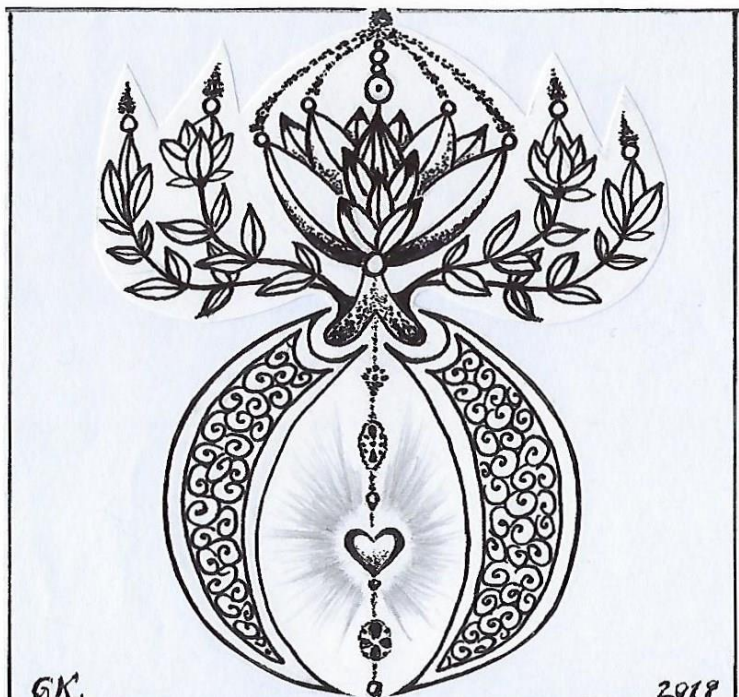


# Die Zwiebel

**Rundbrief der Selbsthilfegruppe „Die Zwiebel“  
Oktober 2019**



**ICH** und die *spirituelle* **WELT**

Liebe Freundinnen, liebe Freunde, liebe Mitglieder!

### **„ICH und die SPIRITUELLE WELT“**

Unser Jahresthema „Ich und die Welt“ ist erweitert mit der **spirituellen Dimension**. Diese kann vor allem für Menschen in der Krankheitsbewältigung sehr hilfreich sein bei Fragen nach dem Sinn des Lebens und dem Tod, beim Sehnen nach Ganzheit, bei der Suche nach einer höheren Wahrheit. Spiritualität kann Hoffnung spendend und Sinn stiftend sein und das Gefühl geben, in etwas Größerem aufgehoben zu sein.

Spiritualität umfasst die Verbundenheit mit unserer Umwelt und beschreibt unser Verhältnis zum Selbst und zum Göttlichen. Spiritualität ist eine Art von persönlicher Erfahrung, individuell erlebbar.

**Wir laden Sie herzlich ein zu einer Reihe von Veranstaltungen** - zum Kennen lernen oder Vertiefen spiritueller Praktiken aus verschiedenen Kulturen:

\*Schamanische Heilgesänge, Mantras aus dem Sanskrit und Dhikr-Rezitationen der Sufis - sie wollen voll Vertrauen, tiefer Hingabe und Liebe gesungen werden. Die Wiederholung von heiligen Silben und Gottesnamen öffnet unser Herz und weitert unser Bewusstsein.

Im Sufismus wird das Herz als Spiegel betrachtet. Der Dhikr dient dem Polieren des Spiegels, bringt ihn zum Glänzen, sodass sich in ihm das göttliche Geheimnis widerspiegeln kann.

\*Wir bieten Ihnen einen Abend mit mystischen Klängen und spirituellen Texten – kommen und genießen Sie diese Atmosphäre!

\*Bei einem Besuch im Stift Heiligenkreuz dürfen wir dem Chorgesang der Mönche lauschen und die Freude am Gebet miterleben.

Viel Freude und Inspiration beim Lesen der Beiträge!

In Herzlichkeit Gina Kekere

## TERMINPLAN 2019 / 2020

**Kostenlose GRUPPENTREFFEN:** Gruppe 94, 1040 Wien,  
Wiedner Hauptstr. 60b/Stg.3 oder über Klagbaumgasse/Hoftor

- **SELBSTHILFEGRUPPE „DIE ZWIEBEL“ für Krebserkrankte und/oder deren Angehörige/Freunde:** ohne Anmeldung  
jeweils Dienstag, 19 - 21 Uhr, 5.11./ 3.12./ 7.1.2020/ 4.2./ 3.3.

- **GEDANKENAUSTAUSCH FÜR TRAUERENDE:** findet bei Bedarf  
statt, Anmeldung bei Heide Mühl: 0650 42 49 750

### **Kostenlose ANGEBOTE für ALLE INTERESSIERTEN**

(Infos >> auf den folgenden Seiten und [www.gruppe94.at](http://www.gruppe94.at))

<p><b>* HERZLICHE EINLADUNG zu unserer WEIHNACHTSFEIER *</b> im Restaurant Sokrates, 1040 Wien, Wiedner Hauptstr. 60b Dienstag, 10. Dez. 2019 ***** Beginn um 19 Uhr</p>
--

- **SCHAMANISCHES KLANGBAD:** Gr94, mit Christian Fostel u.  
Astrid Wallig, Freitag 1.11.2019, 18.45 – 21 Uhr (mehr Info>>)  
Anmeldung bei Dr. Thomas Schmitt: 0664 58 11 642

- **MYSTISCHE KLÄNGE und WEISHEITSGESCHICHTEN:** Klang-  
Erlebnis-Abend mit Hamid Mehregan und Manuela Kurt  
Bezirksmuseum, 1040 Wien, Klagbaumgasse 4,  
Samstag, 9.11.2019, 19 Uhr, freie Spende (mehr Info >>)

- **FILMABEND:** „Das Geheimnis der Heilung“ von Joachim  
Faulstich, Mittwoch, 20.11.2019, 19 Uhr, Gr94 (Info >>)

- **STIFT HEILIGENKREUZ** – ein mystischer Ort: Führung und Teilnahme am Chorgesang der Mönche (mehr Info >>)  
Mittwoch, 27.11.2019, Details auf unserer Homepage!

- **„TAG DER SELBSTHILFE“ mit INFOSTAND der SHG „Zwiebel“**  
Sonntag, 24.11.2019, 10 – 17 Uhr, Wr. Rathaus, Eintritt frei  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch, Gespräche und Ihre Fragen!

- **„ESSENSLUST und LEBENSKRAFT“**: mit Christa Kaderavek und Thomas Schmitt, Erfahrungsaustausch (mehr Info >>)  
jeweils 19-21 Uhr, Gr94, 18.10./8.11./6.12./10.1.

- **EFT-ÜBUNGSGRUPPE**: Klopftechnik üben zur Lösung von Blockaden mit Christian Ponleitner, Quereinstieg möglich, Anmeldung bei allererster Teilnahme: 0664 735 465 11  
freie Spende, **14 -17 Uhr**: 19.10./2.+16.11./7.+21.12.2019  
**13 - 16 Uhr**: 5.+19.1.2020/2.+16.2./1.+15.+29.3., Gr94

- **QIGONG** mit Katja Hildebrandt, ohne Anmeldung,  
jeweils Mittwoch, 19 –20 Uhr, Quereinstieg jederzeit möglich!  
16.10. / 13.11. / 11.12.2019 / 15.1.2020 / 12.2., Gr94

- **SCHAMANISCHE GRUPPENARBEIT**: Gruppe 94  
Bitte um Anmeldung: Eva Meyer-Wegerer 0699 11 201 049  
Montags, 19 –21 Uhr, 11.11./ 9.12./ 13.1.2020/ 10.2./ 9.3.

- **Neu! SANSKRIT-MANTRAS-SINGEN**: mit Anna Gruber,  
buddhistische und hinduistische Heilgesänge, Gr94 (Info >>)  
jeweils Donnerstag, 17 Uhr, 17.10. / 14.11. / 12.12.2019

- **Neu! DHIKR–REZITATIONSRIUAL der Sufis**: Gr94, mit Ilyas Klawatsch, Freitag 19 Uhr, 25.10.2019/14.2.2020 (Info >>)

- **ALTORIENTALISCHE MUSIKTHERAPIE:** heilsame Klänge mit Ilyas G. Klawatsch und Freunden, Gruppe 94  
jeweils Freitag, 19 Uhr, 22.11. / 24.1.2020 / 6.3. / 8.5. / 26.6.

- **TRANSFORMATIVES THEATERSPIEL** mit Birgit Fritz, Gr94  
Bitte um Anmeldung: 0699 18 20 59 26  
jeweils Samstag, 14-17 Uhr, 9.11./ 7.12./18.1./ 22.2./14.3.

### **Ärztlich-Schamanische Ambulanz:**

Anmeldung Dr. Thomas Schmitt: 0664 58 11 642

**TCM-Beratung:** Dr. Leo Spindelberger, Anmeldung 0699 130 30 637

## **Kostenpflichtige ANGEBOTE für ALLE INTERESSIERTEN**

- **SEMINAR „Die Simontonmethode“:** Selbstheilungskräfte stärken mit Dr. Schmitt und A-M. Steurer in Schrems  
Anmeldung: Gea-Akademie 02853 765 03-61  
Termin: 15.11. – 17.11.2019, Kosten: € 160,- (plus Unterkunft)

- **EFT – DER PERSÖNLICHE FRIEDENSPROZESS:** vertraute geschlossene Kleingruppe mit Christian Ponleitner  
Anmeldung: 0664 735 46 511 oder [christian.ponleitner@gmx.at](mailto:christian.ponleitner@gmx.at)  
Die Gruppe nutzt die Kraft eines verbindlichen Rahmens für die konzentrierte Bearbeitung persönlicher Belastungen.  
In der Gruppe 94, pro Termin € 25,- (inkl. Unterlagen),  
sonntags 13.00 – 16.00 mit Pausen, 12.1.2020 / 26.1. / 9.2. / 23.2. / 8.3. / 22.3. / 5.4. / 19.4.

- **EFT-Schwerpunkt-GRUPPEN** mit Christian Ponleitner  
jeweils Samstag, 13 – 16 Uhr, pro Termin € 25,- (mehr Info >>)

„Alter/Krankheit/Tod“: 20.10./ 3.11./ 17.11./ 30.11.

„Befreiung der Begeisterung“: 18.1.2020/ 1.2. / 15.2. / 29.2.

„Die Heilende Kraft in uns“: 25.1./8.2./22.2./21.3./4.4./18.4.

Anmeldung: 0664 73546511 oder christian.ponleitner@gmx.at

- **EFT-Schwerpunkt-WORKSHOP** mit Christian Ponleitner

„Befreiung der Begeisterung“: 11.1.2020, 10 – 17 Uhr, € 60,-

Anmeldung: 0664 73546511 oder christian.ponleitner@gmx.at

**Alle aktuellen Termine** finden Sie unter [www.gruppe94.at](http://www.gruppe94.at)

## SPIRITUALITÄT

Spiritualität ist ein neutrales Wort, ein wissenschaftliches Wort für etwas in uns, das uns bewegt.

Wenn ich es mit meinen Worten beschreibe, dann gewinnt es immens an Bedeutung: es geht um die Welt in uns, unser ureigenes Weltbild, das Bild, das uns erklärt, wie meine Welt funktioniert und es beruht auf Glaubenssätzen. Das heißt, es geht nicht um Wissen und Objektivität, um eine „Wahrheit“, sondern es beruht auf meinem subjektiven Bild. Es formt mich in meiner Persönlichkeit und gibt mir Werte, an denen ich mich orientiere. Somit entwickelt es eine Kraft, die mich vorantreibt. Werte wie Liebe, Freundschaft, Gemeinschaft, aber auch Neid, Hass und Zorn haben dort ihre Quellen. Ich behaupte, erst die Spiritualität macht uns zu Menschen, - lässt uns erst leben!

Wenn ich eine Sprache lerne und ich lerne nur die Wörter, kann ich noch lange nicht sprechen. Erst wenn ich die Wörter verbinde – die Grammatik, etc. – und den Sinn der Wörter, ihre Bedeutung verstehe, dann kann ich in dieser Gesellschaft kommunizieren, kann ich ein Teil

dieser Welt werden und kann ich mich davon absetzen, differenzieren, somit auch definieren – ich finde mich.

Wenn ein Schachspieler gegen den Computer verliert, so hat er dennoch gewonnen. Der Computer hat mehr berechnet, aber er hat nicht verstanden, was ein Spiel ist, er kann die Freude und den Genuss des Spielens nicht erfassen, nicht begreifen. Die Freude am Spielen kann nur der Mensch erfahren. Er ist damit nicht allein, nicht die Krone der Schöpfung, Tiere können dies auch. Pflanzen können dies auch. Steine?

Hier kommen wir in ein ureigenstes Gebiet der Spiritualität – dem Glauben an. In der Bibel steht: Alles ist von Gott durchdrungen und somit beseelt. Dieser Grundsatz wird auch von den anderen Religionen getragen. Im hohen Lied der Liebe heißt es weiter: „... und hast du die Liebe nicht, so ist alles nichts wert“.

„Ich und die Welt“ heißt unser Motto dieses Jahr. Damit ich in dieser Welt existieren kann, - ich als Person! – bedarf es der Ausbildung beider Pole der Liebe. Die Selbstliebe brauche ich, um meinen Kern zu formen – die Fremd- oder Außenliebe brauche ich, um mich zu erkennen und mich in diese Welt einzuordnen. Ein Zugang zu dieser Liebe ist die Entwicklung einer eigenen Spiritualität, einer eigenen Mystik. Ein Vehikel in diese Welt sind Heilgesänge, die sich auf der ganzen Welt, in allen Kulturen finden. Was kann ein Gebet erreichen? Habe ich schon einmal mich eingelassen, zu beten? Was passiert, wenn ich ein "Vater-unser" bete?

Diese Erfahrung können Sie machen. Wir laden Sie zu einer Veranstaltungsserie von Heilgesängen aus den verschiedenen Kulturen ein: Gregorianische Gesänge für das Christentum, Heilgebete und Sufi-Rituale für den Islam, buddhistische Gesänge und schamanische Heilgesänge.

Dr. Th. Schmitt

## **Ilyas G. Klawatsch: DHIKR – REZITATIONSRIITUAL der Sufis**

In der islamischen Mystik ist der Dhikr die große Kraftquelle der Sufis.

*„Dhikr ist ein Weg, um Allah zu erspüren. Es ist eine Möglichkeit sich zu reinigen und seine Nefs (=Triebseele) zur Reife zu bringen“. Dr. Rahmi Oruc Güvenc*

Das arabische Wort Dhikr kann mit „Erinnerung“ oder „Gedenken“ übersetzt werden. Als zentrale Praxis im Tasavvuf, im islamischen Sufismus, hilft der Dhikr dem Menschen sich dem Göttlichen zu nähern, sich tieferer Aspekte im eigenen Selbst zu erinnern, dem Göttlichen zu gedenken.

Beim Dhikr-Ritual werden bestimmte heilige Worte oder kurze Phrasen aus dem Qur`an und die schönsten Namen Gottes sowie die Eigenschaften Allahs in einem rhythmischen, sich wiederholenden Sprechgesang, begleitet durch tiefe Atmung und Körperbewegungen, rezitiert.

Die spirituelle Übung zur Vergegenwärtigung Gottes kann still (=Dhikr des Herzens) oder stimmhaft, alleine oder im Gruppenritual, stehend oder sitzend vollzogen werden und wird meist mit Musik begleitet. Männer und Frauen nehmen gemeinsam teil.

Die Gebetsform ist eine Kombination von äußerem und innerem Klang, von Konzentration, Atmung und Bewegung mit reinigender, stärkender und heilender Wirkung. Das Gottesgedenken hilft, Herz und Verstand in Einklang zu bringen.

Herzliche Einladung zum gemeinsamen Dhikr!

**Termine: 25. Okt. 2019 und 14. Feb. 2020, 19 Uhr, Gruppe 94**



**SCHAMANISCHES KLANGBAD mit Christian Fostel und Astrid Wallig  
Freitag, 1.11.2019, von 18.45 – 21.00 Uhr, in der Gruppe 94**

Unser Schamanisches Klangbad ist Reinigung, Zentrierung und Entspannung für Körper, Herz, Mind, Spirit und Seele. Es unterstützt den starken, natürlichen Energiefluss im Körper und die Lösung von Blockaden, da die Klänge direkt ins Körpergedächtnis vordringen. Es stärkt die Mitte und das Agieren aus ihr heraus, es bewirkt eine weitere Öffnung der Bewusstheit.

Unser Körper und das gesamte Universum bestehen aus Schwingung. Das Wasser unseres Körpers ist ein essentieller Informationsträger. Für uns Menschen ist daher wichtig, mit welchen Informationen und Schwingungen wir uns umgeben. Im Alltag werden zahlreiche Informationen an uns herangetragen, nicht alle davon sind wohltuend und gesund für unser System. Das Schamanische Klangbad bietet natürliche, rückverbindende Information und Frequenzen, die uns gut tun und uns wieder in Einklang bringen.

Unterschiedliche Instrumente wie Klangschaalen, Doppelflöte, Kalimba, Handpan, Trommel und Sonnen-Gong kommen zum Einsatz, ein jedes wirkt und schwingt mit seiner Frequenz unterschiedliche Bereiche in uns an. Zusammen mit der liebevollen Intention, Inspiration und Kraft des Moments durchfließen uns diese Klänge und wirken heilsam auf unser gesamtes System. Der Geist kommt zur Ruhe und ein tiefes Eintauchen in uns selbst ist möglich.

Ein wesentlicher Teil des Klangbads arbeitet mit peruanischen, schamanischen Heilgesängen, die Icaros genannt werden. Jedes Icaros ist einer bestimmten Energie zugeordnet, das können Elemente, Pflanzen oder Tiere sein. Sie stehen immer in starker Verbindung mit Mutter Natur und der göttlichen Kraft und entfalten entsprechende Wirkung in uns. Sie machen eine klare Sicht auf unsere wahre Essenz und belastende Themen möglich.

Zusammen mit den sorgfältig ausgewählten Instrumenten entfaltet sich eine einzigartige Klangwelt, die die Seele streichelt.

Mitzubringen: Bequemes Gewand, Wasserflasche, leichte Decke

Vorbereitungen: Am Tag des Klangbads bitte viel Wasser trinken und leichte vegetarische Kost. Bitte keine stark riechende Düfte (Parfum, Deo, Öl...) verwenden.

**Bei Fragen:** 0664 208 08 08 oder [astrid.wallig@icloud.com](mailto:astrid.wallig@icloud.com)

**Bitte um Voranmeldung** bei Thomas Schmitt: 0664-581 1642

**Anna Gruber: SANSKRIT-MANTRAS-SINGEN**

**Heilgesänge aus dem Buddhismus und dem Hinduismus**

Sanskrit ist die älteste Sprache der Menschheit und wird auch wörtlich „Sprache der Götter“ genannt. Sanskrit besteht aus Urklängen. Jedes Mantra ist eine heilige Formel, die in unserem Geist und im Universum eine mystische Energie freisetzt. Jedes Mantra hat seinen eigenen Zauber.

Lassen wir unsere Stimmen in die Höhe steigen und unsere Zellen im Strom der Liebe, Dankbarkeit und Freude schwingen. Komm in unsere Gruppe und erlebe es!

Herzliche Einladung zum gemeinsamen Mantras-Singen in der Gr94!

Termine: jeweils **Donnerstag, 17 Uhr, 17.10./ 14.11./ 12.12.2019**



## **MYSTISCHE KLÄNGE und WEISHEITSGESCHICHTEN**

Musik: Hamid Mehregan      Lesung: Manuela Kurt

**Samstag, 9. November 2019, 19 Uhr**  
**Bezirkmuseum, 1040 Wien, Klagbaumgasse 4**  
**Eintritt: freie Spende!**

Hamid Mehregan, ein beseelter Setar-Spieler, entführt uns mit mystischen Klängen in eine andere Welt. Subtil öffnen Lieder, Melodien und Improvisationen unsere tieferen Innenräume. Der manchmal begleitende Gesang in persischer Sprache berührt unsere Herzen jenseits des Verstehens. Kurze Weisheitsgeschichten und spirituelle Texte, gelesen von der Autorin Manuela Kurt, bereichern die mystische Atmosphäre.

**Herzliche Einladung zum Eintauchen in diesen  
Klang – Erlebnis – Abend,  
wir freuen uns auf dein/Ihr Kommen!**

**Thomas Schmitt: DER GREGORIANISCHE CHORAL ...**

ist ein einstimmiger, ursprünglich unbegleiteter liturgischer Gesang der katholischen Kirche in lateinischer Sprache. Als „Wort Gottes“ bildet er inhaltlich einen zentralen Teil der Liturgie. Melodien und Texte sind untrennbar miteinander verbunden.

Er leitet sich aus dem Neuen Testament ab und findet seine Quelle bei Jesus, der beim letzten Abendmahl mit seinen Jüngern einen Lobgesang anstimmte. Apostel Paulus forderte die frühchristlichen Gemeinden in Griechenland auf: „Lasst in eurer Mitte Psalmen, Hymnen und Lieder erklingen, wie der Geist sie eingibt...“ (Kol 3,16). Im Lukasevangelium finden sich drei Lobgesänge: Magnificat, Benedictus und Nunc dimitis. Beim Einzug in Jerusalem sangen die Menschen das Hosanna-Lied.

Der Gesang hat den Geist konzentriert – fokussiert und so die Kontemplation des Betenden verstärkt. Er hat die Gemeinschaft gestärkt, die Gemeinde antwortete mit einfachen Texten auf die

vorgetragenen Gesänge des Solisten. Das Mönchtum hat wesentlich zur Verbreitung beigetragen. Das Ausmaß des Gesangs zu beschreiben füllt Bücher, hier geht es um den Zugang zu heilsamen Gesängen in unserer christlichen Tradition, der Gregorianische Choral ist nur ein Beispiel dafür.

**STIFT HEILIGENKREUZ und seine singenden Mönche** –  
ein Ort der Freude, ein Ort der Kraft!

Passend zum Thema „Ich und die spirituelle Welt“ werden wir mit einer Gruppe Interessierter das **Stift Heiligenkreuz** im Wienerwald am **Mittwoch, 27. November 2019**, von **11.00 – ca. 12.30**, besuchen.

Der Klosterpförtner wird uns begrüßen. Nach einer 45- minütigen **Führung** durch die Klosteranlage der Zisterzienser dürfen wir zur Mittagszeit am **Chorgebet der Mönche**, die mit Hymnen und Rezitationen Gott lobpreisen, teilnehmen, in diesen Klangraum der Liebe und Hingabe eintauchen. Die Mystik des Ortes wird für uns spür- und erfahrbar.

**Ora et labora** – „Bete und arbeite!“ – ist der Auftrag an die Mönche in Heiligenkreuz. Aus dem gemeinsam gesungenen Chorgebet in lateinischer Sprache, das einzig dem Lobpreis Gottes dient, schöpfen sie **Freude und Kraft** für ihre tägliche Arbeit.

Mit ihrer CD „Chant – Music for paradise“ (2008) erreichten sie unerwartet weltweite positive Resonanz, mehrere Aufnahmen in der Stiftskirche und zahlreiche Auszeichnungen in Platin und Gold folgten. Den Mönchen von Heiligenkreuz geht es dabei nur um die spirituelle Ebene, um die Schönheit des meditativen **Gregorianischen Gesangs**, des „**Zisterzienserchorals**“ - als Ausdruck ihrer Gottesliebe!

Vor unserer Heimfahrt gibt es die Möglichkeit, im Klostergasthof bei einer warmen Suppe das Erlebte nachklingen zu lassen, zu schweigen oder sich auszutauschen.

**Genauere Angaben zur Fahrtorganisation demnächst auf unserer Homepage! Der Besuch ist für unsere Gruppe kostenfrei.**



## **Seminare:**

### **Seminarreihe : „ESSENSLUST UND LEBENSKRAFT“**

Nach erfolgreichem Start setzen wir das Seminar „Essenslust und Lebenskraft“ an vier Abenden fort und werden folgende Möglichkeiten diskutieren und durch konkrete Beispiele aus der Erfahrung der Teilnehmer auf den Punkt bringen:

"Essen als Basis unserer Gesundheit" - "Essen als Unterstützung, wieder gesund zu werden" - "Essen als Kraftquelle für den Körper und den Geist" und – kein Widerspruch – "Essen als Genussquelle".

Dazu wird es vier Themengruppen als Input geben: Vitamine und Mineralstoffe im Oktober, Ernährung und Krebs im November, Ernährung bei Darmkrebs im Dezember, die Anti-Krebs-Diät nach Coy im Jänner. Dies ist nicht als Vortrag sondern als kurzer Input in einer Doppelkonferenz zwischen Christa Kadaverak und Thomas Schmitt zu verstehen. In der anschließenden Diskussion aller TeilnehmerInnen werden - ausdrücklich gewünscht - eigene Themen eingebracht und Erfahrungen ausgetauscht.

Offene Gruppe, keine Anmeldung,

kostenlos - einfach kommen!

Termine: siehe oben und auf der Homepage

Wir freuen uns, Christa und Thomas

## **Neu: EFT-Schwerpunkt-WORKSHOPS / EFT-Schwerpunkt-GRUPPEN**

Für **alle Interessierten**, die erleben wollen, wie man die belastende emotionale Ladung schwieriger Lebensthemen abbauen, verloren geglaubte Energien freisetzen und zu einer eigenständigen friedvollen Haltung finden kann. Workshops und Gruppen können unabhängig voneinander besucht werden.

EFT-Gruppe „Alter/Krankheit/Tod“ beginnt bereits am 20.10.2019. Terminübersicht im Terminplan ab Seite 3, weitere Infos und baldige Anmeldung wegen Kleingruppen bei:

**Christian Ponleitner**, Humanenergetiker/EFT-Praktiker  
[christian.ponleitner@gmx.at](mailto:christian.ponleitner@gmx.at) oder 0664 735 465 11

## **Katja Hildebrandt: QIGONG – Input für mehr Achtsamkeit**

Zu Beginn jeder Stunde steht ein Lockern der großen Gelenke, am Ende eine Selbstmassage. Beides kann im Stehen oder Sitzen ausgeführt werden. So wie der Rahmen richtet sich auch der Inhalt der Qigong-Stunde an den Bedürfnissen und Möglichkeiten der TeilnehmerInnen aus. Bewegte Übungen im Stehen und Stille Übungen im Sitzen ergänzen einander.

Einmal im Monat einen Input für mehr Achtsamkeit gegenüber dem Geschehen im eigenen Körper genießen – Interessierte, auch Quereinsteiger, sind willkommen! Termine siehe Terminplan.

**Katja Hildebrandt**, Qigong-Kursleiterin, 0676 49 68 557



## **Videoabend:**

### **Joachim Faulstich: „DAS GEHEIMNIS DER HEILUNG“**

**Wie altes Wissen die Medizin verändert**

**Filmvorführung: Mittwoch, 20. Nov. 2019, 19 Uhr, Gr94**

Joachim Faulstich, erfolgreicher Buchautor und Regisseur wissenschaftlicher TV-Dokumentationen, befasst sich seit 30 Jahren mit alternativen Heilverfahren und aktueller Bewusstseinsforschung. Seit die Neurowissenschaften die Macht des Geistes mehr und mehr belegen, besinnt man sich wieder auf das uralte Wissen in der Heilkunst.

Im Film „Geheimnis der Heilung“ zeigt Faulstich in bewegenden Patientengeschichten, in Begegnungen mit Wissenschaftlern, Ärzten, Therapeuten und Heilern den Wandel in der Medizin auf. **Ein Beitrag umfasst die „Ärztlich-Schamanische Ambulanz“ der Gruppe 94.**

Nach der Vorführung Möglichkeit zum Austausch – herzlich willkommen zu diesem kostenfreien Abend!

## **Buchbesprechung:**

**Mieke Mosmuller: „SINGULARITÄT“** - Dialoge über künstliche Intelligenz und Spiritualität“

„... dass alle gewöhnlichen, bekannten Gesetzmäßigkeiten ihre Bedeutung verlieren und dass etwas gleichsam explodiert, wodurch das ganze Dasein, Raum und Zeit und die Menschen, eine andere Form annehmen.“ (S. 149)

Hier in einem anderen Kontext gebracht, ist die Diagnose „Krebs“ genau so eine Explosion im Leben. Der Roman, der mich an „Narziss und Goldmund“ von H. Hesse erinnert, erzählt von Heilung, von Gesundheit und Spiritualität. Hier schließt sich der Kreis zu unserem Thema. Der Roman erzählt von den Gefahren der heutigen Gesellschaft, sich selbst zu verlieren, die Angst vor dem Tod und der eigenen Endlichkeit und ein „Sich-Einlassen“ in die eigene Mystik, um dadurch das Tor zum Kosmos, zu einer spirituellen Dimension, in der wir eingebunden sind, aufzustoßen.

Wir leben in einer Welt, in der „messen und wägen“ im Sinne der Naturwissenschaften einen höheren Stellenwert haben als „fühlen und begreifen“ im Sinne der Geisteswissenschaften. Somit hat ein Tumormarker eine größere Bedeutung für mich als Betroffener als die Integration der Krankheit zu meinem „Ich“. In der Gesellschaft zählen Literatur und Poesie weniger als Rechnen und Mathematik, dies aber entfremdet uns von unserem Wesen Mensch. „Krankheit ist ein Bestandteil des Lebens, der Tod ein zentrales Regulativ, um uns als Mensch zu begreifen“, dies sind Dimensionen, die uns als kranker Mensch eine neue Gesundheit eröffnet. Eine der Dimensionen ist der Bereich der „Versöhnung“, dies liegt außerhalb jeglicher Möglichkeit der Berechnung und lässt gesunde Energie in uns schwingen. Die verschiedenen Dimensionen in uns zu entdecken, zu aktivieren, ist eine spannende Reise in die Welt der Spiritualität. Sie gibt uns Kraft und Gesundheit.

Das Buch liegt in unserer Bibliothek auf - Dr. Thomas Schmitt

## **Psychotherapie**

Die Krise „Krankheit“ löst sehr oft psychische Belastungen bei den betroffenen Menschen aus. Hier bietet die Psychotherapie diverse Formen von Bewältigungsstrategien an, sie helfen wieder Orientierung und Ordnung in sein Leben zu bringen.

Dank des Sponsorings der „Gruppe 94 Treuhandschaft“ sind wir in der Lage, für betroffene Menschen eine Psychotherapieeinheit kostenlos anzubieten. Die Einheit beinhaltet maximal 10 Therapiestunden und die Plätze sind begrenzt. Dies reicht normalerweise aus, um sich neu zu organisieren.

2 Psychotherapeuten stehen zur Auswahl: Mag Christine Tscholakoff und Mag. Franz Horacek sind bereit, Sie in dieser Zeit zu begleiten.

Zugewiesen werden Sie über Dr. Schmitt. (Kontakt: Tel.: 0664-5811642 )

Dr Schmitt

## **WIR VERMIETEN**

unsere renovierten Räume, zentral und trotzdem ruhig gelegen (schöner begrünter Innenhof), sehr gut erreichbar mit öffentlichen Verkehrsmitteln (U1, 13A, 62, Badener Bahn), zu günstigen Preisen. Geeignet für therapeutische oder energetische Arbeit.

## **Wir sind erreichbar:**

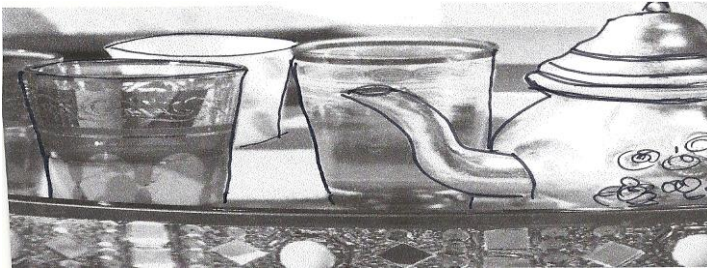
Dr. Thomas Schmitt: 0664 58 11 642

1040 Wien, Wiedner Hauptstr. 60b/Stg. 3/Tür 5

Wir würden uns freuen, wenn Sie uns schreiben, uns Ihre Meinung kundtun und/oder einen Leserbrief zu unseren Beiträgen liefern.

Per Post, per Mail ....

.... oder gerne auch persönlich bei einer Tasse Tee!



Danke unseren Sponsoren: **[www.germania.at](http://www.germania.at)**

Als gemeinnütziger Verein ist die Gruppe 94 dankbar für jede Unterstützung durch Spenden und/oder Mitgliedschaft (Jahresbeitrag € 45,-).

**Vereinsdaten für Spenden/Mitgliedschaft:**

**IBAN: AT 54 3200 0000 0568 3990**

**BIC: RLNWATWW**

Dank an die ehrenamtlichen Mitarbeiter und die blauPAUSE, 1120 Wien, für das Entgegenkommen bei den Druckkosten.

IMPRESSUM:

Herausgeber: Selbsthilfegruppe „Die Zwiebel“, [www.gruppe94.at](http://www.gruppe94.at)

Redaktion: Gina Kekere, Layout: Thomas Schmitt

Grafik: Gina Kekere

Druck: blauPAUSE, [www.blaupause.org](http://www.blaupause.org)