

HAMBURGS MAGAZIN FÜR KÖRPER GEIST & SEELE • JULI/AUG 2021 • GRATIS

KGS

ERNTE DICH

Selbst

Kaja Andrea über die Kraft des Sommers

... MUTIG WIE DER NORDISCHE GOTT ...

INTERVIEW: ANNE-MAREIKE SCHULTZ ÜBER THOR

FÜR EUCH GELESEN

INSPIRATION FÜR KÖRPER, GEIST & SEELE



Kraftquelle Naturheilkunde

In unserer Welt hat sich der moderne Mensch weit von seinen Wurzeln entfernt. Chronische Erkrankungen und psychosomatische Beschwerden haben sich mehr und mehr zu Volksleiden entwickelt. Ist das wirklich unser Schicksal? Thomas Lambert Schöberl kennt einen anderen Weg: Um nachhaltig und mit neuer Kreativität Herausforderungen unserer Zeit anpacken zu können, empfiehlt er, den Wundern der Natur und der ganzheitlichen Betrachtung der Welt und des Menschen wieder Raum zu geben und uns ihrer Bedeutung für Körper, Geist und Seele bewusst zu werden. Er erzählt von seinem eigenen Weg der Genesung und dem Prozess seiner Persönlichkeitsentwicklung. Als Heilpraktiker, Musiker und Kunstwissenschaftler entführt er uns einfühlsam in eine längst vergessene Bildsprache, die uns den immateriellen Reichtum und die unzähligen Perspektiven eines ganzheitlichen Weltbildes aufzeigt. Dass der Beruf des Heilpraktikers und das alte Wissen der Naturheilkunde schätzenswerte und kostbare Kulturgüter sind, veranschaulicht er mit Erfahrungen aus seiner Naturheilpraxis.

THOMAS LAMBERT SCHÖBERL • Grüne Seelen.
Über die Weisheit der Natur • mankau • 18,95 Euro



Unsichtbaren Energien

Wie oft fühlen wir uns nach einem Gespräch völlig erschöpft oder können unsere ständigen Sorgen und negativen Gedanken einfach nicht abschalten? In solchen Situationen haben wir den Zugang zu unserem Feinstoffkörper und der unglaublichen Kraft, die er für uns bereit hält, verloren. Ronald Göthert weiß, wie wir gegen den krankmachenden Stress und die Hektik des Alltags resistent werden. Dank der von ihm entwickelten, einfach umzusetzenden Übungen wird es möglich, den eigenen Feinstoffkörper in seiner Beschaffenheit zu ertasten und zu verstehen, um die durch ihn fließende Energie wieder freizusetzen – für ein rundum gesundes und erfülltes Leben.

RONALD GÖTHERT • Entdecke deinen Feinstoffkörper
Lotoe • 20 Euro

Im Jetzt ankommen

Wir alle sind der Erleuchtung viel näher, als wir glauben oder auch nur hoffen, davon ist die Autorin Doris Iding überzeugt. Die renommierte Seminarleiterin trifft nahezu wöchentlich Teilnehmer in ihren Achtsamkeits- und Meditationskursen, die bereits eine oder mehrere Erleuchtungserfahrungen gemacht haben. Aber sie verschweigen oder verdrängen dieses Erlebnis, aus Angst, für verrückt oder zumindest für „spinnert“ gehalten zu werden. Dabei ist das innere Licht immer angezündet, sagt Doris Iding: „Wir brauchen uns ihm nur zuwenden und es erstrahlen lassen. Denn im innersten Kern sind wir reines Bewusstsein, Licht und Schwingung.“ Und das Beste ist: Dieser Wesenskern ist ein Bonusgeschenk für uns alle, die wir auf diese Welt kommen.

DORIS IDING • Erleuchtet in
drei Atemzügen • Irisiana
14 Euro



Yoga mit Kindern

Diese schöne Kartenset führt die Kinder auf Entdeckungsreise in den Dschungel. Gemeinsam mit dem neugierigen Nachäffchen begegnen sie allerlei wilden Tieren. Das Nachäffchen macht es den Kindern vor: So stehen sie auf allen vieren wie der Panther, so machen sie sich lang wie die Giraffe. Spielerisch leiten Sie die Kinder zu aktivierenden, entspannenden oder die Konzentration fördernden Yogaposen an. Die liebevoll illustrierten Übungen sind in die anregende Welt des Nachäffchens eingebettet. 32 Karten, 1 Fallplakat, 1 Begleitbroschüre und 1 Spielfigur.

PHAEDRA MERENTITIS, HÉLÈNE SCHNEIDER
Das Nachäffchen. 32 Yogaübungen für Kinder
hep Verlag • 35 Euro

