

IMPULSE FÜRS LEBEN . AUSGABE 1/2024 . GRATIS

# Buddha & Balance

DAS MAGAZIN

Miteinander aufatmen!

MESSE

**& Buddha  
& Balance**

27. und 28. April

**VHS Wedel**

Mehr auf Seite 26

2024  
in der  
Yogischen  
Numerologie



## Einkehr und Achtsamkeit

VIELFALT ERLEBEN . WISSENSWERTES ERFAHREN



*Der große  
Wandel  
geschieht jetzt  
und in ihm  
erblüht die Vision  
einer neuen Erde.“*



Robin Kaiser



## Einkehr und Achtsamkeit

Durch Einkehr wird der Mensch ermutigt in sein Inneres zu schauen, und seinen Weg willensstark zu gehen. Das bedeutet Gewohnheiten entschlossen loszulassen, die nicht mehr dienlich sind. Jeder wird selbst erkennen wovon er sich lösen möchte und eine Befreiung spüren wie nie zu vor. Diese wirkt besonders erhebend und der Ruf nach Licht und Liebe wird erhört. Folge deiner Intuition. Deine Eingebungen werden dich wissen lassen, was zu tun ist. Das Neue erwartet dich. Es ist die Zeit der Erneuerung. Durch die Energieerhöhung verändert sich die Art und Weise unseres Denkens. Wir beginnen uns gegenseitig eine hohe Achtsamkeit zu schenken. Durch die Ausrichtung auf die Liebe in uns, stehen wir in direktem Kontakt zu unserem wahrhaftigen Sein. Zu unserem ICH BIN. Wir werden diesem vermehrt unsere Aufmerksamkeit schenken. Lernen es auf eine neue Art und Weise wertzuschätzen. In uns, und gleichermaßen auch in jedem anderen Menschen. Wir schauen mit liebevollen Augen auf uns selbst und auf uns gegenseitig. Wir

öffnen uns für Inspiration und spüren die Herzensmenschen, die bereit sind, sich gegenseitig an die Hand zu nehmen, um sich zu stärken. Wir beginnen aus dem Herzen zu leben und erkennen dabei, wie einzigartig wir sind. Das ist einkehrende Gesundheit, Spiritualität, Bewusstheit!

**Suchst du nach Gleichgesinnten und Austausch über all diese spannenden Themen?**

Messe Wedel | 27. und 28. April

*Verwandlung  
und Zusammenhalt*

Die Idee und Vision für eine bessere Welt drückt sich in verschiedenen Facetten und Sichtweisen aus. So auch bei den mehr als 50 Ausstellern, die aus unterschiedlichen Richtungen kommen, aber dennoch eine sehr starke gemeinsame Gesinnung haben.

Auf der Messe „Buddha & Balance“ am 27. und 28. April in der VHS Wedel erfährst du neue Perspektiven und Erfahrungen, die den Horizont erweitern. Sei also gespannt! Freue dich auf eine Vielfalt von fesselnden Themen und inspirierenden Gesprächen.

Begebe dich nun mit dieser Lektüre in deinem Herz-Raum. Lasse dich in einen entspannten Zustand hineinfallen. Welche Informationen aus diesem Heft fangen an zu dir zu fließen? Welche Begegnungen werden sich für dich öffnen?

Ich wünsche dir viel Freude bei der Wahrnehmung dessen, was für dich bereitsteht.

Herzlichst

*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](http://www.buddha-and-balance.de)

## Inhalt

- 3 Impressum
- 4 Telepathie gibt neue Impulse
- 6 Emotionsfokussierende integrative Aufstellung
- 8 Soulplan ° Soulkey ° Karmacode
- 8 Litios®-Lichtkristalle der Neuen Zeit
- 10 2024 – Die neue Ära beginnt in diesem Jahr
- 12 Verändere dein Leben mit Sun Kyeong
- 12 Stress lass nach!
- 14 Shiatsu – Gesundheit auf Fingerdruck
- 16 Die Welt des Schalls
- 16 Eine Seelenreise
- 18 Vorfreude auf inspirierende neue Kartensets
- 20 Aufstieg in die 5. Dimension
- 20 Edelsteine – zeitlose Begleiter für inneres Wachstum
- 22 **BEGEGNUNG!** Verbindung mit den Öl-Wesen
- 24 EMOTIONEN – Sind wir Ihnen ausgeliefert?
- 24 MEIN Weg
- 26 **Buddha & Balance**  
**Der beste Weg füreinander zu sorgen**
- 30 EMMETT-TECHNIQUE
- 32 Seelenlesung
- 34 Die Kräfte deiner Seele
- 36 **NACHGEFRAGT!** LUMIVITAE – Licht des Lebens
- 38 THETA HEALING®
- 40 Die Weisheit der Pflanzen & die Aktivierung unserer Schöpferkraft



- 42 Heilung, mediale und sensitive Beratung
- 44 Die sanfte Frau
- 46 Krank durch Narben
- 48 Dein Körper mag es nicht, ignoriert zu werden
- 50 Vorausschau

## Telepathie gibt neue Impulse:

*Liebe Wesen um uns herum stellen uns immer wieder vor neue Fragen: Warum verhältst du dich so? Was kann ich dir Gutes tun?*

**O** b Tier, alter Mensch mit Demenz... Wir spüren eine enge Verbindung und möchten helfen, richtig reagieren, die Beziehung intensivieren, Schweres loswerden... Die Informationen aus der Telepathie geben dir neue Impulse. Auf einmal verstehst du die Aggressionen deines Großvaters, der noch ein Trauma aus dem Krieg hat. Deine Hündin, die deine Unsicherheit bei Begegnungen auf Spaziergängen spiegelt. Nun

kannst du reagieren. Für deinen Großvater eine energetische Heilbehandlung buchen und ihm mit neuem Verständnis begegnen. Mit deiner Hündin üben ihr mehr Vertrauen zu schenken und selbst souveräner aufzutreten. So erreichst du im Umgang bei beiden mehr Leichtigkeit und Freude.

*Angelika Manou Drochner  
www.angelikadrochner.de  
www.tierundmensch-manou.de*



**Tipp:** Vorträge „Tierkommunikation – Beziehung Tier und Mensch“ | Sa, 14:05 Uhr und „Energiearbeit bei Demenz im späten Stadium“, So, 15:50 Uhr | **Messe Buddha & Balance**

# TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

Klassische  
Akupunktur

Chinesische  
Arzneimittel-  
therapie

Ernährungs-  
beratung  
nach TCM

Qigong  
Therapie

Tuina-  
Massage-  
therapie



## Behandlungen – Kurse – Vorträge

**Annette Jonas** M.D. TCM (Hangzhou/VR China)  
Heilpraktikerin  
Uetersener Str. 12  
25488 Holm  
Tel. 0172 / 419 78 00  
[www.annettejonas.de](http://www.annettejonas.de)

Diese Praxis ist Mitglied der  
 **AGTCM**  
Fachverband für Chinesische Medizin

# Emotionsfokussierende integrative Aufstellung

*Aufstellungsarbeit ist ein Externalisierungsprozess: Innere Abläufe werden durch diese Methode nach außen gebracht und dadurch sichtbar. Diese Vorgehensweise ermöglicht es Ihnen, einen neuen Blick auf die vielfältigen Aspekte eines Themas zu werfen und sie konstruktiv zu bearbeiten.*



## Ein Aufstellungsprozess besteht aus zwei Phasen

### 1. Die Anamnese des Anliegens

Die Fokusperson beschreibt ihr Anliegen mit allen Aspekten, Gefühlen oder beteiligten Personen. Beim Erzählen erinnert sie also in der Gegenwart ein früheres Problem. Körperliche Reaktionen und Emotionen leben wieder auf, die aus der Vergangenheit stammen. Den stärksten aktivierten Gefühlen kann, wie einem roten Faden zum ursächlichen Geschehen zurück verfolgt werden. Dieser Vorgang des Microtracking aus der Pesso-Therapie eröffnet neue Erkenntnisse. Auch intuitive Fragen sind bei dieser Rückführung hilfreich, da sie den Verstand beiseitelassen. Sie wirken ähnlich wie Hypnose-Techniken und beginnen so: „Wenn du wüsstest...“

Die ursprüngliche Situation entfaltet sich nun und wird ganzheitlich erkundet: Wer war dabei, was geschah, was wurde vermisst. Glaubenssätze, Entscheidungen und Missver-

ständnisse können untersucht und bewusst gemacht werden.

Durch die Analyse können wiederkehrende Muster erkannt und Parallelen zum aktuellen Problem gezogen werden. Häufig ist dies ein berührender und erhellender Moment.

### 2. Durchführung der Aufstellung

Nun werden die entscheidenden Aspekte zusammentragen und mithilfe von Stellvertreter\*innen hintereinandergestellt. Beim Durchschreiten integriert die Fokusperson energetisch sämtliche Aspekte, wie beispielsweise Gaben, die damals verloren wurden, Menschen, von denen sie sich getrennt fühlte, verlorene Anteile o. ä.

Dieser wortlose und emotionale Prozess ermöglicht eine tiefgreifende Transformation.

*Karen Schönemann*

*[www.beratung-schoenemann.de](http://www.beratung-schoenemann.de)*

**Tipp:** Vortrag „Bewusste Lebensführung durch innere Führung“ | **Messe Buddha & Balance**  
Sa 12.20 Uhr und So 14:40 Uhr

# Corinna Dorn

*Stell dir vor du stehst morgens auf und alles fühlt sich ganz leicht an.*



**Du möchtest dich wieder wohl in deinem Körper fühlen? Die EMMETT-TECHNIQUE kann helfen:**

- ▶ deine überlasteten Muskeln zu entspannen
- ▶ die körpereigenen Kräfte zu aktivieren
- ▶ Stabilität und Balance im Körper zu schaffen
- ▶ Vitalität und Lebensqualität zu verbessern
- ▶ mehr Beweglichkeit zu schaffen
- ▶ schnell-effektiv-sanft



*Als Gesundheitsberaterin und Krankenschwester steht der Körper bei mir im Mittelpunkt. Ich helfe Dir zu entspannen, schneller zu regenerieren und Wohlbefinden zu schaffen, damit Schmerzen erst gar keine Chance haben und Dein Stress weniger wird.*

*Lass dir helfen – ich bin für dich da.*

Corinna Dorn ♦ Rissener Weg 25 ♦ Appen Etz ♦ Tel: 0160/94 56 33 24  
corinna.dorn@icloud.com ♦ www.dorn-corinna.de



## Haar & Seele



**Vortrag auf der  
Messe Buddha & Balance**

„Theta Healing – löse deine Glaubenssätze!“

Sa, 15:50 Uhr / So 14:05 Uhr

**Du bist am schönsten,  
wenn Du glücklich bist!**

Als mobile Friseurmeisterin bringt Alexandra Stein mit Haar & Seele ihre Dienste direkt zu den Kunden nach Hause und bietet somit viel Komfort und Flexibilität. So genießen Sie in vertrauter Umgebung das ganzheitliche Angebot der versierten Naturfriseurin – vom individuellen Haarschnitt über Kopfmassage, bis hin zu Färbungen mit Pflanzenhaarfärbung. Einem ganzheitlichen Ansatz folgend, bietet Alexandra darüber hinaus Theta Healing® Coaching – zum Beispiel für das Auflösen von blockierenden Glaubenssätzen – und Access Bars® zur Entspannung und Balance des Energiefeldes an.

[www.friseur-mithaarundseele.de](http://www.friseur-mithaarundseele.de)

## Soulplan ° Soulkey ° Karmacode

Wenn es doch einen Schlüssel gäbe, mit dem man die Tür zu seiner Seele aufstoßen könnte – ja mehr noch, man könnte genau erkennen, welcher Weg bereits vorgezeichnet ist und welcher Plan im Begriff ist, sich zu erfüllen. So bekäme man einen tiefen Einblick darüber, wer man überhaupt ist und zu welchem Zweck man hier auf Erden weilt. Ungeliebte Muster, die sich wie ein roter Faden durch das eigene Leben ziehen, könnten sich endlich auflösen, weil man plötzlich in der Lage ist, die



karmischen Codes zu entschlüsseln. Der persönliche Prozess ist ein „Deep Dive“ und erfordert etwas Mut. Doch die physischen Produkte, wie eine persönliche Seelen-Mala oder eine eigene Auraessenz können dabei kraftvoll und unterstützend begleiten. Sie werden nach einer persönlichen Beratung gechannelt, individuell angefertigt und nach Fertigstellung mit einer Einstimmung und Weihung übergeben.

*Carmen Shana An Baldus, Seelenmentorin  
www.shana-an.de*

**Tipp:** Auf ein Channeling mit persönlicher Botschaft darf sich jeder freuen, der während der Messe „Buddha & Balance“ in Wedel eine persönliche Essenz oder Mala in Auftrag gibt.

## Litios®-Lichtkristalle der Neuen Zeit

*sind hochschwingende und gleichzeitig wunderschöne Lichtobjekte. Sie werden direkt aus höheren Lichtdimensionen von Erzengeln und Lichtwesen mit ihrem Licht aufgeladen. Sie durchdringen deine Aura und Räume mit Harmonie, Licht und Freude.*



Du kannst sie z. B. für Harmonisierung, Schutz und Stärkung als Schmuckanhänger tragen oder in Meditationen auf ein Chakra legen. Du kannst sie vielfältig einsetzen, z. B. für Hausharmonisierung, Unterstützung deiner Projekte und Anliegen, Wasserenergetisierung und Erdheilung...

Vom intensiv ausgebildeten Litios-Coach am Messestand, erhältst du eine persönliche Aura-

und Chakra-Beratung, welche dir sofort eine klare Orientierung schenkt. Erlebe wie deine Aura gereinigt und durchlichtet wird. So fühlst du dich befreit und im Fluss des Lebens. Kraftvoll gestärkt kannst du mutig voranschreiten.

*Antje Eisele, www.Litios.com*

**Litios-Lichtkristalle der Neuen Zeit  
Seminare, Meditationen,  
pers. Coaching und Aura-Harmonisierung**

**Tipp:** Vortrag „Litios-Lichtkristalle „Engelsenergien für Aura und Räume“.  
Messe Buddha & Balance, Sa um 14:40 Uhr

# Akupunkt-Massage nach Penzel

Vortrag auf der Buddha and Balance Messe:  
**„Narben als Krankheitsursache“**  
 Samstag: 12.20 – 12.50 Uhr & Sonntag: 11.45 – 12.15 Uhr

Akupunkt-Massage nach Penzel ist eine Meridiantherapie mittels eines Stäbchens, die ein sanftes Ausstreichen entlang der Meridiane beinhaltet.

## Akupunkt-Massage



bringt die Energie  
in den Meridianen  
zum Fließen.



stellt die Harmonie  
im Körper  
wieder her.



lässt Sie Entspannung  
wieder entdecken  
und neu erleben.

Gesundheit ist alles – Ohne  
Gesundheit ist alles nichts. *(Sprichwort)*

**Melek Möllenbeck** (in der Naturheilpraxis Rust)  
 Flagentwiete 7 • 25421 Pinneberg • [www.apm-moellenbeck.de](http://www.apm-moellenbeck.de)  
 Telefon: 0176 – 73 86 49 11 • Mail: [apm-moellenbeck@online.de](mailto:apm-moellenbeck@online.de)





## 2024

# Die neue Ära beginnt in diesem Jahr

*Im Januar 2023 habe ich die Empfehlung ausgesprochen, das Jahr zu nutzen, um viel in die Stille zu gehen bzw. das Meditieren zu lernen. Um einen Ankerplatz zu haben, für die dynamische Zeit, die beginnt. Denn im Jahr 2024 werden wir auf eine andere Ebene erhoben.*

**D**ie Dynamik ist in 2024 unvergleichlich. Die Kraft des Jahres 2024 erhebt uns in ein neues Bewusstsein. Es strömen lichtvolle Energien der Reinheit und der Klarheit in unseren Raum, welche uns in eine vollkommen neue Authentizität bringen. Wir verlieren unsere Angst uns zu zeigen, wie wir wirklich sind. Wir lassen voller Freude die Masken fallen und entscheiden uns für ein neues Miteinander. Durch die neue Wahrnehmung geschieht Heilung. Wir verändern unser Verhältnis zur Natur, zur Nahrung, zu den Elementen, auf eine ganz natürliche Weise. Dafür müssen wir nichts tun. Es geschieht einfach, weil es jetzt in unseren Erfahrungsraum hineinströmt. Seit Jahren hören oder lesen wir, dass wir mehr sind. Nicht nur Menschen, sondern Seele, ausgestattet mit Schöpferkraft. Durch die Bewusstseinsanhebung wissen, verstehen und leben wir es. Nehmen diesen Zustand voller Dankbarkeit an. Zeitgleich übernehmen wir die Verantwortung, für unser komplettes Dasein, für unsere Gedanken, da wir um die Konsequenzen wissen. Der Unterschied ist: Wir reden nicht mehr von Energien. Sondern

wir fangen an, in Energien zu denken. Wir verstehen, dass die durch uns wirkende Schöpferenergie einen Ausdruck finden möchte, indem sie für uns, die von uns kreierte Erfahrungsräume gestaltet. Die erhöhte Frequenz unseres Daseins beschenkt uns mit neuen hilfreichen Erfindungen, neuen Wahrnehmungen, neuen Erkenntnissen – im Übrigen auch zur Geschichte der Menschheit. Vieles wird neu geschrieben (werden müssen). Sogar die Zeit werden wir anders wahrnehmen und nutzen. Unser Bewusstsein wird von der Vergangenheit gelöst und mehr in künftige Visionen unseres Selbst gelenkt. Natürlich schwingen durch diese großen Veränderungen auch Reibungen und Konflikte mit. Der Zweifel konfrontiert den Mut. Raus aus den Abhängigkeiten. Die Zeit der Verdrehungen, Verleumdungen, Unterdrückung ist vorbei. Hier liegt der Wendepunkt. Ein vollkommen neues Miteinander möchte geboren werden. Die Zeit lädt zu einer neuen Gemeinschaft, die sich miteinander, füreinander, gegenseitig stärkt, ein.

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

**Persönliche Lesung:** Basis Geburtsdatum. Dauer 1 Stunde. 130 EUR | **Tipp:** Vortrag „Yogische Numerologie. Erkenne und erhebe Dich!“. **Messe Buddha & Balance** | Sa und So je um 12:55 Uhr

## Dem Sternenwesen in dir begegnen



Mazal

Starseed Coaching

[www.mazal-coaching.de](http://www.mazal-coaching.de)



Was, wenn du als Wesen, das ursprünglich nicht von diesem Planeten stammt, einfach etwas anderes wählst, damit es leicht wird und sich gut anfühlt in deinem Leben? Das ist der Weg, auf dem ich dich begleite!

## YOSHIKA URAJI

# Mediale Beratung

Sind Sie auf der Suche nach innerer Balance und der eigenen Bestimmung? Dann kann eine mediale Beratung Ihr Weg zu Weisheit, Selbstheilung und Lebensfreude sein. Als Praktizierende für Reconnective Healing® und spirituelles Jenseitsmedium biete ich Ihnen diese mediale Unterstützung an und kann Ihnen damit einen Zugang zu existenziellem Wissen eröffnen. Wir alle leben in aufregenden Zeiten voller Wandel und spüren den Wunsch nach Rückkehr zu einem Gleichgewicht auf allen Ebenen. Gemeinsam finden wir den Weg, der Ihnen bestimmt ist.

**Ich freue mich auf Sie!**

**YOSHIKA URAJI**

Goethestraße 29H  
21218 Seevetal

Tel.: 0160 950 280 51

E-Mail: [info@licht-liebe-heilung.de](mailto:info@licht-liebe-heilung.de)

[www.licht-liebe-heilung.de](http://www.licht-liebe-heilung.de)



## Verändere dein Leben mit Sun Kyeong



*Entdecke die lebensverändernde Kraft des Qi, um deine Energie aufzuladen, vererbte Muster zu lösen und eine strahlende Zukunft zu schaffen.*

In einer Zeit des großen spirituellen Wandels helfen wir Menschen, ihre wahre Natur zu finden, indem wir sie mit der Kraft des Qi verbinden. Qi ist die Schwingung des Lebens, und ist für die Kommunikation zwischen allen Zellen, Organen und Systemen im Körper verantwortlich. Die Qi-Energie-Behandlungen korrigieren den Qi in unserem Körper, balancieren Yin und Yang und helfen, uns an die originelle Schwingung der Natur anzustimmen. Sun Kyeong Qi-Meister und -Praktizierende verwenden eine einzigartige Kombination aus Akupressur und Klang, die Spannungen löst und die Qi-Zirkulation im Körper wiederherstellt. Der Klang wird durch eine Atemtechnik erzeugt und überträgt Qi tief in das Energiesystem, lädt den ganzen Körper auf und öffnet alle Energiekanäle, um die körperliche, emotionale und spirituelle Gesundheit richtig zu unterstützen. In Ergänzung hierzu hält die Sun Kyeong Meisterin Sophie Davin einen informativen Vortrag über Ahnenheilung. Ahnenheilung ist eine kraftvolle Methode, die Energiemuster identifiziert und aufdeckt. Durch Ahnenheilung können Einzelpersonen und Familien endlich tiefe Blockaden und Karma überwinden und ein gesundes und starkes Fundament für sich selbst und zukünftige Generationen aufbauen.

*Sophie Davin, [www.sunkyeong.de](http://www.sunkyeong.de)*

**Tipp:** Vortrag „Heilung der Ahnen!“.  
**Messe Buddha & Balance** | So um 14:40 Uhr

## Stress lass nach!

*Der Job ist anstrengend, deine Eltern möchten dich öfter sehen, die Kinder brauchen dich als Eltern-taxi, dein Partner möchte Zeit mit dir und vom Haushalt reden wir gar nicht erst. Und wann kommst du?*



Wenn du nun denkst, Zeit- und Stressmanagement ist dein Thema, findest du viele Modelle, die bei der Selbstorganisation helfen. Doch dein eigentliches Thema ist ein anderes: Deine Glaubenssätze! Löst du hinderliche Glaubenssätze auf wird dein Leben sofort leichter. Frage dich: WARUM? Warum glaubst du, das alles machen zu müssen? Warum hast du ein schlechtes Gewissen? Welches Gefühl löst der Gedanke des Nicht-tuns in dir aus? In welchen Situationen hast du ähnlich gefühlt? Was ist der Glaubenssatz dahinter? Oft findest du Glaubenssätze wie „Ich muss brav sein“ oder „Das macht man so“, die in früher Kindheit verinnerlicht wurden. Prüfe, ob du heute als Erwachsener den Satz anders beurteilen kannst. Dann formuliere ihn positiv um. Beispiele „MAN macht das so, aber ICH darf es anders machen.“ Oder: „Ich muss immer nett ZU MIR sein.“ Prüfe deine Situation mit deinen umformulierten Glaubenssätzen neu. Wie würdest du dein Leben mit dem neuen Glaubenssatz gestalten? Ist das für dich besser? Dann wiederhole den neuen Glaubenssatz täglich mehrmals solange, bis du ihn dir wirklich glaubst. Du wirst merken, wie du dadurch freier denken und handeln kannst.

*Marion Thishen-Hendess  
[www.ichgehemeinenWeg.de](http://www.ichgehemeinenWeg.de)*

**Tipp:** Vortrag „Wertschätzende Kommunikation: Konflikt als Entwicklungschance!“.

**Messe Buddha & Balance**  
3. Sa 15.50 Uhr | So um 12:55 Uhr



Genieße in ruhiger Atmosphäre  
eine Auszeit vom Alltag!



**Persönlicher Haarschnitt**  
Das Fundament

**Pflanzenhaarfärbungen**  
Chemiefreie individuelle Farbe



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

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



**Quantum-Feeling**  
Clearing und Wandlung  
in Deine beste Vorstellung

**Immunstabilisierung**  
Kraft und Zellregeneration  
Hilfe bei Allergien



Wer bewusste und ökologische  
Behandlungen möchte, sollte die  
Kraftquelle natur kennenlernen.  
Wir sind seit mehr als  
35 Jahren Profis im Färben mit  
Pflanzenhaarfärbungen 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](http://www.naturfriseurin.de)

# Shiatsu – Gesundheit auf Fingerdruck

**S**hiatsu stammt aus Japan mit ihrem Wurzeln in der Traditionellen Chinesischen und Japanischen Medizin. In einigen Ländern gehört Shiatsu mittlerweile zum Angebot des staatlichen Gesundheitssystems und erfreut sich durch seine tiefe Wirkung auf den physischen Körper, emotionale sowie energetische und psychische Prozesse einer wachsenden Zahl von Menschen, die sich durch Shiatsu in vielen Bereichen unterstützen lassen und Begleitung finden.

In der Hand gut ausgebildeter und erfahrener Praktizierender bietet Shiatsu die Möglichkeit, gezielt mit Beschwerden bzw. mit kranken Menschen zu arbeiten.

Daneben ist Shiatsu eine wertvolle und oft überraschend erweiternde Erfahrung in Zeiten von Herausforderungen, des Wandels und eigenen Wachstums.

Dabei berührt Shiatsu sowohl die ureigenen, energetischen Mustern der Menschen, sowie Blockaden auf körperlicher, gedanklicher oder emotionaler Ebene. Somit haben Selbstheilungs- und Entwicklungskräfte des Menschen mehr Raum ihr Potential zu entfalten. Auf der Basis dieses Verständnisses kann Shiatsu wirk-



sam bei einer Vielzahl körperlicher und seelischer Beschwerden und in Lebenskrisen sein. So kann Shiatsu auch einen wertvollen Teil zum therapeutischen Arbeiten anbieten.

Des Weiteren wird Shiatsu heute in Europa in Erziehung, Prävention, Betreuung hilfsbedürftiger Menschen und im Wellnessbereich angewandt. Shiatsu ist ein ideales Mittel gegen Stress, Erschöpfung, Verspannungen und der Spannung in uns zwischen inneren Bedürfnissen und Anforderungen von Außen und Innen. In der Geborgenheit und Ruhe der Behandlung finden KlientInnen die Möglichkeit, sich wieder zu spüren, bei sich anzukommen und neue Kräfte zu sammeln.

*Birte Ernestus-Holtkamp  
www.schule-fuer-shiatsu.de*

**Tipp:** Genieße die Shiatsu-Behandlung in der Wellness-Oase der **Messe Buddha & Balance**. Informiere dich über die Kurse und erhalte, bei Buchung auf der Messe, Vergünstigungen für Kurse und Behandlungen!





## Die Welt des Schalls

**E**in Naturschallwandler erzeugt ein akustisches Hologramm aus harmonischen Schallwellen. Sie durchfließen unser ganzes Sein und wir integrieren sie, um uns zu harmonisieren (Hirnhälften, Immunabwehr, Stoffwechselprozesse etc.), zu stärken (z. B. Selbstheilungs- und Regenerationskräfte, Selbstliebe, Lebensfreude, Kraft und Vitalität) oder zu transformieren (Gedanken, Emotionen und Glaubenssätze). Mithilfe

psycho-emotionaler Kinesiologie werden Musik, Affirmationen, Kristalle ausgewählt und im akustischen Hologramm in unseren Körper und unsere Aura eingeschungen. Oder sie werden in Hilfsmittel eingeschungen (z. B. Kolloidales Silber, kolloidales Gold, homöopathische Arzneien, Globuli) bzw. in Mischungen zur Wasserenergetisierung verwendet. Als Hilfe zur Selbsthilfe. Für jeden Tag. *Rita Gerkens, [www.ritagerkens.de](http://www.ritagerkens.de)*

**Tipp:** Vortrag „Wie wirken Silent-Subliminals? | Sa, 15:50 Uhr  
Vortrag „Möglichkeiten eines Naturschall-Akustikwandlers“ | So, 12:55 Uhr

### *Eine Seelenreise* Die Lotusblüte in der Lotusblüte in der Lotusblüte...

**D**u lebst in einer Lotusblüte. Du bist in ihr und mit ihr aus dem Morast emporgewachsen. Diese, Deine Lotusblüte, zeigt, wenn sie sich aus dem Schlamm emporwindet und erblüht, nicht nur ihre eigene Schönheit, sondern auch Deine. Es ist jetzt an der Zeit, dass Du Dich vollkommen ent-faltest, dass die Lotusblüte keine Knospe mehr ist, sondern sich öffnet. Und je mehr sich Deine Lotusblüte öffnet, um so mehr öffnet sich eine weitere Lotusblüte in Dir in Deinem Herzen und je mehr diese sich in dir öffnet, um so mehr zeigt sich Deine Schönheit auf einer ganz neuen Ebene: im Erscheinen eines Lichts, das Du ausstrahlst. Es strömt direkt von Deinem Herzzentrum in die Welt. Und dadurch bildet sich noch eine weitere Lotusblüte oberhalb Deines Kronen-

chakras und öffnet sich...weit... zum Himmel. Diese Blüte ist nicht mehr haptisch ertastbar. Sie ist eine feinstoffliche Erscheinung. Aus ihr heraus bildet sich noch eine Lotusblüte, aus dieser noch eine weitere und noch eine weitere... Mit jeder weiteren Lotusblüte, die in den Himmel einwächst, ent-wickelst Du Dich und ent-faltest Dich, um in einer Weise zu erblühen, die in sich ruht und weithin strahlt und deren Schönheit unumstößlich geworden ist. Wenn die Lotusblü-

ten sich vollständig aus dem Dunkel heraus ent-wickelt haben, kann kein Morast sie mehr erreichen. Alles perlt an ihnen ab und sie leuchten weithin. Und ihre Schönheit lässt uns ganz andächtig werden.

*Julia von Windheim  
[www.aumdevi-triyoga.de](http://www.aumdevi-triyoga.de)*



**Tipp:** Vortrag „Erlebnis Seelenreise – lausche den zauberhaften Botschaften!“  
**Messe Buddha & Balance** | Sa um 15:15 Uhr

# Spirituelle Heilkunde

Sanfte Methoden zu helfen



## Yogische Numerologie

Yogische Numerologie offenbart den Menschen ihren Lebensweg, dient dem persönlichen Wachstum, schenkt einen Blick auf Potenzial, Begabungen, Wesenszüge.

**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](mailto:info@stille-und-glueck.de)



[WWW.STILLE-UND-GLUECK.DE](http://WWW.STILLE-UND-GLUECK.DE)

## Vorfreude auf inspirierende neue Kartensets

**G**aby Shayana Hoffmann hat das neue Kartenset "Mein Selbstliebe-Orakel" und auch dessen wunderschöne Bilder kreiert. Außerdem freuen wir uns auf "Göttinnen des Lichts" von Luzia von Sturm und Klara Morgenstern. Beide Decks werden im April erscheinen und am ANBEGINN-Bücherstand auf den kommenden Buddha & Balance-Messen und der ANBEGINN-Messe erhältlich sein, sowie in der Buchhandlung. Yvonne Lehner – buchhandlung-anbeginn.de

### Mein Selbstliebe-Orakel

Nichts ist wichtiger als die Verbindung mit unserem Selbst. Erst wenn wir uns vollkommen kennen, in der Tiefe spüren und uns mit allen Facetten annehmen, können wir ein erfülltes und glückliches Leben führen. G. S. Hoffmann hat mit diesem Orakel einen einfühlsamen Begleiter erschaffen, der uns für die eigenen Bedürfnisse sensibilisiert und zu mehr Selbst-

liebe, Selbstfürsorge, Selbstakzeptanz und Selbstvertrauen führt. Die sanften Botschaften erinnern daran, dem eigenen Selbst voller Hingabe, Verständnis und mit einer großen Portion Vertrauen für den persönlichen Weg zu begegnen. Die zauberhaften, energetisch hoch schwingenden Motive lenken unseren Fokus wieder nach innen, damit wir die eigene Schönheit und Stärke erkennen.

### Göttinnen des Lichts

Inspirierende Orakelkarten für die persönliche Entwicklung. Zu allen Zeiten und in allen Kulturkreisen, Mythen und Religionen wurden große Göttinnen, die den Menschen das Licht schenkten, in ihrer Bedeutung und ihrem Sein gefeiert. Dieses Kartenset vereint 45 weibliche Gottheiten und lädt uns ein, mit ihnen in Kontakt zu treten und in allen Lebenslagen ihren Rat zu suchen. Neben inspirierenden Affirmationen und Botschaften sowie charaktervollen Porträts

schenkt es einen Einblick in die Geschichte, die Weisheit und die Gabe jeder Göttin und enthüllt so ihre einzigartige Essenz. Die Lichtbringerinnen stärken unsere inneren Kräfte und helfen uns bei der Entfaltung unserer eigenen Strahlkraft. Auf unserer Reise sind sie ein leuchtender Wegweiser.

*Buchhandlung ANBEGINN,*

*Yvonne Lehner*

*www.buchhandlung-anbeginn.de*

*www.messe-anbeginn.de*



**Tip:** Du erhältst die Kartensets auch auf der **Messe Buddha & Balance**

# WIE DU AUFHÖRST, STÄNDIG GESTRESST ZU SEIN.

Hol Dir Deine Einführung zur Stress-Bewältigung bei **Iwona Liberek**, die zu einem sinnvollen Leben führt, das vertraut mit der Welt und den Menschen um Dich herum verbunden ist.



IWONA LIBEREK

Heilpraxis für Psychotherapie  
Grinberg Methode &  
Pantarei Approach

Ehrenbergstraße 59, 22767 Hamburg, **Telefon:** +49 (0)162 235 63 72,  
**Mail:** kontakt@iwona-liberek.de, [www.iwona-liberek.de](http://www.iwona-liberek.de)

Bild von Nina Göckel, [www.zauberhafte-kuenste.de](http://www.zauberhafte-kuenste.de)



## Heilung der weiblichen Aspekte

### Heilsame Wegbegleitung nach sexuellem Missbrauch

-Auflösung traumatischer Erlebnisse-

∞ Numerologie ∞

### Die Zahlen erzählen deine Lebensgeschichte

### Tiergespräche

## Anja Wio Hexe für Herzensangelegenheiten

Ahrensfelder Weg 19, 22927 Großhansdorf ♥ Telefon: 0157 / 3816 11 85



## Aufstieg in die 5. Dimension

*Wir befinden uns in einer Zeit der gewaltigen Umbrüche.*



Die Schwingung der Erde erhöht sich und wir, da wir auf der Erde leben, sind ein Teil dieser Veränderung. Wir können uns frei entscheiden, ob wir aktiv teilnehmen möchten.

In der Natur ist vieles, was wir zu lernen haben, schon umgesetzt. Die Bäume z.B. verbinden Himmel und Erde und gestatten es deren Energien sich über sie auszutauschen. Sie sind nicht nur energetisch nach oben und unten verbunden sondern auch nach außen. Sie kommunizieren mit anderen Bäumen, Pflanzen und Lebewesen in ihrer Umgebung. Unter der Erde gibt es über die Wurzeln eine sehr weitreichende Verbindung mit weiteren Pflanzen und Pilzen. Verbindung und Austausch sind wichtige Qualitäten der neuen Zeit. Des weiteren eine Ahnung davon, in welcher

Schwingung man sich selbst gerade aufhält. Wie fühlst du dich genau jetzt? Ist da mehr Intensität möglich? Ist mehr Freude möglich? Bist du dankbar für den Augenblick? Fast immer sind Steigerungen möglich. Die Schwingungen von Liebe und Dankbarkeit gehören zu den höheren Schwingungen, die in der fünften Dimension gelebt werden. Mit Unterstützung von himmlischen Helfern (Engel, Drachen, Einhörner) oder der Natur ist es leichter, den Aufstiegsweg mitzugehen. Meine Angebote dazu sind in der Natur Wyda und Waldbaden. Nach der Diana Cooper School of White Light die 12 Chakren-Aktivierung, Visualisierungen mit Drachen, Engeln und Einhörnern.

*Lotte Neumann*  
[www.lotte-uyda.com](http://www.lotte-uyda.com)

**Tip:** Vortrag „Natur, Mensch + Aufstieg in die 5. Dimension“ | **Messe Buddha & Balance**  
Sa, 14:40 Uhr und So, 14:05 Uhr

## Edelsteine – zeitlose Begleiter für inneres Wachstum

In einer hektischen Welt suchen wir nach einem Anker für inneren Halt und Wachstum. Seit über 20 Jahren begleite ich Menschen mit Heilsteinen und teile gerne meine Erfahrungen. Edelsteine sind mehr als glänzende Schätze; ihre tiefe Energie beeinflusst subtil unser Wohlbefinden. Ob selbständig, Reiki-Praktizierende oder neugierig auf alternative Heilweisen – Heilsteine bereichern deinen spirituellen Weg. In meiner langjährigen Arbeit entdeckte ich, dass Edelsteine nicht nur Accessoires sind, sondern wertvolle Begleiter auf der Reise zu uns selbst. Jeder Stein hat eine einzigartige Frequenz und unterstützt in verschiedenen Lebensbereichen. Vielleicht bist du gerade auf der Suche nach innerer Ruhe? Der sanfte blaue Chalcedon könnte

entspannte Aufmerksamkeit und innere Ruhe in dein Leben fließen lassen. Oder möchtest du deine Intuition stärken? Ein Mondstein könnte der Schlüssel sein, um deine spirituellen Fähigkeiten zu entfalten.

Wähle Steine intuitiv, spüre ihre Energie und vertraue deiner Intuition. Sie führt dich zum passenden Stein. Entdecke die faszinierende Welt der Heilsteine auf [www.ina-wissmann.de](http://www.ina-wissmann.de) und integriere sie in deinen Alltag.

*Ina Wißmann*  
[www.ina-wissmann.de](http://www.ina-wissmann.de)





**krause  
flora®**  
URESSENZEN



## Wecke dein Ich ... mit den neuen Pflanzenessenzen

Rasant geht es in dieser Zeit für uns alle zurück zum Ursprung, in die ursprüngliche schöpferische Ordnung. Meine Ur-Essenzen verbinden mit diesem Ur-zustand, wecken authentisches Sein und die Weisheit des Herzens. Vertrauen, Integrität, Gemeinschaft der Menschheitsfamilie, herzbasierte Lösungen, die Heilung unseres Heimatplaneten – wir alle stehen gerade im Feuer tiefster Erkenntnisse und Wandlungsprozesse.

Das Pflanzenreich mit seiner unendlichen Weisheit zeigt uns neue Wege auf und hilft, den Fokus zu halten. Die krause flora®URESSENZEN sind Schwingungsesenzen der neuen Zeit und ganz in ihr Zuhause. Aus heimischen Wildpflanzen in der Natur geschöpft, wirken sie ganzheitlich, bringen ins Fühlen und ins JETZT.

Erkennst Du die Schönheit und Kraft Deines Seins und dieses Planeten?  
Dein Leben hier ist kein Zufall. Diese Pflanzenessenzen sind Herzöffner und erinnern an die uralte Verbindung.  
Wecke Dein Ich und ergreife Deine Schöpferkraft.

Wir alle sind jetzt gerufen – Dein Beitrag ist wichtig!



Dipl. Biol. Silke Krause  
Am Möhlenkamp 13  
38321 Denke  
0171 33 53 959  
info@krauseflora.de



[www.krauseflora.de](http://www.krauseflora.de)

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.

## Verbindung mit den Öl-Wesen

Sven Spenner ist einen typisch männlichen Weg gegangen. Der Verstand ist in seinem Leben seinen Kompass. Bis eine Krankheit ihn auf den Weg nach innen führt. Um sich selbst zu helfen, beschäftigt er sich mit Ernährung und heilt sich – nach jahrelangen Beschwerden – innerhalb kürzester Zeit durch eine Ernährungsumstellung selbst. Diese Erfahrung inspiriert ihn dazu, sich zum Gesundheitsberater ausbilden zu lassen. Ein Umzug in eine neue Praxis, die sich direkt neben einem Fischladen befindet, bringt die DoTerra Öle in sein Leben. Zuerst, um einen schönen Duft in die neuen Praxisräume zu bringen. Doch schnell begreift er, dass diese Öle weitaus wertvolleres bieten. Eine Ausbildung zum Geomanten vervollständigt sein Bewusstsein, und lässt ihn endgültig in das heilige Wissen der Naturwesen eintauchen. Fortan steht die Ergründung des inneren Potenzials in seinem Fokus. Sven ist es ein tiefes Anliegen, Menschen liebevoll zu begleiten und zu stärken, um mithilfe der DoTerra Öle den natürlichen gesunden Zustand wiederherzustellen. Er kombiniert Weisheit und Erfahrungswissen, und trägt



auf seine sehr sympathische und empathische Art, zum Wissen über die Verbindung von Menschen und Natur bei. Dabei leuchtet seine authentische Begeisterung jederzeit durch ihn durch.

In unserem Gespräch erklärt er die Funktion der Öle als heilende Begleiter. „Was bedeutet meine aktuelle Sehnsucht nach Zitronenduft?“, möchte ich wissen. „Zitrone“ schenkt Klarheit und Selbstvertrauen. Und hilft bei Übersäuerung. „Lavendel“ wirkt beruhigend, darf ich lernen. „Wilde Orange“ zaubert mir ein Lächeln auf die Lippen. Neben der Möglichkeit sich für einzelne Öle zu entscheiden, gibt es verschiedene Sets, um mit einer Bestellung gleich mehrere Themen abzudecken.

An seinem Messestand auf der Buddha & Balance Messe in Wedel ermutigt Sven die Menschen, ihr eigenes Öl und die Verbindung zu den Öl-Wesen zu finden. Sich beflügeln und mit purer Freude beschenken zu lassen. Eine wohlthuende Handmassage inklusive.

*Barbara Teßmer*

**Tipp:** Seine Vorträge auf der **Messe Buddha & Balance**

„Zehn ätherische Schätze für die Gesundheit“ Sa, 17:35 Uhr und  
„Chakrenharmonisierung mit ätherischen Ölen“ am So, 14:05 Uhr

**Weiterführende Informationen:** Sven Spenner

Gesundheits- und Ernährungsscoaching | doTERRA Wellness Advocate  
Gneisenaustr. 22 – 24105 Kiel | Tel.: 0160 – 99 162 206  
sven@spenner-vital.com | [www.spenner-vital.com](http://www.spenner-vital.com)



# Christa Sellhorn

## Medium ∞ Orakel

### Seelenbotschaften

Was immer Sie über Ihre Seele und Ihr Leben wissen möchten. Mittels meiner Gaben und Talente ist es mir möglich in Ihrem Seelenbuch – Ihrer AKASHA-CHRONIK – zu lesen und Ihnen zu übermitteln, was Ihre Seele Ihnen zu sagen hat. Durch eine Seelenbotschaft verschaffen Sie sich Klarheit, Leichtigkeit und Balance in Ihrem Leben.

### Ernährungsmedium

Reading Ihres persönlichen Seelen-Nahrungs-Plans. Welche Ernährungsweise ist gut für Sie: vegan, vegetarisch oder Fleisch? Ich nenne Ihnen Nahrungsmittel, die Sie stärken.

### Jenseitskontakte

Möchten Sie wissen, wie es Ihren liebsten „Mensch und Tier“ im Himmel geht? Gibt es noch ungesagte Herzensbotschaften?



### Christa Sellhorn

Twiete 2a, 23869 Elmenhorst  
Tel.: 0179/209 80 64  
info@christasellhorn.de  
www.christasellhorn.de

# EMOTIONEN

*Sind wir Ihnen ausgeliefert?*

## Stell Dir vor:

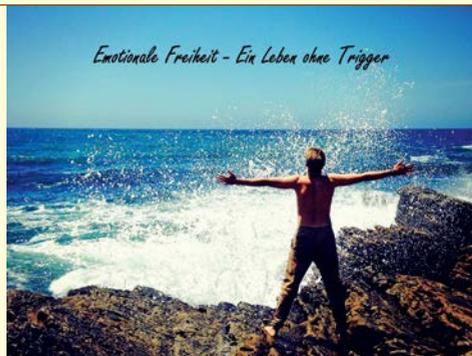
- In einem Restaurant wirst Du vom Servicepersonal unfreundlich behandelt...
- In einem Gespräch lässt Dein Gegenüber Dich nicht ausreden...
- Jemand rempelt Dich an und sagt, dass DU besser aufpassen sollst...

## Kennst Du solche Situationen? Was fühlst Du?

Emotionen wirken prompt und auf mehreren Ebenen: Physiologisch (z.B. Steigerung des Blutdrucks), Kognitiv (Interpretationen, Erinnerungen), Verhalten (z.B. Schreien), Gefühle (Wut, Verzweiflung)

Negative Emotionen haben meist einen Trigger.

Sie sind somit eine Re-Aktion (Häufig liegt das dazugehörige Erlebnis in der Vergangenheit).



Ich lernte den Emotion Code® und Body Code®, 2 Methoden von Dr. Bradley Nelson, mit denen Du pragmatisch diese Trigger nachhaltig lösen kannst.

Bist Du neugierig? Teste die Methode in eine Kurz-Session an meinem Messestand oder besuche meinen Vortrag „Emotionale Altlasten pragmatisch lösen“

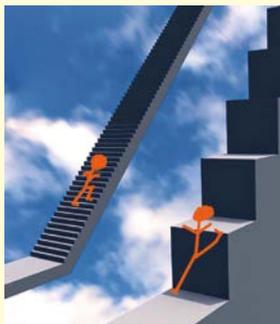
## Hast Du Lust auf ein Trigger-freies Leben?

*Sonia Hi. Sölch, [www.practitioner4life.net](http://www.practitioner4life.net)*

**Tipp:** Vortrag „Emotion Code – Emotionale Altlasten pragmatisch lösen“  
**Messe Buddha & Balance** | Sa, 17:00 Uhr und So, 12:20 Uhr

## MEIN Weg

Es gibt immer wieder Situationen, Gedanken, Erlebnisse, wo du meinstest, dass du doch schon so viel, so oft daran gearbeitet hast, um sie zu ändern. Konflikte, Chaos im Leben, Veränderung, Krankheit. Warum denn schon wieder? Was soll ich denn noch tun, damit es sich wandelt? Hast du einmal daran gedacht etwas zu lassen? Lass uns zusammen DEINEN nächsten Schritt entstehen lassen, gemeinsam verschaffen wir uns einen Überblick. Ich bin da, mit Dir, Deine Ressourcen zu sehen, Deine Stärke wiederzufinden, Klarheit zu bekommen und Dich zu begleiten Deinen heilenden Weg zu entdecken. Mit meiner Methode, BioTaBa, welches



steht für Biografie, Tanz, Balance, stehen uns die Biografiearbeit, zusammen mit dem BodyTalkSystem und der Bewegung/Tanz zur Verfügung. In kleinen Schritten kommst du leichter und schneller dorthin, wo du möchtest. Körper, Geist und Seele weisen immer den Weg zur Gesundheit.

## Termine nach Vereinbarung:

Mittwochs 9.30 – 19.30 Uhr und individuell vor Ort. Einzeltermine dauern zwischen 50 und 120 Minuten. Möglich sind auch Energetische Fernbehandlungen, Hausbesuche, Termine zu zweit

## Ich freue mich auf unsere Zusammenarbeit.

*Anja-Bettina Wieth,  
[www.meinneuerweg.me](http://www.meinneuerweg.me)*

**Tipp:** Tiefere Einsichten erhalten Sie in meinen Workshops für „Frauen“, „Gesundheit aktiv“, „Thementanz“ und „Kreativ Zirkel“.

# LUMIVITAE

## CELLPOWER

NEW WORLD  
PRODUCT

TRINKE DAS  
WASSER  
DES  
LEBENS

„Wir haben  
das Universum in eine  
Flasche getan.“

Nuno Nina



### Trinke die Weisheit des Universums.

Molekularer Wasserstoff ist unser Ursprung und unsere Zukunft. Diese Flasche revolutioniert alles bisher Dagewesene, denn sie verbindet Weisheit und technologischen Fortschritt zu einem Produkt der Neuen Welt für ganzheitliche Vitalität.

Weitere Informationen:

<https://sabinesothmann.de/lumivitae/>

Sabine Sothmann

LUMIVITAE  
INDEPENDENT BRAND PARTNER



# Der beste Weg füreinander zu sorgen

Messe „Buddha & Balance“  
Für Mensch. Tier. Wohnraum

Die Idee zur Messe „Buddha & Balance“ entstand 2017, durch den Wunsch Menschen zusammen zu bringen, die sich wieder mit den inneren Wurzeln verbinden möchten. Spirituelle Weisheit und Wiedererwachen jedem zugänglich zu machen. Was wäre, wenn Menschen regelmäßig an einem Ort zusammenkämen, und eine neue Bewegung entstünde, die Menschen aller Glaubensrichtungen dazu einlädt, eine neue Geschichte der Menschheit zu erschaffen? Damit sich neue Kräfte entfalten.

Für Barbara Teßmer und die Aussteller ist die VHS-Wedel der ideale Ort für die Zusammenkunft. Auf der Messe kommt das geballte Wissen von Spiritualität und Gesundheit zusammen. Für die Besucher eine einmalige Gelegenheit an verschiedenen Workshops, Vorträgen und Zeremonien teilzunehmen und mehr zu Themen wie Heilung, Bewusstseinsweiterung, Naturverbundenheit und Gesundheit zu lernen.

Die Vision für das Motto **„Verwandlung und Zusammenhalt“** drückt sich in verschiedenen Facetten und Sichtweisen aus. So auch bei den mehr als 50 Ausstellern, die aus unterschiedlichen Richtungen kommen, aber dennoch eine

sehr starke gemeinsame Gesinnung haben. Zwei Tage Austausch, Anwendungen, Musik, Kunst, Verbindungen, Wachsen, Eintauchen in spirituelle, gesundheitliche und therapeutische Ansätze.

Es gibt viele gute Gründe an der Messe teilzunehmen. Was auch immer einen innerlich ruft, dabei zu sein. Man wird stets die Antwort finden, die man gerade braucht. Sicher ist: Diese 2 kostbaren Tage sind eine Erfahrung, die das Bewusstsein schärft und das Leben bereichert.

„Es gibt nichts erfüllenderes, als Menschen berührt zu sehen und ihren Geschichten zu lauschen, wieviel sich für sie positiv verändert hat. Ich habe das Gefühl, dass die Messe einen Teil dazu beiträgt, die Welt zu verändern. Das macht mich so glücklich“, begeistert sich Barbara Teßmer

Auf der Messe „Buddha & Balance“ am 27. und 28. April in der VHS Wedel erfährst du neue Perspektiven und Erfahrungen, die den Horizont erweitern. Sei also gespannt! Freue dich auf eine Vielfalt von fesselnden Themen und inspirierenden Gesprächen.

**27. und 28. April VHS-Wedel**

ABC-Str. 3, 22880 Wedel | Sa von 11 – 18 Uhr, So von 11 – 17 Uhr  
5 €/Tag, 30% vom Erlös werden gespendet. | [www.buddha-and-balance.de](http://www.buddha-and-balance.de)

# Buddha & Balance

GESUNDHEITSMESSE  
FÜR MENSCH, TIER & WOHNRAUM

*Verwandlung &  
Zusammenhalt*

27. und 28. April  
VHS WEDEL

*Wunder &  
Neue Ära*

12. und 13. Oktober  
BÜRGERHAUS APPEN

*Schöpferkraft  
& Hingabe*

22. und 23. Februar 2025  
BURG SEEVETAL

**Vielfältige  
Aussteller**

Gespräche | Vorträge  
Anwendungen | Musik  
Shops | Kunst | u.v.m.

**Öffnungszeiten:**

Sa 11 – 18 Uhr  
So 11 – 17 Uhr

**Eintritt:**

5,- EUR/Tag  
(30 % werden  
gespendet)

**ERÖFFNUNG  
um 11:15 Uhr  
mit Meditation  
& Klang**

**Immer  
Neues und  
Exklusives!**

**Messekontakt:**

Barbara Teßmer, Tel. 04122-817 22



[www.buddha-and-balance.de](http://www.buddha-and-balance.de)

## VORTRÄGE SAMSTAG

Eröffnung: Meditation  
Barbara Teßmer

### Raum U 4

**11:45 – 12:15 Uhr** Ganzheitliche Handanalyse – Die Bedienungsanleitung für das Leben (*Jörg Rasch*)

**12:20 – 12:50 Uhr** Narben als Krankheitsursache (*Melek Möllenbeck*)

**12:55 – 13:25 Uhr** Yogische Numerologie. Erkenne und erhebe Dich! (*Barbara Teßmer*)

**13:30 – 14:00 Uhr** Starte durch mit ätherischen Ölen (*Antje Lüdemann*)

**14:05 – 14:35 Uhr** 4 Säulen der Gesundheit – zellvital und energievoll leben (*Norman Zander*)

**14:40 – 15:10 Uhr** Litos-Lichtkristalle „Engelsenergien für Aura und Räume“ (*Litios*)

**15:15 – 15:45 Uhr** Rückenschmerz: Mehr als nur körperliches Leiden? (*Petra Hornung*)

**15:50 – 16:20 Uhr** Wertschätzende Kommunikation: Konflikt als Entwicklungschance! (*Marion Thishen-Hendess*)

**16:25 – 16:55 Uhr** Über Totengespräche und Jenseitskontakte (*Christa Sellhorn*)

**17:00 – 17:30 Uhr** Emotion-Code – Emotionale Altlasten pragmatisch lösen (*Sonia Sölch*)

**17:35 – 18:05 Uhr** Zehn ätherische Schätze für die Gesundheit (*Sven Spenner*)

### Raum U 3

**11:45 – 12:15 Uhr** Gesund alt werden mit Ayurveda (*Petra Isermann*)

**12:20 – 12:50 Uhr** Bewusste Lebensführung durch innere Führung (*Karen Schönemann*)

**12:55 – 13:25 Uhr** Heilende Begleitung nach sexuellem Missbrauch (*Anja Wio*)

**13:30 – 14:00 Uhr** Was Sie über Wasser wissen sollten (*Anja Freese*)

**14:05 – 14:35 Uhr** Tierkommunikation – Beziehung Tier und Mensch (*Angelika Manou Drochner*)

**14:40 – 15:10 Uhr** Die Schöpfungs-Magie von Klängen: Heilung kann so einfach sein (*Thomas Eberle*)

**15:15 – 15:45 Uhr** Erlebnis Seelenreise – lausche den zauberhaften Botschaften (*Julia von Windheim*)

**15:50 – 16:20 Uhr** Wie wirken Silent-Subliminals? (*Rita Gerkens*)

**16:25 – 16:55 Uhr** Ein Leben lang gut sehen – mit natürlichen Methoden! (*Marita von Berghes*)

**17:00 – 17:30 Uhr** Frauenheilkunde mit Pflanzen und ätherischen Ölen (*Anne Hentschel*)

**17:35 – 18:05 Uhr** Leben im Hier & Jetzt mit dem Jenseits (*Yoshika Uraji*)

### Raum U 2

**11:45 – 12:15 Uhr** Pflanzenkommunikation, lichtvolle Essenzen für die neue Zeit (*Silke Krause*)

**12:20 – 12:50 Uhr** Energieübertragung – gleiche dein Energiesystem aus (*Sina Springer*)

**12:55 – 13:25 Uhr** Die heilende Kraft des Malens (*Hans-Joachim Kerres*)

**13:30 – 14:00 Uhr** Die Füße als Landkarte deines Körpers! (*Laura Lingner*)

**14:05 – 14:35 Uhr** Das Geheimnis deines inneren Heilers und Kriegers (*Almut Resoma*)

**14:40 – 15:10 Uhr** Natur, Mensch + Aufstieg in die 5. Dimension (*Lotte Neumann*)

**15:15 – 15:45 Uhr** Vortrag mit Meditation „Energetische Traumaheilung“ (*Nicole Schönemann*)

**15:50 – 16:20 Uhr** Theta Healing – löse Deine Glaubenssätze (*Alexandra Stein*)

**16:25 – 16:55 Uhr** Systemische Körperarbeit – Atmung und Berührung (*Bettina Sinreich-Dierks*)

**17:00 – 17:30 Uhr** EMMETT-Technique, sanft-schnell-effektiv (*Christina Dorn*)

**17:35 – 18:05 Uhr** Gelebte Trauer – Schlüssel zur Leichtigkeit (*Bettina Wilke*)

# VORTRÄGE SONNTAG

*Eröffnung: Meditation  
Nicole Schönemann*

## Raum U 4

**11:45 – 12:15 Uhr** Ganzheitliche Handanalyse – Die Bedienungsanleitung für das Leben (*Jörg Rasch*)

**12:20 – 12:50 Uhr** Rückenschmerzen als Ausdruck einer leidenden Seele (*Petra Hornung*)

**12:55 – 13:25 Uhr** Möglichkeiten eines Naturschall-Akustikwandlers (*Rita Gerkens*)

**13:30 – 14:00 Uhr** 4 Säulen der Gesundheit – zellvital und energievoll leben (*Norman Zander*)

**14:05 – 14:35 Uhr** Theta Healing – löse Deine Glaubenssätze (*Alexandra Stein*)

**14:40 – 15:10 Uhr** Heilung der Ahnen (*Sophie Davin*)

**15:15 – 15:45 Uhr** Nutze die Seelenkraft deiner Inneren Familie (*Almut Resoma*)

**15:50 – 16:20 Uhr** Was Sie über Super Patches wissen sollten (*Anja Freese*)

**16:25 – 16:55 Uhr** Die heilende Kraft des Malens (*Hans-Joachim Kerres*)

## Raum U 3

**11:45 – 12:15 Uhr** Systemische Körperarbeit – Atmung und Berührung (*Bettina Sinreich-Dierks*)

**12:20 – 12:50 Uhr** Emotion-Code – Emotionale Altlasten pragmatisch lösen (*Sonia Sölch*)

**12:55 – 13:25 Uhr** Wertschätzende Kommunikation: Konflikt als Entwicklungschance! (*Marion Thishen-Hendess*)

**13:30 – 14:00 Uhr** Ein Leben lang gut sehen – mit natürlichen Methoden! (*Marita von Berghes*)

**14:05 – 14:35 Uhr** Chakrenharmonisierung mit ätherischen Ölen (*Sven Spenner*)

**14:40 – 15:10 Uhr** Bewusste Lebensführung durch innere Führung (*Karen Schönemann*)

**15:15 – 15:45 Uhr** Energieübertragung – gleiche dein Energiesystem aus (*Sina Springer*)

**15:50 – 16:20 Uhr** Die Füße als Landkarte deines Körpers! (*Laura Lingner*)

**16:25 – 16:55 Uhr** Ätherische Öle als Schlüssel zur inneren Welt (*Antje Lüdemann*)

## Raum U 2

**11:45 – 12:15 Uhr** Narben als Krankheitsursache (*Melek Möllenbeck*)

**12:20 – 12:50 Uhr** Frauenheilkunde mit Pflanzen und ätherischen Ölen (*Anne Hentschel*)

**12:55 – 13:25 Uhr** Yogische Numerologie. Erkenne und erhebe Dich! (*Barbara Teßmer*)

**13:30 – 14:00 Uhr** Pflanzenkommunikation, lichtvolle Essenzen für die neue Zeit (*Silke Krause*)

**14:05 – 14:35 Uhr** Natur, Mensch + Aufstieg in die 5. Dimension (*Lotte Neumann*)

**14:40 – 15:10 Uhr** Gesund alt werden mit Ayurveda (*Petra Isermann*)

**15:15 – 15:45 Uhr** Leben im Hier & Jetzt mit dem Jenseits (*Yoshika Uraji*)

**15:50 – 16:20 Uhr** Energiearbeit bei Demenz im späten Stadium (*Angelika Manou Drochner*)

**16:25 – 16:55 Uhr** Die Klangmassage mit alten singenden Klangschalen (*Thomas Eberle*)

## EMMETT-TECHNIQUE

*Muskeln entspannen, Selbstheilungskräfte aktivieren*



**D**ie Emmett Technique ist eine sanfte und einfühlbare Muskelentspannungs-Technik, bei der leichter Druck, auf spezifischen Emmett-Punkten, ausgeführt wird, um Schmerzen und Unbehagen zu lindern, Bewegung zu erweitern oder Verspannungen und Einschränkungen zu lösen. Dadurch kommen die inneren und äußeren Organsysteme des Körpers wieder in Balance und die Lebensqualität steigt. Sie wurde von dem Australier Ross Emmett entwickelt.

Die Methode lebt von ihrer Einfachheit und zeigt schnell Ergebnisse. Mit sorgsam gesetzten Griffen (welche hauptsächlich mit zwei Fingern

an sogenannten Emmett Punkten gesetzt werden) wird das Muskelgedächtnis aktiviert, Verspannungen gelöst und gleichzeitig der ganze Körper entspannt. Schnell – effektiv – sanft.

Gönnen Sie sich etwas Entspannung und überzeugen Sie sich selbst, wie schnell Veränderung gehen kann.

Ich freue mich auf Sie auf der Messe „Buddha & Balance“ in Wedel.

*Corinna Dorn*

*Tel.: 0160 94563324*

**Tipp:** Messe Angebot: 10 Minuten Kurzanwendung / 10 Euro  
Vortrag: Samstag 17:00 Uhr, Sonntag 12:20 Uhr

ANZEIGE



### Stärke Deine Wurzeln und wachse!

Ganzheitliches Coaching

Wo kommst du her, wo willst du hin?

Leben ist stetige Veränderung. Während wir mit einigen Veränderungen gut zurechtkommen, machen andere Ereignisse uns zu schaffen: Krankheit, Trauer, Trennung, Streit und andere traumatische Erlebnisse hinterlassen uns hilflos, wir sind nicht mehr in unserer Kraft, antriebslos, ratlos, blockiert.

Ganzheitliches Coaching hilft Dir, alte hinderliche Muster und Blockaden aufzudecken und aufzulösen. Marion Thishen-Hendess unterstützt Dich dabei, in Deine Kraft zu kommen. Finde dich selbst, entdecke Deine Wünsche, stärke die Wurzeln Deines Seins: Daraus kannst Du wachsen um Deinen eigenen Weg zu gehen.



Marion Thishen-Hendess ist zertifizierte Business-Coach, Reiki-Meisterin, ausgebildet in Tiefenentspannung, Geistheilung und Rückführungen. Sie verbindet klassisches Coaching mit spirituellen Elementen für ganzheitliche Persönlichkeitsentfaltung.

**Marion Thishen-Hendess Coaching | Training | Naturerleben**

Tel. 0157/83 45 65 73 • E-Mail: thishen-hendess@web.de  
www.ichgehemeinenWeg.de • kostenloses Erstgespräch

# Shiatsu BASIS-KURSE

## **Basis-Kurs Hamburg** 24. – 26. MAI + 7. – 9. JUNI 2024

**Ein Basis-Kurs A mit Dana Miesner**

Neben den theoretischen Grundlagen der Fünf Wandlungsphasen / der TCM und den Meridianverläufen steht die sofortige praktische Arbeit mit viel Freude am Erforschen bei unseren Kursen im Vordergrund. Dazu kommen grundlegende Behandlungstechniken und -positionen bzw. erste Erfahrungen zum Spüren von Verbindungen im Körper.

## **Shiatsu auf Amrum** 16. – 22. JUNI 2024

**Ein Einstieg in dein Shiatsu mit Jürgen Westhoff und Birte Ernestus-Holtkamp**

In der wunderschönen Umgebung werden wir mit allen Sinnen und vielen praktischen Übungen ins Shiatsu eintauchen. Das ermöglicht einen leichten Zugang zu dieser Berührungskunst, zu den Meridianen und Meditation und ermöglicht es uns die Verbindungen und Ebenen von Körper, Emotionen, Energetik und Psyche zu erfahren.

## **Summerschool Hamburg** 3. – 7. JULI 2024

**Fünf Tage wie in einem Urlaub ins Shiatsu eintauchen mit Anna Toni Weiße**

Mit viel Praxis, Körperübungen und Meditation in die Theorien zu Meridianen, der TCM und den Wandlungsphasen eintauchen, aufnehmen und mit einem gut gefüllten Gepäck an freudiger Erfahrung diese Summerschool in Hamburg als Reise zu sich verstehen.

**Für alle Kurse ist Bildungsurlaub möglich. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!**



**SCHULE FÜR SHIATSU HAMBURG**  
Schule der berührenden Künste

Infos & Anmeldung:

[www.schule-fuer-shiatsu.de](http://www.schule-fuer-shiatsu.de)

040 4301885 | [schule@fuer-shiatsu.de](mailto:schule@fuer-shiatsu.de)



## Sternenwesen auf dem Planeten Erde

*Manche von uns fühlen sich anders. Sie fühlen sich nicht dazugehörig oder wie „von einem anderen Stern“.*



**M**anchmal liegt das daran, dass die Seele wirklich nicht auf dem Erdenstern ihren Ursprung hat. Sie hat sich zwar in diesem Leben entschieden, hier zu inkarnieren, trägt aber die Erinnerung an ihren Heimatstern noch mit sich. Das führt für diese Menschen zu anderen Bedürfnissen oder zeigt sich auch in besonderen Fähigkeiten. Diese Wesen sind ein sogenannter „Starseed“.

Auf deinem Heimatstern mögen bestimmte Lebensbereiche völlig anders ausgeprägt sein als hier auf dem Erdenstern. Was für Möglichkeiten gibt es, sich dieser Erinnerung wieder voll bewusst zu werden? Wie kann man diese besonderen Fähigkeiten leben oder sich eine Umgebung gestalten, die für das Sternenwesen optimal ist?

*Selke Eichler*

[www.mazal-coaching.de](http://www.mazal-coaching.de)

### Starseed Coaching

In einem Online Starseed Coaching können wir gemeinsam herausfinden, warum du als Starseed dich so oft „fremd“ fühlst oder nicht so sein kannst oder möchtest wie „die anderen“.

In welchen Bereichen deines Lebens stößt du immer wieder auf die gleichen Hindernisse? Warum ist das so? Wie würde deine Lösung in diesem Lebensbereich aussehen, die für dich speziell passt?

## Seelenlesung

*Möchtest Du wissen, was gerade bei Dir wichtig ist? Hast Du Wünsche oder Fragen?*

**I**ch gehe über Deinen Seelenpfad in Deine AKASHA-CHRONIK und blicke in Dein Seelenbuch. Die Akasha-Chronik besteht aus jedem einzelnen Gedanken, der jemals gedacht wurde, und jeder Möglichkeit, die es jemals geben wird. Indem du Zugang zur Akasha-Chronik erhältst, kannst du mehr über deine vergangenen Leben erfahren, es könnte dir also helfen, dich auf spiritueller Ebene besser kennenzulernen.

**Was ist deine Absichten für den Zugang zur Akasha-Chronik.**

Nimm dir Zeit, um zu bestimmen, wonach du in der Akasha-Chronik suchst. Je fokussierter du in deiner Frage sein kannst, desto besser können Antworten gefunden werden.

Was möchtest du wissen und wie könnte dieses Wissen dir helfen? Kläre dies für dich. Wenn du nicht weißt, was du herausfinden möchtest, kann das zu einer unorganisierten Suche führen und es kann sein, dass es dir schwerfällt, Zugang zu hilfreichen Informationen zu bekommen.

**Mögliche Intentionen könnten beispielsweise sein, dass du verstehen möchtest, warum du unbeherrscht bist, damit du lernen kannst, dies besser zu kontrollieren, Klarheit über deine Ziele zu gewinnen, damit du eine wichtige Karriere-Entscheidung treffen kannst, oder dich auf deine Werte einzustimmen, damit du gleichgesinnte Menschen für Beziehungen finden kannst.**

In gesprochenen Worten und Bildern bringe ich das zu Dir, was Dir jetzt weiterhilft. Durch die Wandlung und die Erkenntnis kann Heilung und Friede gefunden werden.

*Christa Sellhorn [www.Christasellhorn.de](http://www.Christasellhorn.de)*

**Tipp:** Vortrag „Über Totengespräche und Jenseitskontakte“ | Sa, 16:25 Uhr  
**Messe Buddha & Balance**



SHANAAN  
SOUL CRYSTALS

**YOUR SOUL-MALA**

weil Du einzigartig bist  
So wie deine kostbare Mala, die  
für dich nach Thema, Human  
Design oder deinem Geburts-  
Chart geknüpft wird.

**YOUR SOUL ESSENCE**

weil Du einzigartig bist  
So wie dein kostbares  
Auraspray, das aus  
wertvollsten  
Ingredienzien,  
geschmeilt und nach  
deinem Human Design,  
Geburtschart oder  
bevorzugten Themen  
für dich hergestellt und  
liebevoll abgefüllt wird.  
Lass dich gern beraten!



Es ist mir jedes Mal wieder eine ganz besondere Freude, wenn ich den Auftrag bekomme, für einen lieben Menschen ein ganz spezielles Aura- und Bodyspray herzustellen oder eine persönliche Mala zu knüpfen. Deine persönlichen Aura Essenzen und deine Seelen-Mala kreiere ich für dich in einzigartiger Weise nach deinen Themen, dem Seelen Design, deinem Lebensplan oder deinem Business. Die kostbaren Essenzen der Aromatherapy und die Kristalle wähle ich nach deinem Geburts-Chart, deinem HUMAN DESIGN oder in einer persönlichen Beratung zu deinem Soulcode mit dir gemeinsam aus.

Natürlich bekommst du bei mir auch bereits vorgefertigte Seelenessenzen, Sprays, Malas und andere Kristallschätze. Ich freue mich darauf, dich kennenzulernen!

[www.shana-an.de](http://www.shana-an.de)



## NÄHRE DAS LICHT IN DIR UND DU BIST EIN LEUCHTTURM IN DER WELT



Sein inneres Licht zu erkennen kann auf ganz unterschiedlichen Wegen geschehen. Mit Reiki, mit der Unterstützung von ätherischen Ölen oder den himmlischen Energiedecken. Ich freue mich Dich auf der Messe oder in meiner Praxis kennen zu lernen.

Deine Dhana

Am Kielortplatz 13, 22850 Norderstedt ☎ 01515 4606622 [www.dhanas-aromapraxis.de](http://www.dhanas-aromapraxis.de)



## Die Kräfte deiner Seele

***Genauso wie dein Körper u.a. ein Hormonsystem oder Verdauungssystem hat, verfügt deine Seele über Kräfte (Energiesysteme), die entwickelt und gebraucht werden wollen.***

Dazu gehört deine **INNERE FAMILIE**. Mit ihr bist du in dir zu Hause, hast Wertschätzung und Liebe für dich, fühlst dich angenommen und vom Leben getragen.

Mit dem **INNEREN MANN** kannst du dich durchsetzen, schützen und ernähren. Mit der **INNEREN FRAU** entwickelst du Vorgehensweisen, fühlst du dich geliebt, geborgen und bist geduldig. Das **GÖTTLICHE KIND** trägt dein Urvertrauen und weiß, dass alles gut wird. Dein **INNERES KIND** ist Träger deiner Lebensfreude, Leichtigkeit, Neugier und Unschuld.

Damit du dich erkennen und deine Bestimmung leben kannst, stehen dir die Seelenkräfte der **4 INNEREN WEISEN** zur Verfügung.

Die Werkzeuge des **INNEREN SEHERS** sind Wahrnehmung, Intuition, Einsicht und Vision. Er schafft die Grundvoraussetzung für Entscheidungen.

Der **INNERE HEILER** prüft was lichten Sinn hat, aktiviert deine Regenerations- und Selbstheilungskräfte und lehrt dich mit einem offenen, mutigen, reinen und starken Herzen durchs Leben zu gehen.

Der **INNERE LEHRER** befähigt dich durch Objektivität, Klarheit und Urteilskraft aus deinen Erfahrungen zu lernen.

Mit deinem **INNEREN KRIEGER** stellst du dich dem Leben. Seine Werkzeuge sind Präsenz, Kommunikation und eine innere Einstellung, die auf das Gute, Wahre und Schöne ausgerichtet sind.

**Auf der Messe Buddha & Balance erzähle ich dir gerne mehr zu diesen wundervollen Seelenkräften.**

*Almut Resoma,  
www.energieheilkunde.de*

**Tipp:** Vortrag „Das Geheimnis deines inneren Heilers und Kriegers | Sa,14:05 Uhr  
Vortrag „Nutze die Seelenkraft deiner Inneren Familie“ | So, 15:15 Uhr

ANZEIGE



**Lichtkristalle der Neuen Zeit**  
IM AUFTRAG VON LICHTFÜRST METATRON

**Aktiviere deine spirituelle Entwicklung  
Erhöhe dein positives Lebensgefühl  
Verbinde dich mit Lichtwesen**

**Litios®-Lichtkristalle  
& Lichtdiamanten  
der neuen Zeit**

sind energetische  
Lichtprodukte

erhöhen die  
Lichtschwingung  
in Aura & Räumen

aktivieren kristallines  
Lichtbewusstsein in dir

Seminare • Meditationen  
Events • Vorträge • Messen  
Chakra- & Aura-Harmonisierungen  
Geistige Licht-Operationen  
Energetische Hausharmonisierungen

 **Litios®-Lichtkristalle**  
88690 Oberuhldingen | +49 (0)7556 92 90 80  
[www.Litios.com](http://www.Litios.com)





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 informiert 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/](http://www.anja-freese.de/termine/)

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

## ? 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.

# LUMIVITAE

## Licht des Lebens

*Ein Produkt (aus) der Zukunft*

**S**abine und mich verbindet eine tiefe gegenseitige Wertschätzung. Im Januar begegnen wir uns. Mit leuchtenden Augen und sprühender Begeisterung erzählt sie mir, dass sie in Dänemark eine Schule gekauft hat, um einen Raum zu schaffen für jeden spirituell Interessierten und Familien, die nach praktischen Heilungsansätzen suchen.

### **B&B: Liebe Sabine, wie geht es dir?**

„Barbara, so viel Neues und Außergewöhnliches fließt seit dem Umzug nach Dänemark in mein Leben, mein Herz singt und tanzt vor Freude.“

### **B&B: Das klingt ja spannend.**

#### **Was hast du entdeckt?**

Es geht um Wasser. Das Element Wasser hat in unserem Leben eine große Bedeutung. Oft sprechen wir „vom Fluss des Lebens“ und meinen damit, dass wir Blockierungen wieder ins Fließen bringen möchten. Wasser reinigt unseren Körper von Giftstoffen. Deswegen sind Qualität und Reinheit des Wassers, welches wir zu uns nehmen, von hoher Bedeutung. Je klarer und energetisch hochwertiger ein Wasser ist, desto klarer sind die Energien, die durch unseren Körper fließen.

### **B&B: Wie erhalten wir möglichst hochwertiges Wasser?**

Jetzt kommen wir zu dem, was ich entdeckt habe. Und die Resonanz auf dieses Produkt ist einfach überwältigend. Persönlich habe ich u.a. die Erfahrung machen dürfen, dass meine Hautkrankheit Vitiligo (weiße Hautfleckenkrankheit) wesentlich verbessert wurde, d.h. die weißen Hautflecken haben sich verringert. Das ist schlichtweg großartig und erfüllt mich mit tiefster Dankbarkeit.

### **B&B: Wie hat das funktioniert?**

#### **Bitte konkret!**

Es geht um einen Paradigmenwechsel durch molekularen Wasserstoff. Molekularer Wasserstoff ist ein natürlich vorkommendes Element. Das erste Molekül des Universums, welches alles Leben geschaffen hat und erhält. Unser Körper besteht zu 99% aus Wasserstoff. Wenn der Körper nach Wasser fragt, fragt er eigentlich nach Wasserstoff.

Und was dieser in unseren Zellen alles bewirken kann, ist großartig.

### **B&B: Wie bekommen wir mehr Wasserstoff?**

LumiVitae ist eine Cellpower-Flasche. Eine



Zur Person: Sabine Sothmann ist eine außergewöhnliche Frau, deren in sich ruhende Präsenz eine heilsame Wirkung hat. Sie ist eine Visionärin und leistet insbesondere in ihrer Arbeit mit Kindern Pionierarbeit.

absolut innovative Lösung mit einem einzigartigen Elektrolyseverfahren, das mit niedriger Voltspannung den molekularen Wasserstoff in die Flasche bringt. Aufwendig kalibrierte Magnete simulieren im Sockel das natürliche Magnetfeld des Erdkerns. Mit dem High-Tech-Frequenzdeckel stellst du ein, was der Körper gemäß der Tageszeit benötigt: Energy & Recovery und als dritte Stufe die LumiVitae-Frequenz, welche die Wellenlänge der Sonne nachahmt.

Es ist ein kleines Universum in der Flasche!

**Das geniale:** Die Flasche beleuchtet das Wasser in unterschiedlichen Farbtönen, so dass hier als weiteres Highlight die Kraft der Farbtherapie greift.

**B&B: Wie erhalte ich die Cellpowerflasche?**

Du kannst sie über mich bestellen.

**B&B: Gibt es etwas, dass du dir für die Menschen wünschst?**

Ich schaffe hier in Dänemark eine Begegnungsstätte für Eltern und Kinder, um u.a. Kreativität und Spiritualität ganz natürlich mit dem Alltag zu verbinden. Hier entsteht ein Ort, an dem Eltern mit Kindern eingeladen sind, die besonderen Fähigkeiten der Kinder zu erkennen und schon fühlt sich dieses Kind gesehen und kann sich beeindruckend entwickeln.



**Weiterführende Informationen und Kauf:** Lasse dich von Sabine in einen neuen und bewussten Seinszustand führen. Ein weiterführendes Gespräch mit ihr zu ihrem Wirken und dem Produkt LUMIVITAE ist unverzichtbar | Tel.: +49 – 1575 – 240 70 14  
info@sabinesothmann.de | <https://sabinesothmann.de/lumivitae/>

### THETA HEALING®

**H**ast Du Lust Dich aus alten Mustern zu lösen? Möchtest Du Dich freier und selbstbestimmter fühlen? Fühlst Du Dich oft ausgelaugt? Grollst Du jemanden oder begegnen Dir immer wieder gleiche Themen in Deinem Leben? Leidest Du unter Migräne? Es gibt immer Möglichkeiten in unserem Leben! Es ist immer unsere Wahl! Wir kreieren unsere Umstände, nicht das Außen, wie wir es gerne mal denken

**Theta Healing® ist eine spirituelle Heil- und Meditationstechnik. Wir können uns dadurch mit der ursprünglichen Ebene verbinden und so Veränderung in unser Leben kreieren.**

Vielleicht hast Du ein Thema in Deinem Leben, was Du gerne verändern möchtest, oder Du möchtest Dich mit Deinem Dich schützenden Kräften verbinden oder einem Ahnen? Oder Du hast ein gesundheitliches Problem, was du gerne auflösen möchtest?



Wir nutzen die Thetagehirnwelle, indem wir in einen meditativen Zustand gehen, um auf Dein Unterbewusstsein zugreifen zu können. Denn viele Situationen in unserem Leben passieren unbewusst. Wir haben in unserem Unterbewusstsein viele Situationen abgespeichert, die uns als Fakten gelten. Im Hier und Jetzt beeinflussen sie unsere Handlungen. Es sind Muster, die wir leben und die uns oft gar nicht bewusst sind. Sie schränken uns ein oder halten uns davon ab, das zu erreichen, was wir im Hier und Jetzt erreichen wollen.

*Alexandra Stein*

*www.friseur-mithaarundseele.de*

**Tipp:** Vortrag „Theta Healing – löse deine Glaubenssätze!“  
**Messe Buddha & Balance**, Sa, 15:50 Uhr und Sonntag, 14:05 Uhr

ANZEIGE

## Verbundenheit: Du bist ein Teil des Ganzen



In der Natur ist alles verbunden und mit meinen Angeboten lade ich dich ein, dieses Gefühl kennen zu lernen. In der Natur biete ich **Wyda**, ein keltisches Baum-Yoga an um sich in Harmonie zu bringen und direkt mit Bäumen in Kontakt zu treten. Beim **Waldbaden** lassen wir los und können so in das Waldgefüge aufgenommen werden.

## Wyda, Waldbaden, 12 Chakren Aktivierung

Die Erde befindet sich im Aufstieg in höhere Dimensionen und wir als Menschen gehen oder helfen mit. Bereite dich vor und **aktiviere die 12 Chakren der neuen Zeit**.

Verbinde dich innig mit Himmel und Erde.

Als Lehrerin der Diana Cooper School of White Light biete ich Online-Workshops zu den 12 Chakren und **Meditationen mit Drachen oder Engeln** an.

**Lotte Neumann**, [www.lotte-wyda.com](http://www.lotte-wyda.com)

Parnaßweg 9, 22880 Wedel, 04103-1887599



# Spirituelle Heilkunde

Sanfte Methoden zu helfen



## Yogische Numerologie

Yogische Numerologie offenbart den Menschen ihren Lebensweg, dient dem persönlichen Wachstum, schenkt einen Blick auf Potenzial, Begabungen, Wesenszüge.

**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](mailto:info@stille-und-glueck.de)



[WWW.STILLE-UND-GLUECK.DE](http://WWW.STILLE-UND-GLUECK.DE)

## Die Weisheit der Pflanzen & die Aktivierung unserer Schöpferkraft

**S**eit ich fühlen kann, stehe ich in tiefer Verbindung mit Pflanzen und ihren Wesenheiten. Meine Gabe ermöglicht es mir, die innere Natur eines Menschen mit der äußeren zu verbinden und an seine Quelle zu erinnern. Das Alte Wissen von Mutter Erde führt mich dabei.

Das Geschenk, mit Pflanzen zu sprechen, wurde mir in die Wiege gelegt. Vor 10 Jahren, nach meinem Biologie-Studium und diversen Schulungen bei verschiedenen Lehrern, rief mich die Pflanzenwelt zu sich. Naturwesen führten mich zum Wolfstrapp und ich erhielt eine Einweihung und einen Auftrag für die neue Zeit: „Bringe das alte Wissen der Pflanzen und ihre Botschaften zu den Menschen.“

Damit waren die krause flora® Uressenzen geboren. Aus heimischen Pflanzen wachsend an Kraftorten in der Natur – hier entfalten sie ihre größte Intensität, werden sie in Dankbarkeit hingegeben an die Rhythmen von Sonne und Mond geschöpft. Pflanzen, die uns umgeben, üben eine besondere Kraft auf uns aus. Bringen wir ihnen Wertschätzung, Achtsamkeit und Dank entgegen, können sie wahrhaft heilsam wirken. Daher sind diese Pflanzenessenzen lebendig, kraftvoll und klar. Intuition, Erfahrung und fundiertes Wissen fließen in ihnen



zusammen. Sie „wecken“ und halten den Fokus im Jetzt, in der Präsenz. Sie kamen für diese Zeit. Nun liegt es an uns, unsere Gegenwart und Zukunft neu zu gestalten. Welche Chance! Dazu braucht es Mut und Entschlossenheit, Liebe und das Annehmen unserer Schöpferkraft sowie das Vertrauen in deine heilige Intuition, in dein fühlendes Herz. Nimm deinen Platz ein, mit diesen Schwingungsesenzen fällt es leicht. Sei bereit für den Neubeginn, sei ein Leuchfeuer in dieser Zeit – denn Du bist wichtig.

Finde deine dir ur-eigene Seelenpflanze. An meinem Stand (Messe HH-Wedel) berate ich dich und stelle gern den Kontakt mit den Pflanzenwesen her.

Als Diplom-Biologin, Visions-sucheleiterin, Natur- und Wildnispädagogin, Heilkräuterkundige und einiges Wilde mehr unterstütze ich dich auf deinem Weg. Ich bilde auch Essenzenberaterinnen aus und vermittele den energetischen und feinstofflichen Zugang zu den Pflanzen.

*Silke Krause*

[www.krauseflora.de](http://www.krauseflora.de)

[www.wildekrause.de](http://www.wildekrause.de)



**Tipp:** Vortrag „Pflanzenkommunikation, lichtvolle Essenzen für die neue Zeit“  
**Messe Buddha & Balance** | Sa, 11:45 Uhr und So, 13:30 Uhr

# Entdecke die Kraft des Qi

- Löse Schmerzen und Stress
- Tanke neue Energie
- Lindere Angstzustände und Depression
- Unterstütze dein Immunsystem
- Stelle Ruhe und Gleichgewicht wieder her



SCAN ME

  
Sun Kyeong

Zum Messepreis probieren  
**20 € Rabatt**

Expert Praktikerin 50€ (statt 70€)  
Qi Praktiker 30€ (statt 50€)




*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](http://www.practitioner4life.net)



*Sonia J. Solch*  
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](mailto:mail@practitioner4life.net), 0163-6828 397

## Heilung, mediale und sensitive Beratung

### Dein Weg zu Selbstheilung und Balance

Du bist auf der Suche nach innerer Balance und der eigenen Bestimmung? Dann kann eine mediale Beratung dein Weg zu Weisheit, Selbstheilung und Lebensfreude sein.

Als Praktizierende für Reconnective Healing® und spirituelles Jenseitsmedium biete ich dir diese mediale Unterstützung an und kann dir damit einen Zugang zu existenziellem Wissen eröffnen. Wir alle leben in aufregenden Zeiten voller Wandel und spüren den Wunsch nach Rückkehr zu einem Gleichgewicht auf allen Ebenen. Gemeinsam finden wir den Weg, der für dich bestimmt ist.

### Eine Verbindung in die geistige Welt

Die Seele ist unsterblich, denn der Tod ist lediglich eine Exkarnation in eine neue Daseinsebene. Vergeht der Körper im Sterben, so steigt gleichzeitig ein Energiekörper auf und geht über in eine neue Dimension. Hier findet die Seele ihr Zuhause, bis sie sich für eine neue körperliche Existenz entscheidet. In Sitzungen mit Jenseitskontakten wird immer wieder der Beweis erbracht, dass es ein Leben nach dem Tod gibt und es möglich ist, mit Verstorbenen in Kontakt zu treten.

Trauernde können durch Jenseitskontakte in ihrer Trauerbewältigung Trost und Zuversicht erhalten. Sie können erfahren, wie es Verstorbenen geht, konkrete Fragen stellen und offene Missverständnisse klären. Oft steht das Thema Vergebung im Vordergrund.

*Yoshika Uraji*

[www.licht-liebe-heilung.de](http://www.licht-liebe-heilung.de)

**Tipp:** Vortrag „Leben im Hier & Jetzt mit dem Jenseits“  
**Messe Buddha & Balance** | Sa, 17:35 Uhr und So, 15:15 Uhr

ANZEIGE



## Zaubersteine für die Seele



### Ina Wißmann

- Steinheilkundliche Ausbildungen
- Seminare zu Edelsteinen & Kristallen
- Edelstein Shop mit hochwertigen Steinen

On- und  
Offline

Im Gehege 21 • 21256 Handeloh • Tel. 04188 – 44 44 536  
Mail: [steine@ina-wissmann.de](mailto:steine@ina-wissmann.de) • Web: [www.ina-wissmann.de](http://www.ina-wissmann.de)



## 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 Gohrde  
05863-983051

[www.angelikadrochner.de](http://www.angelikadrochner.de)  
[kontakt@angelikadrochner.de](mailto:kontakt@angelikadrochner.de)

[www.tierundmensch-manou.de](http://www.tierundmensch-manou.de)  
[kontakt@tierundmensch-manou.de](mailto:kontakt@tierundmensch-manou.de)

## Chakrenausgleich und Auraheilung - für Wellness und Vitalität -

Reinigung  
Erdung, Stabilität  
Schutz  
Anbindung  
Energie  
Harmonie  
für Chakren und Aura

in Präsenz, online oder telefonisch

Heilpraktikerin Rita Gerkens, [www.ritagerkens.de](http://www.ritagerkens.de)  
[rita-gerkens@web.de](mailto:rita-gerkens@web.de), +49 152 020 676 25, Hamburg

www.aumdevi-triyoga.de



Seelenreise  
auch online

Shop  
www.aumdevi-triyoga.de/  
AumDeviShop/  
Seelenreisen  
www.aumdevi-triyoga.de/  
theme/seelenreise.php



**aum. devi**  
Julia von Windheim  
TRIYOGAZENTRUM AM WALD

**Erlebnis Seelenreise**  
lausche den zauberhaften  
Botschaften!

**Messe Buddha & Balance**  
Sa um 15:15 Uhr

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



## Die sanfte Frau

**W**ir Frauen haben verlernt sanft, weich und zart zu sein. Durch unsere Mütter und weiblichen Ahnen haben wir oft gelernt mehr die männliche Stärke und das kontrolliert sein zu leben. Dabei haben wir ganz vergessen, dass auch die weibliche Seite eine sanfte, weiche und zarte Stärke hat. Erst die weibliche und die männliche Stärke zusammen macht uns ganz. Das Leben der weiblichen, sanften und zarten Stärke kombiniert mit der männlichen Kraft ergibt die ganze Frau. Sich zu erlauben diese Sanftheit, Zartheit und Weichheit wieder ins eigene Frauenleben zu bringen schenkt jeder Frau Ruhe und Gelassenheit, innere Stärke und inneren Reichtum. Wahre Weiblichkeit ist der Mut, sanft und liebevoll zu sich selbst und zu anderen zu sein... Diese sanfte Stärke (Barmherzigkeit und tiefe Liebe) ist eine unendliche Kraft, die neues Leben zur Welt bringt und aus der Tiefe schöpft. Der Weg dorthin führt dich über das Fühlen, Spüren und Wahrnehmen deiner Wünsche und Bedürfnisse als Frau. Zartheit, Sanftmut, Sinnlichkeit, Empfänglichkeit und Sexualität sind Facetten deines weiblichen Wesens. Die Annahme der Frau in dir bedeutet, sie zu respektieren, dazu zu stehen und sie zu leben. Finde wieder deine sanfte, zarte und weiche Frau in dir. Ich freue mich, wenn ich dich durch meine Arbeit damit begleiten kann und darf. *Anja Wio*

**Typ:** Vortrag „Heilende Begleitung nach sexuellem Missbrauch“ | Sa, 12:55 Uhr  
Messe Buddha & Balance



## Die Messe der neuen Zeit für Gesundheit, Wohlbefinden und bewusstes Leben

### Wann?

Samstag, 22.06.2024  
Sonntag, 23.06.2024

### Wo?

Sasel-Haus  
Saseler Parkweg 3  
22393 Hamburg



### Öffnungszeiten

Samstag, 11 - 18 Uhr  
Sonntag, 11 - 17 Uhr

### Eintrittspreise

Tagesticket: 7 Euro  
TT ermäßigt: 4 Euro  
Schüler, Studenten, Senioren

## Was erwartet Sie?



### 60 Aussteller

...aus den Bereichen  
Gesundheit, Spiritualität  
und weiteren Branchen  
freuen sich auf Sie!



### Vorträge

Lauschen Sie einer  
Vielzahl von Vorträgen zu  
vielfältigen Themen in 2  
Vortragsräumen



### Gastronomie

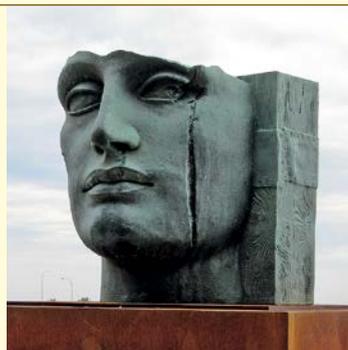
Das Café Pause im Sasel  
Haus wird mit leckeren  
Snacks, Kuchen und  
Getränken für Sie sorgen



ANBEGINN Buchhandlung & Beratungspraxis  
Yvonne Lehner  
Schmuggelstieg 39 - 22419 Hamburg  
Tel: +49 (0)40 94 36 72 66  
info@yvonne-lehner.de - www.messe-anbeginn.de



# Krank durch Narben



**Wie viele sichtbare und unsichtbare Narben haben Sie? Kaiserschnittnarbe, Blinddarmnarbe, Mandeloperation, Leistenoperation, Bauchspiegelung, Sportverletzung, Knochenbrüche, Piercing, Tattoo, ...**

**D**ie Lebensenergie Chi, fließt in Bahnen, die als Meridiane bezeichnet werden. Meridiane stellen an der Oberfläche und in der Tiefe des Körpers ein weit verzweigtes und vernetztes System von Kanälen dar, in denen das Chi zu allen Organen, Muskeln und Körperzellen fließt. Ein gleichmäßiges Fließen der Energie bedeutet Gesundheit und Stabilität für den Körper.

Die zwölf paarig angelegten Meridiane, je Körperhälfte, bilden einen Energiekreislauf, die alle miteinander verbunden sind. Jeder Meridian übernimmt die Energie jeweils vom Vorgänger und gibt sie an den Nachfolger ab. Dabei werden alle Meridiane in 24 Stunden mit Energie versorgt. Kommt es zum Beispiel durch eine Narbe zur Unterbrechung eines Meridians, ist unterhalb der Narbe ein Energiestau in Energieflussrichtung und ein Energiemangel oberhalb der Narbe. Daraus resultiert ein Energiemangel im nachfolgenden Meridian, wodurch der Energiekreislauf immer mehr aus dem Gleichgewicht kommt. Narben können eine Vielzahl an Beschwerden verursachen. Dazu gehören z.B. Akute oder chronische Schmerzen, Schlafstörung, Energielosigkeit, Migräne.

## Fallbeispiel Blinddarm-Narbe

Die Blinddarmnarbe unterbricht den langen Milz-Pankreas Meridian und den Leber- Meri-

dian. Dabei kann es zu Schmerzen entlang der Meridiane kommen.

### Mögliche Beschwerden des Milz-Pankreas Meridian:

- Schmerzen an der großen Zehe
- Knöchelschmerz
- Innenmeniskus Probleme
- Leistschmerz

Da wir wissen, dass die Energie in einem Kreislauf miteinander verbunden ist, kann es zu Beschwerden im nachfolgenden Herz-Meridian kommen, die wie zum Beispiel, Axillarer Lymphstau, Ellenbogenschmerzen, Brennen in der Handinnenfläche sein können. Des Weiteren kann es zu Beschwerden im Oppositionsmeridian, dem Drei- Erwärmer Meridian kommen, die sich in Handgelenksbeschwerden, Schleimbeutelentzündung, Schulter-Arm-Syndrom, HWS-Beschwerden, Tinnitus kann.

Ziel der Behandlung durch die Akupunkt-Massage nach Penzel (Kurz APM) ist, die Energien in den unterbrochenen Meridianen durch das Ausstreichen mittels eines Metallstäbchens wieder ins Fließen zu bringen, damit eine nachhaltige Narbenentstörung möglich ist, und der Körper wieder in sein Gleichgewicht und in seine Gesundheit kommt.

*Melek Möllenbeck  
www.apm-moellenbeck.de*

**Tipp:** Vortrag „Narben als Krankheitsursache!“. **Messe Buddha & Balance** | Sa um 12:20 Uhr | So um 11:45 Uhr

# MEIN NEUER WEG

mit **BioTaBa**  
Biografie, Tanz, Balance

BioTaBa findet  
Anwendung z.B. bei:  
Erschöpfung, Schmerzen,  
Ängsten, Konflikten oder  
Chaos im Leben. Körper,  
Geist und Seele sind die  
Wegweiser zu Deinem Ziel.

**ICH FREUE MICH  
AUF UNSERE  
ZUSAMMENARBEIT.**



## GESUNDHEITSPRAXIS HEILKUNST

**Wer bin ich? Wo stehe ich? Wo will ich hin?**

**Und – wie kann ich das schaffen?**

Erzählen und Erfassen. Hören und Annehmen. Wollen und Fühlen.  
Üben und Tun. Mit Hilfe von BioTaBa lernen, DEIN Leben in die  
Hand zu nehmen – DEIN Ziel zu finden – DEIN Leben zu leben.



**Anja-Bettina Wieth** Gesundheitspraktikerin(BfG) • Biografieberaterin • BodyTalkSystem

Nach Absprache: Im Wiesengrund 15 • 25336 Klein Nordende • Tel: 04121-276 82 25 • [www.meinneuerweg.me](http://www.meinneuerweg.me)



Mit der Heilkraft  
ätherischer Öle  
Körper und Seele verbinden  
und stärken

**dōTERRA**  
Wellness Advocate

[www.spenner-vital.com](http://www.spenner-vital.com)

## Dein Körper mag es nicht, ignoriert zu werden!

**B**ist du ein Mensch, die die meiste Zeit des Tages vor dem Computer sitzt? Oder, der sich nie beschwert, egal wie schwierig die Situation ist, in der du dich befindest? Oder Schmerzen und Beschwerden einfach ignorierst, indem du eine Pille, ein Stück Schokolade oder ein Glas Wein zu dir nimmst? Zweifelst du am Sinn der Anstrengungen, die du im Leben unternimmst? **DANN IST ES WAHRSCHEINLICH, DASS DEIN KÖRPER NACH AUFMERKSAMKEIT SCHREIEN WIRD.**

Heutzutage wird unser Körper meist als effiziente Maschine betrachtet, die in Form gehalten werden muss. ...in Gestik, Kleidung, Bewegung, Form und ... in seinen Krankheiten. Das Wort „Krankheit“ aus dem Lateinischen bedeutet,

dass man keinen Spielraum hat – nicht entspannt ist. C.G.Jung sagte, die Krankheit sei die Sinnlosigkeit.

Es gab aber Zeiten, in den der menschliche Körper eine Verkörperung der Seele war. Unsere gemeinsame Arbeit beginnt damit, dich zu entspannen und Raum für deinen Körper, deine Gedanken und deine Gefühle zu schaffen. Durch körperliche Berührung, verbunden mit Erforschung der Themen und Gefühle, die gehört werden wollen, finden wir den Sinn deiner körperlichen Symptome und wie sie dich mit der Welt verbinden.

**DU BIST NICHT ALLEIN UND UNERKANNT!**



**Weiterführende Informationen:** Iwona Liberek | Heilpraktikerin für Psychotherapie | Zertifizierte Praktikerin der Pantarei Approach und Grinberg Methode 2. Level | Tel: +49 (0)162 235 63 72 | Mail: kontakt@iwona-liberek.de | [www.iwona-liberek.de](http://www.iwona-liberek.de)

## Trauer ist das Glück geliebt zu haben

**W**ir alle erfahren immer wieder Verluste. Wir verlieren geliebte Menschen (Eltern, Sternenkinder), Tiere, den Job, Freunde, usw. Jeder dieser Verluste – ob groß oder klein – hinterlässt in uns eine Trauer, einen Schmerz und somit eine Wunde im Herzen.

Ungelebte Trauer ist die Ursache für Schmerz, Schuldgefühle und ein Gefühl der Schwere. Sie macht uns wütend, zornig oder traurig, ohne dass wir wissen, warum. Das Leben wird uns die Trauer über unsere Gefühle immer wieder ins Bewusstsein holen, damit wir die Chancen und Möglichkeiten wahrnehmen, sie zu wandeln. Gelebte Trauer ist der Schlüssel zu Leichtigkeit

und innerem Frieden. Traue dich, der Trauer zu begegnen und öffne dich für die Leichtigkeit, die Freude, dem inneren Frieden und der Freiheit, die als Geschenke dahinter auf dich warten. Niemand – gerade unsere geliebten Verstorbenen – möchten nicht, dass du dein Leben schwer und traurig machst.

Es ist Zeit, jeder Trauer und jedem Schmerz deine Aufmerksamkeit zu schenken, so dass sich für dich ein neuer Weg öffnet: Dein Weg, in Leichtigkeit und Frieden. Ich freue mich, wenn ich Dich auf diesem Weg begleiten darf. *Bettina Wilke*  
[www.bettina.wilke.de](http://www.bettina.wilke.de)



**Tip:** Vortrag „Gelebte Trauer – Schlüssel zur Leichtigkeit!“.  
**Messe Buddha & Balance** | Sa um 17:35 Uhr



**Beratung Schönemann**  
empathisch | authentisch | wertschätzend



## Bewusste Lebensführung durch *innere* Führung

Für Interessierte und Menschen in heilenden und beratenden Berufen

Die Fortbildung geht mit Ihnen feinfühlig und mit Leichtigkeit in die Tiefe und bringt Ihre Schätze an die Oberfläche. Selbsterfahrung und praktische Anleitungen geben Ihnen wertvolles methodisches Know-How an die Hand. Bringen Sie Ihr persönliches Wachstum auf ein neues Level.

### Termine 2024/2025

**13./14.09.** Modelle des Bewusstseins

**18./19.10.** Gefühle fühlen als Methode

**22./23.11.** Spiegelmodelle

**13./14.12.** Eine starke innere Führung zu entwickeln.

**10./11.01.** Aufstellungen

**Ort:** Novum Akademie Kiel

### Karen Schönemann

Diplom Sozialpädagogin,  
Partnerschafts- und  
Lebensberaterin,  
Coach und Kursleiterin

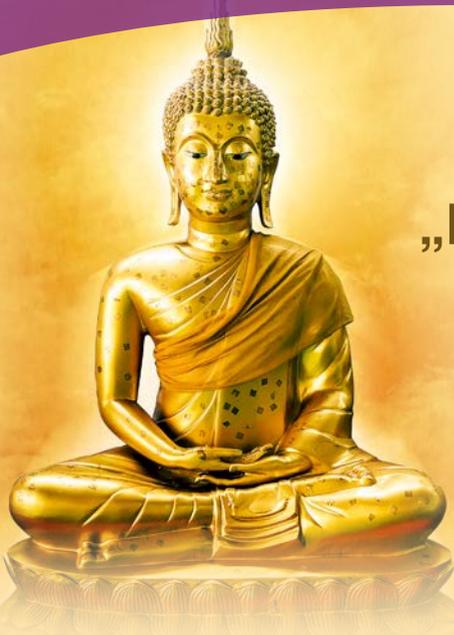
Am Tannenberg 30, 24106 Kiel  
0176 24932391

[www.beratung-schoenemann.de](http://www.beratung-schoenemann.de)  
[info@beratung-schoenemann.de](mailto:info@beratung-schoenemann.de)

*„Triff deine  
Entscheidungen bewusst  
– sonst tut es dein  
Unterbewusstsein.  
Mit dem Ergebnis  
bist du vielleicht nicht  
zufrieden.“*



# Vorausschau



Die nächste Ausgabe  
**„Buddha & Balance“**  
**Das Magazin**

erscheint am

**30. August 2024**

Anzeigenschluss:  
30. Juli 2024

**Die nächsten „Buddha & Balance“  
Messen finden statt am:**

**12. und  
13. Oktober 2024**

**Bürgerhaus Appen**  
Hauptstr. 79  
25482 Appen

**22. und  
23. Februar 2025**

**Burg Seevetal**  
Göhlenbach 11  
21218 Seevetal

Kontakt: Barbara Teßmer Tel.: 04122 – 817 22  
info@stille-und-glueck.de [www.stille-und-glueck.de](http://www.stille-und-glueck.de)



*Durch die  
Ausrichtung  
auf die Liebe  
in uns, stehen wir  
in direktem  
Kontakt zu  
unserem  
wahrhaftigen Sein.*



Boris Lukács

DAS MAGAZIN

# Buddha & Balance

ZENTRIERUNG



LEBENSSTÄRKE



EINBLICKE



WUNDER



BEGEGNUNG



KLARHEIT



GLÜCKSMOMENTE

**Finde die Stimme deiner Seele!**

FÜR MENSCH . TIER . WOHNRAUM