DGAM Rundmail-Oktober

Liebe Mitglieder, Interessierte und Abonnenten,

aufgrund von technischen Problemen mit unserem E-Mail-Provider, die inzwischen geklärt werden konnten, kam es zu Störungen im Rundmailversand. Einige werden diese Rundmail daher zweimal erhalten, andere wiederum zum ersten Mal. Wir bitten dies zu entschuldigen.

Herzlich willkommen zur Oktober-Ausgabe der DGAM Rundmail

September und Oktober sind Monate schwieriger Entscheidungen: Was kann man vom Reichtum des Spätsommers verzehren und was sollte konserviert werden für die kalte Jahreszeit? Das sind schwierige Fragen. Früher waren sie physisch lebenswichtig, heute sind sie es psychisch.
Der psychische Herbst ist eine Zeit des Reichtums und zugleich eine Zeit nachlassender Kraft. Die Energie geht weniger in Wachstum, sondern mehr in ‚Reife' und darin, den richtigen Moment des Loslassens zu finden.
In keiner anderen Jahreszeit treffen Leben und Sterben so dicht aufeinander, wie im Hochsommer und Frühherbst. Genuss und die Vorbereitung auf Transformation im Sterben gehen ineinander über. Vielerorts werden in diesen Monaten Pläne für das kommende Jahr gemacht, Weihnachtsgebäck gibt es auch schon. Beides passt nicht in die Jahreszeit. Visionen für das Jahr können entstehen, vage Pläne, die Freude machen auf die Zeit nach der Dunkelheit – aber zugleich sollte man sich des Weges bewusst sein, der gegangen werden muss. Das Erleben in der Dunkelheit.

In diesem Sinne wünschen wir herbstliches Genießen und gute Wintervorbereitungen,

Ihr und Euer DGAM Vorstand,

Gerhard Tiemeyer und Georg Klaus.

Das DGAM Rundmail veröffentlicht Artikel von Mitgliedern für Mitglieder und Interessierte.
Redaktionsteam: Gerhard Tiemeyer; Jörn Hingst
Impressum: ViSP ist Gerhard Tiemeyer
Anschrift: DGAM Lister Meile 33 30161 Hannover
Kontakt für Rückmeldungen und Beiträge: service@dgam.de
Wenn Du keine DGAM Rundmail erhalten möchtest - bitte hier klicken: Rundmail abbestellen

Die Themen:

1. Aktuelles
2. Selbst...Wert...Schätzung
3. Wie Außen so Innen
4. Die Bachblüte des Monats
5. Die Farbe des Monats
6. Wildes und Kräuter
7. Altes und Neues aus Forschung und Wissen
8. Aktuelle Bildungsangebote

1. Aktuelles

Verbandszeitung

Die Ausgabe ‚Erde' ist draußen und die Ausgabe Feuer ist in der Redaktion. Feuergedichte, Feuergeschichten? Gerne greifen wir Ideen und Texte auf.

Einzelne Texte aus der aktuellen Ausgabe können auch als PDF angefordert werden.

Bitte mehr Texte

Für die Verbandszeitung und für die Rundmail. Redaktionsarbeit ist eine besondere Herausforderung, wenn es wenige Textvorlagen gibt. Praxiserfahrungen, Reflektionen, Auseinandersetzungen, Poesie …

Die Rundmail ist für kurze, attraktive Anregungen gedacht. In der Verbandszeitung können und sollen auch längere Texte zum Nachdenken ihren Platz finden.

Sabine-Vistara Hofmann
Unsere neue Ausbildungsdozentin für Gesundheitspraxis beginnt mit ersten Zertifizierungskursen Nähere findet sich unter http://www.seelen-mitte.de/akademie-seelen-mitte.

2. Selbst...Wert...Schätzung

Poesie von Andrea Borgenheimer

Mensch bist Du Dir wertvoll?

Bist Du es Dir wert, Zeit mit Dir zu verbringen?

Bist Du es Dir wert, auf Dich zu achten?

Bist Du es Dir wert, im Urlaub zu sein?

Bist Du es Dir wert, schöne Kleider zu tragen?

Bist Du es Dir wert, in Deiner Wohnung Ordnung zu haben?

Mensch was fühlst Du in Dir?

Gestattest Du Dir achtsame Zeit mit Dir zu verbringen oder denkt es in Dir, „Was soll denn der Quatsch, ich muss doch noch dies/jenes tun?"

Gestattest Du Dir Details und genussvolle Kleinigkeiten in Deinem Leben wahrzunehmen, oder überlegst Du hin und her ob Du genug geleistet hast, um dir etwas gönnen zu dürfen?

Gestattest Du Dir das Wohlgefühl in einer schönen Umgebung zu sein oder bist Du ein „ Was sollen die Nachbarn denken-" Sklave?

Mensch, was ist das Wichtigste in Deinem Leben?

Das Wichtigste in Deinem Leben bist Du!

Denn was wäre Dein Leben ohne Dich?

Andrea Borgenheimer, Gesundheitspraktikerin (BfG), a.borgenheimer@gmx.de.

3. Wie Außen so Innen

Warum haben wir Fernsehen und Internet erfunden? (von Gerhard Tiemeyer)

Wenn wir den Gedanken akzeptieren, dass wir nur Erfinden können, was als Möglichkeit in uns angelegt ist, dann wird klar: Wir sind medial begabt.
Wir können bereits über Raum und Zeit hinweg ‚senden' ‚empfangen' und vor allem auch ‚Wirken'. Schon immer waren Menschen in der Lage, mit ihren Ahnen zu kommunizieren und auf diese Weise ‚Geschichten' zu weben. Schon immer konnten Menschen sich innerlich ‚Filme' machen und lange Gespräche erfinden. Einiges wurde in Form von Liedern, der Odyssee, der Bibel usw. aufgeschrieben und hat bis heute Wirkung. Was wir als Fantasie oft und kräftig genug denken, wird Wirklichkeit. Genau so, wie eine kleine Twitternachricht Zündung oder Antrieb einer Riesenwelle sein kann, so kann auch in uns ein Gedanke oder eine Fantasie zu einer Explosion führen oder zu einer Befreiung oder zu beidem.
Die Bilder vom Netzwerk der Gehirnzellen ähneln erstaunlich den Bildern vom Prozess im Internet. Was wir da im außen erschaffen ist vielleicht ein Spiegel unseres Gehirns. Auch in uns wissen wir nie,

wer da genau sendet, welche Komplexe und Organe da miteinander einen Server betreiben, den wir später Freude oder Schmerz oder Zufall nennen werden oder einen willkommenen Gedanken oder unverständlich lästiges Kauderwelsch. Es geht uns mit unseren ‚Einfällen' so, wie beim ungezielten Surfen im Internet.
Die Natur selbst ist ein Internet. Dieses Internet ist nicht kontrollierbar: Wenn man die Fantasie, wenn man den Internetkontakt mit dem eigenen Untergrund zensiert, dann kommen die perversen (verdrehten) Fantasien, dann landet man süchtig wiederstrebend bei den einschlägigen Programmen, die werden projiziert und wir haben auch im Außen, in der gesellschaftlichen Wirklichkeit Zensur und Kontrolle und dementsprechend auch die Perversionen.
Also Piraten? Totale Internetfreiheit? Der sich selbst regelnde Markt?
Die Natur hat auch den Menschen mit der Begabung der Achtsamkeit und des Sinnes für Menschlichkeit geschaffen. Der Sinn für Menschlichkeit, ein inneres Gewissen, ein inneres Gefühl dafür, was wichtig und weniger wichtig ist – diese Fähigkeit, die ist als technische Erfindung im Außen noch nicht erfunden.
Technik ist Möglichkeit, Menschlichkeit müssen wir immer wieder als Menschen neu erfinden.

4. Die Bachblüte des Monats

Die Blütenessenz des Tausendgüldenkrautes (Centaury), von Inge Baumgarte

In der letzten Rundmail habe ich die Bachblüte **Vine** beschrieben, die hilfreiche Essenz, wenn der selbstbewusste, verantwortungsvolle Mensch zu dominant, rechthaberisch, machtbesessen und unbeugsam ist. Heute nun möchte ich Euch das in dem Artikel erwähnte Pendant vorstellen: die Bachblüte **Centaury.** Diese Essenz unterstützt den hilfreichen, gutmütigen und mitfühlenden Menschen. wenn er seine Bedürfnisse zu sehr in den Hintergrund stellt und sich zu stark den Wünschen, Bedürfnissen und Befehlen anderer ausliefert. Ein guter Diener für den Vine-Typen!

Im negativen Centaury-Zustand ist die Fähigkeit, anderen Grenzen zu setzen, ein klares „Nein" zu formulieren, nur noch schwer möglich, und wenn es doch gewagt wird, quält häufig das schlechte Gewissen, was zur Konsequenz hat, noch unterwürfiger und demütiger zu werden. Helfen verliert so die Freiheit der Entscheidung. Die Gefahr, ausgenutzt und manipuliert zu werden, ist groß.

Hinzu kommt, dass Kritik - und sei es auch nur der enttäuschte Blick - aufgrund des mangelnden Selbstbildes und Selbstwertes -immer unerträglicher wird, darum wird versucht, es möglichst allen (oder einer bestimmten Person) alles recht zu machen.

Für Lob und Streicheleinheiten fährt der Mensch im negativen Centaury-Zustand alles auf, was ihm zur Verfügung steht, ohne auf die eigenen Grenzen zu achten, bis hin zur totalen Erschöpfung und zum Zusammenbruch. Aus diesem Grunde ist Centaury auch zu den Erschöpfungsblüten zu rechnen.

Die Blütenessenz des Centaury führt hilfreiche, einfühlsame Menschen zurück zu sich selbst, unterstützt sie, wieder in Kontakt zu kommen mit den eigenen Wünschen und Bedürfnissen. So kann die eigene Lebensaufgabe erkannt und gelebt werden.

Die nächste Ausbildung zum/zur Bachblütenberaterin beginnt Ende Januar 2014
Interessenten können sich gerne schon jetzt melden.

5. Die Farbe des Monats

Oliv (September)und Gold (Oktober), von Regina Herhoff Hinweis: subjektive Zuordnung

In der **Symbolik** wird oliv assoziiert mit Spätsommer, Reife, Ernte, Alter, Übergang, Gesundheit, Kraft und Heilung. Auch an Schutz, Tarnung, Schildkröten, Weisheit sowie Moos, Bambus, Olivenbaum, Olivenhain, Olivenzweig, Olivenfrucht, Öl, Öllampe, Frieden, „auf zu neuen Ufern“ können wir bei oliv denken.

Spirituell kann oliv in Verbindung gebracht werden mit Hoffnung, Neubeginn, Fortschritt, Klarheit, den eigenen Weg zu erkennen, göttliche Weisheit, Intuition, eigene Mitte, geistiges Wachstum, Dualität überwinden, Kanal sein, höhere Dimensionen erreichen, Heiliger Geist.

Mental kann oliv stehen für Öffnung und Offenheit, individuelle Richtung, anderen oder neuen Zugang finden, Optimismus, Vergebung, Lösung von Führungs- und Machtfragen, (Un)Zufriedenheit, Beginn einer neuen Zeit.

Emotional kann oliv erfahren werden als weibliche Führung aus dem Herzen, weibliche intuitive Energie, Wärme, Freude, aus der Fülle geben und nehmen, in die eigene Größe kommen, Bitterkeit und Furcht aus dem Herzen lösen, Lernen, mit Emotionen umzugehen sowie emotional im Fluss sein.

Energetisch können oliv das Herzchakra sowie die Brücke vom Solarplexus zum Herzchakra und **körperlich** der Bereich zwischen Solarplexus und Herz, d.h. Lunge, Bronchien, Atmung(sorgane), Brustkorb, Nahrung, Leber und Gallenblase zugeordnet werden.

In der **Symbolik** wird gold assoziiert mit Bernstein, Schmuck, Goldsuche, Goldrausch, Krone, Zepter, Macht, Reichtum, Altes Ägypten und Inkas. Außerdem verbinden wir die Sonne und den goldenen Herbst, das Herbstlaub mit dieser Farbe.

Spirituell kann gold in Verbindung gebracht werden mit Weisheit, Tiefe, Suche, Erfüllung, entwickelte Seele, Erleuchtung, reiner Energie der Liebe, wahrer Aura, Wertschätzung des Selbst, Meditation, Gerechtigkeit, Alchimie, Ruhm, Heiligenschein sowie mit dem goldenen Zeitalter.

Mental kann gold einerseits für Verführung, Manipulation, falsche Demut, Verblendung, verurteilen, Selbstgerechtigkeit, Selbstzweifel oder (Des)Illusion, andererseits für tiefes Wissen, Weisheit, Macht, Sicherheit, Einsicht oder Selbstwert stehen.

Emotional kann gold als Gier, Habsucht, Käuflichkeit, Abhängigkeit, Sicherheitsmuster oder tiefe irrationale Ängste sowie als Wärme, Würde, Trost, Dauerhaftigkeit, Fülle, Reichtum, (Selbst-)Wert, Liebe, Ekstase, Verlangen, Lachen oder als tiefe Freude erfahren werden.

Energetisch können gold Inkarnationsstern, wahre Aura (umgibt den Inkarnationsstern und enthält das Hologramm des Lebens), Solarplexus u. 2. Chakra und **körperlich** Rückgrat, Bandscheiben, kleine Eingeweide, Statur, Zahnersatz, Nieren, Blase, Kopfbereich/Krone und Milz zugeordnet werden.

Weitere Informationen und Fotos zur Farbe Gold unter

http://blog.dolfosan.de/2013/10/01/farbe-des-monats/farbe-des-monats-oktober-gold

Ausführlicherer Text unter

http://www.dolfosan.de/dolfosan-bibliothek/informationen.html und blog.dolfosan.de.

Regina Herhoff, Dolfosan Coaching
Gesundheitspraktikerin (BfG/DGAM); Aura-Soma® Beraterin
69412 Eberbach, Tel. 06271-8075658
info@dolfosan.de, www.dolfosan.de, blog.dolfosan.de
http://www.facebook.com/pages/Regina-Herhoff-Dolfosan-Coaching/585591964801992

6. Wildes und Kräuter

Die Kornelkirsche (von Birgit Quilitzsch)

Im Frühjahr hat sie gelbe Blüten aus denen im Herbst fruchtige, angenehme herb-säuerlich bis süß-säuerliche rote ovale Früchte entstehen, die ca. 2 cm groß werden und einen länglichen Stein entwickeln. Sie sind reif und damit süß je dunkler und weicher sie sind. Wenn sie reif sind, dann fallen sie auch schnell vom Baum ab.

Daher ist ein reifer Kornelkirschbaum am einfachsten zu entdecken, indem man einen Blick auf den Boden wirft – zumal die Früchte meistens durch seine Blätter eher versteckt sind.

Da die reifen und damit süßen Früchte so schnell herunterfallen ist es am einfachsten, kurz an dem Baum zu schütteln und die glänzend-roten bis dunkelroten Früchte direkt vom Boden aufzusammeln.

Weiterlesen können sie unter folgendem Link:
http://www.birgitquilitzsch.de/wildkrauter-sammlung/kornelkirsche/.

Birgit Quilitzsch - WildeKräuterEvents
Gesundheitspraktikerin (BfG)
Hochleistungsmixer - Bücher - Wellnessprodukte
Bismarckstr. 9 - 61200 Wölfersheim
Telefon: FN 06032 - 7088 211 - **Mobil** 0178 - 555 888 9
Homepage: www.WildeKräuterEvents.de - **E-Mail:** Info@BirgitQuilitzsch.de
Online-Shop: www.birgitquilitzsch.einkaufen-wetterau.de

7. Altes und Neues aus Forschung und Wissen

Musikalische Ausbildung verbessert Sprachfähigkeit

Forscher belegen: Liebhaber schöner Klänge können auch besser lesen

Evanston (pte011/18.09.2013/11:10) - Das Bewegen zu einem regelmäßigen Rhythmus steht in einem engen Zusammenhang mit besseren sprachlichen Fähigkeiten. Das haben Forscher des Auditory Neuroscience Laboratory der Northwestern University http://bit.ly/bNHAP9 herausgefunden. Teilnehmer der Studie, die besser bei Rhythmustests abschnitten, wiesen auch bessere neurale Reaktionen auf gehörte Sprache auf.

Rhythmusgefühl entscheidend

Das Team um Nina Kraus geht davon aus, dass das Spielen von Musik auch andere Fähigkeiten - vor allem aber die Sprache - verbessern könnte. Die Wissenschaftler argumentieren im Journal of Neuroscience http://jneurosci.org , dass Rhythmus ein integraler Bestandteil der Sprache ist. Mehr als 100 Teenager wurden ersucht, ihre Finger ensprechend eines Rhythmus zu bewegen. Ihre Genauigkeit wurde gemessen, indem festgestellt wurde, wie präzise ihre Reaktionen dem Metronom entsprachen.
In einem nächsten Schritt wurden auch die Gehirnwellen der Probanden mit Elektroden gemessen. Dabei kam die sogenannte Elektroenzephalografie zum Einsatz. Damit wurde festgestellt, wie das Gehirn auf die Töne reagierte. Mit Hilfe dieses biologischen Ansatzes haben die Wissenschaftler herausgefunden, dass jene, die über eine bessere musikalische Ausbildung verfügten, auch bessere neurale Reaktionen auf Sprachlaute aufwiesen. Bei jenen, die schlechter abschnitten, war auch diese Fähigkeit geringer ausgeprägt.

Gehirnwellen entsprechen Schallwellen

Es zeigte sich, dass Jugendliche, die Schwierigkeiten beim Lesen haben, auch große Probleme hatten, entsprechend auf den Rhythmus zu reagieren. "Musik liefert so etwas wie eine temporäre Landkarte mit Hinweisen auf die wahrscheinlichste Platzierung von bedeutungsvollen Inhalten", erklärt Kraus. Die aufgezeichneten Gehirnwellen entsprachen den Schallwellen. "Man kann sogar aufgezeichnete Gehirnwellen über den Lautsprecher abspielen und sie klingen dann wie Schallwellen. Es scheint so zu sein, als dass die Faktoren, die für das Lesen wichtig sind, durch musikalische Erfahrungen verbessert werden. Musiker verfügen über sehr präzise auditorisch-neurale Reaktionen", unterstreicht Kraus abschließend.

Aussender:	pressetext.redaktion
Ansprechpartner:	Michaela Monschein
Tel.:	+43-1-81140-300
E-Mail:	monschein@pressetext.com
Website:	www.pressetext.com

8. Aktuelle Bildungsangebote

Nach PLZ sortiert

Alle Mitglieder können im Rundmail auf ihre Kursangebote hinweisen – als ein Hinweis für Kolleginnen und Kollegen.

Kurstitel	PLZ	Termin	Leitung	Kontakt	Kosten	Mitgl.-Rabatt
Zertifizierungs-kurs Gesundheits-praktiker Teil 2	30161 Hannover	7.,8. Dezember	Gerhard Tiemeyer	info@dgam.de	Kurs 1 und 2 mit Supervision 500,-	150,-
Zertifizierungskurs Gesundheitspraxis Teil 1	30171 Hannover	2.,3. November	Gerhard Tiemeyer	info@dgam.de	Kurs 1 und 2 mit Supervision 500,-	150,-
Ausbildung zum/zur Entspannungs-pädagogen /-pädagogin	31275 Lehrte	9./10. 11.2013 : SeminarleiterIn für Progressive Muskelrelaxation 7./8. 12. 2013: Oberstufe des Autogenen Trainings	Inge Baumgarte	info@leben-lernen.info www.leben-lernen.info	150,00 € pro Wochen-ende	
Schamanische Arbeit - Infoabende	51061 Köln	27.10.2013 Schamanische Arbeit zur Befriedung des inneren Kriegers 10.11.2013 Schamanische Arbeit zum energetischen Schutz 08.12.2013 Schamanische Arbeit zum Burnout	Temimou Ayouwa Cornelia Promny	koeln@bfgdgam.de Tel.: 0221 4202423		
Zertifizierte Ausbildung zum/r Gesundheits-praktikerIn für Persönlichkeits-bildung und Individualität	66606 St. Wendel-Bliesen	12. & 13. Oktober 2013	Marlise Grenner	saarland@dgam.de www.franziskushaus.com	260,00 € plus 60,00 € Unterlagen 90,00 € Prüfung	DGAM: 240,00 € plus 60,00 € Unterlagen 90,00 € Prüfung
Spiritualität im Alltag leben	66606 St. Wendel-Bliesen	19. Oktober 2013 10:00 – 17:00 Uhr	Roswitha Berg	saarland@dgam.de www.franziskushaus.com	90,00 €	
BIJA-Mantras & Kundalini	66606 St. Wendel-Bliesen	26. & 27. Oktober 2013 ab 10:00 Uhr	Marlise Grenner	saarland@dgam.de www.franziskushaus.com	140,00 €	
Heil-Zeromonie Regenwald	66606 St. Wendel-Bliesen	09. & 10. November 2013	Roven Murayari	saarland@dgam.de www.franziskushaus.com	200,00 € Plus 27,00 € Über-nachtung & Verpflegung	
Mehr Energie – Aktivierung und Balance der Chakren	69412 Eberbach	30.11.2013, 10-18 Uhr	Regina Herhoff	info@dolfosan.de	95 €	10 %
Unternehmerge ist aktivieren	69412 Eberbach	16./17.11.2013, 10-18 Uhr	Regina Herhoff,	info@dolfosan.de	349 €	10%

für mehr Erfolg			Guido Ernst Hannig			
Zertifizierungskurs Gesundheitspraxis (Schwerpunkt: Divine Healing)	70173 Stuttgart	9.,10. 11. Und 30.11., 1.12. Info per Webinare: 04.11.2013, 04.12.2013,	Sabine Hofmann	http://www.seelen-mitte.de/akademie-seelen-mitte/ Email: sabinehofmann@hotmail.com	500,- incl Supervisionen	
Supervisionstage (BfG)	79249 Merzhausen	19. Oktober 2013	Ilona Steinert	Iosteinert@aol.com	90,00 €	BfG/ DGAM: 80,00 €
Zertifizierungskurs: Gesundheitspraktiker/In	79249 Merzhausen	15. - 18. November 2013	Ilona Steinert	Iosteinert@aol.com	590,00 €	
WATER SHIATSU. Zertifizierte Ausbildung zur Watsu Praktizierenden	88353 Kißlegg. Seminarzentrum Sonnenstrahl	November, Dezember 2013	Gyan W. Schulte	www.aquamunda.de aquamunda@t-online.de	pro Modul: 299,- zzgl. Uk + Nk.	DGAM Mitgl 10%