

AUSBILDUNGSZENTRUM  
**NATUR & GEISTHEILUNG**

40. Ausgabe Jänner 2016



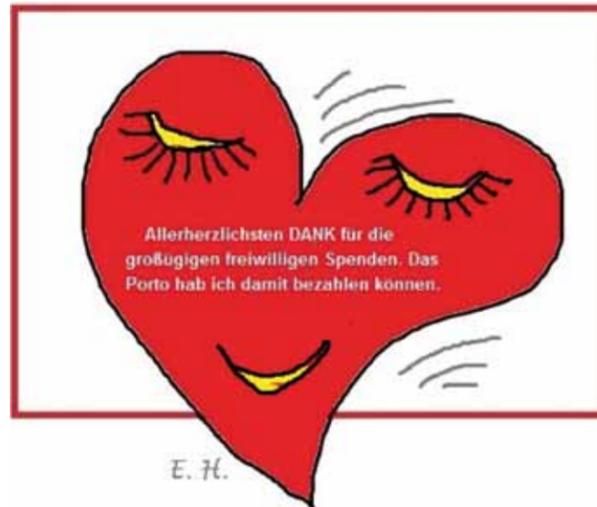
[www.teket.at](http://www.teket.at)  
[www.haischberger.at](http://www.haischberger.at)  
[www.diegesundeseite.at](http://www.diegesundeseite.at)  
Mail:[seminare@haischberger.at](mailto:seminare@haischberger.at)  
Tel: 0676 638 13 35  
40.Ausgabe Jänner 2016



Liebe Leserin, lieber Leser,

Endlich kommt wieder eine Zeitung. Ich freu mich ja sehr, dass ich immer wieder gefragt wurde: „Ja, wann ist es denn endlich soweit?“ Jetzt ist es soweit. Es ist ja nicht so leicht. Seit ich offiziell in Pension bin, habe ich viel weniger Seminare und meine Firma ist (Gott sei Dank) kleiner geworden. Und so eine Zeitung kostet ja keine Kleinigkeit und das Porto für fast 3000 Adressen, das hängt sich an. Da muss ich lange arbeiten dafür. Deshalb gleich an dieser Stelle:

GROSSES DANKE FÜR DIE VIELEN SPENDEN



Herzlichst Edeltraud Haischberger

Ich bin immer wieder erstaunt, wie viele Menschen sich auf den Weg der Weiterentwicklung begeben und ihr Leben sehr zum Positiven verändern. Die Rückmeldungen von Klienten und Kursteilnehmern bestätigen mich immer wieder in meinem Tun.

Es macht mir immer noch große Freude mein Wissen und meine nunmehr ja schon 25 jährige Erfahrung weiter zu geben. Wenn ich dran denke, als ich Horst Krohne kennenlernte, hatte er schon 20 Jahre Erfahrung und ich war sprachlos über sein Wissen. Seine Worte waren immer: „In diese Materie muss man hineinwachsen.“ Wie recht er doch hatte. Keinen Tag dieser 25 Jahre möchte ich missen, sie haben mir Mut, Kraft und großes Gottvertrauen gegeben.

Ja, wir Menschen sind da um uns weiter zu entwickeln, zu erkennen wie wichtig Selbstvertrauen ist, wie sehr wir lernen sollten in die Eigenverantwortung zu gehen. Es gibt unzählige Methoden, selbst für unsere Gesundheit zu sorgen. Natürlich immer am besten in Zusammenarbeit mit der Schulmedizin

Alleine, wenn ich an die Heilzeichen nach Körbler denke, wie leicht es ist, sich damit auszubalancieren. Da kann sich ganz viel gleich im Anfangsstadium erlösen. Aber ich muss sie auch anwenden, damit sie wirken können. In einem einzigen Tag lernen Sie den Umgang mit der Einhandrute und die wichtigsten Heilzeichen. Nach einem Tag gehen Sie nach Hause und können sich und anderen helfen.

Unsere **Energetische Notfallapotheke für Jedermann** ist ein richtiges Seminarhighlight geworden

**Am 19. Februar ist es wieder soweit, da fängt die Saison wieder an mit der Notfallapotheke**

Und dann geht es gleich weiter mit super interessanten Seminaren und Vorträgen.



## HEILE DICH SELBST

**Meridiane messen, behandeln dazu die interessanten, geistigen Hintergründe**

von und mit Edeltraud Haischberger

Meridiane, unsere energetischen Leitbahnen im Körper verraten uns ganz viel, wie es mit unserer Energie bestellt ist. Es ist am Anfang sehr befremdlich, wenn man hört, dass bei Knieschmerzen der Magenmeridian zu wenig Energie hat. Wie? Was? Was hat der Magen mit unserem Knie zu tun? Und das ist nicht alles! Auch wenn es in der Leiste zwickelt, spielt der Magenmeridian eine Rolle. Und der Höhepunkt: Dieser Meridian geht auch noch genau über die Brustspitze und sollte auch bei Brustkrebs immer genau angeschaut werden.

Ja, die Meridiane sind aktive Leitbahnen und sollten immer mit Energie gefüllt sein, damit sie den Funktionskreislauf aufrecht erhalten können.

Genau das lernen wir im Seminar Heile dich selbst - Meridian messen und behandeln. Es ist unglaublich spannend, wenn man hört, was diese Meridiane uns sagen wollen. Hier habe ich eine Geschichte über den Nierenmeridian:

**Auch unsere Beziehungen** stehen in direktem Zusammenhang mit Organen und Meridianen.

Gemeinsam statt einsam! Ziemlich abgedroschen, oder? Aber stimmen tut es trotzdem. Beziehungen sind wichtig im Leben und da meine ich nicht nur Liebesbeziehung. Egal, ob Nachbarschaftsbeziehung, Freundeskreis oder Kollegenkreis. Wir sind wie man so sagt Herdentiere und brauchen jemanden um uns auszutauschen. Leider funktioniert das nicht immer so, wie wir uns das vorstellen.

Grad kürzlich sag ich zu einer Bekannten: „Mach dir mit Elvira was aus!“ „Nein, die mag mich nicht!“ Sagt sie drauf. „Ja, warum?“ „Die hat sie so aufgeregt nur weil ich...“

Es ist um irgend eine Kleinigkeit gegangen. Ich kann mich da nur wundern, über was man sich alles aufregen kann.

Aber was steckt dahinter, dass ich auf gewisse Dinge so empfindlich, so beleidigt reagiere?

- Ich fühle mich angegriffen
- Meine Privatsphäre ist verletzt
- Ich fühle mich nicht ernst genommen
- Ich fühle mich unterlegen
- Ich fühle mich nicht gut genug, die andere ist besser als ich

Wenn ich solche Gefühle habe – und glauben Sie mir, die haben wir alle in gewissen Situationen – muss ich mich fragen: warum geht es mir so? Wie ist die Beziehung zu mir selbst? Was halte ich von mir selbst? Fühle ich mich so verletzt, weil es genau das Gefühl ist, das ich selbst von mir habe?

Habe ich in mir das Gefühl, dass ich nichts wert bin, dass ich nichts kann, dass ich nicht gut genug bin? Und jetzt kommt so eine blöde Nachbarin daher und sagt mir genau das? Und trifft genau meinen wunden Punkt. Und nicht nur meinen wunden Punkt, nein, das schießt auch direkt auf meine Nieren.

Es trifft nicht nur mein Herz, sondern auch direkt meine Nieren.

„Die blöde Kuh geht mir an die Nieren!“ Ist doch sehr bekannt, oder? Da ist er Volksmund wieder einmal punktgenau. Die Frage ist, was kann ich tun, dass diese Energien nicht meinen Nieren schaden?

Schauen wir uns den geistigen Hintergrund der Niere einmal genauer an:

Die Niere ruft uns zu: Bringe die Beziehung zu dir selbst in Ordnung.

Die Ursache für Nierenerkrankungen liegt in erster Linie in uns selbst. Die Beziehung zu uns selbst ist gestört. Wir glauben nicht an uns, wir trauen uns nichts zu, wir suchen jeden Fehler bei uns.

Solange wir es nicht schaffen, eine Einheit, ein Gefühl des Glücklichseins in uns zu finden, reagiert die Niere, wenn wir glauben, dass uns jemand ärgert oder ablehnt.

Die Niere regelt nicht nur unseren Wasserhaushalt und wäscht unser Blut, nein, es werden auch unsere bewussten und unbewussten Gefühlsempfindungen verarbeitet, gereinigt und gefiltert und losgelassen. Dabei wird eine Menge neue Energie frei.

Der Nierenmeridian beginnt schon beim Schlüsselbein und endet bei der kleinen Zehe. Er geht durch den ganzen Körper und sollte immer energiegeladen sein, sonst kommen eben solche Empfindlichkeiten. So werden wir jeden Meridian, den wir haben, analysieren. Sehr spannend!

### Heile dich selbst

Meridiane und Heilzonen € 110.-

20. Februar 2016 Bad Goisern  
24. September 2016 Bad Goisern

11. März 2017 Bad Goisern

Infos und Anmeldung 0676 638 13 35

## AKTUELLES

### Wichtige Termine in Kürze

Ein „außertourliches“ Seminar in Pramet/Innviertel  
**30. Jänner 2016 „Was flüstern deine Organe“**  
Anmeldung: 0676 638 13 35 Edeltraud Haischberger  
Genauere Beschreibung im Blattinneren.

Weissenbach bei Liezen Seminar:

**05. März 2015 „Energetische Notfallapotheke“**

Organisation Kneippverein Weissenbach

Anmeldung: Eva Hochreiner, Telefon: 0676 91 86 577

01. März 2016 Vortrag mit Heliamus R. Stellmach

**Die hellsichtige Betrachtung, 19,30 Uhr**  
**unserer Gefühlswelt**, Autohaus Limberger, Bad Goisern, € 5.-

19. Februar 2016 **Energetische Notfallapotheke**

20. Februar 2016 **Meridiane und Heilzonen**  
in Bad Goisern, siehe Seite 3.

9. April 2016 **Selbstbewusst und sicher im Alltag**

in Bad Goisern, siehe Seite 4

# HÖREN SIE WAS IHRE ORGANE FLÜSTERN??

mit Edeltraud Haischberger

## Wenn der Magen zwickt ...

weiß heute schon fast jeder, dass das nicht unbedingt nur vom Essen kommen muss. Es kann auch der Stress sein, oder auch, wenn ich alles runter schlucke und wieder einmal nichts sage.

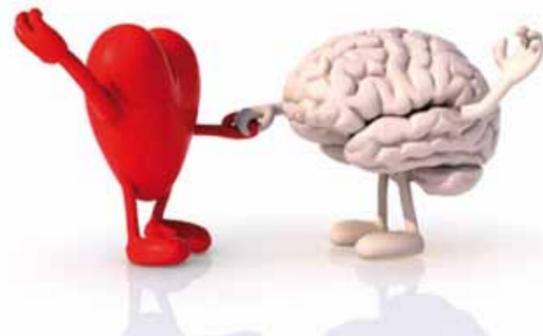
Nicht nur der Magen sagt genau, was er möchte, wenn wir wirklich in unseren Körper hinein horchen, dann spüren und hören wir sehr wohl, dass es da viele Zeichen gibt, die unsere Aufmerksamkeit wollen.

Leider sind wir nicht drauf programmiert, zuzuhören und zu spüren. Ich bin geradezu ein Paradebeispiel, wie lange ich es geschafft habe, alles zu unterdrücken, schön zu reden und zu ignorieren, was mir mein Körper schon lange sagen wollte. Gott sei Dank hat es noch einmal geklappt, dass ich wieder gesund geworden bin. Heute kann ich mir echt nur an den Kopf greifen - ich muss von allen guten Geistern verlassen gewesen sein, meine Bedürfnisse so zu ignorieren. Aber wie die Praxis zeigt, war und bin ich nicht alleine so unbewusst, so im Außen orientiert, dass die Signale unserer Organe total ins Leere laufen. Es gibt inzwischen immer mehr Menschen, die sehr bewusst hinhören und aufschreiben, was der Körper und die Organe zu sagen haben. Mich fasziniert das schon lange Jahre. Daher ist auch dieses Seminar entstanden.

Was mir aber besonders gefällt, ist die Tatsache, dass jedes Organ zugleich eine Lebensaufgabe für uns hat. Natürlich hat jedes Organ eine Funktion, dass unser Körper leben und funktionieren kann. Aber denken Sie doch einmal nach. Jeder von uns hat ein Organ, das vielleicht schon einmal vom Arzt als „angeborene Schwäche“ bezeichnet wurde. Und genau da beginnt die Lebensaufgabe. Nehmen wir die Leber. Ganz viele Menschen haben keine so guten Leberwerte, obwohl sie keinen Alkohol trinken. Aber sie können schwer vergeben und verzeihen, sie sind nachtragend. Und hier sagt die Leber dann laut und deutlich: „Sei nicht so empfindlich, nimm nicht alles so tragisch, sei vergebungsbereit!“ Sie ist das Organ, das uns Vergebung lernen soll. Andere haben immer wieder mit dem Dickdarm zu tun. Er sagt uns: „Liebe

dich endlich selbst, schau mehr auf dich und lass endlich die alten Geschichten los. Jedes Organ will uns helfen, uns und die Welt heiler zu machen. Denn, können wir uns und anderen vergeben, kehrt Frieden in uns und unserem Umfeld ein. Liebe ich mich selbst, dann kann ich auch andere mit Liebe betrachten. Wenn ich „heil“ bin, dann kann ich dieses „heilsein“ weitergeben und ich habe keine Resonanz für Ärger und Missgunst.

Ich weiß, das ist oft nicht so leicht zu verstehen. Man fühlt sich unschuldig und wird trotzdem angegriffen. Und dann soll ich nicht reagieren, nicht beleidigt sein? Genau hier ist noch Resonanz. Hier dockt etwas in Ihnen an, das schon lange, lange geruht hat. Das ganz weit in der Aura versteckt war. Z.B. Sie sind in der Kindheit immer für etwas beschuldigt worden, das Sie gar nicht gemacht haben. Und wenn Sie sich gewehrt haben, hat es geheißen: „Mach kein Theater, halt den Mund, du bist die Ältere, du musst die Gescheiterte sein!“ Sie haben den Mund gehalten, aber es war deswegen nicht weg. Sie haben es irgendwo in den Körper verschoben. Und immer, wenn Sie sich wieder einmal so ungerecht behandelt fühlen, dann dockt diese alte Energie wieder an und Sie sind wieder das verletzte kleine Mädchen. Solange diese Energie nicht erlöst wird, wird es Sie immer wieder beleidigen. Also was tun? Wenn Sie das nächste Mal eine solche Situation erleben, die Sie ärgert, kränkt oder beleidigt - fühlen Sie kurz hinein, wie alt fühlen Sie sich und wer sagt gerade etwas zu Ihnen? Dann können Sie lächeln und denken: Ahhhh, da kommt es her! Und dann geben Sie es Ihrem Schutzengel oder legen es in Gottes Hände. Immer wieder und immer wieder. Ja, unsere Organe sprechen sehr deutlich mit uns!



## Organflüstern mit Edeltraud Haischberger

30. Jänner 2016 in Pramet (Ausnahme)  
11. April 2016  
23. April 2016  
29. Oktober 2016  
22. April 2017  
Bad Goisern, Goisererhof, € 110.

## BUCHTIPP



Lise Bourbeau ist eine der erfolgreichsten spirituellen Lehrerinnen unserer Zeit. Mit diesem wertvollen Ratgeber zeigt sie anhand von 500 Gesundheitsstörungen, wie Krankheitsursachen frühzeitig erkannt und nachhaltig verändert werden können. Im Zentrum ihres Wirkens steht das Reifen der Seele. Dieses Reifen bedeutet, sich und andere anzunehmen und zu lieben. Dazu gehört auch das ganz bewußte Wahrnehmen subtiler Körperbotschaften. - Sie zeigen an, wo wir an unsere physische, emotionale und mentale Grenze gelangen.  
ISBN-13: 978-3893852772

# SICHER UND SELBSTBEWUSST IM ALLTAG

mit Edeltraud Haischberger



## Sicher und selbstbewusst zu sein ist Übung!

Einmal im Leben total sicher vor anderen seine Meinung sagen, einmal im Leben ohne schlechtes Gewissen „nein, das mach ich nicht“ sagen. Einmal im Leben etwas sagen, ohne nachzudenken, ob man danach wohl noch als „brav“ angesehen wird! Einmal im Leben vollkommen sicher in seinem Tun sein, egal was andere darüber denken.



## Einfach einmal richtig „schneidig“ sein!

Ich glaube, es gibt kaum jemanden, der sich das nicht schon einmal im Leben gewünscht hat oder besser es sich immer noch wünscht. Vor fast 50 Jahren, direkt erschreckend, diese lange Zeit, bin ich in das Haus meines Mannes gekommen. Mein Schwiegervater war ein ausnehmend netter Mann, der große Sicherheit ausstrahlte. Ich kann mich so gut erinnern, einmal in einem Gasthaus hat er in totaler Ruhe und großer Sicherheit Essen für uns alle bestellt. Ganz wie er es wollte. Das hat mir so imponiert, so, genau so, habe ich auch werden wollen. Er war ein ganz großes Vorbild. Nun, die,

die mich kennen, sagen sicher: „Na, die hat ihr Ziel erreicht!“ Genau, ich habe mein Ziel erreicht. Ich bin heute eine Frau, die ein sicheres Auftreten hat. Und ich fühle mich wohl dabei, stehe sehr gerne vor vielen Menschen und jeder weiß, dass ich auch sehr gerne rede. Aber das war bei Gott nicht immer so. Und deshalb weiß ich aus eigener Erfahrung, dass man das lernen kann. Im Herbst habe ich nach vielen Jahren wieder einmal ein Seminar angeboten, das diese Sicherheit schult.

## Ab heute bin ich sicher

Die Seminarteilnehmerinnen waren erwartungsvoll, neugierig und auch etwas angespannt, was da kommen soll. Nach ein paar harmlosen, lustigen Zweier-Übungen sind sie immer mehr aufgetaut. Und so haben wir langsam, Schritt für Schritt die Übungen intensiviert. Zu Mittag ist schon jede Teilnehmerin ohne Problem vor der Gruppe gestanden. Es war unglaublich, wie schnell die Damen erkannt haben, dass sie sich die Grenzen nur selbst gesteckt haben.

Das Schönste war aber, dass am Ende vom Seminar ganz wunderbare Ideen für ein interessantes Leben geboren wurden. Es war berührend zu sehen, wie kraftvoll und sicher diese Frauen nach nur einem Tag neue Ideen kreiert haben. Und wie schöne, neue, durchführbare Ideen entstanden sind.

Es hat gezeigt, Sicherheit ist trainierbar, Sicherheit ist

## Ab heute bin ich sicher Trainiere deine Persönlichkeit Bad Goisern, Goisererhof, € 120.-

9. April 2016  
5. November 2016

## BUCHTIPPS für ein leichteres Leben



Gerade Frauen müssen häufig noch lernen, selbstbewußt die eigenen Stärken zu verkaufen, um in der heutigen Arbeitswelt in Spitzenpositionen vorzudringen. Auch das Netzwerken spielt hierfür eine wichtige Rolle. Praxisnah und mit viel Charme und Humor verrät Sabine Asgodom ihrem Publikum, wie man zielstrebig, aber dennoch gelassen, beruflich und privat erfolgreich ist.  
ISBN-13: 978-3430110860



Ein erfülltes Leben haben wir, wenn wir das tun, was wir lieben. Doch was, wenn wir gar nicht wissen, was wir wirklich wollen? Barbara Sher gibt eine ebenso praktische wie erfrischende Anleitung, wie wir wieder Zugang zu unseren Wünschen und Träumen finden, sie in konkrete Ziele verwandeln und schließlich Schritt für Schritt verwirklichen können.  
ISBN-13: 978-3423346627

# ENERGETISCHE NOTFALLAPOTHEKE FÜR JEDERMANN

mit Edeltraud Haischberger

## Die günstigste Hausapotheke...

die man zu Hause haben kann, ist die Energetische Notfallapotheke. Sie kostet nichts und ist mehr als effektiv. Na, ganz so ist es nicht, ein bisschen was lernen sollte man. Das ist nicht schwer und fast unglaublich, aber es ist hundertfach ausprobiert und für sehr gut befunden worden.

Was ist so besonders an dieser „Energetischen Notfallapotheke“?

Man lernt mit einer Einhandrute verschiedenste Dinge, wie Lebensmittel, Kosmetika, Natur- und chem. Mittel messen. Auch der Bettplatz wird angeschaut.

Dann werden die wichtigen Heilzeichen für alle möglichen Wehwehchen gelernt.

Inzwischen ist das System so ausgereift, dass man diese „Naturapotheke“ auch ohne Messen mit der Rute sofort anwenden kann.

Das hört sich jetzt vielleicht etwas kompliziert an, aber so ist es nicht. Das Messen ist erlernbar, wie Lesen oder Schreiben.

Die Freude ist immer riesengroß, wenn sich die Rute bewegt und die Teilnehmer selbst sehen, ob ihr Bett frei ist, oder eine Störung zu messen ist. Und das alles sagt unser Körper, ohne dass man im Bett liegen muss.

Die Heilzeichen, die Sie im Kurs lernen, sind nur die allerwichtigsten, die Sie täglich anwenden können. Ursprünglich von Erich Körbler, einem Elektroingenieur, entdeckt, tun sie beste Dienste am ganzen Körper. Es ist immer wieder unglaublich, wie schnell wir uns selbst harmonisieren können. Und nicht nur uns selbst, auch unsere Familie, Kinder und Freunde. Medizin zum Aufmalen erobert immer mehr die Haushalte. Natürlich ersetzt es nicht immer den Arzt, aber ganz oft. Ich sehe das an mir. Ich war beim Arzt (sicher auch schon 5 Jahre her) um mir ein Rezept für eine neue Brille zu holen. Da fragt mich die Ordihilfe: „Haben Sie einen anderen Hausarzt?“ Ich war ganz erstaunt: „Nein, seit 1984 immer euch!“ „Ja, aber Sie waren ja 8 Jahre nicht da!“ War mir gar nicht bewusst. Genau das ist der Hintergrund der Energetischen Notfallapotheke. Die kleinen Sachen - Verspannungen, Erkältungen, kleine Unfälle wie Anstoßen, Umböckeln, Schneiden, Quetschen, Verbrennen, usw. gehen ganz schnell selbst zu heilen. Mit den Heilzeichen kann man ganz viel schon in der Anfangsphase auffangen, dass es gar nicht richtig rauskommt. Ausprobieren und genießen!

**Die Energetische Notfallapotheke**  
mit Edeltraud Haischberger  
Bad Goisern, Goisererhof, € 110.-

19. Februar 2016  
23. September 2016  
10. März 2017

Wie praktisch die Heilzeichen aus der Energetischen Notfallapotheke anzuwenden sind, zeigt eine kleine Geschichte. Ich habe meine Cousine Helga zum Kurs eingeladen, weil ich zufällig in ihrer Nähe war. Sie hat etwas gezweifelt, was das wohl sei, ist aber gekommen. Und war echt begeistert - der Tag ist wie im Flug vergangen - meinte sie nachher. Es war sehr viel Stoff für sie, weil sie ja ganz neu war und von diesen Dingen noch gar nichts wusste. Ja, so geht es vielen, die mehr als erstaunt sind, was wirklich leicht und schnell möglich ist. Jedenfalls kommt sie nach Hause und ihr Mann leidet oft an geschwellenen Knöcheln. So hat sie gleich probiert und hat ihm die Heilzeichen links und rechts - vier senkrechte Striche - aufgemalt. Und siehe da, die Schwellung ist sofort zurück gegangen. Inzwischen verlangt er schon nach den Strichen. Von jemanden, der das alles als Humbug abgetan hat, ein schöner Erfolg. Sie hat auch sofort ihr Bett ausgetestet und gesehen, durch das ganze Bett geht eine Störung. Und so fühlte sie sich auch. Sie hat gleich alles verändert. Ja, schon nach einem Tag kann ich Bettplatz messen - alles Mögliche testen und die Heilzeichen verwenden. Natürlich gehört ein bisschen Übung dazu, genau wie wir Lesen und Schreiben nicht an einen Tag erlernt haben und üben mussten, so ist auch hier Übung gefragt. Aber das lohnt sich, glauben Sie mir. Am besten gleich am 19. Februar 2016 in Bad Goisern lernen.



# FRAU, STELL DICH AUF DIE FÜSSE!

mit Edeltraud Haischberger

## 2. Auflage für mein Buch „Frau stell dich auf die Füße!“

Die Freude war sehr groß, als ich vom Verlag die Nachricht bekommen habe, mein Buch geht in die 2. Auflage, mit neuem Cover.



Dieser Ratgeber hilft dem Selbstbewusstsein auf die Sprünge. Viele Frauen haben großes Potential, das sie aber nicht ausleben. Sie haben schlechte Erfahrungen gemacht oder wurden einfach nicht ermutigt. Hier wird die Leserin liebevoll, aber nachdrücklich an der Hand genommen. Das Ziel ist, „Menschen auf die Füße“ zu stellen. Dazu braucht es keine große Theorie, sondern motivierende Anleitung.

Das „Geheimrezept“ lautet, die „fünf großen Selbst“ konsequent aufzubauen: Selbstliebe, Selbstwert, Selbstvertrauen, Selbstkontrolle und Selbstverantwortung. Das Buch, das nun in 2. Auflage erscheint, ist angereichert mit leicht durchführbaren Übungen und vielen praktischen Tipps. Werden Sie authentisch - das macht das Leben leicht!

## Eine kleine Leseprobe aus dem Buch

Selbstwert macht sicher. Selbstwert und Selbstsicherheit sind Geschwister. Das eine ist ohne das andere nicht möglich. Je mehr Sie sich Ihres Selbstwertes bewusst sind, desto mehr steigt automatisch Ihre Selbstsicherheit!

Selbstwert bedeutet, ich stehe zu mir, egal was kommt. Ich bin mir meines Wertes bewusst.

Egal ob die Frisur passt oder meine Figur sich verändert hat. Egal ob der Nachbar über Ihr bescheidenes Gärtchen lästert oder sich über Ihr zwanzig Jahre altes Auto mokiert. Na und? Ihnen gefällt es so. Sie erkennen Ihren Wert, unabhängig von Äußerlichkeiten. Selbstwert bedeutet Gelassenheit. Wissen, ich bin richtig so wie ich bin. Sich seines Wertes bewusst sein macht es leicht auch andere so anzunehmen, wie sie sind.

„Meine Güte, meine Freundin ist sich ja gar nichts wert!“ erzählt Hannelore, „sie tut alles um nur ja gut da zu stehen und in den Augen der anderen wertvoll zu sein!“ In diese Falle tapen wir alle immer wieder. Sind wir doch einmal ehrlich: Wer von uns möchte nicht gut vor anderen da stehen? Das tut doch einfach gut! Nur,

solange Sie sich dafür aufgeben und ihre wahren Gefühle verleugnen, stimmt Ihr Selbstwert nicht. Wahre Anerkennung finden Sie, wenn Sie Gelassenheit ausstrahlen und jeder merkt: Das sind Sie! Sie und niemand anderer!

## Ein paar spontane Fragen zu Ihrem Selbstwert:

Bitte kreuzen Sie an, was auf Sie zutrifft – auch wenn Sie es nur tendenziell stimmt:

- Ich fühle mich in Gesellschaft oft unsicher.
- Ich sage häufig „ja“, wenn ich es eigentlich gar nicht will.
- Ich glaube, ohne mich geht es nicht.
- Ich bin immer verfügbar, egal wer ruft.
- Ich habe das Gefühl, ich bin nicht erwünscht.
- Ich stelle mich immer hinten.
- Ich fühle mich ausgeschlossen.
- Ich fühle mich nicht ernst genommen.
- Alle sind gegen mich.
- Ich entschuldige mich ständig.
- Ich rechtfertige mich immer.
- Bei Kritik fühle ich mich persönlich angegriffen.
- Ich denke von mir selbst eher schlecht
- Ich habe sehr hohe Ansprüche an mich und will nichts falsch machen.
- Ich verzeihe mir Fehler nicht so schnell.
- Ich grübele sehr oft, was andere von mir denken.

Na? Wie viele Kreuze haben Sie gemacht? Wenn es mehrere sind: Keine Bange! Vieles hängt zusammen. Und wenn Sie Ihren Selbstwert stärken, löst sich ein Kreuzchen nach dem anderen in Luft auf! Weiterlesen im Buch „Frau stell dich auf die Füße!“ Gibt es in jeder Buchhandlung

Zu allen Punkten dieses kleinen Selbst-Checks gibt Ihnen das Buch tatkräftige Hilfe! Jetzt ziehen Sie aber erst einmal eine positive Bilanz.

Selbstwert bedeutet:

- Ich vertraue mir.
- Ich mag mich.
- Ich kenne meine Pluspunkte!
- Ich stehe hinter mir und meinen Meinungen.
- Ich erkenne mich an und fühle mich anerkannt.

Ich bin ganz sicher, dass Sie zu diesen fünf Aussagen eine ganze Menge zu sagen haben!

Im Buch sehen Sie den ganzen Test mit der Auswertung. Sehr liebevoll gemacht mit Smilys die Ihren derzeitigen Stand genau zeigen. Sie, und nur Sie, entscheiden, was Sie daraus machen

Das Buch gibt es ab Ende Jänner wieder in jeder Buchhandlung und beim Verlag Ennsthalder, auch bei mir können Sie das Buch natürlich erwerben.

# LEARNING BY DOING

mit Edeltraud Haischberger

## Praxistag für Absolventen

Haben Sie sich auch schon manchmal gedacht, 'jetzt hab ich so viel gelernt, und ich kann es nicht praktizieren'? Genau dazu haben wir den Tag „Learning bei Doing“. Hier erfährt man Neues und kann direkt am „fremden“ Klienten üben. Es gibt 2er Gruppen die gemeinsam einen Klienten behandeln. Für Fragen und natürlich zum Mitschauen sind natürlich ausgebildete erfahrene Leute da. Es ist sehr erstaunlich, wie schnell man dazulernt, wenn man direkt am Klienten arbeitet. An diesem Tag behandelt jede 2er Gruppe vier mal richtige Klienten. Die Erfahrung zeigt, wie groß die Begeisterung ist und wie die Motivation steigt, das Erlernte doch noch viel öfter zu Hause und im Freundeskreis anzuwenden.

Es ist wahrlich eine große Freude zuzuschauen, wie die Klienten aufblühen, wenn sie erfahren, dass man selbst ganz viel dazu tun kann, gesund zu werden, oder gesund zu bleiben. Diese Dame (Bild) war ganz neu und wusste gar nicht, wie ihr geschah, welche Aufmerksamkeit sie bekam. Sie hatte noch nie gehört, dass Schmerzen ein Schrei nach Aufmerksamkeit sind und dass hinter ihren Beschwerden auch ein geistiger Hintergrund war, der noch dazu genau auf ihre Situation gepasst hat. Sie und alle anderen sind glücklich nach Hause gegangen.



**Learning by doing**  
Erfahrung direkt am Klienten sammeln  
Bad Goisern, € 70.-

22. April 2016 9,30 - 17 Uhr  
28. Oktober 2016 9,30 - 17 Uhr

## Ein herzliches DANKE

**Hier sind unsere fleißigen Bienen, damit Sie diese Zeitung auch bekommen. Danke meine lieben Helferinnen!**

Diese Zeitung entsteht bei mir zu Hause am Computer, ich bin ja nicht mehr die Jüngste, und so brauch ich schon ca. 14 Tage bis alles fertig ist. Dann geht sie druckfertig in die Druckerei und dann ... geht es SO weiter. Ich danke euch herzlich, dass ihr immer sofort bereit seid!



# KORFU WAR EINE REISE WERT!

von Edeltraud Haischberger

## Korfu 2015...

war wieder einmal eine Reise wert. Zum 5. Mal war ich nun schon mit einer Seminargruppe bei Nikos in Arillas im Nordwesten von Korfu!

Dieses Jahr fährt Heliamus Raimund Stellmach auch schon zum 4. Mal mit einer Gruppe nach Korfu. Sie sind herzlich eingeladen, mit zu fahren!

Infos: [www.pandeus.de](http://www.pandeus.de)



Ausflug über die Berge mit Blick auf die Herzerlbucht!



Der feine Sandstrand - ein Genuss!



Ich schau doch schon sehr gespannt!



Der Abschied fällt uns schwer, Geschenke des Hauses - Danke!



# SCHAU IN DEIN INNERES & LERNE DICH KENNEN

mit Heliamus Raimund Stellmach, Text Edeltraud Haischberger

## Der Seele Gutes tun...

Endlich haben wir wieder einmal Heliamus Raimund Stellmach in Bad Goisern. Viele von Ihnen, liebe Leserinnen, liebe Leser, kennen ihn ja schon. Er ist bekannt, für seine klaren Worte, die unsere Gefühle betreffen.

Denn genau diese Gefühle sind es, die unser Leben immer wieder mal Achterbahn fahren lassen.

Sehr oft wissen wir einfach nicht, warum schon wieder Gefühle in uns sind, die uns die Freude nehmen, die uns eifersüchtig, neidisch machen oder die uns ärgern.

Ich kenne Heliamus Raimund Stellmach seit 1999 und habe viele Seminare für ihn organisiert und mit erleben dürfen. Ja, erleben dürfen, denn sie sind ein Erlebnis, seine Seminare. Eigentlich kann man es nicht beschreiben, man muss es erleben.

Trotzdem möchte ich ein paar Beispiele erzählen, wie unsere Gefühle unser Leben begleiten.

Eine junge Frau ist total eifersüchtig und hat panische Angst, dass ihr Freund sie betrügt und nicht für sie da ist. Es ist aber noch nie was passiert, das Ganze findet nur in ihrem Kopf statt. Sie weiß das, kann aber nicht aus ihrer Haut. Bis ich gesagt habe: „Fühl doch einmal hinein, wie alt fühlst du dich, wenn du dich so eifersüchtig und panisch fühlst?“ Und da hat sie zu weinen begonnen, und gesagt: „Das ist mein Vater, der war genauso, er war nie für mich da, er war immer weg, er hat meine Mutter betrogen!“ Sie hat es gar nicht fassen können, dass es auch andere Männer gibt. Treue Männer, verlässliche Männer. Das Gefühl der Kindheit hat immer wieder in der Gegenwart angedockt, sobald der Freund auch nur 10 Minuten zu spät war.

Hier sehen wir ganz klar, dass unsere Gefühle der Kindheit eine ganz große Rolle spielen und wir sie ständig mit uns tragen.

Wie können wir solche Muster erlösen?

Am besten ist, diese Muster eben mit viel Gefühl anzuschauen und dann diese alten Muster, die so in unser Leben spielen, in Gottes Hände zu legen. Das hört sich jetzt leicht an, aber glauben Sie mir, wir haben unzählige solcher Muster laufen. Jedes Mal, wenn wir uns kränken, ärgern

oder schämen, kann so ein altes Muster dahinter stecken. Mit Heliamus Raimund Stellmach zeigt uns genau auf, wie diese Lebensaufgaben lösen können.



## Die helllichtige Betrachtung unserer Gefühlswelt (Vortrag)

Bad Goisern, € 7.-

1. März 2016, 19.30 Uhr

## Schau in dein Inneres (Seminar)

Bad Goisern, € 300.-

29. April 2016 - 1. Mai 2016

## Tipp

### Korfu 2016 mit Heliamus...

Auch dieses Jahr steht eine Reise mit Heliamus Raimund Stellmach auf dem Programm.

### Geplanter Termin: Eine oder zwei Wochen

Dienstag 24.05. 2016 bis 31.05.2016 (1. Woche)

Dienstag 31.05. 2016 bis 07.06.2016 (2. Woche)

Es ist möglich nur eine Woche, aber auch alle zwei Wochen zu buchen. Genaue Infos auf [www.pandeus.de](http://www.pandeus.de) oder anrufen bei Heliamus: 0676 94 41 501.



# ERINNERUNGEN

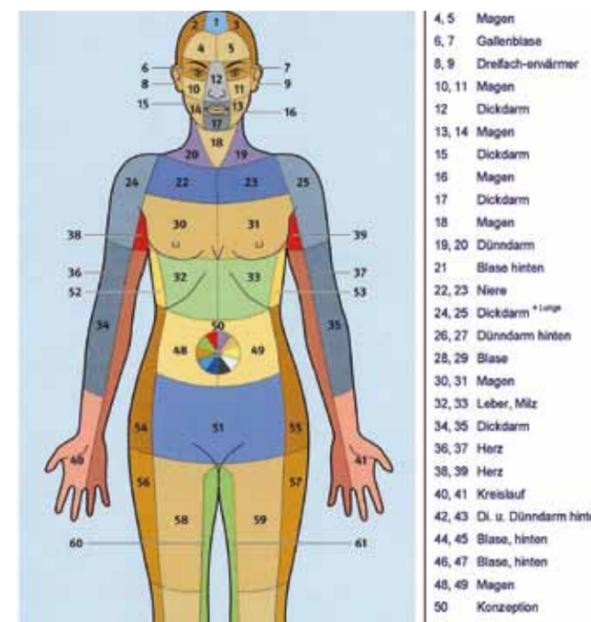
an Hannelore Fischer-Reska

## Hannelore Fischer-Reska

- die Autorin mehrerer Bücher, insbesondere des „Heilzonenbuches“! Die Begegnung mit dieser klugen, so herausragenden Heilkundlerin wird mir immer in Erinnerung bleiben. Ihr Buch „Heilzonen“ leider nur mehr gebraucht erhältlich, hat meinem Leben als Seminarleiterin ganz neue Impulse gegeben. Sie teilte den Körper in Heilzonen auf und hat diese Zonen auch gleich mit dem dazugehörigen Gefühl versehen. Einmalig als Nachschlagewerk - wo man ansetzen kann in der Behandlung. Dazu ihre Tipps, was alles helfen kann von der Homöopathie über Phytotherapie bis zur Meridiangymnastik, einfach herrlich. Hannelore Fischer-Reska - eine bezaubernde Frau.



Hier die Heilzonen beim Menschen



- 4, 5 Magen
- 6, 7 Gallenblase
- 8, 9 Dreifach-erwärmer
- 10, 11 Magen
- 12 Dickdarm
- 13, 14 Magen
- 15 Dickdarm
- 16 Magen
- 17 Dickdarm
- 18 Magen
- 19, 20 Dünndarm
- 21 Blase hinten
- 22, 23 Niere
- 24, 25 Dickdarm
- 26, 27 Dünndarm hinten
- 28, 29 Blase
- 30, 31 Magen
- 32, 33 Leber, Milz
- 34, 35 Dickdarm
- 36, 37 Herz
- 38, 39 Herz
- 40, 41 Kreislauf
- 42, 43 Di. u. Dünndarm hinten
- 44, 45 Blase, hinten
- 46, 47 Blase, hinten
- 48, 49 Magen
- 50 Konzeption



# GLÜCKLICHE FÜSSE

mit Ilse Fernbach, Text Edeltraud Haischberger

## ... durch sanfte Berührung mit echten ätherischen Ölen

Glückliche Füße, Füße die uns durch das Leben tragen, Füße, die warm sind, die keine Schmerzen bereiten, Zehen, die gerade stehen, die keine Hühneraugen haben und in den Schuhen nicht weh tun. Das ist wohl für viele Menschen ein Traum. Ich glaube aber auch, dass wir für unsere Füße und Beine viel zu wenig tun. Haben Sie schon einmal daran gedacht, ein großes Danke zu den Füßen zu schicken? Danke zu sagen, dass Sie diese Füße schon so lange durchs Leben tragen. Im Seminar „Glückliche Füße“ werden all diese Dinge besprochen. Aber nicht nur das. Im Gegensatz zu der bekannten Fußreflex Massage werden hier die geistigen Entsprechungen angeschaut. Z.B. steht jede Zehe für etwas Anderes. Die erste Zehe ist z. B. die Kopfzehe. Die 2. Zehe ist die Herzzehe, usw. Und wenn nun die 2. Zehe länger als die erste ist, dann entscheidet dieser Mensch mehr mit dem Herzen als mit dem Kopf. Und so wird der Fußballen besprochen, die Ferse und alles andere, was ein Fuß zu bieten hat. Ein wirklich spannendes Seminar, wo man die Füße kennenlernt und auch die ätherischen Öle die nicht nur den Beinen und Füßen gut tun.



## Glückliche Füße

mit Ilse Fernbach, Bad Goisern, Goisererhof, Bahnhofstr. 8, € 110.- (inkl. der Öle, mit denen behandelt wird)

27. Februar 2016, 9.30 - 17 Uhr

22. Oktober 2016, 9.30 - 17 Uhr

# SORGST DU GUT FÜR DICH? DIE BLASE FREUT SICH DARÜBER

von Edeltraud Haischberger

## Was antworten Sie, wenn Sie aus heiterem Himmel gefragt werden: „Sorgen Sie auch gut für sich?“

Pfffttttttt, was für eine Frage? Halten Sie kurz inne, was würden Sie drauf sagen?

Ich habe einige Frauen gefragt und meist haben sie mich fragend angeschaut. „Ja, sicher, i hab ja alles!“ Aber meine Frage war nicht, ob sie alles haben, sondern „ob sie gut für SICH sorgen.“ Das ist ein großer Unterschied.

Eine Bekannte erzählt mir, ihr ehemals so aktiver Mann, wird jetzt im Alter, träge und sitzt ständig bei ihr in der Küche. Und wahrscheinlich gibt er noch seinen Senf dazu. Ihr wird das viel zu eng. Sie sagt aber nichts um den Frieden zu erhalten. Meine Frage: Sorgt diese Frau gut für sich? Sie hat ja alles – aber reicht das?

Vor allem, warum sagt sie nicht, „mir ist das einfach zu viel, wenn du ständig nur da sitzt und mir auch noch beim Kochen dreinredest!“ Weil sie Angst hat!

Und hier stelle ich wieder die Beziehung zu unseren Organen her. In diesem Fall ist es die Blase, die reagiert.

Die Blase zwingt uns, ganz bei uns zu sein. Sie konfrontiert uns mit der Wahrheit.

Sie zwingt uns förmlich zur Wahrheit, ehrlich mit unseren Gefühlen umzugehen.

Wenn wir jetzt an die Bekannte denken, die nix sagt, obwohl ihr die Situation mit ihrem Mann voll auf die Nerven geht, ist sie dann ehrlich?

Die Blase zeigt uns den Teil unserer Psyche an, dass wir auf unsere inneren Gefühle hören.

Die Erfahrung zeigt, dass extrem viele Frauen schon in jungen Jahren mit Blasenproblemen zu tun haben. Die Erfahrung zeigt auch, dass viele Frauen zwar das Gefühl haben, eh alles zu haben, aber von „für sich selbst sorgen“, kann keine Rede sein. Und das ist ihnen nicht einmal bewusst. Ganz einfach, weil es total normal ist.

Weil es ganz normal ist, zu funktionieren, weil es ganz normal ist, sich zurück zu stellen. Weil es ganz normal ist, für andere zu sorgen.

Das gilt nicht nur für Frauen. Auch Männer haben ganz oft nicht den Mut, zu sagen was Sache ist und schon gar nicht, was sie eigentlich fühlen.

Jedes Organ haben wir aus einem ganz bestimmten Grund bekommen. Der liebe Gott hat sich ja sicher was dabei gedacht, wie das alles entstanden ist.

Die Blase haben wir bekommen, um unsere Gefühle kennen zu lernen und sie auch zu akzeptieren und anzunehmen.

Der Blasenmeridian ist einer der wichtigsten Meridiane, die wir haben, er geht von der Nasenwurzel zwischen den Augen über den ganzen Kopf und den ganzen Rücken bis zu den kleinen Zehen. Das heißt, der Blasenmeridian ist im ganzen Körper verteilt. Es streift jedes Organ und somit nimmt die Blase jedes Gefühl in uns wahr und reagiert darauf.

Und welche Frau kennt das Gefühl nicht, bei Nervosität öfter auf die Toilette zu müssen, oder sich vor Lachen in die zu-Hose machen.

Das alles kommt nicht von ungefähr. Würden wir ganz einfach sagen: „Ja, ich hab Angst, ich bin nervös,“ würde das schon helfen.

Aber das ist ja nicht leicht, ich denk da an mich. Ich kann doch nicht zugeben, dass ich Angst habe oder mich was überfordert. Ich bin doch eine gestandene Frau, soll ich da zugeben: „Ich hab das große Zittern!“ Na, da beiß ich mir doch lieber die Zunge ab und renne aufs Klo! Würde ich gut für mich sorgen und zu mir stehen, könnte ich ja zugeben, dass ich innerlich flattere vor Aufregung. Aber das sagt man ja nicht. Und das Ego spielt auch noch mit, flüstert dir ein: „Hast dir ja selbst eingebrockt, nun löffle die Suppe auch aus, was beschwerst du dich!“ Und so unterdrücke ich die echten Gefühle und funktioniere wieder einmal. Es ist zwar schon viel besser, aber in diese Falle tappe ich immer wieder. Und wahrscheinlich nicht nur ich!

Wahrscheinlich sagen Sie jetzt, das kann es doch nicht sein, dass nur das schuld an Blasenproblemen sein soll. Da haben Sie natürlich Recht. Wenn mitten durch das Bett eine Wasserader läuft, reagiert die Blase auch.

Dazu kommt, dass wir ganz oft die Ängste anderer übernehmen und sie zu unseren machen. Das kann man einfach nicht oft genug sagen.

Denken Sie nur daran, wenn Ihr Kind eine Schularbeit hat, Sie zittern mit, als müssten Sie die Schularbeit schreiben. Und Sie sind genauso nervös. Aber es ist nicht Ihre Angst, Sie leben gerade die Angst Ihres Kindes und helfen leider kein bisschen damit.

Es gibt so viele Situationen, wo wir für andere „zittern“, uns ängstigen und damit uns selbst belasten. Fragen Sie sich doch das nächste Mal: Wem ist jetzt geholfen, wenn ich mich so ängstige, oder gehört es gar nicht mir?

Leicht ist das sicher nicht, aber aller Anfang ist schwer. Wenn Sie es nicht probieren, können Sie es nicht wissen.

Der Gegenspieler der Angst ist das Vertrauen. Es sagt sich so leicht, gehen Sie ins Vertrauen. Das ist schwer, wenn man das nie gelernt hat. Aber glauben Sie mir, es tut einfach gut, sich mit Vertrauen zu beschäftigen. Es gibt ein sehr gutes Gefühl.

Ein weiterer Punkt kann sein, dass Sie glauben, „na,



Sorge gut für dich!  
Sei die Königin in deinem Leben!

das hat mir ja meine Mama vererbt, die war auch so!“ Das kann schon sein, dass Ihre Mutter das auch hat, aber müssen Sie es nehmen?

Wenn ich in meinen Vorträgen frage: „Wer möchte so wie seine Mutter sein?“ gibt es immer großes Gelächter und viel Kopfschütteln. Viele möchten nicht so sein, nehmen aber als gegeben hin, dass sie die gleichen Probleme wie die Mama haben.

Das müssen wir nicht. Es geht auch hier um Bewusstwerdung. Wenn ich schon mal drauf komme, dass ich denke: „Das hab ich von der Mama“, kann ich mich gleich fragen: „Ja, will ich das eigentlich?“ Was mir gefällt, kann ich ja ruhig lassen, aber ihr ewiges Funktionieren, ihr nur für alle anderen da sein, ihr nicht auf sich schauen und wahrscheinlich damit zusammenhängende Blasengeschichten möchte ich nicht haben. Also trenne ich mich von diesem Gedanken und mache mir bewusst, dass mein Leben ja ganz anders verläuft als das meiner Mama. Also kann auch die Blase ganz anders reagieren. Wir haben ja schon gehört, die Blase freut sich sehr, wenn Sie gut für sich sorgen! Und es freuen sich gleich alle anderen Organe mit.

Dazu können einige Fragen dienen, die aufzeigen, ob Sie wirklich gut für sich sorgen:

- Haben Sie Angst herauszufinden wie Sie wirklich sind?
- Spielen Sie gerne den Märtyrer, der alle verwöhnt sich aber dabei ärgert?
- Laufen Sie gerne vor der Verantwortung davon, Sie „selbst“ zu sein?
- Fühlen Sie sich oft wie eine Gefangene?
- Ehrlich – machen Sie gerne anderen zu Unrecht Vorwürfe?
- Hängen Sie noch an alten Gefühlen aus der Vergangenheit?
- Fühlen Sie sich ängstlich und angespannt?

Diese Fragen sind brisant, ich weiß es. Was glauben Sie, wie schwer es mir gefallen ist, ehrlich zu mir selbst zu sein. Ich wollte ja auch immer richtig und gut sein. Da haben solche Fragen keinen Platz. Aber als ich mich dann drüber traute, war ich mächtig stolz und es ging mir viel besser.

Finden Sie heraus, wo Sie nicht gut für sich sorgen, und wenn Sie möchten, ändern Sie es. Der Jahresbeginn ist vielleicht gerade richtig. Lernen Sie, sich in sich selbst wohl zu fühlen, Sie helfen damit sich und Ihrer Blase.

### Was flüstern die Organe?

Bad Goisern, € 110.-

23. April 2016  
29. Oktober 2016  
22. April 2017

# RADIO MACHT SPASS

von Edeltraud Haischberger

## Themen über das Leben

Seit September 2013 bin ich auch im Radio aktiv. Beim Freien Radio Salzkammergut hören Sie jeden Montag von 8,30 - 8,45 Uhr Wohlfühltipps von mir. Sie können auch mithören, wenn Sie weiter weg sind. Im Livestream bei [www.freiesradio.at](http://www.freiesradio.at)

Inzwischen sind weit über 100 Sendungen ausgestrahlt worden und der Alltag liefert mir ständig die richtigen Themen.

Es geht immer wieder um unsere Liebe zu uns selbst, wie wir mehr Selbstbewusstsein bekommen und wie wir unser Leben verbessern.

Immer mehr Hörerinnen und sogar Hörer sagen mir, sie warten schon jeden Montag auf die Sendung. Leider hören nicht alle das Freie Radio Salzkammergut, weil sie nicht im Sendebereich sind. Kein Problem:

Es gibt jede Sendung zum Nachhören unter:  
<http://cba.fro.at/248205>.

Inzwischen stehen über 100 Sendungen online. Sie können das Thema einfach anwählen.



Wieder eine Sendung fertig...

# KENNST DU DEINE INNEREN WERTE?

mit Edeltraud Haischberger



## Lieben wir alle unsere inneren Werte?

Unsere inneren Werte spielen in unserem Leben eine große Rolle. Nur, wir glauben meist gar nicht an unsere inneren Werte. Dabei hat jeder Mensch sein inneres Wertesystem.

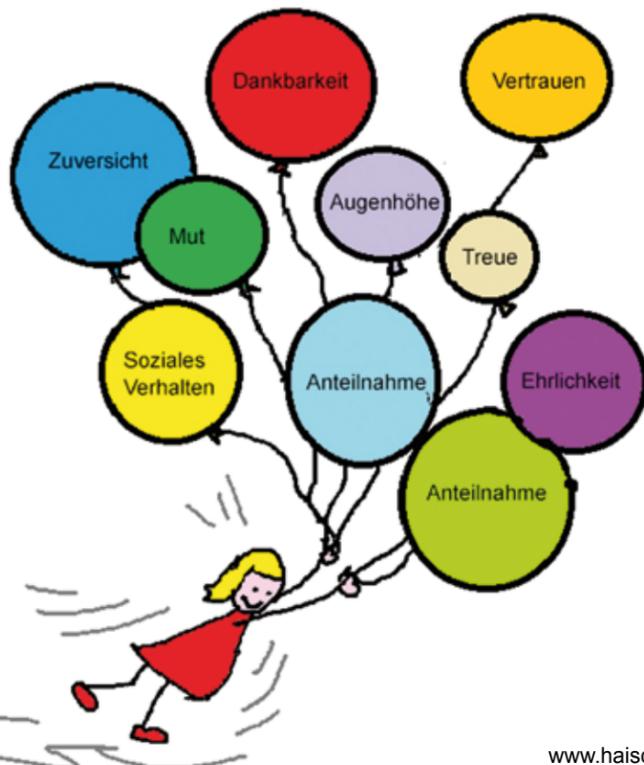
Für manchen ist die Gerechtigkeit ganz wichtig.

Oder Freundlichkeit, Humor – über sich selbst lachen zu können. Ehrlichkeit, soziales Verhalten, Verantwortungsbewusstsein, Perfektion, Vertrauen, Höflichkeit, Treue und Anteilnahme, Tapferkeit und Freundschaft.

Es gibt noch viele mehr. Vielleicht schreiben Sie einmal auf, was Sie besonders auszeichnet. Das ist ja das Schöne, dass jeder Mensch anders ist und jeder andere besondere, Fähigkeiten hat, die sich oft ganz wunderbar ergänzen.

Alles sind wunderbare Charaktereigenschaften. Natürlich gibt es wie überall die Gegenseite: Boshaftigkeit, Neid, Missgunst, Hass usw. Das ist die andere Seite der Medaille. Doch wir, wir wollen uns ja weiter entwickeln und unsere guten Eigenschaften ausbauen. Und zwar so ausbauen, dass wir uns wohlfühlen dabei.

Ich kann nämlich so eine wirklich gute Eigenschaft auch missbrauchen, indem ich z. B. nur sozial bin, „weil es sich so gehört!“ Ich kann die inneren Werte nur leben, wenn ich sie in mein Leben integriert habe und es nicht nur mache - dass alle gut von mir denken! Oder weil sich sonst der Nachbar denkt: „Na, von dem kann man gar nix hab'n!“ Wenn ich aus diesem Grund besonders höflich, besonders gutmütig bin, dann kann es leicht sein, dass ich mich bald einmal richtig ausgenutzt fühle.



Letztens hab ich eine junge Frau in der Praxis gehabt, die sich unglaublich für den Sport engagiert. Sie tut alles für den Verein. Bis zum Putzen des Vereinslokals. „Ja, um Himmels willen, sind da nicht noch andere Mütter, die helfen können?“ Sagt sie doch glatt: „Die machen es nicht perfekt genug!“ Ich war echt baff!

Wie viele Menschen machen sich das Leben schwer, weil sie von sich und anderen 100 % Perfektion verlangen. Ich denke da an eine Freundin. Die ganz junge Schwiegertochter hat kurz bei ihr gewohnt. Und schon hat sie etwas zum Meckern gefunden. „Na, wie die den Kasten einräumt, so geht das nit!“ Erstens ist es nicht ihr Kaffee und zweitens ist es doch vollkommen egal, wie man den Kasten einräumt, oder? Damit muss ja sowieso jeder selbst zurecht kommen. Ich hab ihr dann erzählt, ich hab meiner Perle noch nie drein geredet, wie sie bei uns nach dem Bügeln einräumt. Wenn ich mir diese Dinge von einer Haushaltshilfe abnehmen lasse, muss ich auch tolerant sein. Solange ich diese Sachen finde, ist für mich alles ok. Und wenn nicht, na dann ruf ich sie halt an. Was ist schlimm daran? Ich würde mich da schon wieder fragen: „Hallo, wo hab ich denn dieses Muster her, wie ein Schrank zu sein hat?“ Ich bin erwachsen und kann tun, wie es mir passt. Natürlich kann man Sachen, die einem gefallen und gut tun übernehmen, aber bitte nicht alles ohne jedes Nachdenken.

So perfektionistische Menschen machen sich das Leben wirklich selber schwer. Sie sagen ganz schnell: „Bevor ich nachputzen muss, tue ich mir das lieber selber!“ Mein Gott, ist das lebenswichtig, ob da noch ein Staubel ist, oder ein Pulli verkehrt im Kasten liegt???

Ich weiß, da atmen so perfekte Menschen jetzt tief durch und denken sich: „Die hat ja keine Ahnung!“ Und genau damit haben sie recht. Weil die Perfektion nicht in mir angelegt ist. Das heißt, zu meinen Aufgaben im Leben gehört, ein bisschen ordentlicher zu werden. Ich verrate ein Geheimnis: Da täte mein Mann dann richtig aufatmen! Aber vielleicht könnten die Perfektionisten auch nachdenken: Bitte ein bisschen lockerer und toleranter werden, dann wird alles leichter. Statt immer zu arbeiten, ein bisschen mehr raus in die frische Luft. Drüber lachen, wenn wo ein Staubkugler liegt. Morgen ist auch noch ein Tag für den Staubsauger. Im Leben gibt es nichts Perfektes. Schauen Sie in die Natur, da wächst alles durcheinand und ist trotzdem perfekt. Perfektion ist ein wahres Selbstverhinderungsprogramm, wird Zeit, den eigenen Anspruch los zu lassen und den Mut zu haben sich so zu zeigen, wie man wirklich ist. Das ist eine unglaubliche Befreiung.

Ein großes Thema für ganz viele Leute ist auch das Verantwortungsgefühl. Sich für alles und jedes zuständig fühlen. Ich gehöre auch zu der Sorte Mensch, die glaubt, ohne mich dreht sich die Welt nicht weiter. Aber da bin ich und alle die so denken, ganz und gar am Holzweg. Jeder Mensch ist ersetzbar und ehrlich.... So man-

cher, z.B. meine Töchter wären froh, würde ich mich aus ihrem Leben raushalten. Zu meiner Ehrenrettung muss ich sagen, ich hab schon dazu gelernt.

Ein Referent unserer Seminare sagte einmal: „Tragt nicht das Kreuz der ganzen Welt, es reicht, wenn ihr euer eigenes nehmt!“ Huiiii – da hat er einiges losgetreten. „Ja, man muss sich ja kümmern, wo kämen wir denn hin, wenn jeder nur an sich denkt?“

Es wäre absolut herrlich, wenn jeder mal an SICH denken täte, leider denken ja so viele Menschen gerade NICHT an sich, sondern sind mit den Gedanken nur bei anderen Leuten. Bei den Kindern, bei den Eltern, beim nervigen Schwager und außerdem, „was könnte der Nachbar denken?“ „Man muss doch seine Hilfsbereitschaft zeigen, das ist doch Nächstenliebe!“ Aber wie heißt es: „Liebe deinen Nächsten – wie dich selbst!“ Das haben wir leider nicht gelernt, der 2. Satz wird sehr gerne vergessen.

Außerdem – wenn ich ganz viel für andere tue – dann – ja dann bekomme ich Anerkennung. Und für Anerkennung tun Menschen fast alles.

Letztens beschwerte sich eine Bekannte ziemlich emotional: „Ich reiße mir den Arsch auf, tue alles was möglich und unmöglich ist und dann ist es immer noch zu wenig!“

Ich habe ihr gesagt: „Schau, DU weißt doch was du wert bist, und das genügt doch!“

Nur, wir sind nicht darauf programmiert, uns selbst zu loben. Das Buch von Sabine Asgodom „Eigenlob stimmt“ hat mir da sehr weitergeholfen. Es ist ja auch wunderbar, wenn man anerkannt wird, ein wirklich herrliches Gefühl.

Die Frage ist nur, muss ich dieser Anerkennung nachlaufen, weil ich von mir selbst leider gar nicht viel halte, oder kann ich die Anerkennung richtig genießen, weil ich einfach weiß, ja ich bin es wert, diese Anerkennung zu bekommen. Ich erkenne meine Leistung ebenso an.

Meistens ist leider das erste der Fall. Nur wenn andere sagen „Du bist super,“ sind sie zufrieden. Viele können das niemals zu sich selbst sagen.

Was resultiert daraus? Ich erkenne mich selbst nicht oder viel zu wenig an. Also sind schon wieder Aufgaben für mich vorgegeben. Ich soll mich selbst mehr anerkennen, mit mir mehr zufrieden sein. Zugegeben eine schwierige Aufgabe, wenn man immer gehört hat: „Mach alles, damit ja alle zufrieden mit dir sind!“

Bei den inneren Werten ist es wieder genauso. Sie haben direkt mit mir zu tun. Innere Werte kann ich in aller Ruhe leben, wenn ich weiß, was ich wert bin, wenn ich mit mir zufrieden bin, wenn ich in Balance bin.

Nur, wie schaffe ich es, dass ich mich so richtig wohl fühle in mir? Das Zauberwort heißt: Bleibens ganz ein-



fach Sie selbst.

Kein Herumeiern, kein falsches Lächeln, so sein, wie Sie sich fühlen. Egal, wer immer es auch ist, dem Sie gerade gegenüberstehen, er ist wie Sie ein Mensch aus Fleisch und Blut. Und wenn dieser Mensch Sie z.B. ungerecht behandelt, dann zeigen Sie Ihren inneren Wert „Gerechtigkeit“ und sagen Sie das auch, dass Sie sich momentan ungerecht behandelt fühlen. Kein Verstecken mehr, kein Runterschlucken, Rücken grade und raus damit. Mit ruhigen sicheren Worten. Sie sind keinen Deut weniger wert als Ihr Gegenüber, auch wenn Sie es im Inneren so eingestuft haben.

Ich weiß, auch das haben wir nicht gelernt. Wir haben gelernt, immer perfekt zu erscheinen, immer gut mit allen auszukommen, höflich und zuvorkommend zu sein.

Leider wird das ganz oft verwechselt mit „Mundhalten“, dann eck ich nicht an. Denken Sie an kleine Kinder. Die sagen frei von der Leber, was sie sich denken. Wenn Sie ganz bei sich sind, sagen Sie die Wahrheit so, dass mit Sicherheit niemand beleidigt ist. Sobald Sie sich in eine Richtung verbiegen, das Sie schön dastehen, sind Sie nicht mehr echt und so klingen Sie auch.

Ich weiß, da gehört ein bisschen Mut dazu, aber brauchen wir den nicht schon, seit wir auf der Welt sind? Wir wachsen nur, wenn wir immer wieder unsere Grenzen sprengen und was wagen. Wie wärs wenn Sie schon zu Hause üben und auch Ihren Familienmitgliedern einmal sagen, wie Sie sich fühlen, egal ob superwohl, oder überfordert, nicht ernst genommen, liebevoll behandelt oder enttäuscht. Ich glaube das ist schon einmal ein großes Übungsfeld.

Wenn Sie diese Ehrlichkeit – ich bin so wie ich bin – in Ihr Leben integrieren, dann brauchen Sie auch nicht mehr diese Perfektion, denn dann wissen Sie, eigentlich ist es egal, ob ich diese Arbeit mache oder eine Hilfe. Dann ist es auch egal, ob Sie jemand gut findet oder nicht, Sie ganz allein wissen, ich bin in Ordnung, so wie ich bin.

Sie werden sehen, je „echter“ Sie anderen begegnen, umso mehr werden Sie Ihre inneren Werte leben können. Und das tut wirklich gut.

**Ab heute bin ich sicher**

Bad Goisern, € 110.-

9. April 2016

5. Nov. 2016

# „GESUNDE TIPPS“

von Edeltraud Haischberger

## So wird das Leben leichter!

Die meisten Leser und Leserinnen wissen ja, dass ich auch einmal gesundheitlich sehr angeschlagen war. Gott sei Dank gehört das der Vergangenheit an. So eine schwere Erkrankung, zert ganz schön an Körper und Nerven. Thomas Hartl hat ja vor ein paar Jahren schon den Bestseller „Geheilt“ geschrieben, nun hat er ein neues Buch heraus gebracht.



Es war und ist mir eine große Ehre, dass ich für dieses Buch die „Gesundheits-Erhaltungstipps“ schreiben durfte.

Hier sind meine Ideen, die mir damals sehr geholfen haben.

- **Rücken Sie den Fokus total auf Gesundheit**  
Viele Menschen rühren viel zu lange in Gesprächen in der Krankheitssuppe.

Bedenken Sie, unsere Gedanken gestalten unser Leben. Wo sind die Gedanken, wenn die Geschichte

immer wieder erzählt wird? Genau – bei der Krankheit. Wie soll sie dann verschwinden, sie hat ja keine Chance. Fokus – ein wunderbares Bild, wo Sie sich vollkommen gesund sehen und FÜHLEN. Das Bild immer wieder herholen. Immer wieder.

- **Legen Sie sich eine Standardantwort zurecht, wenn Sie jemand fragt: „Wie geht es dir?“**

Ich „verbiete“ meinen Klienten immer zu sagen, wie es ihnen wirklich geht. Stellen Sie sich vor, Sie sagen: „Mir geht es echt schlecht!“ Was passiert? „Meine Güte, ja du schaust eh so schlecht aus, du tust mir so leid!“ Wie fühlen Sie sich? Ihre Energie fällt in den Keller. Meine Klienten müssen - egal, wie es ihnen geht – sagen: „Danke, jeden Tag besser!“ Was passiert? „Oh, na Gott sei Dank! Das freut mich!“ Wie fühlen Sie sich jetzt? Und der zweite Effekt. Das wird ja weiter erzählt. Und wir alle spüren diese Energien. Wenn Sie gut von Ihnen sprechen, baut das enorm auf. Und die Energie folgt diesen Worten.

- **Werden Sie großzügig (auch im Denken) und tolerant**

Legen Sie nicht jedes Wort auf die Goldwaage, was jemand sagt. Schauen Sie nicht, wie es andere machen, lassen Sie die anderen wie sie sind. Und tun auch Sie, was Sie gerne tun, und nicht was andere von Ihnen möchten. Werden Sie großzügig auch zu Ihnen selbst.

Sagen Sie NEIN, wenn Ihnen danach ist.

- **Kümmern Sie sich um sich!**

Egal, was immer andere sagen – hören Sie in sich hinein – was brauche ich gerade? Kümmern Sie sich um sich, tun Sie sich Gutes. Was immer das sein mag. Vielleicht brauchen Sie einen Waldspaziergang, vielleicht ein Schläfchen, vielleicht Musik machen. Ganz egal, Sie sind dran, nehmen Sie das für sich in Anspruch!

- **Vertrauen Sie sich und Ihrem Körper!**

Sie sind wieder aufgestanden. Vertrauen Sie sich, dass Sie es schaffen, so zu leben, dass Sie vollkommen gesund sind. Vertrauen Sie sich und Ihrem Immunsystem. Wenn Sie sich schwer damit tun, arbeiten Sie mit Affirmationen: „Ich vertraue mir und dem Leben!“, „Ich gehe vertrauensvoll in die Zukunft!“ Sagen Sie das immer, wenn der Zweifel Sie plagt.

- **Steigern Sie Ihren Selbstwert**

Seien Sie es sich wert, einmal „Ihre Welt“ zu leben, egal was andere denken. Bleiben Sie beim Tisch sitzen, die anderen sollen abräumen. Geben Sie Ihren Bürokollegen die Chance, etwas von Ihrer Arbeit zu übernehmen. Seien Sie es sich wert, zu träumen und gut für sich zu sorgen.

- **Wenn die Welt rundum zu laut ist**

– ...ziehen Sie sich zurück! Und ich meine nicht in ein anderes Zimmer, sondern auf die Alm oder in ein Kloster! Im Kloster haben Sie noch den Vorteil, dass gut für Sie gesorgt wird und Sie trotzdem Ruhe haben, wenn Sie es wollen.

- **...Bleiben Sie dran – an guter Energie.**

Aus Eigenerfahrung kann ich sagen, wäre ich nicht immer dran geblieben, an Vorträgen, Seminaren und guten Gesprächen, ich weiß nicht, ob alles so gut gegangen wäre. Es gibt überall Vorträge über alternative Heilmethoden, über die Kraft der Gedanken, über interessante Themen, die unser Leben leichter machen. Nützen Sie das Angebot, es hebt die Energie und stützt das Immunsystem.

- **Leben Sie Ihre Hobbys!**

Was haben Sie schon als Kind gern gemacht? Drachen bauen? Tun Sie es, besuchen Sie einen Kurs und tun Sie es. Egal ob Gärtnern, Tanzen, Klavier spielen oder sonst was, machen Sie es. Auf was sollen wir warten? Ich mache ein Seminar „Strichmännchen zeichnen!“ Absurd – aber mir taugt das! Ich habe auch einen Radio-Kurs gemacht und sende jetzt wöchentlich Wohlfühltipps durch den Äther! Sie können es hören, es tut gut und baut auf: [www.haischberger.at](http://www.haischberger.at) Startseite, da können Sie die Sendungen hören.

- **Überprüfen Sie immer wieder Ihre Einstellung zum Leben!**

Jeder von uns hat so seine Eigenheiten. Viele sind gut, manche könnte man auf den Mond schießen. Z.B. Kaum kommt Mutter wird die Wohnung auf Hochglanz gebracht, weil man wieder zum braven Kind wird. Ein Muster das längst nicht mehr stimmt. Weg damit und zwar bleibend. Solche Muster machen das Leben schwer, drum immer wieder schauen, was nervt mich und muss das sein? Wir bestimmen unser Leben und sonst niemand. Legen Sie neue Wege fest. Und gehen Sie sie auch!

- **Leben Sie Ihre Talente!**

Jeder von uns bringt Talente mit! Überlegen Sie, was haben Sie als Kind schon gerne gemacht? Lassen Sie diese Talente aufleben. Bauen Sie Flieger zusammen, machen Sie einen Theaterworkshop, wenn Sie Verkleidungen lieben. Malen oder Schreiben Sie. Egal, was rauskommt, es muss nur IHNEN Spaß machen, sonst niemand. Glauben Sie mir, ich hab auch schon viel nachgeholt.

- **Leben Sie das Kind in Ihnen!**

Immer wussten die „Großen“ besser, was uns gut tut. Und wir haben brav funktioniert. Unser „Kindsein“ ist auf der Strecke geblieben. Fangen Sie an zu fühlen, was möchte das kleine Kind in uns? Was hat es in der Kindheit nicht bekommen, „weil man brav ist“, „weil es sich nicht gehört“, weil „es so besser für uns ist“ usw... Fühlen Sie hinein, was haben Sie hier aufzuholen?

- **Hören Sie auf zu denken – „Ja, was sagen da die „Anderen“?“**

Niemand wird umsonst krank. Immer gibt es Gründe, die mitspielen, wenn der Körper entgleist. Und viel zu oft „verbiegen“ wir uns und verlassen unseren Weg, weil

die „Anderen“ sonst beleidigt sind und vielleicht schlecht von uns denken. Gehen Sie Ihren Weg, ganz egal, ob irgendwer was denkt oder nicht. Sie sind ein wertvoller Mensch, leben Sie das auch.

- **Schreiben Sie mindestens 30 Wünsche auf, die Sie im Leben verwirklichen möchten**

In der Praxis höre ich oft „30 Wünsche? Ich hab ja eh alles, ich möchte nur gesund sein!“ Dieser Wunsch gilt nicht, denn das ist ja normal. Fragen Sie sich, was habe ich als Kind gern getan oder was hätte ich gern getan, aber nie gedurft? Denken Sie nach, was bringt Freude ins Leben? 30 Wünsche, die Ihr Leben verändern können und werden, wenn Sie es tun.

- **Bunkern Sie Lebensfreude. Freude ist der direkte Weg zur Gesundheit.**

Überlegen Sie jeden Tag, was könnte mir heute eine Freude machen. Meist sind es Kleinigkeiten. Eine alte Freundin/Freund besuchen. Ein Spaziergang im Wald. Ein Besuch einer Therme. Ein Frühstück mit einer Freundin im Cafe. Suchen Sie sich täglich irgendeine Tätigkeit, wo Ihr Herz singt und lacht. ...Weiterlesen im Buch: *LEBE* von Thomas Hartl

*Lebe! Diagnose Krebs als Chance zur Veränderung*  
Verlag Überreuter ISBN 978-3-8000-7615-4  
Infos, Kontakt und Bestellmöglichkeit: [www.thomashartl.at](http://www.thomashartl.at)

### Heile dich selbst

Mediriane und Heilzonen  
Bad Goisern, € 110.-

20. Februar 2016

24. September 2016

11. März 2017

Infos und Anmeldung 0676 638 13 35

## Weitere Buchtipps zum Thema



Sie wurden zum Sterben nach Hause geschickt und sind trotzdem gesund geworden: Eigentlich bin ich seit sieben Jahren tot! Und ein Arzt ist erstaunt: Sie leben noch? Das gibt es nicht! Immer wieder hörten die Autoren solche oder ähnliche Sätze von Menschen, die für ihre Heilung gekämpft haben. Menschen mit tödlicher Prognose und einem unglaublichen Lebenswillen. Menschen, die heute als gesund gelten. Die Autoren berichten von ehemaligen Krebskranken und ihrem Weg zur Gesundheit. Ihr Buch ist für Betroffene und deren Angehörigen.  
ISBN-13: 978-3800072866



Austherapiert, erfolglos behandelt oder zum Sterben nach Hause geschickt. Zur Krankheit verurteilt – lebenslang. Doch immer mehr Menschen finden sich nicht damit ab. Sie heilen sich selbst. Die Kraft des Geistes und neue Wege zur Heilung offenbaren die schier unbegrenzte Macht von Selbstheilungskräften, die sich medizinisch (noch) nicht erklären lassen. Reinhard Hofer präsentiert unglaubliche Erfolgsgeschichten ehemaliger Patienten, die sich selbst geholfen haben. Diese Menschen beweisen: Es gibt kein Unheilbar!  
ISBN-13: 978-3800075294



# BIRGIT ERZÄHLT AUS DEN SEMINAREN

von Birgit Scheutz



## Geschichten, die das Leben schreibt.

*Ich, Edeltraud habe lange überlegt, ob ich diesen Bericht bringen soll. Klingt er doch verdächtig nach „Bewehräucherung“ .Ja, ich mag Anerkennung, aber nur, wenn sie echt ist. Und bei Birgit weiß ich das. Wenn ich daran denke, was Birgit die letzten Jahre krankheitsbedingt und emotional beziehungsweise durchgemacht hat, dann kann ich nur sagen: Sie ist wie Phönix aus der Asche gestiegen. Und wenn ich dazu ein bisschen beitragen konnte, dann dürfen es alle wissen. Also lasse ich sie bewusst zu Wort kommen.*

Birgit Scheutz schreibt:  
Edeltraud hat mich gebeten zu schreiben, wie ich ihre Seminare erlebt habe. Vielleicht klingt es etwas euphorisch, aber so habe ich es empfunden.

Jeder von uns kennt diese kleinen und größeren Katastrophen im Leben, die uns fordern, die an die Substanz gehen, die unser tiefstes Inneres erschüttern...

Heute – Anfang 2016 – weiß ich damit umzugehen, heute kann ich jeden Tag aufs Neue aus tiefstem Herzen DANKE sagen – für mein schönes Leben, für all die Fähigkeiten, die ich mir in den vergangenen 10 Jahren in Edeltrauds Seminaren, in ihren Vorträgen und so vielen tollen Gesprächen, in ihrem legendären Heilkreis aneignen durfte. Es gibt immer noch und immer wieder Vorkommnisse, die mich ordentlich „durchbeuteln“, die diesen berühmten inneren Knopf drücken, den „WARUM passiert das mir? Ich kann doch gar nix dafür?!!-KNOPF...“ Aber – im Gegensatz zu den Vor-Seminarzeiten versinke ich heute nicht mehr tiefer und tiefer in Selbstmitleid, in Verzweiflung. Heute denke ich kurz mal nach, sehe Edeltraud vor mir mit diesem ganz bestimmten Blick, höre sie förmlich: „Nehmt doch nicht alles so traaagisch! S’ist doch nicht euer Problem! Ihr seid gar nicht gemeint, nehmt das Packerl nicht an! Lasst es einfach stehen, es ist nicht eures!“ Und es folgen ihre Zaubersätze: „Denkt dran, die LEBER speichert alles, jede Kränkung, jede Wut, jedes Nicht-Vergeben...“ Und sofort denke ich um, denn – ehrlich – wer will schon seiner Leber schaden? Oder seinem Magen, seinen Nieren, ... all diesen tollen Organen in unserem Inneren, die tagtäglich ganze Arbeit leisten sollen. Denen soll es doch gut gehen. Ich habe es so deutlich und punktgenau selten wo gelesen, gehört, gesehen – dieses AHA-Erlebnis habe ich Edeltraud zu verdanken! Heute sehe ich im Rückblick auf 10 Jahre eine ganz logische Entwicklung in Richtung vollkommener Gesundheit und erkenne ganz klar:

Jeder muss nur diese EINE Entscheidung treffen: „JA, ICH ALLEINE bin der Regisseur meines Lebens!“ Das bedeutet aber auch: „NEIN, die anderen können mir NICHT schaden, die anderen sind NICHT schuld daran, wenn es mir schlecht geht!“ Und gleichzeitig liegt hierin die große Chance für mich: „JA, ICH kann was ändern,

und zwar NUR ICH!“

Das dafür nötige „Handwerkszeug“ lernte ich in den Seminaren und Vorträgen. Aufeinander aufbauend reihte sich ein „WOW, so einfach ist das?“ an das nächste. Unkompliziert anzuwendendes Wissen, so interessante Inhalte, verbunden mit vielen praktischen Beispielen machen immer wieder Lust auf „mehr“. Heute ist es nicht mehr schwierig, Selbstfindungskurse aller Art besuchen zu können. Ich lese ständig Begriffe wie Esoterik, Channeling, Quantenmatrix, Astralreisen, Schamanismus, Prana-Healing, Familienaufstellung, Astrologie, Numerologie usw. Jeder Bereich findet sicher seine Anhänger, ich stelle für mich persönlich den Anspruch: EINFACH erlernbar, verständlich erklärt, jederzeit sofort anwendbar ohne besondere Hilfsmittel – genau das alles habe ich in den Seminaren bei Edeltraud Haischberger gefunden.

In das erste Seminar bin ich eher zufällig „gestolpert“, als ich um Austestung von Schüßler Salzen bat. Eher aus Empörung darüber, dass Edeltraud mich als nicht flexibel betrachtete, ging ich zum Seminar „Ab heute bin ich sicher“... sie hatte erreicht, dass ich endlich was für mein Selbstbewusstsein tat, und ich bin heute wirklich sicher: mit diesem Einsteigertag wurde meine Neugierde geweckt, es folgte der „Umgang mit der Einhandrute“ – sie habe ich seither nie mehr aus der Hand gelegt.

Und um auch meiner Seele Gutes zu tun, arbeite ich mit Affirmationen. Ich rufe mir immer wieder mal die schlaun Affirmationen ins Gedächtnis, so zum Beispiel „Ich liebe und akzeptiere mich so, wie ich bin“. Und es gibt für alles den passenden Satz, der bei oftmaligem Wiederholen sich direkt in meinem Unterbewusstsein verankert.

Sehr selten habe ich Schmerzen in Gelenken, oder ein geschwollener Körperteil zeigt mir, dass ich mich überanstrengt habe. Kein Problem mehr, seit ich in der „Energetischen Notfall-Apotheke“ die Handhabung von Körbler-Zeichen gelernt habe. Auf eine schmerzhaft Bienenstich-Stelle EINMAL das Sinus-Zeichen gemalt... ich schwöre, dass dann auch der größte Skeptiker zumindest erstaunt die Augenbrauen hochziehen wird! Ich bin begeisterte Stricherl- und Zeichenmalerin, kann mir ein Leben ohne meinen Zauberstift nicht mehr vorstellen.

Ich hätte mir so viele Schmerztabletten gegen Kreuzschmerzen ersparen können, wenn ich damals bereits die Striche links und rechts der Wirbelsäule gekannt hätte. Und weil mich die Einhandrute so begeistert, habe ich auch die Seminare „Meridiane“ und „Chakren“ besucht. Damit wird der Mensch praktisch „gläsern“, ich muss nichts fragen, nicht lange nachdenken, was ihm denn fehlt. Ich teste einfach drauflos, die Rute zeigt verlässlich an, wo im Körper gerade ein ZU WENIG an Energie besteht. Und diese Schwachstelle kann ich im Anschluss an die Testung mit meinen „heilenden Händen“, um die ich vorher den Lieben Gott bitte, wieder gut mit Energie aufladen.

Dazu ist eines der Lieblingsseminare hilfreich – „Was flüstern deine Organe?“. Hinter jedem einzelnen Organ unseres Körpers steht auch ein seelischer Hintergrund.

So sollte ich bei Schulterproblemen immer auch den Dickdarm anschauen und hier wissen, dass es um „Loslassen“, um „sich auch mal was gönnen“ geht. Fällt mir „alte Sachen weggeben“ leicht oder schwer? Wie sieht mein Kleiderschrank aus? Die vielen Beispiele aus Edeltrauds jahrzehntelanger Praxis sind köstlich anzuhören, treffend und berührend. Da fällt einem das Merken wesentlich leichter. Mittlerweile habe ich die Heiler-Ausbildung abgeschlossen und spannende Testungen gemacht.

Hier lerne ich auch das URVERTRAUEN, das es ermöglicht, alles zu Schwere einfach ins Universum zu schicken. Ich gebe es ab, durchaus auch täglich, wenn notwendig. „Legt es doch in Gottes Hände!“ Ist einer von Edeltrauds Lieblingssätze – ist das nicht schön? So einfach funktioniert das Leben! Und das alles kostet nichts – außer die Seminargebühr, die aber jeden einzelnen Cent mehr als wert ist! Ich bin jedes Mal aufs Neue überzeugt davon, dass mit Edeltraud eine Vortragende redet, die für die Inhalte, die sie da vermittelt, förmlich „brennt“, die 100%ig hinter allem, was sie uns erzählt, steht.

Und eines ist für mich ganz klar ersichtlich: Sie war, genau wie ich, todkrank. Ihre „Endlichkeit“ ließ sie aus der täglichen Tretmühle, aus dem Hamsterrad aussteigen, ihre eigene Hinwendung zum Heilen, ihre unzähligen Kurse mit dem großen Horst Krohne, mit vielen anderen Heilern, das alles legte den Grundstein dafür, wovon wir heute alle profitieren. Jetzt weiß ich, meine beiden Krebserkrankungen führten mich zu diesen Seminaren. Was mir ohne diese schlimme Zeit alles entgangen wäre, nicht auszudenken! Ich könnte noch stunden-, tagelang erzählen, aber Ihr sollt euch selber ein Bild machen können, was mich so begeistert. Hört euch einfach ihre tollen Radiosendungen für das FRS auf ihrer Homepage an – mein absoluter Favorit ist „die beleidigte Leberwurst“.

Abschließend ein Satz, der so typisch ist für Edeltraud Haischberger: Ich fragte sie, warum sie trotz Einschränkung auf einen Behandlungstag pro Woche immer gleich mal Termine frei habe? Edeltraud: „Zu mir kommen die Leute ein-, höchstens zweimal hintereinander, weil DANN müssen sie es kapiert haben!“ JA, Edeltraud, ICH hab’s kapiert – dafür danke ich dir von ganzem Herzen und freue mich auf viele weitere spannende Erlebnisse und Gespräche!



Gudrun Stölnberger

Transformationsbegleitung nach R. Betz  
Dipl. Kinesiologin

Kontakt:

Tel: 0650 7040415  
Neufelderstraße 10a  
4030 Linz  
gudrun.stoelberger@gmx.at  
www.heile-dein-herz.at



**Wünschen Sie sich eine Verbesserung Ihrer Lebensumstände?**

**Möchten Sie den seelischen Konflikt Ihrer Krankheit verstehen?**

**Leiden Sie unter einer Trennung?**

**Wünschen Sie sich eine Partnerschaft, aber es klappt einfach nicht?**

**Fühlen Sie sich oft alleine?**

Jeder von uns trägt seelische Verletzungen mit sich herum - meistens schon seit der Kindheit - und diese Verletzungen kommen in schwierigen Situationen wieder zum Vorschein.

Doch in jeder Krise, in jedem Problem, in jeder Herausforderung, liegt auch eine Chance sich zu entwickeln und die Verletzungen seines Herzens zu heilen.

Durch die von Robert Betz entwickelte energetische, sehr wirkungsvolle Transformationsarbeit können Leidenszustände verbessert werden. Unsere tiefsten, unbewussten Gedanken und versteckten Gefühle kommen zum Vorschein und können durch das Fühlen transformiert werden. Die Blockaden lösen sich somit und man fühlt sich freier und leichter.

**HEILEN SIE IHR HERZ**

Heilen Sie Ihre seelischen Verletzungen - und Sie werden spüren, wie sich die innere Veränderung im Aussen sichtbar macht!

**Ich freue mich Sie auf Ihrem Verwandlungsweg begleiten zu dürfen!**



# DIE KRAFT VON OBEN

von Edeltraud Haischberger

## PSY-ENERGY-AWARENESS METHODE

von Dr. Andrea Pach



### Drei neue Berufe stellen sich vor: Psytologe, Enerloge, Naturloge

Die Begründerin der Methode Psy-Energy-Awareness, Frau Dr. Andrea Pach, hat durch ihre Jahrzehnte langen Erfahrungen eine einzigartige Methode entwickelt, die sie nun über Ausbildungen zugänglich macht. Sie hat eine Symbiose geschaffen aus den Erkenntnissen der Tiefenpsychologie, der Quantenphysik und der Humanenergetik. Zitat Dr. Pach:

Ich bin davon überzeugt, dass wir demnächst vor neuen Grundpfeilern der Gesellschaft stehen werden. Das gesamte Gesundheitswesen, die Pädagogik, die Judikatur und sämtliche andere Lebensbereiche werden im Sinne des Neuen Bewusstseins umstrukturiert. Dafür benötigen wir neue Entscheidungs- und Berufsqualifikationen. Alles ist Bewusstsein. Nur das, was aus dem Bewusstsein der Neuen Zeit heraus geschieht, hat nachhaltige Bedeutung. Bewusstsein benötigt aber Energie, damit die Umsetzung sich manifestieren kann. Aber Bewusstsein will auch gespeist werden, die mächtigste Quelle ist die „Psy Quelle“.

Aus der Psy-Energy-Awareness Methode hat Dr. Pach drei Berufsfelder entwickelt, deren einzigartige Ausbildung nun angeboten wird:

- Die klassische Lebens- und Sozialberatung: der Fokus dieser Ausbildung liegt in der psychologischen Beratung, im besonderen in der tiefenpsychologischen,

humanistisch – existentiellen Orientierung. Die Ausbildung schafft den Zugang zum Gewerbe der Lebens- und Sozialberatung.

- Der Enerloge: der Schwerpunkt dieser Ausbildung liegt in der Bewusstseinschulung und Vermittlung des breiten Spektrums der Energiearbeit. Die Ausbildung ist berufsorientiert und führt zum Gewerbe der Humanenergetik.

- Der Naturloge: dieser Beruf umfasst nicht nur das Berufsfeld der Humanenergetik sondern auch die Qualifikation zum ärztlichen Gehilfen. Der Naturloge kann seinen Beruf als selbstständiger Humanenergetiker ausüben oder aber unselbständig in einer ärztlichen Praxis unter der Verantwortung eines Arztes.

Mehr Info unter: [www.mindcare.at](http://www.mindcare.at)

In der Kombination dieser drei Ausbildungen entsteht ein neues Berufsbild, das in seiner Einzigartigkeit für sich alleine steht, nämlich der: PSYTHOLOGE

Der Psytologe deckt berufsrechtlich die psychologische Beratung in Kombination mit den Werkzeugen der Humanenergetik als auch die Qualifikation als ärztlicher Gehilfe ab. Der Psytologe stellt also die höchste Qualifikationsstufe in der PSY-ENERGY-AWARENESS Methode dar. Er schafft die Voraussetzung auch für die Gewerbeberechtigung als selbstständiger Lebens- und Sozialberater.

### Wichtig

Zulassungsvoraussetzung:

- Mindestalter: 21 Jahre
- Aufnahmegespräch
- Strafregisterauszug
- Motivationsschreiben

Start: September 2016

### Referenten

Auszug aus der Liste unserer Referenten:

Mag. Dr. Andrea Pach  
Dr. Gerhard Klune  
Dr. Manfred Schiffrer  
Sandra Roszmann  
Jürgen Wandaller  
Änderungen vorbehalten!

### Anmeldung

Anmeldung:

Mind Care Bewusstseinsakademie Ges.m.b.H  
@: [info@mindcare.at](mailto:info@mindcare.at)  
fon: 0664/2439862, Dr. Pach Andrea

Beratung und Info: Dr. Andrea Pach,  
Telefon: 0664/ 2439862  
Mail: [info@mindcare.at](mailto:info@mindcare.at)

### Glauben Sie an die Kraft von oben?

Die Kraft von „oben“, ein sehr schwammiger Begriff und doch so wichtig für unsere Heilarbeit. Immer wieder werde ich von Klienten gefragt: „Und mit welcher Energie arbeiten Sie?“ Was soll ich dann sagen? „Natürlich mit GöttlicherEnergie?“

Da ist eine ganz große Spaltung da. Die einen atmen erleichtert auf, die anderen ziehen die Augenbrauen hoch. Sie meinen dann: „Mit der Religion hab ich es nicht so!“ Und dann sind sie baff erstaunt, wenn ich sage: „Ich auch nicht!“ Weil für mich GLAUBEN ganz was anderes ist als Religion. Religion wäre schon in Ordnung, würde sie nicht von Menschen so machtvoll missbraucht. Wenn ich daran denke, wie immer noch Kriege im Sinne der Religion stattfinden und dazu die Waffen gesegnet werden. Bitte wie kann ein gläubiger Mensch die Waffen segnen?

Natürlich gibt es in der Kirche wunderbare Menschen, die Leben, wie es eigentlich von Gott gewollt ist. Und wenn ich mich in dieser Gemeinschaft geborgen fühle, ist ja alles bestens. Ich bin halt dafür Religion, wie ich sie kenne, vom Glauben zu trennen. Glaube ist für mich Wissen. Wissen, dass es eine Kraft gibt, der ich vertrauen kann, mit der ich rechnen kann zu jeder Zeit. Egal, ob ich glücklich bin, oder traurig, wütend oder zornig.

Dieser Kraft ist es vollkommen egal, wie ich drauf bin, es kommt immer Liebe. Das setzt ein großes Urvertrauen voraus und das habe ich mir anscheinend erarbeiten dürfen, denn ich fühle mich pudelwohl in dieser vertrauensvollen Energie, die ich Gott nenne, weil es in unseren Breitengraden einfach am bekanntesten ist. Wenn man damit ein Problem hat, ist es die universelle Lebensenergie oder was immer Sie dafür nehmen wollen.

### Warum bin ich hier gar so vertrauensvoll?

Japaner haben erforscht, dass wir selbst 70 % unserer Energie, die wir zum Leben brauchen, mit Essen und Bewegung erzeugen. Die restlichen 30 % fließen durch eine einpolige Energie in unsere Wirbelsäule. Einpolige Energie ist nicht von dieser Welt. Wir leben in der Polarität - alles hat zwei Seiten. Wir würden keine Nacht kennen, hätten wir nicht den Tag. Heiß-kalt, oben-unten, Gesundheit-Krankheit usw. Doch die Energie, die in unsere Wirbelsäule einfließt, hat keine zweite Seite. Sie wird uns „von oben“ zur Verfügung gestellt. Die Japaner haben gesagt: „Wir sind immer ehrfürchtiger und gläubiger geworden! Da muss es was geben, was niemand benennen kann!“ Das ist es, was mich sicher macht, dass wir behütet und geschützt werden. Nur, unsere Erfahrungen, unsere Entwicklung müssen wir selbst in die Hand nehmen. Es ist unsere Entscheidung, ob wir das Leben tragisch sehen, glauben, dass alle gegen uns sind, oder wir begreifen, dass wir nur Muster leben, die auf Erlösung warten.

Hier stelle ich ein Gedicht vor, das mir beim ersten Mal lesen den Atem genommen hat. Es war für mich unglaublich, welche Wahrheiten einem hier in jeder Zeile begegnen. Ich MUSS es einfach weitergeben.

### Ein umgekehrtes Schuldbekenntnis

Christus, ich bekenne vor dir,  
dass ich keinen Glauben  
an meine eigenen Möglichkeiten gehabt habe.

Dass ich in Gedanken, Worten und Taten  
Verachtung für mich und für mein Können gezeigt habe.  
Ich habe mich selbst nicht gleichviel geliebt,  
wie die andern,  
nicht meinen Körper,  
nicht mein Aussehen,  
nicht meine Talente,  
nicht meine eigene Art zu sein.  
Ich habe andere mein Leben steuern lassen.  
Ich habe mich verachten und misshandeln lassen.  
Ich habe mehr auf das Urteil anderer vertraut  
als auf mein eigenes  
und habe zugelassen,  
dass Menschen gleichgültig und böse mir gegenüber  
gewesen sind,  
ohne ihnen Einhalt zu gebieten.  
Ich bekenne,  
dass ich mich nicht im Maße meiner vollen Fähigkeiten  
entwickelt habe,  
dass ich zu feige gewesen bin,  
um in einer gerechten Sache Streit zu wagen,  
dass ich mich gewunden habe,  
um Auseinandersetzungen zu vermeiden.  
Ich bekenne, dass ich nicht gewagt habe zu zeigen,  
wie tüchtig ich bin,  
nicht gewagt habe, so tüchtig zu sein,  
wie ich es wirklich sein kann.  
Gott, unser Vater und Schöpfer,  
Jesus, unser Bruder und Erlöser,  
Geist, unsere Mutter und Trösterin,  
vergib mir meine Selbstverachtung,  
richte mich auf,  
gib mir Glauben an mich selbst und Liebe zu mir selbst.

(Lena Malgrem, Ein umgekehrtes Schuldbekenntnis. Aus einem Gottesdienst schwedischer Frauen)

# THERAPEUTEN UND HEILER IN IHRER NÄHE

Alle Therapeuten finden Sie auf:  
[www.diegesundeseite.at](http://www.diegesundeseite.at)



Heliamus R. Stellmach  
0676 974 15 01  
Gründer der Lebensschule Heliamus. Spiritueller Lehrer und Heiler. Seminare und Einzelsitzungen



Roman Trinkl  
7000 Eisenstadt  
0664-97 60 757  
Energieausgleichs -Therapeut, Heilen durch Handauflegen, Unterstützung bei Unbefindlichkeiten.



Wolfgang Hartl  
4210 Gallneukirchen  
0650 96 20 216  
Wirbelsäulenseminare Heilmassage, Akupunkt- und Fußreflexbehandlung, Energiebehandlungen speziell Wirbelsäule.



Gustav Walden,  
4690 Schwanenstadt  
07674/63630  
0043 (0) 650 369 20 07  
Klangtherapeut, Klangabende mit Monochords Instrumentenbauer, Energiebehandlungen.



Sophie Friedinger,  
4020 Linz,  
0664 523 12 13  
Holistic Pulsing, Chakren und Meridianbehandlung  
Matrix 2 Punkt Behandlung



Mag. Doris Freund  
4060 Leonding  
0676 32 32 643  
Coaching, Lebens- & Sozialberatung, Holistic Pulsing, Kristallbett

Am 19. März 2016 findet im Kulturhaus Liezen um 19 Uhr das „Fest der Frauen“ statt. Alle Frauen sind herzlich eingeladen.

Ich darf hier einen Vortrag halten!



Angelika Teket  
4020 Linz  
0676 37 27 184  
Referentin für Pentalogie, der Welt der Zahlen, Lebensschule Heliamus.



Sascha Pölzl  
Wien  
0650 4111 488  
Erfinder und Leiter der Well Vivo Akademie. Energetische Behandlungen.



Mag. Jitka Petrova, 4730  
Waizenkirchen  
0664 321 04 44  
Auraanalyse, Chakrenanalyse, Engeltherapie + Pranaheilen, Kristallheilen, Energetische Essenzen, Engelsymbole.



Dr. Klaus Klausgraber,  
5020 Salzburg  
0662 62 65 45  
Ganzheitlicher Zahnarzt, Schwerpunkt Ausleitung von Schwermetallen und Umweltgiften. Genaue Testungen.



Angela u. Harald Trichtl,  
1170 Wien  
0664 151 20 71  
Pentalogie, das Leben mit Zahlen, Geistige Heilweisen nach Horst Krohne, Chakrenbehandlungen. PAV Persönliche Assistenz - Freiheit trotz Handicap



Monika Crispel  
1060 Wien  
0699 19 676 394  
Mediale Lebensberatung, Energie-/Lichtarbeit, Aura/Chakren, Arbeit mit dem Höheren Selbst und Blockadenarbeit

## Therapeuten dieser Seite

von Edeltraud Haischberger

Alle Therapeuten dieser Seite sind sehr gut ausgebildet und verstehen ihr Handwerk. Sie lieben ihren Beruf und freuen sich, wenn Sie Ihnen helfen können

Meine eigene Praxis (0676 638 13 35) ist jeden Mittwoch geöffnet. Jeder hat so sein Spezialgebiet und ich freu mich sehr, dass ich auf ein Netzwerk so guter Therapeuten zurück greifen kann. Niemand kann alles. Deshalb ist es wichtig sich gegenseitig abzusprechen und die Hilfesuchenden dorthin zu schicken, wo sie genau die Hilfe bekommen, die sie gerade brauchen.



Karina Rosner  
4820 Bad Ischl  
0660 31 08 777  
Energetische Anw. Geist. und med. Heilweisen nach E. Arndt, Selbsthilfe/ Selbstheilung, Holistic Pulsing



Sabine Mörtenhuber  
4552 Wartberg/Kkremms  
06602130121  
Energie- und Geistesheilerin, Einzelbehandlungen, Haus und Grundstück-Reinigung, Intuitive Gruppenarbeit (Familien-Aufstellung, einmal anders) gemeinsam wird es möglich, Workshops.



Mag. Claudia Szedlarik  
St. Gilgen,  
0664 47 22 407  
Ökologin, Schwerpunkt Verhaltensforschung. Ausbildung zum geistigen u. medialen Heiler b. E. Arndt. Holistic Pulsing. Ursachenforschung, energetischer Ausgleich von Meridianen, Chakren, Tierpsychologie Pferd. Pferde- und Hundesantäter. Teamtraining Mensch : Pferd/Hund. Seminare zum Thema „Energetik im Alltag“.



Hermann Pließnig  
9871 Seeboden  
0664 501 1957  
Energie aus der Ferne! Energiearbeit kennt keine Grenzen! Über Telefon oder Skype Klärung ihrer Aura und Matrix von Körper-Geist-Seele, Wohn und Arbeitsräume, Überforderungsmanagement aus eigener Kraft für ihr neues Wohlbefinden, durch meine Hellfühigkeit und Gedankenkraft



Dr. Andrea Pach  
1210 Wien  
0664 24 39 862  
Institut MIND CARE und MIND CARE-Akademie, Behandlungen mit: Natur- & Energieheilung Licht- und Klangtherapien Mentalphysik Dipl. Lebens- und Sozialberaterin



Heidi Artmann  
4643 Pettenbach  
0650/85 00 957  
Praxis für ganzheitliche Lebensberatung, Coaching & Training, Dipl. Lebensberaterin, dipl. Burnout-Beraterin, Astrologin., Begleitung in Veränderungsprozessen, astrologische Beratung. Seminare & Workshops: Entspannung & Achtsamkeit, Loslassen & Zulassen, u.a.



# WAS IST WO - AUF EINEN BLICK

		Frühjahr 2016		
30.	Jänner	2016	Was flüstern die Organe mit Edeltraud Haischberger	Pramet/Innviertel
19.	Feb.	2016	Energetische Notfallapotheke für Jedermann/frau mit Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
20.	Feb.	2016	Heile dich selbst- Meridiane und Heilzonen m. Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
27.	Feb	2016	Glückliche Füße durch sanfte Berührung mit ätherischen Ölen m. Ilse Fernbach	Bad Goisern
01.	März	2016	Die heilsichtige Betrachtung unserer Gefühlswelt mit Heliamus R. Stellmach	Bad Goisern
05.	März	2016	Energetische Notfallapotheke für Jedermann/frau mit Edeltraud Haischberger	Weissenbach/Liezen
19.	März	2016	Fest der Frauen Vortrag: Gedanken sind Flügel oder Schranken	Liezen
01.-02.	April	2016	Lerne deine Chakren kennen und behandeln mit Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
09.	April.....	2016	Trainiere deine Persönlichkeit „Ab heute bin ich sicher!“ mit Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
22.	April	2016	Supervision, Praxistag „Learning by doing“ mit Klienten m. E. Haischberger	Bad Goisern
23.	April	2016	Was flüstern deine Organe? Mit Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
29.	April-1. Mai	2016	Schau in dein Inneres und lerne dich kennen mit Heliamus R. Stellmach	Bad Goisern
			Herbst 2016	
23..	Sept.	2016	Energetische Notfallapotheke für Jedermann/frau mit Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
24.	Sept.	2016	Heile dich selbst- Meridiane und Heilzonen m. Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
22.	Okt.	2016	Glückliche Füße durch sanfte Berührung mit ätherischen Ölen m. Ilse Fernbach	Bad Goisern
28.	Okt.	2016	Supervision, Praxistag „Learning by doing“ mit Klienten m. E. Haischberger	Bad Goisern
29.	Okt.	2016	Was flüstern deine Organe? Mit Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
05.	Nov.	2016	Trainiere deine Persönlichkeit „Ab heute bin ich sicher!“ mit Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
			Frühjahr 2017	
10.	März	2017	Energetische Notfallapotheke für Jedermann/frau mit Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
11.	März	2017	Heile dich selbst- Meridiane und Heilzonen m. Edeltraud Haischberger	Bad Goisern
22.	April	2017	Was flüstern deine Organe? Mit Edeltraud Haischberger	Bad Goisern

## Geschäftiges Arbeiten beim Seminar - Meridiane und Heilzonen



Impressum: Für den Inhalt verantwortlich: Edeltraud Haischberger, St. Agatha 15, 4822 Bad Goisern  
 Auflage: 3000 Stück, Layout: Edeltraud Haischberger und Karoline Walter.

Infos unter [www.haischberger.at](http://www.haischberger.at), [www.teket.at](http://www.teket.at),

Tel: 0676 638 13 35 und 0676 37 27 184