

www.haischberger.at www.teket.at

Interesse an alternativen Heilmethoden – einfach so?

Newsletter 157 vom 25. Jänner 2013

Liebe Leserin, lieber Leser,

Alternative Heilmethoden – einfach so? Vor 25 Jahren habe ich keinen Gedanken an alternative Heilmethoden verschwendet, wenn ich was hatte ging ich zum Arzt. Aus. Aber dann, als der Arzt nicht mehr weiter wusste, mich traurig anschaute und mir mitteilte, seine Kunst sei am Ende, da schaute die Sache anders aus. Auf einmal fing ein Suchen an, ein Suchen, doch noch Hilfe zu bekommen. Ich spüre förmlich, wie viele Leserinnen und Leser hier zustimmend nicken. Ja, so geht es vielen Menschen. Auch bei mir war es so, dass ich mich und meinen Körper gar nicht achtete, seine Zeichen total negierte und einfach weiter machte, bis es eben fast zu spät war.

Als ich es endlich erkannte, dass ich nun nur mehr auf mich und niemanden anderen zählen konnte, wachte ich auf. Ich suchte mir Menschen, die mir halfen, mich besser zu verstehen. Das tat ich in Seminarform. Da hatte ich großes Glück. Von Kurt Tepperwein, der Familie Rigoni aus der Schweiz über Horst Krohne und Elisabeth Arndt habe ich Menschen kennengelernt, die für mich zu Lehrern wurden. Ich lernte verstehen und lernte Heilmethoden, die leicht anwendbar waren und es immer noch sind. Heute lache ich nicht mehr über „sonderbare“ Heilmethoden, heute weiß ich „wer heilt hat recht“.

Nun nach über 20 Jahren, wo ich niemals einen Rückfall hatte und mich sehr gesund fühle, kann ich dieses Wissen weitergeben.

Es ist unglaublich, was möglich ist, wenn man offen an die Dinge herangeht. Natürlich suche ich auch heute einen Arzt auf, wenn ich es für nötig halte oder mir den Arm breche. Am besten wäre, wenn sich das verbinden ließe. Das ist noch ein bisschen schwierig, doch ich denke,

hier arbeitet die Zeit für uns.

Nun, die neue Saison beginnt und genau diese Dinge können auch Sie lernen. Sind Sie offen und probieren Sie es aus! Es lohnt sich!

Noch wunderbare Wintertage wünscht

Edeltraud

PS: Für alle die mit einer Einhandrute umgehen können:

Von 2. – 3. Februar gibt es ein Chakrenseminar Chakren messen,

analysieren und behandeln. Bad Goisern, Goisererhof, € 190.-

[Der Newsletter in Vollversion hier klicken als PDF](#)

Aus unserem Forum:

Unser Forum entwickelt sich zu einem richtigen Kommunikationszentrum und nun kann man auch Vorträge hören. Danke an alle ForumschreiberInnen und natürlich an die vielen Leser.

[Hier wieder interessante Links](#), einfach auf die Überschrift klicken.

Die Gesunde Seite hat ein neues Outfit!

Hier sind alle aktuellen [Termine](#) und Neuigkeiten unserer Gesunden Seite Mitglieder.

Wir begrüßen sehr herzlich unsere neuen Mitglieder:

Gabriela Mayr www.engeldasein.com

Mag. Claudia Szedlarik <http://www.ad-salutem.at>

Wir wünschen viel Erfolg!

Tipps zur Bewusstwerdung:

Bringt JA sagen Liebe und Anerkennung?

Wenn wir über das Auftreten sprechen, müssen wir natürlich auch über „Ja-Sager“ sprechen. Sind Sie ein JA Sager? Ich gestehe, ich gehöre immer noch dazu. Immer wieder ertappe ich mich selbst dabei, dass ich

gedankenlos JA sage, und mich so manches Mal hinterher grün und blau ärgere. Kürzlich sah ich ein Interview mit einem Arzt, der sagte, Stress entstehe, wenn man „Ja sagt und Nein meint“. Recht hat er!

Es scheint viel einfacher JA anstatt NEIN zu sagen. Ja erhält den Frieden, Ja macht beliebt, Ja macht liebenswürdig! Wenn ich Ja sage habe ich die Chance geliebt zu werden. Vielleicht finden Sie sich hier? Keine Sorge, Sie dürfen ja „Ja“ sagen, aber nur, wenn Sie es wirklich gerne sagen möchten!

„Wenn du schon fortfährst könntest du mir doch ...“, sagt mein Mann. Und schon beginnt mein innerlicher Kampf. „Warum muss ich immer etwas tun? Warum kann ich nicht einfach einmal in Ruhe bummeln, oder die Zeit einfach für mich nutzen?“ Warum sage ich hier nicht einfach NEIN? Fürchte ich die Konsequenzen? Könnte er beleidigt sein? Soll ich das auf mich nehmen? Bin ich egoistisch, wenn ich jetzt NEIN sage? Kennen Sie das? Es gehört sehr viel Mut und Standvermögen dazu, hier bei sich zu bleiben und immer wieder abzuwägen, was sagt mein Herz, mein Gefühl dazu?

Natürlich ist es eine schöne und wichtige Eigenschaft, Hilfsbereit zu sein. Natürlich werden Sie anderen gerne einen Gefallen tun oder für etwas einspringen. Natürlich schenken Sie anderen auch immer wieder gerne Ihre Zeit.

Doch das reflexartige JA, nur weil Sie sich nicht trauen, anderen auch einmal etwas abzuschlagen oder eine Grenze zu ziehen, das ist nicht gut.

Wenn Sie eher ein Ja-Sager bisher waren, dann wird der Gedanke, Nein zu sagen, sich erst mal ganz komisch anfühlen. Nehmen Sie es nicht tragisch, das ist ganz normal. Und es ist auch ganz normal, wenn Sie es auf Anhieb nicht immer schaffen. Freuen Sie sich besonders, wenn es geklappt hat!

Anti-Hascherltipp: Zählen Sie mit: Wie oft sage ich JA?

Der erste Schritt zur Veränderung ist immer das Sich-bewusst-werden. Nehmen Sie es einfach für sich selbst – in Gedanken oder noch besser, auf einer Liste, wahr, wann Sie Ja gesagt haben und eigentlich lieber Nein gesagt hätten. Bewerten Sie sich nicht. Ärgern Sie sich nicht. Nehmen Sie es einfach neugierig wahr: „Aha, jetzt habe ich wieder Ja gesagt, obwohl ich gar nicht wollte.“ Wenn Sie das schriftlich machen,

werden Sie wieder ganz konkret: „Heute Nachmittag habe ich mich bereit erklärt, zwei Kuchen für das Sommerfest zu backen, obwohl ich lieber abgelehnt hätte. Es macht mir nichts aus, beim Fest zu helfen, aber ich würde viel lieber vor Ort alles mit aufbauen, als mir jetzt im Vorfeld Backstress zu machen.“ Unser Hirn ist ein dankbarer Unterstützer: Wenn Sie Ihre Aufmerksamkeit auf Ihre Einstellung und Ihr Verhalten richten, feuern die Synapsen wie wild – und das nützt Ihnen tatkräftig dabei, Veränderungen und neue Gewohnheiten vorzubereiten.

Weiterlesen im Buch „**Frau stell dich auf die Füße**“ erhältlich in jeder Buchhandlung und bei www.ennsthaler.at

Unser Buchtipp:



Willst du normal sein oder glücklich?: Aufbruch in ein neues Leben und Lieben Robert Betz, **ISBN-13: 978-3453701694**

Jeder kann sich bewusst für ein glückliches Leben entscheiden

Wie oft haben wir das Gefühl, am wahren Leben vorbeizuleben? Gefangen zu sein in dem inneren Zwang, bestimmten Normen und Erwartungen entsprechen zu müssen? Der blinden Masse hinterherzurrennen, statt das eigene Leben zu einem wundervollen Abenteuer zu machen? Dieses mitreißende Buch ermutigt dazu, die ausgetretenen Pfade eines Lebens, mit dem man sich nicht wohlfühlt, zu verlassen. Der Psychologe und Bestsellerautor Robert Betz führt seine Leser auf den Weg des Herzens und zeigt, wie ein Leben voller Freude, Leichtigkeit, Erfolg und Erfüllung endlich Wirklichkeit wird.

Unser Gschichtl

Weisheit zum Thema Glück und Unglück

Der einzige Überlebende eines Schiffsunglücks wird an den Strand einer einsamen und unbewohnten Insel gespült. Tag für Tag hielt er Ausschau nach einem Schiff am Horizont. Nach vielen Tagen ergebnisloser Ausschau nach einem Schiff baute er sich eine kleine Hütte aus Holz. Eines Tages kam er von einem Ausflug auf der Insel zurück und stellte fest, dass seine Hütte in Flammen stand. Er hatte alles verloren und

seine Stimmung wechselte zwischen Ärger und Verzweiflung.
Am nächsten Morgen wachte er durch das Motorgeräusch eines Bootes auf, das sich der Insel näherte. Man kam, um ihn zu retten. "Woher wusstet ihr, dass ich hier bin?", fragte er seine Retter.
"Wir haben Ihr Rauchsignal gesehen",
antwortete der Kapitän.

Aktuelle Seminare, wir laden herzlich ein:

[Hier alle aktuellen Termine von unseren Forummitgliedern](#), klick rein!

[02. – 03. Feb. 2013 Heile dich selbst – Teil 2 Chakren analysieren und behandeln, Bad Goisern](#)

05. Februar 2013 Heilkreis, Vortrag mit Wolfgang Hartl - Wie wirken Krankheiten auf Körper, Seele, Geist?, Bad Goisern

[23. Feber 2013 Seminar: Was flüstern deine Organe?, Bad Goisern](#)

[01. – 02. März Pentalogie – Was sagen deine Lebenszahlen, Krenglbach](#)

[02. März 2013 Energetische Notfallapotheke für Jedermann, Bad Goisern](#)

[08. – 10. März Ausbildung Holistic Pulsing Praktiker Teil 1 mit Klaudia Lenz, Grundsee](#)

[09. – 10. März Lebensschule Heliamus Teil 1, Grundsee](#)

05. März 2013 Heilkreis einmal anders: Renate Pöllmann mit Sachen zum Gesundlachen.

15. – 16. März 2013 [Heile dich selbst – Umgang mit der Einhandrute, Meridiane und Heilzonen mit Edeltraud Haischberger](#)

[22. -24. März 2013 Seminar: Praxisseminar Wirbelsäule und mehr... Arbeit direkt am Klienten](#) mit Wolfgang Hartl

[05. -07. April Reden = Erfolg, Rhetorik einmal anders mit Elisabeth Arndt, Grundsee](#)



Frau stell dich auf die Füße, von Edeltraud Haischberger

Viele Frauen haben ein großes Potenzial, das sie aber sehr gut verstecken, weil sie schlechte Erfahrungen gemacht haben oder einfach nie ermutigt wurden. Dabei gibt es ganz einfache und wirkungsvolle Möglichkeiten, sein Selbstbewusstsein aufzubauen. Dazu braucht es keine große Theorie, sondern lediglich eine motivierende und rückenstärkende Anleitung. Dieser lebensnahe Ratgeber hilft "Hascherln" mit leicht durchführbaren

Übungen und konkreten praktischen Tipps, sich neu zu entdecken und ab sofort ihr Leben aktiv in die Hand zu nehmen. Das gelingt, indem die "5 großen SELBST" - Selbstliebe, Selbstwert, Selbstvertrauen, Selbstkontrolle und Selbstverantwortung - konsequent aufgebaut werden. Dieses Buch macht besonders spannend, dass es ganz nah an der Realität der Probleme der Frauen ist. Die Autorin nimmt die Leserin liebevoll aber nachdrücklich an die Hand. Durch das Übungs-Programm stellen sich sofort spürbare Erfolge ein.

Bestellen [hier](#) oder [hier](#)

Wenn Ihnen der Newsletter gefällt leiten Sie ihn bitte weiter.
Sie möchten abbestellen? Ein Mail mit NEIN in der Betreffzeile reicht an seminare@haischberger.at , Schade...

