

Bewusst Sein

Metaphysik, Sinnsuche und die energetischen Dimensionen des Lebens



In dieser Ausgabe:

- **Kryptowährung**
Trend mit Nebenwirkung
- **Alles ist Energie**
- **Maya Zeitbegleiter** März bis April
- **Neue Bücher**

Buchauszug:

Raimund Jakesz
Liebe Brust, was nun?
Ein Buch für Frauen

Inhaltsverzeichnis

- 3 **Vorwort**
- 4 **Bücher**
Neu erschienen
- 8 **Kryptowährung**
Trend mit Nebenwirkungen
- 12 **Buchauszug**
Raimund Jakesz: Liebe Brust, was nun?
- 19 **Veranstaltungskalender**
- 20 **Alles ist Energie**
- 25 **Das *Neue Abo* von Bewusst Sein**
- 26 **Maya-Zeitbegleiter**
März bis April

Impressum Bewusst Sein (gegründet 1982)

Medieninhaber, Herausgeber, Verleger:

Wr. Arbeitskreis für Metaphysik e.V. ZVR: 391006375

1040 Wien, www.bewusst-sein.net.

Zuschriften an: office@bewusst-sein.net.

Erscheinungsweise: 6x im Jahr.

Chefredaktion: Margarete Frank, Layout: Rudolf Riemer,

Coverabbildung: pixabay.com

Anzeigenpreise auf <https://media.bewusst-sein.net>

Der Name Bewusst Sein ist urheberrechtlich geschützt.

Die nächste Ausgabe erscheint am 30.4.2021,
Anzeigenschluss 27. April 2021 - 10h

Vorwort

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Mit dieser Ausgabe ist es voll – ein ganzes Jahr in dem unser kleines Magazin hauptsächlich online erscheint. Was als Ausnahmezustand begonnen hat wurde zur Regel – das gilt nicht nur für uns, sondern für die meisten Dinge seit Beginn dieser Corona-Pandemie. Die einzige Konstante ist, dass vieles nach wie vor nicht berechenbar ist, nicht mit Sicherheit vorhersehbar und auch nicht ganz durchschaubar; auch wenn es Menschen gibt die meinen, sie sind dazu in der Lage.

In jedem Fall - mehr denn je ist Eigenverantwortung gefragt, Vor(aus)sicht in jenen Bereichen, die man selbst überblicken kann, angesichts jener Entscheidungen, die man selbst treffen darf oder sogar muss.

Das eigene Sein im Spiegel der Ereignisse und Manifestationen des eigenen Lebens zu reflektieren, ist nach wie vor die große Herausforderung und zugleich Chance die wir täglich bekommen. Das ist auch ein gemeinsamer Nenner der unterschiedlichen Themen und Beiträge die in dieser Ausgabe zu finden sind. Unser Buchauszug aus dem im Herbst 2020 erschienenen Buch von Univ.-Prof. Dr. Raimund Jakesz mit dem Titel *Liebe Brust, was nun?* leitet unter anderem dazu an, die mit der weiblichen Brust assoziierten Themen wie Weiblichkeit, Mutterschaft, Nähren usw. für sich zu reflektieren und so mögliche krankmachende bzw. krän-

kende Muster aufzudecken.

Der Beitrag *Alles ist Energie* möchte Ihre Aufmerksamkeit auf die feinen, unsichtbaren Ebenen unseres Handelns und Seins lenken und welchen Einfluss sie auf unser Leben haben können. Der Artikel *Kryptowährung - Trend mit Nebenwirkungen* macht auf die Schattenseiten des Kryptowährungs-Hypes aufmerksam und damit wiederum auf die Notwendigkeit, auch solche Angebote auf ihre Verträglichkeit mit den eigenen Ansprüchen punkto Nachhaltigkeit und Gemeinwohl abzuwägen.

Auch die weiteren Angebote und Veranstaltungen in dieser Ausgabe haben nichts anderes im Sinne als jene, die darauf reflektieren, auf ihrem individuellen Entwicklungsweg zu unterstützen. Der *Michaelihof* bietet beispielsweise Ende März (siehe Seite 21) einen Spaziergang mit Pferden – mit dem Ziel sich selbst und die Natur als Einheit zu erleben und in die selbstbestimmte Kraft zu kommen.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen ein kraftvolles Frühlingserwachen!

Herzlichst, Ihr *Bewusst Sein*

Douglas Abrams

Dalai Lama u. Desmond Tutu

Das Buch der Freude

Lotos Verlag

ISBN 978-3-7787-8265-1 - 384 Seiten

€_A 23,70 / €_D 22,99

Dieses Buch ist keine Neuerscheinung, die erste Auflage erschien 2016. Die darin vermittelten Einsichten der beeindruckendsten noch lebenden spirituellen Größen dieser Welt sind jedoch zeitlos, immer gültig und gerade jetzt besonders wichtig. Denn viele Menschen haben angesichts der herrschenden Pandemie sehr viel Freude verloren, durch schwierige Lebensbedingungen, Verluste oder auch nur durch Veränderung ihrer lieb gewonnenen Gewohnheiten. Dieses Buch erinnert daran, dass Freude im Inneren entsteht, nicht im Äußeren. Sie ist im Äußeren vergänglich, von vielen Umständen abhängig und deshalb oft außerhalb unseres Vermögens. Wer lernt, das eigene Glück davon unabhängig zu machen, kann auch durch schwierige Zeiten gehen und dennoch die Freude nicht verlieren. Seine Heiligkeit der Dalai Lama und Erzbischof Desmond Tutu sind beide bekanntermaßen durch extreme Widrigkeiten und Gefahren gegangen, dennoch scheint die Freude und das Glück das sie ausstrahlen unerschütterlich zu sein. Dieses Buch entstand anlässlich eines Treffens der beiden spirituellen Größen im Jahr 2015. Während mehrerer Tage ergründeten sie die großen Fragen des Lebens, wie z.B.: Wie können wir innere Freude finden trotz des Leidens in der Welt? Das Buch beschreibt acht Säulen der Freude, zu denen u.a. Mitgefühl, Dankbarkeit, aber auch Humor gehören. Besonders berührend ist die Wiedergabe einzelner Gespräche, die diese beiden spirituellen Kapazitäten geführt haben, die – trotz unterschiedlicher Zugänge – das starke Band, das diese beiden Männer durch ihre Spiritualität und Lebensaufgabe verbindet, spüren lässt.



Matthias Langwasser

Reise in die Freiheit

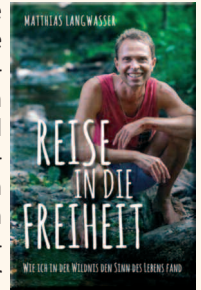
Wie ich in der Wildnis den Sinn des Lebens fand

FinanzBuch Verlag

ISBN 978-3-95972-404-3 - 288 Seiten

€_A 19,60 / €_D 18,99

Zwei Jahre - und viele Jahre vor der Corona-Pandemie - reiste Matthias Langwasser allein ohne Geld durch die Wildnis Spaniens und Frankreichs. Während dieser Reise ernährte er sich fast ausschließlich von Früchten, Nüssen und jenen Dingen, die die Natur von sich aus anbietet. Dieses Buch schildert die außergewöhnlichen Erfahrungen und Begegnungen die der Autor in dieser Zeit erleben durfte. Es handelt sich aber keineswegs um einen auf äußere Erlebnisse fokussierten Reisebericht, sondern mehr noch um eine innere Reise, einer Suche nach sich selbst. Manche gehen zur Selbstfindung den Jakobsweg -geplante Routen und Stationen mit definiertem Ziel. Matthias Langwasser ließ sich auf das Abenteuer ein, nichts im Vorhinein zu definieren und wurde so zu den außergewöhnlichsten Plätzen, bemerkenswerten Menschen und Erfahrungen geführt. Übertragen auf das Leben – wie soll jemals Neues entstehen, wenn wir alle immer nur auf den vorgegeben Pfaden gehen, mit definiertem und bekanntem Ziel? Wie soll unsere Seele ihren vollkommenen Ausdruck finden, wenn unsere Bewegungsfreiheit so eingeschränkt ist? Der Autor erfuhr während dieser Reise eine tiefgreifende Transformation, die ihn seine wahren Bestrebungen erkennen ließ und zu einem erfolgreichen Leben führte. Die intensiv aus dem inneren Erleben heraus reflektierte Art, in der dieses Buch verfasst ist, berührt eigene Erinnerungen, Träume und Sehnsüchte. Es inspiriert dazu, selbst einen ganz individuellen Weg zu finden, die eigene Seelenmission im Einklang mit Mutter Erde zu leben.



HIER IST LICHT

Die Bioenergetische Meditation :

Die Ursache aller gesundheitlichen Störungen sind Blockaden auf seelischer, geistiger und körperlicher Ebene.

In meditativer Entspannung berührt der Biosens (Therapeut) mit bestimmten Handpositionen verschiedene Energiezentren.

Dadurch beginnen sich die Blockaden aufzulösen und die Selbstheilungskräfte werden in Gang gesetzt.

Endlich gibt es die Bioenergetische Meditation nach Viktor Philippi auch in Wien (1. Bezirk, Tiefer Graben 8-10/ Top 9)!!!

Für Termine und weitere Informationen rufen Sie bitte an :

Gerhard Graf 0664 5565367

Dr. Eti Dachs 0664 5481716

HIER IST LICHT

Peter Maier

Heilung – Plädoyer für eine integrative Medizin

Epubli Berlin

ISBN 978-3-752953-99-2 - 340 Seiten

E-Book: ISBN 978-3-752952-75-9

€_D 18,99 (E-Book :€_{A+D} 12,99)

www.alternative-heilungswege.de

Der zweifache „Überfall“ von Ameisen während einer Campingreise kündigte – rückblickend gesehen – beim Autor eine ganze Kette von bevorstehenden Ereignissen an, die mit einer seltsamen Fingerverletzung beginnt und bei Krebs endet. Bei der Suche nach Heilung werden sowohl die Chancen als auch die Grenzen der herkömmlichen Medizin deutlich. Daher plädiert der Autor leidenschaftlich für einen modernen, integrativen Ansatz, der die Möglichkeiten und Erfolge der Akut- und Operationsmedizin ebenso würdigt wie alternative Ansätze bei psychosomatischen Erkrankungen und Krebs. Dafür ist es jedoch nötig, endlich den Paradigmenwechsel von der ausschließlich Symptom-orientierten Schulmedizin, die ihre Grundlage noch immer im längst überholten Newtonschen Weltbild hat, zu einer ganzheitlich ausgerichteten Energie- und Regulations-Medizin die auf der Quantenphysik basiert, zu vollziehen. Nicht allein der Körper, sondern der ganze Mensch mit Körper, Geist und Seele muss im Mittelpunkt jeder Heilbehandlung stehen. Das Buch ermutigt dazu, seinem göttlichen Ur-Kern und inneren Arzt zu vertrauen und auch unkonventionelle Heilungswege zu gehen, besonders im Falle einer Krebserkrankung. Die authentische Heilungsgeschichte des Autors und jene anderer Betroffener machen ebenso Hoffnung wie das spirituelle, esoterische Heilwissen der alten Traditionen und etablierten Religionen, wie beispielsweise die spektakulären Krankenheilungen Jesu in der Bibel.



Matt Kahn

Seelenlicht

Von der Sicht des Egos zur Perspektive der Seele

EchnAton Verlag

ISBN 978-3-96442-021-3 - 264 Seiten

€_A 19,50 / €_D 18,95

Viele Menschen fühlen sich permanent als Opfer widriger Umstände und verlieren sich in Schuldzuweisungen an andere Menschen, Mächte oder Institutionen, aber auch an sich selbst. Ganz gleich wie die Dinge scheinen oder aussehen mögen - alles ist da, um uns dabei zu unterstützen, die Person zu werden, die zu sein wir geboren wurden, sagt hingegen der in der USA lebende Heiler und Autor dieses Buches, Matt Kahn. In diesem Buch definiert er den spirituellen Weg für den Suchenden der heutigen Zeit auf neuartige Weise. Schwerpunkt ist dabei die Beschreibung der wichtigsten Ebenen des Prozesses der sich ausdehnenden Seele. Weiters werden Wege aufgezeigt, um Ängste aufzulösen, sich und andere weniger zu verurteilen und das Leben wieder aus einer klaren, erweiterten Perspektive zu betrachten. Das Verständnis des spirituellen Weges aus Sicht der Seele, verleiht allen Aspekten des Heilwerdungsprozesses eine erfrischend neue Facette und gibt damit einen liebevollen und gleichzeitig kraftvollen Ansatz für persönliches Wachstum. Themen dieses Buches sind unter anderem: Die Reise von der Ego- zur Seelenperspektive - Die Bedeutung der Widrigkeiten im Leben, der tiefere Sinn der Traurigkeit, des Ärgers und der Angst und warum für uns schwierige Menschen unsere Verbündeten sind; Clearings, Aktivierungen und Integrationen, die diese Prozesse unterstützen sowie energetisch kodierte Mantras, Nachsprechtexte und tägliche Übungen zur Verankerung des Gelernten.



DELPHINTRAINING

Ein Jahres- & Persönlichkeitszyklus in
Mental- und Visualisierungstechniken
mit Mag. B. M. Ahlfeld Ehrmann

KREATIONEN UND VISIONEN

15.-17.10. & 22.-24.10.21

BEZIEHUNGEN ERFÜLL LEBEN

26.-28.11. & 3.-5.12.21

SELBSTBESTIMMUNG/SELBSTWERT

18.-20.2. & 25.-27.2.22

KOMMUNIKATION

13.-15.5. & 20.-22.5.22

www.delphintraining.at



INFOABENDE: jeweils 19h

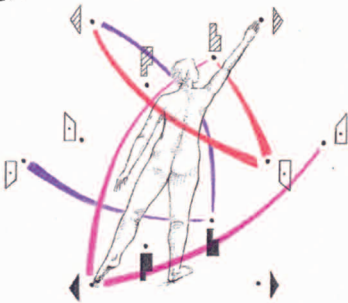
22. 4. 1140 Wien, Cervantesgasse 5/5

21. 4. online via Zoommeeting

0664/411 10 39, delphintraining@aon.at

CERTIFICATE PROGRAM IN LABAN/BARTENIEFF MOVEMENT STUDIES

Intensive format in English
Start: July 2021 in Berlin
Basic Level



EUROLAB
EUROPEAN ASSOCIATION FOR
LABAN/BARTENIEFF MOVEMENT STUDIES

Director: Antja Kennedy info@eurolab-programs.com
Phone: +49 30 52282446 www.eurolab-programs.com

EROS · LIEBE · MEDITATION

Lieben
lernen...



ARUNA
INSTITUT



Regina König und Hellwig Schinko

OFFENE SEMINARE

TANTRA-BODY

19.03. - 21.03.21 bei Schwäbisch Hall

ARUNA-TANTRA in Österreich

13.-16.5.21 in Oberösterreich

SYSTEMISCHES FAMILIENSTELLEN

1.-4.7.21 mit Claudia Haarmann, bei Ulm

TANTRA-BODY

2.-4.7.21 mit Beatrix Rettenbacher
und Jens Lenger-Hartwig, bei Ulm

DAS LEBEN, DIE LIEBE & ICH

29.7.-1.8.21 Teil I: Workshop-Reihe für
junge Menschen von 16-26 Jahren, bei Ulm

ELTERN SEIN ... UND FAMILIE LEBEN!

29.7.-1.8.21 mit Susanne Sonnleitner
und Sebastian Seitler, bei Ulm

FEUER, HERZ UND STILLE

31.7.-7.8.21 Tantra-Sommergruppe,
am Ortasee/Italien

CHULUAQUI QUODOUSHKA

2.-10.9.21 Schamanische Lehren über Sexualität
& Energie, Batty Gold & Rose Fink / USA, bei Ulm

ARUNA-Institut · St. Nepomukstr. 13 · 74673 Muldingen
Tel. 07936/621 · Fax 07936/646

info@aruna-tantra.de · www.aruna-tantra.de

Kryptowährung

Trend mit Nebenwirkungen

Erst vor ein paar Wochen hat *Tesla*-Chef *Elon Musk* 1,5 Milliarden Dollar in die Kryptowährung *Bitcoin* investiert und damit einen neuen Hype mit neuen Rekordwerten rund um das Kryptogeld entfacht. Nun gilt *Elon Musk* als Visionär und entsprechend groß ist mittlerweile das Wohlwollen vieler Menschen gegenüber der Kryptowährung, was sicher auch mit einer tiefen Unzufriedenheit gegenüber dem herkömmlichen Bankensystem und den damit verbundenen Wirtschaftskrisen zu erklären ist. Doch es ist nicht alles Gold, was glänzt, wie eine genauere Betrachtung hinter die Kulissen deutlich macht.

Was ist Kryptogeld?

Anders als unser gewohntes Zahlungsgeld der Banknoten, das von staatlichen, zentralen Notenbanken "herausgegeben" und wertspezifisch gesteuert wird, handelt es sich bei Kryptogeld um ein digitales Zahlungsmittel. Ein Zahlungsmittel ist prinzipiell eine Tauschgröße, dem sowohl von einem Käufer als auch von einem Verkäufer beim Handeln **Vertrauen** geschenkt wird. Sie werden als Verkäufer in der Regel als Währung nur jenes Zahlungsmittel akzeptieren, von dem Sie überzeugt sind, dass Sie damit an anderer Stelle benötigte



Waren wieder einkaufen können. Wurde ursprünglich mit Edelmetallen wie Gold oder Silber bezahlt, so wurden für eine einfacherere Handhabung Banknoten eingeführt. Wobei die Banknote ursprünglich die Garantie dafür war, dass der entsprechende Wert in Edelmetall vorhanden ist. Das würde auch nach wie vor gut funktionieren, wäre nicht die Entwicklung dahin gehend gewesen, dass *einige Wenige* die Ressourcen der *großen Mehrheit* auf deren Seite umverteilen wollten und dafür zahlreiche Schachzüge durchgeführt haben, um dies zu gewährleisten.

RÄUCHERMANUFAKTUR

RÄUCHERWERK

aus eigener Produktion
in Bio-Qualität und
hochwertiges Räucherzubehör
GROSS- und EINZELHANDEL

„Räuchern für die Seele“

Buch über die
Indigo-Methode und
60 Räucherpflanzen
für Mensch
Tier und Haus



ÖFFNUNGSZEITEN:

Di. 9:00-12:00 und 14:00-19:00

Mi. 14:00-19:00 **Do.** 9:00-12:00

Fr. mit Voranmeldung

Sa. mit Voranmeldung



ONLINE-SHOP
www.raeuchern.at

VERANSTALTUNGEN

Sobald Veranstaltungen wieder möglich sind,
findest Du Termine auf unserer Homepage

www.raeuchern.at

Wir freuen uns auf Dich!

März / April

ZEIT DES LOSLASSENS



empfohlene Räuchermischungen:
Befreiung - Loslassen - Neubeginn

INDIGO ENTERPRISES - DAS INDIGO HAUS

Regina Wimmer, 1210 Wien, Thayagasse 43

Tel./Fax: 01 / 259 27 65 www.raeuchern.at e-mail: indigo@raeuchern.at

Um diesem Zeitgeist entgegen zu wirken, haben andere innovative Köpfe das Kryptogeld erfunden, bei dem die Verwaltung der Wertgröße nicht staatlichen Notenbanken überlassen wird, sondern einem digitalen Rechnernetzwerk. Die Grundidee ist: Nicht Menschen regeln die Werte, sondern nüchterne mathematische Funktionen, die frei von Gier und Anhäufungswahn sind. Um Manipulationen der Werte zu verhindern, werden die digitalen Werte einerseits mit digitalen Signaturen von Computern geschützt und andererseits werden die Daten auf viele Computer parallel ausgelagert, sodass die Daten praktisch nicht verschwinden bzw. durch Personen bewusst manipuliert werden können. Das Wertguthaben bzw. der persönliche Besitz wird durch einen *digitalen Sicherheits-Schlüssel* repräsentiert. Zwecks Sicherheit werden alle Transaktionen dokumentiert und in jedem am Netzwerk beteiligten Rechner gespeichert.

Indem man als "Privatperson" seinen Rechner, der mit bestimmten Funktionen und Aufgaben ausgestattet ist, dem Krypto-Netzwerk zur Verfügung stellt, kann man einen gewissen Wert der Kryptowährung generieren - man spricht hier von *Mining*.

Viele online-Handelsportale akzeptieren mittlerweile Kryptogeld wie z.B. *Bitcoin* als Zahlungsmittel. *Bitcoin* war die erste Kryptowährung und wird seit 2009 öffentlich gehandelt. Mittlerweile gibt es über 8400 verschiedene Kryptowäh-

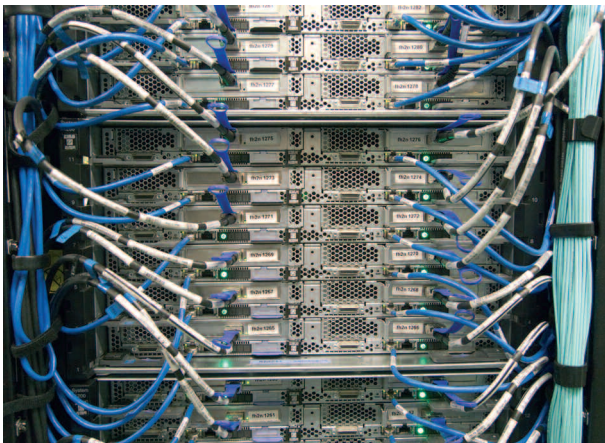
rungen. Daran lässt sich gut erkennen, dass viele Menschen dieser Zahlungsmethode mehr Vertrauen schenkt als den staatlich gesteuerten.

Was sind die Nebenwirkungen?

Ebenso wie das Banknotensystem hat auch das Krypto-Währungssystem seine Tücken und Schwächen. Krypto-Währungssysteme können durch ungewollte softwaretechnische Fehler zu Wertverlusten führen, die sich durch die komplexe Algorithmen-Hierarchie praktisch nie ausschließen lassen und auch schon vorgekommen sind. Noch viel alarmierender schaut es beim Energieverbrauch eines für die Krypto-Währung notwendigen Rechnernetzwerkes aus.

Enormer Energieaufwand für Krypto-Währung

Um ein Kryptosystem sicher betreiben zu können, werden extrem viele leistungsstarke Rechner miteinander vernetzt, auf denen die digital signierten Guthaben buchhalterisch verteilt festgehalten werden. Das Netzwerk besteht aus gleichberechtigten Rechnern (Peer-to-Peer, es gibt keinen zentralen Server), auf denen ein Krypto-Client installiert ist und programmtechnisch ausgeführt wird. Jeder Rechner verbraucht natürlich elektrische Energie. Mittlerweile sind dermaßen viele Einzelrechner für die funktionale Ermöglichung der Krypto-Währung notwendig, dass die Summe des elektrischen Verbrauchs extrem angewachsen ist. Sie werden sich jetzt vielleicht denken: *Naja, wie viel Strom können denn solche Rechner schon verbrauchen?*



Eine Studie des *Cambridge Centre for Alternative Finance* (CCAF) hat sich mit genau dieser Frage beschäftigt und ist zu dem verblüffenden Ergebnis gekommen:

Die Kryptowährung *Bitcoin* verbraucht in einem Jahr momentan mehr Strom als das gesamte Land Argentinien!

Der Energiebedarf für die Kryptowährung ist nicht permanent gleich hoch, sondern steigt mit wachsendem Kurswert. Für das Mining, also um *Bitcoins* "zu ge-

nerieren", müssen Rechner komplexe Rechenaufgaben lösen. Je höher der Kurswert ist, desto mehr investieren Menschen in weitere Rechner, um Kryptogeld zu generieren. Je mehr generiert wird, desto höher ist damit auch der Energieverbrauch, da mehr Rechner funktional involviert sind. In der Regel wird das Kryptogeld in großen Rechenzentren generiert, die einen sehr hohen Strombedarf haben, alleine um die Wärmeentwicklung **herunter zu kühlen**. Der **CO2-Fußabdruck** ist sehr groß und im Zeitalter des Klimawandels mehr als nur bedenklich.

China	6.510 TWh	1,4 Mrd. Einwohner: 4.650 Wh / Einwohner
USA	3.990 TWh	328 Mio Einwohner: 12.165 Wh / Einwohner
Deutschland	524 TWh	83 Mio Einwohner: 6.313 Wh / Einwohner
United Kingdom	301 TWh	66 Mio Einwohner: 4.561 Wh / Einwohner
<i>Bitcoin</i>	121,36 TWh	Stand Anfang 2021
Argentinien	121 TWh	45 Mio Einwohner: 2.689 Wh / Einwohner
Österreich	72 TWh	8,9 Mio Einwohner: 8.090 Wh / Einwohner
Schweiz	56 TWh	8,6 Mio Einwohner: 6.512 Wh / Einwohner

Tabelle 1: Jährlicher Strombedarf aus dem Jahr 2019

Die Tabelle gibt sortiert nach Jahresverbrauch einen Überblick über den jährlichen Strombedarf von Ländern aus dem Jahr 2019 - sowie den Stromverbrauch pro Einwohner in einem Jahr. Der kritische Leser wird jetzt eventuell einwenden, dass auch konservative Bezahlungstransaktionen, wie z.B. eine Kreditkartenbezahlung oder eine Abhebung am Bankomat Strom verbraucht. Um auch diesbezüglich eine Relation herzustellen, hat eine Forschung gezeigt, dass im Jahr 2018 eine einzelne *Bitcoin*-Transaktion gleich viel Energie verbraucht hat wie 80.000 Kreditkarten-Transaktionen.

Die Tabelle bringt leider auch zum Vorschein, dass in Österreich der Pro-Einwohner-Stromverbrauch einer der höchsten weltweit ist. Im Ländervergleich dieser abgebildeten Tabelle verbrauchen nur die US-Bürger mehr Strom als die Österreicher.

Auch im europäischen Vergleich liegt Österreich sehr weit vorne im Stromverbrauch; nur Finnland, Schweden und Luxemburger verbrauchen pro Kopf noch mehr Strom als Österreich.

R. Riemer / Red. Bewusst Sein

Raimund Jakesz

Liebe Brust, was nun?

Ein Buch für Frauen

BACOPA Verlag

ISBN 978-3-903071-80-3 • 250 Seiten

€[D] 24,34 €[A] 24,80-



Univ.-Prof. Dr. Raimund Jakesz ist international anerkannter Chirurg und Brustkrebspezialist. Während seines Aufenthalts am National Cancer Institute in Bethesda, Maryland/USA, erforschte er die Hormonabhängigkeit von Brustkrebszellen und beeinflusste damit wesentlich die moderne Brustkrebstherapie. Bis zu seiner Emeritierung im September 2016 war er Abteilungsleiter für Allgemeinchirurgie an der Medizinischen Universität Wien (AKH Wien).

In vielen, vielen Gesprächen mit betroffenen Frauen erkannte Raimund Jakesz die große seelische und emotionale Belastung seiner Patientinnen. Für ihn ist daher neben der exzellenten schulmedizinischen Therapie die ganzheitliche und spirituelle Betreuung für den Heilungserfolg wesentlich. Aus dieser Erfahrung mit ganzheitlichen Behandlungsformen von Patientinnen mit Brustkrebs ist nun das aktuelle Buch „Liebe Brust, was nun? – Ein Buch für Frauen“ entstanden. Es wendet sich an Frauen mit Brustkrebs, aber nicht nur. In diesem Buch geht es auch um die Fragen: „Welche Rolle kann ich bei der Bewältigung meiner Krankheit spielen? Kann ich durch präventive innere Heilung den Ausbruch eines Brusttumors vielleicht verhindern?“ Das Buch will Patientinnen ermutigen, ihren ganz persönlichen Heilungsweg zu finden.

Einleitung

Dieses Buch ist für Menschen geschrieben, die sich auf den Weg begeben wollen. Es will Zweifler nicht überzeugen. Es will Menschen, die eine klare Überzeugung haben, nicht von ihrem Weg abbringen. Es will nicht hineindrängen in offensichtlich Wohlfundiertes. Es will nicht verführen und kann nichts versprechen. Dieses Buch will einen Weg aufzeigen, der den Blick weitet, der Möglichkeiten aufzeigt, der zu Änderung ermuntert. Es will den Weg in sich

selbst finden lassen, Hinweise geben zur Öffnung, zum Anders werden, wenn dies als nötig empfunden wird. Es ist für Menschen, die sich angesprochen fühlen, die anderes erleben wollen und denen das Bisherige nicht genügt, die ihr Bewusstsein erweitern wollen, um sich mit einer herausfordernden Situation, wie zum Beispiel einer schweren Erkrankung, auseinanderzusetzen. Dieses Buch beinhaltet kaum

Wissenschaft. Es ist auf Erfahrung, auf Selbsterfahrung und auf Informationen von vielen, vielen anderen gegründet. Diese Erfahrung wurde mit Frauen, mit Patientinnen gewonnen, die sich mit ihrer Brusterkrankung innerlich auseinandersetzen wollten oder sich auseinandergesetzt hatten, mit Frauen, die ihre Geschichten erzählten und ihre Erfahrungen mit mir teilten. Sie konnten inneren Aufbruch erleben, Chancen erkennen. Sie haben die Kenntnis des eigenen Wesens als Maßstab für die Auseinandersetzung mit dieser Erfahrung ohne Schuldzuweisung wahrzunehmen gelernt. Mit zunehmendem innerem Wissen sind viele von ihnen aus der Schuldzuweisung an andere oder an sich selbst ausgestiegen, und sind ohne Identifikation mit Fehlern oder Schuldzuweisung in eine tiefe innere Auseinandersetzung mit sich gelangt. Dieses Aussteigen aus der Schuldhaftigkeit ist essenziell für die wertfreie Auseinandersetzung mit eigenen Entscheidungen und Erlebnissen.

Wir alle kommen geprägt auf diese Welt, mit unterschiedlichen Prägungen, und mit unterschiedlichen Lernaufgaben. Anders wäre unsere Verschiedenartigkeit kaum erklärlich. **„Warum kommt der eine zu wundervollen Eltern, und die andere in ein Umfeld, das vernachlässigt, das missbraucht oder unendlichen Schmerz zufügt? Warum wird der eine die ersten Lebensmonate ohne Mutter aufwachsen, und die andere wohlbehütet, gestreichelt und gekost?“** Das muss meines Erachtens eine Antwort, eine Erklärung, einen tiefen Sinn haben. Das muss eine Ursache besitzen: Vielleicht um Lernaufgaben zu erfüllen? Diese zu erkennen ist wesentlich für solche Menschen, die Erklärung und damit Heilung suchen. Schreiben wir all das ei-

LEBENSaufGABE



Deine Lebensaufgabe - Direkt von Deiner Seele!

NEUANFANG! Womit nur?

Natürlich mit Deiner Lebensaufgabe!

Jeder Mensch hat sie mitgebracht.
Einzigartig, authentisch, seelisch!

Stephan holt sie für Dich, direkt
von der Quelle – Deiner Seele.

Freue Dich, Deine einzigartigen
Fähigkeiten endlich zu erfahren und
buche jetzt gleich Deinen Telefontermin
zur Benennung Deiner Lebensaufgabe:

+49 (0) 33230-203 90

www.Bei-Anruf-Lebensaufgabe.de

BEI-ANRUF-LEBENSaufGABE.de

nem Zufall zu, einer zufälligen Zuordnung zu Freude und Leid, so werden uns Zusammenhänge in unserem Leben nicht ersichtlich werden können. Die fehlende Anerkennung des Ursache-Wirkungs-Prinzips nimmt uns die Möglichkeit der Aufarbeitung zugrunde liegender Mechanismen. Bewusste Heilvorgänge können ohne Erkennung der tatsächlichen Ursachen kaum gelingen.

In der wertfreien Erkenntnis möglicher Zusammenhänge, im Verlassen von Projektion und Flucht, in der liebevollen Wahrnehmung von Ursache und Wirkung gestalten sich heilsame Räume, Vorstellungen, die Änderungen in uns anstoßen wollen und uns selbst erklären können. Ein solcher Augenblick der Öffnung des inneren Blickes ist für manche möglich und willkommen, für andere nicht. Es ist nicht

Gelegenheit und auch nicht gestattet, andere zu beurteilen, sondern mit diesem Buch ein Angebot zu machen, das im Raum ist, eine Möglichkeit anzubieten, die ergriffen werden kann, um möglichen Einblick in den Krankwerdungsprozess zu erhalten, etwaige Zusammenhänge zwischen dem eigenen Wesen und der physischen Erkrankung aufzudecken, und in Kenntnis dieser Zusammenhänge bestimmte Änderungen in der eigenen Lebensweise und Lebenshaltung auf allen Ebenen erfolgen zu lassen.

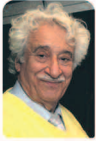
Es muss uns bewusst sein, dass es viele Wege gibt, wieder in die Gesundheit zu finden, ganz unterschiedliche Wege, weil weder der Prozess der Erkrankung noch die Entwicklung des Erlangens erneuter Gesundheit von uns völlig verstanden wird. Bestimmte Analysen eigener Erfahrung erlauben jedoch Vorstellungen, mit welchen mentalen, gefühlsmäßigen, emotionalen, geistigen, seelischen Mustern bestimmte Krankheiten verbunden sein können, welche Haltungen bei Menschen mit bestimmten Krankheiten – und in diesem Buch geht es um die Erkrankung der weiblichen Brust und deren Gesunderhaltung – überproportional vorhanden sind. Für viele dieser Erfahrungen gibt es kaum wissenschaftliche Untersuchungen und Erkenntnisse. Ein direkter Nachweis innerer Heilvorgänge ist kaum oder gar nicht möglich und bleibt ein subjektives Erfahren.

Eine Erkrankung ist ein individueller Prozess, der sich physisch oder auch psychisch manifestiert, was sich auch daran zeigt, dass die Genanalyse eines Tumors einer bestimmten Patientin ein völlig unterschiedliches – eben individuelles – Bild von Tumoren anderer Patientinnen besitzt. Kein Tumor gleicht in der Genanalyse völlig dem anderen. Dies kann als Hinweis

dafür aufgefasst werden, dass der Entstehung der Krankheit eben individuelle Ursachen zu Grunde liegen, unter Umständen multiple Ursachen, die auf epigenetischem Wege den Genapparat beeinflussen, sodass unterschiedliche Tumore entstehen. So wie alle Menschen eben unterschiedlich aussehen und sind, so trifft dies auch auf Tumore zu.

Unsere Persönlichkeiten, unsere Wesen sind voneinander unterschiedlich. Es stellt sich nun die Frage: **„Warum bin ich so und nicht anders? Warum verhalte ich mich in bestimmten Situationen auf diese Weise, zum Beispiel abweisend oder aggressiv, und nicht freundlich oder liebevoll? Was hat mich eigentlich zu dem gemacht, was ich bin? Wer oder was bestimmt in mir, wie ich mich verhalte, wie ich bin?“** Dies sind essenzielle Fragen in unserem Leben. Die Beantwortung dieser Fragen aus unserem Herzen ist ganz wesentlich dafür, wie wir mit uns selbst umgehen. Auf der einen Seite könnten wir natürlich sagen: *„Ich bin wie ich bin. Das ist mein Wesen. Das kann ich nicht ändern. Ich habe das von meinen Eltern so vererbt bekommen, und mit dem muss ich mich abfinden.“* Haben wir eine solche Meinung über uns, so stellt sich die Frage, ob dies wirklich dem Schöpfungsgedanken und dem Potenzial, das in uns schlummert, entspricht. Wir können die vorhin gestellte Frage nach der Art unseres Wesens auch beantworten, indem wir sagen: *„Ich will und ich kann mich ändern. Ich habe das Potenzial, mich in jedem Augenblick anders zu erschaffen als vorher. Ich will erkennen, was mir guttut, was Freude in mir erzeugt, was mich zu Erfolg und zu Lebensglück bringt. Ich will aus den mich belastenden inneren Aspekten aussteigen, indem ich Rücksicht auf mich nehme, und will mich ändern und an meiner Heilung teilhaben.“* Die Entschei-

Jahrestraining 2021



Dr. h.c. Christos
Drossinakis

Bettina Maria
Haller



Entwickle Deine Heilkraft

Wissenschaftliche Tests
belegen Deine Fähigkeiten

Österreich

20+21 März

10+11 April

5+6 Juni

21 bis 28 August auf der GR Insel Evia

2+3 Oktober

13 November

4 Dezember

alternativ NUR auf der GR Insel Evia

17 bis 24 Juli und 21 bis 28 August

Deutschland

27+28 März

17+18 April

12+13 Juni

9+10 Oktober

20 November

11 Dezember

Anm. & Info: 0043/664 460 7654 · www.heilerschule-drossinakis.de · Email: IAWG-Frankfurt@web.de

dung für eine dieser unterschiedlichen Beantwortungen ist für unser weiteres Leben ganz richtungsweisend, und wird an vielfachen Stellen dieses Buches im Detail ausgeführt, nämlich: „**Was kann, was soll, vielleicht sogar was muss ich für mich tun, wenn ich einmal krank geworden bin?**“ Oder vielleicht ebenso wichtig: „**Was will, was kann, was muss ich für mich tun, um gesund zu bleiben?**“

Diese Fragen stellten viele bereits an Brustkrebs erkrankte Frauen, die nach dem ersten Schock, nach dem Schrecken des Erfahrens der Diagnose und der Annahme ihrer emotionalen Reaktion in ein, wie man sagt, resilientes Verhaltensmuster eintraten, indem sie genau diese Frage für sich beantworten wollten: „**Wie ist diese Krankheit in mir entstanden? Warum wurde ich krank? Was kann ich gemeinsam mit schulmedizinischen Maßnahmen für mich tun, um diese Krankheit zu bewältigen, diese Krankheit zu überleben? Wie kann ich dies erkennen? Wie gelingt mir dieser innere Dialog? Wie lerne ich, meine Ressourcen für mich zu nutzen und nicht nur für andere?**“ Die Bearbeitung bzw. Beantwortung genau dieser Fragen ist meist nur durch die Ausei-

nersetzung mit sich selbst, allein mit dem eigenen Wesen, schwierig, wenn nicht sogar unmöglich. Das Erkennen von Aspekten, die mit der Krankheitsauslösung verbunden sein können, Selbsterkenntnis durch Selbstbeobachtung, um wahrzunehmen, welche mit der Krankheit verbundenen Verhaltensmuster mental oder emotional vorherrschen, die zu schmerzhaften Reaktionen im eigenen Wesen führen, ist oft nur durch liebevolles, schrittweises Hinführen durch Erfahrene möglich; ebenso auch die Aufarbeitung des eigenen Lebens mit der inneren Heilung von Verwundungen, die tief in der Betroffenen sitzen und von denen sie oft glaubt, sie behalten zu müssen, und den Weg in die innere Lösung von diesen Erfahrungen nicht finden zu können. Wie schon zuvor angedeutet, ist dies nicht ein Weg, den alle Betroffenen gehen müssen. Es ist ein Weg der inneren Auseinandersetzung, der angeboten werden soll, der auf unterschiedlichen Möglichkeiten erfolgen kann, und der für all diejenigen offen steht, die mehr über sich selbst erfahren wollen, über die mögliche Entstehung ihrer Krankheit und die Möglichkeiten, für sich selbst etwas zu tun, die eigene Selbstheilung zusätzlich zur Schulmedizin zu aktivieren.

Wir alle haben eine Persönlichkeit. Man spricht oft ein wenig negativ konnotiert von dem Ego. Dabei heißt doch „ego“ nur „ich“, und das ICH BIN ist unser Wesen, das uns mehr oder weniger selbst bekannt und bewusst ist. Die Kenntnis unserer Persönlichkeit entsteht nur dann, wenn wir uns mit uns selbst auseinandersetzen. Dies ist eine Entwicklung, die viele von uns nicht gehen wollen, weil sie von der Notwendigkeit eines solchen Prozesses nicht überzeugt sind, oder weil sie oft Angst haben vor den eigenen Untiefen und Schatten. Dabei darf uns bewusst sein, dass erst die Kenntnis dieser Haltungen Heilung ermöglicht. Schatten verlassen uns nicht aus sich selbst heraus, sondern nur, wenn sie aktiv geheilt werden. Die gesellschaftliche Entwicklung geht in diese Richtung, indem viele Seminare, Coachings, Mediationen in verschiedensten Bereichen angeboten werden, die die Erfahrung mit der eigenen Persönlichkeit zum Inhalt haben. Diese wird im Zuge einer solchen persönlichen Auseinandersetzung selbst kennengelernt. So können Wesenszüge aktiviert werden, die helfen das Leben zu bewältigen, und auch solche erkannt werden, von denen Lösung erfolgen sollte, um schmerzhaft Erfahrungen im Leben zu vermeiden. Das Fach der Psychoonkologie, also des Zusammenhanges zwischen Krebserkrankungen und der Psyche, hat in den letzten Jahren an Bedeutung deutlich zugenommen. Die spirituelle Betonung im Rahmen der Psychoonkologie beginnt sich erst langsam zu etablieren.

Um zur ursprünglichen Frage bezüglich unserer Persönlichkeit zurückzukehren, ist diese das Ergebnis von vererbten Verhaltensmustern und erlebten Erfahrungen und unserer Fähigkeit, uns mit beiden entsprechend auseinanderzusetzen. Es ist bekannt, dass sich unsere Persönlichkeit im

Laufe unseres Lebens grundlegend ändern kann, aufgrund von neuen Erfahrungen, die wir gemacht haben, aufgrund von freudvollen oder schmerzhaften Erlebnissen und aufgrund unserer eigenen Entwicklung, wie bereit wir sind, durch Intensivierung von Selbsterkenntnis und Bearbeitung von Erlebnissen uns selbst zu heilen.

Wir sind also geprägt von Erlebnissen, von Handlungen, von Taten. Wir sind geprägt von unseren mitbekommenen Fähigkeiten - die Bibel spricht in diesem Zusammenhang von Talenten, die wir benützen, entwickeln oder verkümmern lassen können - und wir sind geprägt von unseren Eltern, von unserer Ahnenreihe. Wir sind geprägt von dem, was wir in unser Leben hinein mitbringen. Manches an unserer Persönlichkeit ist uns bewusst, weil wir uns damit auseinandergesetzt haben. Manches ist uns unbewusst und zeigt sich an Haltungen oder Reaktionen, die wir an uns oft gar nicht verstehen, und über die wir uns manchmal an uns selbst nur wundern können. Die Botschaften solcher unbewusster Prägungen stammen eben aus unserem Unterbewusstsein. Manche meinen, sie stammen aus früheren Leben, dass von dort Ungeheiltes, Unbewusstes zur Heilung in das Jetzt-Bewusstsein gelangen kann. Andere sind der Meinung, dass es sich um einen Seelenauftrag handelt, den die Seele mitbringt, den sie uns durch entsprechende Erfahrung bewusst macht und durchleben lässt. Letztendlich ist es eine persönliche Glaubensfrage, deren Antwort sich jeder selbst geben kann, und die im Detail die Notwendigkeit der Erkennung und Auseinandersetzung nicht ändert. Entscheidend dürfte jedoch für die persönliche Entwicklung sein, das tiefe Wissen zu besitzen, dass diese Art Prägung, woher auch immer sie stammt, vorhanden

ist, dass sie verstanden, gefühlt und eben abgearbeitet werden kann, ohne sich, wenn aus dieser Prägung Schmerzhaftes, Ungerechtes oder Verstörendes durch oder an uns entsteht, schuldig zu fühlen.

Die Akzeptanz dessen, was wir tragen, die Erkennung dessen, was nicht hilfreich oder heilsam für uns ist, die schrittweise Unterscheidung, ob Haltungen behalten oder gelöst werden sollen, und letztendlich die Heilung dessen, was uns nicht mehr dient, ist ohne tiefgreifende Vorstellung und klares Verständnis unseres Wesens kaum möglich. Wenn dann die Vorstellung umgesetzt wird, wenn durch intensive Zuwendung innere Heilung geschieht, dass aus Trauer Freude, aus Schwäche Stärke, aus Trennung Verbindung, aus Ängstlichkeit Vollendung entsteht, so war das ein individueller Beweis für die Validität dieses Konzeptes. Das wurde von mir an mir selbst und an vielen anderen, die sich mir anvertraut haben, tatsächlich oft erlebt, und auch von anderen, die spirituell mit Erkrankten arbeiten, vielfach bestätigt. Wir können also Aspekte, die nicht heilsam sind für uns, durch entsprechende innere Zuwendung und mit Hilfe von Therapeuten an uns selbst heilen. Auf energetische Methoden, wie Lösung von Belastendem erfolgen kann, wird an vielen Stellen des vorliegenden Textes eingegangen. Wir können aus Themen und Mustern, die wir tragen, aussteigen und tiefe innere Heilschritte an uns selbst setzen, die unser gesamtes Wesen ändern. Natürlich kann das Ego der ungeheilten Persönlichkeit Haltungen tragen, die weder für uns heilsam noch in der Begegnung mit anderen angenehm und wohlwollend sind. Anhand von 19 Lebensgeschichten von Patientinnen mit Brustkrankungen werden typische Erfahrungen, innere Themen, Muster und traumatische Erlebnisse beschrieben,



REBIRTHING - INTEGRATIVE ATEMTERAPIE
EINZELSITZUNGEN BEI DR.^{IN} ANGELA TICHY

CHAKRA BALANCING
BEWEGENDE KURSE

Der verbundene Atem verhilft uns zu mehr Selbstliebe, Ausgeglichenheit und Energie. In einem Rebirthing-Atemzyklus vertiefen wir allmählich den Kontakt zu uns selbst und lernen, uns selbst immer mehr anzunehmen, wie wir sind. Die Ursache von Problemen, die unserer Lebensfreude im Weg stehen, können erkannt und gelöst werden. Wir können uns tatsächlich frei atmen.

Auch Online-Sitzungen möglich.

ANGELA.TICHY@REBIRTHING.CO.AT
TEL.: 01/897 25 72 - **WWW.REBIRTHING.CO.AT**



KORNKREISE + UFOs

...UND IHRE SPIRITUELLE
BEDEUTUNG – INTERVIEW
MIT BENJAMIN CREME

Dienstag, 30. März 2021, 19:00 Uhr
1070 Wien, Seidengasse 28, im Hof
2. Stiege rechts, 1. Stock, Veranstaltungsraum
info-ueber-maitreya@gmx.at
0699 1999 0888
EINTRITT FREI

www.shareinternational.de

die so oder so ähnlich in vielen solchen Krankengeschichten zu finden sind.

Das Ego unserer ungeheilten Persönlichkeit
Es ist das EGO, das den Weg zur eigenen wahren Identität versperrt und das

- Schuld und Hochmut empfindet,
- ungeduldig und arrogant ist,
- eigene Handlungen oder Handlungen anderer bewertet, beurteilt oder verurteilt,
- sich minderwertig fühlt, ausgegrenzt oder verlassen,
- sich zu wichtig nimmt, nur sich sieht,
- meint nicht meditieren zu können,
- zynisch und abweisend reagiert.

Das EGO beherrscht die eigenen Gefühle und Gewohnheiten.

Hier sind einige Aspekte unserer ungeheilten Persönlichkeit beachrieben, die uns und anderen das Leben schwer machen können. Es ist ganz wesentlich, dass wir solche Aspekte nicht als persönliches Versagen oder gar schuldhaft empfinden. Es geht vielmehr darum, dass wir solche Aspekte in uns erkennen, dass wir sie möglichst wertfrei als im Augenblick zu uns gehörig annehmen, sie akzeptieren und schrittweise durch eine bewusste, aufmerksame, liebevolle Zuwendung zu uns selbst zur Heilung bringen. Letztendlich haben alle diese Haltungen unseres Wesens Grund und Ursache. Wir sind in unserem Leben durch bestimmte Erfahrungen gegangen, die uns eben zu dem gemacht haben, wie wir im Augenblick sind. Wir können kreative Erkenntnisschritte an uns selbst gestalten, die zur Änderung unseres Wesens führen.

Greifen wir nur einen Punkt heraus: Hochmut und Arroganz. Wir können davon ausgehen, dass jeder Mensch göttlicher Schöpfung ist. Wenn wir dieser Meinung sind, so hat jeder Mensch seine Fähigkeiten und seine Würde und seine Aufgabe im Leben. Viele glauben, dass die Menschheit eine Einheit ist und dass wir alle Brüder und Schwestern sind. Sind wir nun hochmütig oder arrogant, so stellen wir uns über andere, weil wir anderen zeigen wollen, dass wir besser oder stärker sind, mehr zu wissen glauben, mehr Geld haben, größere Bedeutung haben als sie selbst. Der Grund für Hochmut und Arroganz ist bei vielen doch in Wirklichkeit, dass sie sich ihrer selbst nicht sehr sicher sind, dass sie oft einen geringen Selbstwert haben und sich selbst in ihrer Bedeutung tatsächlich nicht hoch einschätzen. Sie wollen nur diese Meinung über sich selbst kompensieren. Sie wollen dieses Gefühl verbergen und stellen sich deshalb so sehr in den Vordergrund. Erkennen wir nun das wahre Wesen eines solchen Menschen, so besteht kein Grund, dass wir uns von einem solchen Verhalten beeindrucken lassen oder dieses persönlich nehmen. Wir können mitfühlend den anderen begleiten, vielleicht in einem Gespräch behutsam das Thema ansprechen, oder zu kompetenter Unterstützung raten. Das tatsächliche Erkennen der Zusammenhänge und die Heilung einer solchen Haltung bleibt dem Betroffenen vorbehalten. [..]

Lesen Sie weiter in:

Liebe Brust, was nun?

Ein Buch für Frauen

Raimund Jakesz

BACOPA Verlag

ISBN 978-3-903071-80-3

www.bacopa.at

Veranstaltungen

Wien (& Umgebung) ● = Eintritt frei

Mittwochs

- **TransmissionsMeditation** - Stille Meditation Tals Dienst für die Welt; Beginn: 18h; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Kollarzg. 5, 1210; 0699-19990888;

Mo.22.3. MAYA-Kalender Praxisabend - Sturm-Endphase, Sturm&Samen-Mixphase, global & persönl. Fragen, o. Vorkenntn! Eintritt: € 25,-. Beginn: 17h30-19h30. Jedlersdorf-erstr. 99/33/3/13. Info & Anmeldung: 0699-12 620196

Di.30.3. Kornkreise und UFOs - und ihre
● spirituelle Bedeutung. Vorführung: Interview mit Benjamin Creme. Beginn: 19h; Eintritt frei; Seideng. 28, 1070; 0699-19990888;

Fr.2.4. Vollmond-TransmissionsMeditation
● Stille Meditation als Dienst für die Welt (Einführung 17h30) . Beginn 18h, Anmeldung erbeten, Eintritt frei. Schmalzhofgasse 24/2a, 1060; 0699-19990888

Do.22.4. Lichtkraft Webinar - Prakt. Säuberungs-Training v. energet. Manipulationen & mentalen Fremdprogrammen. Zeit 19h-21h. Info & Anmeldung: 0699-12620196

- **Delphintraining** - Infoabend zu den Mental- u. Visualisierungstechniken mit Mag. B.M. Ahlfeld Ehrmann. Zeit: 19h, Eintritt frei. Cervantesg. 5/5, 1140 Wien; Anmeldung: 0664-4111039

Fr.23.4. Vollmond-TransmissionsMeditation
● Stille Meditation als Dienst für die Welt (Einführung 17h30) . Beginn 18h, Anmeldung erbeten, Eintritt frei. Schmalzhofgasse 24/2a, 1060; 0699-19990888



GRATIS EMAIL-MAYA-NEWS!

KAMIRA Eveline Berger
Bewusstseins-schulung, Krisenbegleitung,
Autorin office@lichtkraft.com

WEBINARE

SCHWINGUNGSERHÖHUNG – FREI HAUS!

1x / Monat, 19-21h

25.3. MAYA – Sturm-Samen Jahresmix-Phase
22.4. LICHT&SCHATTEN – mentale Befreiung
27.5. MAYA – Neujahrs-Vorbereitung f. 26.7.

SELFHEALING

FRIEDEN F. KÖRPER, GEIST & SEELE!

10.+11. April, je 10-17h

Zeit für tiefgehende Zeremonien, erlernen effizienter Quantenmedizin-Techniken und höchstem Schöpfungsgöttin-Bewusstsein! Mit feinstofflicher Begleitung passiert holistische Heilung in einem wirklich geborgenen Raum. Und innere Balance entsteht wieder ganz von selbst. Erarbeitung individueller Heilprogramme. Echt erholsam & stärkend!

ICH-MARKE

WERDE ZU DEM GENIE, DAS DU BIST!

13. März, 10-17h

Produktives Freudenfest für die wahre Authentizität. Verborgenes Potential wird zur eigenen Marke. Maya-Analyse, Geschäftsideen entwickeln, intensive Neuorientierung, individuelle Strategien, Geldmagie, effektive Techniken & Rezepte - der Erfolgskick für alle Wild-Entschlossenen!

MAYA-ANALYSEN

PUNKTGENAUE LÖSUNGEN

F. PRIVAT & BUSINESS!

(Termine nach Vereinbarung)

Inkl. Datenblatt, Audio-Mitschnitt, präzise Anleitungen, To-Do-Liste! Für Ich-Marke, Lebenschaos, Partner-Krisen, Entscheidungen, Potenzialsuche, ...

MAYA-PRAXISABEND 22.3.21, 17:30

f. Neulinge & Fortgeschr.

Lichtkraft.com 0699/1262 0196

Alles ist Energie

Die feinstoffliche Ebene und ihre Konsequenzen für jeden Lebensbereich

Wenn man über Auswirkungen und Konsequenzen auf „energetischer Ebene“ spricht, verwendet man damit einen Begriff, der viel Interpretationsspielraum lässt. Manche Menschen haben eine sehr spezifische, von ihrem persönlichen spirituellen Zugang geprägte Vorstellung davon, andere eine sehr diffuse. Für viele steht diese Ebene isoliert und stellt neben der materiellen, der geistigen und der emotionalen, noch eine weitere Ebene dar. Diese Trennung ist jedoch so nicht zu ziehen.

Alle Ebenen sind miteinander verbunden

Sowohl unsere Taten (materielle Ebene) als auch unsere Gedanken (geistige Ebene) und Gefühle (emotionale Ebene) haben einen energetischen Aspekt, haben Einfluss oder stehen unter Einfluss dieser Ebene. Ebenso beeinflussen sich die anderen Ebenen gegenseitig. Wie die moderne Gehirnforschung gezeigt hat, rufen beispielsweise bestimmte Gedanken spezifische Emotionen hervor, diese Emotionen wiederum bestimmte körperliche Reaktionen in Form der Ausschüttung von z.B. Neurotransmittern, die neben Befindlichkeiten auch wieder das chemische Klima für bestimmte Gedanken schaffen.

Diese Erkenntnis – der gegenseitigen Beeinflussung bzw. der Abhängigkeit der unterschiedlichen Ebenen voneinander – ist einleuchtend, dennoch wird sie von vielen Menschen immer noch vernachlässigt. Das sieht dann so aus, dass sie sich beispielsweise nur der mentalen Ebene zuwenden und im Geiste ihre strahlende Zukunft visualisieren, ohne ganz konkrete Schritte zu setzen oder anstehende Probleme zu lösen. Sie warten einfach auf den Glücksfall, den das Universum liefern wird. Andere agieren verbissen nur auf materieller Ebene, verärgert, verdrossen ob dieses Umstandes, aber in dem Glauben, dass sie mit den ewig gleichen Strategien irgendwann andere Ergebnisse erzielen werden. Andere verweilen emotional in der Vergangenheit, sie können negative Gefühle nicht loslassen und merken nicht, dass sie diesen Gefühlen angepasste Ereignisse in



27. März 2021
Freies Spazierengehen mit Pferden
am Michaelihof

Mensch erkenne Dich und die Natur als Einheit, in der sich der Mensch als selbstbestimmtes eigenverantwortliches Wesen bewegt und sich selbst gewahr wird.

Die Mitgeschöpflichkeit Pferd begleitet uns und unterstützt den Prozess der Selbsterkenntnis.

Mit Atemübungen und Rede-Stab-Runde lassen wir das Erlebte vorbeiziehen und beobachten es nocheinmal.



Diese Veranstaltung ist für Mitglieder des Vereins Michaelihof und für alle, die es noch werden wollen.

Erfahrung mit Pferden ist für diese Veranstaltung nicht notwendig.

Alle Informationen und Auskünfte bei Franz unter der Tel. 0699 11101720

Ausrüstung: Gute Wanderschuhe

Termin: **27.3.2021**

Uhrzeit: 11h bis 18h

Verköstigung: Gekocht wird gemeinsam!

Anschrift: Pinkatalstraße 10, 8243 Pinggau • Kontakt: Franz Prenner +43 699 11101720



www.michaelihof.at

ihr Leben ziehen. Dies sind nur ein paar Beispiele, es gäbe noch hunderte andere Spielarten. Wer sein Leben verändern möchte, einen Traum verwirklichen, benötigt alle Ebenen gleichermaßen und sollte lernen, auch all diese „Instrumente“ zu bedienen.

Der energetische Aspekt im Alltag

Doch noch einmal zurück zur Aussage – alle Ebenen haben einen „energetischen Aspekt“. Die meisten Menschen spüren dies ganz intuitiv und handeln danach. Sie sprechen dann von einer „symbolischen“ Handlung, wenn sie z.B. eine Namensänderung nach einer Scheidung vornehmen, die Wohnung umdekorieren etc. Sie handeln ganz konkret, das sind physische Schritte, verändern jedoch damit die Energie, durchbrechen - nicht nur, aber auch damit - die energetische Bindung an die Vergangenheit.

Es ist gleichgültig auf welcher Ebene man agiert, man verbindet oder löst sich damit immer mit bzw. von gewissen Energiefeldern. Manche davon sind als groß und kollektiv zu erachten, wie beispielsweise das Feld dem man sich anschließt wenn man einer religiösen Gemeinschaft beitrifft. Andere betreffen die Familiengeschichte, wieder andere haben nur für jeden Menschen persönlich Belange. Gemeinsam ist ihnen – sie haben ganz subtil Einfluss auf unser Leben, können unterstützen, belasten oder sogar blockieren. Es macht also Sinn, das eigene Leben dahingehend zu betrachten und gegebenenfalls Maßnahmen zu setzen, damit die eigene Energie wieder ungehindert fließen kann.

Ganz wesentlich ist, sich dabei nicht wieder auf Allgemeinplätze führen zu lassen und ungeprüft bestimmte Dogmen zu übernehmen, was „hoch- oder niedrigschwingend“ sei und was wir tun oder lassen sollten. Es geht darum hinein-zuspüren, wie sich ein bestimmtes Umfeld, bestimmte Menschen, Dinge, Tätigkeiten usw. auf das persönliche Energiepotenzial und damit auf Gesundheit und Schaffenskraft auswirken. Das erfordert Aufmerksamkeit und innere Reflexion, ist aber ein Weg der sich lohnt – die Kunst, jene Dinge ins Leben zu ziehen, die Sie auch haben möchten und die Realität zu erschaffen, in der Sie wirklich leben wollen.

Energetische Blockaden

So wie auf der körperlichen, mentalen oder emotionalen Ebene können sich auch auf der energetischen Ebene Blockaden manifestieren die – wie zuvor erwähnt – nicht sichtbar sind. Eine Blockade auf energetischer Ebene kann bei-

spielsweise dann vorliegen, wenn wir - trotz aller Bemühungen auf anderen Ebenen – mit einem bestimmten Vorhaben keinen Erfolg haben.

Ein gutes Beispiel dafür ist die Situation, wenn trotz jahrelanger Psychotherapie keine Verbesserung des tatsächlichen Befindens erreicht werden kann. Manche meinen, das liegt dann am Therapeuten. Andere meinen, das liegt am Betroffenen selbst, der nicht loslassen oder nicht vergeben kann – sich nicht verändern will. Tatsächlich kann sich das Problem aber auf energetischer Ebene manifestiert haben und wird die Psyche und den Geist immer wieder in dieselben Bahnen ziehen, die jemand mühsam durch Therapie versucht zu verlassen. Auch wenn die Therapie natürlich auch an dieser Ebene „kratzt“, kann sie dieses Problem – wenn es sich verfestigt hat – manchmal nicht auflösen. Ebenso wie man eine körperliche Erkrankung ab einem bestimmten Fortschreiten - nicht unbedingt nur aber auch - auf der physischen Ebene behandeln sollte, ist es sinnvoll im Falle einer Blockade im energetischen Feld auch in diesem zu arbeiten. Dazu muss man kein Medium und auch keine Energetikerin sein. Natürlich ist es kein Nachteil mit der energetischen Sichtweise und ihren Werkzeugen vertraut zu sein, aber Voraussetzung ist es nicht.

Mehr Vertrauen in die eigene Wahrnehmung

Fast jeder Mensch bezieht diese Ebene wie selbstverständlich in sein Leben ein, manche bewusst, viele unbewusst. Sie nennen es Intuition, ein Gefühl, eine Laune, eine symbolische Handlung usw. Sie umgeben sich mit Dingen die sie in ein bestimmtes Energiefeld einklinken in dem sie sich zu Hause fühlen. Sie trennen sich von Dingen, die kein gutes Gefühl vermitteln. Sie meiden bestimmte Plätze, an denen sie sich nicht wohl fühlen. Worauf ich hinaus will ist – jeder Mensch hat die Fähigkeit, diese subtilen Einflüsse wahrzunehmen. Oft fehlt einfach das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, manchmal mangelt es an Aufmerksamkeit. Um solche Eindrücke wahrzunehmen, braucht es innere Stille, Momente der Versenkung und des Innehaltens, in dem äußere Ablenkung und der ewige innere Dialog bewusst abgeschaltet werden. Diverse Meditations- und Visualisierungstechniken leiten genau dazu an. Auch Blütenessenzen operieren auf dieser Ebene. In der Vorjahresausgabe Sternensymphonie 2020 bzw. im 2021 erscheinenden Arbeitsbuch gibt es beispielsweise Übungen und Blütenessenzenempfehlungen, die auf dieser Ebene arbeiten.

Die eigene Macht erkennen

Grundsätzlich – und das führt uns wieder zum Ausgangsgedanken zurück – sind alle Ebenen verbunden und haben somit auch einen energetischen Aspekt. Un-

sere Taten, unsere Worte, unsere Beziehungen, unsere Gedanken und Gefühle usw. können unsere Energie stärken oder schwächen. Sie haben Macht.

Diese Energie-Aspekte und Prinzipien beschäftigen die Menschheit wahrscheinlich bereits von Beginn an. In zahlreichen überlieferten Weisheitslehren, Einweihungswegen und Kalendersystemen finden wir den Bezug zu den verschiedenen Ebenen unseres Daseins (Elemente) sowie den archetypischen Kräften. Diese unterschiedlichen Systeme haben erstaunlich viele Übereinstimmungen was wiederum zeigt – es geht um universelle Prinzipien, nur die Symbole die jeweils verwendet werden unterscheiden sich. Ich selbst beziehe mich in meinen bisherigen Veröffentlichungen auf die Astrologischen Prinzipien, nicht im Sinne der „Horoskopdeutung“, sondern im Sinne der „Urprinzipien“, assoziiert mit den Planeten Mars, Venus, Mond usw. als Symbole für die universellen archetypischen Kräfte. Diese Symbolik ist in unserem Kulturkreis fest verankert und viele Menschen haben einen intuitiven Zugang zu ihrer Qualität. Ebenso gut könnte man sich den energetischen Prinzipien aber auch anhand der Tarotkarten oder des Indianischen Tierkreises nähern. Wichtig dabei ist – ganz im Unterschied zur divinatorischen Auslegung der Tarotkarten oder einer bestimmten astrologischen Konstitution - die Erkenntnis der eigenen Handlungsfähigkeit im Einklang mit den unterschiedlichen Prinzipien. Wer universelle Energieprinzipien besser versteht und nicht mehr gegen sie arbeitet, sondern mit ihnen, kann das eigene Energiepotenzial erhöhen oder - zum ersten Mal im Leben - wirklich nutzen.

Autorin *M.Frey*

SternenSymphonie 2021

Ein Reiseführer und Wegbegleiter für die individuelle Reise zu den persönlichen Lebenszielen.

Astrologische Urprinzipien in einer einzigartigen energetischen Betrachtung, zur Maximierung Ihrer Energie auf allen Ebenen!

Kalender 2021 mit Spiralbindung.

Format A5, 152 Seiten

Mehr Informationen: pelagos.at



Das NEUE Abo von Bewusst Sein

Bewusst Sein als gedruckte Ausgabe direkt nach Hause gesendet

Bewusst Sein wird seit der Ausgabe Mai/Juni 2020 ausschließlich als online-Magazin publiziert. Wer trotzdem nicht auf ein gedrucktes Exemplar verzichten möchte, für den bzw. die gibt es die Möglichkeit das **NEUE Abo** zu bestellen.

Was ist anders im Vergleich zum alten Abo?

Die Abo-Exemplare werden exklusiv für unsere Abo-nennnten gedruckt und an diese versendet. Es gibt keine Gratis-Exemplare mehr, die über diverse Vertriebsstellen verteilt werden. Aufgrund des Wegfalls der hohen Gratis-Auflage, verlieren wir den günstigen Zeitschriften-Versand-Tarif der Post, und zahlen für jedes Heft den normalen Posttarif.



Das bedeutet, dass das Abo etwas teurer wird als bisher. Waren es bisher € 14,- für 10 Ausgaben, werden es in Zukunft:

€ 22,- für 1 Jahr (6 Ausgaben) innerhalb Österreichs sein.

Für Bestellungen aus dem benachbarten **Ausland € 27,-**

Bestellung: abo.bewusst-sein.net

Diese Preise sind Selbstkostenpreise und ergeben sich aus den Kosten für Druck und Versand. Die Hefte werden nicht mehr lose, sondern in einem Kuvert versendet.

Um Porto zu sparen sind auch individuelle Bestellungen möglich: wenn Sie mehrere Exemplare im Abo beziehen möchte, um z.B. Hefte an Bekannte weiterzugeben, berechnen wir den tatsächlichen Tarif und machen Ihnen auf Anfrage gerne ein Angebot.

Bitte kontaktieren Sie uns unter: offic@bewusst-sein.net

abo.bewusst-sein.net



Maya- Zeit.be.gleiter

März



Die Zeitqualität **CAUAC**, der **Blaue Sturm**, ist vom 3.-15.3. **die Kontroll-Welle im aktuellen „Sturmjahr 2“** für uns! (26.7.20-24.7.21) Ja genau dieser Archetyp ist es, der seit Sommer 2020 dafür verantwortlich ist, dass das Covid-Chaos ausgebrochen ist, dass Dinge passieren, die aus einer alten, grauen Zeit scheinen, dass wir uns **oft an einer Kippe** fühlen, wo sowohl die eine als auch die gegensätzliche Richtung möglich ist. Wir erkennen, wie schicksalsträchtig die Zeit geworden ist – jede einzelne Entscheidung! Daher sind es definitiv diese 13 Tage, die uns ganz persönlich Resümee ziehen und wirtschaftlich-politische Ereignisse zuordnen lassen. Dass Cauac-Umbrüche dramatisch werden können, war völlig klar, trotzdem ist diese transformierende Wucht neu für uns. **Umwandlung von allem Behindernden, Alten** war und ist die Devise. Und nur so sind die aktuellen globalen Umwälzungen zu verstehen. Bitte vergesst nicht: Bevor etwas Chronisches heilt, wird es meist akut. Aber 100%ig ist es ein evolutiver Prozess, der Leben zum Höheren, Besseren wandelt! Bester Schutz – im Licht der Liebe bleiben und HERZENSMAGIE leben!



Hurra, 13 Tage Menschwerdungs-Schule! Vom 16.-28.3. lehrt uns **EB**, der **Gelbe Mensch**, unsere Aufgaben als „human beings“ zu übernehmen. Sozusagen zu verstehen, dass wir 1., unsere **Identität als SchöpfergöttInnen annehmen** sol-

len, um dann 2., den physischen Körper damit zu beseelen. 3., als diese geniale Kombi frisch ans Werk zu gehen, 4., ausschließlich bewusste Entscheidungen zu treffen und 5., dafür voll verantwortlich sein zu wollen! Kurz gesagt, dass wir uns nun etwaigen verbesserungswürdigen Baustellen unserer Existenz mit Feuereifer widmen. Wir steigen damit in den Olymp von MeisterInnen auf und befinden uns auf Augenhöhe mit vielen geistigen Führern mit dem Vorteil, dass wir auch gleich die irdische Umsetzung in die Wege leiten können. **Eine wahrlich mächtige Position** in der kosmischen Ent-Wicklung von Leben! Deshalb lasst Euch jetzt nicht verwirren, abwerten oder durch Angst schwächen. Es sind lediglich klägliche Versuche uns klein zu halten. Darüber können GöttInnen nur lachen. Sie sind einzig **der wahrhaftigen Urquelle der Liebe verpflichtet!** Alles andere ist künstlich.

April



Die Zeitwelle **CHICCHAN**, die **Rote Schlange**, bringt uns vom 29.3.-10.4. **auf den Boden der Tatsachen** zurück. Sie stellt sicher, dass nichts Essentielles, Existenzielles übersehen wird. Oft im letzten Augenblick fährt sie uns förmlich ein, lässt uns instinktiv Gefährliches erkennen. Darauf können wir uns nun zu 100% verlassen! Sollten sich also abrupt heftige Systemfehler zeigen, Situationen wie eine Bombe platzen, dann ist das genau ihr Job, weil sonst Schlimmeres passieren könnte. Daher **Impulsen aktuell unbedingt folgen, sie ernst nehmen und handeln**, egal welches Thema. Oder Ihr startet selbst ein 13-Tages-Körper-Gesundungsprogramm, Chicchan-Krafttraining, Finanz-Kontrollüberblick, motivierten Schwerarbeits-Start, Dringlichkeits-Liste und -Umsetzung. Dann seid Ihr zwar ziemlich mit Arbeit eingedeckt, doch vor diversen Katastrophen besser

gefeit. Die Schlange will uns einfach Verantwortung für unsere weltlichen Belange beibringen und ist in der Wahl ihrer Werkzeuge nicht gerade zimperlich. **Ehrliche Arbeit, Fleiß und respektvoller Umgang mit Materie werden allerdings reich belohnt.** Let´s do it!



Vom 11.-23.4. klärt **ETZNAB**, der **Weißer Spiegel**, mit Feuereifer unser Leben auf. Damit sind alte Überzeugungen, überholte Gewohnheiten, realitätsfremde Illusionen und völlig unnütze Ziele gemeint. Ja, jetzt ist **das große Reinemachen** dran! Diese Tage eignen sich also perfekt, mit dem Frühjahrsputz gleich emotionalen Ballast, Gerümpel und Giftstoffe aus allen Ebenen zu entsorgen. Wie innen-so außen. Aber auch brennende Fragen, drängende Entscheidungen bzw. tiefgehende Veränderungen werden von der **pflichtbewusstesten Etznab-Genauigkeit** bearbeitet. Mit seinem Lupenblick lässt er keine Fehlerquelle unentdeckt. Es kann natürlich sein, dass uns dabei nicht zum Lachen ist, wir gestresst durch die Gegend laufen, uns neue Erkenntnisse förmlich die Türe einrennen. Doch diese **13 Tage konsequente Aufarbeitung** ziehen immerhin ein geradezu befreites, entspanntes und glückstrahlendes Leben nach sich! Wie ein Pflaster, das auf einen kurzen Ratsch entfernt wird um darunter die geheilte Wunde vorzufinden. Deshalb öffnet Euch für diese erlösende kosmische Unterstützung. Sie ist ein Segen!



Die Schwingungsfrequenz **DCHUEN**, der **Blaue Affe**, will uns vom 24.4.-6.5. amüsieren. Er, der die emotionalste Dramatik in unser Gemüt bringt hat in Wahrheit den Auftrag die Schreckge-

spenster unserer Gefühle zu vertreiben. Diese Tage können also eine extreme Berg-& Talfahrt sein, uns in Angst- bzw. Herzschmerz-Spiralen bringen oder aber **weise Distanz zu unserem menschlichen Innenleben** bringen. Sobald uns das gelingt, werden wir **seine Art Humor verstehen, uns an uns selbst amüsieren und unser Leben als eine Art Kunst betrachten** lernen. Damit werden wir stabiler, leichter und lichter. Gerade wenn es am Dunkelsten ist, sucht nach ehrlichen Gesprächen, lasst Euch aufheitern, ablenken und macht so gut es geht mit. Es wird Euch garantiert hinterher besser gehen, Ihr findet wieder Hoffnung und Lösungen. Wir sind derzeit maximal gefordert unser Gleichgewicht zu halten und dem großen Geburtsprozess der NEUEN ERDE zu dienen. Da dürfen wir auch schwanken, **manchmal zweifelt sein, uns jedoch keinesfalls identifizieren!** „Denn Ihr seid viel mehr als das“, sagt der Affe mit einem breiten Grinsen.

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

In Lak`ech,

Eure KAMIRA

Eveline Berger
Lebensgenusstrainerin,
Autorin, Künstlerin



Kontakt für Zeit-Fragen, Einzelberatungen, Familienanalysen, Business-Coaching, Seminare, Zeremonien,
Maya-Orakel-Show: LICHTKRAFT - kreative LebensKunst,



Sternen★Symphonie 2021

Potenzieren Sie Ihre LebensEnergie!

Alles Leben ist Energie, sie manifestiert sich auf allen Ebenen in der ihr eigenen Form. Sie ist Erfolg, sie ist Gesundheit, sie ist Geld, sie ist Unternehmungsgeist und kreatives Schaffen. Sie ist Vermögen auf allen Ebenen.

Dieser Kalender ist ein Reiseführer für die individuelle Reise zu den persönlichen Lebenszielen. Er beleuchtet die psychischen, spirituellen, geistigen und feinstofflichen Aspekte universeller Energieprinzipien und wie wir sie zur Maximierung unseres Vermögens auf allen Ebenen nutzen können.

Aus dem Inhalt:

- Die energetischen Aspekte der 12 Prinzipien
- Strategien für Energiegewinn und gegen Energieverlust
- Die Elemente Feuer • Wasser • Luft • Erde
- Kraftvolle Affirmationen zu jedem Prinzip
- Kalendarium 2021 mit Mondphasen und Mondzeichen
- Übersichtliche Kalenderwochen - Platz für Gedanken, Termine und Notizen
- Inspirierende Zitate großer Persönlichkeiten
- Jahresüberblick 2021 und 2022



Edition Pelagos

ISBN 978-3-9504789-2-1

Spiralbindung

152 Seiten, Format A5, € 19,80

Bestellungen über www.pelagos.at

www.pelagos.at

Pelagos π