



MITEINANDERSEIN

März bis Mai 2024

Nr. 104

Gratis zum Mitnehmen

Magazin für Gesundheit, Bewusstsein und Lebensfreude

Neue Reihe
**Schöne,
gesunde Haare**
Seite 21

Bauernproteste
**Sicht einer
Bio-Bäuerin**
Seite 17

Titelthema
**Heilsame Wege
mit magischen
Pflanzen und Pilzen**
ab Seite 4

Aktuelles unter miteinandersein.net

Inhaltsverzeichnis

Editorial	2
Revolution der Seele	3
Neues Büchlein: Date der Seelen	3
Intuitive Handpanworkshops	3
Anfassen ist simpel – Berühren ist Kunst	3
Pflanzen und Pilze im Zeitalter des Kaliyuga	4
Im Kräuter-Gut	4
Die Kiefer	5
Pflanzenhelfer und die Motherdrum	5
Kodo – der Weg des Duftes	5
Kräuter, Räuchern & Frauen Qi Gong	5
Der Ackerschachtelhalm	6
Natursubstanz & Tierwohl	6
Achtsamer Umgang mit den Kräften	7
Naturkultur und Bewusstseinswelten	7
Beratungspraxis „Sein und Werden“	7
In Harmonie mit den Elementen	8
Shamanin Gabriele Wills	8
Herzlich Willkommen in der Grünen Villa	9
Auszeit vom Stress	9
Heilung für Mensch und Erde	9
Kraftvolle Ostara-Rituale	9
Energetisches Heilen für Ihre Gesundheit	11
Studio Panta Rhei Grömitz	11
Selbsterkenntnis mit Astrologie	11
Manifestiere Erwünschtes	11
Die Energie ins Fließen bringen	13
Auszeit auf dem Erzgebirgskamm	13
Annett Illig – Jahresprogramm 2024	14
Erlebnistag mit „Best of Dance“	14
Gedankentausch mit Yoga und Klang	15
Klang & Energie	15
SinnesWandel	15
Haus der ruhenden Mitte	15
Die liebe Ordnung	16
Fläche zum Anmieten in Chemnitz	16
BausommerCamp in Waldenburg	17
Sicht auf die Bauernproteste	17
Lichtblicke in der Pflege	19
Kleinanzeigen	19
UrLichtger®	19
Erwachen im Frühling	19
Ruhige Auszeit für alle Sinne	20
Natürliche Haarpflege	21
Naturfriseur Gaia	21
Tag der Gesundheit	21
2. Werdauer Lebensfreude	21
Onlinekurs „Magischer Heilcode“	22
NaturPurYoga-Festival	24
Festival „Magie der Weiblichkeit“	24

Impressum

Netzwerk MiteinanderSein, Ann König & Uwe Reiher, Hauptstraße 133, 08359 Breitenbrunn
Tel. 037756 798759 · 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: 7000 Stück

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

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

Miteinander für die natürliche Kreativität

von Ann König & Uwe Reiher

Wie hat sich doch unser Leben in der Moderne gewandelt: Vom einstigen Jäger und Sammler zum Bauern hin zur hochspezialisierten Arbeitsteilung. Und die technische Entwicklung geht rasant weiter – mit der Erschaffung der neuronalen Netzwerke (KI) dringt die Technik in Bereiche vor, die bis jetzt eine menschliche Domäne waren. Durch unser jahrelanges, freiwilliges Einstellen von Texten, Musik, Fotos und Videos ins Internet ist es nun soweit, dass aus diesem angesammelten Material die KI neue und vielleicht auf den ersten Blick „schöne“ Werke zusammenstellt, die wir kaum noch von menschlich erschaffenen unterscheiden können. Viele künstlerische und kreative Arbeit wird dadurch überflüssig, was viel Geld spart. Doch Malern, Musikern, Schauspielern, Drehbuchautoren, Poeten, Fotografen, Fotomodellen etc. wird dadurch Stück für Stück ihre Existenzgrundlage entzogen.

Deshalb heißt es, unsere Sinne schulen und achtsam im Umgang mit der KI sein – denn die Schein- und Trugwelt wird allgegenwärtig. Die hellfühligen unter uns können es zum Glück erspüren oder energetisch testen, weil bei einem künstlichen Werk der göttliche Schöpfungsfunkle – die Liebe – fehlt. Lasst uns daher weiterhin die Mitmenschen unterstützen, die liebevoll Kreatives und Handgemachtes erschaffen. Es dient letztlich dem großen, natürlichen Energiefeld in dem wir leben, von

dem wir genährt und beeinflusst werden. Es ist wie so oft in unserem Leben – nicht immer ist der leichte und verführerisch, einfache Weg der Beste für uns. Wir sollten mit den neuen Möglichkeiten spielen und als das nutzen, was sie sind: Werkzeuge, die das Leben leichter machen sollen, ohne in Abhängigkeit zu geraten.

In unserem MITEINANDERSEIN-Magazin werden wir darauf achten, dass so wenig wie möglich KI-Inhalte Einzug halten. Wir erfreuen uns an Euren echten, wahrhaftigen Texten und Fotos bis hin zu Musik und Klang und natürlich besonders, wenn wir uns persönlich sehen, z. B. beim unserem **Festival für Frauen „Magie der Weiblichkeit“** im Kunsthof Eibenstock. Für weitere Begegnungen und Veranstaltungen lest gern in diesem Heft, im Internet unter miteinandersein.net oder Telegramkanal [@miteinandersein](https://t.me/miteinandersein). Wir sorgen dafür, dass Ihr den Überblick über die wundervollen, ganzheitlichen Angebote behaltet, damit all das Lebendige und Natürliche in uns Menschen sich weiter entfalten darf.

Nächstes MITEINANDERSEIN Magazin

Der Einsendeschluss für die Sommerausgabe (Juni – August 2024) ist der 1. Mai mit dem Sonderthema: **Bewusste Eltern – gesunde Kinder.**

Wir wünschen viel Freude beim Lesen.

Herzliche Grüße von Uwe Reiher & Ann König



Sichtbarer und bekannter werden

Werde Partner in unserem starken Netzwerk, das Dich deutlich sichtbarer für neue Kunden macht:

- exklusiver Eintrag im Adressverzeichnis als Partner
- günstiger Werbeplatz für Deine Angebote und Termine
- 20% Rabatt auf alle weiteren Buchungen
- Print, Web & und Social-Media-Pakete ab 16 €* pro Monat
- Web- und Social-Media-Pakete ab 7,50 €* pro Monat
- Anbieter-Webseite ab 10 €* pro Monat (* Preise zzgl. MwSt.)

Nimm mit uns Kontakt auf:

miteinandersein.net/bekannter-werden/

Netzwerk MiteinanderSein

info@miteinandersein.net

Tel. 037756 798759



Warum die Welt sie jetzt braucht

Revolution der Seele

von Nora Philine Hansing

Die Zeit, die wir gerade auf der Erde bezeugen, ist eine ganz besondere, denn wir Menschen dürfen die Entgrenzung hinein in unser wahres Sein erfahren und aktiv gestalten. Wir sind berufen, ganz neu zu erkennen, wer wir wirklich sind, um aus diesem Bewusstsein der wahrhaftigen Wesenserkenntnis heraus eine neue Welt zu erschaffen, die den Gesetzmäßigkeiten der höheren Instanz in uns folgt: unserer Seele. Ja, der Weg, der sich nun durch jeden von uns und mitten durch unser Kollektiv entfalten möchte, ist der Weg der Revolution der Seele und dieser bedeutet, wieder vollkommen eins zu werden mit der kosmischen Wirklichkeit, die uns durchwirkt und umgibt – ebenso wie alles, das ist.

Der Weg der Revolution der Seele vollzieht sich durch die tiefe Begegnung in uns selbst mit uns selbst in unserer schillernden Multidimensionalität, die dieses ganze Universum, den ganzen Kosmos ausmacht und in seiner Vielgestaltigkeit erst ermöglicht. Die Revolution der Seele geschieht dabei durch die Vereinigung der Kraft unserer Wesenswahrheit, der kosmischen Seelennatur, mit der konkreten Verwandlung der Welt durch kreative Schöpfung im Verbund mit der höchsten Essenz dieser Wahrheit: der Liebe.

Unsere Welt braucht die Revolution der Seele, weil es jetzt darum geht, die Wirklichkeit der Liebe, die Geistigkeit des Seienden sowie die Gegenwart der Seele in allem, das ist, anzuerkennen und wieder vollauf zu integrieren – als Grundlage und Leitbewusstsein all dessen, was wir als Menschheit hier auf diesem Planeten erschaffen. Die Entgrenzung unseres Seins durch das Erwachen in unsere Seele ist dabei keine abstrakte Idee, sondern nicht weniger als die Wiedervereinigung mit der segensreichen Wahrheit, von der wir eigentlich niemals getrennt waren.

Erfahre die revolutionäre Kraft der Wiedervereinigung mit Deiner Seele, der Einheit mit dem Kosmos in Dir, und sei dabei, die Visionen einer ganz neuen Welt zu weben und hier auf der Erde konkrete Wirklichkeit werden zu lassen:

www.revolutionderseele.de

Regelmäßig Online-Meditationen und Treffen
Anmeldung per E-Mail: nora@revolutionderseele.de

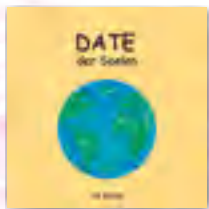
Aus „Erkenntnis der Seele, Heilung der Welt“, im Shop des Verlags Neue Erde bestellbar: www.shop.neueerde.de



Spirituelles Wissen – nicht nur – für Kinder

Neues Büchlein: Date der Seelen

von Ani Rahtak



Demnächst könnt Ihr Euch auf ein weiteres Büchlein aus der Reihe „Spirituelles Wissen für Kinder“ freuen. Wie bei den vorherigen Ausgaben habe ich mich auch diesmal auf das Wesentliche beschränkt. Interessant ist für mich, dass sich auch viele Erwachsene dafür begeistern – so manch einer wird das erste Mal mit den Themen konfrontiert. Das freut mich besonders.

Inhalt: Warum treffen wir im Leben auf verschiedene Menschen oder begegnen bestimmten Tieren? Warum zieht es uns an bestimmte Orte? Sind es Zufälle oder gibt es einen tieferen Sinn bzw. Grund dafür?

24 Seiten illustriert, Preis pro Stück: 6,00 € + Porto

Bücherbox mit 5 Themen: Preis 25,00 € + Porto

- Seele, was ist das?
- Rituale, was sind das?
- Leben, was ist wichtig?
- Sterben gehört zum Leben.
- Date der Seelen

Anforderung per E-Mail: kontakt@ordner-leben.de

In Sachsen und Thüringen

Intuitive Handpanworkshops

von Manuela Ina Kirchberger & Thomas Plum



„Bist Du auch wie wir von Hang und Handpans fasziniert? Dann ist unser Einführungs-Workshop perfekt für Dich.“

Für diesen Workshop brauchst Du keine musikalischen Kenntnisse. In kleiner Gruppe und schöner Atmosphäre tauchen wir in die wunderbaren Klänge der Handpans ein. Wir stellen Dir unterschiedliche, sehr gute und namhafte Handpans vor. Du darfst jede einzeln ausprobieren und spielen. Wir zeigen Dir verschiedene Anschlagtechniken und führen Dich in das intuitive und gemeinsame Handpanspiel ein. Natürlich erfährst Du auch noch ein wenig Hintergrundwissen zu den Handpans und deren Entstehung. Deine Fragen beantworten wir gern.

Termine 2024

16.03.	Alte Schule in 09669 Sachsenburg	15–19 Uhr
20.04.	Heilklang-Zentrum in 04774 Dahlen	14–18 Uhr
27.04.	Raum der Stille in 01067 Dresden	14–18 Uhr
11.05.	04416 Markkleeberg	14–18 Uhr
15.06.	04416 Markkleeberg	14–18 Uhr
10.08.	09496 Marienberg im Erzgebirge	14–18 Uhr

Bitte zum Workshop aufgrund begrenzter Teilnehmerzahl anmelden:
www.klangtempel.net/handpan und mik@elfenstadt.com

Therapiemanufaktur in Chemnitz & Thalheim

Anfassen ist simpel – Berühren ist Kunst



Begegne Jenny Kleizmantatis, einer leidenschaftlichen Osteopathin und KinFlex-Therapeutin. Ihre Lösungsorientierung und der Blick über den Tellerrand hinaus machen sie zu einer einzigartigen Behandlerin/Therapeutin. Mit zielstrebigem, einfühlsamer Art bietet Jenny nicht nur eine effektive Therapie, sondern auch eine Atmosphäre des Vertrauens und Wohlbefindens.

Ihre diskrete, direkte und ruhige Herangehensweise unterstreicht ihre Hingabe für ganzheitliche Gesundheit, besonders bei Kindern, Schwangeren und Säuglingen. Schaut einfach mal vorbei und lasst Euch von Jenny mitnehmen, um mit einem WOW die Welt zu sehen.

Jenny Kleizmantatis · Wiesenstraße 11b, 09111 Chemnitz sowie in der Neukirchner Villa in Thalheim, Robert-Koch-Str. 5
www.therapie-manufaktur.de



Pflanzen und Pilze im Zeitalter des Kaliyuga

von Jens Breitfeld



Wörtlich übersetzt bedeutet Kaliyuga das Zeitalter des Streites. Das aus dem Sanskrit stammende Wort beschreibt das letzte von vier Zeitaltern der hinduistischen Glaubenswelt – genannt Yugas. Kaliyuga ist eine Zeit der Zerstörung, des Zweifels und der Abkehr von allen Werten. Das schwarze Zeitalter. Insofern entspricht Kaliyuga unserer Zeit. Moral, Tugend, Glauben und Spiritualität werden auf dem

Altar des Globalismus, der Kriegsversessenheit, Corona-Religion und der Transgenderideologie geopfert. Es ist die Zeit, in der viele Menschen ihre Erdung, ihre Wurzeln verlieren. Falsche Propheten erscheinen und treten unsere Werte mit Füßen. Was übrig bleibt, ist Leere und Angst. Doch genau in dieser finsternen Zeit weist uns Gott den wunderbaren Weg der Heilung und der Rückkehr an das wärmende Thing-Feuer. Die Natur selbst verschenkt sich an uns durch die Heilkraft jener Pflanzen und Pilze, die die Wissenschaft als Adaptogene bezeichnet.

Adaptogene sind Stoffe, die in der Lage sind, unsere Seelenzustände auszugleichen, Ängste zu lösen und das Beste in uns hervorzubringen. Adaptogene wecken den schon viel zu lange schlafenden, spirituellen Krieger in uns, sie machen uns zu jenen Berserkern, deren alleinige Präsenz den Feind in die Flucht zu schlagen vermag. Wissenschaftlich heruntergebrochen wirken diese Stoffe regulierend auf unser vegetatives Nervensystem, bestehend aus Sympathikus und Parasympathikus, letzterer auch Vagusnerv genannt.

Aus naturheilkundlicher Sicht ist seit langem bekannt, dass die Wurzel allen Übels, aller Krankheit, in Angst und Stress zu suchen und zu finden ist – Angst vor Bakterien, Viren, Fremden, Kriegen, Armut oder „plötzlich und unerwartet“ von Gevatter Tod geholt zu werden. Angst frisst Seele, sagt der Volksmund und leider ist das nur all zu wahr, wie ich es auch tagtäglich bei mir in der Praxis erleben muss. Ein Mensch in Angst

gefangen, kann sein Potenzial Mensch zu sein weder ausschöpfen, noch erfassen. Im sprichwörtlichen Hamsterrad gefangen, grüßt ihn täglich dasselbe Murreltier. Aus Angst wird Depression, Isolation bis zur diagnostizierten Endstation Alzheimer-Demenz, wenn immer mehr Indexneuronen überschrieben oder zerstört werden. Doch dazu muss es nicht kommen, wenn wir uns den Segnungen der Natur anvertrauen.

Eines der bekanntesten pflanzlichen Adaptogene ist sicherlich die **Ginsengwurzel**, der schon die alten Chinesen verjüngende Wirkungen attestierten. Aus dem Zauberreich der Pilze ragt ein kleiner Schlauchpilz mit dem Namen **Cordyceps sinensis** hervor. Dieser Pilz ist auch eines der besten Mittel zum Schutz vor Coronaviren und eines der stärksten „Helferlein“ zur Regulation des vegetativen Nervensystems. Mit dem Baumpilz **Hericium** zusammen entfaltet er sogar eine nachweislich stimungsaufhellende Wirkung. Schlaf bedeutet Heilung – fehlt dieser, zehren wir an unserer eigenen Substanz und berauben unser Immunsystem der Fähigkeit zur Regeneration. **Ashwaganda**, **Taigawurzel**, **Rosenwurz** oder die **Schisandrabeere** führen in die natürliche Regulation zurück.

Einem Überlebensmechanismus schuldend, ist es uns nicht möglich, in Stresssituationen strukturiert zu denken und entsprechend zu handeln – doch Adaptogene schärfen unseren Verstand. Es ist an der Zeit, uns die Fähigkeiten des Denkens zurückzuholen. Es ist an der Zeit, wieder Eigenverantwortung für unsere Gesundheit zu übernehmen. Es ist an der Zeit, unsere Heilung von Geist, Seele und Körper bewusst geschehen zu lassen. Kaliyuga bedeutet auch Übergang und Adaptogene helfen uns dabei, auf diese neue Schwingungsebene zu wechseln.

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

Heilsame Wege mit magischen Pflanzen

Im Kräuter-Gut

von Elisabeth Püschmann

Magische Pflanzen begegnen uns überall. Nehmen wir sie wahr und in unser Leben, können wir mit ihnen auf *heilsamen Wegen* gehen. Ob bei Ritualen im Jahreskreis, in der Nahrung, als Heilkraut oder während besonderer Seminare – das einfachste Kräutlein wird eine magische Pflanze und Begleiterin auf heilsamen Wegen. So werden sie für uns *heilsame Pflanzen* auf dem *magischen Weg* in unserem Leben.



Das Kräuter-Gut ist **der Praxisort** für ein Leben mit heilsam-magischen Pflanzen:

- **Frauengeflüster – eine Zeit unter uns Frauen.** Alte Bräuche der Jahreskreisfeste mit ihren magischen Pflanzen füllen wir mit neuem Leben.
- **13.4.24 Praxistag „Urprinzipien des Lebens und ihre Pflanzen“** – der Mensch und seine magischen Pflanzen.
- **Drei in einem – das Frühlingspaket:** 26.4.24 Am Kräuter-Gut-Tisch 27.4.24 Wilde Küche – Kochen am offenen Feuer / 28.4.24 Kräuterwanderung
- **1.–5.7.24 Sommerakademie** – in der Heimat im Urlaub. Mit wildmagischen Kräutern, entspannt & aktiv, erholsam & anregend, kreativ & bildend, umgeben von Natur & Kultur. **Wild-Kräuter-Kultur** – tagsüber „Leben mit magischen Heilpflanzen“, abends Kultur in Augustsburg genießen.
- **10./11.8.24 Wochenendseminar „9-Kräuter-Jahre bis zur Kräuterfrau“** Der Beifuß, einst die Mutter aller Heilpflanzen.

Nimm die magischen Pflanzen in Dein Leben und gehe Deinen heilsamen Weg. Ich lade Dich ein: Wir entdecken die Vielfalt und nutzen ihre Fülle.

Elisabeth Püschmann – die Kräuterfrau · 09573 Dittmannsdorf
 Tel. 0162 4949195 · www.kraeuter-gut.de

Licht und Herzenswärme

Die Kiefer

von Gabriele Göpfert

Die Kiefer zählt zu den „Pionierbäumen“. Anspruchslos findet sie sogar auf nacktem Fels die Möglichkeit, ihre Wurzeln zu verankern und bereitet den Boden für weitere Pflanzen vor. Die Kiefer stärkt Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl.

Zuordnung: Planet Mars

Element: Feuer

Mythologie: Bäume der Fruchtbarkeit und Erneuerung

Signaturlehre: Das Feuer im Baum wärmt unseren Körper und das Herz. Die ganze Kraft der Sonne ist im Baum gespeichert. Im Sommer umgibt die Kiefer eine Wolke ätherischer Öle und man fühlt sich beschwingt.

Verwendung:

Harz: Waldweihrauch zum Räuchern – Reinigung, besser durchatmen; Herstellung von Pechsalben u. a.

Nadeln: Tee, Sirup, Bäder, Tinkturen, Einreibungen usw. – bei Erkältungskrankheiten, Schlafstörungen, Muskelverspannung, Rheuma, Nervenschmerzen uvm.

Kiefernadelöl: schleimverflüssigend, durchblutungsfördernd, keimreduzierend

Zapfen: Harz für Salben und Einreibungen

Es gibt noch viel mehr über die Eigenschaften und die Verwendung der Kiefer zu erfahren. Ein Infoabend zur Kiefer ist lohnenswert. Oder nutze ein „Waldbad“ bzw. eine Wanderung, um vor Ort die Wirkung der Kiefer zu erleben.

Rezept Kiefernadeltee

1 TL kleingeschnittene Kiefernadeln (frisch oder getrocknet) mit 150 ml heißem Wasser aufgießen, 5 min. zugedeckt ziehen lassen, durch ein Sieb gießen. Evtl. mit Honig süßen. Die ätherischen Öle des Tees wirken beruhigend, der hohe Vitamin C-Gehalt der Nadeln hilft besonders bei Grippe und Erkältung.

Gabriele Göpfert · Tel. 0152 06689922 · www.auszeit-vom-stress.de

Pflanzenhelfer und die Motherdrum

von Mireen Fellmer



Motherdrum-Healing — Das ist der tiefe Urklang der Muttertrommel, der Dich wie ein sanfter, liebevoller Teppich auf eine Seelenreise mitnimmt. Dabei kannst Du tiefer und intensiver mit Deinem Ur-Wesen in Verbindung treten, welches tief in Dir schlummert.

Begleitend zur Klangreise, findet neben der Steinkreislegung immer auch eine Räucherung mit individuellen, ausgewählten **Pflanzenhelfern** statt. Die Pflanzenhelfer können wahre Wunder wirken, weil sie Dich tief in Deiner Erinnerung bzw. Deinem Inneren berühren und bewegen können. Die sanften Düfte können behutsam — manchmal auch bestimmt — die verschlossenen Bereiche in Deinem Unterbewusstsein öffnen. Sie holen Dich da ab, wo Du Dich in Deinem inneren Zustand befindest, um Dich dahin zu bringen, wo Du frei, klar und kraftvoll fließen kannst.

Hast Du ein Thema, welches Du in Bewegung bringen möchtest? Möchtest Du gern mehr über dieses Thema erfahren? Dann melde Dich gern bei mir. In der Arbeit mit der Motherdrum biete ich Einzel- als auch Gruppensettings und Ahnentage an.

Ausbildung zum Motherdrum-Healer und Trommelbau bei Stephan Bergmann.

Ausbildung zum Motherdrum-Healer und Trommelbau bei Stephan Bergmann.

Salana Energiearbeit · Mireen Fellmer
Chemnitz, Einsiedel · Tel. 0177 388 93 73
kontakt@salana-energiearbeit.de
[instagram.com/salana_energiearbeit/](https://www.instagram.com/salana_energiearbeit/)
www.salana-energiearbeit.de



Japanisch-meditativer Pfad der Räucherkunst

Kodo – der Weg des Duftes

von Feryal Kosan Genc



„Das Räuchern wurde in allen Kulturen eingesetzt, um Botschaften zu erhalten und Zusammenhänge zu begreifen. Beim Räuchern offenbart sich die Kraft und Seele einer Pflanze und sie teilt ihre Weisheit mit...“ Susanne Fischer-Rizzi

Dieser japanische, meditative Pfad der Räucherkunst, „Koh-do“ gesprochen, begleitet mich nun seit über 22 Jahren auf meinem spirituellen Pfad des Zen. In allen Kulturen und Traditionen sind Räucherzeremonien essentiell, nicht nur um Jahreskreisfeste, Zeremonien oder besondere Anlässe zu durchwirken, sondern auch als integraler Bestandteil der Heilkunst und der spirituellen Praxis. Die Räucherkunde ist für mich ein wertvoller Weg, um den Herz-Geist auszurichten, die Klarheit und die Präsenz zu schulen.

Es geht darum, beim Räuchern Wertschätzung, Dankbarkeit und Authentizität zu kultivieren. Es geht darum, um vollkommen eins zu werden mit dem was man „tut“, sich in Präsenz, Achtsamkeit und Hingabe jedem Moment zu schenken. Es geht gerade nicht um „äußere“ Perfektion (Form, Ästhetik), sondern die „innere“ Vervollkommnung/Kultivierung des Herz-Geistes. Die Räucherzeremonie war in Asien genauso Mittel, um z. B. „Geister“ oder Ahnen zu erreichen wie bei uns in Deutschland. Ich schätze und achte alle Traditionen und Kulturen, die den Geist der Wertschätzung, Herzensverbundenheit, Hingabe und Achtung pflegen. In der Essenz begegnen sich alle tiefgründigen Wege. In meinem Wirken fokussiere ich mich auf die Essenz und was uns verbindet, schlage eine Brücke zwischen alten und neuen Pfaden sowie Traditionen und Brauchtum. In allem zeigt sich der Schöpfergeist / Gott / Buddha etc. – unabhängig davon, wie wir es benennen. Ich liebe es, von anderen Kulturen, Traditionen und Bräuchen zu lernen und bin gleichzeitig im Herzen einer Tradition tief verankert. Die Räucherkunst, die Kunst dem Duft zu lauschen, ist für mich ein ganzheitlich meditativer Pfad der Innenschau, den ich in meinem Leben nicht mehr missen möchte. Wir können dabei sehr viel von der Weisheit der Pflanzen lernen.

Es geht darum, beim Räuchern Wertschätzung, Dankbarkeit und Authentizität zu kultivieren. Es geht darum, um vollkommen eins zu werden mit dem was man „tut“, sich in Präsenz, Achtsamkeit und Hingabe jedem Moment zu schenken. Es geht gerade nicht um „äußere“ Perfektion (Form, Ästhetik), sondern die „innere“ Vervollkommnung/Kultivierung des Herz-Geistes. Die Räucherzeremonie war in Asien genauso Mittel, um z. B. „Geister“ oder Ahnen zu erreichen wie bei uns in Deutschland. Ich schätze und achte alle Traditionen und Kulturen, die den Geist der Wertschätzung, Herzensverbundenheit, Hingabe und Achtung pflegen. In der Essenz begegnen sich alle tiefgründigen Wege. In meinem Wirken fokussiere ich mich auf die Essenz und was uns verbindet, schlage eine Brücke zwischen alten und neuen Pfaden sowie Traditionen und Brauchtum. In allem zeigt sich der Schöpfergeist / Gott / Buddha etc. – unabhängig davon, wie wir es benennen. Ich liebe es, von anderen Kulturen, Traditionen und Bräuchen zu lernen und bin gleichzeitig im Herzen einer Tradition tief verankert. Die Räucherkunst, die Kunst dem Duft zu lauschen, ist für mich ein ganzheitlich meditativer Pfad der Innenschau, den ich in meinem Leben nicht mehr missen möchte. Wir können dabei sehr viel von der Weisheit der Pflanzen lernen.

Kosan · www.kraeuter-akademie.de

Aus- & Weiterbildungen und Retreats

Kräuter, Räuchern & Frauen Qi Gong

von Feryal Kosan Genc

Heil- & Wildkräuterakademie e.V.

- **Ausbildung in ganzheitlicher Räucherkunde** ab 27.7.2024 – in 5 Wochenend-Modulen
- **Ausbildung in Kräuterpädagogik I** 2024: ausgebucht – wenn Du Interesse am nächsten Ausbildungsstart hast, melde Dich gern für die Warteliste.
- **Solo-Retreat in Italien / Ligurien:** 7 Tage Auszeit – nur noch wenige Termine frei. Naturheilkunde-Woche, Natur-Auszeit für Frauen, Meditatives Retreat mit Qi Gong und/oder Yoga – individuell und ganzheitlich. Noch 3 Plätze frei.



www.kraeuter-akademie.de · 86316 Friedberg (By)

Daowege e.V. - ganzheitliche Lebenskünste

- **Weiterbildung: Frauen Qi Gong / Nüzi Qi Gong** in 2 Modulen vom 18.– 21.4. & 14.–17.11.24 · Intensivseminar bei Schönau am Königssee (By). Es erwartet Dich eine ganzheitliche und transformative Reise zu Dir – erdig, aufrichtig, klar und sinnlich. Noch 2 Plätze frei.
- 9.6. – 16.6.24 **Qi Gong Natur Retreat für Frauen** – in Ligurien / Norditalien · Noch 2 Plätze frei.

www.daowege.de

Dienstag, 05.03.2024

18:00 Uhr Online-Kursbeginn Reflexe – Dein Agieren & Reagieren · www.corpus-et-anima.de

Donnerstag, 07.03.2024

18:00 Uhr Infoabend Anwendung und Wirkung von Rohkostölen und Vitalpilzen · Crimmitschau www.biohof-franke.de

18:30 bis 22:00 Uhr Online-Meditationskurs Stärke Deine Schutzkreise · Tara Gräfe · www.kraftreisen.org

Freitag, 08.03.2024

08. – 10.03. Ausbildungsbeginn zum „Aufstellungsleiter mit energetischen Methoden“ an 5 Wochenenden · Katharina Radestock · Chemnitz www.lichtherzen.com

08. – 10.03. Burlesque – Oriental zum Internationalen Frauentag mit Bella Steudel · Donndorf / Unstrut · www.klosterdonndorf.de

08. – 09.03. Intensiv Retreat Shivaratri – Erfahre die tiefe Stille in Deinem Herzen · Tara Gräfe Voigtsdorf · www.kraftreisen.org

15:30 Uhr Lesung „Frauen und ihre Wege zu Glück und Erfolg“ · Elke Walter-Koch · Eibenstock www.kunsthof-eibenstock.de

18:00 Uhr Einladung zum Frauentag: Frauen-Wellness-Abend in der Kreutherkraft · Ulrike Loretta Hanl · Eibenstock · www.kreutherkraftmanufaktur.com

18:00 bis 20:30 Uhr Verwöhn-Frauenkreis zum Frauentag · Sandra Schneider · Neukirchen Pleiße · www.seinundwerden.online

19:00 bis 21:30 Uhr Frauentags-Special! Women Circle · Anna & wild sisters · Chemnitz · www.yoga-room-om.de

08. – 10.03. Trommel-Workshop mit Helena Romanus · Lengenfeld · spirituell-er-leben.org

20:00 Uhr Online-Lesung in der Aileisia Lese-nacht „Erkenntnis der Seele, Heilung der Welt“, Nora Philine Hansing · www.revolutionderseele.de

Samstag, 09.03.2024

09. – 10.03. Gongnacht – All Night Gong Puja, Thomas Becher · Leipzig · natur-und-psyche.de

09:00 bis 11:00 Uhr Guidhof-Rundgang mit Konstantin · Limbach-Oberfrohna · guidhof.com

09. – 10.03. Familienstellen in Berlin · Christian Schilling · Berlin · familienstellen.org

14:00 bis 17:00 Uhr Saatguttauschbörse im Miriquidi Garten · www.kunsthof-eibenstock.de

16:00 bis 19:00 Uhr Amanita Muscaria – Kennenlernritual mit Klangreise · Sylvia Hansen & Christina Lavanda · Leipzig · msha.ke/hello_syl_hansen

Sonntag, 10.03.2024

08:30 bis 11:00 Uhr Wellnessfrühstück im Kunsthof Eibenstock · www.kunsthof-eibenstock.de

09:30 bis 17:00 Uhr Tagesseminar Chandra Nadi – Entwickle ein Bewusstsein von bedingungsloser Liebe – Initiation I Meditation · Tara Gräfe Voigtsdorf · www.kraftreisen.org

10:30 bis 18:00 Uhr Tagesseminar Einführung in die Klangresonanztherapie · Sabine & Roy Müller Dahlen · heilklang-zentrum.de

19:00 bis 20:30 Uhr Vortrag Yoga und Meditation für Herz, Schilddrüse und Nervensystem; Seminar 10. – 15.03. · Keshava · Lengenfeld spirituell-er-leben.org

Mittwoch, 13.03.2024

13.03. – 09.04. Ausbildungskurs Bachblüten – Heilen mit den Blütenessenzen nach Dr. Bach, Miriam Gudrun Sieber · Dresden · www.corpus-et-anima.de

19:00 bis 21:00 Uhr Online-Infoabend Schoß Chakra Meditationsprozess nach Sri Kaleshwar, Tara Gräfe · www.kraftreisen.org

Donnerstag, 14.03.2024

16:00 Uhr Workshop Kinesiologie zum Kennenlernen · Heidi Nacke · Limbach-Oberfrohna www.corpus-et-anima.de

17:00 Uhr Workshops mit Wohlühlcharakter „Der Frühling“ · Anja Häbler-Müller · Aue zeit-fuer-dich-wellnesslounge.jimdosite.com

18:00 Uhr Workshop Räuchern – warum und wozu · Uta Weidauer Aue · Tel. 03771 22703

18:00 Uhr Lesung „Planet der Pyramiden“, Harald Lanta · www.kunsthof-eibenstock.de

18:00 Uhr Vortrag Numerologie, die Kraft der Zahlen · Ina Klinger · Schneeberg · www.lebensfreude-ina-klinger.de

18:00 Uhr **MiteinanderSein-Vernetzungstreffen** im VERSALAT Stollberg · Juliane Rosenberg, Ann König & Uwe Reiher · Stollberg · Tel. 0176 56892679

Freitag, 15.03.2024

15. – 17.03. Fortbildung Belly-Yoga & Mantra Dance · Bella Steudel · Chemnitz · bella-kalima.de

15. – 17.03. Yogawochenende – Frühlingserwachen: Reinige Dich, nähre und begrüße das Neue, Krölpa · www.vitaleum.com

15. – 16.03. Ausbildung Brain Gym® 1 · Limbach-Oberfrohna · www.corpus-et-anima.de

16:00 bis 19:00 Uhr Experten Sprechzeit – ganzheitlich & selbstbestimmt · u.a. mit Kathrin Salostowitz · Chemnitz · Tel. 0172 7617976

18:30 bis 21:00 Uhr Online-Seminar Persönliches Mantra – ein direkter Kanal zum Meister, Initiation · Tara Gräfe · www.kraftreisen.org

19:00 bis 20:30 Uhr Vortrag Yoga-Übungen für die Wirbelsäule; Seminar 15. – 17.03. · Keshava, Lengenfeld · spirituell-er-leben.org

Samstag, 16.03.2024

10:00 bis 18:00 Uhr Seminar Reinigung & Selbstschutz · Uta Weidauer · Aue · Tel. 03771 22703

16. – 17.03. Permakultur-Praxisworkshop – damit der Start ins Gartenjahr gut gelingt · Micha Mauersberger · Chemnitz · jahnstrasse23.de

Sonntag, 17.03.2024

17. – 23.03. Buchinger-Fasten an der Ostsee Britta Tackmann · Zinnowitz / Usedom · www.fastenanderostsee.com

10:00 bis 16:00 Uhr Kakaozeremonie erlernen – Intensiv-Workshop · Sandra Schneider · Werdau www.seinundwerden.online

11:00 bis 17:00 Uhr **1. Löbnitzer Lebensfreude** – Messe, Vorträge & mehr und 1. Lebensfreude Kreativmarkt · www.gluecklichmacherin.de

19:00 bis 20:30 Uhr Vortrag Yoga, Meditation und Mantrasingen; 17. – 22.03. Seminar · Keshava · Lengenfeld · spirituell-er-leben.org

Dienstag, 19.03.2024

19.03. – 09.04. Amanita Muscaria – Begleiteter Online-Kurs mit dem Fliegenpilz · Sylvia Hansen msha.ke/hello_syl_hansen

18:30 bis 20:30 Uhr Erotisches zur Nacht – ein Vorleseabend mit Thomas Becher & Kristin Drotziger · Chemnitz · www.natur-und-psyche.de

Mittwoch, 20.03.2024

20. – 22.03. Seminar Ostara – kraftvolle Rituale zum Frühlingsfest · Thomas Kretzschmar · Meißner · www.seelenziele.de

17:30 bis 19:30 Uhr **Vernetzungstreffen** Dresden-Elbland mit Kirsten von der Heiden · Freital www.resonanzbewusstheit.info

19:00 bis 21:00 Uhr Märchenaufstellung · Bettina Brückner · Annaberg-Buchholz · Tel. 03733 26401

Donnerstag, 21.03.2024

21.03. – 18.04. Amanita Muscaria – Begleiteter Online-Kurs mit der Essenz des Fliegenpilzes Sylvia Hansen · msha.ke/hello_syl_hansen

17:00 bis 19:00 Uhr Seminar Frühlings-Oxymel zum Entschlacken und Entgiften · Sandra Schneider · Werdau · www.seinundwerden.online

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

Entdecke die Kraft uralter Pflanzenmedizin für Deine Haustiere

Der Ackerschachtelhalm

von Teresa Nitsch

Aus der Familie der urzeitlichen Schachtelhalme ist besonders der Ackerschachtelhalm (oder Zinnkraut genannt) als Medizinpflanze bekannt. Der charakteristische, segmentartige Aufbau ähnelt der menschlichen Wirbelsäule. Dem Hauptspross der Pflanze entspringen dünne Seitentriebe, die aus mehreren Abzweigungen bestehen. Die rudimentären Blätter sind auf kleine schwarze Zacken um die Knoten reduziert. Es ist eine minimalistische Pflanzenfamilie, bei der alles auf das absolut Notwendige begrenzt ist. Das Wesen der Schachtelhalme schenkt Struktur und Ordnung.



Bei Pflanzenmeditationen klärt das Zinnkraut die Gedanken und hilft, an Probleme oder Aufgaben strukturiert heranzugehen. Es ist wunderbar, mit ihr zu kommunizieren und aus eigener Erfahrung kann ich sagen: **Diese Pflanzendeva schenkt Licht und Kraft.** Sie hilft, neue Strukturen zu finden – ist das Thema auch noch so verwaschen. Für mich ist der Ackerschachtelhalm eine faszinierend klare Pflanze in Aussage und Signatur und mit gigantischer Heilkraft.

Der wundersame Geist der Schachtelhalme: Das Zinnkraut enthält wertvolle Inhaltsstoffe wie Flavonoide, Mineralien wie Kalzium, Kalium, Eisen, Mangan und Magnesium sowie bis zu 10% Kieselsäure. Die Flavonoide wirken wassertreibend, zusammenziehend, stoffwechselfördernd und die Kieselsäure gewebefestigend, kräftigend und stärkend. Deshalb wird das Zinnkraut traditionell zur Unterstützung des Bewegungsapparates, bei Bindegewebschwäche und Erkrankungen der ableitenden Harnwege empfohlen. Ausschließlich ein Dekokt setzt die stärkende Kieselsäure frei. Über Nacht, in kaltem Wasser eingeweicht, und am Morgen 25 bis 30 Minuten bei geschlossenem Deckel aufgekocht, erlaubt diese Zubereitungsmethode, die wertvollen Inhaltsstoffe des Ackerschachtelhalmes zu extrahieren. Möchte man ausschließlich die Aquarese (Durchspülung) anregen, reicht ein Aufguss, um die Flavonoide freizusetzen, welche auch den Harnsäurespiegel absenken können. Dies allein vermag bereits schon ein Tee oder eine Auskochung bewirken. Doch auch als Pulver, Fertigarzneimittel oder homöopathisch aufbereitet, entfaltet ihr Geist seine heilenden, stabilisierenden Wirkungen bei emotionalen Dysbalancen von Mensch und Tier...



Die vollständige Version des Artikels mit Anwendungstipps für Hunde und Katzen bitte hier weiterlesen: miteinandersein.net/magazin/811

Vorstellung Teresa Nitsch Natursubstanz & Tierwohl



Ich arbeite ganzheitlich für Hunde, Katzen und deren Menschen. Mein Anliegen ist das gesamtgesellschaftliche Heilwerden durch immunstärkende Kräutermedizin, homöopathische Impulse bei chronischen Erkrankungen und Ernährungsoptimierung für Hunde und Katzen, denn gute Nahrung ist die Basis für ein gesundes Leben. Ein weiterer Baustein meiner Arbeit ist die Tierkommunikation. Haustiere hören immer mit. Nun kommen sie zu Wort; ein Zusammenleben auf Augenhöhe wird greifbarer. Im Hintergrund unterstütze ich durch Pflanzenmeditationen, Räucherreisen und Schwitzhüttenrituale nach alteuropäischer Tradition Mensch und Tier zugleich. Mein Bestreben ist, die grüne Kraft der Natur und deren Licht in das Zuhause des gesamten „Rudels“ zu bringen.

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



Neue Reihe: Heilsame Wege mit magischen Pflanzen Teil 1

Achtsamer Umgang mit den Kräften

von Uwe Reiher & Ann König



Der menschliche Erfahrungsweg ist eng verbunden mit unseren irdischen Begleitern wie Tieren, Pilzen und Pflanzen – die eine große Rolle spielen – ob in der Ernährung oder zu Heilungszwecken. Anfänglich ist es nur die reine Bezeichnung, die wir meist als Kind erlernen, z. B. der „Löwenzahn“. Als Botaniker (Phytologe) kommen dann auch spezielle Pflanzenmerkmale und der lateinische Name *Taraxacum sect. Ruderalia* hinzu. Es wird durch die Wälder und Wiesen gestreift und jedes Pflänzlein, jeder Baum nach den Systematiken erkannt und bestimmt. Die Biologen, Apotheker und Ärzte gehen noch weiter und erforschen zusätzlich die Inhaltsstoffe: beim Löwenzahn u. a. Vitamine, Mineralstoffe, Bitterstoffe, Flavonoide, Schleimstoffe, Zucker und Ballaststoffe. Mit dem Wissen über darüber und den Wirkweisen kann dann gezielt auf körperliche Krankheiten und Mangelerscheinungen eingegangen werden. Zudem bedienen sich die Nahrungsmittel- und Pharmaindustrie der Pflanzen, um gewisse Substanzen zu isolieren (einzeln herauslösen) oder zu synthetisieren (chemisch nachzubauen). Doch damit ist das gesamte Spektrum einer Nahrungs- bzw. Heilpflanze nicht mehr gegeben.

Pflanzen haben jedoch nicht nur das Potential, unseren Körper zu nähren, sondern auch auf Seelenebene Einfluss zu nehmen. Hier verlassen wir den Pfad der Wissenschaft und finden uns in der ganzheitlichen Betrachtung wieder. Kräuterkundige und Heilpraktiker nutzen überliefertes Wissen, wie z. B. von Hildegard von Bingen, dem Ayurveda, der TCM, der Homöopathie, der Bachblüten und Spagyrik, um zusätzlich mit der feinstoffliche Essenz der Pflanzen auf Ursachen von seelischen Ungleichgewichten, die zu Krankheiten führen, einzuwirken.

Für uns feinfühlig und hellsichtige Menschen kommt noch eine dritte Ebene hinzu: Wir nehmen wahr, dass durch jede Pflanze, ob Gänseblümchen oder Eiche, eine Wesenheit wirkt – dass die ganze Natur lebendig und beseelt ist. Aus dieser Sichtweise wächst ein großer Respekt allen Lebens gegenüber. Es gibt den Pflanzen etwas Heiliges. Als Geschenke der Götter werden sie in Dankbarkeit als Nahrung, Werkstoffe und Heilmittel verehrt. Wenn wir uns ihnen auf diese ehrfürchtige Weise nähern, sind sie gern bereit, uns Menschen mit ihrer Heilkraft und Weisheit zu unterstützen und auch zu unterrichten. Viele Menschen fangen daher an, mit diesen Pflanzenwesen (auch Pflanzengeister, Pflanzendevas genannt) wieder zu kommunizieren und lassen sich intuitiv von den richtigen Pflanzen, sei es bei der Ernährung oder in Heilprozessen, finden.

Einige dieser Wesen begleiten uns Menschen schon seit Jahrtausenden mit ihrer starken und sogar psychoaktiven (bewusstseinsverändernden) Kraft, welche auch den Titel „Meister- oder Lehrerpflanzen und -pilze“ tragen. Zu ihnen zählen u.a. Kakao, Tabak, Hanf, meskalinhaltige Kakteenarten wie Peyote & San Pedro, Ayahuasca, psilocybinhaltige Pilze und der einheimische Fliegenpilz. Im geistigen Austausch können sie uns das Wissen über ihre heilsame Verwendung vermitteln, uns Botschaften zu unseren Lebensthemen geben, uns Zugänge zu anderen Welten gewähren und die Mysterien der Natur näher bringen. In gemeinschaftlichen Ritualen unterstützen sie bei Konfliktbewältigung und Visionsfindung. Wir öffnen uns damit eine magische Tür zu einem kooperativen Miteinander mit allen Geschöpfen der Natur.

Doch Obacht: Ob nun das Kräutlein von der Wiese, der Pilz aus dem Wald oder die großen Meisterpflanzen – eines haben sie gemeinsam: „Die Dosis macht das Gift“ – und nicht nur das: Auch die eigene Verfassung und das Umfeld (Set und Setting), die Kombination mit anderen Pflanzen (Mischkonsum), der zeitliche Abstand sowie der Respekt und die Dankbarkeit ihnen gegenüber sind entscheidend über Heilung, Abhängigkeit oder Leiden. Wir dürfen (wieder) lernen, mit den heiligen Pflanzen und Pilzen auf allen Ebenen achtsam und dankbar umzugehen. In dieser Reihe möchten wir uns deshalb mit einigen der Meisterpflanzen, die aktuell „in aller Munde“ sind, näher beschäftigen und über sie und ihre Wirkweise aufklären.

Die Kraft und Essenz des Fliegenpilzes & Kakaos nutzen

Naturkultur und Bewusstseinswelten

von Sylvia Hansen

In einer Zeit des Wandels und der Unsicherheit wünschen wir uns, gehalten zu sein. Wir kommen wieder vermehrt zurück zur Natur und suchen Ruhe, Geborgenheit und Unterstützung in ihr. Und in dieser Naturverbundenheit kommen wir auch wieder in Verbindung mit uns selbst. Wir finden den Mut und die Kraft, unsere innere und emotionale Landschaft zu erkunden, sie zu pflegen und Teile in Heilung zu geben. Und auch, um unseren Geist zu erweitern, Wege zu erkunden und Möglichkeiten zu finden. In unseren Kreisen und Pflanzenmedizinkursen nutzen wir die Kraft und Essenz des Fliegenpilzes und des Kakaos, um uns darin unterstützen zu lassen.



- **Fliegenpilz oder Amanita Muscaria** ist seit Jahrhunderten in unserem Kulturkreis eingewoben und hat u.a. eine energetisierende, angstlösende, schmerzlindernde und schlaffördernde Essenz.
- **Kakao** in reiner Form ist eine sanfte Pflanzenmedizin mit nährender und liebevoller Essenz.

Unsere Online-Kreise und Pflanzenmedizinkurse sind achtsame Räume mit authentischen Verbindungen, in denen wir Halt finden, um unseren Prozess in Zeiten des Wandels und der Unsicherheit zu erleben. Die nächsten Kreise öffnen für jeweils 5 Wochen am **19. oder 21. März sowie am 7. oder 16. Mai**. Sei herzlich willkommen.

Melde Dich gern für weitere Infos, zur Anmeldung und für ein persönliches Gespräch. Herzlichst, Sylvia

Sylvia Hansen · Leipzig · Tel. 0178 3015738 · hello.syl.hansen@gmail.com

Telegram @Naturkultur_Bewusstseinswelten

Hier erfährst Du mehr über mich und mein Wirken: msha.ke/hello_syl_hansen

Naturspirituelle Begleitung, Kräuterwissen & Kakaozeremonie

Beratungspraxis „Sein und Werden“

von Sandra Schneider



Ich bin Sandra Schneider, lebensfrohe Inhaberin der Beratungspraxis „Sein und Werden“. Bei mir ist der Name Programm und es geht um Dein naturverbundenes Sein sowie darum, Dich in Deinem ganz individuellen Werden ganzheitlich zu begleiten. Seit 29 Jahren berate ich Menschen, vor allem Frauen und Paare, in ihrer Persönlichkeitsentwicklung; durch schwierige Lebensphasen, Umbruchsituationen, hin zu mehr Fülle, Freude und Selbstannahme. Mein Herzensanliegen ist es, Menschen in Verbindung mit ihrem wahren Selbst und der Natur zu bringen, Wissen über unsere heimischen Wildkräuter weiterzugeben und zu einem entschleunigten Leben anzuregen.

Mein Herz wurde ebenso von der heiligen Medizinpflanze Kakao berührt. In achtsam geleiteten **Kakaozeremonien** kannst Du die herzöffnende und transformierende Kraft von „Mama Kakao“ erleben. Für Deine Achtsamkeitspraxis zu Hause kannst Du auch hochwertige Rohkakaoprodukte, aus 100% fairen Biokakao, erwerben. Sie unterstützen Deine Gesundheit auf allen Ebenen. Weiterhin gebe ich **Frauenkreise, Seminare** zur Herstellung gesunder Kräuterprodukte, Wildkräuterspaziergänge, begleitete **Schwellengänge** in der Natur (Medicine Walks) zur Entscheidungsfindung oder Klärung Deiner Anliegen.

Meine Erfahrung ist: Der Weg, der Dich wieder zu Dir Selbst nach Hause führt, ist der Weg in Dein Herz, Deinen Körper und hinaus in die Natur. Das ist meine Einladung an Dich für mehr erfüllte Lebenszeit!

Alle meine Angebote und Termine findest Du auf meiner Homepage www.seinundwerden.online. Ich freu mich auf Dich!

Sandra Schneider · Praxis Sein und Werden · Erlenweg 24, 08412 Werdau
Tel. 0157 73738759 · www.seinundwerden.online

Freitag, 22.03.2024

22. – 24.03. „ENERGY DANCE® trifft Yoga“
Wochenende · Krölpä · www.vitaleum.com

18:00 Uhr Vortrags-Gesprächsreihe Innere Stärke · Christoph Donner · Aue · Tel. 03771 22703

19:00 Uhr Vortrag Allumfassende Aufrichtung & Telegonie Löschung · Kai Müller · Freiberg
t.me/B_E_G_A_B_T

Samstag, 23.03.2024

23. – 24.03. Trommelbauworkshop Rahmen-trommel · Sandra Wolfram · Dresden · hofmühle-pfaffroda.de

10:00 bis 18:00 Uhr Super-Brain-Yoga Workshop, Pranalehrerin Grit Wehrauch · Schwarzenberg
pranaheilung-erzgebirge.de

11:00 bis 18:00 Uhr Workshop Polyamorie erfolgreich leben · Dresden · www.anukan.de

15:00 Uhr LESUNG auf der Leipziger Buchmesse „Erkenntnis der Seele, Heilung der Welt“ · Nora Philine Hansing · www.revolutionderseele.de

Sonntag, 24.03.2024

10:00 bis 18:00 Uhr Workshop Schamanismus & Tantra – zwei Wege zur Ganzheit · Katrin Laux Dresden · www.anukan.de

11:00 Uhr Geomantische Wanderung Burg Kriebstein · Jens Winter · Waldheim Tel. 0174 9998527

Montag, 25.03.2024

25. – 28.03. Osterurlaub im Kunsthof Eibenstock
www.kunsthof-eibenstock.de

16:00 Uhr Honigmassage Ausbildung · Henry Richter · Dresden · www.corpus-et-anima.de

Mittwoch, 27.03.2024

09:00 Uhr Seminar R.E.S.E.T. 1 – Balancierter Kiefer = Balancierter Körper · Anett Senwitz Limbach-Oberfrohna · www.corpus-et-anima.de

Donnerstag, 28.03.2024

14:00 Uhr Betrachtung Germanische Heilkunde, Joachim Wohlfel · Krölpä · www.vitaleum.com

28.03. – 01.04. Oster-Retreat · Bhajan Noam Lengenfeld · spirituell-er-leben.org

Freitag, 29.03.2024

29.03. – 01.04. Oster-Retreat Jesus Christus Yanttra & die Kraft der Frau · Tara Gräfe · Voigtsdorf
www.kraftreisen.org

10:00 bis 12:30 Uhr Wildkräuterspaziergang „Ach du Grüne Neune!“ · Sandra Schneider Werdau · www.seinundwerden.online

29. – 31.03. Kriya Yoga Einweihung · Bernd Prokop · Lengenfeld · spirituell-er-leben.org

Sonntag, 31.03.2024

31.03. – 07.04. Yogani-Oster-Retreat · Bernd Prokop · Lengenfeld · spirituell-er-leben.org

Montag, 01.04.2024

08:30 bis 11:00 Uhr Osterfrühstück im Kunsthof Eibenstock – hausgemacht · vollwertig · kreativ
www.kunsthof-eibenstock.de

Dienstag, 02.04.2024

02. – 03.04. Schamanische Ausbildung Teil 1 / Mod.1 · Ulrike Reiher · Dresden · www.corpus-et-anima.de

Donnerstag, 04.04.2024

04. – 11.04. Fasten – Abenteuer im Alltag in Mittweida (ohne ÜN) · Kati Walther · Mittweida
meine-glueckskueche.de

19:00 bis 21:00 Uhr Online-Vortrag Kaleshwara Vaastu – Bauen & Wohnen im Einklang mit den 5 Elementen · Tara Gräfe · www.kraftreisen.org

Freitag, 05.04.2024

05. – 17.04. Fasten nach der Methode von Dr. Otto Buchinger mit Aufbauarbeiten · Silke Wendt, Rieth · www.gesundurlaub-klatschmoehn.de

Samstag, 06.04.2024

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

06. – 07.04. Seminar PRANA 1 – Grundlagen der Pranaheilung · Grit Wehrauch · Schwarzenberg
pranaheilung-erzgebirge.de

14:00 bis 17:00 Uhr Meditative Wanderung „Komm zur Quelle!“ mit Kakaozeremonie, Sandra Schneider · Neumühle / Elster · www.seinundwerden.online

14:00 bis 20:00 Uhr Halbtagesseminar Stärke Deine Schutzkreise · Tara Gräfe · Voigtsdorf,
www.kraftreisen.org

Sonntag, 07.04.2024

07. – 12.04. Yogawoche – Kennenlernen des Sri Sai Prana Yoga · Kerstin Schreier · Eibenstock
www.kunsthof-eibenstock.de

07. – 12.04. Basenfasten Plus – mit täglicher Begleitung durch Yoga & Entspannung für Körper, Geist & Seele · Krölpä · www.vitaleum.com

07.04. – 13.03. Buchinger-Fasten an der Ostsee, Britta Tackmann (zertif. Fastenleiterin) · Zinnowitz / Usedom · www.fastenanderostsee.com

10:00 bis 19:00 Uhr Seminar Ho’oponopono, Sabine & Roy Müller · Dahlen · heilklangzentrum.de

10:00 bis 13:00 Uhr Kostenfreier Workshop Nahrung für Körper, Geist & Seele · Tara Gräfe Voigtsdorf · www.kraftreisen.org

Mittwoch, 10.04.2024

18:00 bis 19:30 Uhr Infoabend Schlafstörungen – was kann man dagegen tun? · Gabriele Göpfert, Hohenstein-Ernstthal · auszeit-vom-stress.de

Donnerstag, 11.04.2024

17:30 Uhr Workshops mit Wohlfühlcharakter: „Ich bin genug und einzigartig“ – Stärke liebevoll Dein Urvertrauen · Anja Häbler-Müller · Aue
zeit-fuer-dich-wellnesslounge.jimdosite.com

Freitag, 12.04.2024

12. – 13.04. Ausbildung: Intuitive Massage für Frauen · Anja Häbler-Müller · Aue · zeit-fuer-dich-wellnesslounge.jimdosite.com

Samstag, 13.04.2024

09:30 bis 16:00 Uhr Tagesseminar Familienstellen · Bettina Brückner · Annaberg-Buchholz · Tel. 0373326401

10:00 bis 14:00 Uhr Experten Sprechzeit – ganzheitlich und selbstbestimmt · u.a. mit Kathrin Salostowitz · Chemnitz · Tel. 0172 7617976

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

10:00 bis 16:00 Uhr Schamanischer Tag – Einführung in den Schamanismus: Ist der schamanische Weg etwas für Dich? · Sandra Wolfram · Olbernhau · www.hofmühle-pfaffroda.de

13. – 14.04. Grundlagen-Workshop Kaleshwara Vaastu – Bauen & Wohnen im Einklang mit den Elementen · Tara Gräfe · Voigtsdorf · www.kraftreisen.org

11:00 bis 19:00 Uhr **Tag der offenen Tür in der Tanzoase Chemnitz** – Ein besonderer Erlebnisstag mit Best of Dance u.v.m. · Bella Steudel bella-kalima.de

Sonntag, 14.04.2024

14. – 21.04. Fastenwandern & Selbstreflexion im Erzgebirge · Kati Walther · meine-glueckskueche.de

1. Werdauer Lebensfreude-Kongress · www.gluecklichmacherin.de

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

Dienstag, 16.04.2024

16.04. Beginn der Modularen Heilpraktiker-Ausbildungen (Dienstagskurs) in Präsenz · Dresden
www.corpus-et-anima.de

Geomantie – Seminare, Reisen, Naturverbindung

In Harmonie mit den Elementen

von Jens Winter



Natur ist Rhythmus, Bewegung, Ausgleich und Harmonie in Formen, Farben und Klängen. Dieses Jahr folgen wir dem Lauf der Jahreszeiten und tauchen tief in die Welt der „**Vier Elemente**“ ein. In den Seminaren erlernst Du die direkte Kommunikation mit den elementaren Welten.

Du erfährst die Bedeutung und die Essenz der einzelnen Elemente unserer Erde und welche unterschiedlichen Wirkungen sie auf **Dich** und **Dein** Umfeld haben. Durch Deine fühlende und herzzentrierte Verbindung zu diesem lebendigen Netzwerk lernst Du von dessen Weisheit und nutzt sie für Dein persönliches Leben. So kann vieles bei Dir wieder in Ordnung kommen. Auch werden wir wieder gemeinsam magische und kraftvolle Orte besuchen, um uns mit deren Einzigartigkeit zu verbinden.

Die Geomantie hält viele Schätze bereit, die unser Umfeld und unser Leben wieder im Einklang mit der Natur gestalten lässt. Sie berücksichtigt alle Seins-Ebenen, um sie in einen lebendigen Zusammenhang zu bringen. Damit unterstütze und begleite ich Dich auf **Deinem** Weg.

Seminare im geomantischen Jahreskreis

- 21.04. Frühjahr – Element Luft
- 27.10. Herbst – Element Wasser
- 21.07. Sommer – Element Feuer
- 09.02. Winter – Element Erde

Wanderungen

- 24.03. Burg Kriebstein (Waldheim)
- 26.05. Elbsandsteingebirge
- 23.06. Ringheiligtümer Goseck + Pömmelte
- 01.09. Collm



Jens Winter · jens.winter@natura-vierelemente.de · Tel. 0174 9998527
Telegram @naturavierelemente · Instagram @jens_vierelemente

Shamanin Gabriele Wills

Mein spiritueller Weg führte mich zu unterschiedlichen Begegnungen mit Menschen, die mir meinen Weg in sehr praktischen Dingen wiesen, mich bestärkten und ein Stück weit führten sowie mein intuitives Wissen bestätigten. So begegnete mir eine Schamanin, die mich lehrte, ein Medizinrad zu pflegen, Energien zu unterscheiden und meiner Wahrnehmung zu vertrauen. Ein Lehrling der indianischen Lebensweise unternahm mit mir eine Krafttierreise und war sehr erstaunt darüber, dass ich so viele Krafttiere mitbrachte. Lama Ole Nydahl aus der buddhistischen Richtung „Der Diamantweg“ begrüßte mich mit einer Umarmung und nannte mich Schwester. Als meine Tochter bei einem zweiten Treffen starke Schmerzen bekam, gab er mir seine „Segnungsdose“ mit den Worten: „Das kannst Du besser.“ Vieles interessiert mich, ständig erweitere ich mein Wissen.

Für einiges habe ich einen offiziellen Abschluss: Astrologie, Hellsehen, Metaphysik, Numerologie, schamanische Rituale, Diplom in Psychologie (ILS), Familienaufstellung nach Hellinger, Homöopathie- und Hypnose-Ausbildung, Muskelentspannung, QiGong, Wirbelrichten nach Dorn, REIKI-Weißen nach USUI, REIKI-Meisterin nach Melchizedek, Hospizarbeit (Sterbebegleitung), Coach-Ausbildung, Train the Trainer (IHK), FaceReading, Gesicht- und Handlinien lesen.



Heute nenne ich mich Shamanin, da diese Bezeichnung mich und meine Aufgaben als Heilerin, Seelenbegleiterin und eine Art Priesterin, am besten beschreibt. Willst Du wissen, was Dein Lebenssinn, Deine Berufung ist? Wie kannst Du Deine Fähigkeiten, Talente und Gaben in Dir entdecken, trainieren

und diese für Dich nutzbar machen? Gerne geleite ich Dich erfolgreich zu Dir und damit auf neue Bahnen des Denkens und der Wahrnehmung. Ich bin bereit, Dir in diesem Sinn zu dienen.

Gabriele Wills · Tel. 0159 06275710 · t.me/heildesweiblichen · www.shamanin.com

Schamanische Arbeit, Familienstellen, Reiki & Qi Gong

Herzlich Willkommen in der Grünen Villa

von Elke Heinze Grüner

Nach vielen Erfahrungen in meinem Leben erfülle ich mit meiner Arbeit in der Grünen Villa seit 23 Jahren meine Vision, ein Haus aufzubauen, in dem Menschen Antworten finden können. Ganz individuelle Antworten. Noch besser, dass sie Brücken finden, sie vorsichtig betreten und in ihrem eigenen Tempo überqueren können. Brücken zwischen ihrer Alltagswelt und ihren Zukunftswünschen. Brücken zwischen den Sorgen und Ängsten und einem freudvollen und erfüllten Leben. Dabei ist es sinnvoll und wichtig, dass nicht ich die Steine und Hinderlichkeiten beseitige, sondern den Menschen die Kraft und die Möglichkeit gebe, sie selber zu sehen, zu verstehen und bei Notwendigkeit mit meiner Unterstützung aus dem Weg zu räumen.



Die Grüne Villa ist keine riesige Villa, der Name kommt einfach aus dem sprachlichen Gebrauch für dieses grüne Haus, in dem ich meine Praxis und meinen Seminarraum für meine Arbeit mit und für meine Kunden habe. Außerdem liegt sie zwar ganz zentral Nähe Autobahn und Nähe Stadtzentrum, aber eben am Wald – unserem Küchwald, der sich auch wunderbar für die Nachbereitung von Sitzungen eignet, indem man dort einfach noch ein bisschen spazieren geht. Genauso gut ist dieser Wald Seminarraum für einige meiner Seminare, z. B. für Qi Gong und zum Teil auch für die schamanischen Seminare. Lassen Sie sich inspirieren und schauen Sie einfach mal auf meine Angebote zu Einzelterminen, Workshops und Seminaren unter www.gruevilla.de. Für Ihre Fragen stehe ich gern zur Verfügung. Alles Gute wünscht Ihre Elke Heinze Grüner

Die Grüne Villa · Elke Heinze-Grüner · Schamanische Lebensberatung & Seminare
Waldrand 21, 09114 Chemnitz · Tel. 0371 37449051 · www.gruevilla.de

Waldbaden, Wandern & Workshops in Hohenstein-Ernstthal

Auszeit vom Stress

von Gabriele Göpfert

Kennst Du das auch?

- Du bist immer für andere da?
- Alle erwarten, dass Du immer funktionierst?
- Für Deine eigenen freien Termine bleibt keine Zeit?
- Und jetzt bist du am Limit, nichts geht mehr?



Nun ist es Zeit zu lernen, „nein“ zu sagen. Wie Dir das gelingt und wie Du diese „Ich-Momente“ in den Tagesablauf integrierst, das zeige ich Dir in meinen Workshops und beim Waldbaden. Selbstfürsorge und Selbstvertrauen erlernen – die eigenen Bedürfnisse erkennen und an die erste Stelle setzen.

Komme in Deine Kraft und Dein Wohlbefinden.

Dies ist mein Anliegen mit meiner „Auszeit vom Stress“. Ich nutze die Kraft der Natur zur Unterstützung. Mit Waldbaden, Wandern, Workshops und Infoveranstaltungen wird die Achtsamkeit geschult und Ruhe und Entspannung ziehen ein. In den Workshops und Infoveranstaltungen vermittele ich Wissen über Naturheilkunde und deren Anwendungsmöglichkeiten. Meine Favoriten sind dabei die Klosterheilkunde und die „Kneipp'schen Anwendungen“. Dies geschieht in Theorie und Praxis. Auch die Praxisteile fördern die Entschleunigung – denn alle Teilnehmer sind im „Hier und Jetzt“. Erfahrungsaustausch und gegenseitige Unterstützung sind weitere positive Effekte. Jeder entdeckt dabei seine Fähigkeiten und Talente.

Jeder Tag ist ein neuer Anfang. Mache den ersten Schritt zur Veränderung – und das heißt anmelden und dabei sein. Ich freue mich auf Dich.

Gabriele Göpfert · 09337 Hohenstein-Ernstthal
Tel. 0152 06689922 · www.auszeit-vom-stress.de

Aktivierung heiliger Plätze um Jena (Thüringen)

Heilung für Mensch und Erde

von Thomas Kretschmar

Geomantisch-spirituelle Seminare zur Rückverbindung mit Mutter Erde, den Naturwesen und der geistigen Welt am 9.5. / 6.7. / 3.10.2024 jeweils 11–17 Uhr (Detailablauf bei Anmeldung).

Komm in Deine Heilung, ins Gleichgewicht und ins Erwachen durch Wahrnehmung, energetische Reinigung, Loslassen, Zentrierung und Ausrichtung. Die unterschiedlichen Plätze in dieser Veranstaltungsreihe können verschiedene Lebensthemen ansprechen und zu Lösungen beitragen sowie einen individuellen Entfaltungsprozess ermöglichen.



- Wahrnehmung des Platzes
- Energiearbeit und Trommelreise
- Workshop mit hoher Eigenerfahrung
- Feuerritual

Begleitung durch Thomas Kretschmar (schamanische Arbeit, Geistheilung, www.seelenziele.de) und Kerstin Ramm, Heilerin und Biologin (Energiearbeit, schamanische Rituale und systemische Aufstellungen, www.echinocoaching.de). Beitrag: 90 €

Anmeldung unter: info@echinocoaching.de oder Tel. 036692 21382



20. – 22.3.2024 Schamanisches Frühlingsretreat bei Meißen

Kraftvolle Ostara-Rituale

von Thomas Kretschmar

Herzlich willkommen zur gemeinsamen Ausrichtung und zum Krafttanken in einem besonderen, energetischen Feld zum Frühlingsanfang unter der Leitung von Schamane & Geomant Thomas Kretschmar.

Freitag · 20. März 2024

bis 16:30 Uhr	Ankommen
17:00–18:00 Uhr	Willkommenszeremonie
18:00–19:30 Uhr	Abendessen
20:00–24:00 Uhr	Kakaozeremonie zur Tag- und Nachtgleiche mit EkadashiArt Leipzig

Samstag · 21. März 2024

8:00–9:30 Uhr	Frühstück
9:30–12:30 Uhr	Heilpflanzenwissen zu Ostara mit Heilpraktikerin Andrea Rölke aus Dresden
	Mittagessen
12:40–14:00 Uhr	Heilkraft der Knospen
14:00–16:00 Uhr	Pause für rituelles Teilen von Speisen für Ostara
16:00–16:30 Uhr	Gemeinsames Erleben in Wald und Natur
16:30–18:00 Uhr	Abendessen
18:00–19:30 Uhr	Feuerrituale zur Wiedereröffnung des alten Kraftplatzes und für Ostara
19:45–00:00 Uhr	

Sonntag · 22. März 2024

8:00–9:30 Uhr	Frühstück
9:30–11:00 Uhr	Feuerritual zum Abschluss & Segen für die Teilnehmer
ab 11:00 Uhr	Abreise

Gesamtkosten für Workshops, Zeremonien, Feuerrituale, VP: 380 €

Anmeldung unter E-Mail: veranstaltung@seelenziele.de
Weitere Infos unter www.seelenziele.de und nach Anmeldung

Warum ist Energiearbeit gerade jetzt so wichtig?

Energetisches Heilen für Ihre Gesundheit

von Gabriele Giersch

Wir erleben im Außen derzeit einen massiven Wandel. Alte Strukturen und Systeme zerbrechen, neue werden sich bilden und entstehen (Finanzen, Wirtschaft, Politik). Unsicherheiten und Ängste breiten sich aus. Zusätzlich verursacht die intensive Schwingungserhöhung der Erde einen Reinigungsprozess in unseren Energiekörpern. Emotionen fahren Achterbahn, alte Muster können an die Oberfläche kommen und fühlbar werden. Dadurch ist es möglich, dass massive körperliche und/oder seelische Befindlichkeiten auftreten. Eine gute Gelegenheit, die im Unterbewusstsein gespeicherten Blockaden aufzulösen, um eine Verbesserung des körperlichen, emotionalen und geistigen Zustands zu unterstützen. Wir dürfen erkennen, dass Situationen im Außen uns nur beeinflussen und ängstigen können, wenn es in unserem Inneren noch unbearbeitete Themen gibt. Durch Bewusstwerden, dass unsere Gedanken und Gefühle Realität erschaffen, legen wir ein festes Fundament, werden stabiler und sicherer.



Foto: ©karelnoppe photography



Energetische Anwendungen besitzen besondere Kraft und haben sich schon tausendfach bewährt. Sie können helfen, körperliche Schwäche, emotionale Belastungen, Stress, Erschöpfung bis hin zu Krankheit und Schmerzen abzubauen und damit das gesamte Energiesystem für Gesundheit, mehr Leistungsfähigkeit, Vitalität und Wohlbefinden zu unterstützen. Sprechen Sie mich gerne dazu an. Gemeinsam finden wir den richtigen Weg, um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu unterstützen.

Eppendorfer Gesundheitspraxis · Gabriele Giersch
Talstraße 5, 09575 Eppendorf · Tel. 0157 82462946
www.eppendorfer-gesundheitspraxis.de

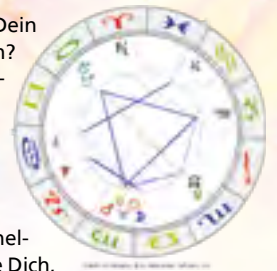


Spielanleitung für Dein Leben

Selbsterkenntnis mit Astrologie

von Yvonne Döring

Möchtest Du die „Spielanleitung“ für Dein eigenes Leben endlich genauer studieren? Das Geburtshoroskop ist die grafische Darstellung der Planetenkonstellation zum Zeitpunkt der Geburt. Es enthält eine Art individuelle „Spielanleitung“ für Dein Leben.



Da es sich um eine Symbolsprache handelt, helfe ich Dir gern beim Decodieren – oder lehre Dich, es Stück für Stück selbst zu tun. Hast Du das Gefühl, irgendwie vom „ganz eigenen Weg“ abgekommen zu sein, die innere Stimme nicht mehr zu hören? Wusstest Du, dass die Stellung der Mondknoten in Deinem persönlichen Geburtshoroskop Deine Lebensaufgabe zeigt?

Nutze eine astrologische Beratung als Potentialanalyse – auch für Dein (Enkel-)Kind! Oder erkenne, wer Du wirklich bist, unter all den Konditionierungen und Glaubenssätzen. Es hilft Dir, Dich und andere besser zu verstehen und eine bessere Version Deiner selbst zu werden!



Du möchtest lernen, Dein Horoskop selbst zu entschlüsseln? Dann könnte Dich mein Online-Kurs interessieren: Spielerisch und mit einem tollen Skript zeige ich Dir den Einstieg in die Welt der Astrologie. Du brauchst kein Vorwissen. Ein neuer Kurs beginnt Ende März 2024.

Ich freue mich auf Dich! Fordere gern mein Infomaterial an!

Astrologische Beratungen · Yvonne Döring
Dresden · mondgespraech@gmx.de · Tel. 0177 7678080

Neu an der Ostsee im Hotel Carat

Studio Panta Rhei Grömitz

von Katharina Mielke



Viele von Euch kennen mich und meine Arbeit unter meinem alten Namen, Katharina Muuß-Adamek SoulBodyWorkout. Nun hat sich einiges geändert, meine Arbeit bekommt einen neuen Rahmen und die Unterstützung meines Mannes. Das möchte ich Euch gerne vorstellen.

Studio Panta Rhei Grömitz – Wellness für Körper, Geist und Seele – das ist unser Anspruch. Ob Physiotherapie, Yoga, Massage, Ayurveda oder Mentalcoaching & Heilsitzung mit medialer Beratung – hier bekommt jeder, was er gerade braucht. Warum? Weil mit gebündelten Kräften mehr mög-

lich ist. Wir wissen, dass Heilung immer ganzheitlich geschehen darf und dass sie manchmal sehr verschlungene Pfade nimmt. Auch dabei unterstützen wir Dich, wenn Du bereit bist.

Unser Konzept vereint sowohl die Elemente der konventionellen Medizin, Ayurveda, wie auch die Spiritualität mit all ihren Möglichkeiten. Gerne kannst Du auch an unseren Seminaren und Retreats teilnehmen. Gespannt? Dann heißen wir Dich herzlich Willkommen in unseren Räumen.



Katharina & Tobias Mielke · Studio Panta Rhei Grömitz
Strandallee 2-4 (Hotel Carat), 23743 Grömitz
Tel. 01520 9448786 · www.studiopantarheigrömitz.de



Manifestiere Erwünschtes

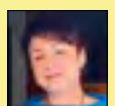
„Alles wird zweimal erschaffen: Erst im Kopf und dann in der Realität.“
R. Sharma

Ob Du Dir darüber bewusst bist oder nicht – die Gedanken, die Du hegst, also Dein Bewusstsein, bilden die Grundlage für das, was Du als „wahr“ akzeptierst. Diese „Wahrheit“ sickert in Dein Unterbewusstsein, welches wie die Hardware eines PC fungiert und sein Programm abspielt. Die energetischen Schwingungen, die dabei entstehen, gekoppelt an damit verbundene Gefühle, ziehen wie ein Magnet die Realität in Dein Leben, die dazu passt. Unser Schöpfer hat uns somit eine große Möglichkeit der Freiheit gegeben, wenn man versteht, dieses Wissen weise anzuwenden – richtig zu manifestieren.

Das Wunderbarste daran besteht nicht darin, materielle Dinge anzu ziehen, sondern es hilft uns, die großartigste, kraftvollste und authentischste Version unserer Selbst zu werden (die Fülle kommt nebenbei). Solltest Du an diesem Mechanismus zweifeln, dann probiere es einfach mal eine Zeitlang aus: Sei bewusster!

Gerne helfe ich Dir auf Deinem Weg mit meinem Wissen, meinen Erfahrungen sowie speziellen Fähigkeiten. Sei gesegnet!

Regina Röbller-Wagner · Heilerin / astrol. Psychologin
Zentrum für Geistiges Heilen · 09484 Kurort Oberwiesenthal,
Annaberger Str. 51 · Tel. 037348 23962 & 22200
www.ganzheit-roessler-wagner.de



Frühlingserwachen im Waldkraft-Resort Vitaleum in Thüringen

Die Energie ins Fließen bringen

von Andrea Kopf

Endlich kehrt das Leben in die Natur zurück und Wald, Wiesen und Gärten erfüllen unser Auge mit einer grünen und bunten Farbenpracht. So ist es Zeit, auch an Dich zu denken, wie Du nach dem trägen Winter wieder in Schwung kommst, um Deine ganze Lebenskraft zu entfalten. Gerne bieten wir Dir im



Vitaleum dabei unsere Unterstützung an. In einer ruhigen, ländlichen Oase umgeben von Wald und Feldern, kannst Du in unseren **Basenfastenkuren** Deinen Körper einmal gründlich entschlacken. Nutze dabei gern die Begleitung durch unsere Naturheilpraxis und das Programm „Energie ins Fließen bringen“, bei dem Du von Naturheilpraktikerin Anja Heinrich fachkundig und mit gezielten Behandlungen unterstützt wirst.

Weiterhin freuen wir uns auf die kommende Wildkräutersaison mit unseren **Wildkräuterkursen** ab Mitte April. Hier erfährst Du, wie Du unter anderem mithilfe von Löwenzahn und Brennnessel Deinem Körper wunderbar beim Entschlacken hilfst. Neu ist im Juli und August auch eine **Wald- und Wiesenwoche** (30.6.–5.7.24 oder 11.–16.8.24) angedacht, bei der Du ganz viel Waldwissen und praktische Wildkräutertipps für Deinen Alltag mitnehmen kannst. Und falls Dich das Wissen und die Anwendung hochwertiger, ätherischer Öle lockt, gönne Dir im Mai die **Ausbildung zum Raindrop Practitioner** (30.5.–2.6.24) einfach für Dich selbst und um Deine Lieben zu verwöhnen oder für Deine berufliche Laufbahn. Gönn Dir Deine Auszeit! Wir freuen uns, Dich bei uns begrüßen zu dürfen!



Achtsame Erholung mitten im Wald

Auszeit auf dem Erzgebirgskamm

von Mandy Gazsi

Sind Sie auf der Suche nach einem besonderen Ort für Ruhe und Erholung? Wir, die Familie Gazsi, betreiben seit 12 Jahren unsere Pension Talblick im kleinen Örtchen Weitersglashütte. Umgeben vom Naturschutzgebiet „Großer Kranichsee“ und nicht weit von der Talsperre Weiterswiese



(Carlsfeld) entfernt, bieten wir Ihnen unsere Zimmer und Ferienwohnungen, nach Wunsch mit Frühstück und Abendessen, an. Unsere „Erzgebirgsecke“ liegt an den Grenzen zum Vogtland und dem böhmischen Erzgebirge. Für alle Naturliebhaber, Wanderfreunde, Waldbader, Achtsamkeitsliebende der ideale Ort.

Am schönsten ist es, wenn man dies mit Freunden oder Gleichgesinnten erleben kann. Deshalb gibt es für Gruppen, nach Absprache, besondere Angebote. Sind Sie Kursleiter/-in? Dann sind wir für Sie der Ausgangspunkt für Ihren Kurs (Waldbaden, Fasten, Resilienz uvm.). Unser Aufenthaltsraum mit einer Fläche von ca. 75m² steht Ihnen zur Verfügung. Auch im Bereich Verpflegung können wir Sie unterstützen, so dass Sie ein Rundum-Paket für Ihre Teilnehmer haben. Im Außenbereich gibt es eine Feuerstelle sowie eine große Wildkräuter-Wiese. Als Ansprechpartnerin steht Ihnen Mandy Gazsi gern zur Seite. Sie ist durch die Waldbaden-Akademie ausgebildete Natur- und Achtsamkeitstrainerin und bietet Achtsamkeitsspaziergänge an. Mit den Worten von Thich Nhat Hanh „*Achtsamkeit ist die Fackel, die uns den Weg erhellt.*“, laden wir Sie ein: Lassen Sie uns den Weg gemeinsam gehen. Wir wünschen Ihnen allen eine achtsame Zeit.

Pension & FeWo's Talblick · Familie Dennis & Mandy Gazsi
Frühbusser Str. 8, 08309 Eibenstock OT Weitersglashütte
Tel. 01578 3501565 · www.eibenstock-talblick.de
www.waldbaden-im-erzgebirge.de



Waldkraft-Resort Vitaleum · Anja Heinrich
Herschdorfer Straße 14, 07387 Krölpa OT Hütten
Tel. 03647 16333-0 · info@vitaleum.com · www.vitaleum.com

Essania Seitai Abendgruppe

Die Seitai Abendgruppe: Wiederentdeckung und Erlernen der spontanen & authentischen Selbstbewegung. Gruppe zum Praktizieren und Kennenlernen der Methode für Interessierte.

Nächste Termine: 08.03. · 19.04. · 24.05. · 07.06.2024 ab 19:00

Essania Seitai Basiskurs

Schwerpunkt ist die spontane, regenerative Selbstbewegungsmethode (Katsugen Undo). Befreiung der Körperlichkeit durch den freien Geist in Bewegung.

Nächste Termine: 09. – 10.03. · 20. – 21.04. · 25. – 26.05.
08. – 09.06.2024 jeweils von 10:00 bis 17:00 Uhr

Veranstaltungsort (Übernachtung mgl.): Pension Kalkberg, Joachimsthaler Str. 294, 09474 Crottendorf, www.pension-kalkberg.de

Interesse an einer Gruppe in Chemnitz? Weitere Informationen unter **Tel. 0371 4046240** oder per E-Mail unter essania@web.de.

Werner Ahrens ∞ Jakobstr. 51, 09130 Chemnitz ∞ 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

Essania®

Seitai – die Urenergie in Aktion

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.

Leben in
Licht – Liebe – Harmonie

ONLINE

Julia Goessler · Gründerin des magischen Heilcodes · Mit Freude, Liebe und modernsten Heilmethoden zu Quantensprüngen in der Gesundheit, liebevollen Beziehungen und spielerischem Geldfluss · Berlin · www.juliagoessler.com · Finde uns auf Facebook unter „Heilcode“ und buche den Kurs www.dermagischeheilcode.de

ÜBERREGIONAL

Klangtempel – MIK & Thomas · Handpan-Workshops & Klangseminare · Spielgruppen, Klangkonzerte · Klangheilung · Klangliege, weltweites Klangnetzwerk, „Campana“-Festival der Klänge · „Die Tempelträumer“ · Imkerei uvm. Tel. 034299 811800 · www.klangtempel.net

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, Radebeul, Zwickau · Tel. 0174 8367945 · www.familienstellen.org

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

Nora Philine Hansing · Gründerin der Bewegung Revolution der Seele · Autorin · Botschafterin der Neuen Zeit · Initiationen in kosmisches Bewusstsein und Seelenwahrheit · Workshops Meditation · www.revolutionderseele.de · www.dimension-zeitenwende.de

PLZ 01...

Neue Partner

MONDGESPRÄCHE – psychologische Astrologie, mündliche und schriftliche Horoskop-Analysen zu verschiedenen Themen, auch Kurzberatung zum Schnuppern, Online-Astro-Einsteiger-Kurs · Yvonne Döring Dresden · Infomaterial über 0177 7678080 oder mondgespraeche@gmx.de

Thomas Kretzschmar – Schamane, Akasha-Lesungen, Reinigung der Chakren, Arbeiten mit Naturgeistern, Herstellung von individuellen Schutz- und Heilamuletten mit Kristallen, Edelsteinen & Pflanzen, energetische Schlafplatz- & Hausreinigungen, Schaffung von Kraftplätzen · Dresden · www.seelenziele.de

Dresdner ganzheitlicher Architekt **Udo Steinborn** · geomantisches Planen und Bauen · spirituelle Baubegleitung nach Harald Jordan · energetisch geomantische Grundstücksanalyse · Proportionierung der Gebäude nach Urmaß und Harmonik · www.udosteinborn.de

Astroschwingungen „Komm in Deine Schwingung – Lebe Dein Potenzial“ · Energetischer Schwingungsausgleich auf Basis Deines Geburtshoroskops, eine Verbindung von Astrologie mit energetischen Heilsystemen · Heike Mielke Dresden · Tel. 0173 8436755 · heike.mielke@astroschwingungen.de · astroschwingungen.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

R.leben@ · Bewusst · Schön · Sein · Ute Rudolph, ganzheitliches Coaching, Visagistik, energetische Heilarbeit, Seelenreisen, Klang-Massage, Frauenkreis, YoTaKa-Bewegung im Sein · Bayreuther Str. 16, 01187 Dresden · Tel. 0157 56874572 · www.bewusst-im-sein-erleben.de

Akademie CORPUS et ANIMA GmbH · Kinesiologie, Naturheilkunde, Homöopathie, Psychotherapie, HP-Ausbildung, HP Psychotherapie / Podo / Physio, Weiterbildung f. Therapeuten, Heilpraktiker, Coaches, Eltern, alle Gesundheitsbewussten · Dresden und Limbach-Oberfrohna Tel. 0351 6413010 · www.corpus-et-anima.de

Jana Reichel · abbiegende Hauptstraße – Beratung und Coaching im Berufsleben und Selbstständigkeit. Persönlichkeitsentwicklung, Selbstbestimmung, berufliche Neuorientierung, Gründungsbegleitung. Nimm Dein Berufsleben wieder selbst in die Hand! Freiburger Str. 114, 01159 Dresden · abbiegenderhauptstrasse.com

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

Jörg Hampel · Ich begleite, helfe Menschen auf ihrem Weg zu Gesundheit, Lebenssinn, Beziehungsglück mittels psychobionischer Innenweltenreisen · Rosengässchen 12, 01665 Niedermuschütz · Tel. 0172 3513183 · psychobionik.joerg-hampel.de · dein-platz-fuer-auszeit.de

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

Birgit Peters Geistheilerin seit 2010 · Wirbelsäulenaufriechung durch geistige Kraft, Ausgleich Beckenschiefstand, Beinlängendifferenz, innere Balance · Neustart für Körper, Geist & Seele, Potenzialentfaltung, Seminare, Spirit. Wanderungen · Wilsdruff & Dresden · Tel. 0173 8226629 · www.heilerin-birgit-peters.de

PLZ 03...

Gabriele Wills · Schamanin, Coach, Heilerin, Seelenbegleitung · Tel. 01629027803 · www.shamanin.com

PLZ 04...

Neue Partnerin

Sylvia Hansen – Coach · Begleiterin · Mentorin – Achtsame Kurse und Programme zur persönlichen Weiterentwicklung, Begleitung und Beratung zu Pflanzenmedizin, Naturkultur und Bewusstseinswelten, sorgfältig ausgewählte Retreats · Tel. 0178 3015738 https://msha.ke/hello_syl_hansen

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

Dr. Grit Ludwig · (Familien-)Systemaufstellungen und mehr online oder in Präsenz · Heilpraktikerin für Psychotherapie · Leipzig · Tel. 0176 63788112 · www.dr-grit-ludwig.de · Telegram: t.me/drgritludwig

Roland Meise · VITALEXPORTE – Produkte für ein neues Gesundheitsbewusstsein · Dipl.-Gesundheitsreferent, Wasser-Fachberater, Vitalstoffberater · Hildebrandstraße 32, 04277 Leipzig · Tel. 0177 5506621 · www.roland-meise.de

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

Heiklang-Zentrum · erfahre Berührung durch Klänge, Worte & Energie · Ganzheitliche Heilung und Harmonisierung ist möglich! Klang-Massagen, Klang-Therapie · energetische Heilbehandlungen · Prozessbegleitung & Coaching, Belgemsche Str. 25, 04774 Dahlen · Tel. 0176 23998815 · heiklang-zentrum.de

Lebenswerkstattthof in Mildenau

Annett Illig – Jahresprogramm 2024

von Annett Illig & Hendrik Frey

MUSIKMEDITATION

In Verbindung mit Yoga, Tanz, meditativem Singen und genussvollem Essen.

29. März · **Karfreitag**

23. Juni · **Sommersonnenwende**

03. November · **Herbstruhe**

jeweils 10:30 – ca. 17:00 Uhr, Kosten 75 €



Foto: Lars Rosenkranz

KONZERTE

15. Juni · 16 Uhr „**Geh aus mein Herz und suche Freud**“ Annett Illig und der Männerchor Bernsbach Michael Lacher (Git), Andreas Schmidt (Git, Gesang), Toralt Vogel (Piano)

21. Juni · 17 Uhr „**Mit allen Deinen Farben**“ Mit dem Ensemble des Musiktheaters Rabenschnabl Jung und Alt singen Lieder von ABBA bis Adele

7. September · Herzensprojekt ZEIT

14 Uhr **Filznachmittag** mit Doreen Lüpfer

19 Uhr **Kraftlieder für die Seele** zum Mitsingen mit Ann König

20 Uhr **PREMIERE „Wenn uns nur Liebe bleibt“**

Annett Illig (Sopran), Marcel Schrenk (Piano)

mit Videoeinspielungen ZEITzwei

Bei jeder Veranstaltung reichen wir gern Speisen und Getränke. Wir freuen uns auf Euren Besuch.

Anmeldung und Karten Tel. 03773 1436336 oder Tel. 0177 2691010

LEBENSWERKSTATTTHOF · Annett Illig & Hendrik Frey · Wiesenweg 17, 09456 Mildenau · annett@lebenswerkstattthof.de · www.lebenswerkstattthof.de

Tag der offenen Tür am 13.4. in „DIE Tanzoase“ Chemnitz

Erlebnistag mit „Best of Dance“

von Bella Stuedel

Am Samstag, den 13. April 2024 lade ich Dich ganz herzlich in meine wunderschöne Tanzoase zum Tag der offenen Tür ein. Dich erwarten vier verschiedene Tanzworkshops zum Mitmachen und Du lernst dabei mein einmaliges Konzept „Best of Dance“ kennen. Weiterhin hast Du die Möglichkeit, das neue Entspannungsprogramm ZENbo® Balance auszuprobieren und Dich in einer Frauenrunde über die Themen Weiblichkeit und Frausein auszutauschen. Workshopdauer á 45 min.



- 11:00 **Belly Dance** (Orientalischer Tanz / Bauchtanz) · Weiblichkeit pur
- 12:00 **Hawaiian Hula Dance** · Dieser Volkstanz Hawaiis bringt die Fülle des Lebens zum Ausdruck und öffnet das Herz.
- 13:00 **Circle-Dance** (Kreistanz) – für Lebensfreude und Gemeinschaftsgefühl und **Sacred Dance** (meditativer Tanz) – nährend, stärkend und eignet sich zum Besinnen und Hineinspüren.
- 14:00 **Pause** mit Gesprächsrunden
- 15:00 **Mantra-Dance** · Elemente aus Yoga, Qi Gong & Tai Chi werden tänzerisch mit Begleitung durch Mantra-Gesang vereint.
- 16:00 **ZENbo® Balance** · Vereint westliche Entspannungsverfahren wie Autogenes Training mit östlicher Meditation, Zen und Yoga.
- 17:00 **Healing Talks & Dance** – Frauen-Gesprächsrunde, umrahmt mit tänzerischen Bewegungen.
- 18:00 **Frauenkreis** und Abschluss

Nutze diese kostenlosen Schnupper-Workshops, Gesprächs- und Tanzrunden und genieße einen besonderen Erlebnistag. Maximal 10 Teilnehmer pro Workshop. **Verbindliche Anmeldung erbeten.**

Kali Ma's Belly Dance & Healing™ – DIE Tanzoase · Bella Stuedel
Tel. 0172 7918328 · Palmstraße 17, 09130 Chemnitz · www.bella-kalima.de

Seminarreihe auf Gut Gödelitz in der Nähe von Döbeln

Gedankentausch mit Yoga und Klang

von Andrea & Michael Kyak



Es geht um den Tausch von Gedanken zur aktuellen Zeit; Anregungen, wie wir mit den zunehmenden Wirrnissen gut umgehen können und uns selbst wieder in unsere eigene Mitte bringen. Zum Gedankentausch gibt es Yoga, welches uns zur Auflockerung des Leibes dient und uns mit neuen Anregungen gut tut, um anmutig, geschmeidig und kraft-

voll durch unser Leben zu gehen. Zusätzlich genießen wir wunderbare Klangbäder von Michael. Aus der Sicht eines Hochsensiblen vermitteln wir Wissen, was Dir helfen kann, Deinen eigenen Weg zu beschreiten und ihn mit Kraft zu begehen, Dich selbst weiterzuentwickeln, selbst ins Tun zu kommen, Deine Lebensaufgabe zu erfüllen und so ein von Glück erfülltes, reiches Leben zu führen.

Seminartermine und -themen

26.–28. April: Der Schlaf – warum ist er wichtig? Wie schlafe ich? Träume ich oder wache ich?

24.–26. Mai: Was nährt mich – im Geist und im Leib?

26.–28. Juli: Die Sonne – wie sehen wir sie?

25.–27. Oktober: Der Umgang mit mir selbst – liebe ich mich schon genug?

jeweils Freitag, 18:00 Uhr bis Sonntag, 13:00 Uhr



Wir freuen uns auf jedes einzelne Seminar und laden herzlich dazu ein, Dich aktiv einzubringen. Das Seminar beginnt mit der Anmeldung und es finden sich genau die Seelen zusammen, die es braucht. Die Seminarreihe baut aufeinander auf, jeder Block kann auch einzeln gebucht werden.

Ort: Gut Gödelitz in der Nähe von Döbeln · www.gut-goedelitz.de

Das Gut liegt absolut ruhig inmitten der Natur. Es gibt genug Wege zum Spazieren, Seele baumeln lassen, lauschige Ecken für einen kleinen Rückzug sowie zum Träumen und Schauen.

Kosten: 200 € (zzgl. Übernachtung und Mahlzeiten)
Mindestens 6, höchstens 12 Teilnehmer

Die Einladung geht mit dem Gedanken an alle, dass wir uns finden mögen, damit wir uns für die kommenden Zeiten stärken und uns ein stützendes „Hinterland“ aufbauen. Es geht um den Zusammenhalt, gemeinsam Freude erleben und die Gewissheit für jeden Einzelnen, dass man nicht einsam ist, sondern Gleichgesinnte um sich scharen kann. Dies sind aus unserer Sicht wesentliche Elemente, um frohen Herzens alles zu meistern, was es an Prüfungen und Herausforderungen in der kommenden Zeit so geben wird. Wir freuen uns auf jede Begegnung.

Andrea Kyak – Yogalehrerin · Lebensenergieberaterin

Michael Kyak – Klangpraktiker nach Peter Hess®

Eubaer Straße 23g, 09577 Niederwiesa · Tel. 0172 877 9885 · www.anschotten.de



Ruth Rölller

Klang & Energie

- Klangmassage
- Klangerlebnisse (auch an Neu- und Vollmond)
- Ausbildung Klangmassage Modul 1
27.–28.4. / 25.–26.5. / 29.–30.6.2024
Beratung und Verkauf
von Klangschalen

Klang & Energie · Ruth Rölller
08396 Waldenburg
Tel. 0172 3577537
info@klangschalen-energie.de
www.klangschalen-energie.de



hören... spüren... wohlfühlen – im Erzgebirge

SinnesWandel

von Ines Klepsch



Zufall, Glück, Bestimmung oder Schicksal? Es war wohl die Mischung aus allem, die mich zur rechten Zeit an den Ort der Begegnung mit Klangschalen führte. Einmal angeklungen, haben mich Klang und Schwingungen nicht mehr losgelassen. Von 2021 bis 2023 erwarb ich in verschiedenen Ausbildungen das nötige Wissen, um als Klangtherapeutin & Klangpädagogin, Kursleiterin für Klangmeditation sowie integrative Klangpädagogik zu arbeiten. In meinem Wohnort Sehma habe ich seit Dezember 2021 meine eigene Klangtherapiepraxis „SinnesWandel“ und bin dankbar, den Klang ins Erzgebirge tragen zu können.

In unserer schnelllebigen Zeit, in der Alltagsstress und Leistungsdruck an der Tagesordnung sind, ist es wichtig, zur Ruhe zu kommen, das Leben gelassen und selbstbestimmt zu gestalten, seine Sinne zu schärfen und zu wandeln, um die beste Version seines Lebens zu leben. **Jeder hat das verdient – auch Du!** Mit Hilfe der Klangschalen kannst Du eine tiefe Entspannung erfahren und somit Deine Gesundheit stärken.

Mit verschiedenen Klanganwendungen unterstütze ich Dich gerne:

- Klangmassagen
- Körperklangreisen
- Klangbäder

Individuelle Klanganwendungen für Gruppen, Paare, Schwangere und Kinder. Eine besondere Empfehlung sind meine „duften“ Klangreisen. Heilsame Klänge der Klangschalen, Essenzen ätherischer Öle oder Räucherungen, eigens von mir und meinem Mann geschriebene, jahreszeitenbezogene Fantasiegeschichten und themenbezogene kleine Leckereien, machen solch einen Abend zu einer wahren Reise der Sinne. Dazu lade ich DICH herzlich ein.

Ines Klepsch – Klangtherapiepraxis „SinnesWandel“

Ernst-Thälmann-Straße 61a, 09465 Sehmatat-Sehma

Tel. 0173 8828504 · www.sinneswandel-klangwelt.de

Willkommen zu neuen Lebensimpulsen in Zwickau

Haus der ruhenden Mitte

Laufende Kurse:

QiGong morgens, nachmittags & abends; Kraftliedersingen und Meditation

Vorträge & Workshops für Lebensimpulse:

- Workshop **Ausdrucksmalen** „Lust auf Farbe? Zeit für Dich“ mit Gabriele Heinz von „Die Malwerkstatt“ Weischlitz · 16.3. · 10:00 – 16:00 Uhr
- **QiGong trifft Klangschalen** „Die Energie des Frühlings spüren“ mit Kati L. Henkler und Cornelia Auerswald · 20.4. · 10:00 – 14:00 Uhr
- Vortrag **Heilung für mein Tier auf den Ebenen: Körper, Seele und Geist** mit der naturheilkundlichen, ganzheitlichen Tierärztin Wilma Staffa, 26.4. · 18:00 Uhr
- In Planung für Mai: Vortrag **Resilienz – wie komme ich gut durch herausfordernde Zeiten?** mit Anja Krafczyk, Psychologin i.A.

Haus der ruhenden Mitte · Kurse, Seminare

Private ganzheitl. Physiotherapie

Wilhelmschachtweg 20, 08056 Zwickau

Tel. 0172 6695026 · kati.l.henkler@gmx.de

www.qi-gong-zwickau.de

www.ruhende-mitte.de



HAUS DER
RUHENDEN MITTE

PLZ 04...

Cornelia Wanzek · Heil-Meditation – mediale Beratung – Energieübertragung · online, per Telefon und in Leipzig · Tel. 0177 5427669 · E-Mail: corneliawanzek@gmail.com · www.corneliawanzek.de

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

PLZ 06...

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

PLZ 07...

Neue Partnerin

Dr. Kerstin Ramm · Heilerin · Einzelarbeit & Seminare mit der Natur · Energiearbeit, spirituelle Reisen, Salutogenese, Aufstellungen, Schamanische Rituale · Verbindung mit Mutter Erde, Wiederbelebung heiliger Kraftorte mit T. Kretzschmar · Dorfstr. 15, 07646 Albersdorf · Tel. 03669221382 www.echinocoaching.de

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

Koordinatorin Ost-Thüringen · **Ulrike Rußner** · Goldene Höhe 11, 07973 Greiz · Tel. 03661 673524 · ulrikerussner@web.de

MIRODA Akademie Mensch & Natur · Renate & Enrico Machate · Seminare Geomantie und Druiden „Feng Shui“, Heilpendeln, slawische energetische Heilkunst, Naturheilkunde, Bewusstseinschule sowie ganzheitliche Lebensberatung Hauptstraße 1, 07973 Greiz · Tel. 0151 18409213 miroda-akademie.de

PLZ 08...

Neue Partner

Pension & FeWo's Talblick · Mandy Gazsi 5 Ferienzimmer & 5 FeWo + Natur und Achtsamkeit · Vermietung mit Frühstück, Abendessen, Natur- u. Achtsamkeitstrainer · Frühbusser Str. 8, 08309 Eibenstock OT Weitersglashütte · Tel. 01578 350156 www.eibenstock-talblick.de & www.wald-baden-im-erzgebirge.de

Zentrum für ganzheitliche Lebensweise · Christiane Peyrel · Ganzheitliche Massagerituale (Ayurveda, Aroma-Energie), Reiki-Behandlungen und -Seminare/Ausbildungen, spirituelle Lebensberatung · Gutwasserstraße 19, 08056 Zwickau Tel. 0151 56130812 · www.zentrumfgl.de

Praxis für Logopädie, Lernbegleitung, Kinesio-logie, Psychologische Beratung, Hundgestützte Therapie · **Ute Weidenmüller-Thomas** · Pestalozzistr. 27, 08062 Zwickau · Tel. 0375 7881491 oder 0177 3783773 · info@logopaedie-planitz.de www.logopaedie-planitz.de

Freitagstraße · Anke Frackmann-Patzsch & Michael Patzsch · Wegbegleitung · Einzel-, Paar- & Familienberatung, Männer- & Frauenarbeit, Schaman. Energiearbeit, Aufstellungen, Körperarbeit, Pilgerbegleitung, Lesen im morphischen Feld · Freitagstraße 4, 08066 Zwickau · Tel. 01723711312 · www.freitagstrasse.de

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

Heilpraxis **Diana Hessel** · Begleitung auf allen Ebenen des Seins · Bewusstseins- & Sinnfindungscoaching · LomiLomi Ganzkörpermassage Klang(schalen)massage/-reisen, Heilpraktikerin

a.d.G.d. Psychotherapie · 08134 Wildenfels/Wieschen · indiv. Termine unter 017621544042 · www.heilpraxis-dianahessel.de

Mandy Goller · Dozentin für Praxisorientierte Neue Homöopathie & Urlicht9er-Methode (Ausbildung & Beratung), Rutenkurse jederzeit möglich · Dorfstädter Str. 3, 08223 Jakenstein · Tel. 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

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

Praxis für Ergotherapie & Motopädie, spirituelle Lebensberatung, & energetische Heilverfahren · Uta Weidauer – Dipl. Ergotherapeutin, SI-Therapeutin, Motopädin, Schmerzergotherapeutin · Seminare, Kurse, Workshops · Neumarkt 1, 08280 Aue · Tel. 03771 22703 · ergo.weidauer@gmx.de

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

Ausfitzn – Susen Eulitz · Kairos-therapie, ganzheitliche Hilfe bei Long- und Postcovid, Zelltraining, Zellanalyse, Höhentherapie, Bemertherapie, Infrarotkabine, spirituelle systemische Therapie Feldstraße 6, 08289 Schneeberg · Tel. 0172 7943224 · www.bergaufnachcovid.de und www.gesundheitseule.de

Die liebe Ordnung · Katharina Barth · Wie innen, so außen – klarer Geist, wache Seele, aufgeräumtes Zuhause · Ordnungcoach aus Schneeberg · Tel. 0162 8887480 · die-liebe-ordnung@email.de

Biodanza – Tanz des Lebens mit Christin Lukaschek · einmal im Monat im Tanzstudio Merhaba in 08547 Plauen-Steinsdorf (Vogtl.) · Tel. 0177 7219150 · www.bio-danza-chemnitz.de

Kunsthof Eibenstock · Kerstin & Wolf-Dietrich Schreiber · 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

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

Jacqueline Heidler – Die Motivatorin · Motivations- & Achtsamkeitscoach für Kinder – Yoga-Stressbewältigung, Achtsamkeit, Entspannung, Meditationslehrerin und -leiterin, Jahreskreisfeste · Muldenhammer Str. 8, 08309 Eibenstock · Tel. 0151 72020313 · Kurse Bad Schlema / Chemnitz · www.diemotivatorin.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.biomarkt-schwarzenberg.de

Struktur oder Chaos – entweder, oder?

Die liebe Ordnung

von Katharina Barth

„Das Aussortieren des Unwesentlichen ist der Kern aller Lebensweisheit.“ Laozi

Ich habe gerade Besuch von meinem Bruder und seinen drei Kindern. Die Tage vorher hatte ich all unsere Dinge an ihren jeweiligen Platz geräumt und „Klar Schiff“ gemacht – wie man das so tut, wenn sich Besuch ankündigt. Zu unserem Hausstand dazu kamen jetzt für 5 Tage: eine Reisetasche, drei Kinderkoffer, zwei Einkaufskisten mit Wechsel-schuhen und Regenkleidung, ein großer Rucksack, drei Kinderrucksäcke und ein Beutel. Oh, wie sich mein innerer „Monk“ gemeldet hat... So viele Sachen verstreut im Flur, Wohnzimmer und dem Kinderzimmer. Und ich liebe Besuch und meine Familie!

Eigentlich bezeichne ich mich selbst als kleinen Chaoten. Ich arbeite gern am Esstisch, meine Ordner, Listen und Dokumente ausgebreitet, und nicht nur, weil dort der Kamin steht für gemütliche Wärme, sondern weil mein Schreibtisch eine Ecke ist, die ich bisher nicht in den Griff bekomme. Was, und da biete ich einen Aufräumdienst an? Wie geht das, wenn man selbst nicht perfekt ist? Weil niemand perfekt ist! So wie ich gleichzeitig Chaos bin und Struktur liebe. So darf ich meine Expertise anbieten, auch wenn mein Schreibtisch ungeordnet ist. Für mich bedeutet das: raus aus der Dualität und willkommen Polarität!

Helfende Hände und ideenreicher Geist – kontaktiere mich gern, wenn Du Dir Unterstützung wünschst.

Möge Segen sein! Alles Liebe, Katharina

Die liebe Ordnung – Katharina Barth
Tel. 0162 8887480 · die-liebe-ordnung@email.de



Konzepthaus Jahnstraße 23

Fläche zum Anmieten in Chemnitz

von Micha Mauersberger



Das Konzepthaus vereint Menschen und Unternehmen, die wertorientiert, ganzheitlich und naturverbunden denken und leben. Alle, die wir hier zusammen arbeiten, unterstützen uns gegenseitig und empfehlen uns weiter.

Wir suchen DICH und DEIN UNTERNEHMEN für unser Konzepthaus in Chemnitz:

Freie Gewerbe- und Ladenfläche
Erdgeschoss 90 m² (mit separatem Anlieferungsbereich)

Die Menschen, die zu uns kommen, profitieren vom vielseitigen Angebot rund um Gesundheit und Schönheit von innen und außen. Fühlst Du Dich angesprochen, uns mit Deiner Arbeit im Konzepthaus zu bereichern oder möchtest Du uns einfach kennenlernen?

Wir freuen uns auf Dich.

Ansprechpartner:
Micha Mauersberger



Jahnstraße 23, 09126 Chemnitz
Tel. 0171 5157498 · info@jahnstrasse23.de
www.jahnstrasse23.de

Baubiologische Bauweise mit Lehmputz vom 22. – 29. Juni 2024

BausommerCamp am Sophiengrund in Waldenburg

von Jessica Kretschmer

Die Mittelstadt in Waldenburg ist ein magischer Ort mit lebendiger Vergangenheit und zukunftsfähigem Potential, der sich nach Wiederbelebung sehnt. Dort möchte ein therapeutischer Lebensort für Menschen sowie vielfältige, heilsame Impulse für Tiere, Pflanzen und Erde geschaffen werden. Wie in der Luisenhof-Gemeinschaft im benachbarten Langenchursdorf sollen Menschen mit ihren ganz individuellen Bedürfnissen im Rahmen einer Lebens- und Arbeitsgemeinschaft begleitet werden. Sie können durch die gestaltete Umgebung, sinnvolle Tätigkeiten und liebevolle Begleitung eine möglichst selbstverantwortliche, sinnerfüllte Lebensführung, die Entwicklung ihrer gesamten Persönlichkeit sowie die Ausbildung sozialer Kompetenzen erfahren. Dafür wurde die Sanierung der vorhandenen Bausubstanz des ehemaligen Mühlengeländes des Schlosses in Waldenburg in baubiologischer Bauweise durch die inklusive Bau-firma DenkMalBauSozial Callenberg gGmbH der Luisenhof-Gemeinschaft bereits begonnen.



warten Begegnungen mit besonderen Menschen auf Euch. Am Samstag beginnt das Camp mit der Anreise, dem Aufbau des Zeltlagers sowie dem Kennenlernen der anderen Teilnehmer. Außerdem feiern wir gemeinsam mit der Luisenhof-Gemeinschaft das Johannifest und abends gibt es ein Mit-bring-Büfett, zu dem jeder etwas beiträgt. Sonntags besuchen wir das Hoffest des Luisenhofes in Langenchursdorf. Danach können wir gemeinsam am Bau mitwirken und uns ausprobieren. Dieses Jahr wird es auch eine künstlerische Selbsterfahrung geben, die uns über die Woche begleitet. Am Samstag lassen wir beim gemeinschaftlichen Aufräumen die Woche und das Erlebte ausklingen. Wer noch weiter mitwirken und den schönen Ort genießen möchte, kann nach Absprache gerne länger verweilen. Zeltmöglichkeiten für Mithelfende gibt es auf dem Gelände in Nähe der Mulde, die vor und nach dem gemeinsamen Bauen zur Erfrischung einlädt. Frühstück, Mittag und Abendessen wird in Bio-Qualität für eine Spende angeboten.

Im diesjährigen Bausommercamp vom 22. bis 29. Juni können an denkmalgeschützten Gebäuden biologische Bauweisen, wie z.B. Lehmputz, erprobt werden. Neben den vielfältigen Bauhelfer-Arbeiten zur Gebäudesanierung und der künstlerischen Gestaltung der Außenanlagen

Weitere Infos findet Ihr unter

www.sophiengrund.de und www.luisenhof-gemeinschaft.de

Anmelden könnt Ihr Euch unter bausommercamp@sophiengrund.de

Die Bauernproteste aus Sicht einer Biobäuerin

von Silke Lucht



Der Guidohof wurde, im Gegensatz zum allgemeinen Höfesterben, seit 1992 von Grund auf neu aufgebaut. In die Lage, einen Bauernhof zu bewirtschaften, kommt man entweder durch Vererbung, Kauf oder ähnliche Möglichkeiten. Wir haben einen Abrisshof gekauft. Der Aufbau war manchmal mühsam, Hilfe kam oft durch unerwartete „Zufälle“, mit Unterstützung von vielen Menschen, unseren Fans der Ökokieite sowie dem Hofladen. Wir spürten immer: Der Hof als solches ist gewollt! Trotzdem hat es ein hohes Maß an Einsatz, Durchhalte-

vermögen und oft auch viel an Mut gebraucht. Arbeitsstunden zählen gehört bei Bauernhöfen in unserer Größe nicht dazu. Dann müsste man tatsächlich viel unterlassen und deshalb schauen wir bei manchen Rentabilitätsrechnungen einfach weg. Doch Gemüsebau, Holzofenbäckerei, Lernerlebnis Bauernhof für Schulklassen sowie Kräuter und Blumenbeete tragen sich nicht. Deshalb werden sie querfinanziert. Wir wissen, ohne diese Bereiche würde unserem Hof etwas fehlen. Bis jetzt hatten wir uns immer irgendwie damit abgefunden, doch mehr und mehr merken wir, dass es hier an Rahmenbedingungen fehlt, die eine Landwirtschaft im Sinne von Bauernhofkultur möglich macht.

Diese Schiefelage betrifft besonders die kleineren Bauernhöfe. Diejenigen, die ihren Beruf als Berufung in der Urproduktion der Nahrungsmittel verstehen, arbeiten oft unter Bedingungen, die an körperliche und seelische Ausbeute der eigenen Ressourcen geht. Arbeitszeiten von ca. 59h pro Woche sind üblich, krank sein ist oft nicht möglich – also arbeitet man einfach weiter. Spätestens bei der Frage der Übergabe, die die Versorgung der Abgebenden und oft die Bereitstellung einer Altenteilerwohnung voraussetzt, wird es zunehmend schwieriger. Wie sollen die Höfe noch die zusätzlichen Renten ermöglichen, wenn sie sich so schon kaum tragen. Und so schließt wieder ein Hof! Die Flächen gehen an die großen Agrarholdings, die diese oft mit außerlandwirtschaftlich erworbenen Finanzen kaufen können. Gerade im Osten ist dies eine übliche Praxis.

Gemüsebau und auch Tierhaltung machen tatsächlich in kleineren Betrieben so viel Arbeit, dass es nur mit freiwilligen Helfern oder

unbezahlter Familienunterstützung möglich ist. Das ist doch ein Unding! Und auch wir sind deshalb manchmal verzweifelt. Wir wissen, wir sind gewollt und haben eine treue und wohlwollende Kundschaft – und werden doch manchmal gegenüber den Supermärkten als zu teuer empfunden. Dabei wissen wir hier alle, dass unsere Hofprodukte mehr kosten müssen. Das ist ein großes Problem. Wir haben die eigene Vermarktung angeschlossen, das hilft uns, die Landwirtschaft, die Bäckerei und den Gemüsebau zu unterstützen. Trotzdem ist das Betriebsergebnis im landwirtschaftlichen Bereich gar nicht zufriedenstellend, obwohl wir so viel Einsatz zeigen.

Es machte mich wirklich sehr traurig, die Mienen meiner hoch motivierten Söhne, die für den Betrieb brennen, in solchen Situationen zu sehen. Denn das fühlt sich einfach ungerecht an, wenn man nach 30 Jahren Arbeit (ohne Kindererziehungszeiten) eine Rente von 519 € zugemessen bekommt. Oder die Nachfolger haben die Möglichkeit, die Abzugebenden zu unterstützen, vorausgesetzt, das Geld reicht. Leute, wir sind gerade dabei, das Wichtigste, was der Mensch braucht – die Ernährung – an letzte Stelle zu setzen! Die Bauern wissen, dass sie wichtig sind. Genau deshalb machen sie diesen Beruf und wir sehen jetzt einen bunt gemischten Tross von Treckern auf den Straßen. Den Kleineren geht es ums Überleben, den Größeren um ihre Weiterentwicklung. Was uns alle verbindet ist die Arbeit mit unserem Boden. Da kann man in einigen Fragen geteilter Meinung sein. Wir bevorzugen die biologische Landwirtschaft und könnten uns etwas anderes gar nicht vorstellen – wir sind für Umwelt- und Klimaschutz und gesunde Ernährung.



Doch wir brauchen Euch als Menschen, die das wertschätzen und eher bei den (Bio) Bauern als in den Supermarktketten kaufen! Also unterstützt eure Bauern und sehr gern auch uns. Wir liefern unsere Produkte ins Erzgebirge, Raum Chemnitz & Zwickau und sogar bis Altenburg.



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

Neue Kursreihe bei CORPUS et ANIMA in Dresden

Lichtblicke in der Pflege

von Remo Bormann

Kompakte Kurse – große Entlastung für pflegende Angehörige und Pflegepersonal



Immer mehr Menschen pflegen ihre lieben Angehörigen zu Hause. Ganz gleich, ob die häusliche Pflege aus Liebe zum Betroffenen bewusst gewählt wurde, wegen der Finanzen notwendig ist oder kein Platz im Heim zu bekommen war: Wir alle wollen gern die beste Pflege geben, die uns jeweils möglich ist. Dabei

sind die wenigsten Angehörigen wirklich dazu ausgebildet. Anleitungen der Krankenversicherungen greifen meist zu kurz, Pflegedienste und Therapeuten haben zu wenig Zeit, um Dich zu schulen. Wir Menschen in der häuslichen Pflegesituation werden dadurch alsbald überfordert, finden kaum noch Zeit für die eigenen Bedürfnisse, brennen aus. Dem möchten wir, das Team der Akademie CORPUS et ANIMA in Dresden und Limbach-Oberfrohna, beherzt etwas entgegensetzen: unsere neue Kursreihe „Lichtblicke in der Pflege“.

Hier findest Du ganz kompakt (Dauer meist nur 1 Tag oder 2 Abende) diejenigen Themen, fachlichen Tipps und Tricks, Anleitungen und Übungen, welche Dir im pflegerischen Alltag oder in besonders anstrengenden Situationen einfach **Kraft** und **Zeit** sparen, Deine **Nerven** und den **Körper** schonen, **Freiräume** für Dich schaffen und dabei immer das **Wohl** des Betroffenen im Blick behalten. Unsere Kursleiter verfügen über langjährige Erfahrung in der Pflegefachausbildung und vermitteln alles ganz praxisorientiert und mit jeder Menge Frohsinn. Als pflegender Angehöriger und auch als Pflegekraft kannst Du alle Themen einzeln nutzen – Du buchst Dir nur die Kurse, die Du wirklich brauchst.



Alle Infos zu den LICHTBLICKEN
Dresden & Limbach-Oberfrohna
Tel. 0351 6413010
www.corpus-et-anima.de



Kleinanzeigen

Nachmieter in Zwickau Nähe Schwanenteich gesucht! Die helle Zwei-Raum-Wohnung (49 qm), mit Einbauküche, 2. Etage mit Aufzug, kann gewerblich weiter genutzt oder privat gemietet werden. Kaltmiete: 343,00 € + NK · Nachfragen gerne telefonisch unter 0151 56130812.

Energetische Informationsübertragung

UrLicht9er®

von Mandy Goller

Alles um uns herum schwingt – auch wir, jeder Gegenstand, jeder Gedanke, jedes Wesen, alles besteht aus Energie.

Diese Schwingungen können wir mit Hilfe der Einhandrute messen und so feststellen, ob die Energien harmonisch oder disharmonisch auf unseren Körper und unser Wohlbefinden einwirken. Oft haben Beschwerden Ursachen, die in unserem Unterbewusstsein zu finden sind. Mit der UrLicht9er®-Methode haben wir die Möglichkeit, den Ursachen auf den Grund zu gehen und sie durch die energetische Informationsübertragung zu harmonisieren. Dabei arbeite ich ausschließlich mit den Energien der göttlichen Urlichtquelle. So ebnen wir den Weg zu Deiner Gesundheit und Du kannst wieder in Deine Kraft kommen.



Praxis und Schulungszentrum · Dozentin Mandy Goller · Tel. 0162 9435657
Dorfstädter Str. 3, 08223 Falkenstein · mandy.goller@web.de

20.–21.4. Sonderseminar im Vitalzentrum Schwarzenberg

Erwachen im Frühling

von Andreas Müller

Inmitten des Frühlings, einer Zeit des Erwachens und der Erneuerung, steht das Vitalzentrum Schwarzenberg als ein Leuchtturm der Transformation und des Wachstums. Vom 20. bis zum 21. April öffnen wir unsere Türen für ein Seminar, das verspricht, das innere Wesen eines jeden Teilnehmers zu verjüngen: **Lebendigkeit 2.0 – Ein spirituelles Frühlingserwachen.** Wie die Natur im Frühling zu neuem Leben erblüht, so laden wir auch Dich ein, Deine inneren Kräfte zu erkunden und zu entfalten. Durch eine Reihe von Methoden und Übungen wirst Du lernen, wie Du Deine eigene Lebensenergie aktivieren kannst. Mit Angeboten von verschiedenen Referenten bietet dieses Seminar ein vielfältiges Programm:



- Meditation und Achtsamkeitsübungen
- Kreative Workshops
- Naturverbundene Aktivitäten
- Gemeinschaftserlebnisse
- Tanz, Freude und Lebendigkeit

Für wen ist dieses Seminar gedacht?

Es ist eine Chance für diejenigen, die sich selbst besser verstehen, ihre inneren Kräfte entdecken und ein bewussteres, erfüllteres Leben führen möchten. Mit dem Frühling als Inspiration und Metapher laden wir Dich zu einer besonderen Reise ein, die Deine Gefühlswelt bereichern wird.

Deine Investition sind Zeit, Offenheit, Neugier und 247 € (ab dem 8. April erhöht sich der Preis auf 297 €).



Melde Dich jetzt an und sei Teil dieser außergewöhnlichen Erfahrung: Tel. 03774 25907
www.vitalzentrum-schwarzenberg.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

PLZ 09....

Neue Partnerinnen

natürlichYoga · Kathleen Bauch · YogaKula-Übungsreis, Traditionsabend, NaturPur-Yoga-Festival · Lebensberatung · Scheibnerstraße 17b, 09456 Annaberg-Buchholz Tel. 0162 4188915 · www.theracomact.de

Ines Klepsch · Klangtherapiepraxis „SinnesWandel“ · Klangmassagen, Klangreisen, Individuelle Klanganwendungen für Gruppen, Paare, Schwangere und Kinder Ernst-Thälmann-Str. 61a, 09465 Sehmatat-Sehma · Tel. 01738828504 www.sinneswandel-klangwelt.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

Cathrin Lopenz-Faschian – Trainerin für Waldbaden · Natur Resilienz und Natur Coach · Einheiten für Einzelpersonen und kleine Gruppen bzw. Teams · „Zeit für eine Auszeit“ im Naturhotel Forsthaus in Annaberg-Buchholz · Schneebergstr. 22 · Tel. 0151 74252695 · www.natur.lopenz.de

LEBENSWERKSTATHOF · Annett Illig & Hendrik Frey · Hofkonzerte, Musikmeditation, Yoga, Seminarhaus, Ferienhaus, Handwerk · Wiesenberg 17, 09456 Mildena · 0172 9360961 annett@lebenswerkstathof.de · www.lebenswerkstathof.de

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

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

Privatpraxis Bärbel Espig · Kairos-Therapeutin, Organisation Feldenkraiskurse ganzheitliche Gesundheitsberatung, Info-Veranstaltungen Hauptstr. 119, 09474 Walthersdorf · Tel. 0171 7482649

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

Regina Rößler-Wagner · Zentrum für Geistiges Heilen: Geistheilung, Lebensberatung, astrol. Psychologie, Aurachirurgie, Reflexionenther. Studio für Naturkosmetik: Naturkosmetische Anwendungen u. Produkte, med. Fußpflege · Annaberger Straße 51, 09484 Kurort Oberwiesenthal Tel. 037348 23962 und 037348 22200

CHERRITY VEGAN – Vegane Psychologie Vivian Kunstmann · Kurse, Training, Kurzzeittherapien · Einzel- und Gruppenangebote für intensive, persönliche Entwicklung und Veränderung, Meditation, Spiritualität, Tierethik, Veganismus Zschopauer Str. 9, 09496 Marienberg · Tel. 0177 4819161 · www.cherrity-vegan.com

Aschfried Hütt'n · Begegnungsstätte für BEWUSSTE · Seminare, Workshops für Bewusstsein, Gesundheitsstammtisch, erzebe. Traditionen, Ferienhausvermietung · Rathengasse 10, 09496 Marienberg OT Kühnhaide · Buchungsanfrage bei Sylvia Kolb: aschfried@t-online.de · Tel. 0178 5490573 · Telegram-Austauschgruppe: t.me/aschfried

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.hofmühle-pfaffroda.de

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

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

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

Kai Müller · ganzheitlicher Geistheilender · Allumfassende Aufrichtung® von Menschen und Tieren; Telegonie-Löschung; Heil- und Strahlenschutzkarten; Entstörung und energetische Reinigung von Wohnung Haus und Grundstück; Trauma lösen in Sekunden · in Freiberg · Tel. 0173 9021875 · Telegram t.me/B_E_G_A_B_T

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

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 – Selbsterfahrung & die Kunst zu Sein · Kai & Kerstin Müller · Schamanische Rituale, Trommelbau bis 120cm, Schwitzhütte, Visionssuche, Retreat, Coaching, Frauen / Männerkreis, Training, Schneiderkurse, Keimbrot-Backkurse Untere Dorfstr. 14, 09648 Mittweida · Tel. 0163 2582558 · www.zauberwege.de

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

Lichterzen – Praxis · Schule · Verlag · Katharina Radestock · LebensBeratung und Begleitung, Einzelberatungen für Mensch und Tier, Ausbildungen, Seminare, offene Aufstellungstage Meierei 5, 17217 Penzlin · Tel. 0371 64638317 Aktuelles unter www.lichterzen.com

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

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“ 0176 96998543 · fastenanderostsee@email.de www.fastenanderostsee.com

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 Viezern · Tel. 038464 227293 www.der-elfenhof.de

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

PLZ 2....

Studio Panta Rhei Grömitz · Katharina Mielke Yoga, Wellness, Ayurveda, Massagen, Spirituall, Mentalcoaching, Personaltraining · Strandallee 2-4, 23743 Grömitz · Tel. 01520 9448786 www.studiopantarheigrömitz.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 492 1293 cm@marre-wasser.de · www.marre-wasser.de

PLZ 8....

Heilpraxis HP **Kordula Möring** · Klangtherapie, Familienstellen, Energiearbeit u.v.m. (auch aus der Ferne) · Hofmarkstr. 21G, 82152 Planegg / BY Tel. 089 89998111 · E-Mail: hpkm@hpkm.de

Daowege e.V. · Verein zur Pflege ganzheitlicher Lebenskünste · Qi Gong Aus- & Weiterbildungen, Frauen Qi Gong Aus- & Weiterbildungen, Yoga Trainings, Taijiquan & Taikiken Seminare & Ausbildungen Meditation / Yoga: individuelle Retreats in Italien, ganzheitliches Coaching · Tel. 0821 20966874 · www.daowege.de

Heil- & Wildkräuterakademie e.V. · Kräuterpädagogik Ausbildungen, Ausbildungen in ganzheitlicher Räucherkunde & Naturrituale, Kräuterseminare & Kräuterkurse, Kräuterwerkstatt für Familien und Erwachsene, Rauchnachtsseminare, Räucherkerse & Retreats, Wildnispädagogik, Selbstversorgung www.kraeuter-akademie.de

Anbieterinfos unter www.miteinandersein.net/partner

**Gästezimmer König im Erzgebirge
Ruhige Auszeit für alle Sinne**



Fühle Dich herzlich willkommen in Breitenbrunn im waldreichen Naturpark Erzgebirge. 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. Genieße zudem erholsame Momente in unserem schönen Naturgarten.

Zusatzangebote: Klangmassage, Klangreise, ROD-Horoskop und Körperübungen für Frauen, Gartenbaden, Naturritual an einem Kraftort

Zimmerpreis 49 € pro Nacht (ab 2 Nächte) · Ann König · 08359 Breitenbrunn Tel. 0176–56892679 · mail@annkoenig.de · t.me/gaestezimmerkoenig



**Printdesign
Webdesign
Webhosting
Marketingberatung
Audio- & Videobearbeitung**

**www.uwereiher.de
kontakt@uwereiher.de · Tel. 03722 798 16 84**

Neue Reihe: Gesunde Kopfhaut und schönes Haar (Teil 1)

Natürliche Haarpflege

von Naturfriseurin Lisa Mehler

Für eine gesunde Kopfhaut und schönes Haar ist eine möglichst natürliche Haarpflege notwendig. Auch wenn die meisten Hersteller dem Trend der Zeit folgen und ganz fett „ohne Silikone“, „Parabene“ oder „nur mit natürlichen Inhaltsstoffen“ werben, sieht es in der Wirklichkeit leider anders aus. Der Kosmetikindustrie ist nicht daran gelegen, dass wir unsere Haare nur mit einem oder zwei Produkten pflegen. Es wird eine Abhängigkeit verursacht mit dem Ziel, immer mehr Produkte zu verkaufen. Mit ein bisschen mehr Eigenverantwortung kann man diesen Kreis aber durchbrechen. Bevor ich mit Tipps und Ratschlägen anfangen möchte, möchte ich betonen, dass diese Methode nicht bei Haaren funktioniert, welche chemisch so stark behandelt wurden, dass sie „totgefärbt“ sind. Da benötigt es speziellere Vorgehensweisen (später mehr).



Foto: Ralf Jerke Fotodesign

Zu allererst: Weniger ist mehr. Versuche, das Haarewaschen so lange wie möglich hinauszuzögern. Wenn Du wäschst, dann mit einem sehr milden Shampoo – frei von Silikon (mit den Endungen -cone, -conol, -oxane, -glycol), Sulfaten, Parabenen, Mikroplastik, PEG, PPG, Laureth, Lauryl, Polymere, Polyamide, Polyethylene, Glycerin, usw. In ein gutes Bio-Shampoo gehört eigentlich nicht viel rein: Wasser, Zuckertensid, natürliche Wirkstoffe, Weingeist (o. ä. natürliche Konservierungsstoffe) und ätherische Öle (als Duft). Achte auf die Inhaltsstoffe: Cocoglucosid, Betain, Sodium Cocoyl Isethionate – das sind milde Zuckertenside und gelten als nicht hautreizend und sind unbedenklich. Du hast ein Shampoo gefunden, welches diese Ansprüche erfüllt? Herzlichen Glückwunsch! Jetzt verdünne es ca. 1:10 mit Wasser in einer Auftrageflasche und verteile es auf Deine Ansätze, massiere es gut ein, (ein gutes Shampoo wird nicht sehr schäumen) und spüle es aus. Bei stark fettigem, verschmutztem Haar wiederhole diesen Vorgang. Wenn die Haare etwas filzen, kannst Du mit einer Apfelessigspülung (2-3 EL Apfelessig + 1l Wasser) Abhilfe schaffen, diese wird nicht wieder ausgespült. Als Alternative zu Shampoo kannst Du auch Haarseife, Lavaerde, Heilerde, reine Aloe Vera, Shikakai, Seifenkraut, Roskastanie, Waschnuss usw. verwenden. Oder Du wäschst die Haare einfach nur mit Wasser (sehr zu empfehlen bei sehr trockenem Haar).

Aber das ganze Haarewaschen bringt nicht viel ohne eine gute, physikalische Reinigung von Kopfhaut und Haaren mit einer Bürste. Haare und Kopfhaut lieben es, täglich mit einer Naturbürste (echte Wildschweineborste, Erstschnitt) gebürstet zu werden. „100“ Bürstenstriche täglich:

- regen den Haarwuchs an,
- geben Glanz, Fülle und Ansatzvolumen,
- trainieren den Haar-Aufrichtemuskel (kennt jeder von der Gänsehaut),
- aktivieren Akupunkturpunkte und Meridiane,
- fördern eine ausgeglichene Talgproduktion,
- haben einen wohltuendener Massageeffekt und
- fördern die Durchblutung.

Nimm Dir Zeit für Dich selbst und Du wirst erleben, wie gut es Deinen Haaren und Deiner Kopfhaut geht.

Lisa Mehler · Burgstädt · Tel. 01605402091 · naturfriseur-gaia.de

Naturfriseur Gaia

Herzlich Willkommen im ersten ganzheitlichen Friseursalon in Burgstädt. Ich widme mich Ihrer ganz persönlichen und individuellen Schönheit. Besonders viel Wert lege ich auf natürliche und schonende Produkte, mit denen ich:

- Haare und Kopfhaut pflegen und behandeln,
- das Haarwachstum stimulieren und
- natürlich Farben kreieren kann.

Zudem biete ich energetisches Haarschneiden (Hairbalancing) an. Ich freue mich auf Deinen Besuch.



MiteinanderSein-Rabatt: 10% bis zum 30.6.2024 auf den energetischen Haarschnitt. Online-Terminbuchung ist möglich.

Naturfriseur Gaia · Lisa Mehler · Mittweidaer Str. 43, 09217 Burgstädt
Tel. 0160 5402091 · info@naturfriseur-gaia.de · naturfriseur-gaia.de

9. Juni 2024 · Forsthaus Trünzig · 10 – 18 Uhr

Tag der Gesundheit

von Sonja Röpke



Erfahre Neues aus der Welt der Gesundheit für Dein Wohlbefinden: Zum 5. Mal treffen sich zum „Tag der Gesundheit“ im Hof des Forsthaus Trünzig Besucher und Aussteller mit Info- und Verkaufständen sowie Vorträgen, welche sich vorwiegend mit einer gesunden Lebensweise und Lebensfreude beschäftigen. Unser Fokus liegt auf wundervollen Miteinander, Austausch und liebevoller Verbindung in dieser besonderen Zeit, ganz im Sinne von unserem Netzwerk. **Standanmeldungen sind noch möglich.**

Sonja Röpke · Forsthaus Trünzig · Alte Bahnhofstr. 2, 08428 Langenbernsdorf
Tel. 03660 8654229 · www.gesundheitsreisen-sonni.com

21. / 22.9.24 · Stadthalle Werdau · je 11 – 17 Uhr

2. Werdauer Lebensfreude

Im September wird die 2. Werdauer Lebensfreude wieder ihre Tore öffnen. Hier erwarten Euch eine Vielfalt an Themen über ganzheitliche Gesundheit, Vitalität, Herzensbusiness und vor allem Lebensfreude. **Standanmeldungen sind noch möglich.**

Fühlt Euch jetzt schon herzlich eingeladen. Der Eintritt ist wieder frei.

Madlen Ostertag · Tel. 0174 1902705
kontakt@madlen-ostertag.de
www.gluecklichmacherin.de



Natur und Frische - einfach gut



BIO Bistro mit täglich wechselnden Mittagsgeschichten, Kaffee und Kuchen

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

Öffnungszeiten: Montag - Samstag 8 - 20 Uhr

www.denns-biomarkt.de

Regional und frisch



BIO Bistro mit täglich wechselnden Mittagsgeschichten, Kaffee und Kuchen

BIO-Fleischtheke mit regionalen Lieferanten NEU

Weststraße 49, 09112 Chemnitz
Tel. 0371 56629604
Öffnungszeiten: Montag - Samstag 9-20 Uhr

www.bio-kassberg.de



Ihr freundlich familiärer Bio-Einkaufsmarkt



BIO Vollsortiment

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

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

www.biomarkt-knackfrisch.de

Verantwortl. Karola Kling

Was wäre, wenn?

In nur drei Wochen ein Leben voller Magie, Gesundheit und Erfolg

von Julia Goessler



Wo wünschst Du Dir gerade Veränderung?

- Bist Du genervt von Mann, Kindern und Job und willst endlich wieder ganz viel Liebe spüren?
- Hast Du körperliche Beschwerden, warst schon bei so vielen Experten, ohne dass es geholfen hat?
- Hast Du Deine Lebensfreude verloren und weißt gar nicht mehr, wie sie wiederkommen soll?
- Bist Du bei der Arbeit irgendwie in die zweite oder letzte Reihe gerutscht, obwohl Du noch viel mehr vorankommen wolltest?
- Willst Du viel mehr Geld verursachen (Achtung! Nicht verdienen, das ist ein Unterschied.) und endlich richtig viel Freude mit dem Thema Geld haben?
- Hast Du Lust auf viel mehr Anerkennung von anderen Menschen für Dich? Willst Du endlich spüren, dass Du genau richtig und wundervoll bist?
- Willst Du endlich entspannt mit allen Menschen reden können, weil Du einfach nicht mehr getriggert wirst von irgendwelchen Aussagen?
- Willst Du der inneren Schwerfälligkeit Tschüss sagen und morgens schon so viel Energie haben, dass Du immer weißt, all Deine coolen Projekte kannst Du heute angehen?
- Fühlst Du Dich manchmal einfach einsam und hast aber eigentlich gar keine Lust mehr darauf, sondern sehnst Dich nach lieben Freundinnen, mit denen Du richtig Spaß und tolle Gespräche hast?

Dann gibt es jetzt etwas ganz Besonderes, mit dem schon über 3.000 phantastische Menschen ihr Leben verändert haben.

Der Magische Heilcode

Der magische Heilcode ermöglicht Dir, mit Freude, Liebe und modernsten Heilmethoden Quantensprünge in Deiner Gesundheit, Deinen Beziehungen und mit Deinem Geld zu machen. Dies lehrt Dich Julia Goessler, die moderne Heilerin, die erst sich selbst geheilt

und danach Tausenden gezeigt hat, wie sie sich selbst helfen können. Julia Goessler ist eine renommierte Expertin auf dem Gebiet der Energiearbeit. Sie hat eine unheilbare Autoimmunkrankheit überwunden, chronische Nackenschmerzen geheilt und ihr eigenes, erfolgreiches Unternehmen aufgebaut.

Der Online-Kurs – Das Heil- und Liebesfestival – „Magischer Heilcode“

Beim Festival zum Magischen Heilcode zeigt Julia Dir, wie Du mit Deinem Körper ein Team wirst und Deinen eigenen, ganz persönlichen Placebo-Effekt (zur Selbstheilung) aktivierst. Du lernst, wie Du Deine Beziehungen so wandelst, dass Du nur noch tolle Menschen in Deinem Umfeld hast, mit denen Du pure Freude erlebst. Und Du lernst, wie Du Dich mit Deinem Körper ins Geld verliebst, so dass es sich bei Dir gerne vermehrt.

Der Kurs, der am 13. April 2024 beginnt, ist eine einzigartige Chance für Veränderung. In nur drei Wochen lernst Du, wie Du Dir ein Leben voller Gesundheit, Liebe und Wohlstand erschaffst. Schmerzfrei und finanziell frei – so geht's: Das Heil- und Liebesfestival kann Dein Leben verändern, denn es ist die ultimative Anleitung zur Gesundheit, finanziellen Freiheit und glücklichen Beziehungen.

Wie wird es sich wohl anfühlen, keine körperlichen Beschwerden mehr zu haben?

Du wachst morgens auf und fühlst Dich voller Energie. Du kannst den ganzen Tag das machen, was Du Dir vorgenommen hast, ohne Dich müde zu fühlen. Du hast keine Schmerzen mehr im Rücken, im Nacken oder in den Gelenken. Du kannst wieder Sport machen und Dich mit Deinen Freunden und Deiner Familie treffen, weil Du weißt, Dein Körper macht immer mit. Du kannst endlich Dein Leben in vollen Zügen genießen.

Wie wäre es, wenn Du dazu auch endlich finanzielle Freiheit hättest?

Du brauchst Dir keine Sorgen mehr um Deine

Rechnungen zu machen. Du kannst Dir leisten, was Du willst, wann Du willst. Du kannst reisen, ein Haus kaufen, ein Auto fahren, alles, was Du Dir nur wünschen kannst. Der ONLINE Jubiläums-Intensivkurs zeigt Dir, wie Du beides erreichen kannst: Gesundheit und finanzielle Freiheit.

Und das Beste daran ist: Der Kurs kann auch Deine Beziehungen verändern. Wenn Du Dich besser um Dich selbst kümmerst, wirst Du auch mehr Liebe und Verständnis für Deine Mitmenschen haben. Du wirst in der Lage sein, Deine Beziehungen zu verbessern und tiefere Verbindungen zu Deinen Lieben aufzubauen.

Somit ist dieser Online-Kurs eine Investition in Deine Gesundheit, Dein Wohlbefinden und Deine Beziehungen.

Zusammenfassend ist es ein dreiwöchiger Kurs, der Dein Leben auf den Kopf stellen wird. Du lernst, wie Du:

- Deine Selbstheilungskräfte aktivierst
- Schmerzen dauerhaft los wirst
- Deine Geldblockaden auflöst
- Deine Beziehungen verbesserst
- Tiefere Verbindungen zu Deinen Lieben aufbaust
- Ein erfüllteres und glücklicheres Leben führst

Der Kurs ist online zugänglich und Du kannst ihn bequem von zu Hause aus absolvieren. Du verbringst jeden 2. Tag eine energiegeladene Stunde mit Julia und es gibt Aufzeichnungen der Module, die Du bequem später noch anschauen kannst. So kann wirklich jeder mitmachen und die Riesenveränderung spüren.

Der Kurs, den Du nie wieder vergessen wirst
Beispiele und Erfolgsgeschichten von Menschen, die den Magischen Heilcode angewendet haben:

„Ich war 10 Jahre lang an einer Autoimmunkrankheit erkrankt und konnte nichts dagegen tun. Als ich den Magischen Heilcode anwendete, ging es mir nach einer Woche schon viel besser und nach einem Monat war ich vollständig geheilt.“

„Ich war in einer toxischen Beziehung und konnte mich nicht davon lösen. Als ich den Magischen Heilcode anwandte, konnte ich endlich meine Selbstliebe und mein Selbstwertgefühl stärken und mich aus der Beziehung lösen.“

„Ich hatte finanzielle Probleme und wusste nicht, wie ich sie lösen sollte. Als ich den Magischen Heilcode anwandte, konnte ich meine Denkweise über Geld verändern und begann, mehr Geld zu verdienen.“

„Der Kurs war echt super! Ich habe so viel gelernt und mich persönlich weiterentwickelt. Ich habe neue Freunde gefunden und bin jetzt viel motivierter als vorher. Ich kann den Kurs nur jedem empfehlen, der sich verändern möchte!“

„Der Kurs war eine solche Bereicherung und jeden Cent mehr als wert! Da ich mit Glaskugeln & Hokuspokus nichts anfangen kann, bin ich froh über Menschen wie Julia, die ‚beweisen‘, dass Energiearbeit rein gar nichts damit zu tun hat, sondern im Bereich der Quantenphysik angesiedelt ist.“

„Julia ist eine absolut beeindruckende Frau mit so viel Herz und Verstand. Für mich ein modernes Vorbild der Gegenwart und genau das, was unsere Welt im Moment am meisten braucht – Heilung in so vielen Bereichen.“

„Magisch! Mir hat der dreiwöchige Kurs sehr gefallen. Obwohl ich auch schon sehr viel Selbstheilung an mir vollbracht habe, gab es

schöneres Leben geschaffen haben, sondern sogar für ihre Kinder, Partner und Eltern. Viele sind jetzt auch in einem Job, der ihnen endlich Spaß macht. Manche haben dafür noch nicht mal den Job gewechselt, sondern haben aus sich heraus ihre Arbeit verändern können.

Und das ist der Schlüssel

Julia heilt nicht andere, sondern zeigt ihnen, wie sie es selbst tun können. Plötzlich musst Du nicht mehr zu anderen, um Quantensprünge in Deiner Gesundheit zu machen. Du lernst, wie Du das Wissen, das in Dir steckt, selbst nutzt. Dein Körper weiß bereits, wie es geht. Nur musst Du jetzt noch lernen, wie Du mit ihm kommunizierst, damit er die „Maschine“ zur Selbstheilung aktiviert. Und damit Du ein

Wenn auch Du Lust auf Veränderung hast und ein erfülltes und glückliches Leben führen möchtest, dann buche jetzt den Jubiläums-Intensivkurs zum Magischen Heilcode! Die Chance für ein neues Leben.

In den drei Wochen lernst Du, wie...

- Du mit Deinem Körper kommunizierst, damit er von ganz alleine gesünder werden kann und absolute Lebensfreude entwickelt.
- Du Deinen persönlichen Placeboeffekt aktivierst, damit Du sogar die Wissenschaft für Dich nutzt.
- Du moderne energetische Heiltools schnell erlernst und bei Dir anwendest, damit Du innerhalb der drei Wochen schon Veränderungen spürst.
- Du immer Du selbst sein kannst und frei von der Meinung anderer wirst und dadurch Dein ganzes Energiefeld stärker wird.
- Du all Deine Beziehungen auf ein ganz neues, liebevolles Level heben kannst.
- Du mit Deiner Gedankenkraft ein Leben mit finanzieller Freiheit erschaffen kannst, weil Du Freude mit Geld entwickelst, so dass viel mehr zu Dir kommen möchte.

Onlinekurs – Das Heil- und Liebesfestival „Magischer Heilcode“ ab 13. April 2024

www.dermagischeheilcode.de

immer noch so gewisse Situationen, die noch Chaos brachten. Julia hat eine so wundervolle Art und Weise der Erklärung, dass ich von Anfang an mit Begeisterung dabei war. Einfach Spitze!“

Leben hast, mit dem es Dir so richtig gut geht, reicht es nicht, einfach nur zu schauen, was der Körper braucht. Es verlangt mehr und das bekommst Du in diesem Kurs vermittelt.

Im ONLINE Kurs: Heil- und Liebesfestival schauen wir ganzheitlich:

Welche Beziehungen willst Du wirklich führen? Welche Ängste löst (nicht vorhandenes) Geld noch bei Dir aus? Wo hältst Du Dich selbst vom großartigen Erfolg zurück?

Dies sind nur einige Beispiele von vielen Menschen, die mit dem Magischen Heilcode erfolgreich waren. Diese Menschen sind der lebende Beweis, dass es möglich ist, sein Leben zum Besseren zu verändern!

Die Antwort hast Du bereits in Dir. Im Kurs zeigt Dir Julia, wie Du diese Antwort hörst und was es braucht, damit Du alles umsetzen kannst. Die Teilnehmer des Magischen Heilcode-Intensivkurses haben eine Vielzahl positiver Veränderungen und Erfolge erzielt. Dazu gehören: bessere Gesundheit, stärkere Beziehungen, mehr Geld, mehr Glück, mehr Selbstliebe, mehr Selbstwertgefühl, mehr Selbstvertrauen, mehr Lebensfreude, mehr Zufriedenheit, mehr Erfüllung.

Vor drei Jahren gab es den ersten ONLINE-Kurs und seitdem haben bereits mehr als 3.000 Menschen in den Bereichen Gesundheit und Finanzen eine großartige Veränderung erlebt. Viele haben ihre Schmerzen nicht mehr, sind in einer liebevollen Partnerschaft und haben auch ganz neue Freunde gefunden, mit denen sie herzlich lachen oder auch tiefe Gespräche führen können. Ja, sie fühlen sich geliebt – und ermächtigt. Denn sie haben mit dem Magischen Heilcode die modernsten Heiltools gefunden, sodass sie nicht nur für sich ein

Und das Beste an Julias Kursen, abgesehen von den lebensverändernden Inhalten, ist: **Ihre Kurse machen Spaß. Denn Heilung darf Spaß machen!**

Anstatt langweilige Vorträge zu halten, würzt sie ihre Sessions mit Humor, überraschenden Weisheiten zu den einzelnen Themen und ganz viel praktischen Übungen. Immer sagen die Teilnehmer: „So viel Magie, so viel Wissen, so viel Freude, so viel Können. Anders kann man es gar nicht beschreiben.“ Die Teilnehmer können es meist gar nicht abwarten, dass der nächste Termin endlich startet.

Bist Du bereit, in ein Leben einzusteigen, in dem Du jeden Morgen aufwachst und Dir denkst: „Wow, heute liebe ich meine Energie. Ich bin bereit für den Tag. Es wird herrlich. Ich kann kaum abwarten, durchzustarten.“? Ein Leben, in das Du Dich wieder verliebst. Weil Du gut zu Dir bist und auch plötzlich die anderen Dir ganz viel beitragen wollen. Sie lieben Deine Energie, sie sind gerne mit Dir zusammen. Freundschaften werden fluffig und leicht. Selbst Deine Partnerschaft läuft endlich wie geschmiert und jeden Abend schaut Ihr Euch in die Augen und Ihr wisst: Das hier ist für die Ewigkeit.

Bist Du bereit, in ein neues Leben einzutauchen, in dem Du Dir all die Dinge leisten kannst, die Du willst? Weil Du endlich die Ängste rund um Geld verloren hast und deshalb sogar viel mehr davon zu Dir kommt. Geld liebt Dich. Du hast mehr als genug und Du weißt: Ja, ich bin großartig, es darf sogar noch mehr davon kommen.

Dann melde Dich jetzt für nur 27 € (anstatt 299 €) an: www.dermagischeheilcode.de

Mehr über Julia Goessler und viele kostenlose Impulse unter www.juliagoessler.com.



Yoga ist Verbindung

NaturPurYoga-Festival im Erzgebirge

von Kathleen Bauch



Wenn Du aus vollem Herzen JA sagst, dann ist dies mehr als nur eine Reise zum NaturPurYoga-Festival inmitten der Wälder unseres Erzgebirges – es ist eine Reise zu Dir selbst!

Für diese Reise packst Du nicht nur Deine Yogamatte ein – nein, Du nimmst Dein Herz, Deine Gedanken, Deinen Körper und vielleicht auch alle Sorgen und Ängste mit auf diese bewusste Reise – Du machst Dich auf den Weg – wie im wahren Leben! Und plötzlich bist Du angekommen. In Deiner bewussten Auszeit. Du bist da – in diesem gegenwärtigen

Moment. Du atmest durch! Du spürst den Ort. Hier ist es schön, weil Du hier bist. Dieses Gefühl reicht aus, um Dich als Teil des NaturPurYoga-Festivals zu fühlen. Spüre die Natur, triff Menschen mit dem gleichen Yoga-JA, wage Erlebnisse, wachse vielleicht über Dich hinaus, erforsche die Facetten des Yoga, die Dir in Deinem Alltag neue Kraft, Hoffnung, Sicherheit, Heilung und Ruhe im Geist schenken können.

Mein Name ist **Kathleen Bauch**, ich befinde mich aktuell in der Ausbildung zur Yogalehrerin BDY/EYU und lade Dich recht herzlich zum zweiten **NaturPurYoga-Festival vom 16. – 18.08.24 in die Naturherberge Schmalzgrube** ein. Tickets unter: www.theracompact.de/natuerlich_yoga.cfm

Besuche auch gern unseren **YogaKula-Übungskreis**, der sich wöchentlich in Annaberg-Buchholz trifft.

natürlichYoga · Scheibnerstraße 17b (bei theracompact / Gesunde Freizeit)
09456 Annaberg-Buchholz · Tel. 0162 4188915 · www.theracompact.de

21.4.2024 im Kunsthof Eibenstock von 10–18 Uhr

Festival „Magie der Weiblichkeit“

von Ann König



Fließe wie das Wasser, tanze wie das Feuer, wirbel wie der Wind und sei fruchtbar wie Mutter Erde.

Unser Festival für Frauen „Magie der Weiblichkeit“ lädt Dich ein, gemeinsam mit uns **am 21. April 2024** in die urweibliche, magische Kraft einzutauchen. Lasse Dich inspirieren, probiere feine Naturprodukte, informiere Dich über weibliche Gesundheitsthemen, tausche Dich aus und erfahre herzliche Schwesternschaft.

Festalthemen mit Workshops, Info- & Verkaufsständen:

Energetische Kleidung (Modenschau), Tanz, Gesang, Trommeln, Weib-Yoga, Beifußzeremonie, Schoßraum, selbstbestimmte Geburt, freie Menstruation, Räuchern, Kräuter, schöne Accessoires, Naturkosmetik, energetische Übungen u.v.m.

Programm

10:00 Uhr	Großer Eröffnungskreis
10:30 Uhr	Workshop „Weiber-Yoga“
11:45 Uhr	Workshop „Tiefe Verbundenheit mit Deiner Gebärmutter“
13:00 Uhr	Vortrag „Der Zauber der energiebewahrenden Kleidung“
14:00 Uhr	Modenschau
15:00 Uhr	Shakti Dance Tempel – Tanz der Weiblichkeit
16:15 Uhr	Heilige Beifuß-Zeremonie
17:30 Uhr	Großer Abschlusskreis

Festival-Preise

Vorverkauf (empfohlen aufgrund begrenzter Plätze): 35 €
(für MiteinanderSein-Partnerinnen 30 €)
Tageskasse 40 € (für MiteinanderSein-Partnerinnen 35 €)

Ticketbestellung

per E-Mail an kontakt@miteinandersein.org

Veranstaltungsort

Kunsthof Eibenstock, Ludwig-Jahn-Str. 12, 08309 Eibenstock

Übernachtung im Gruppenraum oder in den Ferienwohnungen im Kunsthof Eibenstock (auf Anfrage unter www.kunsthof-eibenstock.de)

Weiteren Informationen

www.miteinandersein.org

Veranstalter:

MiteinanderSein e.V., Hauptstraße 133, 08359 Breitenbrunn

