Deutsche Gesellschaft für Alternative Medizin e.V.

Dachverband für humanistische Heilkunst und Gesundheitskultur

DGAM Rundmail Herbst 2023

Liebe Mitglieder und Interessierte

Der Virus des Krieges

Er verbreitet sich in unseren Herzen und Köpfen. Er ist in höchstem Maße ansteckend.
Er springt nicht nur über die Medien auf Menschen über, sondern in vielen Gesprächen und noch mehr in Gesprächen, die nicht geführt werden, aber wo es wie ein unsichtbarer Gast anwesend ist.

Wie können wir unser Immunsystem stärken, um mit der Realität des Krieges unsere Hoffnung für mehr Menschlichkeit zu erhalten?
Wie kann in der Gesundheitspraxis, ohne in moralisch politische Diskussionen zu versinken, sinnlich und geistig Friedensfähigkeit gefördert werden?
Welche Heilkräfte sind wirksam, um die Verletzungen, die durch Kriege in uns wuchern, zu heilen?

Hierzu werden wir in der DGAM in der kommenden Zeit unsere Erfahrungen und Fähigkeiten austauschen und Orientierung und praktische Hilfen entwickeln.
Novembertage und die zunehmend dunklen Abende sind eine gute Zeit, um auch den schwierigen Themen Aufmerksamkeit zu geben und darauf hinzuwirken, dass die Wintersonnenwende zu Weihnachten wirklich ein Fest der Hoffnung und Mitmenschlichkeit wird.

Mit herzlichen Grüßen
Ihr und Euer DGAM Vorstand
Gerhard Tiemeyer und Georg Klaus

Inhalte dieser Ausgabe:

- Das „Buch der Freude“ – eine Empfehlung für Hoffnung
- „Gefühle“ in kommenden Ausgaben unserer Zeitung
- Miteinander reden an der Grenze des Erträglichen

- Projekt „Innere Demokratie wagen“
- Aktuelle aus dem Bildungsprogramm
- Wo Frieden gewinnt – ein Lied
- Impressum & Kontakt

Bild von Amanda Rohr

Eine Buchempfehlung

Für die Geschenkideen in der Weihnachtszeit veröffentlichen wir auf unserer Webseite eine fortlaufende Liste persönlicher Empfehlungen – einfach mailen an service@dgam.de.
Die folgende Empfehlung ist von Gerhard Tiemeyer

„**Das Buch der Freude**“ ist angesichts von Kriegen in und um uns herum meines Erachtens ein wirklich sinnkräftiges Geschenk. Der Journalist Douglas Abrams hat im April 2015 eine

Woche Gespräche zusammen mit dem Dalai Lama und dem anglikanischen Bischof aus Süd Afrika Desmond Tutu (der 2021 verstorben ist) dokumentiert. Die Gespräche, die Worte und Wortwechsel berühren mich immer wieder, erfrischen mein Herz gerade auch dort, wo es um das Umgehen mit Leid geht. Sie erzählen, wie es ihnen gelingt, durch Entsetzen und Schmerz hindurch Freude zu finden. Sie praktizieren das Gemeinsame in ihren religiösen Riten und das Buch ist deshalb auch eine Lehre für lebenspraktische, unverkrampfte Spiritualität.
Im folgenden ein Zitat:
„Wir müssen uns stets bewusst sein, dass die wichtigste Eigenschaft der Menschheit, die wichtigste Eigenschaft aller Menschen, darin besteht, dass Sie trotz aller Verirrungen gut sind, dass sie gut geschaffen wurden und dass Sie eigentlich gut sein wollen.
Ja, es gibt viele, sehr viele Dinge, die uns bedrücken können. Doch es gibt auch sehr viele Dinge die an unserer Welt fantastisch sind. Leider berichten die Menschen die Medien nicht über sie, weil sie keinen Nachrichtenwert für Sie haben.“
„Du hast recht“, sagte der Dalai Lama.“
Wenn etwas Schlimmes passiert, wird es in den Nachrichten gezeigt, und man bekommt leicht den Eindruck, dass es in der menschlichen Natur liegt, zu töten, zu vergewaltigen oder korrupt zu sein. Und dann beschleicht uns das Gefühl, dass für unsere Zukunft nicht viel Hoffnung besteht.
All diese Dinge passieren, aber sie sind nicht normal, deshalb kommen sie in den Nachrichten. Millionen und aber Millionen Eltern lieben ihre Kinder. Und in der Schule bemühen sich ihre Lehrer um Sie. O.k., es gibt vermutlich auch ein paar schlechte Lehrer, aber die meisten sind wirklich human und engagiert. Und in den Krankenhäusern erhalten jeden Tag Millionen Menschen unglaublich viel Pflege. Aber all das ist so normal, dass es nie in den Nachrichten kommt. Wir betrachten es als selbstverständlich.
Wenn wir uns Nachrichten anschauen, müssen wir uns diese ganzheitlichere Sichtweise bewahren. Ja, Schreckliches passiert. Zweifellos gibt es sehr schlimme Vorfälle, aber insgesamt geschieht mehr positives auf der Welt. Wir müssen unseren Horizont erweitern und die Dinge in ihrem Gesamtzusammenhang betrachten. Dann empfinden wir keine Verzweiflung mehr, wenn wir mit den schlimmen Ereignissen konfrontiert werden.“ -Seite 137-

Texteinladung für „Gesundheit beginnt mit Genießen“

Gefühle - Texte für die kommende Ausgabe unserer Verbandszeitung sind herzlich willkommen!
Wir hoffen, dass eine neue Ausgabe ‚zwischen den Feiertagen‘ in die Post kann. Aber noch fehlen uns Texte und Berichte.

Das offene Thema soll sein: **Gefühle in der Gesundheitskultur und Heilkunst**
Gefühle sind, wie wir alle erleben, wie eigenständige Wesen. Mal leise, mal laut, mal übermächtig grausam, mal freundlich belebend.

In der ersten Ausgabe der ‚Gefühle-Serie' soll es allgemein um das Umgehen mit Gefühlen gehen und auch um ihr Verstehen im Kontext unserer Gesundheit. Später können Themenhefte zu einzelnen Gefühlen folgen.

Gespräche am Rande des Erträglichen

Offene online Sonderveranstaltung
Gespräche am Rande des Erträglichen
Anregungen zum Umgehen mit Entsetzen, Zorn, Wut und Scham

Impulsseminar mit Gerhard Tiemeyer
Online, Mittwoch 22.11.2023 um 18.30 Uhr
Ohne Kosten, Anmeldung für den Zoom-Link unter service@dgam.de

Ab Januar ist dann ein mehrteiliges Sonderseminar geplant:
Gesprächsführung in emotionalisierten Situationen

Die Affekte von Entsetzen, Zorn, Wut, Ohnmacht und Angst, die mit Krieg und Kriegsbildern aufbrechen, wirken unmittelbar auf unser psychisches Immunsystem, das sofort kurzfristige, schnelle Gemütsregulierung erzwingen will. Es aktiviert Gegengefühle oder die Fähigkeit des Wegschauens. Oft will unser System eine Erklärung und will Gemeinsamkeit mit anderen herstellen, um stabil zu bleiben.

Im Stern vom 19.10.23 gibt es einen Comic:
Ein Paar hat ein anderes zum Essen eingeladen. Sie sagt: *„Lass uns nicht über Israel und die Palästinenser sprechen"*, und er ergänzt: *„wir haben schon so viele Freunde wegen Covid und den Ukrainekrieg verloren"*.
Und alle schauen etwas verloren in ihre Weingläser.

Die emotionalen Konflikte sind sicherlich eine der Mitursachen für verbreitete Müdigkeit und Anfälligkeit für Krankheiten aller Art.
Deshalb ist es gerade jetzt hilfreich, auch für die Gesprächsführung bewusste Wege zur Selbstheilung anzubieten.

Projekt „Innere Demokratie wagen"

Projekt ‚innere Demokratie wagen'

Wir erhalten aus Sondermitteln zur politischen Bildung durch den VNB eine Förderung für das Projekt „**Innere Demokratie**".
Viele kennen das Modell des inneren Teams von Schulz von Thun. Einige kennen auch in der gesundheitspraktischen Kommunikation das Arbeiten mit Anteilen und die Gespräche mit imaginierten Gestalten.
Was würde geschehen, wenn ‚Ich' all die Anteile und Teammitglieder als Bewohner eines Landes, das meinen Namen trägt, betrachte? ‚Ich' selbst wäre dann vielleicht die aktuell gewählte Regierung? Welche Parteien leben in dem Land mit meinem Namen? Welche

Kräfte sind vorherrschend? Welche Rolle haben Medien, die Fantasien und Bilder bei Tag und bei Nacht?

Im Projekt geht es darum das Modell der Demokratie experimentell als ‚inneres Modell' zu denken und spielen. Wenn hierbei spannende Anregungen entstehen, können diese auch auf Gesprächssituationen aus der Praxis angewendet werden.
Die Teilnahme am Projekt ist kostenfrei; Projektleitung: Gerhard Tiemeyer

Wer sich durch aktuell angeregt fühlt, kann gerne bereits jetzt Kontakt aufnehmen: service@dgam.de

Aktuelle Programmhinweise

Hier noch einige Tipps für die nächsten Monate direkt aus unserem Bildungsprogramm:

Gesunde Kommunikation in der Gesundheitspraxis (Online)	11.11.2023	Ilona Steinert, Martina Wassmer	Gesunde Kommunikation	www
Gespräche am Rande des Erträglichen (Offene Online-Sonderveranstaltung)	22.11.2023	Gerhard Tiemeyer	Gesunde Kommunikation	www
Worte wirken bildlich - offene Metaphern-Sprechstunde	01.12.2023	Gerhard Tiemeyer	Gesunde Kommunikation	www
Ganzheitliche Klangschalenmassage und Klangmeditationen	01.12.2023	Gundula Engels	Ausbildungen	67311
Phonophorese - Tonpunktur mit Stimmgabeln (nach den 5 Elementen)	02.12.2023	Gabriela Heidenreich	Ausbildungen	68723
Zertifizierungskurs GesundheitspraktikerIn (DGAM)	27.01.2024	Daniela N. Thomasberger	Zertifizierungskurse Gesundheitspraxis	82538
Feinstoffliche Körper- und Energiearbeit (7 Tagesseminare)	28.01.2024	Gabriela Heidenreich	Ausbildungen	68723

Zertifizierungskurs GesundheitspraktikerIn (BfG) für Selbstbewusstsein - Kompaktkurs	11.03.2024	Frank Hoffmeister, Stefan Holzke	Zertifizierungskurse Gesundheitspraxis	37520

Wo Frieden gewinnt – ein Lied

Unser Mitglied Hayong Yun gibt eine Benefizveranstaltung in Hannover am 26. November 2023
Er trägt Lieder und Gedichte vor, weitere Infos hier:
Hayong Yun - Wider Krieg - Konzert & Lesung | Konzert | Singer & Songwriter | 26.11.2023 (eventfrog.de)

Wo Frieden gewinnt
Brandstifter geh'n um,
wo sie spielten - uns're Lieder.
Die Kirsche, von der wir naschten,
blüht nie wieder.
Uns're Hütte ist, was mich bewegt
und nachts dein Arm, der sich um mich schmiegt.
Gib' mir noch einen Kuss,
bevor ich geh'n muss.

Ich heb' die Faust.
Du öffnest deine Hand.
Glocken tön'n, Betten brenn'n.
Du kriegst mein Wort als Pfand.
Auf den Wegen liegen Minen.
Über Feldern aus Raps und Mohn,
zieht der Mond. Und ich denk':
an uns'ren ungebor'nen Sohn.

Wenn ich nich' mehr wiederkomm',
nich' mehr komm,
wennn ich nich' mehr wiederkomm',
pflanz' uns ein'n Baum.
Und wenn ich doch noch wiederkomm',
doch noch komm',
wenn ich doch noch wiederkomm',
pflanz' ich uns ein'n Traum.

Ein Vogel fliegt durch die Dörfer.
Er singt mit leisem Zorn:
Wo Frieden gewinnt,
hat Krieg nichts verlor'n.

Uns're Hütte ist, was mich belebt
und nachts die Freiheit, die sich um uns webt.
Gib' mir noch einen Kuss,
bevor ich geh'n muss.

Hayong Yun
Schule für Kampfkunst & Yoga
Praxis für Heilkunde
www.eiryu.de

Impressum & Kontakt

Redaktionsteam: Gerhard Tiemeyer, Jörn Hingst.
Impressum: ViSP ist Gerhard Tiemeyer.
Anschrift: DGAM , Großer Garten 4 in 30938 Burgwedel.
Kontakt für Rückmeldungen und Beiträge: service@dgam.de.
Wenn Du keine DGAM Rundmail erhalten möchtest - bitte hier klicken: Rundmail abbestellen

Die Inhalte dieser Seiten wurden mit größter Sorgfalt erstellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte können wir jedoch keine Gewähr übernehmen.
Wir übernehmen keine Haftung für die Inhalte externer Links und distanzieren uns ausdrücklich von allen Inhalten externer Seiten auf dieser Website. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.
Alle Fotos und Grafiken und Texte dieser Ausgabe sind – wenn nicht anders gekennzeichnet - Eigenproduktionen der jeweiligen Anbieter/Autoren.
Unsere Datenschutzerklärung finden Sie hier: https://dgam.de/index.php/impressum .