

ZUM THEMA SPUREN

## Wohltuende Spuren in die Welt bringen



pl.xllo.de/Maria-A.Becker

Die Fest- und Feiertage liegen nun schon wieder eine kleine Weile zurück. Haben auch Sie das Jahr 2008 Revue passieren lassen und – vielleicht ebenso wie mein Mann und ich – mal wieder festgestellt, wie viel in 365 Tagen geschieht? An kleinen und großen Ereignissen, fröhlichen und traurigen Stunden, glücklichen Momenten und auch an einschneidenden Erfahrungen.

**W**elche Spuren hat das Jahr 2008 in Ihnen hinterlassen? Und welche Spuren haben Sie hinterlassen?!

Wir alle hinterlassen Spuren. Jeden Tag. Spuren durch unsere Taten, durch unsere Worte und selbst durch unsere Gedanken.

Wie denken, sprechen, handeln wir? Bewusst oder automatisch? Auch am Anderen interessiert oder eher selbstbezogen? An einem konstruktiven Miteinander orientiert oder auf die eigenen Bedürfnisse fokussiert?

Wir haben jederzeit (!) die Wahl, welche Qualität unsere Spuren haben. Dazu gibt es einen schönen Spruch: In Deinem Leben begegnest Du vielen Menschen, aber nur wahre Freunde hinterlassen Spuren in Deinem Herzen!

Was bedeutet Freundschaft? Wikipedia formuliert: „Freundschaft bezeichnet eine positive Beziehung und Empfindung zwischen zwei Menschen. Freundschaft beruht auf Zuneigung, Vertrauen und gegenseitiger Wertschätzung. In einer Freundschaft schätzen und mögen die befreundeten Menschen einander um ihrer selbst willen.“

Für mich beinhaltet Freundschaft Ehrlichkeit und Offenheit. Diese beiden Aspekte bringen allerdings auch Verletzlichkeit mit sich. Um so wichtiger empfinde ich es, umsichtig miteinander umzugehen. Und damit meine ich nicht, dass keine Klärung oder

auch Streit mehr stattfinden darf. Ganz im Gegenteil. Wenn wir die Verantwortung übernehmen für unser Denken, unsere Sprache und unser Tun und mit offenem Herzen uns unserem Gegenüber zuwenden, ergibt sich eine neue Qualität in der Beziehung. Meiner Erfahrung nach entstehen durch diese Haltung eine dichtere Nahe, eine bislang nicht erreichte Tiefe und beiderseitiges Wachstum. Dies alles, so finde ich, ist die Mühe wert!

Wie groß lässt sich denn nun der Kreis der Freundschaft spannen? Sind es ‚nur‘ die Liebsten, die engsten oder sogenannten besten Freunde? Mit diesem Kreis zu beginnen, auf einem neuen Niveau ehrlich, offen, warmherzig und umsichtig in Kontakt zu sein, ist sicherlich sinnvoll. Es bei dieser Ausschließlichkeit zu belassen meiner Meinung nach wiederum nicht. Warum nicht mal auspro-

**KEVALA**  
wir freuen uns auf Sie!

**KEVALA**  
Laden & Versand  
Norderstr. 15  
25813 Husum  
T. 04841 770850  
info@kevala.de

**Ihr Wohlfühl- und Erlebnisladen!**  
Aura-Soma,  
LichtWesen,  
Engel und Elfen,  
Heilsteine,  
Raucherwerk,  
ganzheitliche Literatur  
in großer Auswahl,  
Seminare, Vorträge,  
Beratungen, und vieles mehr...

Unsere Philosophie und unser Onlineshop finden Sie unter [www.kevala.de](http://www.kevala.de)

## ZUM THEMA SPUREN

### Herzgesang ≈ Seelenklang (-grunzen)



Wir Egiko und Andra Schulz möchten mit unseren Instrumenten  
Körpertambura, Klangliege (Monochord)  
unter Anleitung selbst gebaut, Waterphone Dolphin  
und unseren Stimmen eine  
besondere Klangreise anbieten.

Die Körpertambura ist ein Saiteninstrument und kann direkt auf oder an den Körper gelegt werden.  
Die Bespielung wirkt unmittelbar auf das Herz, den Bauch und das Becken, sanft stimulierend und ausgleichend.  
Ihre Klangvibration erlaubt dir, dich tief zu entspannen, dich geborgen und wie geschaukelt zu fühlen, verbunden zwischen Himmel und Erde.  
Sie wirkt wie eine Massage auf das Nervensystem. Dadurch ist ein waches Träumen möglich.  
Der Klang lädt dich ein, dir selber zuzuhören. Geräuschen deiner inneren Landschaft zu lauschen und zu schauen, was an Visionen und Erinnerungen aufsteigen will. Es können sich auch Bilder aus vergangenen Leben zeigen, die mit Gegenwartsthemen korrespondieren.

Das Monochord wird vorwiegend im Hintergrund gespielt, kann aber auch am Körper angelegt werden. Auf dieser Grundlage entstehen als Unikat gefühlte Töne, Klänge und Geräusche.

Jede Bespielung schließen wir mit dem Ausgleichen des Pranastromes (Lebensenergie) ab, indem einer von uns mit Handauflegen das Ein- und Ausströmen der Lebensenergie nachvollzieht, so dass die Balance von Fühlen, Atem und Energie abgerundet werden kann.

Wir bieten die Klangreise für Paare 1 Std. (120€) oder für Einzelbespielung 1 Std. (100€) an.  
Wer möchte, kann uns auch einzeln buchen.  
Einzel/Einzel 1 Std. (60€)  
Ort nach Absprache.

Egiko und Andra Schulz  
**Info & Anmeldung:** email [andra-schulz@web.de](mailto:andra-schulz@web.de)  
04352 - 911 519, mobil 01577 - 4197944  
... ist auch eine schöne Geschenkidee (Gutschein)

bieren, wie es sich beim Einkaufen, beim Sport oder im Kollegenkreis anfühlt, in einen offenen und freundlichen Austausch miteinander zu treten. Und es darf gern etwas Positives sein! "Sie strahlen heute so, das steht Ihnen gut!" "Diese Farbe bringt Ihre Augen zum Leuchten, das sieht klasse aus!" Sie werden mit Hilfe dieser Art Wortgeschenke ungeahnte Türen öffnen.

Wie immer macht Übung auch hier den Meister. Möglicherweise erweitert sich Ihr Freundeskreis mehr und mehr ...

Und, wie immer, ist auch hier das Ganze größer als die Summe seiner Teile. Im Talmud steht - hierzu passend - geschrieben:

**Achte auf Deine Gedanken, denn sie werden die Worte.**

**Achte auf Deine Worte, denn sie werden die Handlungen.**

**Achte auf Deine Handlungen, denn sie werden die Gewohnheiten.**

**Achte auf Deine Gewohnheiten, denn sie werden dein Charakter.**

**Achte auf Deinen Charakter, denn er wird dein Schicksal.**

Als Coach ist mir nicht nur wichtig, DASS meine Kunden ihre Ziele erreichen, sondern auch WIE sie sie erreichen. Und mit dieser Haltung hinterlasse ich auf meine Art und Weise auch im beruflichen Umfeld meine Spuren ...

Um es abschließend mit Albert Schweizer zu sagen: Das einzig Wichtige im Leben sind Spuren von Liebe, die wir hinterlassen.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen alles erdenklich Gute für 2009, - mit Fröhlichkeit, Zuversicht, Frieden im Herzen, Gesundheit, Erfolg, vielen glücklichen Momenten und zahlreichen Spuren im Herzen.

**Angelika Leisering, Coach und Reiki-Lehrerin.**  
040 / 35 70 75 55, [www.wirkungsreich.com](http://www.wirkungsreich.com).

**Weitere Infos: Veranstaltungen & Termine.**