

Seit 40 Jahren

Nr. 362 · Mai/Juni 2022

Bewusst Sein

Metaphysik, Sinnsuche und die energetischen Dimensionen des Lebens

In dieser Ausgabe:

- Die Zeitlose Weisheit und der Weltlehrer Maitreya
- Das Element Luft
- Maya Zeitbegleiter Mai bis Juni
- Neue Bücher

Buchauszug:

Anouk Bindels

Die Weisheit des Traumas

Mit Herz & Gehirn zur Heilung

www.bewusst-sein.net

Inhaltsverzeichnis

- 3 **Vorwort**
- 4 **Bücher**
Neu erschienen
- 7 **Das *Neue Abo* von Bewusst Sein**
- 8 **Die Zeitlose Weisheit und der Weltlehrer Maitreya**
- 14 **Buchauszug**
Anouk Bindels:
Die Weisheit des Traumas
Mit Herz & Gehirn zur Heilung
- 26 **Veranstaltungskalender**
- 28 **Maya-Zeitbegleiter**
Mai bis Juni
- 30 **Das Element Luft**

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 1.7.2022,
Anzeigenschluss 27. Juni 2022 - 10h

Vorwort

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Seit nunmehr zwei Jahren haben wir die online-Präsenz dieses Magazins zu unserem Schwerpunkt, was die Erscheinungsweise betrifft, gesetzt und wir freuen uns, dass wir nach und nach immer weiter steigende Zugriffszahlen registrieren durften. Jedoch auch das Print-Abo erfreut sich wachsender Beliebtheit. An dieser Stelle deshalb wieder einmal ein großes Dankeschön an all unsere LeserInnen und VeranstalterInnen, die das Erscheinen des Heftes ermöglichen, Veranstaltungen bewerben, das Heft mit Inhalten bereichern, einen Abo-Beitrag bezahlen und/oder uns einfach ihr Interesse schenken, indem sie das Heft online lesen.

Apropos LeserInnen: In unseren Buchvorstellungen haben wir diesmal eine Neuerscheinung, die wahrscheinlich in den Augen mancher nicht so ganz in unsere sonstigen Themenbereiche passt. Es ist das Buch *Die Kümmerfalle - Ehe, Pflege, Rente - wie die Politik Frauen seit Jahrzehnten verrät*, verfasst von zwei deutschen Redakteurinnen, die sehr klar fordern, dass endlich Schluss sein muss mit den strukturellen Nachteilen die Frauen in Deutschland (und anderen Ländern wie z.B. Österreich) haben. Obwohl das Buch eher politisch und weniger ganzheitlich und somit nicht unbedingt unsere „Baustelle“ ist, wollten wir Ihnen dieses nicht vorenthalten. Es ist ein sehr komplexes, wichtiges Thema das einfach diskutiert und analysiert werden sollte. Letztendlich hätte es auch etwas

mit ganzheitlichem Denken zu tun, wenn man in unserer Gesellschaft endlich auch den Beitrag von Menschen, die weniger am Wirtschaftswachstum, jedoch am Wachstum von Entwicklung, Lebensfreude und Würde unserer großen und kleinen Mitmenschen arbeiten, anerkennen würde.

Ein ganz besonderes Buch präsentieren wir Ihnen diesmal in Form eines mehrseitigen Buchauszuges: *Die Weisheit des Traumas - Mit Herz & Gehirn zur Heilung*. Die Autorin *Anouk Bindels* bezieht die in der Trauma-Therapie oft völlig vernachlässigte Ebene der Spiritualität in den Heilungsprozess mit ein, um Menschen aus einem Trauma nicht nur wiederhergestellt, sondern gestärkt und gewachsen heraus zu führen. Ein Buch das einer großen Anzahl von Suchenden eine entscheidende Hilfe sein kann, betrifft das Thema Trauma doch viele Menschen auf ganz unterschiedlichen Ebenen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Inspiration mit und von den Beiträgen und Angeboten in dieser Ausgabe sowie einen lichtvollen Frühling!

Herzlichst, Ihr *Bewusst Sein*

 **Bewusst Sein**

Lisa Miller

Das erwachte Gehirn

Warum Spiritualität in uns allen angelegt ist

Arkana Verlag

ISBN 978-3-442-34265-5 - 320 Seiten

€_A 22,70 / €_D 22,-

www.penguinrandomhouse.de

Lange Zeit wurde die Bedeutung der Spiritualität für die Gesundheit von Wissenschaftlern negiert, inzwischen wird sie als „The Missing Link of Health Care“ bezeichnet. Jeder von uns verfügt über die Ressourcen, um tiefen inneren Frieden zu empfinden, sich verbunden zu fühlen und ein sinnerfülltes Leben führen. Spiritualität ist von Geburt an im Gehirn angelegt. Lisa Miller, Neurowissenschaftlerin, Psychologin und Professorin an der Columbia University, konnte erstmals wissenschaftlich nachweisen, in welchem Gehirn-Areal die Gefühle von Einssein und Erwachen lokalisiert sind und auf welche faszinierende Weise Gene und Neurotransmitter dabei zusammenspielen. Sie zeigt, wie sich dieses Areal aktivieren und das ureigene spirituelle Potenzial voll ausschöpfen lässt, um Resilienz, Zuversicht und Freude zu erlangen. Verblüffende Daten und die Geschichten ihrer PatientInnen führten Lisa Miller zu der Erkenntnis, dass die spirituelle Erfahrung ein wesentlicher, aber bisher unbeachteter Bestandteil von Heilung ist. Und zwar unabhängig davon, ob wir eine spirituelle Praxis oder Glaubenstradition leben, ob wir uns selbst als religiös oder spirituell betrachten. In jedem von uns ist das erwachte Gehirn physiologisch angelegt und ist es aktiviert, leben wir gesünder, treffen klarere Entscheidungen und kommunizieren besser. Auch psychische Erkrankungen wie Ängste, Depression und Burnout können so leichter überwunden werden.



Friederike Reumann

Heilendes Yin Yoga

Asanas & Akupressur wirksam kombiniert. Mit fernöstlicher Heilkunst die Yoga-Praxis vertiefen

Trias Verlag

ISBN 978-3-432-11513-9 - 168 Seiten

€_A 23,70 / €_D 22,99

www.trias-verlag.de

Die Autorin erklärt in diesem Ratgeber wie es gelingen kann Stress, Schlafstörungen, Schmerzen, Verdauungs- und Kreislaufprobleme sowie weitere Alltagsbeschwerden mit einer Kombination aus Yin



Yoga und Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) in den Griff zu bekommen. In zahlreichen praktischen Übungen leitet die Physiotherapeutin, Heilpraktikerin und Osteopathin dazu an, Blockaden zu lösen und Selbstheilungskräfte zu erwecken. Selbsthilfe ist bei einer Vielzahl von Beschwerden, etwa bei den in der Bevölkerung weit verbreiteten Kopf- und Rückenschmerzen, möglich. Akupressur aktiviert beispielsweise die Energie in den Meridianen, mit Yin Yoga wird der Körper gedehnt, gezielte Massagetechniken helfen, das Immunsystem zu stärken. Die im Ratgeber vorgestellten einfachen Sequenzen aus Asanas und gezielten TCM-Methoden haben nicht nur Einfluss auf körperliche Beschwerden, sondern sorgen allgemein für eine Balance zwischen Körper, Geist und Seele, die als eine der Voraussetzungen für Gesundheit und Wohlbefinden bezeichnet werden kann. Friederike Reumann betreibt eine eigene Praxis und Yoga Loft am Steinhuder Meer. Sie hat zahlreiche zusätzliche Ausbildungen, u.a. in traditioneller Chinesischer Medizin und Yoga, absolviert und bereits mehrere Bücher über Selbstbehandlungsmethoden und die Aktivierung der Selbstheilungskräfte geschrieben.

DIE ERDE SPRICHT

EIN FEST DER MITGESCHÖPFLICHKEIT

Samstag 25. Juni 2022,
13 Uhr bis Sonnenuntergang

Der Michaelihof lädt ein zum

KÖNIGSRITUAL: DIE VERMÄHLUNG

wir erneuern unsere Verbundenheit mit allem Leben
konzipiert von Reinhard Kräuter

KUNSTAUSSTELLUNG

Carmen Rocio Peña de Klein



Musik: Karin Bindu, Valerie Kleinschuster

Seelengesang: Eva Novak

Kunst und Kulinarik miteinander genießen

Präsent Sein :: Spüren :: Wirken

KONTAKT UND ANMELDUNG

info@michaelihof.at | 0699 111 01720

info@neuespielraume.at

82.43 Pinggau, Pinkatalstraße 10

Projektbeitrag € 38

Fördermitgliedschaften

und Vereinsspenden willkommen!



Blüten&summen



Susanne Garsoffky u. Britta Sembach

Die Kummerfalle

Kinder, Ehe, Pflege, Rente –
Wie die Politik Frauen seit Jahrzehnten
verrät

DVA Verlag

ISBN 978-3-421-04872-1 - 272 Seiten

€_A 18,50 / €_D 18,-

www.penguinrandomhouse.de

Die Pandemie und ihre Auswirkungen hat es wieder gezeigt – es sind vor allem Frauen die den Bedarf an Betreuung, Fürsorge und Pflege auf allen Ebenen und durch alle Altersgruppen abdecken. Frauen halten seit Jahrhunderten unsere Gesellschaft zusammen, sie halten sozusagen den „Laden am Laufen“. Sie kümmern sich um Kinder und Angehörige, sie investieren viel in Beziehungen und versuchen zudem, ihren beruflichen Anforderungen gerecht zu werden. Sie kämpfen an allen Fronten und verlieren dennoch. Vor allem in der Lebensmitte gehen immer mehr Ehen und Partnerschaften auseinander. Im Regen stehen diejenigen, die für die Fürsorgearbeit beruflich zurückgesteckt haben und das sind nach wie vor fast ausschließlich Frauen. Die Politik verweist nur schulterzuckend auf die Gesetzeslage, so als wäre diese ein Naturgesetz. Vielmehr ist sie ein menschengemachter Skandal, wenn man diese Gesetzeslage aus frauenpolitischer Sicht betrachtet. Die Autorinnen stellen ganz klar fest, dass damit endgültig Schluss sein muss. Die Lebensleistung von Frauen, unter anderem die Übernahme von Verantwortung und Fürsorge für andere, muss endlich anerkannt und sozial abgesichert werden. Die beiden Autorinnen die u.a. Politikwissenschaft studiert haben, arbeiten als Reporterinnen, Redakteurinnen und Kolumnistinnen bei verschiedenen renommierten deutschen Medien.



Lulit Wunder u. Mabon Wunder

Wunderleicht ketogen essen

Mit dem 5-Wochen-Programm den
Stoffwechsel neu starten

Trias Verlag

ISBN 978-3-432-11452-1 - 150 Seiten

€_A 20,60 / €_D 19,99-

www.trias-verlag.de

Die fettreiche und kohlenhydratarme ketogene Ernährung moduliert wie keine andere Diät den Stoffwechsel und führt schnell zu einer Gewichtsabnahme. Parallel dazu unterstützt sie



die Gesundheit, aktiviert die Lebensenergie und entzieht vielen Erkrankungen den Boden. Die positiven Gesundheitseffekte sind vielfältig, beispielsweise können Blutzucker und Insulinspiegel ins Lot gebracht werden, Heißhungerattacken verhindert und der persönliche Energielevel erhöht. Das ist alles wunderbar – aber wer will die eigenen Ernährungsgewohnheiten dauerhaft so stark einschränken? Bei der Wunderleicht-Methode des erfolgreichen Autorenduos Wunder – einer Ärztin und einem Ernährungstherapeuten – reduziert man die Kohlenhydrate nur so weit, wie es für die positiven Stoffwechsel-Effekte tatsächlich nötig ist. Schon wenige Wochen reichen aus, um von den gesundheitsfördernden Wirkungen zu profitieren. Dieses Buch bietet Basiswissen zu dieser Ernährungsform, sowie über 90 Rezepte, deren Schwerpunkt auf gesundem Gemüse und nicht auf großen Mengen tierischem Eiweiß liegt. Wer die Rezepte in diesem sehr ansprechend mit zahlreichen Übersichtstabellen und Abbildungen gestalteten Buch sieht, erkennt, dass ketogene Ernährung nicht zwangsläufig etwas mit Verzicht oder Einschränkung des kulinarischen Lebensgenusses zu tun haben muss.

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

Die Zeitlose Weisheit und der Weltlehrer Maitreya

von Michael Stoeger

Im Oktober 2016 starb – bis auf wenige Nachrufe in Zeitungen von der breiten Öffentlichkeit kaum registriert – der schottische Maler und Buchautor Benjamin Creme im 94. Lebensjahr im Beisein der Familie in seinem Haus in London. Nicht, dass es ihm ein besonderes Anliegen gewesen wäre als Person weithin bekannt zu werden, aber für seine außergewöhnliche „Botschaft der Hoffnung“ – die allmähliche Rückkehr der geistigen Hierarchie (der Meister der Weisheit) am Übergang der aktuellen Zeitenwende – hat er mehr als 40 Jahre lang erstaunlich unermüdlich und unbeirrt das Interesse der Weltöffentlichkeit gesucht, um sie auf das bevorstehende epochale Ereignis aufmerksam zu machen.

Creme sah sich selbst als „Studierenden“ (Anm.: er war wohl auch ein Eingeweihter) der esoterischen Lehren der Zeitlosen Weisheit, die er wie kaum jemand zuvor auf einfache und verständliche Weise einem allgemeinen Publikum vermitteln konnte. Ohne dass deren komplexe Tiefe und Reinheit darunter zu leiden hatten – was ihm offenbar auch dadurch gelang, dass er (wie er über sich selbst sagte) über einen ständigen telepathischen Kontakt zu einem jener verborgenen Meister im Himalaya verfügte.

1975 begann Creme, Vorträge über die Wiederkunft Christi und die Rückkehr der geistigen Hierarchie zu halten, mit zwei wesentlichen Kernaussagen:

- 1) Der „Herr der Liebe“ – Maitreya – ist genau jene große spirituelle Wesenheit, deren Kommen von den Religionen als Christus, Krishna, Buddha Maitreya, Messias usw. erwartet wird.
- 2) Er wird sich schon in naher Zukunft der Welt zeigen.

Die Gruppe hochentwickelter Meister hätte seit 98.000 Jahren nur aus dem Verborgenen die Evolution des Lebens auf der Erde begleitet, könne nun aber selbst – auch aufgrund eines entscheidenden Krisenpunktes in der planetaren Entwicklung – in das öffentliche Leben der kommenden Zeitepoche treten.

1982 erschienen dann in renommierten internationalen Tageszeitungen ganzseitige Inserate, die dieses Geschehen ankündigten.

In der Zwischenzeit sind es insgesamt 16 Bücher, die Creme verfasst hat und die heute wohl schon zu den Klassikern esoterischer Literatur zu zählen sind. Sie wurden in viele Sprachen übersetzt. Für manche stellen sie die logische Weiterführung

der Werke von Helena P. Blavatsky, Helena Roerich und Alice A. Bailey dar. Vieles, was aus Benjamin Cremes Feder stammt, dient auch der Erhellung des „inneren Pfades“, Einsichten in die Entwicklung des individuellen und kollektiven Bewusstseins, in das kosmische Evolutionsgeschehen.

Wenn auch so manchen das Warten nun schon viel zu lange dauert – wenn die Meister von „bald“ sprechen, können schon einige Jahrzehnte ins Land ziehen, wie wir leider erfahren mussten – so sprach Creme in seinen Büchern auch über eine Periode schwieriger menschlicher Erfahrungen („wilderness period“) in vielen Ländern. Dies ist ein letzter Versuch der Dunkelmächte, die Menschen von einander zu trennen und zu überwachen und in einem empathielosen, wissenschaftlichen Materialismus gefangen zu halten und zu versklaven. Die derzeitigen belastenden Weltgeschehnisse lassen durchaus vermuten, dass diese „wilderness period“ (wenn auch lokal recht unterschiedlich) offenbar schon überall begonnen hat. In dieser schwierigen Zeit ist ein Fokus auf die Einheit allen Lebens und auf unser unsterbliches höheres Selbst hilfreich. Eine Gruppe mit Gleichgesinnten zu finden kann zu einer erhöhten Lebensfreude führen.

In Benjamin Cremes Büchern und Vorträgen war stets die Rede von einem ultimativen Kulminationspunkt der jetzigen Entwicklung – dem „Day of Declaration“, an dem sich Maitreya der Weltöffentlichkeit präsentieren wird. Noch viele Generationen danach würden die Menschen von diesem einzigartigen Ereignis sprechen...

Creme selbst war es nicht mehr vergönnt, die tatsächliche Erfüllung dieser seiner wichtigsten Vorhersage noch innerhalb der eigenen Lebensspanne mit zu erleben.

Aber womöglich ist sie jetzt näher als je zuvor.

Die Bücher von Benjamin Creme sind im Buchhandel erhältlich. Nähere Informationen:

Share International

www.share-international.org (englisch)

www.shareinternational.de (deutsch)

In Wien gibt es regelmäßig Abendveranstaltungen zu diesem Thema, bei denen auch Video-Vorträge von Benjamin Creme gezeigt werden. Der nächste Termin: **31.05.2022, um 19 Uhr**, in 1070 Wien, Seidengasse 28, 2. Stiege, 1.Stock. Kontakt: 0699 1999 0888.

Das Phänomen Bruno Gröning

Im Jahre 1949 beherrscht ein Name die Schlagzeilen der Medien: Bruno Gröning. Zeitungen drucken Sonderausgaben, Funk und Wochenschau berichten. Ein Kinofilm entsteht. Wo immer er auftaucht, drängen Tausende Menschen von überall zu ihm. Gröning wird zum Weltereignis.

Es gibt kein Unheilbar

Doch die meisten, die zu ihm kommen, sind keine Fans oder Anhänger. Es sind kranke Menschen. Vom Krieg geschlagen, von Ärzten aufgegeben, kennen diese Menschen nur noch einen Wunsch: gesund zu werden, befreit von Not und Schmerzen. Bruno Gröning soll ihnen helfen. Und er hilft. „Es gibt kein Unheilbar – Gott ist der größte Arzt!“ sind seine Worte. Und das Unfassbare geschieht: Unzählige Kranke werden gesund – Lahme gehen, Blinde sehen.

Auf den Spuren des Wunderheilers

Der Dokumentarfilm „Das Phänomen Bruno Gröning – Auf den Spuren des Wunderheilers“ zeichnet die dramatischen Ereignisse jener Zeit nach: Original Film- und Tondokumente, Archivmaterial, über 50 Zeitzeugeninterviews, dazu aufwendige Spielfilm-szenen. Dies alles macht den Film zu einem zutiefst beeindruckenden Erlebnis.

Ein Film mit besonderer Kraft

Viele Zuschauer berichten, wie sie beim Anschauen des Films plötzlich eine Kraft, ein Kribbeln, ein Strömen

im Körper wahrgenommen haben. Für die meisten eine völlig neue Erfahrung. Einige berichten sogar vom Verschwinden von Schmerzen, Behinderungen und anderen Leiden.

Heilungen auch heute

Gröning ist 1959 gestorben. Doch auch heute geschehen außergewöhnliche Heilungen. Wie ist das möglich? Die Kraft, die seinerzeit durch Bruno Gröning wirkte, wirkt noch immer. Die Fakten sprechen für sich: Heilungen von Krebs, Angina Pectoris, Rheuma und Osteoporose, aber auch von Drogenabhängigkeit und anderen Suchterkrankungen. Ärzte bestätigen die Erfolge.

Schauen Sie sich diesen Film an und überzeugen Sie sich selbst von dem Phänomen Bruno Gröning.

Dokumentarfilm in 3 Teilen

(105 / 93 / 87 / gesamt 285 Minuten)

Eintritt frei, Spenden erbeten

Bruno Gröning - Freundeskreis



Weitere Informationen im Internet:

www.bruno-groening.org

Homepage

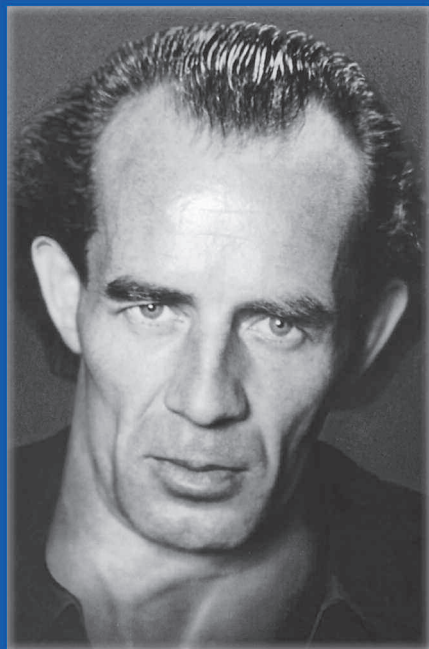
www.bruno-groening-w.org

Wissenschaft und Heilstrom

www.bruno-groening-film.org

Film-Aufführungstermine u. a.





Dokumentarfilm
**DAS PHÄNOMEN
BRUNO
GRÖNING**

Die Sensation von 1949 –
heute wieder hochaktuell

Seit
15 Jahren
im Kino

„Es gibt kein Unheilbar –
Gott ist der größte Arzt!“

Übersetzt in 33 Sprachen



NATURHEILVEREIN

1060 Wien, Esterházygasse 30
U3 Zieglergasse

Samstag, 28. Mai 2022
von **15 Uhr bis 21 Uhr**
(inkl. 2 Pausen)

Eintritt frei, Spenden willkommen

Veranstalter: Bruno Gröning-Kreis für natürliche
Lebenshilfe Österreich, ZVR: 777362833
Informationen unter: www.bruno-groening-film.org
oder **Telefon: 0676 715 7770**



Die Heilungen geschehen weiter

Bruno Gröning war in den 1950er Jahren durch außergewöhnliche Heilungen weltweit in den Schlagzeilen. Als er 1959 starb, glaubten viele, das Phänomen sei beendet. Doch im Gegenteil: Weiterhin erlangen Menschen aller Kontinente dank Bruno Grönings Lehre Hilfen und Heilungen.

Tausende lokale Gemeinschaften

1979 gründete Grete Häusler den Bruno Gröning-Freundeskreis. War es anfangs nur eine Handvoll Freunde, so ist der Bruno Gröning-Freundeskreis längst zu einer der größten weltweit tätigen Vereinigungen für Hilfe und Heilung auf geistigem Weg herangewachsen. Über 13000 ehrenamtliche Helfer sind unermüdlich im Einsatz.

Vorträge weltweit

Ärzte und andere Heilberufler der Medizinisch - Wissenschaftlichen Fachgruppe (MWF) im Bruno Gröning-Freundeskreis halten weltweit Vorträge, auch auf Einladung renommierter Universitäten. 2013 erhielt der Bruno Gröning-Freundeskreis den Peace Pole Award von der an die Vereinten Nationen (UNO) angegliederten World Peace Prayer Society (WPPS).

DER DOKUMENTARFILM

DAS PHÄNOMEN DER HEILUNG – die weltweiten Aktivitäten des Bruno Gröning-Freundeskreises –

schildert auf beeindruckende Weise die Geschehnisse nach 1959. Die Zuschauer erfahren, wie sich das Werk Bruno Grönings nach seinem Heimgang entwickelt hat und in welchem großem Ausmaß Hilfe und Heilung auf geistigem Weg auch heute geschieht – unabhängig von religiösen Bindungen, Hautfarben und Kulturen. Spannende Interviews, fachliche Stellungnahmen von Ärzten und persönliche Berichte von Bruno Gröning-Freunden aus vielen Ländern zeichnen ein breit gefächertes Bild des großen Freundeskreises.

Das Phänomen der Heilung in 3 Teilen
(98 / 92 / 102 / gesamt 292 Minuten)

Eintritt frei, Spenden erbeten

Bruno Gröning - Freundeskreis



Weitere Informationen im Internet:

www.bruno-groening.org
Homepage

www.bruno-groening-w.org
Wissenschaft und Heilstrom

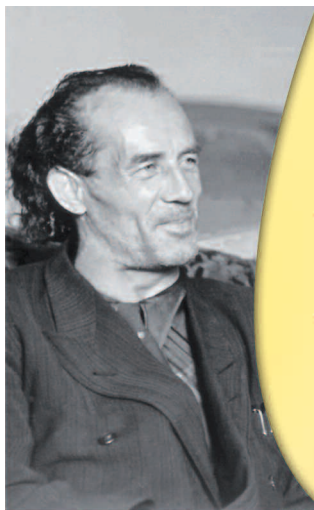
www.bruno-groening-film.org
Film-Aufführungstermine u. a.



DOKUMENTARFILM

Das Phänomen der Heilung

Die weltweiten Aktivitäten des Bruno Gröning-Freundeskreises



NATURHEILVEREIN

1060 Wien, Esterházygasse 30
U3 Zieglergasse

Samstag, 4. Juni 2022

von 15 Uhr bis 21 Uhr

(inkl. 2 Pausen)

Veranstalter: Bruno Gröning-Kreis für natürliche
Lebenshilfe Österreich, ZVR: 777362833

Informationen unter: www.bruno-groening-film.org

oder Telefon: **0676 715 7770**

Eintritt frei, Spenden erbeten

Anouk Bindels

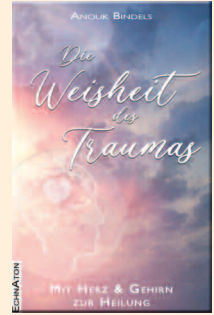
Die Weisheit des Traumas

Mit Herz & Gehirn zur Heilung

EchnAtonVerlag

ISBN 978-3-96442-042-8 • 424 Seiten

€[A] 25,70 • €[D] 24,95 • Auch als E-Book verfügbar



Anouk Bindels (Jhg. 1961) ist Psychologin, Systemtherapeutin, Coach und Trainerin. Während ihrer langjährigen Berufspraxis vertiefte sie anhand verschiedener Weiterbildungen in den Niederlanden, der Schweiz, Deutschland, Indien und den Vereinigten Staaten kontinuierlich ihr Wissen und ihre beruflichen Fähigkeiten. Diese vielseitige, internationale Ausrichtung verband sie mit ihren Erkenntnissen aus dem Beruf und ihren persönlichen Lebenserfahrungen zu einem besonderen Ansatz: Dem Herz-Gehirn-Heilungsprozess. Die Autorin versteht es meisterlich, Brücken zwischen moderner Neurowissenschaft und traditioneller östlicher Philosophie, sowie zwischen kognitiver Psychologie und Spiritualität zu schlagen.

In *Die Weisheit des Traumas* vermittelt die Autorin fundiertes Wissen sowie praktische Werkzeuge für einen ganzheitlichen und spirituellen Heilungsansatz. Anhand des von ihr entwickelten Herz-Gehirn-Heilungsprozesses zeigt sie Menschen mit Verlust- und Traumaerfahrungen einen Weg, wie sie auf liebevolle Weise und in ihrem eigenen Tempo ihren Lebensfaden von innen heraus wieder aufnehmen können und sich mit klarem Fokus eine neue Realität in einem gesunden Körper aufbauen können. Anouk Bindels legt dar, wie es möglich wird, bewusst andere und bessere Entscheidungen zu treffen, indem wir rationalen Verstand und Emotion, Körper und Geist, Herz und Gehirn miteinander verbinden – zum Wohle des Einzelnen wie unserer Gesellschaft.

<https://echnatonverlag.de/>

Dieses Buch ist für interessierte Laien gedacht, aber auch für Fachleute – Therapeuten, Coaches und Trainer. Ich berichte darin in Form des Herz-Gehirn-Heilungsprozesses ausführlich über meine eigene Reise, die ich auf drei Pfaden beschreibe: persönliche Erfahrungen mit Trauma, Verlust und Heilung; theo-

retischer Unterbau und Ausarbeitung und schließlich praktische Übungen.

Trauma-Auswirkungen

In meinem Leben gab es mehrere traumatische Ereignisse: schwerwiegende



KAMIRA Eveline Berger
Bewusstseinsschulung,
Krisenbegleitung, Autorin



MAYA-ANALYSEN MAYA-COACHING

WEBINARE – Schwingungserhöhung
frei Haus! 1x/Monat, 19-21h

19.5. **MAYA** - Samenjahr-Endspurt &
Neujahrs-Vorschau ab 07/22

23.6. **Verjüngung** - Gesundheit / Fitness /
Ernährung ... für die Neue Zeit

25.7. **MAYA-SILVESTER-RITUAL** -
"MULUC 4" gemeinsam zelebrieren!

MAYA-NEWS + Newsletter: office@lichtkraft.com
Terminvereinbarung: 0699/1262 0196



REBIRTHING - INTEGRATIVE ATEMTERAPIE
EINZELSITZUNGEN BEI DR.TM 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

Verluste, emotionalen Schmerz und Krankheit. Mein eigener Heilungsprozess stellt sowohl die Ursache als auch den Hintergrund für eine Anzahl wichtiger Fragen dar, die ich in diesem Buch anspreche.

- Was geschieht in unserem Herzen, unserem Kopf und unserem Körper, wenn wir durch ein Trauma oder einen schwerwiegenden Verlust emotional verletzt werden?
- Wie erschaffen wir aus den beiden wichtigen Organen Herz und Gehirn ein zusammenhängendes, starkes System der Heilung?
- Was ist selbstgelenkte Neuroplastizität?

- Wie bereiten wir Herz, Kopf und Körper auf eine neue emotionale Erfahrung und die erwünschte Zukunft vor?
- Wie verkörpern wir die Veränderung und wie wird sie zur bleibenden Erfahrung?
- Wie manifestieren wir uns ein neues Leben?
- Wie können wir wieder Liebe und Vertrauen fühlen?

Wenn wir ein Trauma, eine oder mehrere Verlusterfahrungen erlebt haben – erst vor Kurzem oder schon vor einiger Zeit, als junger oder alter Mensch –, haben wir wahrscheinlich eine Zeit lang

mit intensiven emotionalem Schmerz gelebt. Bewusst oder unbewusst. Traumata und Verluste hinterlassen tiefe Spuren in unserem Leben.

Wir alle wohnen in einem lebenden, atmenden Körper, in dem sowohl Herz als auch Gehirn durch traumatische Erfahrungen berührt werden und bei der Übersetzung von Gefühlen, Sinneserfahrungen und Gedanken eine wichtige Rolle spielen. Körper und Geist arbeiten hierbei eng zusammen. Verlust und Trauma überfallen uns oft sehr plötzlich und haben starke Auswirkungen darauf, wie wir danach weiterleben. Ihre Spuren können unsere ursprüngliche Persönlichkeit vollkommen verändern. Geschieht dies in jüngerem Alter, beeinträchtigt es möglicherweise Wachstum und Entwicklung. Die Spuren können auch dafür sorgen, dass wir im Alltag nicht mehr glücklich sind, nicht mehr lachen können, keine Liebe mehr empfinden und die Fähigkeit verlieren, Freude und Intimität zu erleben.

Der Schmerz setzt sich im Körper fest, mit allen Folgen, die das nach sich zieht. Wir werden vielleicht depressiv oder ängstlich und fühlen uns erschöpft. Manche verlieren sogar die Kraft, weiterzuleben. Möglicherweise nehmen wir, um mit diesem Schmerz umgehen zu können, viele Medikamente (zum Beispiel Antidepressiva), Alkohol oder Drogen ein. Vorstellbar ist auch, dass wir täglich Schuld, Scham, Wut, Hass, Angst und Trauer empfinden und ein Leben voller emotionalem, mentalem und körperlichem Stress führen. Dazu gehört meist auch, dass wir uns nicht fit fühlen

und uns die Vitalität für ein sinnerfülltes Leben fehlt.

Letztlich befinden wir uns dann permanent im Überlebensmodus. Wir verspüren wahrscheinlich große Einsamkeit und leben in dem Gefühl, von unseren Mitmenschen abgeschnitten zu sein. Körperliche Krankheiten können entstehen, darunter Autoimmun- oder Krebserkrankungen. Wenn wir uns von unserer Umwelt getrennt fühlen, wenn das Lebensfeuer im Inneren erloschen ist, wird es schwierig, andere um Hilfe und Unterstützung zu bitten. Wir haben dann keine Kraft mehr, mit dem täglichen Leben umzugehen und haben unsere Lebenslust verloren.

Leben bedeutet Anpassung und Veränderung. Um nach einer überwältigenden Erfahrung wieder aufzublühen, das Leben zu genießen und uns vorwärts zu bewegen, brauchen wir Resilienz. Wir wissen, dass wir Menschen eine widerstandsfähige Spezies sind, denn es ist uns als Individuen und als Kollektiv immer wieder gelungen, uns nach Krankheiten, Kriegen, Katastrophen, Gewalt und traumatischen Erlebnissen zu erholen. Das ändert jedoch nichts daran, dass dies unannehmbare, unerträgliche Erfahrungen sind, die große Auswirkungen auf unseren Seinszustand haben. Unsere Herzen werden durch traumatische Geschehnisse ernsthaft verletzt. Gebrochen und ohne Liebe bleiben wir meist niedergeschlagen und verzweifelt zurück.

Was ich hier beschrieben habe, war lange Zeit meine Realität: Ich war ein

DELPHINTRAINING

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

KREATIONEN UND VISIONEN

14.-16.10. & 21.-23.10.2022

BEZIEHUNGEN ERFÜLLT LEBEN

25.-27.11. & 2.-4.12.2022

SELBSTBESTIMMUNG/SELBSTWERT

17.-19.2. & 24.-26.2.2023

KOMMUNIKATION

12.-14.5. & 19.-21.5.2023

0664/411 10 39

delphintraining@aon.at

www.delphintraining.at



INFOABENDE: jeweils 19h

12.5., 9.6. 1140 Wien, Cervantesg. 5/5

9.5., 30.6. online via Zoommeeting



**EIN SEMINARZYKLUS FÜR
PAARE, DIE IHRE BEZIEHUNG
VERTIEFEN, STÄRKEN UND
BELEBEN WOLLEN.**

SEMINAR 1: EINFÜHRUNG, KÖRPER, ATEM

Wir nehmen unsere Empfindungen und Sinne
wahr. Atemübungen unterstützen uns dabei.

2. - 4. September 2022

SEMINAR 2: PRÄGUNGEN

Wir werfen einen liebevollen Blick auf eigene
Prägungen und die unserer Partner/Partnerin.

11. - 13. November 2022

SEMINAR 3: MAGIE DES EROS

Ein besonderes Seminar zum Jahresausklang. Wir
verbinden uns mit unserem Herzen und genießen
den Zauber des Augenblicks.

30. Dezember 2022 - 1. Jänner 2023

Zentrum AHOM, 3001 Mauerbach

Info und Anmeldung:

Elisabeth und Herbert Untersteiner

www.beziehungenerfülltleben.at

0664/226 04 61 0664/103 23 58



emotionales und mentales Wrack, ging durch die dunkelste Nacht meiner Seele und wurde körperlich schwer krank.

Am 10. Juni 2007 setzte mein zweiter Mann seinem Leben ein Ende, indem er vom Parkhaus des Kaufhauses Bijenkorf in Amsterdam sprang. Ein selbst gewählter Tod! Unsere beiden Kinder, ich selbst, Verwandte und Freunde, Bekannte und Kollegen blieben verstört zurück. Der Tod meines Mannes versetzte mir eine tiefe emotionale Wunde, ich führte ein Leben voller Stress. Die nächsten vier Jahre funktionierte ich, ohne dass ich mir dessen bewusst war, nur noch im Überlebensmodus. Eine schwere Erkrankung war die Folge.

Wie sollte ich meine Traumata und meinen emotionalen Schmerz heilen? Wo Resilienz hernehmen? Ich wusste es nicht, also begab ich mich auf die Suche. Vor dem Selbstmord meines Mannes war ich körperlich gesund. Das traumatische Ereignis setzte dann eine Abwärtsspirale in Gang. Es gelang mir nicht, mithilfe von Behandlungen aus dem Bereich der konventionellen Medizin daraus auszubrechen.

Im Jahr 2011, als ich durch mein tiefstes Tal ging, brachte mich eine aufmerksame Freundin auf die Spur mehrerer wissenschaftlicher Pioniere auf dem Gebiet des Traumas und der Selbstheilung, darunter Candace Pert, Peter Levine, Bessel van der Kolk, Gabor Maté,

Stephen Porges, Daniel Siegel, Kelly Turner, Bruce Lipton, Gregg Braden, Joe Dispenza und Amanda Blake. Einige von ihnen veranstalteten in dieser Zeit einen Lesungszyklus mit Workshops in den Niederlanden, an dem ich mit großem Interesse teilnahm. Was sie über Heilung und die Möglichkeiten der Selbstheilung des menschlichen Körpers erzählten, inspirierte mich. Als Psychologin sprach mich besonders der Aspekt an, dass sie alle ihre Theorien in verschiedenen wissenschaftlichen Richtungen begründeten, darunter Neurowissenschaft, Traumapsychologie, Genetik und Epigenetik, Physik, Quantenphysik und Heilkunde.

Inzwischen bin ich, unter anderem durch ihre Arbeit, davon überzeugt, dass ein traumatisches Erlebnis erst dann richtig verstanden werden kann, wenn verschiedene Wissensgebiete in den Heilungsprozess integriert werden. Des Weiteren hat sich meine Erkenntnis bestätigt, dass wir nach einer traumatischen Erfahrung lernen können, unseren verwundeten Körper und Geist zu heilen, indem wir uns der Programme bewusst werden, die in Gang gesetzt wurden.

Nach einem ersten Kennenlernen der Arbeit dieser Wissenschaftler beschloss ich, mich beruflich weiter in diesen neuen Heilungs-Ansatz zu vertiefen und gleichzeitig meinen eigenen, neuen Heilungsweg einzuschlagen. Ich wandte die praktischsten, leicht anwendbaren Methoden und Werkzeuge an, lernte, in Möglichkeiten zu denken und den selbstheilenden und selbstregulierenden Kräften meines Körpers,

meines Herzens und meines Gehirns zu vertrauen. Mein Wissen wuchs immer mehr, was schließlich sowohl mein persönliches Leben als auch meine Arbeit als Psychologin, Systemtherapeutin, Coach und Trainerin veränderte.

Als einen der Kernpunkte, die ich bei meiner Forschung nach den Wechselwirkungen zwischen Herz und Gehirn entdeckte, erkannte ich, dass das emotionale Gehirn – aus dem unsere Instinkte und emotionalen Reaktionen kommen – direkt vom Herzen beeinflusst wird.

Das *Heartmath Institute* in den USA geht, basierend auf der Gehirnforschung, davon aus, dass ein kohärenter Herzrhythmus in der Lage ist, das emotionale Gehirn zur Ruhe zu bringen: »Wenn unser Herz auf gesunde Weise schlägt, können wir Stress, Ängste, Depression und andere emotionale oder mentale Krankheiten heilen. Das gilt sogar für körperliche Krankheiten.«¹ Dies bedeutet, dass Körper und Gehirn sich neu konditionieren lassen, da das Gehirn offenbar die Fähigkeit hat, neue Verbindungen zwischen den Gehirnzellen (Neuronen) herzustellen und sich daher ständig zu reorganisieren. Jeden Tag sterben Millionen von Neuronen ab, während ständig neue Gehirnzellen entstehen. Diesen Prozess nennt man Neuroplastizität.

Das Wort Trauma kommt aus dem Griechischen und bedeutet »Wunde«. Eine Wunde entsteht dadurch, dass etwas von außen nach innen dringt und im Inneren etwas zerstört. Bei körperlichen

CHRISTIAN MEYER
Wochenend-Retreat in Wien

Die 7 Schritte zur Erleuchtung

und die 4 inneren Bewegungen: Wahrhaftigkeit, Liebe, Freiheit und Hingabe

Fr 06.05. - So 08.05.22

www.zeitundraum.org/events



**I.WIENER
RÄUCHERWERK
MANUFAKTUR**
seit 1991

Liebevolle Handarbeit
Bio-Qualität
Einkauf und Beratung
Hochwertiges Zubehör
Groß- und Einzelhandel



www.raeuchern.at

Tel. +43 1 259 27 65

VERBINDUNG

RESONANZ UND EINHEIT



INDIGO ENTERPRISES

Verletzungen äußert sich das im Bluten des Körpers, in der Beschädigung von Haut oder Organen und inkörperlichen Schmerzen. Wir sprechen dann von einem physischen Trauma. Dem entsprechend sorgt eine starke traumatische Erfahrung für emotionalen Stress, der eine tiefe emotionale Wunde verursacht, die Denken, Verhalten und Fühlen angreift. Dieser emotionale Schaden kann körperlich krank machen. Wir

sprechen dann von einem emotionalen Trauma.

Untersuchungen zeigen, dass in den ersten Monaten nach dem Verlust eines nahestehenden Menschen, eines Kindes oder nach einem anderen schwerwiegenden Ereignis das Risiko eines Herzinfarkts oder Schlaganfalls um gut 50 % zunimmt. Menschen können tatsächlich an »gebrochenem Herzen« sterben. Im

ersten Jahr nach dem Verlust ist die Wahrscheinlichkeit zu versterben sogar sechsmal so hoch. Ein Verlust scheint die Widerstandsfähigkeit des Körpers in allen Bereichen zu schwächen. Dadurch nimmt die Wahrscheinlichkeit für Krankheiten zu, sei es eine einfache Erkältung oder gar eine Krebserkrankung.

Eine langfristige Belastung durch emotionalen Stress greift das Immunsystem an und stört das Wohlbefinden. Herz und Gehirn werden toxisch und inkohärent, was zu psychischen Krankheiten wie Depressionen, Burnout, Angst- und Panikstörungen oder Psychosen führen kann. Aus persönlicher Erfahrung kann ich sagen, dass es möglich ist, übermäßigen emotionalen Schmerz und Traumastress zu heilen und dass sich die Mühe lohnt.

Hier einige Fragen für dich aus meinem Herz-Gehirn-Heilungsprozess:

- Wie wäre es für dich, wenn du nach einem schweren Trauma und Verlust wieder Liebe, Sinn und Freude in deinem Alltag erleben könntest?
- Wenn du wieder Vitalität, Gesundheit und Resilienz spüren könntest und dein Verhalten, deine Gedanken und Gefühle positiv wären?
- Wie wäre es für dich, wenn du wüsstest, wie du dein Leben wieder in die Hand nehmen kannst, weil du selbst am Steuer deines emotionalen, mentalen und physischen Selbst stehst?

Erkenne, dass du ein spirituelles Wesen in einem Körper bist: Du bist keine zu-

fällige Ansammlung von Fleisch und Knochen. Dein Leben hat eine Bedeutung. Herz und Gehirn mögen ein Leben in Liebe, Balance und Harmonie, in Verbindung mit anderen Menschen.

Die Stressreaktion – Kampf, Flucht oder Erstarren –, die auf ein unangenehmes, schmerzhaftes Erlebnis folgt, ist der naturgegebene Versuch des Körpers, zurück ins Gleichgewicht zu finden. Diese Überlebensmechanismen sind, auf kurze Zeit ausgelegt, äußerst effektiv und halfen unseren frühen Vorfahren zu überleben. Wenn wir die Stressreaktion allerdings nicht mehr ausschalten können, wird es gefährlich und wir steuern auf einen chemischen, hormonellen, emotionalen und physischen Zusammenbruch zu, in dessen Folge Krankheiten entstehen. Wenn wir lange im Stress leben, wird dies oft zu unserer »normalen« Lebensart. Wir haben uns daran gewöhnt und das Überleben im Schmerz ist zu unserer alltäglichen Wirklichkeit geworden.

Während ich mit den Auswirkungen von Trauma und emotionalem Stress rang, entdeckte ich, dass die Heilung von emotionalem Schmerz kein linearer Prozess ist. Er verläuft nicht in einer logischen Reihenfolge von Schritt 1 bis Schritt 5, sondern ist gemeinsame Angelegenheit von Herz, Gehirn und Körper. Dabei spielt das körperliche Herz bei der Verarbeitung von Emotionen eine größere Rolle, als wir bisher angenommen haben.

Das Herz besitzt ein eigenes neuronales Netzwerk und seine eigene Intelligenz.

Es steht direkt mit unserem Gehirn und dem Rest unseres Körpers in Verbindung. Mitunter wird das Herz auch »das kleine Gehirn« genannt. 1991 entdeckte die Medizinische Biologie, dass wir etwa 40.000 Gehirnzellen (Dr. Andrew Amour, Montreal 1991), sensorische Neuronen, im Herzen haben. Was bedeutet das? Diese Neuronen arbeiten ähnlich den Nervenzellen im Gehirn und sind dafür verantwortlich, äußere Reize in interne elektrische Impulse umzuwandeln. Die Forscher schrieben über das Vorhandensein eines »kleinen Gehirns« im Herzen, das in enger Verbindung mit dem Gehirn in unserem Kopf steht. Die beiden Organe schicken Signale hin und her. Sie denken, fühlen und erinnern unabhängig voneinander, stehen aber miteinander in Verbindung. Emotionen werden im Herzen gefühlt und im Körper und im Gehirn interpretiert. Dies ist von großer Bedeutung für die Heilung eines emotionalen Traumas.

Während meines Studiums und durch meine Arbeit als Psychologin und Beziehungs- und Familientherapeutin (Systemtherapeutin) hatte ich theoretisches Wissen über psychische Vorgänge nach Trauma und Verlust erworben. Im Gedankengut der modernen Psychologie und Psychiatrie fand ich allerdings zu wenig therapeutische Optionen, selbstregulierende oder kreative Behandlungsformen. Mir fehlten Empathie und ein grundlegendes Verständnis der Auswirkungen von überwältigenden Verlusterfahrungen auf Gesundheit und Wohlbefinden.

DAS LABYRINTH Ein Einweihungsweg



VORTRAG
mit anschließendem Gespräch

15. Mai 2022 • 17 Uhr 00

CARINTHIA STADTHOTEL
9020 Klagenfurt, 8. Mai Str. 41/II - Eintritt frei
Anmeldung: amorc@klagenfurt.at - Tel: +43 664 1311560

AMORC-Die Rosenkreuzer • www.amorc.de

Was sollte ich mit all dem psychologischen Wissen anfangen, als mein eigenes Herz durch den Schmerz eines schweren Verlustes, dem Suizid meines Mannes, explodierte? Durch einen Schmerz, der bis in die Tiefen meiner DNA vordrang und der mein Herz, mein Gehirn und auch meinen Körper ernsthaft verletzte?

Um nach vorne gerichtet leben und die Verletzungen in meinem Herz, meinem Gehirn und meinen Körper heilen zu können, erwiesen sich mein psychologisches Wissen und meine Erfahrungen als Therapeutin als unzureichend. Ich machte mich auf die Suche nach einem positiven Ansatz für die Heilung von Trauma und Verlust. Das scheint vie-



Entsteht das neue Zeitalter des Friedens – jetzt?

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

Einführung & Videovortrag

Dienstag, 31. Mai 2022, 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

- Wie überwinden Menschen stressbeladene Lebensereignisse?
- Wie verändert Trauma die Persönlichkeit?
- Wie geben traumatisierte Menschen ihrem Leben einen neuen Sinn?
- Was hilft ihnen bei der Transformation zu einem neuen Selbst?
- Wie konditionieren wir den verletzten Körper und Geist neu?

Wenn wir die Spuren von Trauma und Verlustserfahrungen und dadurch auch den emotionalen Schmerz und Stress heilen wollen, sind in meiner Herangehensweise vier Bereiche von Bedeutung. Sie ziehen sich als roter Faden durch dieses Buch und ich stelle sie hier kurz vor.

len Kollegen in meinem Fachgebiet ein Widerspruch in sich zu sein, da sie sich kaum vorstellen können, wie positive Psychologie mit den unangenehmen Folgen eines emotionalen und psychischen Traumas umgehen soll. Meine Antwort lautet, dass die Heilung von Traumata und emotionalem Stress geradezu danach verlangt, gezielt die andere Seite der menschlichen Existenz zu betrachten: Liebe, Wohlbefinden, Durchhaltevermögen, Selbstheilung und Resilienz.

Aus dieser verbindenden Perspektive heraus versuche ich, in diesem Buch eine Antwort auf Fragen zu geben wie:

Der erste Bereich: die Kraft der eigenen inneren Psychologie kennenlernen

Sich selbst zu beobachten wird in den Neurowissenschaften »Metakognition« genannt. Der Ausgangspunkt dafür ist, dass du wahrnehmen kannst, was du denkst und fühlst und wie du handelst. Diese innere Architektur von Denken, Handeln und Fühlen ist bei jedem von uns einzigartig, auch wenn du in derselben Familie, im selben Land, in derselben Gesellschaftsschicht oder Kultur aufgewachsen bist.

Genau wie die physische DNA hat auch die Psyche eine unverwechselbare Blaupause und diese bestimmt deine Per-

sönlichkeit. Indem du deine Gedanken, Emotionen und Handlungen untersuchst, lernst du dich selber besser kennen und verstehen, und es kann zu einer Transformation kommen, im Zuge derer du andere Entscheidungen triffst, die neue Ergebnisse liefern. Wie dieser innere Prozess wirkt, beschreibe ich anhand von Erkenntnissen aus der Neurowissenschaft und den Verhaltenswissenschaften. Damit biete ich Hilfestellungen, mit denen bleibende Veränderungen möglich sind und die im täglichen Leben anwendbar sind.

Im Grunde geht es hier um die Aktivierung der Neuroplastizität im Sinne einer Neuerschaltung im Gehirn. Da du mit deinem Denken und deinen Emotionen deine eigene Realität erschaffst, den Körper und das Gehirn programmierst, bedeutet das, dass du lernen musst, bewusste Entscheidungen zu treffen, ohne von vornherein einen klaren Plan zu haben. Du musst ins Unbekannte eintreten und gleichzeitig das Bekannte und alles, was du je gelernt hast, loslassen. Das ist keine Magie, sondern ein Lernprozess.

Der zweite Bereich: der intelligente Körper

Dein Körper hat eine eigene Intelligenz und die Auswirkungen von Stress auf den Körper sind beträchtlich. Es ist daher von entscheidender Bedeutung, Wissen und Verständnis in diesem Bereich aufzubauen.

FEST DER ROSE

UND MEDITATION FÜR DEN FRIEDEN



26. Juni 2022 - 17 Uhr 00

CARINTHIA STADTHOTEL
9020 Klagenfurt, 8 Mai-Straße 41/II

Eintritt frei - Anmeldung erbeten:
amorc@klagenfurt.at - Tel.: +43 664 1311560

AMORC - Die Rosenkreuzer - www.amorc.de

Der Körper hält dich oft in den Erfahrungen der Vergangenheit gefangen, während das Gehirn mit aller Kraft versucht, die Auswirkungen und Spuren eines Traumas hinter sich zu lassen. Das führt zu einer inneren Spaltung von Denken und Fühlen und damit zum Verlust der Verbindung zwischen den beiden Bereichen. Du erschaffst hierdurch unbewusst destruktive Muster, die sich tief in deinem Körper festsetzen und deine Realität tagein, tagaus beeinflusst. Der Körper wird zum Gehirn. Diese innere Spaltung kann für die Beziehungen zu den Menschen in deiner Umgebung und zu deiner Familie katastrophale Folgen haben.

Der nächste Schritt besteht also darin, deinen Körper in diesen Heilungsprozess

einzubezieh. Wie arbeiten Gehirn, Herz und der Rest des Körpers zusammen? Was kannst du selbst tun, um Stress zu reduzieren, deinen Schmerz zu heilen und diese Heilung zu verkörpern? Wie verbindest du Denken und Fühlen und wie wirken deine selbstheilenden, selbstregulierenden Kräfte? Wie erschaffst du aus Herz und Gehirn ein starkes zusammenwirkendes System?

Im zweiten Bereich lernst du, selbst aktiv zu werden und deinen Körper, dein Herz und Gehirn zur Kooperation zu bewegen und neue, gesunde Muster zu entwickeln. Du lernst, neue neuronale Wege und Verbindungen anzulegen.

Der dritte Bereich: die externe Umgebung und unser Leben zurückfordern

Verlusterfahrungen und emotionale Verletzungen erschüttern nicht nur den direkt davon betroffenen Menschen, sondern oftmals auch sein soziales Umfeld. Wie wirkt sich das auf den Umgang miteinander aus?

Die Wirklichkeit, wie sie einmal war, existiert plötzlich nicht mehr für die Familie, die erweiterte Verwandtschaft oder den Freundeskreis. Ich nenne das ein existenzielles Erdbeben. Nichts bleibt stehen, alles liegt wirr durcheinander, im Inneren wie im Äußeren. Hier zeigt sich eine wichtige Ursache für kulturelle, soziale und individuelle Verletzung. Es bestehen allerdings große Unterschiede darin, wie Menschen mit diesen Traumata umgehen und einander beeinflussen.

Wenn du für deine Veränderung immer wieder die gleichen Gedanken und Gefühle benutzt, konditionierst du dich immer wieder auf dieselbe Art und Weise. Du machst dir oft nicht bewusst, wie die Umgebung (Menschen, Organisationen, Ereignisse) dich an verschiedenen Orten und zu verschiedenen Zeiten negativ oder auch positiv beeinflusst. Insbesondere bei emotionalen Verletzungen suchst du nur allzu oft Bestätigung bei anderen und wiederholst immer wieder aufs Neue unbewusst dieselben Dinge.

In diesem Bereich untersuche ich, wie unsere externe Umgebung unsere Realität erschafft und unsere Persönlichkeit definiert. Du lernst, eine Bestandsaufnahme dieser externen Umgebung zu machen und dich darin zu behaupten.

Der vierte Bereich: Spiritualität und die Wiederherstellung der inneren Verbindung

Hier geht es um die Entscheidung für neue Werte und Normen im Rahmen des persönlichen und spirituellen Wachstums.

»Das Leben wird vorwärts gelebt und rückwärts verstanden«, sagte der dänische Philosoph Kierkegaard (1813-1855). Das gilt besonders, wenn es um traumatische Lebensereignisse geht. Wir verstehen erst viel später, was diese mit unserem Leben und uns selbst gemacht haben: wie sie unsere Perspektive auf

das Leben verändert, welche Verschiebungen sie in unserer Psyche verursacht haben.

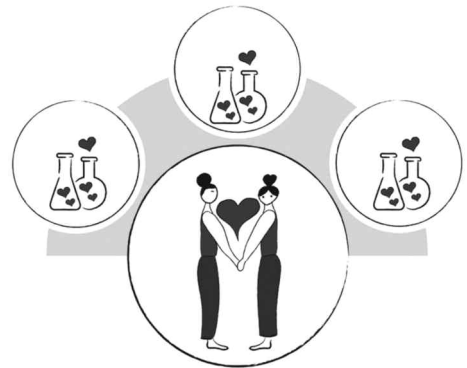
Was ich den spirituellen Bereich nenne, ist Teil einer Reihe von höherdimensionalen Energiesystemen, die direkt in unser Gehirn und unseren Körper führen. Die landläufige Wissenschaft erkennt die Wirkung dieser höheren energetischen Anatomie erst nach und nach. Sie steht in starkem Kontrast zu traditionellen und östlichen Weisheiten und Praktiken auf dem Gebiet der Heilung und Medizin, die diese multidimensionale Anatomie des Menschen ausführlich beschrieben haben.

In diesem vierten Bereich geht es um wirkliche Veränderung, um Transformation und Bewusstseinsentwicklung, sodass du dich bewusst aus dem Überlebensmodus in den Schöpfungsmodus begibst. Du lernst, verschiedene Wahlmöglichkeiten zu erkennen und neue Erfahrungen zu kreieren. Dies geschieht beispielsweise, indem du die Vergangenheit loslässt, dein Gehirn neu »verdrahtest«, Verantwortung für dich selbst übernimmst, den Körper emotional im Hinblick auf eine neue Zukunft instruierst, persönliche Führungsstärke entwickelst und deine Resilienz stärkst, um schließlich ein Leben voller Liebe und Inspiration führen zu können.

In der Darlegung dieser vier Bereiche dient mein persönlicher Lernprozess als roter Faden. Für mich ist die Heilung meines Traumas und meines emotionalen Schmerzes und Stresses ein Spiegel

geworden, der den Sinn meines Lebens reflektiert.

Ich habe gelernt, dass ich keinen Einfluss auf Verlusterfahrungen, Traumata oder andere plötzliche Veränderungen meiner Wirklichkeit habe, wohl aber darauf, wie ich damit umgehe. Ich habe aber sehr wohl Einfluss auf meine innere Wirklichkeit und auf die Welt, die in meinem Gehirn, meinem Herzen und meinem Körper existiert. Dadurch bekomme ich meine emotionalen Verletzungen zu fassen. Ich wiederhole: Ich bin davon überzeugt, dass emotionaler Schmerz dauerhaft geheilt werden kann und dass die Kräfte der Liebe und des Bewusstseins diese Heilung ermöglichen.



Lesen Sie weiter in:

Die Weisheit des Traumas Mit Herz & Gehirn zur Heilung

Anouk Bindels

EchnAtonVerlag

ISBN 978-3-96442-042-8

<https://echnatonverlag.de>

Veranstaltungen

● = Eintritt frei

Wien (& Umgebung) i

Montags

Meditation - grob- und feinstoffliche Verbindung, mit Mag. Barbara Wiener. Zeit: 11.00 – 12.15 Beitrag: 20€. Anmeldung: Zentrum Puun (01)2120488

Mittwochs

- **TransmissionsMeditation** - Stille Meditation Tals Dienst für die Welt; Beginn: 18h; Anmeldung erbeten; Eintritt frei; Schmalzhofg. 24/2a, 1060; 0699-19990888;

Fr.6.5. **7 Schritte zur Erleuchtung** - Wochenend-Retreat mit Christian Meyer in Wien vom 5.5.-8.5. Info: www.zeitundraum.org/events

Mo.9.5. **Delphintraining** - Infoabend zu den

- Mental- u. Visualisierungstechniken mit B.M. Ahlfeld Ehrmann. Zeit: 19h, Eintritt frei. online via Zoom-meeting; Anmeld.: 0664-4111039

Do.12.5. **Delphintraining** - Infoabend zu den

- Mental- u. Visualisierungstechniken mit B.M. Ahlfeld Ehrmann. Zeit: 19h, Eintritt frei. Cervantesg. 5/5, 1140 Wien; Anmeld.: 0664-4111039

Fr.13.5. **Vollmond-TransmissionsMeditation**

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

Do.19.5. **Maya** - Samenjahr-Endspurt und Neujahrs-Vorschau ab 07/22. Info & Anmeldung: 0699-12620196

Sa.28.5. **Das Phänomen Bruno Gröning** - Dokumentarfilm; "Es gibt kein Unheilbar - Gott ist der größte Arzt". Eintritt frei, Spenden willkommen. Zeit: 15h-21h inkl. 2 Pausen. Ort:

Esterhazyg. 30, 1060. Info: 0676-7157770 - www.bruno-groening-film.org

Di.31.5. **Entsteht das neue Zeitalter des Friedens – jetzt ?** - Maitreya und die Meister der Weisheit treten als Ratgeber der Menschheit hervor: Einführung & Videovortrag mit Benjamin Creme. Beginn: 19h; Eintritt frei; Seideng. 28, 1070; 0699-19990888;

Sa.4.6. **Das Phänomen der Heilung** - Dokumentarfilm; Die weltweiten Aktivitäten des Bruno Gröning-Freundeskreises". Eintritt frei, Spenden willkommen. Zeit: 15h-21h inkl. 2 Pausen. Ort: Esterhazyg. 30, 1060. Info: 0676-7157770 - www.bruno-groening-film.org

Do.9.6. **Delphintraining** - Infoabend zu den

- Mental- u. Visualisierungstechniken mit B.M. Ahlfeld Ehrmann. Zeit: 19h, Eintritt frei. Cervantesg. 5/5, 1140 Wien; Anmeld.: 0664-4111039

Fr.10.6. **Vollmond-TransmissionsMeditation**

- Stille Meditation für die Welt (Einführung 17h30) . Beginn 18h, Anm. erbeten, Eintritt frei. Schmalzhofg. 24/2a, 1060; 0699-19990888

Do.23.6. **Verjüngung** - Gesundheit, Fitness, Ernährung ... für die Neue Zeit. Info & Anmeldung: 0699-12620196

Do.30.6. **Delphintraining** - Infoabend zu den

- Mental- u. Visualisierungstechniken mit B.M. Ahlfeld Ehrmann. Zeit: 19h, Eintritt frei. online via Zoom-meeting; Anmeld.: 0664-4111039

Mo.25.7. **Maya-Silvester-Ritual** - "Muluc 4" gemeinsam zelebrieren. Info & Anmeldung: 0699-12620196

Steiermark

Sa.25.6. **Die Erde spricht** - Ein Fest der Mitgeschöpflichkeit am Michaelihof - Königsritual, Kunstaussstellung

uv.m. - siehe Seite 5. Ort: Pinkalstr. 10, 8243 Pinguau. Projektbeitrag € 38,-Info & Anmeldung: info@michaelihof.at - 11101720

Kärnten

So.15.5. **Das Labyrinth** - Ein Einweigungsweg

- Vortrag mit anschließendem Gespräch. Zeit 17h. Eintritt frei. Info & Anmeldung: amorc@klagenfurt.at. 0664-1311560, Carinthia Stadthotel, 8.Mai-Straße 41/II, 9020 Klagenfurt

So.26.6. **Fest der Rose** - und meditation für

- den Frieden. Zeit 17h. Eintritt frei. Info & Anmeldung: amorc@klagenfurt.at - 0664-1311560. Carinthia Stadthotel, 8.Mai-Straße 41/II, 9020 Klagenfurt.



Themenkreis

- Informationen
- Inspirationen
- Innovationen

Ventilatorgeräusche machen Menschen krank

Wissenschaftler der Technischen Universität Calmers wollen lautlose Geräte auf den Markt bringen

Einfluss von Handystrahlung auf die Nahrungsaufnahme nachgewiesen

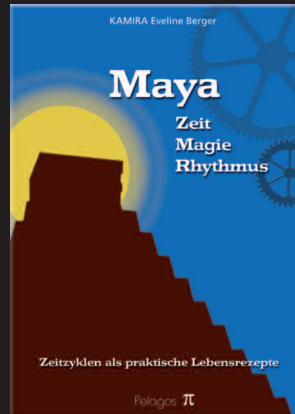
Wissenschaftlerinnen der Universität zu Lübeck decken Einfluss von Handystrahlung auf Gehirnstoffwechsel und Nahrungsaufnahme auf

Weitere interessante Themen:

www.themenkreis.at 

Pelagos π

Einführung in die Grundlagen des Mayakalenders



- ausführliche Beschreibungen aller Zeitqualitäten
- Praktische Anwendungsbeispiele für den Alltag
- Wichtige Details im täglichen Umgang mit den Zeitzyklen

Kamira Eveline Berger

MAYA Zeit - Magie - Rhythmus

Zeitzyklen als praktische Lebensrezepte

Edition Pelagos

ISBN 978-3-9502536-1-0

244 Seiten Format 14,8 x 21 cm

Preis: € 19,80

www.pelagos.at



Maya- Zeit.be.gleiter

Mai



Vom 6.-18.5. bringt **LAMAT**, der **Gelbe Stern**, die Tage zum Erstrahlen. Er besetzt die letzte Zeitwelle in einem 260-tägigen Tzolkin-Zyklus. Damit übernimmt er die Aufgaben der **letzten Handgriffe, des Aufpolierens, Erntens und Feierns**. Schwierig wird es nur, wenn wir etwas beenden wollen, wo die Fertigstellung noch nicht möglich ist. So kann unnötiger Druck wachsen, oder man verfällt regelrecht einem Perfektionismus der leider meist in Misserfolg endet. Deshalb bitte genau unterscheiden was sich für den Abschluss förmlich aufdrängt und was nicht. Dann ist auch genug Platz für **stolzes Präsentieren und einem eigenen Schulerklopper**. Überhaupt besitzen wir jetzt einen **Schöngeist, der nach Ästhetik drängt** und uns Sorgfalt in den kleinen Dingen ermöglicht. Probiert es aus, es bringt echtes Glücksgefühl! Z.B. im Keller nicht nur Ordnung schaffen, sondern ein nützliches Regal anbringen + die Dinge reinigen bevor sie darauf platziert werden. Dieses gewisse Etwas macht aus Allem Besonderes, das große Talent von Lamat. Funktioniert natürlich ebenso in Küche, Büro, Körper, etc., jedoch nicht überall gleichzeitig.



Die Schwingungsfrequenz **DIMIX**, der **Rote Drache**, arbeitet uns vom 19.-31.5. durch. Im wahrsten Sinne des Wortes werden wir nun durch seine pragmatische Kraft angetrieben. Jeder **Start eines Projektes**, wie groß und langfristig auch immer, ist einfach ein magischer Moment, mit viel Motivation und Liebe

verknüpft. Wir werden jetzt förmlich mit Tatendrang aufgepumpt und können ihn reichlich nutzen. Imix ist außerdem die Königsklasse von **Organisation und Umsetzung**. Also bitte keine Scheu gleich mehrere Baustellen zu koordinieren oder kombinieren. Findet diesen produktiven Enthusiasmus in Euch, lasst ihn selbst erwachen und Ihr werdet nicht nur in dieser Zeitwelle davon profitieren. Geht nicht gibt es nicht, ist seine Devise, weil in seiner Qualität **absolute Lösungsorientiertheit** schwingt. Und wisst, solange man im Tun ist haben Ängste, Blockaden, destruktive Gedanken, u.Ä. keine Chance, was wiederum automatisch Erfolg nach sich zieht. Ihr merkt wie heilsam es ist, sich auf Imix einzulassen? Mit ihm zählt lediglich das Jetzt und was am Ende des Tages geschafft wurde. Wow, so richtig geerdet und doch so spirituell!

Juni



Vom 1.-13.6. wird es echt spannend! Immerhin ist **IX**, der **Weißer Magier**, unsere Menschheits-Thematik bis exakt 24.7.2032, also noch ein ziemliches Weilchen. Ich erinnere, er bringt uns den Auftrag: „**Vergeistigung der Materie!**“ Aktuell befinden wir uns in der Schlussphase des 3. von 13 Jahren. Wir haben daher genügend Zeit alle Schatten, niedrigen Frequenzen, alten Systeme und Machtstrukturen und blockierte Spiritualität sowohl global als auch persönlich zu transformieren. Gott-sei-Dank, denn ob wir so richtig auf Schiene sind kommt total auf unsere Ego-Widerstände an. Diese Zeitwelle ist demnach ein guter Spiegel wie gut wir uns schon unserer gereinigten Schöpferkraft bedienen, wie magnetisch wir bereits befreite Wege gestartet haben, wie **ehrlich und authentisch** wir sind, selbst dort wo es keiner außer uns sieht. Weil ..., soviel hat mittlerweile

die ganze Welt erkannt, Lügen haben jetzt sehr kurze Beine und die kosmische Strenge ist in allen Handlungen zu spüren. Im Kleinen wie im Großen. Der geistige Gerichtshof wird alles tun, damit wir schnellstens den Übergang auf die lichte Seite, **in die Herzensmacht, finden.**



Die Zeitqualität **MANIK**, die **Blaue Hand**, aktiviert vom 14.-26.6. nicht nur unsere soziale Ader, sondern sie macht Lust und Laune auf **handwerkliche Aufgaben jeder Art**. Mit der entfachten Kreativität können nun urgeniale Ideen umgesetzt werden. Diese Tage eignen sich aber auch bestens, sich einmal ausgiebig den wartenden Baustellen, Reparaturen und verzögerten Verbesserungen zu widmen. Die Kunst ist, den Fokus zu halten bis etwas wirklich fertig ist. Manik ist nämlich meisterlich im Provisorien-Bau. Helfende Hände für andere einzusetzen sollte also gut überlegt sein. Vielleicht erhaltet ja diesmal *Ihr* Hilfe? Habt Ihr daran schon mal gedacht? Tipp: Fragen hilft! Kurze Pausen machen jetzt Sinn für weitere Aktivitäten. Aber bitte nur Eins nach dem anderen planen. Info für alle Technik-Ängstlichen: Traut sie Euch zu! Es geht lediglich um den 1. Schritt. Ihr werdet es sofort lieben, Euch Arbeit zu erleichtern. Manik ist der Maschinen-Freak! Die aktuelle **kumpelhafte Solidarität** hilft dabei und es entwickelt sich eine pragmatische Unabhängigkeit und Stärke. Alle **Heilbehandlungen** treffen nun auf tief-fruchtbaren Boden.



Wie schön kann das Leben sein! Vom 27.6.-9.7. will uns **AHAU**, die **Gelbe Sonne**, endlich wieder den **Blick auf das Positive in unserem Leben lenken**. Das bringt nicht nur innige Dankbarkeit ins Bewusstsein, sondern unter-

stützt uns auch die Lupe zur Hand zu nehmen. Genauer zu schauen was wir für uns tun könnten, aber bisher nicht getan haben. Wo wir uns permanent beschneiden (lassen), wo unser Selbstwert dringend Nachhilfe benötigt. Denn niemand außer wir selbst können diese Heilung bewirken! Keine Komplimente, Liebe, Ruhm, Ehre, etc.! Keine Handlungen, Aussehen, Selbsthuldigungen können diesen ehrlichen Prozess ersetzen. Er ist leise, bringt Hingabe und Demut und die **intensive Liebesfähigkeit einer/s Meisters/In**. Deshalb geht jetzt zuerst in Euer Inneres bis Ihr voll **Lebensfeuer** nach außen erstrahlt, wie die Sonne selbst. Nehmt Platz in einem gemütlichen Liegestuhl und wendet Euch zu 100% Euch selbst zu. Oft heilt schon die ungeteilte Aufmerksamkeit auf die eigene Person. Oder Ihr könnt eine Liste aller positiver Charaktereigenschaften schreiben und aufhängen oder Euren Körper maximal pflegen oder ...

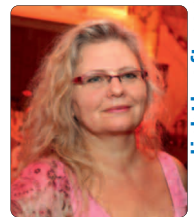
In diesem Sinne wünsche ich Euch wie immer viel Spaß und Erfolg beim Zeitgleiten!

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, 0699/126 20 196, www.lichtkraft.com



Das Element Luft

Astrologische Zuordnung:

- ♅ Uranus (Wassermann)
- ♿ Merkur (Zwillinge)
- ♀ Venus (Waage)

Symbolik im Tarot: Schwerter

Stichwort: Absicht

von *Marlen Frey*

Ab dem 21. Mai tritt die Sonne in das Tierkreiszeichen *Zwillinge*, die dem Element Luft zugeordnet werden. Zusätzlich befinden wir uns astrologisch gesehen seit Ende Dezember 2020 im „**Luftzeitalter**“, einer neuen Epoche die als „Age of Aquarius“ schon lange ersehnt und erwartet wurde. Deshalb hier ein paar Gedanken über die innere Qualität des Elementes Luft.

Mit dem Element Luft betreten wir das Reich des Geistes und der Gedanken. Dabei ist weniger das Denken als intellektuelle Übung gemeint, sondern das schöpferische Denken und die Vorstellungskraft. Im ersten Fall bewegen sich die Überlegungen in vorgegebenen Bahnen und Problemlösungen, die bereits jemand erschaffen hat. Wir stoßen dabei an Grenzen die jemand anderer gesetzt hat. Tatsächlich gibt es im Reich der Gedanken jedoch nur die Grenzen, die wir uns selbst setzen. Das zu begreifen ist wesentlich, denn wir können nur dann Veränderung im eigenen Leben erwirken, wenn wir auch die uns (noch) unbekanntem Möglichkeiten zulassen, ansonsten erschaffen wir immer nur dasselbe.

Luft ist jenes Element, dass uns alle miteinander verbindet. Deshalb stellt dieses Element den Anspruch eines höheren Zieles, einer klaren geistigen Ausrichtung, die die Auswirkungen unserer Absichten auf kollektiver Ebene, ebenso wie über kurzfristige Ergebnisse auf materieller Ebene hinaus, berücksichtigt. Diese „Zweischneidigkeit“ symbolisieren die mit dem Luftelement assoziierten Prinzipien bereits bildlich: *Zwillinge/Merkur* ganz klar als Zweiheit, *Waage/Venus* mit den zwei Waagschalen und *Wassermann/Uranus* etwas subtiler, indem es als *Wassermann* den *Luftzeichen* zugehörig ist.

Wir leben und erleben die Welt in der Polarität und Dualität. Licht und Schatten. In diesem Sinne stellen uns die Luftzeichen immer wieder auf die Probe

und fragen: Was ist Dein höchstes Ziel? Was ist Deine wahre Motivation? Und was werden die Früchte deines Handelns sein?

Im *Tarot* wird das Luftelement von den *Schwertern* repräsentiert. Ein Schwert zu führen bedeutet, sich über Richtung und Absicht absolut im Klaren zu sein und es erfordert ein gewisses Maß an Disziplin und Verantwortung. Wir begeben uns auf eine höhere Perspektive und betrachten die Dinge nicht aus dem eingeschränkten Blickwinkel der momentanen Befindlichkeit und Begehrens, sondern versuchen einen höheren Standpunkt einzunehmen.

Im Prinzip *Uranus/Wassermann* geht es um das Erkennen der eigenen Vision und Ambition. Was ist die höchste Bestrebung, wer möchte ich sein – dient diese oder jene Handlung meiner höchsten Bestrebung? Wenn man mir das Produkt meines Schaffens und meiner Bemühungen, die materielle Manifestation, wegnimmt – was bleibt dann übrig? Im Prinzip *Merkur/Zwillinge* richten wir die Antennen und unser Radar wieder auf diese Bestrebung aus und verbinden uns mit förderlichen Energien. Wir vernetzen uns mit jenen Feldern (Dingen, Menschen, Aktivitäten usw.), die diese Energiequalität repräsentieren, die wir selbst anstreben. Im Prinzip *Venus/Waage* gehen wir noch einen Schritt weiter. Welche Angelegenheiten sind es nicht wert, dafür unseren Seelenfrieden und unsere höchste Bestrebung zu opfern? Manchmal kann das sogar bedeuten, ein Projekt in dieser gegenwärtigen Form fallen zu lassen, wenn die Umstände unter denen dieses umgesetzt werden kann, der eigenen höchsten Bestrebung widersprechen. Wir verraten damit nicht unsere Vision bzw. Mission, sondern wir sind einfach nicht bereit, den eigenen Seelenfrieden zu opfern. Das passiert immer dann, wenn man durch etwas, das man in die Welt setzt, Energien füttert, die man keineswegs stärken wollte.

Manchmal bewirken wir in bester Absicht trotzdem nichts Gutes. Wir können nicht immer alles im Vorhinein durchschauen. Aber wir können uns, sobald wir Klarheit haben, geistig neu positionieren und uns und unser Ziel wieder nach der höchsten Bestrebung ausrichten. Das klingt schwieriger als es ist und irgendwie „moralisch“ und so, als könnte es keinen Spaß machen. Aber es geht hier nicht um irgendwelche Moralvorstellungen, Ideologien oder Schwarz-Weiß-Malerei. Es geht um den eigenen Lebenstraum, der sich umso leichter verwirklichen lässt, je mehr wir im Einklang mit unserer wahren Bestrebung sowie dem großen Ganzen sind.

Aus:
SternenSymphonie - Die 12 Hüter der Lebenskraft
www.pelagos.at

SternenSymphonie

Die 12 Hüter der Lebenskraft

Die 12 Prinzipien der Lebenskraft

Energie folgt universellen Prinzipien - archetypischen Mustern, die schon in den Weisheitslehren und in der Mythologie alter Völker abgebildet wurden. Die meisten dieser überlieferten Lehren identifizieren 12 Prinzipien, wie die Astrologie oder die indianischen Erdmedizin.

Diese Urprinzipien sind keine starren Stereotypen im Sinne der allgemein bekannten Horoskopdeutung. Es sind vielmehr archetypische Kräfte die allgegenwärtig uns einwirken und bestimmte Entwicklungen und Manifestationsschritte begünstigen.



ISBN 978-3-9504789-3-8

www.pelagos.at