

### **3. 12. - Shaolin QiGong Workshop**

Der Weg der Achtsamkeit!

Shaolin QiGong in der über 3000-jährigen chinesischen Tradition - Workshop zum Kennenlernen. Shaolin QiGong ist die Mutter der TCM (Traditionellen Chinesischen Medizin). In der chinesischen Tradition ist der Mensch dann gesund, wenn Körper, Geist und Seele in Harmonie sind. QiGong ist eine Methode, diese Harmonie herzustellen/zu erhalten und Lebensenergie - Wu Qi - aufzunehmen. „Qi“ ist die „Energie“ und „Gong“ bedeutet „Arbeit“ oder auch „Meisterschaft“, d.h. wir „arbeiten“ mit Qi und erlangen durch regelmäßiges Praktizieren die „Meisterschaft“.

Ab und zu dürfen wir innehalten, um unserer Seele Gelegenheit zu geben unseren Körper wieder einzuholen, damit wir wieder in Harmonie und seelischen Ausgleich gelangen.

MEDITATIONEN in Bewegung & in Stille

INFO & ANMELDUNG <https://qigong-bayern.com> , [info@qigong-bayern.com](mailto:info@qigong-bayern.com) , 0160/2928225

Hohenpeißenberg, 14h - 18h

### **7. 12. - TANZ DES HERZENS - Heilsame Tanzmeditation**

Tanz des Herzens entsteht aus der Berührtheit des Herzens und bewegt sich in die Tiefe unseres Seins. Für mich ist es Meditation in seiner schönsten Form ;o)

Jede Woche bringen wir ein anderes Thema in Bewegung... und damit in die Transformation und Heilung. Tanzen ist heilsam...

es tut so gut, ganz nach Innen zu spüren, den Körper frei von Innen bewegen zu lassen und zu fühlen, wie das Herz weich und weit wird.

Oft tauchen Erkenntnisse auf, Themen werden gelöst, wir erfahren tiefe Liebe, fühlen innere Freiheit und wahre Freude - unabhängig von äusseren Umständen. Es ist eine ErINNERung an unsere wahre Essenz... die uns wieder leichter durch's Leben tanzen lässt...

Fühl dich willkommen, einfach mal unverbindlich dabei zu sein.

weitere Info & Anmeldung: Christina Frölkling, 0179-7842351, [tanzdesherzens@mail.de](mailto:tanzdesherzens@mail.de)

Mein Telegram-Kanal: [t.me/erINNERungESSENZ](https://t.me/erINNERungESSENZ)

Diessen am Ammersee, in einem neuen schönen Raum, Mittwochs 10 - 11:30 Uhr

### **7. 12. - \* A t e m - E x p e r i m e n t \* zum Ausprobieren!**

BREATHWORK-Schnupperkurse - im Winter monatlich:

\* **07.12. / 11.01.2022** \* - **BAD KOHLGRUB** - bei Murnau, Haus Ammertal

\* **21.12. / 12.01.2023** \* - **STARNBERG** - lebens.raum Söcking

Jeweils 18:30 bis 21:30 Uhr.

Verbundenes Atmen („Kessler Breathwork“) zum Energie auftanken für ein starkes Immunsystem.

Für Urvertrauen und den Mut, das eigene Potenzial zu leben.

Für ein höheres Schwingungsbewusstsein und damit mehr Gelassenheit und Freude im Alltag.

Spezieller Kennenlern-Preis pro Abend.

Gute Gelegenheit, die Inhalte der Atem-Ausbildung, die gleichzeitig eine

persönliche Ent-Wicklungs- & Heilungsreise ist, kennenzulernen. (Start: Februar 2023).

INFO & ANMELDUNG: [info@SusanneScheuer.de](mailto:info@SusanneScheuer.de) // TEL: 08151 - 918975 // [www.susannescheuer.de](http://www.susannescheuer.de)

### **10. 12. - Workshop DIVE DEEP**

Lerne Deine Schatten kennen - Vom Weg des Unbewussten ins Bewusste!

2-Tages Workshop Intro - Die Veränderung beginnt in uns Selbst

Lerne deine Lebensmuster kennen und löse Deine Schatten auf, indem Du sie ins Licht bringst. Verändere Deine Zukunft durch das Loslassen der Vergangenheit. Wenn Du Deine Urwunde heilst, musst Du sie nicht in der x-ten Variante immer wieder erleben. Lade wieder Licht und Liebe in Dein Leben ein.

Die Veränderung beginnt bei Dir.

INFO & ANMELDUNG <https://thefourwinds-shaman.de> , [info@thefourwinds-shaman.de](mailto:info@thefourwinds-shaman.de) , 0160/2928225

Hohenpeißenberg, Sa 10.12.22 / 14h - 18h

### **10. - 11.12. DANKBARKEIT - eine Umarmung für Deine Seele**

Wochenend-Seminar von und mit dem SeelenSchamanen Karl-Heinz Glas

Dankbarkeit ist der Schlüssel zu mehr Lebensfreude.

An diesem Wochenende führe ich Dich in die Geheimnisse der Dankbarkeit ein. Ich zeige Dir, wie Du durch Dankbarkeit Dein Seelenwohl finden kannst. Du bekommst umfangreiche Werkzeuge an die Hand, mit deren Hilfe Du die Kraft der Dankbarkeit, spielerisch und mit Leichtigkeit, für Dich nutzen kannst.

Inkl. Seminarunterlagen - Kaffee, Tee und Kuchen, Max: 12 Personen

INFO & ANMELDUNG: [gluecklicher@khglas.de](mailto:gluecklicher@khglas.de) // 0171 9950633 // [www.khglas.de](http://www.khglas.de)

Weilheim, Atelier MAL-Anders, Ledererstr. 2 , jeweils 09:30 bis ca. 18:00 Uhr

### **11. 12. - Mit dem Kalender der Maya leben**

Es ist an der Zeit, wieder über die Grenzen unseres kleinen Sonnensystems hinaus zu "sehen", und mit unserem Herz eine Verbindung mit dem Herz unserer Galaxie aufzunehmen.

Warum sollte das wichtig sein? Manche Kulturen sagen, dass wir hier in unserem Sonnensystem wie in einem komplett in sich geschlossenem System leben - getrennt von dem Rest unserer Galaxie und deren Herzzentrum Hunab Ku. Die Maya waren Meister darin, große Zeitzyklen zu überblicken und diese in Bezug zu uns Menschen zu setzen. Dies ermöglicht uns einen Zugang zu galaktischen Frequenzen, wir können darin mitschwingen, leben und so bewusst zu dem beitragen, was eine unserer größeren Menschen-Aufgaben hier ist: unsere Erde mit unserem Bewusstsein zu nähren.

Den Maya Kalender mit Kopf, Herz und Bauch erfahren, was bedeutet es in einer bestimmten Welle

geboren zu sein, welche Begabungen bietet mir mein Kin-Zeichen und wie kann ich dieses verwirklichen, unser Ton.

Mit geführten Träumereien, Meditationen, Aufstellungen und Malen. Nach José Arguelles und Stephanie South.

Info und Anmeldung: Tel. : 0881 1407436

Weilheim, Atelier 1

### **16.-17.12. – WEIHNACHTLICHER SING & HEAL – ABEND UND SEMINAR „TÖNE DEINE VISION INS LEBEN“ mit Dinah Arosa Marker**

**16. 12. - MITSINGKONZERT**, 19.30 Uhr, Einlass 19 Uhr: Sakrale Lieder und Mantren im Geist der Weihnacht und Klangmeditationen zum Lauschen und Mitsingen. Im Singen öffnet sich der „Himmel des Herzens“, der durch uns gelebt werden möchte. Mit Voranmeldung per Mail oder Telefon.

**17. 12. – TÖNE DEINE VISION INS LEBEN**, Stimmfaltung- und Klangheilungsseminar, 10-18 Uhr - Über die Schöpferkraft unserer Stimme zur Verwirklichung unserer Lebensziele: aus Sicht der vedischen Mythologie wurde die Welt durch Klang erschaffen. Klang ist Schwingung und wie wir schwingen bestimmt, wie wir die Welt erleben. Im Seminar lernen wir die universellen Gesetze der Manifestation kennen und üben, mit unserer Stimme die Schwingung der von uns gewünschten Ziele und Träume in die Gegenwart zu tönen, um sie in unserem Körper und Energiefeld zu verankern. So lassen sie sich verwirklichen. Das ist allen, die eine Stimme haben, möglich, auch ohne stimmliche Vorschulung. Hinderliche Gefühls- und Glaubenssätze, können ggfs. einfühlsam erspürt und über Klangheilungsmethoden oftmals ganz aufgelöst werden. Heilsame Mantren und Herzenslieder verschiedenster Kulturen, sowie die Liebe und Wertschätzung der Gruppe bereichern das heilsame Klangfeld. Absolut keine stimmliche Vorschulung nötig – aus offenem Herzen ist jeder Ton „heil-ig“! Mit schriftlicher Anmeldung bei Dinah Arosa, 08841 90543, [da@sing-and-heal.de](mailto:da@sing-and-heal.de) , [www.sing-and-heal.de](http://www.sing-and-heal.de).

82442 Saulgrub, Im Atelier von Agnes Schöttl, Am Mühlbach 7, Tel. 08845 7036774, [www.yogalebenammertal.de](http://www.yogalebenammertal.de).

### **21. 12. – 06. 01. - Magische Raunächte – Die Zeit des Übergangs bewusst gestalten**

Die Raunächte sind eine ganz besondere, eine magische Zeit. Sie gelten als Zeit des Übergangs, als Zeit außerhalb der Zeit. In ihr sind die Tore zu anderen Dimensionen geöffnet und Verborgenes wird enthüllt. Die Menschen versammelten sich früher um ihre Herdfeuer und widmeten sich den wahrhaft wichtigen Dingen – Verbundenheit, Freundschaft, Liebe. Sie ließen den Alltag ruhen und hielten Einkehr, beobachteten ihre Träume und spürten in sich hinein, um wieder in Kontakt mit ihrer inneren Wahrheit zu kommen. Ich möchte dich auf eine solche Reise einladen, eine Reise voller Magie – mit Geschichten, kleinen Übungen und Ritualen. Sie führt dich zu dir – eingebunden in die liebevolle Energie einer Gruppe, mit der du dich unter Gleichgesinnten austauschen kannst. Dabei kannst du von jedem Ort der Welt dabei sein, ganz unkompliziert, denn unser Austausch findet online statt. Am 21.12. starten wir mit einem Auftakt zur Wintersonnwende. Ab 24. 12. erhältst du dann 12 Nächte lang einen Impuls über WhatsApp zur Tagesqualität. Dazu solltest du dir täglich ca. 15-30 Minuten Zeit nehmen. Die Reise endet am 6. 1. mit einem kleinen Ausklang.

Anmeldung und mehr Informationen unter [www.kraftort-coaching.de](http://www.kraftort-coaching.de) oder direkt bei Tanja Dränert, [tanja.draenert@kraftort-coaching.de](mailto:tanja.draenert@kraftort-coaching.de)

## **VORSCHAU JANUAR**

### **1. Januar - Schamanische Online Ausbildung**

Hallo Ihr Lieben! Ich möchte Euch gerne meine neue schamanische Online Ausbildung vorstellen. Über die Jahre hinweg habe ich so viele Schamanen kennengelernt und unzählige Rituale mitgemacht und sogar geleitet. Aus diesem Schatz habe ich 12 Rituale zusammengestellt, damit Du traditionellen Schamanismus bei dir zu Hause erleben kannst. Genau! Ich bringe die Rituale und Zeremonien von Schamanen aus der ganzen Welt und aus vielen unterschiedlichen Traditionen und Kulturen zu Dir nach Hause!

Um an diesem Jahreszyklus teilzunehmen, musst Du kein Schamane sein oder einer werden wollen. Was zählt, ist Deiner inneren Stimme zu folgen, diesen Weg zu gehen. Du erlebst also traditionellen Schamanismus in Deinem Umfeld live bei Dir zu Hause! Und was auch noch dazukommt: Du wirst zum Hüter und Träger von zwölf traditionellen Ritualen von ursprünglichen Schamanen dieser Erde. Wie cool ist das denn? So trägst Du dazu bei, dass dieses wichtige Wissen mit all seiner Weisheit erhalten bleibt, in einer Welt, wo Tradition allmählich verloren geht.

Du kannst Dich gleich darauf einstimmen und das Ritual von Alio Gaup mitmachen. Du findest es in diesem link <http://bluejay.eu/schamanische-online-ausbildung>

Aber 1. Januar geht es los. Und buchen kannst Du jetzt schon mit Frühbucherrabatt. Also, komm, sei dabei, ich freu mich auf Dich!

Anmeldung: [daniela@bluejay.eu](mailto:daniela@bluejay.eu) [www.channeling-akademie.com](http://www.channeling-akademie.com) [www.bluejay.eu](http://www.bluejay.eu) 08092/2321288.

### **13. 1. - MSC-Kurs • Mindful Self-Compassion • Achtsames Selbstmitgefühl**

Mindful Self-Compassion (MSC) ist ein empirisch gestütztes, wissenschaftlich untersuchtes Gruppen-Programm, das konzipiert wurde, um unsere Fähigkeit zu Mitgefühl mit uns selbst und anderen zu stärken. Das Programm wurde von den Psycholog\*innen Dr. Kristin Neff und Dr. Christopher Germer entwickelt und wird seit 2010 weltweit unterrichtet. ([www.centerformsc.org](http://www.centerformsc.org)).

„Mit Selbstmitgefühl schenken wir uns selbst die gleiche Güte und Fürsorge, die wir auch einem guten Freund oder einer guten Freundin schenken würden.“ (Kristin Neff)  
Vereinbaren Sie ein telefonisches Vorgespräch, in dem wir uns kennenlernen und alle wichtigen Fragen zum Kurs klären können.  
Leitung: Mirjam Baumann-Wiedling – [www.achtsamkeit.mirjam-baumann.de](http://www.achtsamkeit.mirjam-baumann.de)  
Termine: 13.01./ 20.01./ 03.02./ 10.02./ 24.02./ 03.03./ 17.03./ 24.03.2023  
(freitags jeweils 18.30 bis 21.00 Uhr)  
Halbtages-Retreat: 12.03.2023 (10 bis 14 Uhr) mit Übungsbuch, Audios und Retreat  
Info: [mirjam.baumann@online.de](mailto:mirjam.baumann@online.de)  
Diessen am Ammersee, Schalterhalle Dießen, Bahnhofstr. 16

## PRAXISANGEBOTE

### „KU NYE“ - Traditionelle Tibetische Massage

Aus dem schönen und geheimnisvollen Land Tibet, stammt die traditionelle tibetische Medizin mit ihrem wertvollen und kostbarem Wissen. In diesem einzigartigen Medizinsystem ist die KU NYE - Massage eine der wichtigsten äußeren Behandlungsmethoden. Sie kann Vorbeugend, unterstützend bei Heilungsprozessen sowie zur Linderung unterschiedlichster Beschwerden eingesetzt werden. Sie dient nicht nur der Entspannung von Muskulatur und Nerven, sie löst auch Blockaden sodass die Energie wieder ungehindert fließen kann und somit gleichzeitig die vier Elemente ins Gleichgewicht gebracht werden. Die Gelenke werden auf schonende Weise mobilisiert und entspannt und sie wirkt unterstützend bei der Entschlackung des Körpers.

Gerade in der heutigen Zeit ist es wichtiger denn je auch Vorbeugend etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Die KU NYE - Massage bietet eine gute Möglichkeit, auf sanfte Weise, Körper und Geist im Einklang zu bringen und gesund zu erhalten.

Da nun die Feiertage vor der Türe stehen und die Frage nach einem passenden Geschenk für unsere Lieben immer größer wird, ist vielleicht ein **Gutschein** für eine „Ku Nye“ Massage genau das Richtige! Denn ein mit Liebe überbrachtes Geschenk und mit Mitgefühl und Achtsamkeit ausgeführte Massage - das kann nur zum Wohlergehen führen! Damit haben Sie Ihr Ziel erreicht und einen Menschen der Ihnen am Herzen liegt glücklich gemacht!

Schauen Sie doch mal auf meiner Homepage rein und suchen Sie das passende Geschenk aus!

Weitere Infos unter: <https://www.kunye-massage.de>

Diana Wolf, Huglfing Tel. 08802/ 913996, [mailto: kontakt@kunye-massage.de](mailto:kontakt@kunye-massage.de)

### INTELLIGENTE MOLEKÜLE – DER SCHLÜSSEL ZU KÖRPERLICHER UND SEELISCHER BALANCE

Nutzen Sie für sich ein kostenfreies Beratungsgespräch.

Es geht um die einzigartige Fähigkeit eines winzigen Moleküls, welches so fundamental und entscheidend auf unser körperliches und nervliches Wohlergehen Einfluss nehmen kann – ein Geschenk von Mutter Natur!

Eine tolle Möglichkeit sich Selbst und den eigenen Körper mit seinen Emotionen, Gedanken und stressbedingten Veränderungen in einer neuen Balance und Harmonie zu erleben.

Weitere Infos unter: [www.lebensfeuer-fink.de](http://www.lebensfeuer-fink.de)

Maximilian Fink, Sportwissenschaftler & zert. Gesundheitsberater

Tel. 0160 91717864, Mail [info@lebensfeuer-fink.de](mailto:info@lebensfeuer-fink.de)

Garmisch-Partenkirchen, Badgasse 21

**Zur allg. Info: natürlich haben die angebotenen Angebote alle ihren Preis – bei Interesse entnehmen Sie diese bitte den jeweiligen Webseiten.**

## INTERESSANTE LINKS:

**Gabriele Orr – Hilfe aus der Akasha Chronik um in die Liebe zu kommen -**

<https://www.youtube.com/watch?v=JUHS2HeSBH0>

- **Wenn Du Angst hast vor der Zukunft** <https://www.youtube.com/watch?v=Zsj9bc0WDqg>

- **Was wir für die Erde tun können** <https://www.youtube.com/watch?v=5jDiSyx9LL4>

**Robin Kaiser – aus der Einheit in die Vielheit -**

<https://www.youtube.com/watch?v=2Aa0zVjSc3Y>

**Seelenwandern, Heimatplaneten, Erdenseelen, Sternensaat – Theki Academy –**

<https://www.youtube.com/watch?v=oAsC-DaTBw>

**Wie Du Deine Seelen-Essenz in schwierigen Zeiten bewahrst und schützt -**  
<https://www.youtube.com/watch?v=5TI8DRoqXro>

**Dualseelendrama – eine Möglichkeit der Lösung mit Spagyrik**  
<https://www.youtube.com/watch?v=7fyghV8kmB4>

**Das Münchner Frauenforum ist seit 1988 ein Treffpunkt von Frauen für alle Frauen\* mit Ideen und Initiative -** <https://muenchner-frauenforum.de> <https://docplayer.org/106710267-Einrichtungen-des-vereins.html>

**Ernst Wolff - das Ende des Geldsystems** <https://www.youtube.com/watch?v=FgB6LICVqD4>

**What is the connection between covid and venom? Dr Ardis's presentation**  
<https://rumble.com/v1scqsw-australiaone-party-australiaone-update.-interview-with-dr-bryan-ardis-and-r.html>

**Für Ken Jepsen Fans - jetzt zu apolut auf** <https://apolut.net/>

**Sie finden den newsletter gut? Netzwerk informiert. Empfehlen Sie ihn gerne weiter....**

**Sie möchten IHRE TERMINE inserieren?** Hier die Infos dazu [www.bewusst-news.de](http://www.bewusst-news.de)  
Ich freue mich auf Ihren Termineintrag. Senden Sie Ihren kurzen knappen Text – ca. 150 – 200 Wörter - bitte bis spätestens zum 25. des vorherigen Monats **als einfachen e-mail Text. Bitte keine Formatierung, nicht als Anhang!** Die Rechnung über 15 Euro erhalten Sie nach der Aussendung. Bitte fügen Sie [info@bewusst-news.de](mailto:info@bewusst-news.de) ihrem Adressbuch zu, das hilft, dass der newsletter nicht in Ihrem Spam Ordner landet.

Lassen Sie uns in Kontakt bleiben, uns neu ausrichten und weiterhin unterstützen, Mensch zu sein, die Wogen der Zeit zu nutzen.

Ihre Maya Bussenius

Wenn Sie den newsletter **nicht mehr erhalten** möchten melden Sie sich bitte einfach ab. Danke.

**Datenschutzgrundverordnung (DSGVO):**

Sie erhalten diesen privaten Newsletter, weil Sie Interessent oder Inserent sind. Ihre Daten – Name und mailadresse – dienen ausschließlich diesem Zweck – ich gebe sie nicht weiter.

Distanzierung von Links und Inhalten:

Mit dem Urteil vom 12.05.1998 – 312 O 85/98 „Haftung für Links“ hat das Landgericht (LG) Hamburg entschieden, dass man durch die Anbringung eines Links die Inhalte der gelinkten Seite ggf. mit zu verantworten hat. Dies kann, so das LG, nur dadurch verhindert werden, dass man sich ausdrücklich von dem Inhalt distanziert. Ich habe im newsletter und auf meiner Homepage Links zu anderen Seiten im Internet angelegt. Für alle diese Links gilt: „Ich erkläre ausdrücklich, dass ich keinerlei Einfluss auf die Gestaltung und die Inhalte der gelinkten Seite habe. Deshalb distanzieren mich hiermit ausdrücklich von allen Inhalten aller gelinkten Seiten auf meiner Homepage und des newsletters und mache mir diese Inhalte nicht zu Eigen. Diese Erklärung gilt für alle auf meiner Homepage angezeigten Links und für alle Inhalte der Seiten, zu denen die Links führen. Ich übernehme keinerlei Haftung für eventuelle Schäden oder (Ent)täuschungen, die durch Nutzung der hier bereitgestellten Informationen entstehen.“