

Buddha & Balance

DAS MAGAZIN

Endlich wieder
zusammen sein!

MESSE
**Buddha &
Balance**

14. & 15. Mai
VHS Wedel

Mehr auf Seite 22



EXKLUSIV!
Vorausschau
MAI – AUGUST
2022
mit den Karten
von AN

Heiterkeit & Zuversicht



*Glücklicher als der
Glücklichste ist,
wer andere
Menschen glücklich
machen kann.*



Alexandre Dumas der Jüngere



Heiterkeit und Zuversicht

Spürt ihr das? Diese Aufbruchstimmung? Diese Euphorie? Die Freude die entsteht, wenn die Gewissheit auftaucht, dass eine Zeit der Erleichterung kommt.

Zuversicht hat mich durchströmt, als ich begonnen habe, mich gedanklich mit Buddha & Balance 2022 zu beschäftigen. Ich wusste mit einer tiefen, unerschütterlichen Klarheit: Das Magazin wird lebendiger, kreativer, informativer denn je. Und ... die Messe wird im Mai stattfinden. Ohne Einschränkungen. Sondern mit Herzlichkeit, Umarmungen und herrlicher Freude. Der besondere Spirit, der in Buddha & Balance innewohnt, ist vom Neuen erwacht und versprüht seine heitere Energie.

In diesem Heft, findet sich einfach alles. Vielsagendes, Berührendes, Vorrauschauendes.

Wusstet ihr, dass Schilddrüsenerkrankungen immer mehr zunehmen? Insbesondere bei Frauen. Wir greifen dieses Thema spezialisiert in diesem Heft und auf der Messe auf.

Ich durfte fabelhaften Menschen begegnen. Bin mit unzähligen Glücksmomenten beschenkt worden. Die Rubriken „Nachgefragt“, „Selbst erlebt“ und „Begegnungen“ erzählen davon. Alle tragen dazu bei, die Menschen zu bereichern, zu verschönern, zu ermutigen.

Genießt das Stöbern in diesem Heft. Viele Schätze gilt es zu entdecken, aufzusammeln und für sich zu nutzen. Beginnt die Energie zu spüren und entspannt euch. Es steht euch zu. Mit diesem Heft beginnen wir Frieden und Bewusstheit auszustrahlen. Auf der Messe kommt die Berührung hinzu.

Herzlichst Eure

Barbara

Herausgeberin und ViSdP:

Barbara Teßmer
Dorfstraße 19, 25489 Haselau
Tel.: 04122 – 81722
E-Mail: info@stille-und-glueck.de

Realisation:

VM-Media
Volker Meliß
volker@meliss.me

Gestaltung:

Manuela Heins, Mediendesign
E-Mail: manuela.heins@symbolic-link.com
Druck:
WMD GmbH, Backnang

Alle Angaben ohne Gewähr. Das Magazin und alle darin enthaltenen Abbildungen und Texte sind urheberrechtlich geschützt. Jede Vervielfältigung und Nutzung des Magazins oder Teile davon bedarf der Zustimmung der Herausgeberin. Alle Rechte an geschützten Namen und Marken liegen bei deren Inhabern.

Die Praktizierenden aus diesem Heft freuen sich, Dir auf der Buddha & Balance Messe im Mai in der VHS Wedel zu begegnen. Aktuelle Informationen auf www.buddha-and-balance.de

Inhalt dieser Ausgabe

- 5 **Exklusiv!** Die Karten von AN
- 6 Ein Unverpacktladen für die Elbvororte!
- 8 Botin der Ruhe ... der Herzenspräsenz
- 10 Selbst Erlebt
- 12 Emotionale Freiheit – Mythos oder machbar?
- 14 Nachgefragt
- 15 Erlebnis Seelenreise
- 16 Sanftmut entwickeln. Frieden festigen.
- 18 Sensibel verbunden sein
- 20 Die Schilddrüse, das unterschätzte Organ
- 22 **Buddha & Balance: Messe für Gesundheit und Lebensglück**
- 26 Begegnungen
- 28 Tierkommunikation – für noch mehr Verständnis
- 29 Pflanzenpower für inneren Frieden und Herzensweite
- 30 „Der Körper lügt nicht!“
- 32 Lass deine Angst los
- 32 Glückseligkeit ist in dir verankert
- 40 Der Zauber der Seelenreisen
- 42 Vorausschau



ANZEIGE

SHIATSU GRUNDLAGENKURSE 2022

HAMBURG: 20. – 22. MAI und 3. – 5. JUNI BASIS-A-KURS mit Dana Miesner

KIEL: 17. – 19. und 24. – 26. JUNI BASIS-A-KURS mit Birte Ernestus-Holtkamp

HAMBURG: 21. – 23. OKT und 4. – 6. NOV BASIS-B-KURS mit Birte Ernestus-Holtkamp

Unsere Kurse bieten für jede*n u.a. durch viele praktische Übungen einen leichten Zugang und Einstieg in die Grundlagen einer Shiatsubehandlung. Die besondere Qualität der Berührung im Shiatsu wird vermittelt sowie das Einbringen des eigenen Körpers in die Kraft der Berührung, um so möglichst ohne Anstrengung zu berühren. Dazu kommen grundlegende Behandlungstechniken und -positionen bzw. erste Erfahrungen zum Spüren von Verbindungen im Körper. Die Theorie der Fünf Wandlungsphasen / der TCM und die Vermittlung von Meridianverläufen stehen leicht verständlich auf dem Programm. Körperübungen und Meditation runden den Unterricht, und vor allem viel Freude beim gemeinsamen erforschen.



Infos: www.schule-fuer-shiatsu.de
040 4301885 | schule@fuer-shiatsu.de
Oelkersallee 33 | 22769 Hamburg



SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG
Schule der berührenden Künste

Exklusiv! Die Karten von AN



Solara's Karten von AN - über 300 Stück, teils interaktiv, eingeteilt in vier Kategorien – sind ein wertvolles lebendiges Werkzeug als Transformations- und Entwicklungsbegleitung auf unserem Weg von der Dualität in die Einheit.

1. KATEGORIE: Praktisches Handeln

2 Karten: „!! XUÀ!! “ und “Größere Liebe“

!!XUÀ!! ist eine kraftvolle Aktionskarte, die uns auffordert, im größten Maße alle Hindernisse aus unserem Weg zu räumen, die nicht dem höchsten Wohl dienen - persönlich und kollektiv. Wir fühlen und erfahren eine tiefere Art von Liebe, die alles und jeden umschließt, wir sind in der Lage zu lieben, wie nie zuvor.

2. KATEGORIE: Besondere Aufmerksamkeit

2 Karten: „Keine Schuldzuweisungen“ und „Meer der Unwirklichkeit“

Die Zeit ist vorbei, in der wir anderen die Schuld geben können, dass Dinge nicht so sind, wie sie sein sollten oder warum wir nicht so sind oder leben, wie wir es uns wünschen. Jetzt ist die Zeit zu wählen und zu entscheiden, ganz wir selbst zu sein, egal, was sonst passiert. Sich in den nächsten Monaten verloren, entrückt oder abgespalten zu fühlen, ist vermehrt möglich. Wenn Dir das im Täglichen auffällt, tue einfache praktische Dinge, um wieder Stabilität zu erlangen.

3. KATEGORIE: Hinweise aus der Neuen Realität

2 Karten: „An der richtigen Stelle einrasten“ und „Heilige Pagode“

In den kommenden Tagen und Monaten werden Umstände und Begebenheiten ihren richtigen

Platz finden, viele Dinge an ihre richtige Position bzw. in ihren optimalen Zustand gebracht. Das wird sich sehr gut anfühlen. Wer trotz dieser herausfordernden Zeiten ein “Alles ist gut” tief in sich spürt, wird dies auch nach außen strahlen und diese Schwingung verbreiten können - let`s swing!

4. KATEGORIE: Begleitenergie

Karte: „Wahre Liebe bis zum innersten Kern“ mit „Der Wendepunkt“

Die Energie, die uns jetzt begleitet, erweckt in uns die stärkste Liebesenergie, die wir bisher erlebt haben. Dadurch wird sich unsere Sicht auf Beziehungen, Umstände und Situationen noch einmal verändern und damit auch unser Handeln. Ein Wendepunkt ist erreicht, wir dürfen große Umbrüche und bedeutende Fortschritte erwarten.



Ein Unverpacktladen für die Elbvororte!

Tschüss Plastikmüll – Seit dem 15. Sept. 2021 gibt es einen Unverpacktladen im Westen Hamburgs: Das Lose Mundwerk.

Schräg gegenüber vom S-Bahnhof Rissen liegt der stilvoll eingerichtete Laden und überzeugt mit einer entspannten Einkaufsatmosphäre und der herzlichen, kompetenten Beratung durch die Inhaberin Dorit Hinrichsen. Das Sortiment besteht aus Biolebensmitteln, Naturkosmetik, umweltfreundlichen Reinigungsartikeln und nachhaltigen Haushaltswaren. Bio, regional, Zero Waste und plastikfrei sind Aspekte auf die besonderen Wert gelegt wird. Besondere Geschenkideen und saisonale Produkte runden das Angebot ab und laden zum Stöbern ein. Verpackungen werden eingespart, indem die eigenen Behälter zum Abfüllen der gewünschten



Produkte mitgebracht werden. Für spontane Einkäufe werden im Laden aber auch schöne Gläser und Beutel zum Kauf angeboten.

Toller Nebeneffekt: Wer den Einkauf selbst portioniert, kauft nur so viel wie gebraucht wird – und vermeidet Lebensmittelverschwendung.

Loses Mundwerk – Unverpacktladen Am Rissener Bahnhof 15, 22559 Hamburg

Öffnungszeiten: Mo. – Sa. von 9.00 – 19.00 Uhr, **Tel.:** 0152 – 0807 5366, **Mail:** losesmundwerk@posteo.de

Webseite: www.loesmundwerk.de, **Instagram & Facebook:** losesmundwerkunverpackt

ANZEIGE



Telepathie und Energiearbeit für Mensch und Tier



- **Lebensthemen, -fragen**
- **späte Demenz: Botschaften und Energiearbeit**
- **verstorbene Menschen: Botschaften**



- **Tierkommunikation**
- **Energetische Tierheilung (Traumata)**
- **Beziehung Tier und Mensch**

Angelika Drochner

Kollase 1b
29473 Góhrde
05863-983051

www.angelikadrochner.de
kontakt@angelikadrochner.de

www.tierundmensch-manou.de
kontakt@tierundmensch-manou.de

Heilpraktikerin Petra Hornung



Werden Sie Experte für Rückengesundheit:

■ Für Interessierte und Therapeuten: Seit nun 20 Jahren bieten wir auch weiterhin unsere spannenden und intensiven Kurse zur Wirbelsäulentherapie nach Dorn & Breuß an. Die Methode Dorn und die Breuß-Massage sind sanfte manuelle Therapien für Wirbelsäule und Gelenke. Lernen Sie Verspannungen zu lösen, Wirbel- und Gelenkfehlstellungen leicht und schmerzfrei zu beheben, Becken- und Hüftschiefstände zu korrigieren. Wir zeigen viele Übungen für zu Hause und Sie lernen die Ursachen zu verstehen.

Termine für die Wochenendseminare:

Wirbelsäulentherapie

nach Dorn & Breuß (Basisseminar)

Sa + So
11./12. 6. 22

Sa + So
17./18. 9. 22

Sa + So
12./13. 11. 22

Wirbelsäulentherapie

nach Dorn & Breuß (Intensivseminar)

Sa + So
19./20. 11. 22

Meridiane & Chakren & Dorn

(Energetische Rückenbehandlung)

Sa + So
18./19. 6. 22

Wenn die Seele leidet – kann der Rücken auch nicht mehr!

(Aufstellungs- und Coachingwochenende)

Sa + So
10./11. 9. 22

Anmeldung unter:

Petra Hornung (Heilpraktikerin)
Am Rissener Bahnhof 21 b, 22559 Hamburg
www.petra-hornung.info
mail@petra-hornung.info, Tel: 040-29812160

Therapie- schwerpunkte:

- Wirbelsäulentherapie nach Dorn
- Breuß- und Energiemassagen
- CranioSacrale Therapie
- Ursachendiagnostik mit VEGA-Test
- Persönliches Coaching
- Dorn-Breuß-Ausbildung



Naturheilpraxis in Rissen

Am Rissener Bahnhof 21 b
22559 Hamburg
Telefon: 040 – 298 12 160
www.petra-hornung.info



Botin der Ruhe ... der Herzenspräsenz

*Sensible Seele, tapferes Sein
lass wichtige Botin ins Herz hinein
stetig erinnert sie – an heil'ge Kraft
präsent im Herz, Du alles schaffst
es ist eine Kunst in der Ruhe zu bleiben
und sich an manch' Schicksal
nicht aufzureiben
doch bleibst Du präsent in Deinem Herz
und schaust neutral auf tiefen Schmerz
dann wird es ruhig und warm in Dir
es öffnet sich weit die Seelentür
kannst Dich verbinden mit
Himmel und Erde
beobachtest still das „Stirb und Werde“
durch Deine Ruhe und neutrales Sehen
können unfassbare Wunder geschehen
dabei trittst Du aus Begrenzung heraus
und bist dadurch sicher – fühlst
Dich zu Haus'
egal wo Du bist, Dein zu Hause in Dir
öffnet Dir leicht die passende Tür
ja, liebe Seele, bist Meisterin jetzt*

*Dein Schicksal Dich nicht mehr
persönlich verletzt
atme tief ein und auch wieder aus,
ja, liebe Seele, DU BIST ZU HAUS!
Nun kannst Dich öffnen und
öffnest den Andern
so kann die LIEBE wachsen und wandern
gib Deine Kraft und Weisheit weiter
wir alle erklimmen Bewusstseinsleiter
dank Deiner tapferen großen Seele
ruft Dich die Botin aus voller Kehle
feiere Dich und Dein reifes Sein
ja, Du bist wach, alles andere als klein
schenk diese Klarheit dem
Mensch neben Dir
aktivierst automatisch Bewusstsein zum Wir
denn sind wir verbunden in Herzenspräsenz
schwingen wir alle in hoher Frequenz
und Wunder und Träume werden wahr
sagst zu Dir selbst ein liebendes „JA“
denn Liebe, sie ist, so, oder so ...
bleibst präsent im Herz ist Seele froh!*

Yogische Numerologie

Erkenne deinen Lebensweg

Yogische Numerologie führt zu neuen Einsichten!

Yogische Numerologie ist eine Wissensbasis, die dem persönlichen Wachstum dient. Sie erklärt uns auf einfache und logische Weise unsere Verhaltensformen und Wesenszüge, sodass wir das Vertrauen in unsere Fähigkeiten stärken können. Sie zeigt uns, welche Gaben und welche Mission wir in unserem Leben haben.

Basis und Durchführung

Die Basis ist das Geburtsdatum. Wir vereinbaren einen ca. 1-stündigen Beratungstermin. In der Zwischenzeit werte ich Ihre Numerologie aus. (Dauer ca. 2 Stunden = Gesamtaufwand 3 Stunden).

Die Beratung ist auch telefonisch, per Skype oder Zoom möglich.

Gebühr: **95 Euro**

Weitere Informationen auf meiner Webseite.

Beratung . Ausbildung

**Spirituelle Heilkunde · Besprechen
Meditation · Yogische Numerologie**

Barbara Teßmer

Dorfstraße 19, 25489 Haselau

Tel.: 04122 – 817 22

E-Mail: info@stille-und-glueck.de



WWW.STILLE-UND-GLUECK.DE

! Selbst Erlebt

Weiterempfehlung ist für einen Praktizierenden eine wertvolle Anerkennung. Buddha & Balance ist persönlich vor Ort, um Selbsterfahrungen zu sammeln und teilen zu können.

Kurz aus dem Nähkästchen geplaudert: An dem Tag, an dem ich mit Christine Sothmann, Inhaberin des Studios LADYGym in Wedel verabredet bin, habe ich ziemlich schlechte Laune. Genervt vom dauerhaft bedeckten Himmel, den viel zu eng gewordenen Sportklamotten und einem überfüllten Terminplan, betrete ich mit gesenktem Kopf das Studio. Ein „Hallo“, das vor Fröhlichkeit nur so sprühte, empfängt mich. Erstaunt hebe ich den Kopf und sehe in das strahlende Gesicht der Trainerin Jenny. Eine Umarmung für meine Seele.

Die Inhaberin Christine Sothmann, die vor 6 Jahren das Frauen-Studio in der Spitzerdorfstraße eröffnet hat, kommt hinzu. So stehe ich zwei wunderschönen Frauen gegenüber, die verkörpern was sie an ihre Mitglieder weitergeben möchten. „TU DIR WAS GUTES“ ist das motivierende Credo des Studios. Hier finden Frauen einen Schutzraum in familiärer Atmosphäre. Gepaart mit einem gelenkschonenden Sportangebot unter fachlicher und feinfühligere Begleitung. Ein ausgeklügeltes und umfangrei-



Christine.Barbara.Jenny

ches Sportkonzept, das überzeugt. Erfrischt und aufgepäppelt von der wohlthuenden Herzlichkeit dieser beiden Zauberwesen, starte ich voller Freude in die Probestunde. Vorerst wird eine umfangreiche Anamnese erstellt. „Barbara, möchtest du auf die Waage?“. Jeder kann, keiner muss. Sei einfach entspannt und tue dir was Gutes, deinem Körper, deiner Seele, der fabelhaften Frau, die du bist. Meine Problemzonen: Verspannter Nacken- und Schulterbereich. Zu viel Bauch.

Die Geräte sind genial und begeistern mich. Zum einen, weil diese hydraulisch arbeiten. Das bedeutet, dass der Widerstand automatisch gemessen wird. Das spart das sonst übliche Gewichte einstellen. Zum anderen arbeiten die Geräte immer in zwei Richtungen. Spieler und



Butterfly



Beinpresse

Gegenspieler werden am gleichen Gerät trainiert. Unter der professionellen Anleitung von Christine sitze ich an einem Gerät, an dem in der Vorwärtsbewegung die Bauchmuskeln und in der Rückwärtsbewegung der Rückenstrecker trainiert wird. Für meine Verspannungen zeigt mir Jenny Übungen am nächsten Gerät, an dem idealerweise sowohl der Bizeps (Armbeuger), wie auch der Trizeps (Armstrecker) trainiert wird. So durchlaufe ich das Zirkeltraining mit 16 verschiedenen Stationen. Immer unter aufmerksamer Anleitung von den beiden Profis Jenny und Christine. Dadurch wird vermieden, dass sich Fehler in der Körperhaltung einschleichen. Sie behalten mich liebevoll im Blick und stehen mir augenblicklich zur Seite.

Durch ihre feinfühlig Herangehensweise und ihr breit gefächertes Fachwissen über Sport, Ernährung und Achtsamkeit, lerne ich viel, bewege mich ausgiebig und habe außerordentlich viel Spaß. Mit weiteren Mitgliedern, die hier zeitgleich trainieren, komme ich sofort in ein lustiges Miteinander. Einfach toll, so ein Training unter Frauen.

Liebe Christine, du hast eine herrliche Wohlfühl-Oase geschaffen, in der ich mich gerne aufhalte und bewege. Sowohl Halteübungen wie auch Muskeltraining werden auf schonende Weise professionell und mit Herz und Seele angeleitet. Die Zeit bei euch hat mich den Alltag vergessen lassen. Ich freue mich sehr auf die nächste Sportstunde.

Barbara Tefsmar

Weiterführende Informationen: LADYGYM Wedel, Christine Sothmann
Spitzerdorfstr. 17, 22880 Wedel, www.ladygymwedel.de, Telefon: 04103/1877341

ANZEIGE



BUSSAYA
TRADITIONELLE THAIMASSAGE

**Rufen Sie an und buchen Sie die Zeit telefonisch.
Tel. 04103 96 38 707 oder 0152 192 440 09**

Bussaya Traditionelle Thaimassage
Bei der Doppeleiche 3a, 22880 Wedel
Mo-Sa 10-19 Uhr, Sonntag geschlossen

Thai-öl-Massage
Rücken-Nacken-Schulter-Kopf
Massage
Fuß Massage



www.bussayathaimassage.de

Du bist schön

Du bist schön, dein Körper ist schön, dein Wesen ist schön.

Weißt du das? Nimmst du es wahr? Die Kommunikation über das Herz lässt uns Menschen genau das fühlen, unsere Schönheit. Daher ist es wunderbar, sich mit schönen Dingen zu umgeben. Umgebungen, die hochschwingen lassen, die das Herz leuchten lassen, wie z. B. die Natur.

Die Kommunikation mit deinem Herzen ist voller Liebe. Doch manches Mal hat das Herz eine Umman- telung durch Erfahrungen, die dieser Kommunikation im Wege steht. Und



genau dies kann gelöst werden – mit Hilfe der geistigen Welt. Mit einem Channeling durch ein Medium für Antworten für dich, für deine Einzigartigkeit, für dein einzigartiges Leben. Traumata und Blockaden können so gelöst werden. Und damit das Neue in deinem Sein leichter integriert wird, helfen wiederum schöne Dinge als Erinnerung, ein Ring, ein Stein, ein Kleid, das was du für dich wählst. Erkenne deine Schönheit, herzigst Silke *Silke Albers*

www.silke-albers.com

ANZEIGE



Anne Hentschel

Naturheilpraxis Lichtkräuter · seit 2006

Mit sanften Berührungen erspüre ich, was Dein Körper erzählt. In meiner Praxis direkt am Bahnhof Blankenese arbeite ich mit Craniosacraler Therapie, Pflanzenheilkunde und Aromatherapie.

Wann kommen Patienten zu mir?

- Bei Schmerzen, Erschöpfungszuständen, in der Schwangerschaft, nach Traumata.
- Wenn Energiereserven zu niedrig, die Nerven gestärkt und die Abwehr gesteigert werden möchte.
- Oder auch bei Babys – die viel weinen, zu wenig trinken, bei Fehlhaltungen.

Gern berate ich Dich auch telefonisch und online. Zum Teil abrechenbar über private Krankenkassen, Zusatzversicherungen und ein Osteopathie-Rezept. Wenn Du mehr über Pflanzenheilkunde und Aromatherapie lernen möchtest, Deine eigene Parfum-Mischung erstellen oder Medizin für Deine naturheilkundliche Hausapotheke möchtest – bei mir bist Du richtig.

Du kannst an Workshops oder an einer Ausbildung zur Wild- und Heilkräuterexpertin teilnehmen. Online oder vor Ort.

Vielleicht sehen wir uns bald?



Anne Hentschel · Heilpraktikerin
Erik-Blumenfeld-Platz 19 • 22587 Hamburg
www.lichtkraeuter.de • 0177 - 563 28 69

Emotionale Freiheit – Mythos oder machbar?



Wir bestehen aus verschiedenen Ebenen – Körper, Geist und Seele. Alle Drei sind bedingen einander

und sind präzise aufeinander abgestimmt, wie ein Schweizer Uhrwerk.

Ohne „Sandkörnern“ in den zarten Zahnrädern, läuft unser System einwandfrei. Wir nehmen die Wellen des Lebens mit Leichtigkeit und Freude, soweit zur Theorie.

Kannst Du atok sagen, in welchen Lebensbereichen es für Dich rund läuft? Wahrscheinlich kannst Du genauso atok die „Sandkörner“ benennen, oder?

Seit Jahrhunderten beschäftigen sich Wissenschaftler mit den Auswirkungen von Emotionen auf Körper, Geist und Seele, so dass Du eine große Auswahl an verschiedenen Herangehensweisen hast.

Laut Dr. Bradley Nelson, dem Begründer des Emotion Code® und des Body Code® sind die Sandkörner häufig sogenannte „eingeschlossene Emotionen“.

Mit diesen Methoden kannst Du pragmatisch und einfach, Deine „Sandkörner“ entfernen. Für welchen Weg Du Dich auch entscheiden magst, wünsche ich Dir von Herzen, dass Du Deine emotionale Freiheit aus vollen Zügen genießt!

Sonia Hi. Sölch

www.practitioner4life.net

www.aumdevi-triyoga.de



Seelenreise

auch online

Shop
[www.aumdevi-triyoga.de/
AumDeviShop/](http://www.aumdevi-triyoga.de/AumDeviShop/)

Seelenreisen
[www.aumdevi-triyoga.de/
theme/seelenreise.php](http://www.aumdevi-triyoga.de/theme/seelenreise.php)



aum. devi

Julia von Windheim
TRIYOGAZENTRUM AM WALD



Tücher, Jacken und Mützen
aus Yakwolle, selbst gefertigte
Malas und Orgone, Klang-
schalen, Yogautensilien, ayur-
vedische Öle uvm.

? Nach- gefragt

Kennt ihr das? Du triffst einen Menschen, kommst mit seinem Gewerbe in Berührung, und dein Herz entscheidet sich augenblicklich dafür. Dieses geschieht, weil du eine sofortige positive Resonanz verspürst. Doch auch dein Verstand möchte Antworten. Warum gibt es dieses eindeutige „Ja“ in dir.

Buddha & Balance fragt für dich nach. Für diese Ausgabe habe ich Claudia und Stephan Möritz „Bei Anruf – Lebensaufgabe“ getroffen.

B & B: Stephan, ihr habt einen großen Bekanntheitsgrad erreicht. Seid seit Jahren dauerhaft sehr gut gebucht. Wie hast du angefangen und deine Begabung entdeckt?

Stets auf der Suche nach Klarheit und Berufung, suchte ich die Antwort erst in kaufmännischen Berufen. Es folgte die Gründung eines Coaching-Unternehmens. Während dieser Zeit kristallisierte sich immer mehr heraus, dass ich die Menschen anders wahrgenommen habe, einen anderen Zugang zu Ihnen hatte.

B & B: Was genau war anders?

Mit den Antworten, die die äußere Welt lieferte, die ich in Büchern nachlesen konnte, war ich nie zufrieden. Die Begabung, die Lebensaufgabe eines Menschen herausfiltern zu können, entwickelte sich durch mein starkes Interesse an unsichtbaren Einflüssen. Insgesamt war ich 21 Jahre auf der Suche, bis ich einen neuen, wahrhaftigeren Weg der Kommunikation entdeckt habe. Ein Moment der tiefen Erkenntnis, der mir endgültig und auf natürliche Weise meine Fähigkeit offenbart hat. Seitdem begleite ich mit meiner Frau Claudia Menschen, die ihre Lebensaufgabe erfahren wollen.

B & B: Wie erfährst du die Lebensaufgabe eines Menschen?



Es ist eine Kommunikation von Seele zu Seele. Dafür trete ich aus meinem Körper heraus, und begegne Fragesteller*innen auf Seelenebene. Hier herrscht sogar eine andere Sprache. Diese ist eher kryptisch. Trete ich zurück in den Körper, übersetze ich die Antwort in die menschliche Sprache und formuliere die Lebensaufgabe in einem Satz. Jede Lebensaufgabe ist einzigartig und individuell.

B & B: Kannst du mir ein Beispiel nennen?

Eine Lebensaufgabe lautet zum Beispiel: „Ich bin der Leuchtturm des Seins“

B & B: Wie kann jetzt der Mensch, der fragt etwas damit anfangen?

Die Lebensaufgabe ist wie ein Code, der in der Seele hinterlegt ist. Spreche ich diesen Code aus, geht der Mensch, bzw. die Kraft in ihm, die Quelle, die in diesem Menschen wohnt, in eine sofortige Resonanz. Der Verstand kann den Satz zuerst nicht verstehen, doch die Seele erkennt

sofort die Wahrhaftigkeit dieser Aussage und wird zu einer lebendigen Kraft. Die Seele ist voller Freude, weil sie durch die Benennung der Lebensaufgabe direkt angesprochen wird und die Vernachlässigung endet.

B & B: Wie kann jetzt der Mensch diese Lebensaufgabe erfolgreich in sein Leben integrieren?

Durch das Ausformulieren der Lebensaufgabe, wird die Seelenkraft in dir aktiviert. Dadurch erhöht sich die Energie des Menschen. Er beginnt wesentlich stärker zu schwingen, was wiederum eine Erhöhung des Bewusstseins zur Folge hat. Er wird augenblicklich in ein gesteigertes Wahrnehmungsfeld katapultiert. Der Mensch gewinnt neue Erkenntnisse, seine eige-

nen Fähigkeiten werden deutlich aufgewertet.

B & B: Haben sich die Fragen der Fragenden durch die Coronazeit verändert?

Ja, tatsächlich hat sich auch hier die Qualität erhöht. Die Menschen sind noch bestrebtler als zuvor, sich selbst finden zu wollen. Das ist keine bloße Neugierde mehr, sondern eine wahrhaftige Suche nach sich selbst.

B & B: Lieber Stephan, für mich bist du der Schlüsselmeister, der das Tor öffnet. Durch diese Toröffnung erkennt der Mensch sich in seiner vollen Größe. Für jeden Menschen hast du einen individuellen Schlüssel parat. Man braucht dich nur zu fragen. ICH BIN bereichert. Danke für dein Wirken.

Weiterführende Informationen: Lebensaufgabe GmbH | Stephan Möritz
Tel.: 0049 33230 20390 | office@Lebensaufgabe.de | www.Lebensaufgabe.de

ANZEIGE



Coaching & Entspannung
für Kinder und Erwachsene

Progressive Muskelentspannung

Autogenes Training

Klangschalen Meditation

Klangmassage

Anti-Stress-Training

Betriebliche Gesundheitsförderung

www.entspannungskurse-schwob.de

Christiane Schwob NANE Entspannungskurse • Telefon: 0172 / 456 08 75

Sanftmut entwickeln. Frieden festigen.

Es liegt eine soziale Verantwortung in der Krise, aber auch eine spirituelle. Beides geht Hand in Hand. Es gab immer Menschen in herausfordernden Situationen. Doch nie haben sie aufgehört zu singen, zu tanzen und Freude zu haben. Empfindet auch in schwierigen Zeiten Glück. Halten wir eine freud- und lichtvolle Schwingung aufrecht, für all die Menschen, die dazu gerade nicht in der Lage sind. Es hilft nicht traurig und energielos zu sein. Es hilft, wenn gute Dinge aus dem Universum kommen. Durch Freude entwickelt sich Widerstandskraft.

Uns verbindet eine gemeinsame Mission. Wir wollen Mut haben und andere mutig machen. Inspirieren, gemeinsam Lachen und Pläne schmieden. Alles wollen wir mit möglichst vielen Menschen teilen. Helfen wir uns gegenseitig dabei, Veränderungen positiv zu gestalten. Lassen wir uns nicht beirren oder ängstigen vom aktuellen Geschehen. Nutzen wir die Kraft in uns. Finden wir die Sanftmut wieder, gehen wir friedlich durch das Leben durch. Unabhängig von den äußeren Umständen. Wir lassen das Leben einfach geschehen. Durch die Konzentration auf unsere innere Kraft, verbinden wir uns mit der Liebe in uns. Lassen diese durch uns fließen, und über unsere Handlungen, unsere Gedan-

ken, unsere Kommunikation herrschen. Wir verlangsamen uns.

Ein Verlangsamen bedeutet alles gründlich zu fühlen, bevor der nächste Schritt gemacht wird. Sich Zeit zu nehmen für die Details. Erlebnisse in Ruhe zu verarbeiten. Wer mit langsameren Schritten durch das Leben geht, fühlt sich meist mit seinen Mitmenschen, mit der Erde, mit der Natur enger verbunden.

Jeder Mensch spürt, dass eine neue Zeit anbricht. Wer verzögert wächst auf eine neue Art. Ein Neues Fortschreiten durch langsame Schritte. Das bedeutet Erholung von Überreizung und Überforderung.

Einfach mal verlangsamen, schafft einen Ort, der stabil ist und Geborgenheit schenkt. Ein Besinnen auf sich selbst. Um dadurch zu erkennen, dass wir in der neuen Zeit das Bewusstsein einer gemeinsamen Gegenwart entwickeln.

Und wenn der Sturm vorübergezogen ist, wird jeder wichtig sein, um die neue Welt wieder aufzubauen. Bleibt gelassen im Sturm. Bewahrt Ruhe. Betet und meditiert. Täglich. Begegnet den heiligen Energien in euch. Das Gute strahlt dann aus euch aus. Das ist wichtig. Also singt, tanzt, entwickelt Widerstandskraft durch Kunst, Freude, Vertrauen und Liebe.

Danach folgt Friede. In uns, um uns, für alle Menschen.

Barbara Tefzmer



FLÜGEL FÜR DIE SEELE – MUSIK FÜR DIE SINNE

Musik-CDs zum Entspannen – Genießen – Träumen – Meditieren – Heilen

Meine Musik hilft Ihnen, Ruhe und Entspannung zu finden. Lassen Sie ihr Herz berühren und schenken Sie ihrer Seele Flügel.

Veröffentlicht sind bis jetzt 9 CDs und 1 DVD. Hörproben und weitere Infos auf meiner Homepage.



www.Richard-Rossbach.de

(und auf der Buddha & Balance Messe)



Ich unterstütze Sie unter anderem in folgenden Bereichen:

- | | |
|-------------------|--------------------------|
| ☑ Stress/Burnout | ☑ Trennung/Tod |
| ☑ Nervosität | ☑ Verlust |
| ☑ Unruhe | ☑ Angst/Panik |
| ☑ Schlaflosigkeit | ☑ Selbstwertgefühl |
| ☑ Lebenskrisen | ☑ Konzentrationsschwäche |

Termine online oder
nach telefonischer Vereinbarung
0162 34 12 000
info@praxis-ute-laser.com
Hafenstr. 32, 22880 Wedel



Ute Laser

HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE

**BEGINNEN SIE SCHON HEUTE,
IHR LEBEN ZU VERÄNDERN -
KONTAKTIEREN SIE MICH!**

„UM KLAR ZU SEHEN,
REICHT OFT SCHON
EIN WECHSEL
DER BLICKRICHTUNG“

(ANTOINE DE ST. EXUPÉRY)





Sensibel verbunden sein

Was wäre, wenn Du nicht im Außen suchst, sondern in Dir findest?

Was wäre, wenn Du genug bist? Du mit all Deinen Facetten. Deinen Erfahrungen. Deiner Weisheit.

Was wäre, wenn Du Dich umarmst? Genauso wie Du bist. In Wahrheit. Im Hier und Jetzt. Diese drei Fragen offenbaren ein Geschenk. Ein Geschenk mit drei Schlüsseln.

Schlüssel Nummer 1: Die Selbstannahme und die Selbstliebe

Sei wertschätzend und liebevoll zu Dir selbst. Begib Dich nicht in den Vergleich mit anderen. Bleib Dir treu. Wenn sich etwas schwer und eng anfühlt, dann ist es nicht Deins. Nicht gut für Dich. Dein Weg wird Dir durch Freude, Beweglichkeit und Leichtigkeit angezeigt. Die Ebene Deiner Einzigartigkeit, die Du erreichst, wenn Du mit Dir verbunden bist. Pur und rein.

Schlüssel Nummer 2: Deine Intuition

Folge Deiner Intuition – mögen Deine Impulse noch so ungewöhnlich sein, vertraue Dir. Denn Du bist ein Vorbild, auch wenn Du das Wort vielleicht nicht magst. Aufgrund Deiner Fühler, Deiner Erdung, Deiner Intuition. Du siehst mehr als andere, fühlst voraus. Du mit Deinem Tiefgang. Deinen besonderen Fähigkeiten und

Begabungen, die genau jetzt in die Welt getragen werden müssen.

Schlüssel Nummer 3: Deine innere Ausrichtung Richte Dich auf das aus, was Du wirklich möchtest. Nicht auf das, was Du nicht möchtest. Folge der Freude. Der hohen Schwingung. Der Energie, die ein Lächeln in Dein Gesicht zaubert.

Was macht sensible Menschen aus? Sie sind besonders verbunden mit ihrer inneren Stimme, mit ihrer inneren Weisheit. Diese Weisheit, den Mut und das Vertrauen braucht es, um in die Neue Zeit zu gehen. Denn es braucht neue Wege, neue Möglichkeiten für die Veränderung. Auch wenn Du eher still als laut bist, ist es Deine Zeit. Für Deine festen Fußabdrücke. Für Dich in Deiner Wahrheit. Du als Wegbereiter*in.

Werde Dir bewusst, dass Du Dir Dein Leben selbst kreierst. Durch Deine Gedanken und besonders durch Deine Gefühle ziehst Du Dir alles in Dein Leben – das Positive, aber auch das Negative. Wieviel leichter wäre Dein Leben, wenn Du Dich auf das Positive ausrichten würdest, auf alles, was Du Dir in Deinem Leben wünschst?

Von Herzen, Sabine Sothmann

www.sabinesothmann.de

Coaching & Inspiration

Das größte Abenteuer Deines Lebens,
ist die Reise zu Dir selbst!

Du stellst fest, dass...

- Du Dir mehr innere Balance wünschst.
- Du Deine Gedanken zur Ruhe bringen möchtest.
- Du öfter Deinem Herzen folgen solltest.
- Du mit mehr Leichtigkeit durch das Leben gehen willst.

Der Schlüssel für jede Veränderung liegt in Dir. Alles was Du suchst,
hast Du bereits. Wenn Du beginnst Dich zu verändern, ändert sich
die Welt um Dich herum.

Ich zeige Dir, wie Verstand
und Herz ein Team werden.
Du Wege entdeckst, auf denen
Freude und Glücklichein
Deine Wegbegleiter sind. Du
Dich wieder an Deine Träume
erinnerst und ihnen Leben
einhauchst. Den Fokus von
den Problemen hin zu den
Lösungen wendest. Mit dem
Leben tanzt und Dein inneres
Strahlen wachsen lässt.



Kontakt:

Petra Dethlefs, Königstrasse 30
22767 Hamburg
www.petradethlefs.de
kontakt@petradethlefs.de
0176 - 43312147

Lass uns gemeinsam
Fragezeichen in Klarheit
verwandeln. Aus
Ratlosigkeit Impulse
formen. In Sackgassen
Perspektiven entdecken.

Die Schilddrüse, das unterschätzte Organ

Die Schilddrüse ist ein sensibles Organ, das an einer empfindlichen Stelle liegt, dem Kehlkopf. Sie liegt um die Luftröhre herum, sieht aus wie ein Schmetterling und ist genauso empfindsam. Sie managet unseren Energiehaushalt hat eine zentrale Rolle in unserem Körper. Der Hypothalamus misst im Blut, welche Hormone da sind, und gibt die Information über die Hypophyse an die unterschiedlichen Drüsen weiter. Die Produktion der benötigten Hormone wird veranlasst. Die Schilddrüse ist die größte Drüse und dient oft als Puffer für andere Drüsen.

Frauen sind öfter von Schilddrüsenerkrankungen betroffen als Männer, da ihr Hormonhaushalt als schwingender Haushalt noch differenzierter reagiert als der lineare Haushalt eines Mannes. Wenn die Schilddrüse nicht einwandfrei funktioniert, hat das vielerlei Auswirkungen auf den Körper, wie z. B. Kältegefühl, Übergewicht, Unruhe, Darmprobleme, Unfruchtbarkeit. Auch für unser Herzreiszeitssystem und somit für unseren Herzschlag ist sie mit verantwortlich. Dadurch erklärt sich z.B. dass Frauen, deren Hormonhaushalt außer der Balance ist, z. B. Panikattacken bekommen können.

Es gibt es viele Mittel, die den Hormonhaushalt im Körper ausgleichen können. Auch alternative Methoden wie ein Schilddrüsenextrakt oder Kräuter wie Rosenwurz, zur Unterstützung der Nebenniere, können dazu beitragen, die Schilddrüse wieder in Balance zu bringen. Auch mit

der Schilddrüsenmassagen kann jeder etwas für sich selbst tun.

Herrn Dr.med. Rieger ist ein anerkannten Schilddrüsen-Spezialisten, der seit über 20 Jahren die Zusammenhänge und Wechselwirkungen mit dem Hormonhaushalt erforscht. Aufgrund der großen Nachfrage hat der ausgebuchte Arzt angefangen, auszubilden. Ich habe diese Ausbildung zur Hormonpraktikerin bei ihm vor Ort absolviert.

Auf der Messe „Buddha & Balance“ kann ich mit einem Ultraschallgerät die Schilddrüse bildlich darstellen. Dadurch erhält der Mensch ein Gefühl dafür, wie seine Schilddrüse überhaupt aussieht und wie es ihr geht.

Zur Ursachenbetrachtung fließt auch immer die emotionale und mentale Situation mit ein. Herr Dr.med. Rieger prägte den Satz: „die Schilddrüse ist der Sitz der Seele“ – sie reagiert auf unseren Stress und unsere Ängste.

Ganz wichtig ist es dabei, nicht nur die Symptome zu betrachten, sondern die ganzheitliche Betrachtungsweise wahrzunehmen. Es ist meine Ansicht nach wichtig, auch die tieferliegenden Ursachen zu klären, um damit in die Gesundung und wieder ins Gleichgewicht kommen zu können.

Caroline Wunderlich
Naturheilkundige & Coach
www.carolinewunderlich.de

Gesundheitsquelle Appen

Fohat Engel-Energie: Mit reiner Liebe heilen

■ Die Heilpraktikerin, Heilerin und Heilhypnosetherapeutin Gabriële A. Franklin bietet seit dem Jahr 2000 eine Ursachenbehandlung aller Erkrankungen an, um sie dann erfolgreich auf den Ebenen Körper, Geist und Seele in ihrer Praxis zu behandeln.

Auf der körperlichen Ebene bietet sie als Umweltmedizinerin Behandlungen mit der Vitalfeldtechnologie und Mikronährstoffen an. Die Körperzellen werden mit Frequenzen

harmonisiert und mit Vitaminen, Mineralstoffen und Enzymen nach der orthomolekularen Medizin aufgebaut.

Auf der emotionalen Ebene werden Ängste, Depressionen und Konflikte mit Fohat-Engel-Energie und Heilhypnose behandelt. Die Schwerpunkte sind die Reinkarnationstherapie sowie ein 7-Strahlen-Coaching. Die Heilerschule Paramita feiert in diesem Jahr ihr

20-jähriges Jubiläum und bietet Ausbildungskonzepte für Anfänger und Fortgeschrittene in den Bereichen ‚Spirituelles Heilen mit Fohat Engel-Energie‘, ‚Selbstheilung‘, ‚Tier-

kommunikation‘, ‚7 Strahlen Coaching‘, ‚Heilhypnose‘ und ‚Umweltmedizin‘ an.

Das neueste Buch der Autorin ist im Aquamarin Verlag mit der ISBN-Nr. 978-3-89427-8 erschienen.



Kontaktdaten:

Gesundheitsquelle Appen
Praxis Gabriële A. Franklin
Hauptstr. 49 a
25482 Appen

Tel.: 04101-37 55 909
Handy: 0173-20 555 02
Email: praxis-franklin@gmx.de
www.praxis-franklin.de
www.heilerschule-paramita.de

Messe für Gesundheit und Lebensglück

Buddha & Balance Für Mensch, Tier, Wohnraum

*Die Messe Buddha & Balance hat einen kostbaren Spirit.
Die Aussteller verwandeln im Mai die VHS Wedel zu einem Raum,
der unsere Sehnsucht nach Begegnungen stillt.*

Das Motto „Umarmung & Zuflucht“ spiegelt den Wunsch nach einer neuen Lebensweise wider. Die Welt hat sich verändert. Nicht mehr der äußere Erfolg steht als Ideal über allen Wünschen und Handlungen. Sondern eine innere Erfüllung. Wir sind gewachsen. Schritt für Schritt bejahen wir uns, und zeigen eine größere Bereitschaft unseren eigenen Wünschen zu folgen. Wir haben uns der Geborgenheit des Kollektivs entzogen und uns mehr in der Vereinzelung bewegt. Doch wir kehren zurück in die Gemeinschaft und sind überaus dankbar für jede Begegnung mit einem Menschen. Wir schließen mit der angst-erfüllenden Zeit ab und wenden uns einem friedvollen und erfüllten Dasein zu. Weisheit und Liebesfähigkeit wachsen und Beschränkungen fallen. Wir verstehen die Vergangenheit und bejahen das Leben. Unsere Augen werden klar. Wir suchen die Zuflucht dort, wo wir die Geborgenheit der Gruppe wiederfinden und umarmen einander.

Die Besucher erwartet ein wahres Paradies an therapeutischen, pädagogischen und spirituellen Fachkräften, die ihre Arme öffnen. Es ist eine Einladung an alle, die mal wieder durchatmen

und sich Zeit für das eigene Ich nehmen möchten. Gemeinsam werden wir wieder lebendig. Lassen Altes hinter uns und spüren was wirklich wichtig ist.

Begegnet der Kräuterkundlerin Anne Hentschel. Yvonne Lehner gibt mit den Karten von AN Antworten. Spezialisten für den Rücken und Schilddrüsenerkrankungen sind genauso dabei wie die Räucherfrau Bhagavati Hafen, Autorin vom Schirner Verlag. Du triffst u.a. Experten für Heilsteine, Aurafotografie. Entdecke die unterschiedlichsten Wege aus den Bereichen: Bewegung, Coaching, Ernährung. Gleich mehrere Powerfrauen verraten uns wie wir auf allen Ebenen gesund und schön werden können. Wahre Verwöhn Momente bieten intuitives Handauflegen, schamanische Behandlungen und Aromatherapien. Traditionell eröffnet Barbara Teßmer die Messe mit einer Meditation.

Klingt alles spannend? Das sind auch die mehr als 30 Vorträge.

Insgesamt bieten 50 Fachleute für Gesundheit und Glücksdinge Gespräche, Vorträge, Kunst, Musik, Lebensfreude pur und vielerlei Kostbarkeiten zum Mitnehmen.

14. und 15. Mai | Sa von 11–18 Uhr | So von 11–17 Uhr | VHS Wedel.

Messekontakt: Barbara Teßmer, Tel.: 04122 – 817 22, www.buddha-and-balance.de

Wir freuen uns über weitere Aussteller*innen!

Buddha & Balance



Exklusiv!
Die Karten
von AN

Umarmung
&
Zuflucht

Gemeinsame
Meditation
um 11:15 Uhr

Gesundheitsmesse für
Mensch . Tier . Wohnraum

14. und 15. Mai 2022

Sa 11 – 18 Uhr | So 11 – 17 Uhr

VHS Wedel ABC-Str. 3, 22880 Wedel

Eintritt: 3 Euro pro Tag

(30 % des Erlöses werden an das Frauenhaus gespendet)

50 Aussteller | Gespräche | Vorträge
Anwendungen | Aurafotografie
Musik | Shops | Kunst | u.v.m.

www.buddha-and-balance.de

Alle drei Seminare richten sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse!

DEVELOPMENTAL-SHIATSU

aceki • BabyShiatsu mit Karin Kalbantner-Wernicke

Teil I: 18. – 19. Juni 2022 – Online

Teil II: 1. – 4. September 2022 – in Hamburg (Bildungsurlaub möglich)

SAMURAI-PROGRAMM FÜR SENIOREN

27. – 28. August 2022 – in Hamburg mit Karin Kalbantner-Wernicke

SAMURAI-PROGRAMM FÜR KINDER

Fit für die Schule — Stark fürs Leben! mit Martina Ecker

29. – 30. Oktober 2022 – in Hamburg (Bildungsurlaub möglich)



Infos: www.schule-fuer-shiatsu.de
040 4301885 | schule@fuer-shiatsu.de
Oelkersallee 33 | 22769 Hamburg



SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG
Schule der berührenden Künste

Surfe die Wellen Deines Lebens –
mit Leichtigkeit, Freude und einem positiven Mindset.

Erreiche emotionalen Frieden
Manifestiere all Deine Wünsche
Ermögliche Dir, immer frei zu handeln

LÖSE DEINE HINDERNISSEN NACHHALTIG AUF!

www.practitioner4life.net

ERKENNEN, AUFLÖSEN, NEU AUSRICHTEN – Diese Schritte bilden die Basis all meiner Angebote.

Emotionales Gepäck kann sich auf Deine Beziehungen, Deine Arbeit und auch auf das Verwirklichen Deiner Träume hinderlich auswirken.

Der **EMOTION CODE & BODY CODE** eröffnen komplett neue Möglichkeiten!

Löse pragmatisch, strukturiert und einfach, negative Emotionen, Konditionierungen, emotionale Verletzungen... aus Deinem System.

Weitere Tools meiner Einzelsessions sind: Intuitionsberatungen, EFT, Geistheilung & Coaching. Profitiere von der Dynamik in einer Gruppe bei meinen Workshop-Angeboten.

Bist Du bereit? Schreib mir oder ruf mich an: mail@practitioner4life.net, 0163-6828 397



Sonia J. Solich

KARMA LOVE®



RENATE SCHMIDT

TRANCE MEDIUM &
DIPLOM-PSYCHOLOGIN

[HTTPS://BIT.LY/KARMA-LOVE](https://bit.ly/karma-love)

MOBIL: 0175-5920834
RENATE@RENATE-SCHMIDT.COM

LOSES
MUND
WERK

DER UNVERPACKTLADEN FÜR
HAMBURGS ELBVORORTE. 

UNVERPACKT
LADEN



DE-ÖKO-009

Bio-Lebensmittel | Naturkosmetik | Haushaltswaren

Am Rissener Bahnhof 15, 22559 HH | Mo-Sa 9-19h | losesmundwerk.de

Begegnungen

Immer wieder habe ich das große Glück, auf wunderbare Menschen voller Hingabe und Weisheit zu treffen. Die ein großes Engagement für die Welt zeigen, und diese dadurch zu etwas Besonderem machen.

Eine Herzensbegegnung mit Petra Dethlefs

Sie kam, sah und ich liebte sie. Bereits bei unserem ersten Gespräch plauderten wir wie zwei langjährige Freundinnen. Was die Begegnung mit Petra so besonders wertvoll macht, ist ihr strahlendes Wesen und ihre dankbare Haltung dem Leben gegenüber. In jedem Satz schwingt eine tiefe Demut, gepaart mit großer Lebensfreude und Respekt mit.

Bereits auf ihrer Webseite lautet der erste Satz: „Das Leben ist ein Geschenk. Öffnen Sie es!“ Durch ihre vielen Reisen hat sie erleben dürfen, wie kostbar unser Leben insbesondere in Deutschland ist. Wir dürfen ein Leben in Frieden führen. Das schenkt uns Raum, uns selbst zu begegnen. Unsere Einzigartigkeit zu erkennen, unsere Talente und Stärken entfalten zu können.



Ihr Anliegen ist es, Menschen zu helfen eine zuvor problembeladene Betrachtungsweise, in eine positive Tatkraft zu verwandeln. Der Weg, der zuvor eng und bedrohlich erschien, öffnet sich wieder. Wird weiter, lichtvoller, bequemer. Menschen lernen sich und ihr Verhalten zu verstehen. Petra zeigt den Menschen, wieder ihrem Herzen zu folgen, und auf ihre Intuition zu hören. Die alten Schritte, die zuvor als schwer empfunden wurden und nur schleppend gegangen werden konnten, werden abgelöst durch eine muntere Leichtigkeit. Das schenkt Lebensmut sowie Impulse für neue Schritte. Während sie mir das erzählt, sehe ich vor meinem geistigen Auge wie die Menschen durch Petras Coaching wieder fröhlich hüpfend wie ein Kind ihre Träume und Visionen zurückerhalten. Dabei entdecken sie, wie sie aus Ratlosigkeit Impulse formen und aus Sackgassen Perspektiven entwickeln können. Der Mensch kommt aus seinem Zaudern, aus seiner Lebensangst heraus und findet wieder zurück zur Ruhe und persönlicher Zufriedenheit. Das ist heilsame Transformation. Ausgelöst durch das fachliche Know-How von Petra im Zusammenspiel mit ihrem echten Mitgefühl, ihrer Weisheit, ihrer beständigen Heiterkeit.

Liebe Petra, du bist ein Geschenk für die Welt. Wie du sie betrachtetest, wie du mich betrachtetest, ist zutiefst inspirierend. Danke, dass es dich gibt.

Barbara Teßmer

Weiterführende Informationen: Petra Dethlefs, Systemischer Coach, Dipl. Sozialpädagogin
www.petradethlefs.de, Sie schaut auf die Träume und Visionen

Spirituelle Heilkunde

Sanfte Methoden zu helfen



Yogische Numerologie Reiki . Besprechen Meditation

**Behandlung . Beratung
Ausbildung**

**Spirituelle Heilkunde · Besprechen
Meditation · Yogische Numerologie**

Barbara Teßmer

Dorfstraße 19, 25489 Haselau

Tel.: 04122 – 817 22

E-Mail: info@stille-und-glueck.de



WWW.STILLE-UND-GLUECK.DE

Tierkommunikation – für noch mehr Verständnis

Tierkommunikation ist der telepathische Kontakt zu der Seele eines Tieres, der meist über ein Foto erfolgt. Sie ist sehr hilfreich um das Verhalten eines Tieres besser zu verstehen oder seine Wünsche und Vorstellungen zu erfragen: Wie ist es, wenn ein weiteres Tier in den Haushalt kommt?

Welche Wünsche hat es, welche Bedenken? Oder: eine Hündin sucht nur Kontakt zu ihrem Herrchen ignoriert aber ihr Frauchen. Der Grund wird durch eine Tierkommunikation erfragt. Die Hündin sagt, dass sie sehr schlechte Erfahrungen mit einer Frau gemacht hat. Nun kann auf Basis dieser

Information eine energetische Heilbehandlung erfolgen, die das alte Trauma energetisch auflöst. Im Anschluss daran ist die Hündin meist in der Lage eine liebevolle Beziehung mit ihrem Frauchen aufzubauen.

Die Tierkommunikation ergänzt die Beobachtung des Tierverhaltens und führt zu noch mehr Innigkeit und Verständnis. Tiere haben für ihr Verhalten meist einen Grund. So werden durch Tierkommunikation Missverständnisse

vermieden. Auch bei alten Tieren, die sehr krank sind, kann durch die Tierkommunikation erfragt werden, ob sie noch leben möchten und welche Wünsche sie haben. Diese Klarheit ist auch hier ein großes Geschenk.

Angelika Drochner

www.tierundmensch-manou.de



ANZEIGE



Für dein Herz Leuchten

Was gibt es Schöneres, als wenn dein Herz leuchtet?

In Balance leben & wandeln,
was im Weg steht.

Liebe fühlen & leben.

Dich auf dein eigenes Herz besinnen
& ihm folgen.

Wege zur Wandlung finden,
hin zu deinem Herz Leuchten.

Begleitung von mir für dich als kreative Schöpferin
für Kissen Unikate

Herz Seelen Energie & Ahnen Arbeit

Inner Feuer Tanz & Yoga und JETZT ganz neu
Seelenkleider

Mit Freude für dich da: Silke-Albers.com
kontakt@silke-albers.com 0151-10715512



Pflanzenpower für inneren Frieden und Herzensweite

Halte den Frieden in Dir. Bringe ihn in die Welt. Und verbinde Dich mit Deinem Herzen. Das sind drei Wünsche. An mich selbst. Und an Euch.



Dein Herz – Sitz deiner Seele. Das magnetische Feld des Herzens ist 5000 Mal stärker als das des Gehirns. Lasst uns durch unser Herz in diese unruhigen Welt weniger Unruhe und

Sorgen und mehr Liebe und Freude schicken... Hier sind zwei meiner Lieblingsrezepte aus der Pflanzenwelt, die Dich dabei unterstützen können:

Ätherische Ölmischung fürs innere Glück:

- 2 Tropfen Nanaminze – wirkt tiefenentspannend
- 1 Tropfen Pfefferminze – macht wach und klar
- 10 Tropfen Orange – Sonnenschein fürs Gemüt
- 2 Tropfen Rosmarin – hilft, unser inneres Feuer zu wecken

Mit Rosenwasser auffüllen, als Raumspray nutzen oder pur 3 – 7 Tropfen in den Diffuser geben. Spüren, wie Deine Laune sich spürbar hebt und Dein inneres Strahlen wieder erwacht...

Tee für entspannte Nerven: Mische zu gleichen Teilen Waldmeister, Rosenblüten, Katzenminze, Lavendel und Haferstroh. 1 TL pro Becher, zugedeckt 7 Minuten ziehen lassen. *Anne Hentschel*
www.lichtkräuter.de

ANZEIGE

Seminare für Körper, Geist und Seele

Die Seminarleiterin der Heilerschule Paramita, Gabriële A. Franklin bietet seit 2001 Ausbildungskonzepte für Anfänger und Fortgeschrittene an. Sie können als Bausteine in bereits vorhandene Behandlungskonzepte eingebunden werden:

Humanenergetik – Energetisches Heilen mit Fohat Engel-Energie

Ein Block aus drei zusammenhängenden Seminaren
23. + 24. 04. 2022 25. + 26. 06. 2022 27. + 28. 08. 2022

Umweltmedizin und Mikronährstoffe

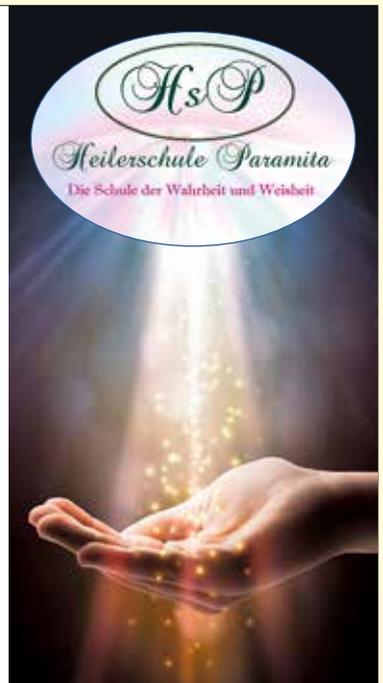
Ein Block aus zwei zusammenhängenden Seminaren
17. + 18. 09. 2022 12. + 13. 11. 2022

Selbstheilung – ein Schnupperwochenende

15. + 16. 10. 2022

Alle Inhalte der Seminare und Gebühren findet man auf der website www.heilerschule-paramita.de oder in einem persönlichen Gespräch

Heilerschule Paramita, Hauptstr. 49 a, 25482 Appen
Tel.: 04101 – 37 55 910 oder 0173 – 20 555 02



„Der Körper lügt nicht!“

Rückenschmerz als Ausdruck einer leidenden Seele

Es ist ein Kreuz mit dem Kreuz! Kennen Sie das auch? Am Abend zuvor war noch alles in Ordnung und am nächsten Morgen kommen Sie vor Rückenschmerzen kaum aus dem Bett? Als wenn über Nacht die ‚Hexe‘ in den Rücken geschossen ist? Sie wollen aufstehen, aber nichts geht mehr.



Der Rücken blockiert und schmerzt. Und es gibt keine erkennbare Ursache. Was für ein blödes Gefühl. Wir fühlen uns komplett verunsichert, denn gestern war doch noch alles gut. Was ist jetzt passiert?

Oftmals ist der Rückenschmerz nicht etwas rein mechanisches, sondern der Ausdruck unserer leidenden Seele. Wenn wir überfordert sind, die Last kaum noch schultern können, dann kann auch irgendwann der Rücken nicht mehr und macht mit Schmerzen auf sich aufmerksam. Stress, Sorgen und Ängste sind aus meiner Sicht die Hauptursache von Rückenschmerzen. Ein innerer oder ein äußerer Druck sitzt uns im Kreuz.

Hier steckt eine große Chance für uns: Der Rücken macht auf sich aufmerksam, wenn die Seele leidet. An dieser Stelle können wir ansetzen und etwas verändern. Wir können lernen dem Körper wieder zuzuhören und unsere innere Stimme neu wahrzunehmen. Wir können die wirkliche Ursache herausfinden und einen Schritt nach vorne gehen. Raus aus dem Schmerz.

Bei Rückenschmerzen stellen Sie sich folgende Fragen:

- Wer sitzt Ihnen im Kreuz?
- Wessen Last schultern Sie?
- Wo machen Sie sich zu viel Druck?
- Was möchte Ihr Rücken Ihnen eigentlich sagen?
- Wo leidet Ihre Seele?

Und lauschen Sie der Nachricht Ihres Körpers. Wenn der Rücken sprechen könnte, was würde er Ihnen sagen. Sein Sie neugierig. Vertrauen Sie der Weisheit Ihres Körpers wieder neu. Ihr Körper kennt die Ihre individuelle Antwort.

Besuchen Sie gerne auf der Messe „Buddha & Balance“ unseren Vortrag: „Der Körper lügt nicht!“

Rückenschmerz als Ausdruck einer leidenden Seele. Warum die Seele uns den Weg weisen kann zu einem Leben ohne Rückenschmerzen!

Petra Hornung (Heilpraktikerin)

www.petra-hornung.info



**HEILKRAFT DER
FARBEN**



SEELENBILD



**KUNSTTHERAPIE
(APAKT/HAMBURG)**

Durch Deine Stimme,
Geschichte und Energie
tauche ich immer tiefer in
Dein Energiefeld ein. Kann
Dich deutlich fühlen. Lasse
Gedanken und Planung
los. Dein Kraftbild entsteht.

Meine Liebe zur Kunst,
die Lust am Ausdruck
und meine Gabe mich tief
einfühlen zu können, haben
mich hier hingeführt, zu Dir...

Liebe ist, so, oder so

Webseite: www.sholas-seelengepinsel.de

e-mail: sholas.seelengepinsel@gmail.com

Youtube: Shola Feldkamp

Instagram: [seelengepinsel_sh_art](https://www.instagram.com/seelengepinsel_sh_art)

Facebook: Shola `Seelengepinsel

Telefon: 0176 / 72376030



Lass deine Angst los

Angst ist eigentlich ein gesundes Warnsystem. Sie versetzt Körper und Geist in Alarmbereitschaft. Aufgrund diverser Lebensumstände kann dies zum Dauerzustand geraten. Du verfallst u.U. in ständiges Grübeln, wachst früher auf als sonst und wirst immer unkonzentrierter. Körperliche Beschwerden, wie z. B. Herzrasen, Atemnot, Verdauungsbeschwerden und Verspannungen gepaart mit Schmerzen und Bewegungseinschränkungen werden zur Dauerbelastung. Panikattacken und Depressionen gesellen sich hinzu.

Dein Weg heraus

Du kannst aus diesem Kreislauf aussteigen. Mit professioneller Unterstützung aus den Bereichen Psychotherapie & Yogatherapie kannst

du lernen, dein Problem zu erkennen, zu hinterfragen und aus einem neuen Blickwinkel zu sehen. Du beginnst, alte Gedankenmuster und Verhaltensweisen abzulegen und lenkst dein Leben in positive Bahnen.

Du bist nicht allein

Geschulte Gesprächstherapie kombiniert mit körpertherapeutischen Methoden bieten dir die Möglichkeit, wieder ein angstfreies, erfülltes Leben zu führen. Gesunde Neu-Orientierung und Lebensfreude erwarten dich!

Ute Laser, Heilpraktikerin für Psychotherapie,
Yogalehrerin- und Ausbilderin
info@praxis-ute-laser.com
info@yogaloftwedel.de

ANZEIGE

**Energietankstelle
- Ellerhoop**

Urlaub für Körper, Geist und Seele

Bei uns bekommst du Räucherwerk und Zubehör, Edelsteine, Schmuck, Bücher, Kerzen, EM-Produkte, ätherische Öle höchster Reinheit, Dekoartikel, CBD, Wellnessanwendungen, Reiki, Bachblütensessenzen, ein offenes Ohr und ein freundliches Lächeln. Mensch und Tier finden bei uns Rat und Tat. Öffnungszeiten immer aktuell auf : www.energies-tankstelle-ellerhoop.de

Thiensener Weg 7
25373 Ellerhoop

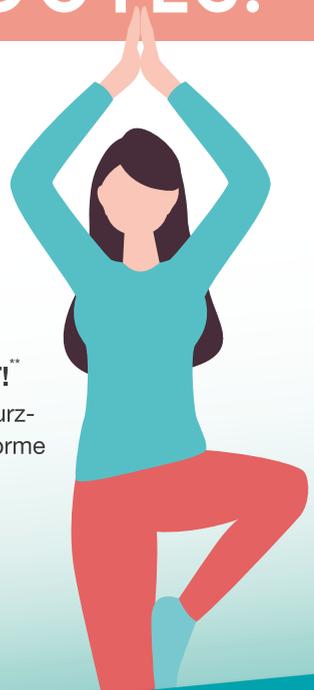
Dein Esoterikshop
zwischen Pinneberg,
Barmstedt und Elmshorn

Entspannen, klönen,
shoppen oder einfach
nur schauen,
komm vorbei!

Here is where the magic
happens

TU DIR WAS GUTES!

FINDE DEINE BALANCE



SICHERE DIR JETZT DEINEN **GRATIS-MONAT!****

Nutze viele weitere Vorteile, wie zeitsparendes und kurzweiliges Training im individuell betreuten Zirkel und forme so Deine Kurven ganz Gelenk schonend.

Alle
Buddha & Balance
Leserinnen
bekommen eine
**TRINKFLASCHE
GESCHENKT***

mit eigenem
Wunsch-Text, -Wort
oder -Namen



Jetzt wieder **OUTDOOR**
TRAINING für **ALLE**
MITGLIEDER kostenlos!***



*Beim Abschluss einer Mitgliedschaft
(ab 12 Monate Laufzeit)

**Dieses Angebot gilt nur für Neumitglieder.

***Dieses Angebot gilt nur für Mitglieder;
Neumitglieder zahlen für eine Zehnerkarte
€ 50,-. Diese Aktion endet am 30.09.2022



www.ladygymwedel.de  facebook.com/LadyGymWedel  04103 18 77 341

Glückseligkeit ist in dir verankert

Der Mensch befindet sich auf einer großen Reise. Häufig hat er dabei vergessen, welche Mission er in seinem Leben erfüllen wollte. Das liegt daran, dass er sich oft von der äußeren Welt verlocken lässt und dabei seine innere Anbindung verliert. Das Leben stellt uns dann vor viele Herausforderungen.

Warum kommen immer wieder Probleme auf uns zu? Der Mensch lässt nicht von alleine los. Durch Herausforderungen werden die Ängste im Menschen groß. In diesem Moment trifft der Mensch eine Entscheidung. Die Entscheidung, in den Frieden zurückzukehren und sich auf die eigenen Kräfte zu berufen. Dadurch, dass der Mensch die Kraft in sich selbst aufsucht, werden Ängste und Sorgen gemildert.

Die yogische Numerologie offenbart dir, welche Kräfte in dir stecken und wie du sie nutzen kannst. Erkennst du diese Kräfte in dir an, werden sie immer stärker. Viele wissen noch nicht, welche Potenziale in ihm leben und wie diese genutzt werden können. Doch werden wir uns dieser Kräfte bewusst, können sie in unser Leben treten. All die Erwartungen an das Äußere werden sich reduzieren. Nach und nach wirst du auf dein inneres Wissen zugreifen können.

Eine wirksame Strahlkraft wird von dir ausgehen und du wirst den Grund deiner Reise erkennen. Du trittst dadurch in eine höhere Bewusstseins Ebenen ein, welche bereits in dir angelegt ist. Es wird eine Stärke entwickelt, die hilft, über Probleme hinwegzuschreiten. Dadurch wirst du mit Zuversicht und Ver-

trauen beschenkt. Es entfaltet sich die Möglichkeit, die Liebe zu sich selbst kennenzulernen. Das ist das heilsamste, was es gibt. Die Liebe beruhigt die Gedanken, stärkt die Kraft und schenkt Frieden.

Wir treten die Meisterschaft an, wenn wir die äußeren Kräfte überwinden und den Weg nach innen gehen. Dieser Weg ist eine Herausforderung, doch wir gehen ihn aus reiner Liebe. Eines Tages wird jeder Mensch entdecken, wie groß die Liebe in ihm ist. Das wird Glückseligkeit bringen, die in der Liebe zu uns selbst liegt. Dadurch kommt Heilung in unser Leben.

Sind wir erst einmal mit dieser Kraft verbunden, lösen wir uns von unserem kleinen Blick auf das menschliche Dasein. Wir empfinden unser eigenes menschliches Leben, mit all seinen Begebenheiten nicht mehr so wichtig und gewinnen stattdessen eine Sicht auf das große Ganze.

Auf der Messe „Buddha & Balance“ freue mich auf euren Besuch an meinem Stand. In meinen Vorträgen erzähle ich von der spannenden Reise zu den Palmblattbibliotheken und dem Finden der Yogischen Numerologie.

*Barbara Tefšmer
www.stille-und-glueck.de*



BEI ANRUF - LEBENSAUFGABE!
 Entdecke das UNIKAT Deiner Seele!



Stephan Möritz

Lebensaufgabe? Was ist das denn?

Ja, diese Frage ist berechtigt! Wozu fragen Menschen nach ihrer Lebensaufgabe?

Manche nennen es auch Berufung, Seelenmission oder schlichtweg den Sinn ihres Lebens.

Nun, die Beweggründe sind vielfältig. Manch einer hatte bisher ein erfolgreiches Leben, verfolgte eine schöne berufliche Karriere, erfreute sich an einer glücklichen Familie, ging seinen Hobbies nach und kam irgendwann an den Punkt, an dem er sich fragt: „Ja, war das denn jetzt alles? War das der tiefere Sinn meines Erdenaufenthalts? Oder kommt da noch etwas?“

Eine andere stellt vielleicht fest: „Irgendwie gehe ich so viele Wege, mache so viele Ausbildungen, habe so viele Interessen und nehme an so vielen Seminaren zur Selbsterfahrung teil, aber irgendwie bin ich immer noch nicht zufrieden. Ich stoße immer an die selbe Weggabelung. Wann finde ich mich endlich selbst?“

Wie erfahre ich meine Lebensaufgabe?

Vielleicht denkst Du jetzt: „Die eigene Lebensaufgabe müsste ich doch selbst erkennen!“ und so manch eine/r sucht die Lebensaufgabe auf Basis der eigenen Fähigkeiten und Talente.

Ein/e andere/r befragt, Freunde und Bekannten, was sie denn in ihr/ihm sehen. Was sie/er gut kann, was sie/ihn von anderen unterscheidet.

So viel sei verraten: Wer auf Basis seiner

Begabungen, also auf Basis des Körpers und des Geistes (Kopf/Verstand) nach seiner Lebensaufgabe sucht, könnte am Ende erkennen, dass sie auf dieser Ebene nicht gewählt wurde!

In meiner Wahrnehmung hast Du Dir Deine Lebensaufgabe bereits lange VOR Deiner Geburt, auf Seelenebene, gewählt. Der Schlüssel zu Deiner Lebensaufgabe ist also Deine Seele.

Wenn Du mit Deiner Seele klar und deutlich kommunizieren kannst, dann wirst Du Deine Lebensaufgabe längst wissen, dann brauchst Du mich nicht.

Solltest Du das jedoch nicht können, so buche gerne Deine Telefontermine zur Benennung Deiner Lebensaufgabe bei mir. Ich habe die Fähigkeit mit Deiner Seele sprechen zu können und bei ihr exakt zu hinterfragen, warum DU hier auf der Erde bist, was DEIN Erdenaufenthalt für einen tieferen Sinn hat, warum DIR bestimmte Gegebenheiten in DEINEM Leben widerfahren sind und letztendlich, was genau DEINE authentische Fähigkeit - DEINE LEBENSAUFGABE - ist!

Ich freue mich auf Dich und bin gespannt, was für eine einzigartige Gabe Du mit auf die Welt gebracht hast!

Du willst jetzt gleich Deine Lebensaufgabe erfahren? Dann buche Dir Deine Telefontermine zur Benennung Deiner Lebensaufgabe!

Stephan Möritz
 Der mit Deiner Seele spricht.

Termine, Infos & Preise: Tel. 033230 20390
www.Bei-Anruf-Lebensaufgabe.de





Bei ANBEGINN finden Sie eine große Buchauswahl über Gesundheit, Ernährung, Persönlichkeitsentwicklung, Spiritualität und Intimität. Außerdem gibt es erlesene Geschenkideen, ätherische Öle, zauberhaften Schmuck, energetische Bio-Baumwolledecken und Edelsteinessenzen. In meiner Beratungspraxis biete ich spirituelle Begleitung, Sexualberatung, eine besondere interaktive Kartenlegung und die Streichelweisen® an.

Buchhandlung ANBEGINN & Beratungspraxis Yvonne Lehner
 Schmuggelstieg 39 | 22419 Hamburg
 040/94367266 | 01578/7118181 | yvonnelehner.de




Mein Seelenstein
 KRAFT & INNERE VERBUNDENHEIT

Meine Gabe für Dich

Mit meiner Gabe gebe ich Dir
 Deine Ursprungsschwingung und Dein Ursprungswissen zurück.
 Mit einem Heilstein, der zu Dir passt...

Er ist Dein Anker, verhilft Dir zu mehr Kraft und
 innerer Verbundenheit im Leben. und erinnert Dich an Deinen Weg.

Beseelt mit Deiner Ursprungsenergie
 entfaltet Dein Seelenstein nach und nach
 Dein Potential in der für Dich angemessenen Zeit, Art und Weise.

Sabine Sothmann
www.mein-seelenstein.de





Genieße in ruhiger Atmosphäre
eine Auszeit vom Alltag!



Persönlicher Haarschnitt
Das Fundament

Pflanzenhaarfärben
Chemiefreie individuelle Farbe



**Haar- &
Energiebehandlung**
Haare als Spiegel der Körperenergie

**Typ- &
Business Analysen**
Der Fingerabdruck der DNA
zur Zeit der Geburt



Quantum Peace Session
Clearing und Wandlung
in Deine beste Vorstellung

Immunstabilisierung
Kraft und Zellregeneration
Hilfe bei Allergien



Wer bewusst und naturnah leben möchte, sollte die Kraftquelle natur kennenlernen. Wir sind seit mehr als 35 Jahren Profis im Färben mit Pflanzenhaarfärben und schützen in jeglicher Form Haut, Haar und Natur vor schädlichen Stoffen. Wir betrachten jeden Menschen ganzheitlich.

Geniesse Deinen Besuch in einem unserer Separees.

Unser Flusslauf sowie die Terrasse laden zum Verweilen ein.

Hier findet nicht nur Dein Haar und Deine Haut die ersehnte Entspannung – auch Du tankst Deine Reserven wieder auf!

Kraftquelle *Natur*

Zeit für Haar, Haut und Seele

Liliencronstr. 7 · 25336 Elmshorn · 04121-62229 · www.naturfriseurin.de



Anja Freese
Gesundheit & Wellness

Regelmäßige *Online-Vorträge:*



Wasser – die gesunde Lösung: Hier erfährst du alles, was du über Wasser wissen solltest.

Wie steht es um unser Leitungswasser?

Mikroplastik, Medikamente, Pestizide, Nitrate:
Wie sieht es wirklich aus?

Kalk war gestern... Wunderbar weiches Wasser – wie ist das möglich?

Begriffe, wie: „totes Wasser, lebendiges Wasser, levitiertes Wasser, energetisiertes Wasser und informiertes Wasser“ werden auf meinen Infoabenden einfach und verständlich erklärt.

Was macht ein gesundes Wasser aus?

Welches Wasser ist für Säuglingsnahrung geeignet?

Molekularer Wasserstoff... das vielleicht beste Antioxydant der Welt?



Wähle einfach einen Online-Vortrag unter:
www.anja-freese.de/termine/

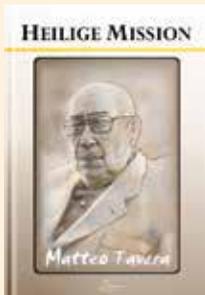
Die Zugangsdaten für den Online-Vortrag erhältst du anschließend per Mail.

Bambussalz ist Wissenschaft



Dieses Buch befasst sich mit der Rolle der Mineralien im menschlichen Körper und erläutert, welche Fülle an Mineralien im Salz vorhanden ist, warum Salz so mineralienreich ist und wie es sich zusammensetzt. Außerdem erfahren Sie anhand von Experimenten, wie sich beim Herstellungsprozess vom Bambussalz, bei dem Salz in Bambusrohre gefüllt, gebrannt und bei hohen Temperaturen geschmolzen wird, die Eigenschaften der Mineralien im Salz verändern. Und schließlich befasst sich dieses Buch eingehend mit der Wirksamkeit und den Eigenschaften von Bambussalz bei verschiedenen Zivilisationskrankheiten wie Krebs, Herz-Kreislaufkrankungen, Diabetes usw.

Heilige Mission



Der Autor, Matteo Tavera, enthüllt seine Intuition in Bezug auf ein Gesetz, das über allen Lebewesen auf der Erde steht, die ihrer Heiligen Mission verpflichtet sind. Die Erfüllung dieser Mission ist die Gegenleistung, die alle Tiere, Pflanzen und auch wir selbst der Erde entrichten, als Austausch für das Recht auf Leben in guter Gesundheit. Sie erfordert die Teilnahme an der gigantischen Aufgabe, die natürlichen Strahlungen zu übertragen, die die Erde mit dem Kosmos verbinden, indem für einen konstanten Zustand der elektrischen Übertragung bzw. des elektrischen Austausches in der Biosphäre gesorgt wird.



Detox Fußpflaster – Bambus – Entgiftung über Nacht

Bambus ist in vieler Hinsicht eine wahre Wunderpflanze. Er ist in der Lage, täglich bis zu 4 Tonnen Wasser aus dem Boden zu ziehen. Doch auch seine Wirkung auf den Körper wird besonders in asiatischen Ländern sehr geschätzt und hat dort eine lange Tradition. In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) spielen die Füße eine große Rolle. Unsere Energiebahnen, Meridiane genannt, führen durch den ganzen Körper, und sie beginnen bzw. enden an den Händen, am Kopf und an den Füßen. Der Bambusessig-Extrakt, der in den Bambus-Fußpflastern enthalten ist, hat eine stark absorbierende Wirkung. Der Körper wird so dabei unterstützt, angesammeltes Wasser und darin enthaltene Schlacken und Giftstoffe natürlich und schonend auszuleiten.

Korallen-Kalzium – das Gold von Okinawa



Dass in Sachen Fluor, Krebs, Milch, Aids, Impfungen, Jod und Wasser zahlreiche Unwahrheiten in der Welt kursieren, ist teilweise seit Jahrzehnten bekannt. Man bräuchte ein ganzes Leben, um alle guten Bücher zu diesen Themen zu lesen. Dieses Buch gibt eine Zusammenfassung in leicht verständlicher Form. Die Wahrheit über Gesundheit und das Wunder aus Okinawa „Korallen-Kalzium“ ist eine gelungene Einsteigerlektüre, die den Leser nicht an den in der Welt kursierenden Lügen verzweifeln lässt, sondern ihm durchaus neue Hoffnung gibt.

Die Heilkraft der Afa-Alge



Das Buch vermittelt alles Wissenswerte über die Heilkräfte der Alge, ihren Einfluss auf das Immunsystem und ihr vielfältiges Anwendungsspektrum als tägliche Vitalisierungsquelle, bis hin zur Hilfe bei schweren chronischen Erkrankungen. Die Afa-Alge ist ein Wundermittel für unsere Gesundheit. Aufgrund ihrer hohen Nährstoffdichte und ihres immensen Reichtums an Vitalstoffen nimmt sie eine Sonderstellung unter den Algen ein.

Der Zauber der Seelenreisen

*Deine Seele ist unsterblich. Lass dir das mal auf der Zunge zergehen,
was das für dich bedeutet. Du kannst dich sofort entspannen,
weil du nicht alles in diesem Leben erledigen musst.*

Deine Seele macht, zusammen mit anderen aus ihrer Seelenfamilie, einen Spaziergang durch die Zeit.

Die Seele ist neugierig und kreativ und möchte alles auskosten, was es zu erleben gibt.

Auch wenn die Seele, wenn sie inkarniert, vergisst, woher sie kommt, bringt sie auf einer tiefen Ebene ihre Erfahrungen mit.

Wenn man sich selbst und sein Handeln besser verstehen will, sei es in Beziehungen oder im Umgang mit sich selbst, dann lohnt es sich, eine

stellvertretende Seelenreise zu einem früheren Leben zu machen.

In den Spiegel der Seele zu blicken, verspricht Heilung auf der geistigen Ebene und führt uns in unsere Kraft und zu unserer Essenz.

Das ist der Zauber der Seelenreisen.

Diplom-Psychologin & Medium

Renate Schmidt

<https://renate-schmidt.com>

und ademie.renate-schmidt.com

ANZEIGE

Spiegelbilder der Natur



*Natur ist Leben und Kraft,
Natur ist Schönheit und Liebe,
Natur ist Heilung und Stille.*

Eine Welt in einer anderen Dimension, einer höheren Schwingung. Man kann diese Welt nicht mit dem Verstand greifen, aber mit dem offenen liebenden Herzen erfahren. Die „Anderswelt“ ist der Geist der Natur mit den Wesenheiten der Erde. Diese Naturgeister begleiten Prozesse der Erde in ihrem eigenen, für uns unsichtbaren Raum. Über die Spiegelbilder besteht die Möglichkeit mit ihnen in Resonanz zu gehen und eine liebevolle Herz-zu-Herz-Verbindung aufzubauen.



Ines Langbehn • Hoher Weg 4 • 21435 Stelle • Mobil: 0179-4698557

www.spiegelbilderdernatur.de



**Eine Neue Zeit,
braucht auch Neue
Begleiter – UNS!**
Altes Wissen kombiniert
mit Neuesten
Erkenntnissen

Seit über 30 Jahren gebe ich den Menschen ihren eigenen goldenen Schlüssel, damit sie ihr Leben so gestalten, wie ihr Unterbewusstsein das schon lange möchte.

Ich kenne die Abkürzung zu deinem Ziel und baue dir die Brücke zu der Frage: Wie will es deine Seele haben. Endlich kannst du dann dein Leben so gestalten, das es wirklich zu dir passt. Du wirst überwältigt sein, wenn du entdeckst, wo dein Nutzen und deine Werte liegen.

Ich habe DEINEN goldenen Schlüssel schon parat, denn – dafür bin ICH gemacht.

Willst du wissen wie du mit Lebensfreude, souverän, entspannt im Business und im Leben stehen kannst?

Bei mir bekommst du deine einzigartige Lösung um schnell und nachhaltig deine körperlichen und emotionalen Ziele zu erreichen. Seit 2002 begleite ich Frauen bei der Erreichung Ihrer Ziele und das, ohne innerlich gestresst zu sein, ohne Chemie zu nehmen, allerdings mit einer getroffenen Entscheidung.

Dabei stehe ich ihnen wie eine beste Freundin zur Seite, da ich weiß, wie ganzheitliche Gesundheit Menschen in die Kraft und in die Umsetzung bringt.

Volker Köhmann

Kinesiologe & Hypnose Coach
Autor, Speaker, Begründer
der NeuZeit Guide Methode

www.volkerkoehmann.de

040-637 49 682 / 0152 219 39 087

Caroline Wunderlich

Naturkundige mit mehrdimensionalem Ansatz für emotionale & körperliche Frauen-Gesundheit, Hormonpraktikerin (Dr. B. Rieger), Hormonberaterin (HSH), Coach, Kinesiologin, Begründerin der NeuZeit Guide Methode

www.carolinewunderlich.de

040-637 49 680 / 0176 781 75 225

Zusammen haben wir die Ausbildung **NeuZeit Guide** für Menschen konzipiert, die mit sich oder anderen Menschen arbeiten, oder es vorhaben.

Weitere Details findest du auf: www.neuzeit-guide.de

Vorausschau



Die nächste Ausgabe
„Buddha & Balance“
Das Magazin

erscheint am

29. August 2022

Anzeigenschluss:

8. August 2022

**Die nächste „Buddha & Balance“
Messe findet statt am:**

1. und 2. Oktober 2022

Bürgerhaus Appen

Hauptstraße 79, 25482 Appen

Kontakt: Barbara Teßmer Tel.: 04122 – 817 22
info@stille-und-glueck.de www.stille-und-glueck.de



*Was du suchst,
liegt in deinem Inneren.*

*Dort entfaltet sich,
was du jetzt brauchst,
um dich auf deinem
Weg zu unterstützen.*



Boris Lukács

Buddha & Balance

FREUDE



LACHEN



ENTSPANNUNG

SEITE AN SEITE



HERRLICHKEIT



BEFREIUNG

HARMONIE

Heilsames Miteinander

FÜR MENSCH . TIER . WOHNRAUM