freies Tanzen: I-DANCE-IT(Y)®

von Rosemarie Dagné



Hast Du Freude am freien Tanz?

Lust, Dir SELBST und anderen tanzend zu begegnen?

Lass UNS tanzen! Tanze DICH!

Tanze ES und entfalte dabei spielerisch tänzerisch Deine IDENTITÄT = I-DANCE-IT(Y)®

I-DANCE-IT(Y)® bietet einen Raum zum LebendigSEIN, einen Freiraum für Deinen tänzerischen Ausdruck.

Lass Dich berühren... erlebe Dich in Deiner FREUDE, VERSPIELTHEIT, KRAFT, WÜRDE, AUFRICHTUNG, KLARHEIT, WILDHEIT, RUHE...

Dann bist Du hier richtig und HERZLICH WILLKOMMEN!

Termine 2022

- 16.9. TANZEN unter freiem Himmel am Abend Kulturgut Sophia Frankenberg, 18:00 Uhr
- 9.10. / 13.11. / 11.12. Erlebnis Geburt, Weststraße 18 sonntags jeweils 10:00–12:00 Uhr

Leitung

Rosemarie Dagné – Leiborientierte Tanz- und Bewegungstherapeutin

Aktuelle Informationen, weitere Abendtermine und Anmeldung:

Tel. 037206 89900 · or-dagne@t-online.de · www.i-dance-ity.jimdosite.com

Lebensfreude mit Manuela Wende

Seelenworkshop: 24. – 25.9. mit und bei „Emotion Faszination Mensch sein“ in Lichtenau
Brotbackkurs: 16.9. & 26.11. Waldenburg
Klangreisen: 13.10. & 15.11. Waldenburg
30.9. / 28.10. / 25.11. Salzgrotte Wolkenburg



ENERGY DANCE®

Schnupper-Workshop: 6 h am 19.11. in Hartmannsdorf

Regelmäßige Stunden – Einstieg jederzeit möglich:

jeden Montag in Waldenburg	29.9. / 27.10. / 24.11. HOT
13.9. / 4.10. Reinsdorf (OT Vielau)	21.9. / 16.11. Langenleuba Ndh.
14.9. / 12.10. / 9.11. Hartmannsdorf	

Alle Termine und Infos www.zellharmonie.de

Erleben Sie Ihre Lieblingsmusik neu!

Gute Musik hören und professionelles Hörtraining, wir haben eine Lösung für beides. Lernen Sie den Naturschallwandler bei einer Hörvorführung persönlich kennen und genießen Sie Musikgenuss völlig neu!



Dipl.-Ing. Eberhard Haase
Lehngasse 4 · 09514 Lengefeld
Telefon 037367-2722
eberhard-haase@t-online.de
www.naturschallwandler.com



Neuer Kurs für Frauen in Dresden YoTaKa – Bewegung im Sein

von Ute Rudolph

Tanze mit dem Leben – oder mitten drin.



Für mich ist Tanzen so bunt wie das Leben, der Weg in die eigene Kraft, zu mehr Lebensfreude und Weiblichkeit. Und so möchte ich ab Herbst etwas ganz neues in die Welt bringen.

YoTaKa – Bewegung im Sein – im Ein-Klang mit sich selbst

Mit YoTaKa verbinden wir Elemente aus Yoga, Tanzen, Klangmassage & heilsamen Ritualen.

Ein gemeinsamer Abend für Frauen mit Freude, Bewegung sowie Momenten der Ruhe und des Auftankens.

Es gibt keine festen Regeln. Freies Tanzen – wir lassen es fließen, kreieren, gestalten, wie es uns Laune macht. Wir bewegen und lassen Bauchtanz-Bewegungen einfließen. Alles darf. Nichts muss. Einfach Sein. Sich selbst (neu) entdecken. Sich selbst spüren. Sich selbst Ausdruck geben. Dafür möchte ich den Raum halten. Wenn Du Lust auf Neues hast, dann bist Du herzlich eingeladen.

Kursbeginn: ab 12.09.2022 immer montags 19:00 bis 20:30 Uhr im Studio Federleicht, 01067 Dresden, Schützengasse 14

Ute Rudolph – R.leben@
Schönheit, Ausstrahlung & Lebensfreude
Tel. 0351 – 8581359 oder 0157 56874572

Energiearbeit in Chemnitz Seitai – die Urenergie in Aktion...

...spontan – überraschend – individuell – harmonisierend. Ein Weg der persönlichen Entwicklung in größere Freiheit! Seitai ist die Kunst authentischer Bewegungsabläufe. Seitai ist die Kunst der Selbstbalance. Seitai ist die Kunst der Evolution zum wahren Selbst.



Zielgruppe: Therapeutische Berufe – Künstler – Musiker und jeder interessierte Mensch allgemein zum Kennenlernen und Praktizieren sowie Bereitwillige auf Entdeckungsreise zu ihrer wahren Berufung und Lebenserfüllung wie auch Menschen mit dem Thema „Ferien von Ich“.

Veranstaltungen

- **Seitai-Abendgruppen** (freitags, Beginn 19:30 Uhr), Kursgebühr € 20,- 9.9. / 16.9. / 30.9. / 7.10. / 21.10.
- **Seitai Intensivwochenend-Basiskurs für Anfänger, Wiederholer als auch Auffrischer** (jeweils 10 – 17 Uhr), Kursgebühr € 240,- 10.-11.9. / 24.-25.9. / 29.-30.10.

Aktuelle Termine: miteinandersein.net/partner/essania/

Veranstaltungsort für Gruppen und Seminare: Delphin-Chemnitz (im Konferenzraum klingeln), Peterstraße 26, 09130 Chemnitz (Sonnenberg)

Werner Ahrens ∞ Lehrer – Coach – Instruktor in Seitai + Seiki Methoden Kinesiologie (Biographische + spirit. Tests / Sherlock-Methode) · **Geomantie und Lebensraumharmonisierung** · **Klang-Art** (Klangmassagen + Klangschalenperformances) · Ausbildungen · Seminare · Coachings
Persönliche Profil-Balancen · Hilfe bei Problembewältigung · Feinstoffliche Beratungen und Fernberatungen · Energetik und Fernenergetik · Fernbalancen und Ferncoachings · Evolutionstraining und spirituelle Begleitung

Kontakt und Info: Essania · Leben in Licht – Liebe – Harmonie · Werner Ahrens
Jakobstr. 51, 09130 Chemnitz · Tel. 0371 – 4046240 · E-Mail essania@web.de

Tanz · Stimme · Klang · Atem Seele in Bewegung

von Constanze Uhlig

*Du bist die Schöpferin Deines Seins.
Du bist die Befreierin Deines Selbst.
Du bist, was Du sein möchtest.*

Seminarreihe im Kraftort Frauenstein (bei Freiberg) mit Constanze Uhlig und Frederick Zabel

Lasst uns an einem kraftvollen, naturverbundenen Ort unsere Seelen ausdrücken, unsere Energien reinigen; auftanken und gemeinsam in die wahre Essenz unseres Seins kommen.



09.–11. September 2022 **Tanz Deine Seele, befreie Dein Herz, geh' in die Fülle Deiner Atmung**

07.–09. Oktober 2022 **Rückbindung an die Natur um Dich und in Dir mit Tanz, Stimme, Klangarbeit und Chakra-Cleaning**

18.–20. November 2022 **Gib Deiner Stimme Ausdruck, finde den Beat Deines Herzens**

In dieser Seminarreihe wollen wir Euch eine Zeit zum Auftanken, Ausdrücken, zum Erinnern an die eigenen Seelenessenz und damit zur Eigenermächtigung in Eurem Leben anbieten. In jedem einzelnen Seminar legen wir einen Fokus auf einen Schwerpunkt – Tanz, Stimme, Klang – und setzen dies in Bezug zu unserem ganzheitlichen Sein. In Achtsamkeit können wir dem Raum geben, was sich gerade zeigen möchte.

Infos, Anmeldung und die ausführliche Kursplanung und -beschreibung findet Ihr unter www.constanzeuhlig.de sowie Tel. 0176 21570539

Workshops mit Handpans in Markkleeberg bei Leipzig Bist Du von Hang & Handpans fasziniert?



Dann ist dieser Workshop für Dich das Richtige! In kleiner Gruppe und schöner Atmosphäre werden wir in die wunderschönen Klänge der Handpans eintauchen. Wir stellen unterschiedliche, sehr gute und namhafte Handpans vor. Ihr dürft jede einzeln ausprobieren und spielen.

Wir zeigen Euch verschiedene Anschlagstechniken und führen Euch in das intuitive, gemeinsame Handpanspiel ein. Natürlich erfahrt Ihr auch noch ein wenig Hintergrundwissen zu den Handpans und deren Entstehung. Eure Fragen beantworten wir gern.

Termine aktuell jeweils 14 – 18 Uhr:

Markkleeberg 24.9. / 22.10. / 26.11. / 3.12. / 10.12.2022

Thüringen-Kleinkochberg 10.9.22

Bitte vorher anmelden, da begrenzte Teilnehmerzahl.

Weitere Infos zu Workshops, Konzerten und Einzelsitzungen:

www.klangtempel.net

Bei Interesse melde Dich bei uns: mik@klangtempel.net

Wir freuen uns auf Euch!
MiK & Thomas



PLZ 04

Your Way of Life: bewusst – selbstbestimmt – kreativ · Ganzheitliches Business-Mentoring und Persönlichkeitsentwicklung · Human Design, Gene Keys, ätherische Öle, Frequenzen, Körper- und Energiearbeit, Kakaozeremonie, Frauenkreis und mehr · **Bianca Rantzsich** · Neukirchen / Pleiße und Leipzig · www.Bianquita.de

Heilklang-Leipzig · erfahre Berührung durch Klänge, Worte & Energie · Ganzheitliche Heilung und Harmonisierung ist möglich! Klang-Massagen, Klang-Therapie · energetische Heilbehandlungen · Prozessbegleitung & Coaching · Auf der Höhe 45, 04435 Schkeuditz · Tel. 0176 23998815 www.heilklang-leipzig.de

SeelenLicht-Akademie · Forschungs- und Bildungsverein ZVR 1208655895 Leben neu gestalten – ganzheitl. Heilarbeit, alternative Medizin und vollkommene Lebenskunst · Workshops · Seminare · Ausbildung · Begleitung · Projektbüro: Auf der Höhe 45, 04435 Schkeuditz · Tel. 0176 23998815 · www.seelenlicht-akademie.at

Begegnungszentrum „liebes-er-leben“ · **Dietmar Allig** · Crostigall 36, 04808 Wurzen · Tel. 0152 3207716

Anvaya – Energie fürs Leben · Ganzheitliche Praxis · Dr. med. **Anja Oelke** · Kleine Ulrichstraße 20, 06108 Halle · Tel. 0151 21185418 · info@anvayaprxaxis.de · www.anvayaprxaxis.de

PLZ 07

Neue Netzwerkpartnerin

MIRODA Akademie Mensch & Natur **Renate Machate** · Seminare Geomantie und Druiden „Feng Shui“, Heilpendeln, slawische energetische Heilkunst, Naturheilkunde, Bewusstseinschule sowie ganzheitliche Lebensberatung · Hauptstraße 1, 07973 Greiz · Tel. 0151-18409213 · www.renatemachate.coachanncl.com

Katja Hauke-Beyer · SjielWisdom – intuitives Heilwissen, Natur- u. Bewusstseinscoach · Frequenzarbeit, Kraft und Heilung durch die Natur, Heilmassagen, WIVYS®, Seelenkunst · Vitaleum, Herschdorfer Str. 14, 07389 Hütten · 0176 83462636 · www.katja-haukebeyer.de

Vitaleum · Inh. Anja Heinrich · Basenfasten – Die Wacker-Methode®, Waldkraftwochen, Mädelstage, Vitale Auszeit, Yoga, ENERGY DAN-CE®, Wildkräuter, Naturheilpraxis, Massagen, Hangab · Herschdorfer Straße 14, 07389 Krölpa (OT Hütten) · Tel. 03647 16333-0 · info@vitalium.com · www.naturhotel-vitaleum.de

Koordinatorin Ost-Thüringen · **Ulrike Rußner** · Goldene Höhe 11, 07973 Greiz · Tel. 03661 673524 · ostthueringen@miteinander-sein.net

PLZ 08

Neue Netzwerkpartnerin

Harmonie & Balance · **Anett Neugebauer** · Seelenwohlmassagen, wedrussische Kraftmassagen (Honig-, Bauch-/Organ-, Schröpfmassage), Hawaiianische Tempelmassage LomiLomiNui, Paarmassagen – Klangreisen mittels Monochord – Tachyonenheilkammer Sachsenallee 15, 08371 Glauchau · Tel. 0177 6684235

Zentrum für ganzheitliche Lebensweise · **Christiane Peyerl** · Ganzheitliche Massagerituale (Ayurveda, Aroma-Energie), Reiki-Behandlungen und -Seminare/Ausbildungen, spirituelle Lebensberatung · Gutwasserstraße 19, 08056 Zwickau · Tel. 0375 2736781 · www.zentrumfgl.de

Ute Weidenmüller-Thomas · Praxis für Logopädie, LRS/Legasthenie, Rechenschwäche/Dyskalkulie, Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörung, Psychologische Beratung · Pestalozzistr. 27, 08062 Zwickau · Tel. 0375 7881491 oder 0177 3783773 · info@logopaedie-planitz.de · www.logopaedie-planitz.de

Raum und Zeit by AF · **Anja Flechsig** · Reiki, Klangschalenmassagen, verschiedene Arten von Mediationen, Trommelabende, Lese- & Vorleseabende sowie kreative Kurse wie „Mal Dir Dein Bild“ · Lengenfelder Straße 125, 08064 Zwickau · Tel. 0157 31571688 · www.raum-zeit-zwickau.de

Naturheilpraxis Breitfeld · Heilpraktiker **Jens Breitfeld** · Pflanzenheilkunde, Pilzheilkunde, Orthomolekulare Medizin · Heinrich-Heine-Str. 6, 08112 Wilkau-Haßlau · Tel. 0375 21439436 www.naturheilpraxis-breitfeld.de

Mandy Goller · Dozentin für Praxisorientierte Neue Homöopathie (Ausbildung & Beratung), Rutenkurse jederzeit möglich · Dorfsäcker Str. 3, 08223 Falkenstein · 03745 751395 & 0162 9435657 · E-Mail: mandy.goller@web.de

Aesculap-Apotheke Aue · Apotheker Steffen Quellmalz e.K. · Vitalstoffmischungen, Homöopathie, Haar-Mineralstoffanalysen, Umweltanalysen, computergestützte Hautanalyse und Anfertigung individueller Kosmetik · Schwarzenberger Str. 7, 08280 Aue · Tel. 03771 551258 www.apotheke-aue.de

Kreutherkraft Manufaktur · **Ulrike Loretta Hanl** · Tinkturen, Kräuter & Blütenessenzen, Liköre & Kräuterweine, Anfertigung auf Kundenwunsch und Lohnabfüllung, Kräuterberatung für körperliche und seelische Gesundheit · Tel. 01590 1974869 · www.kreutherkraftmanufaktur.com t.me/kreutherkraft

Wellness & Entspannungslounge „Zeit für Dich“ **Anja Häbler-Müller** · ganzheitl. Wellnessbehandl. für Körper Geist & Seele, Reiki, Meditations- & Achtsamkeitslehre, Entspannungslehre. AT, PMR, Qigong, Klangschalenpraktiker Auerhammerstr. 9, 08280 Aue · 0170 8793704 zeit-fuer-dich-wellnesslounge.jimdosite.com

Namaste Yogastudio · **Luisa-Marie Müller** · Zert. dipl. Yogalehrerin von Hatha Yoga, Yogatherapie, Prä- und Postnatal Yoga, Yoga mit Baby, Lachyoga, therapeutisches Yoga, Workshops, indische Babymassage · Auerhammerstr. 9, 08280 Aue · 0176 43886146 · namaste-yoga.jimdosite.com

Ganzheitliche Physiotherapie „Lebensfreude“ **Ina Klinger** (HP Physioth.) · Klass. Physioth., Aura Soma, Auraanalyse Computer, Energet. Massagen, Japan. Heilströmen, Meridian-Klopf-Technik, Lebensber. · Prof.-Dr.-Konrad-Zuse-Str. 4, 08289 Schneeberg · 03772 3729056 www.lebensfreude-ina-klinger.de

Marktschwärmer Schneeberg · Der regionale Wochenmarkt – online bestellen, um die Ecke abholen, nach dem Motto „Gib Deinem Bauern die Hand“ · PLUS-Gemeindezentrum (Eingang Bäckerei Franke), Scheunenstraße 2-4, 08289 Schneeberg · www.marktschwärmer.de · [facebook.com/marktschwärmer.schneeberg](https://www.facebook.com/marktschwärmer.schneeberg)

Biodanza – Tanz des Lebens mit **Christine Lukaschek** · dienstags aller 14 Tage in der geraden KW um 19:15 Uhr Physiotherapie „Pro Vitas“, Chemnitz sowie in der Goethehalle Treuen (Vogtl.) · Tel. 0177 7219150 · www.biodanza-chemnitz.de

Kunsthof Eibenstock · Kerstin & Wolf-Dietrich Schreier · Seminarhaus, Gesundheitszentrum mit Sauna und Wellness, Yoga und Pranaheilung, Traum-Apartments und Ferienhaus, Raumvermietung für Kurse und Veranstaltungen Ludwig-Jahn-Str. 12, Eibenstock · Tel. 037752 558240 · www.kunsthof-eibenstock.de

BioMARKT Schwarzenberg & Bistro · Christian Drechsel · Bio-Vollsortiment, Serviceleistung: Käse- u. andere Platten, Antipasti, Produktvorstellungen, Verkostungen, Veranstaltungen und Vorträge · Str. d. Einheit 115, 08340 Schwarzenberg · Tel. 03774 1744710 · www.bio-markt-schwarzenberg.de

Sylvie Lutz · ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB · Vorträge u. Praxiskurse zu Vitalstoffreicher Vollwertkost & Naturkosmetik, Thermomixservice, -ausbildung u. Kochtreffs, Dunkelfeld-Mikroskopie · Alte Annaberger Str. 22a, 08340 Schwarzenberg · Tel. 03774 505668 www.biohummel.de

Trinkwasser – do it yourself Wasserfilter & Aufbereitung

von Christian Marre

Fakt: Es gibt eine Vielzahl von Möglichkeiten, wie Du auf ökologische, effektive und einfache Art und Weise für die Reinheit Deines Trinkwassers selbst sorgen kannst.



Auch Dein Thema: Ein technisch leeres Wasser möchtest Du jedoch auch nicht trinken? Daher muss das Wasser wieder aufbereitet werden. Die meisten Verbraucher wissen das, kommen aber oft nicht ins Handeln.

Du brauchst Hilfe: „Wonach soll ich fragen, wenn ich gar nicht weiß, dass es das gibt?“

In den vergangenen sechs Jahren habe ich über 1.000 Wassertests bei Kunden durchgeführt, die auch schon Anlagen und Systeme hatten. Daher traue ich mir einen guten Marktüberblick zu.

Wusstest Du, welche Technik für Dich geeignet ist?

Die Einladung an Dich: Lass Dir bei dieser Entscheidung helfen. Dich lade ich ein, mit mir ein Gespräch zu führen. Somit bekommst Du Klarheit darüber, was Deinen Vorstellungen entspricht – ja oder nein.

Dein Geschenk: Profitiere von meinem Wissen: Du kannst nur gewinnen. Entweder Du erkennst, bereits auf dem richtigen Weg zu sein, oder Du erkennst Verbesserungspotential.

Christian Marre
Osterburger Straße 65, 39576 Stendal
Tel. 0152–5343 8597 · www.dein-wassertest.de

Natur und Frische - einfach gut

BIO Bistro mit täglich wechselnden Mittagsgerichten, Kaffee und Kuchen

Straße der Nationen 12, 09111 Chemnitz
direkt an der Bus- und Straßenbahnhaltestelle „Roter Turm“

Öffnungszeiten: Montag - Samstag 8 - 20 Uhr

www.denns-biomarkt.de

Regional und frisch

BIO Bistro mit täglich wechselnden Mittagsgerichten, Kaffee und Kuchen

BIO-Fleischtheke mit regionalen Lieferanten NEU

Weststraße 49, 09112 Chemnitz
Tel. 0371 66629604

Öffnungszeiten:
Montag - Samstag 8 - 20 Uhr

KNACKfrisch BIO Markt

www.bio-kassberg.de

Ihr freundlich familiärer Bio-Einkaufsmarkt

knackfrisch BIOMARKT

www.biomarkt-knackfrisch.de

BIO Vollsortiment

Zschopauer Straße 279
09126 Chemnitz
Tel. 0371 5601822, Fax 0371 5601832

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 9 - 19 Uhr
Samstag 9 - 14 Uhr

Inhaberin: Karola Krug



Reihe: Heilsame Nahrung

Knoblauch

von Ann König

Die einen mögen ihn, die anderen verschmähen ihn: Doch der Knoblauch ist nach wie vor wegen seines unverwechselbaren Geschmacks in der Küche unverzichtbar. Auch seine gesundheitliche Wirkung verdient große Wertschätzung. Er gehört zweifelsfrei zur „Medizin der heutigen Welt“. Zum einen ist er aufgrund seines hohen Gehalts an Allicin (eine schwefelhaltige Verbindung) jetzt im Herbst bei der Krankheitsvorbeugung sowie der Immunsystem- und Herz-Kreislaufstärkung besonders empfehlenswert.

Allicin erhöht den Spiegel zweier wichtiger Antioxidantien im Blut, die wiederum freie Radikale bekämpfen. So werden Schäden an Zellen repariert, ihr Alterungsprozess verlangsamt und es kommt zu der dem Knoblauch nachgesagten verjüngenden Wirkung.

Zum anderen ist er das Mittel der Wahl, wenn es im Krankheitsfall um die Bekämpfung von schädlichen Viren, Bakterien, Pilzen und Parasiten geht. So kann er bei bakterieller Erkältung, Grippe und Halsentzündung bis zur Lungenentzündung, aber auch bei Krebserkrankung, bei denen Viren beteiligt sind, hilfreich zur Seite stehen. Bei der Entgiftung des Dickdarmes von schädlichen Metallen kann er ebenso beitragen.

Seelisch hilft er uns, wenn wir uns ungeschützt bzw. unsicher zu Hause, am Arbeitsplatz oder in einer Partnerschaft fühlen und Schutz und Rückhalt brauchen. Spirituell weist er durch seine lange Reife- bzw. Ruhezeit in der Erde darauf hin, dass wir uns auch immer wieder Ruhephasen ohne krank machenden Einflüssen, Stress und Menschen gönnen sollten, damit wir unsere Reserven auffrischen oder geistig stabil bleiben.

Tipps

- Eine Knoblauchknolle ist eine vordosierte Packung mit Einzeldosen, von denen wir täglich eine zu uns nehmen sollten. Kleinere Zehen sind etwas konzentrierter, weshalb die Größe keine Rolle spielt.
- Die höchste Wirkung erzielt der Knoblauch in roher Form, z. B. in Dips, Dressings, kalten Suppen.

Droht eine Halzentzündung oder eine Erklärkung, können wir mit folgenden Knoblauchgerichten unseren Körper unterstützen:



Rezepttipp 1: Knoblauchcreme

Eine frisch gehackte Knoblauchzehe mit Avocado, Banane und gegarten Kartoffeln vermischen und drei Mal am Tag einnehmen.

Rezepttipp 2: Knoblauch-Tahin-Dressing

Für einen Salat oder als Dip 1/4 Tasse Tahin (Sesammas), 1 EL Olivenöl, 2 Knoblauchzehen, 2 Datteln, 1/2 Tasse Wasser zu einer glatten Soße vermischen.

Rezepttipp 3: Knoblauch-Kurkuma-Ingwer Shot

Einzelnen 4 cm frische Kurkumwurzel, 4 cm frischer Ingwer und 4 Knoblauchzehen entsaften und getrennt aufbewahren. Davon 1 TL Kurkuma-Saft, 1 TL Ingwer-Saft, 1/4 TL Knoblauch-Saft und eine 1/4 Tasse Orangensaft in einem extra Glas zusammenfügen, umrühren und sofort trinken.

Vgl. Anthony William: „Medical Food – Warum Obst und Gemüse als Heilmittel potenter sind als jedes Medikament“, München 2017, S. 242 ff

Ein weltliches Ritual mit einer magischen Kraft:

Fasten an der Ostsee!

von Britta Tackmann



In unserer heutigen Gesellschaft des Übergewichts sowie zunehmender Zivilisationsbeschwerden, erlebt das Fasten eine Renaissance. Immer mehr Menschen entschließen sich, mindestens einmal im Jahr für einige Zeit auf feste Nahrung zu verzichten und dabei nicht nur den Körper, sondern auch Geist und Seele zu entlasten und von Grund auf zu reinigen. Wenn wir dieses wiederkehrende, jährliche Ereignis leben, laufen wir auf Autopilot. Das hilft uns dabei, unsere Gedanken auf Dinge zu richten, die wirklich wichtig sind.

Unabhängig von der Motivation führt Fasten zu körperlichem und seelischem Wohlbefinden und zu größerer, vor allem geistiger, Leistungsfähigkeit. Die jährlich wiederkehrende Fastenzeit ist eine Phase des Innehaltens und bietet daher die Gelegenheit, die persönliche Lebens- und Ernährungsweise neu zu betrachten und möglicherweise grundlegende Veränderungen anzustreben. Der Fastende erfährt am eigenen Leib, wie wohltuend sich Konsumverzicht auf seinen Lebensalltag und seine geistige Haltung auswirkt. Der intellektuellen Wachheit des Menschen steht eine gewaltige Portion an Energie zur Verfügung, die sonst für Verdauungsarbeit aufgewendet werden müsste.

In kleinen Gruppen werden Fastende von mir individuell motiviert. Tägliche Strand- und Waldspaziergänge, Frühsport mit Tanz, Selbstmassage sowie Handlungsempfehlungen für ein „Gutes Leben“ runden die Wohlfühlzeit ab. Ein Schwimmbad und Wellnessbereich steht in meinem Partnerhotel zur Verfügung. Für die Qualität eines „Guten Lebens“ sind vorhersehbare Abläufe wichtig. Fasten an der Ostsee sollte daher fest in unserem Leben integriert sein und diese Auszeit jedes Jahr mindestens einmal im Kalender stehen.

Termine unter www.fastenanderostsee.com

Britta Tackmann · Fastenleiterin, Ernährungs- und Lebenscoach, Tanzlehrerin
Netzwerkerin für ein „Gutes Leben“
Tel. 0176 96998543 · fastenanderostsee@email.de



PLZ 08

Zentrum für Yoga und Prana Schwarzenberg **Grit Weihrauch** · HP für Psychoth. · Pranaheilung nach Master Choa Kok Sui, Sri Sai Prana Yoga Kurse, Workshops, Anwendungen, Infovorträge, Seminare · Karlsbader Str. 85 (Herrenhof), 08340 Schwarzenberg OT Erla · 01733822353 www.pranaheilung-erzgebirge.de

Vitalzentrum Schwarzenberg · **Jana & Andreas Müller** · Osteopathie, HP für Physiotherapie, Personaltraining, Analyse, indiv. Ernährungs- & Trainingspläne, Trainingskurse, basische Körperpflege · Anton-Günther-Str. 1, 08340 Schwarzenberg · Tel. 03774 25907 www.vitalzentrum-schwarzenberg.de

AMRYTA – Zentrum für ganzheitliche Entwicklung · **Jana Münzner** · Verbundener Atem, Reinkarnationsanalyse, Kundalini-Yoga, astrologische und psychologische Beratung, Frauengruppen · Karlsbader Straße 2A, Schwarzenberg, Tel. 0162 7486264 · www.amryta.de

Ludmilla Hähnert · SecurityPoint24 · Vermögenssicherung, Edelmetalle und Kryptowährungen · Industriestraße 4, Schwarzenberg, E-Mail: haehert@securitypoint24.com · Tel. 03774 5094398, 016097075437

Sarah Schmidt · Nelfchen – Leben im Einklang mit der Natur · Pflanzen-, Baum- und Pilzheilkunde, Workshops mit den Geschenken aus der Natur · Doula, Beratung für ganzheitliche Beziehung zum Kind, Waldbad Seminare · Pappelweg 3, 08340 Schwarzenberg · Tel. 0174 2127554 www.t.me/Nelfchen

Jana Schramm · HP für Psychotherapie TAKT®-Therapeutin – Transgenerationale Körperorientierte Traumatherapie (TAKT), Trauma-päd. Beratung, Psychologie, Beratung, Gesundheitsvorsorge & -erhaltung durch Tiefenentspannung · Klempnerweg 7, 08340 Schwarzenberg · T. 01738504415 · www.heilpraktikerin-jana-schramm.de

Teresa Nitsch – Wurzelkraut- und Feengras Räucherwerk aus Kräutern und Harzen. Hergestellt nach altem Wissen. Räucherworkshops / -reisen und Schwitzhüttenrituale. Räucherlädchen unter www.wurzelkraut-und-feengras.com Räucherscheune und Schwitzhüttenrituale in 08349 Johanngeorgenstadt · Tel. 0170 4634341

Maler Lutz Fischer · Dekorative Wand- und Farbgestaltung mit Feng Shui, Farben & Putze, Geomantie · Am Milchbach 30, 08359 Breitenbrunn OT Erlabrunn · Tel. 0174 2030838 · E-Mail: lutz-fischer1@web.de

Netzwerkleitung / Redaktion MITEINANDERSEIN **Ann König & Uwe Reiher** · Breitenbrunn info@miteinandersein.net · Tel. 0176 56892679 od. 037756 879730 · www.miteinandersein.net

Ann König · Leitung Netzwerk MiteinanderSein Vermietung Gästezimmer · Mantra-Singkreise · Frauenkreise · Frauenbegleitung · Shaping Wings 08359 Breitenbrunn · Tel. 0176 56892679 · t.me/annkoenig · mail@annkoenig.de

Zentrum Selbstbestimmt · Begegnungs-, Beratungs- und Seminarzentrum · Glauchauer Straße 8A, 08393 Dennheritz · Bianca Hofmann Tel. 0176 83307929 · www.zentrum-selbstbestimmt.de

Zellharmonie Vital- & Gesundheitsstudio · **Manuela Wende** · Energiearbeit – auch mobil – mit Massagen, Hot Stones, AromErgy®, Klang, Entspannung, Saunarium, Brotbackcourse, Energy Dance® Kurse im Chemnitz und Zwickauer Land · An den Scheunen 4, 08396 Waldenburg Tel. 037608 27742 · www.zellharmonie.de

Ruth Röller · Klangschalen & Anwendungen Klangmassagen, Klangerlebnisse auch für Kinder, Begleitung von Menschen im Wachkoma & mit Behinderungen, Beratung & Verkauf von Klangschalen, Ausbildung Klangmassage · Waldenburg · www.klangschalen-energie.de

Ganzheitliche Kontaktvermittlung · Vermittlung von Partnern, Business und Freizeit · Ringana Network Marketing · **Madlen Ostertag** · Kirchberg 13, 08428 Langenbernsdorf · Tel. 0174 1902705 · www.madlen-ostertag.de

Gesundheitspraxis **Sonja Röpke** · Fastenleiterin, Gesundheitspraktikerin, Lebensberaterin, Fachberaterin: Hobby, Basteln, Werken, Wildkräuterwandern · 08428 Langenbernsdorf OT Trünzig Tel. 0366 08654229 · www.gesundheitsreisen-sonni.com

Restaurant Vitaler Hirsch des **Landhotels Sperlingsberg** · Inh. Mandy Hirsch · REGIO*-VEGI*WILD-Küche, hauseig. Zucht, Naturkostbuffets & Zubereitungskurse, Naturschlafsysteme von MatratzenHirsch.de · Sperlingsberg 2, 08451 Crimmitschau/Gablenz · Tel. 03762 945670 · www.sperlingsberg.de

Biohof Franke · Leipziger Str. 215, 08451 Crimmitschau · Tel. 03762 705192 · biohoffranke@t-online.de · www.biohoffranke.de

Your Way of Life: bewusst – selbstbestimmt – kreativ · Ganzheitliches Business-Mentoring und Persönlichkeitsentwicklung · Human Design, Gene Keys, ätherische Öle, Frequenzen, Körper- und Energiearbeit, Kakaozeremonie, Frauenkreis und mehr · **Bianca Rantzsch** · Neukirchen / Pleiße und Leipzig · www.Bianquita.de

Antje Zimmer · Das wärmende Herz – der Laden für Körper, Geist u. Seele, Gesundheits- u. Körperpflegeprodukte, Salz, Wasser, Steine, Räucherwerk, Meditationsartikel, Bücher · Zeit u. Raum für pers. Gespräche · Windmühlenstr. 6, 08523 Plauen · Tel. 0151 24012220 · www.das-waermende-herz.de

Daniela Simart · ganzheitliche Kurse & Energie Heilsitzungen · Kinderyoga, Botschafterin inkl. Weiterbildung für Kinderyoga, Meditationskurse, Frauenkreis, Free Dance, Lebensaktivierung, Workshops: Heilige Geometrie & Astral Reisen 08523 Plauen · Tel. 0176 68051576 · daniela.simart@gmail.com

Wellness-Mobil & Wellnessraum in Oelsnitz **Mario Geißelsöder** · Ganztl. Wellness · Coaching, Reiki / Energiearbeit, Honig-, Kokos-, Hot Stones-Massagen auch mit Jadestein, Tantrische Energie- & Körperarbeit, Nahrungsergänzung, Wasseraufbereitung, LR Produkte · 037421 39403 · www.h-a-r-m-o-n-i-e.de

Fotografie & Mandala-Design · **Carina Leithold** · Naturnahe Fotoshootings mit Zeit zum Ankommen, Tierfotografie, Mandala-Kreationen, Bildlizenzen, Lichtblicke-Naturkalender · Jüdenlohweg 13, 08645 Bad Elster · Tel. 0177 3248442 www.mandala-zauber.de · www.gluecksbegleiterin.de

PLZ 09

Neue Netzwerkpartnerin

Constanze Uhlig · Theaterprojekte – Klangwerksatt – Atem-, Körper-, Sprach- und Stimmtraining · Seminarreihe „Seele in Bewegung“ im Kraftort Frauenstein, Workshops: Tanz deine Seele, Djembe spielen, Singkreis und Klangwerkstatt · Bergstr. 23a, 09623 Frauenstein · 0176 21570539 · www.constanzeuhlig.de

EM-Heidi · **Heidemarie Wagner** · Zertifizierte EM-Beraterin, Effektive Mikroorganismen nach Prof. Higa für Mensch, Tier, Haus, Garten und Landwirtschaft · Robert-Siewert-Str. 20, 09122 Chemnitz · Tel. 0371 225575 · E-Mail: wagner-heidemarie@t-online.de

Kathrin Oelsner · Beziehungsreich · Praxis für psychologische Beratung, Hypnose, Paar-, Beziehungs- und Sexualberatung, Holistic Bodywork, Frauenkraftzeit, Frauenkreis · Henriettenstraße 51, 09112 Chemnitz · Tel. 0174 1306780 · www.beziehungs-reich.de

Lichtherzen – Praxis · Schule · Verlag · **Katharina Radestock** · Lebensberatung und Begleitung, Ausbildungen, Seminare, Gruppenaufstellungen, Jahreskreisfeste und offene Abende in 09112 Chemnitz, Erich-Mühsam-Str. 23 · Tel. 0371 64638317 · Aktuelles unter www.lichtherzen.com

KRAFTREISEN · Meditations- & Seminarzentrum · Seminare, Kurse, Events, Reisen · **Tara Gräfe** · Meditationstrainerin · Hauptstraße 54, 09619 Voigtsdorf · Tel. 0371 67604015 od. 0157 84410438 · info@kraftreisen.org · www.kraftreisen.org

Rosemarie Dagné · Leiborient. Tanz- & Bewegungstherapeutin · Tanzen schenkt Erleben – ermöglicht Ausdruck – schafft Begegnung – entwickelt spiel. Identität = I-DANCE-IT(Y)®, Geburtshaus „Erlebnis Geburt“, Weststraße 18, 2.OG, 09112 Chemnitz · 037206 89900 · Einzelarbeit auf Anfr. www.i-dance-ity.jimdosite.com

Institut Sven Krieger · Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie · Fortbildungen Schönherrstraße 8, Gebäude 8, Eingang D, 09113 Chemnitz · Tel. 0371 23479699 · www.institut-sven-krieger.de

Mireen Fellmer · SALANA Energiearbeit · Energetische Heilbehandlungen, Rückführungen, Frauenkreise, Jahreskreisfeste, Rituale, Meditationen, Motherdrum Healing · In der Jurte am Einsiedler Wald, 09123 Chemnitz-Einsiedel · Tel. 0177 3889373 · www.salana-energiearbeit.de



Praxis für Körperpsychotherapie · Malina Opitz & Dirk Kreuzer · Das innere Kind nach Hause holen, gesunde Angst- & Wutregulation, Seelenanteile zurückholen, Selbstheilungskräfte aktivieren, Embodiment, biodyn. Traumatherapie 0371 23457548 · Altdorfer Str. 28, 09113 Chemnitz, 1. OG · www.praxis-chemnitz.de

Schönheitsweg GbR – Schamanische Zeremonien · Malina Opitz & Dirk Kreuzer · Schwitzhütte, Feyer-Medizinrad, schamanischer Frauenkreis, Maja-Führer, Männerkreis, Mama Cacao, schamanische Jahresgruppe, Erdenhüterkreis, Motherdrum, Visionssuche, Lesungen im Bewusstseinsfeld · www.schoenheitsweg.de

Natur Point Unger GmbH · Natürlich Bauen & Dämmen · Norman Unger · Ökologische Naturfarben, Kalk & Lehm, natürliche Dämmstoffe, Massivholzdiele, Parkett, Kork, Linoleum, Ökoplus-Fachhandel Beratung, Verkauf & Ausführung · Schönherrstraße 8, 09113 Chemnitz, Tel. 0371 28300210 · www.naturpointunger.de

Marian Kretschmer · Freischaffender Künstler und Kunstpädagogin · marian-kretschmer.de instagram.com/marian_kretschmer · therise ofthesleepwalkers.wordpress.com

Die Grüne Villa · Schamanische Lebensbegleitung · **Elke Heinze-Grüner** · Lebensberatung, Rituale, Seminare und Ausbildung in Reiki, Schamanismus u. a. · Waldrand 21, 09114 Chemnitz 0371 37449051 · gruener@gruenevilla.de

viridi – Vielfalt bewusst genießen · **Katja Schönherr** · Lass Dich kulinarisch verwöhnen (Catering, Kochkurse...) und genieße auch Deine Entspannungszeit bei mir (Aromatouch mit natürl. äth. Ölen) · Termine & Infos siehe www.viridi-chemnitz.de · Jacquardstr. 47A, 09131 Chemnitz · Tel. 015146112688

CarinaKarla Energetics · **Carina Karla Lorenz** · Lebensberatung mit energetischer Begleitung, Verdeckte Aufstellungen · feinstoffliche Arbeit Heilsame Berührungen · vor Ort in 09120 Chemnitz oder als Fernberatung · Tel. 0177 6704531 CarinaKarla@posteo.de · t.me/CarinaKarlaEnergetics

Bauschwerständigenbüro Dipl.-Ing. **Michael Aurich** · Baubiologie IBN, Baubiologischer Messtechnik IBN · Stollberger Straße 123c, 09119 Chemnitz · Tel. 0371 2801539, Fax 0371 2820593 www.baubiologik-aurich.de

quipvital · **Andrea Wurm** · Allergien entkoppeln, mehr mentale Stärke, vitalere Lebensmittel, fühl Dich jeden Tag vitaler mit einer Hightech Biophotonen-Innovation, RainbowReiki, Schumann3D-Platte · Tel. 0371 641329 · 01777 641329 · wurm@quip-design.de

Naturheilverein Chemnitz eV · monatliche Vorträge zu interessanten Themen rund um die Naturheilkunde · VA-Ort: JH City Hostel Chemnitz „eins“, Getreidemarkt 1, 09111 Chemnitz Saldenbachstr. 4, 09125 Chemnitz · Tel. 0175 7110638, Montag – Freitag 10 bis 18 Uhr · www.nhv-chemnitz.de

Konzepthaus Jahnstr. 23 · GanzSchönNatürlich Angebote für innere und äußere Schönheit und Gesundheit; Seminar- & Eventbereich · Jahnstr. 23, 09126 Chemnitz · Tel. 0371 4948509 · www.jahnstrasse23.de

DIE Tanzoase Chemnitz & Lebensschule „Bella Vita“ · **Bella Steudel** · Orientalischer Tanz & Hawaiianscher Hula, ZENbo® Balance, Tanz Dich FREI, FrauenRaum · Kurse, Seminare, Fortbildungen · Astro- & system. Coaching für Singles & Paare · Palmstr. 17, 09130 Chemnitz · 0172 7918328 · www.bella-kalima.de

YOGA ROOM Chemnitz · Anna Grahl & Jagad Sven Hunger & Rainer Schulz · Yoga, Einzelcoaching, Klangkonzerte & Klangreisen & Soundhealings, Mantra-Sing-Kreis, Klangmassage- & Thai Yoga · Massage-Behandlung, Kuschel Abend, Meditationen · Ritterstraße 7, 09111 Chemnitz · Tel. 0152 09449311 · www.yoga-room-om.de

Essania® **Werner Ahrens** · Lehrer – Coach – Instruktor in Seiki & Seitai Methode · Kinesiologie (Biograph u. spirit.Test.), Geomantie spez., Klang-Art (Klangmassagen, Public Performances), Schalen u. LL-Tools · Jakobstr. 51, 09130 Chemnitz · Tel. 0371 4046240 · E-Mail: essania@web.de · www.essania.de

Guidohof – Frisches vom Biohof direkt ins Haus, Lieferservice für Bio-Lebensmittel, Hofladen, Veranstaltungen rund um Bio: Hofrundgang, Kräuterspaziergang u.v.m. · Am Ullersberg 31, 09212 Limbach-Oberfrohna OT Uhlendorf · Tel. 037609 – 5433 · www.guidohof.com

REIKI-OASE – Praxis für ganzheitliches Geistiges Heilen · **Bettina Bauch** · geistige Aufrichtung & Begrädigung, ATLAS-Korr., Chakra Clearing, Meditation, Fernheilen, Fern-Einweihungen u. v. m. Waldenburgerstr. 117, Limbach-Oberfrohna Tel. 03722 92836 · bettinabauch@web.de www.das-reiki-portal.de

Energetische Praxis für Mensch und Tier · Tierheilpraktikerin **Ingrid Krüger** · Ganzheitliche Energiearbeit mit Tieren, Tierkommunikation, Ernährungsberatung für Tiere, Mykotherapie für Tiere, Workshops · Siedlerweg 1, 09212 Limbach-Oberfrohna · T. 037381 66669899 · www.mensch-und-tier-wolkenburg.de

Heike Seewald-Blunert · Kontrast Reich Raum für Lernen und Entspannen, integrative Lerntherapie, Kompetenztraining für Erzieher, Yogatherapie im Tuch · Hauptstr. 11, 09235 Burkhardtshaus · Tel. 0177 8587507 · www.kontrast-reich-training.de

Luisenhof – Lebensort mit heilsamen Impulsen für Menschen, Tiere, Pflanzen und Erde · HofCafé, Solidarische Landwirtschaft (CSA) · Waldenburger Straße 33, 09337 Langenchursdorf · Tel. 037608 36565 · www.luisenhof-gemeinschaft.de

Salzgrotte SALAERO · Inh. Kristin Schnupp Sole-Inhalation & Entspannung im Meeresklima für Kinder & Erwachsene · Veranstaltungen: Hypnose, Klangschalenerlebnis, Yoga, Shiatsu-Massage, Osteopathie · Salzlampen, Energiebilder Neumarkt 1, 09337 Hohenstein-Ernstthal · Tel. 03723 6793322 · www.salairo.de

Qi-Aktiv · **Ines Fischer** · Qigong – Natur – Bewegung · Hui Chun Gong, Guo Lin Qigong, KAH, Wandern & Qigong Lungwitz Straße 82, 09356 St. Egidien, Tel. 0174 9035409 · ines.hcg@gmail.com · www.qiaktiv.de

Hanfladen Stollberg · Bio-Lebensmittel, Naturkosmetik und ökologische Kleidung aus der alten Nutzpflanze Hanf · Schillerstraße 6, 09366 Stollberg · Tel. 037296 448850 · www.hanflade.de

Ronny & Katja Kircheis · Neukirchner Villa: Veranstaltungen, Vermietung, Konzerte · Architekturbüro: Stadtplanung, Global Scaling, Vedische Baukunst · Robtaler Weg 5, 09380 Thalheim Tel. 03721 265353 · www.ronny-r-kircheis.de www.neukirchner-villa.de



Gartentipp: Was tun bei Extremen Hitze und Trockenheit

von Uwe Böhm

Was für ein Jahr! Alles stöhnt, dass es heiß ist. Es scheint so, als ob sich keiner mehr an seine Jugend mit warmen und heißen Sommern und kaum anderen Temperaturen als dieses Jahr erinnert. Jedoch das allein ist es aber nicht. Was sich geändert hat, ist die zunehmende Trockenheit. Klimawandel? Oder doch hausgemacht? Sicher gibt es einen gewissen Wandel im Klima, aber wesentlich ist nach wie vor die Aktivität der Sonne. CO₂, was so angeprangert wird, ist eher ein Motor für die Natur und nur zum Bruchteil der Schadfaktor.



Aber das hilft uns hier nicht weiter. Ich habe selbst nebenan ein Feuchtbiotop, was nun schon über drei Jahre fast trocken liegt. Es kommt zu wenig Regen. Dieses Frühjahr war es wieder einmal voll und sehr zu unserer Freude brüteten die Enten wieder. Nun liegt es erneut trocken. Die Trockenheit ist wesentlich schlimmer als die Schnecken oder anderen Schädlinge, die sonst eine Rolle spielen.

Schaut, dass Ihr einmal mehr etwas für die Oberfläche Eurer Beete tut. Die Verdunstung sollte durch Mulchen reduziert werden, damit die Wasserhaltefähigkeit gerade auch in Hinblick auf den Herbst erhöht wird. Rasen bitte nicht zu kurz mähen. Gerade unter den Obstbäumen/ Beerensträuchern jetzt im Spätsommer etwas halbfertigen Kompost und vorgetrockneten Rasenschnitt ausbringen. Ein Angießen dieser Flächen mit einer Humisol-Lösung oder auch anderen organischen Lösungen aktiviert die Kleinlebewesen im Oberboden und verhindert ein Verbrennen der Wurzeln. Außerdem kann dann langsam wieder auftretender Tau länger als Feuchtigkeitsquelle genutzt werden. Da die meisten Böden bei uns mittlerweile auch an Schwefelmangel leiden, empfehle ich, im Spätsommer und Herbstanfang Elementarschwefel auszubringen. Für den Aufbau von Eiweißverbindungen ist er bitter notwendig und auch die lieben Freunde im Boden benötigen für ihren Körperaufbau dieses Element. Bitte arbeitet nicht zu stark mit milchsäuren Verbindungen. Diese lieben Mikroben, bauen Euch zwar alles ab, was Euch stört; aber sie bauen auch bei zu starker Anwendung Kohlenstoff, also Humus, ab.

Humus – Dauerhumus – ist aber das, was wir für eine gute Durchlüftung des Bodens und eine gute Wasserhaltefähigkeit brauchen. In den Beeten hilft nach neuerer Erkenntnis ein Mulch aus Kaffeehütchen & Kakaoschalen noch besser als Mulch aus reinen Kakaoschalen. Die Verdunstung wird reduziert und Bodenaufbau beschleunigt und das bei geringen Schichtdicken. Das könnt Ihr übrigens auch bei den wasser-dürstenden Kübeln und Balkonkästen verwenden. Ihr werdet sehen, die Pflanzen halten etwas länger durch als bei ungeschützten Kübel- oder Beetoberflächen. Wenn Ihr dann noch ab und an die Pflanzen etwas mit einer organischen Lösung (Humisol, Lignohumax etc.) übersprüht, werden sie es Euch mit sattem Grün und vielen Blüten danken.

Viel Spaß beim Ausprobieren.

Natur Concepts – Produkte aus der Natur für die Natur

Dipl.-Ing. Uwe Böhm · Großolbersdorf

Tel. 03725 – 4499702 · www.natur-concepts.de

Bringen Lebensraum
Farben zum Lächeln. Lächeln Sie mit!
G. Menze

Maler
Lutz Fischer

Am Milchbach 30
08359 Breitenbrunn OT Erlabrunn

Mobil 0174 - 20 30 838
Tel.-Fax: 03773 - 88 30 19
Email: lutz-fischer1@web.de

- dekorative Wandgestaltung
- Farben und Farbe
- Geometrie
- Farbe und Feng Shui

Reihe: Miteinander eine Vision finden Der Weg in das Lichtzeitalter

von Marcus & Claudia

Teil 3 Ernährung und Landwirtschaft

Heute gibt es auf Grund der Konzernstrukturen keine „Lebensmittel“ mehr, sondern nur noch Füllstoffe für die Menschen. Eine gesunde Ernährung war nicht Ziel der Machthaber. Daher muss auch auf diesem Gebiet ein völliger Neuanfang begonnen werden. Die industrielle Massenproduktion wird verschwinden und es wird in Zukunft im Einklang mit der Natur die Landwirtschaft betrieben. Auch auf alle chemischen Düngemittel kann verzichtet werden. Wiederum ist auch hier die Anwendung von positiven Schwingungen auf das Pflanzenwachstum die Grundlage der neuen Landwirtschaft.

Auch in diesem Bereich bieten sich viele neue Beschäftigungsmöglichkeiten an. Zum Beispiel wird der Einfluss des Mondes auf das Pflanzenwachstum eine ganz neue Rolle spielen. Wir müssen lernen, dass die Pflanzen Lebewesen sind und daher auch mit Respekt behandelt werden müssen. Dann gibt es reichliche Ernten und keiner muss hungern, auch ohne Riesenagrarbetriebe und Tonnen von Düngern sowie Chemikalien. Der Boden muss von Grund auf neu aufgebaut werden (Humuswirtschaft, EM), da viele Böden aktuell ausgelaugt und tot sind.

Über die Tierhaltung muss separat gesprochen werden, denn der Fleischgenuss wird stark zurückgehen. Wir müssen wieder lernen, mit weniger Fleisch auszukommen. Die Ernährung des Menschen mit Unmengen von Fleisch ist naturwidrig, ungesund und sollte daher zukünftig überdacht werden. Alle Arten von Massentierhaltung, Biogasanlagen und ähnliche Großbauten verschwinden und diese Bereiche können der Natur zurückgegeben werden.

25. 11. bis 4. 12. 2022

Gesund wohnen –
gesund bauen –
gesund SEIN

DER Online – Kongress

Kompaktes Wissen kostenfrei
von 45 Experten aus Medizin,
Psychologie, Architektur, Handwerk, Baubiologie und Physik,
damit Du Dich in Deinem Zuhause wohlfühlst und uns die Erde
als Lebensraum erhalten bleibt.

Informieren und Anmelden über:
www.gesund-wohnen-bauen-sein.de

Dipl.-Ing. Anke Plehn, Architektin, Baubiologin, Mediatorin

Maurer-Lehmbau Voigt GmbH

Christian Voigt
Parkstraße 1
09387 Jahnsdorf

Tel. 0162 9348696
info@lehmbau-voigt.de
www.lehmbau-voigt.de

Lehmbau
Kalkputz
Maurerarbeiten



PLZ 09

Christian Voigt · Maurer-Lehmbau Voigt GmbH
Holen Sie sich die Natur zu sich nach Hause, Lehm schafft Ihnen ein angenehmes Raumklima, Kalkputze ist für Allergiker bestens geeignet
09387 Jahnstorf, Parkstraße 1 · E-Mail: info@lehmbau-voigt.de · www.lehmbau-voigt.de

FINDE DEN WEG: **Barbara Bogdajn** · Hypnose-Coaching · Yagercode · Arbeit mit dem Höheren Bewusstsein · Lebensberatung & Wegbegleitung · Transformierender Musikunterricht als Balsam für die Seele · Rödltitzerstr. 40, 09394 Hohndorf · T. 0174 6091693 · www.musikschule-barbara-bogdajn.de

Kathrin Salostowitz · TTENA@VITALSYSTEME
Galvanischer Feinstrom – Bioresonanz für zu Hause · Beratung – Anwendungen – Betreuung · Rosenstraße 14, 09405 Gornau · Tel. 0172 7617976 · k.salostowitz@gmail.com · www.ttena-vitalsysteme.de

KRÄUTER-GUT · **Elisabeth Püschmann**, die Kräuterfrau · Kräuter-Gut – sie tun gut – sie schmecken gut – sie sind gut – sie sind ein Gut; Die Fülle erfahren, altes Wissen der Kräuterkundigen neu entdecken & weitergeben · Hauptstr. 58, 09573 Dittmannsdorf · Tel. 0162 4949195 www.kräuter-gut.de

Katharina Weisbach (Ani Rahtak) · Spirituelle Bücher für Kinder/Erwachsene · Bilder, Collagen-Seelengedichte mit künstlerischer Umrahmung · Accessoires · 09430 Drebach, Hauptstraße 207 A · Tel. 0151 50724780 · E-Mail: kontakt@ordner-leben.de · www.ordner-leben.de

Dipl.-Ing. **Uwe Böhm** · Produkte aus der Natur für die Natur, für gesundes Gärtnern, zur Revitalisierung des Bodens, natürlicher Pflanzenschutz u. Dünger, Beratung zu Problemen im Garten und vieles mehr · Oberer Weg 17, 09432 Großobbersdorf OT Hohndorf · 03725 4499702 · www.natur-concepts.de

Bettina Brückner · Praxis „Leicht – Sein“ · Familien- u. Systemaufstellungen, Einzel- und Paararbeit nach vorheriger Anmeldung · Max-Michel-Straße 15, 09456 Annaberg-Buchholz · Tel. 03733 26401 · E-Mail: bettina.brueckner@gmx.de

Reines Wasser aus der eigenen Quelle: Für Gesundheit & Vitalität, preiswerte Einsteigermodelle, professionelle Beratung, Einbau & Filterwechsel. Nie mehr Wasserkränne schleppen! Ja, ich möchte reines Wasser trinken! Nummer wählen & unverbindl. Beratung sichern! Tel. 0151 51957910 · 09456 ANA · www.waternow.de

LEBENSWERKSTATTTHOF · Annett Illig & Hendrik Frey · Hofkonzerte, Musikmeditation, Yoga, Seminarhaus, Ferienhaus, Handwerk · Wiesenweg 17, 09456 Mildenaue · 0172 9360961 hendrik@lebenswerkstattthof.de · www.lebenswerkstattthof.de

Gabriela Schlenz – Malerei / Grafik / Kunst in der Natur · Schlettauer Straße 4, 09468 Tannenbergr · Tel. 03733 542915 · www.gabriela-schlenz.de · www.atelier-engelsberg-fundgrube.de

Begegnung und Bewegung im Lebenskreis · **Jana Konrad** · Lebensberatung, Reiki, Schamanische Arbeit/Rituale, Entspannungsmethoden wie PMR, Autogenes Training, Access Bars®, Einzelstellen mit Familienbrett oder Steinen · An der Pfarrwiese 95 A, 09468 Geyer · Tel. 0178 9333464 · www.janakonrad.com

Gesundheitsberaterin **Kathrin Zinn** „Wertvoll-Lebendig-Sein“ · Ernährungsberatung „Ess-Beziehung“, Fachberaterin für Säuglings- und Kinderernährung, Fastenbegleiterin, Kurse, Vorträge, Seminare (Ernährung, Heilkräuter, Brot backen) · 09471 Königswalde · Tel. 0175 6691765 · www.kathrinzinn.de

Gasthof & Pension Brettmühle · Traditions-gaststätte mit Herz & Liebe geführt von Iris Sellke tgl. von 11–21 Uhr, Speisen aus Produkten der Region gepaart mit saison. Leckereien; 5 DZ / 2 EZ / FEWO · Brettmühle 5, 09471 Königswalde Tel. 03733 429639 · info@brettmuehle.com www.brettmuehle.com

Bewegungsschule & Therapie – **Bärbel Espig**, Physiotherapeutin, KAIROS-Methode, Systemische Narbentherapie nach Boeger, Spiraldynamik, Betriebliche Gesundheitsförderung,

Sturzprävention, Organisation Feldenkrais WE Schillerstr. 118c, 09474 Crottendorf · Tel. 0171 7482649 · www.physiotherapie-espig.de

Regina Rößler-Wagner · Zentrum für Geistiges Heilen: Geistheilung, Lebensberatung, astrol. Psychologie, Aurachirurgie, Reflexzonenther., Studio für Naturkosmetik: Naturkosmetische Anwendungen u. Produkte, med. Fußpflege · Annaberger Straße 82, 09484 Kurort Oberwiesenthal Tel. 037348 23962 & 22200

Selbsthilfegruppe „einFÜHlsam“ · Gruppe für hochsensible Menschen · Mitglieder sind Betroffene, Interessierte oder Familienmitglieder von Betroffenen mit regelmäßigem Austausch und gemeinsamen Unternehmungen · Scheffelstraße 3, 09496 Marienberg · Tel. 03735 22608 www.shg-einfuehlsam-marienberg.de

Jacqueline Wothe · Wothe-Feelings · Glaube an Deine (spirituellen) Fähigkeiten & lerne sie mit Leichtigkeit in deinen Alltag einzubinden, Gedanken + Gefühlsknoten-Löserin; in Kombination mit ätherischen Ölen & Energiearbeit, Olbernhauer Str. 68, 09496 Rübenau · Tel. 01520 9843270 · www.wothe-feelings.com

Dipl. Ing. **Eberhard Haase** · Hörtrainer · Holographischer Raumklang, Naturschallwandler, Musik nicht nur hören, sondern spüren Lehngasse 4, 09514 Pockau-Lengefeld · Tel. 037367 2722 · www.naturschallwandler.de

ERKEHNtnis by **Manuela Kehn**: Beratung · Coaching · Therapie; Beratung rund um die Personalentwicklung, Erkenntniscoaching, Businesscoaching · Heilpraktikerin für Psychotherapie, NLP, Tiergestützte Therapie, Yoga · Hofgut Hirschberg, Sachsenweg 1, 09526 Olbernhau · Tel. 037360 794394 · www.manuela-kehn.de

Hofmühle Pfaffroda – Zentrum der Begegnung und des Miteinanders · Regionalladen · Seminare, Vorträge, Konzerte, Tanz uvm. Übernachtungen in Jurte, Zirkuswagen, Ferienwohnung, Seminarräume und Jurte für Mitmacher / Anbieter, Am Schafhübel 1, 09526 Olbernhau · Tel. 037360 484228 · www.hofmuehle-pfaffroda.de

Eppendorfer Gesundheitspraxis · Energetische Therapeutin **Gabriele Giersch** · Informationsfeldmedizin TimeWaver Med, Energetische Anwendungen, Wohn- / Geschäftsraumharmonisierung · Talstraße 5, 09575 Eppendorf · Tel. 0157 82462946 · www.eppendorfer-gesundheit-spraxis.de

Energie fürs Leben · **Andrea Kyak** · Yoga, Lebensenergieberatung · Eubaer Straße 23g, 09577 Niederwiesau · Tel. 0172 8779885 · www.anschotten.de

Michael Zinnen · Instrumentenbau, -verkauf, Seminare & Baukurse: Monochorde, Tamburen, Klangliegen, Planetenharfen (Neu); Vertrieb: Didgeridoos, Kristallklangschalen · August-Bebel-Str. 37, 09579 Borstendorf, Tel. 037294 87500 · www.elmi-klangkunst.de

Juliane Rosenberg · Dreiklang · Klangmassagen und Klangreisen für Kinder & Erwachsene, Montag – Donnerstag: Am Sportplatz 2, 09600 Oberschöna · Freitag: Untermarkt 6, 09599 Freiberg · Tel. 0162 5227396 · Juliane.Klangmassage@gmail.com · Facebook: Dreiklang.Juliane.Klangmassage

Meine GlücksKüche – **Kati Walther** · Fasten nach Dr. Buchinger, Basenfasten, Bewegung, Entspannung, Gemeins. Kochen in Gruppen / Individ., Gesundheit fördern & Spaß am Kochen bei Bluthochdruck, Diabetes, Übergewicht, Rheuma etc. · Kapellengasse 2, 09648 Mittweida · Tel. 0176 80551092 · www.meine-glueckskueche.de

ZauberWege e.V. · Kai & Kerstin Müller, Zauberwege finden und gehen, Trommelbau bis 120cm, Schwitzhütten, Meisterschule, Frauenseminare, Visionssuche, Erlebnisstag, KeimBrot-Backkurse · Untere Dorfstraße 14, 09648 Mittweida · Tel. / WhatsApp 0163 2582558, www.zauberwege.de

Mi alma – **Mandy Flechsig** · Energiearbeit & Aufstellungen der Neuen Zeit, spirituelle Begleitung, Traumaheilung, Körperarbeit & Frauenkreise in 09661 Rossau, Hauptstraße 185 & im Vitaom Chemnitz · Tel. 0152 22428381 · meinweg@mialma-mandyflechsig.de, www.mialma-mandyflechsig.de

Projektstart Mitbewohner in Greiz gesucht

von Ulrike Rußner

Die Zeiten ändern sich. Mit diesem Wandel hat Mensch umzugehen. Im kommenden Jahr wird bei mir ein neues Projekt starten, das ich momentan vorbereite: Dafür suche ich zur Vorbereitung und Umsetzung dieses Wohnprojektes Menschen der Altersgruppe 45+ bis 70, die bereits die Grundlagen der neuen Zeit umsetzen wollen. Es geht um Eigenverantwortung, um Gemeinsamkeit und Gemeinschaft. Es geht auch um Rückzug und Neu- bzw. Selbstfindung.

Zur Verfügung steht ein Haus mit ca. 180 m² Wohnfläche, die noch gestaltet werden kann; einem Nebenglass mit Möglichkeiten zur Kleintierhaltung, einer Werkstatt sowie 3.000 qm Garten. Somit ist zumindest eine Teilselbstversorgung möglich. Lage am Waldrand einer Kleinstadt in absolut ländlichem Raum.

Ach, was soll ich so viel schreiben. **Wer Lust auf Neues hat, melde sich bei mir per telefonisch unter 03661 673524.** Wir vereinbaren dann ein Kennenlernen und vielleicht schon eine Spinnstunde für die Zukunft.

Kleinanzeigen



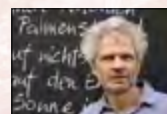
Bhagavati P. Hafen · Räucherfrau & Buchautorin im Schirner Verlag (3 Bücher), reist durch Deutschland für die „energetische Hausreinigung“ der besonderen Art und bringt Klärung, Heilung u. Neuanfang für Mensch & Raum. Kurse dazu werden in Hamburg angeboten oder können andernorts organisiert werden. Weitere Infos unter: www.reiki-lichtheilung.de oder Tel. 0179 6603894



Ganzzeitliche Kontaktvermittlung für Partner, Business und Freizeit, monatl. Kennenlernetreffen, Frischekosmetik und Vitalstoffe, Healy-Frequenzen für Dein bioenergetisches Feld, galv. Feinstrom zur Faltenreduzierung · Madlen Ostertag, 08428 Langenbernsdorf · Tel. 0174 1902705 · www.madlen-ostertag.de



dein-platz-fuer-auszeit.de · Ich begleite, helfe Menschen auf ihrem Weg zu Gesundheit, Lebenssinn, Beziehungsglück **Jörg Hampel** · Rosengässchen 12, 01665 Diera-Zehren · Tel. 0172 3513183 · E-Mail joergaha1@gmx.de · psychobionik.joerg-hampel.de



Konzerte sind möglich. „Lass Dich ganz im Leben sein“ – eigene Lieder zu Weisheiten als ‚Fenster‘ zum Aussprechlichen. Kontakt unter www.kaischmerschneider.de

Praxisnachfolge für Homöopathiepraxis in Schwarzenberg gesucht, 48 m², 350 Euro warm. Die Räume können auch für andere Therapierichtungen genutzt werden. Bei Interesse und für Fragen: auerswald-praxis@t-online.de oder Tel. 0160 7753598 · Sabine Auerswald, Heilpraktikerin

Frau, 51 Jahre, Chemnitz, sehnt sich nach lieben Gleichgesinnten. Ich bin ökologisch eingestellt, kreativ, Natur- und Tierlieb, Vegetarierin und Anhängerin von Anastasia & Wladimir Megre. Ich möchte Gedankenaustausch im realen Leben. Kein Internet & Telegram. Bitte per Post: Melana Schubert, Rudolphstr. 28, 09126 Chemnitz



Nachfolger gesucht: Gebe aus Altersgründen meinen etablierten, etwas anderen Imbiss „Spezialitäten aus Wald, Wiese und Natur“ auf. Dazu gehört ein Wagen mit zwei Jahren TÜV und sämtlichem Know How, Geräten, inklusive Rezepten und Marktadressen. Wenn nicht gerade Lockdown ist, kann man gut davon leben. Alles andere ist erlernbar und auch nebenberuflich möglich. Zeitpunkt der Übergabe: Juni 2023. Bitte rechtzeitig melden, da sich für gute Märkte in 2023 schon am Jahresanfang beworben wird. Preis für alles 3.200 Euro Tel. 0176 58853994

Tiernaturheilkunde & Tierkommunikation Du & Dein Tier in guten Händen

von Teresa Nitsch



- Tierkommunikatorin nach den Prinzipien von Penelope Smith
- Homöopathie und Schüblersalzetherapie für Tiere
- Ernährungsberatung für Hunde und Katzen
- Kräuterheilkunde / Phytotherapie für Hunde und Katzen
- MKW-Lasertherapie und Laserleih für Hunde und Katzen



Teresa Nitsch · Aschaffenburg & Erzgebirge
Tel. 0170 4634341 · info@teresa-nitsch.de
www.teresa-nitsch.de

UWE REIHER
MEDIENDESIGN



Grafiken und Bilder
Print- und Webdesign
Video- und Audioproduktion

Vereinbare jetzt ein kostenfreies Erstgespräch:
www.uwereiher.de ∞ Telefon 03722 7981684



PLZ 1

Astrid Dehnel, zert. Coach (DCV) · Miteinander, füreinander, erfolgreich – leben mit Vision, Herz und Verstand, Life- u. Business Coaching, Teamentwicklung, Coachinggruppen & Seminare, Jahrestrainings, Berlin & Dresden · 0170 7777627 · Facebook: Coachingzentrum Astrid Dehnel · www.vision-herz-verstand.de

Madana Märchentherapie – verbunden mit den Erdmüttern · **Madana Kati Pfau** · Märchentherapeutin & Märchenerzählerin · Seminare, Auftritte, Coaching, Märchentherapieausbildung Am Kiefernwaldchen 4, 15806 Zossen, Tel. 0171 9508920 · Youtube: Weisheit der MÄRCHEN, www.katipfau.de

PLZ 17

Neue Netzwerkpartnerin

Andrea Pallas · Ganzheitliche Gesundheits-Begleiterin · Freudetrainerin – Da wo die Freude ist, da ist Dein Weg! Gerberhof 1, 18465 Tribsees · Tel. 0152 21387477 andrea-pallas@web.de · www.andrea-pallas.de

Gesundhaus Klatschmohn in Rieth · **Silke Wendt** · Oecotrophologin, Ernährungsberatung und Kochkurse, Seminare, Vitalwochen, Fasten nach Dr. Otto Buchinger, Basenfasten, Unterkünfte · Ahlbecker Weg 6, 17375 Rieth Tel. 039775 20737 · info@klatschmohnhaus.de www.gesundurlaub-klatschmohn.de

Christel Schultz · Yoga- & Pilates-Lehrerin, Entspannungspädagogin, Phytotherapeutin · Kurse, Einzelstunden, Workshops, Wildkräuterwanderungen, Kochen mit Wildkräutern · Gartenstraße 4, 17379 Ferdinandshof · Tel. 0152 01512017 · www.yopika.de

Britta Tackmann · Fastenleiterin, Tanzlehrerin, Tanztherapeutin, Coach f. Ernährung / „Gutes Leben“ · Ostsee-Fastenkuren auf Usedom/Zinnowitz i. V. m. Gymnastik, Yoga, Wandern, Tanz, Singen, Selbstmassage & Vorträge „Gutes Leben“, Tel. 0176 96998543 · fastenanderostsee@email.de www.fastenanderostsee.com

PLZ 18

EinsSein – Praxis für geistiges Heilen · **Antje Hoppe** · Geistiges Heilen · Klangschalen Geomantie · Ätherische Öle · Walkenhagen 9a, 18209 Bad Doberan · Tel. 01520 1677884 · antjehoppe@einssein-praxis.de

Der Elfenhof – Das erste vegane Hotel in Meck-Pomm · Bio-Hotel, Vegane Elfengaststube, Seminarcenter, Grüne Seele e.V., Lemuria Akademie der Lebensfreude, Naturenerg. Praxis, Elemente u. Wildkräutergarten Dörthe Andres · Lange Str. 27, 18249 Viezen · Tel. 038464 227293 · www.der-elfenhof.de

Naturfriseur moll · **Martina Moll** · Ganzheitliche Haut- und Haarpraktikerin · Dorfstr. 15, 18246 Moltenow · Tel. 038464 227265 · naturfriseur-moll@gmx.de · www.naturfriseur-moll-moltenow.de

Ginkgo Mare · Bio-Hotel & GesundSein-Zentrum · Buchenstr.41a, 18375 Ostseebad Prerow, Tel. 038233 7013 · E-Mail mail@ginkgomare.de www.ginkgomare.de

PLZ 23

SoulBodyWorkout – Einzel und Gruppenarbeit **Katharina Muuß-Adamek** · Medium, Spirituelle Lehrerin, Yoga · Preußenweg 19, 23626 Ratekau · www.soulbodyworkout.de

Hof Hoher Schönberg GbR · Jörg Altmann & Moritz Ahlhorn · erlebbarer Biobauernhof mit Rosenbaumschule, Ölmühle und Hofladen · Kalkhorster Str. 37, 23948 Hohen Schönberg · Tel. 038827 888234 · www.hofhoeherschoenberg.de

EhrlichZeit · Auszeit für Paare in der Natur mit Camper & Co · auf der Insel Rügen · Für Paare, die miteinander wachsen wollen · mit **Elisabeth Pensein & Christoph Konradi** · Infos & Anmeldung: kontakt@ehrllichzeit.de · Tel. 038424 228826 · www.ehrllichzeit.de

PLZ 3

Christian Marre · Trinkwasser, Qualität, Filtration und Aufbereitung · Fachvorträge, Beratungen, Nachmessungen, Produktempfehlungen · Osterburger Straße 65, 39576 Stendal · Tel. 03931 4921292 // 0152 53438597 · Fax 03931 4921293 cm@marre-wasser.de · www.marre-wasser.de

PLZ 7

Neue Netzwerkpartnerin

Tatjana Esslinger · Beautiful Du · Sei Du selbst, Ganzheitliche Beratung/Coaching-Seelen Beauty, Seelenkosmetik/Naturkosmetik, Onlinegalerie, Blog · Nuitsstr. 1, 76185 Karlsruhe · www.beautiful-du.de Tel. 0721 15644370

PLZ 9

Daowege e.V. · Verein zur Pflege ganzheitlicher Lebenskünste · Ausbildungen zum Heil- & Wildpflanzenpädagogen, Frauenkräuter Weiterbildungen, Qigong sowie Frauen Qigong Ausbildungen, Räucherseminare, Yin und Restorative Yoga Trainings, Taijiquan Seminare und mehr, Tel. 0821 20966874 · www.daowege.de

Life-Work Coach · **Roland und Christina Gutzmann** · Brainsoul-Business Krisenlöser, damit die Leitung einer Firma nicht zur Zerreißprobe wird. Nürnberg, Chemnitz · Tel. 0911 40991690, Notfall-Tel. 0173 3293873 · www.brainsoul-business.de · www.soraia-enoah.de

Folge uns auf Telegram

@miteinandersein
t.me/miteinandersein



Für mehr aktuelle Informationen, Angebote & Inspirationen sowie Austausch im Miteinander



30 Jahre Guidohof – wir feiern Hoffest am 10.9.2022 ab 14 Uhr

von Silke Lucht



Unser Guidohof hat sich seit 30 Jahren dem ökologischen Landbau als Demeterbetrieb verschrieben. Die Eigenvermarktung unserer Produkte erfolgt über den Hofladen und durch die Ökokisten mit einem Liefergebiet bis ins Erzgebirge. Dort sind wir mit unseren Bussen unterwegs und bringen regionales, saisonales Bio-Obst und -gemüse und ein reiches Zusatzangebot an Bioprodukten direkt nach Hause.

Durch unsere Vermarktungsstrategie ermöglichen wir unserer Kundschaft einen besonderen Luxus: Das Wissen, wo Lebensmittel mit viel Liebe und der Wertschätzung von Mutter Erde angebaut werden, die Einfachheit der Lieferung direkt vor die Wohnungstür, die freundliche Begleitung durch unsere Mitarbeiterinnen im Büro und das Vertrauen, dass wir mit ganzem Herzen von unserer Arbeit überzeugt sind.

Wir lassen die Menschen unseren Guidohof miterleben durch aktuelle Blog-Informationen auf unserer Website, im Newsletter, über Social Media oder durch viele Veranstaltungen direkt auf dem Hof.

Eine davon wird unser **Hoffest am 10.9.2022 ab 14 Uhr** sein. Ein Nachmittag voller Erlebnisse wartet auf Alt und Jung: Puppenspiel, Liveband, Treckerrundfahrten, Hofrundgänge, Pizzabacken, Schauschmieden und Ölpresen, Bogenschießen, buntes Markttreiben und vieles mehr erwartet unsere Gäste.

Wer einmal den Landwirtschaftsminister von Sachsen, Wolfram Günther, kennenlernen möchte, kann schon am **Sonntag dem 4.9.2022 von 14 bis 16 Uhr zum Thema: „Rund um die Rote Bete“** zur Eröffnung der Bioerlebnistage bei uns dabei sein. Der Tag fängt mit der Fahrt auf den Acker und der Ernte an und wird bei einigen Überraschungen über das Rote Bete Pulver mit Richard von „Direkt vom Feld“ enden. Auch Stephan Illi von Kulturland wird anwesend sein. Denn wir konnten dank der Kulturland-Genossenschaft 9 ha Land zu unseren Flächen dazugewinnen. Wer nun an einer gemeinwohlorientierten Geldanlage an biologisch bewirtschafteten Ackerland interessiert ist, kann sich informieren.

Auch bei einer der anderen Veranstaltungen wie zum Beispiel Schmiedekurs, Kräuterspaziergang, Mantra-Singen und Feuerlauf wird man immer das Flair unseres Hofes spüren.

Die Reise geht weiter, denn nach 30 Jahren machen sich die Hofsöhne Paule und Konstantin für die Zukunftsgestaltung des Hofes bereit. Das Scheunengebäude wird gerade mithilfe von Fördermitteln neu eingekleidet



und für eine Umnutzung ausgebaut. Eine schöne Verbindung von Alt und Neu haben wir gefunden und hoffen auf reichen Segen für unser Tun.

Guidohof
09212 Limbach-Oberfrohna
OT Uhlsdorf
Am Ullersberg 31
Tel. 037609 5433
www.guidohof.com



6. „Campana“ – Festival der Klänge auf Schloss Rochsburg am 1. und 2.10.2022

von Manuela Ina Kirchberger (Klangtempel) & Nicky (Schloss Rochsburg)

Samstag, 1.10.22 um 19 Uhr: Abendkonzert in der Schlosskapelle St. Anna

Sonntag, 2.10.22 von 11 – 17 Uhr: Stände der Instrumentenbauer, Vorträge, Workshops, Klangreisen und spontane Sessions im Schlossohof



In die Welt der analogen Töne & Klangwelten eintauchen und das digitale Zeitalter weit hinter sich lassen, das kann man beim „Campana“ – Festival der Klänge. Bereits zum sechsten Mal laden wir am ersten Oktoberwochenende zu tiefenentspannenden, akustischen und obertonreichen Klängen auf die Rochsburg nach Sachsen ein. Hier treffen sich alljährlich Klanginstrumentenbauer, Therapeuten, Klangkünstler, Musiker und Klanginteressierte, um sich zu präsentieren, auszutauschen und die tief sinnige Berührung der obertonreichen Klänge weiterzutragen.

Am Samstag eröffnet ein abendliches Konzert in der Schlosskapelle der Rochsburg das

6. Campana. Unter dem Titel „Klänge für die Seele“ gestalten mehrere Künstler gemeinsam mit ihren verschiedenen Klanginstrumenten einen bezaubernden Festivalsauftritt.

Am Sonntag können sich die Besucher auf interessante Stände verschiedener Instrumentenbauer und spontane Hörproben im Schlossohof der Rochsburg freuen. Außerdem sind kleine Workshops, Vorträge, Konzerte und Klangreisen geplant. Auch bunte Angebote für Kinder sind Teil des Festivals. Nähere Infos zum Programm, inklusive kleiner Einblicke und Links zu den Präsentationsständen, werden kurz vor dem Campana auf der Website www.campana-festival.de kommuniziert. Man darf gespannt sein. Welche Klanginstrumente und Obertöne im Schlossohof nun am 02.10. konkret zu hören sein werden, davon lassen wir uns alle gern überraschen, denn dieses kleine Fest der Klänge wird auch 2022 weitestgehend spontan



und intuitiv gestaltet stattfinden. Für das leibliche Wohl wird natürlich auch gesorgt sein.

Wir freuen uns auf alle, die sich auch in diesem Jahr zum „Campana“ – Festival hingezogen fühlen! Bestimmt wird dies wieder ein unvergessliches Erlebnis mit besonderen Begegnungen und faszinieren Klängen.

Weitere Informationen:
www.schloss-rochsburg.de
www.campana-festival.de

Tagestickets für 8 € pro Person (Kinder bis 6 Jahre haben freien Eintritt) gibt es vor Ort. Achtung: Für das Abendkonzert am 1.10. bitte rechtzeitig Tickets im Vorverkauf sichern (15 € pro Person).

Festivalorganisation: MIK & Thomas Plum (Klangtempel e.V. & Klangnetzwerk e.V.) in Zusammenarbeit mit Schloss Rochsburg