

KINO & CAFÉ AM UFER



JUNI 2010

Herzlichen Dank an Tanja Fügener für das schöne Titelbild. / www.fotostudio-fuegener.de

KINO & CAFÉ AM UFER

FILME FÜR HERZ, GEIST UND SEELE

Eintritt Kino: 6 € / 4 € ermäßigt

ÖFFNUNGSZEITEN CAFÉ:

MI und DO ab 16.00 Uhr

FR ab 15.00 Uhr

SA und SO ab 13.00 Uhr

KONTAKT & ANFAHRT

Fon: 030. 46 50 71 39

info@kino-am-ufer.de

www.kino-am-ufer.de

Uferstraße 12
13357 Berlin-Wedding
[Ecke Martin-Opitz-Straße,
hinter dem Amtsgericht Wedding]

Bus M27 Brunnenplatz
U9 Nauener Platz + U8 Pankstraße
S Wedding [Ring] + Humboldthain

Wissenswertes zur Platzreservierung

Die Filme des Hauptprogramms zeigen wir viermal als Frühvorstellung (um 18.00 Uhr, bei Überlänge um 17.00 bzw. 17.30 Uhr) und viermal als Spätvorstellung (um 20.30 Uhr). Wir haben die Erfahrung gemacht, dass das Kino am Wochenende (SA / SO) zuweilen recht voll ist. Wenn Sie das stört und Ihre Zeit es zulässt, könnten Sie Ihren Kino-Besuch auf einen der weniger frequentierten Wochentage legen.

Platzreservierungen sind in der Regel nicht nötig, wenn Sie eine halbe Stunde vor Vorstellungsbeginn im Kino sind. Möchten Sie dennoch eine Reservierung vornehmen, können Sie uns gerne eine Nachricht auf den Anrufbeantworter sprechen. Nennen Sie dabei bitte deutlich Ihren Namen, den Filmtitel, das gewünschte Datum und die Anzahl der Personen. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir nicht zurückrufen, um den Termin zu bestätigen und dass die Reservierungen nur bis 20 Minuten vor Vorstellungsbeginn berücksichtigt werden können.

Beachten sollten Sie auch, dass Nachrichten, die später als drei Tage vor dem gewünschten Termin eingehen, eventuell nicht mehr abgehört werden, da unser Büro am Wochenende nicht besetzt ist.



DO 03.06. – SO 06.06. / 17.30 UHR [!]

DO 24.06. – SO 27.06. / 20.30 UHR

**GERALD HÜTHER: DIE ZUKUNFT DES LERNENS
VORAUSSETZUNGEN FÜR GELINGENDE LERNPROZESSE
AUS NEUROBIOLOGISCHER SICHT**

Mitschnitt eines Vortrags auf dem 2. Schweizer Bildungsfestival in Weggis / Schweiz.
Deutschland 2008. 128 min. [mit Pause] DVD bei www.auditorium-netzwerk.de

Anhand eigener Lernerfahrungen und zahlreicher Beispiele erklärt der renommierte Wissenschaftler Prof. Dr. Gerald Hüther mit viel Humor, wie und wofür man ein Gehirn überhaupt braucht, wie man es benutzen und wie man Bildungsprozesse gestalten sollte, damit das Hirn so gebraucht und strukturiert werden kann, wie das prinzipiell möglich ist. "Zum Auswendiglernen von irgendwelchem Blödsinn brauchen wir gar kein Gehirn", sagt Hüther. Einzig und allein entscheidend seien subjektive Bewertungen und Gefühle. Erfahrung sei es, worauf es im Leben ankomme. "Erfahrung ist das, was das Gehirn verändert. Erfahrung zeichnet sich gegenüber allem passiv angeeigneten Wissen dadurch aus, dass sie unter die Haut geht, dass sie einen berührt, dass sie einem wichtig ist, dass man irgendetwas erlebt hat, was man bedeutungsvoll findet und dass man dann eine Lösung sucht für das Problem, das einem begegnet ist. Hier hat man plötzlich den Impuls, sich selbst einen Weg zu suchen, damit baut man sich Verschaltungen ins Hirn. Das passiert nicht bei passiven Lernprozessen, bei denen ich auswendig lerne, was mir von einem irgendjemandem vorgegeben wird. Das Hirn ist eine lebenslange Baustelle, und nur was ich subjektiv wichtig finde, eigne ich mir an." Sein Vortrag ist ein leidenschaftliches Plädoyer für Liebe und Kreativität, für Begeisterung in der Bildung und für eine Schule als Ort des Glücks und der Freude, der Weltentdeckung und der Weltgestaltung.

Prof. Dr. Gerald Hüther ist Leiter der Neurobiologischen Grundlagenforschung an der Universitätsklinik Göttingen, Autor zahlreicher wissenschaftlicher Publikationen und populärwissenschaftlicher Darstellungen sowie Mitorganisator der "Göttinger Kinderkongresse".

**Zu Gast am SA, 05.06.10: FRED ZIEBARTH, Lehrer an der Berliner
Fläming-Grundschule, Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeut**



DO 03.06. – SO 06.06. / 20.30 UHR
DO 24.06. – SO 27.06. / 17.00 UHR [!]

GREGG BRADEN: IM EINKLANG MIT DER GÖTTLICHEN MATRIX

DO + SA Teil 1 [Vortrag] / **FR + SO Teil 2** [Vortrag + Interview]

Mitschnitt eines Vortrags in Mailand vom 30. Mai 2007 + Interview mit Gregg Braden.
Italien / Deutschland 2007. Teil 1: 182 min. [mit Pause] / Teil 2: 107 min.
Deutsch eingesprochene Tonspur. DVD bei www.koha-verlag.de

Der amerikanischer Bestseller-Autor Gregg Braden (geboren 1954) studierte über zwanzig Jahre lang alte, überlieferte Schriften, um ihre Essenz und universale Gültigkeit zu entschlüsseln. Seine wissenschaftliche Ausbildung und Tätigkeit als Computerexperte und Geologe ist die Grundlage seiner unermüdlichen Suche nach der Ordnung und dem göttlichen Programm des Lebens, einer alle Seinsebenen durchdringenden Matrix. Schon der Quantenphysiker Max Planck sah hinter den Phänomenen des physischen Universums eine geistige, intelligente und bewusste Kraft, die er als "Urgrund aller Materie" bezeichnete. Dieses universelle Energiefeld beschreibt Gregg Braden in seinem Vortrag, in dem er Wissenschaft und Spiritualität verknüpft, als "göttliche Matrix" oder göttlichen Urgrund.

Laut Braden sind wir Menschen keine passiven Zuschauer, sondern leben vielmehr in einem Mitschöpfer-Universum, sind Teil dieses "Gewebes" und kraft unserer Überzeugungen und Emotionen aktiv beteiligt an der Erschaffung und Gestaltung der göttlichen Matrix: "Alles ist mit allem verbunden, und somit wirkt sich jede Veränderung auf das große Ganze aus. Wie ein Hologramm spiegelt jeder einzelne Aspekt die Gesamtheit wider." Braden ist davon überzeugt, dass unsere Beziehungen der Spiegel unserer Überzeugungen sind.



DEUTSCHLAND-PREMIERE

DO 10.06. – SO 13.06. / 18.00 UHR

DO 17.06. – SO 20.06. / 20.30 UHR

EIN NEUES WIR – ÖKODÖRFER UND ÖKOLOGISCHE GEMEINSCHAFTEN IN EUROPA

Dokumentation von Stefan Wolf. Österreich 2010.

90 min. DVD bei www.neueswir.info

Fast ein Jahr lang ist der österreichische Dokumentarfilmer Stefan Wolf quer durch Europa gereist, um Modelle nachhaltiger Lebensweise kennen zu lernen. Die Menschen, Projekte und Gemeinschaften, die er besucht, beziehen ihre Inspiration in unterschiedlichem Maße aus ökologischen, sozialen und spirituellen Sichtweisen. Insgesamt werden zehn Ökodörfer und Lebensgemeinschaften in acht europäischen Ländern vorgestellt: Neben großen, bereits etablierten Projekten wie das Ökodorf Sieben Linden in Deutschland, Damanhur in Italien oder Tamera in Portugal, auch kleinere Lebensgemeinschaften wie Schloss Tonndorf in Deutschland, Schloss Glarisegg in der Schweiz oder La Borie Noble in Frankreich. Das Valle de Sensaciones in Spanien oder die Finca Tierra auf den Kanarischen Inseln sind Beispiele dafür, dass schon zwei oder drei kreative Menschen reichen, um einen Ort zu schaffen, der es möglich macht, mit den Vorzügen eines naturnahen Lebensstils zu experimentieren.

Unterstützt von seinem Team, hat Stefan Wolf zahlreiche Interviews geführt und viele Fragen gestellt: Wie sind diese Gemeinschaften organisiert? Wie treffen sie ihre Entscheidungen? Wie finanzieren sie sich? Wie ist die Ernährungsweise? Wie autark sind sie? Welche Spiritualität leben sie? Wie ist der Umgang mit Kindern, gibt es Schulen?

Die Antworten zeugen von einem hohen Maß an Inspiration und intelligenten Lösungen für die Zukunft der Menschheit und des Planeten. Sie verhehlen aber auch nicht, dass gelebte Gemeinschaft dem Individuum zwar großes Wachstumspotential bietet, jedoch auch ungeahnte Herausforderungen in sich birgt. Dennoch ein Film, der Hoffnung und Mut macht – für eine neue Welt und ein neues Wir.

**Zu Gast am SA, 12.06.10: BETTINA KELLER und am
SA, 19.06.10: SANDRA CAMPE, beide vom "Ökodorf Sieben Linden"**



DO 10.06. – SO 13.06. / 20.30 UHR
DO 17.06. – SO 20.06. / 18.00 UHR

DIE REINKARNATION DES KHENSUR RINPOCHE

Dokumentation von Tenzing Sonam und Ritu Sarin. Großbritannien / Indien 1992.
62 min. Originalfassung mit deutschen Untertiteln.
DVD als Bonusmaterial zu "Little Buddha" bei www.arthaus.de

Die authentische Filmdokumentation schildert die Suche des Mönchs Choenzey nach der Reinkarnation seines Lehrers Khensur Rinpoche, einem der wichtigsten tibetischen Lamas. Nach vier Jahren des Wartens erhält er eine Information über einen ungewöhnlichen Knaben in Tibet. Nach Bestätigung durch eine Weissagung und Rücksprache mit dem Dalai Lama reist er geheim nach Tibet, um den Jungen nach Indien zu holen. Hier wird der frühreife Vierjährige vom Dalai Lama in die Gemeinschaft der Mönche aufgenommen. Obwohl er sich seiner neuen Rolle durchaus bewusst ist, bleibt er ein fröhliches und lebhaftes Kind. In besonderer Weise hängt er an Choenzey, der sein Diener ist, aber gleichzeitig zu seinem neuen Vater wird. "Die Beziehung zwischen Khensur Rinpoche und mir geht über das gegenwärtige Leben hinaus. Ich glaube, dass sie auf viele Leben zurückgeht. Es ist, als ob sich nur sein Körper verwandelt hätte, in den das gleiche Bewusstsein eingezogen ist", sagt Choenzey. – Zwei Jahre lang recherchierte das tibetisch/indisch/britische Filmteam im Drepung-Kloster und lebte zum Teil auch dort. So entstand ein stiller, meditativer Film, der warmherzige Anteilnahme am Alltag der Mönche nimmt. "Star" des Films ist jedoch der vierjährige Junge, der als reinkarnierter Lama ins Kloster aufgenommen wird.

Zu Gast am FR, 11.06.10: EVELYN HAFERKORN-MÜLLER,
Gründungs- und Vorstandsmitglied des "Tibethaus Berlin e.V."



IMMER MITTWOCHS

02.06. + 16.06. + 30.06. / 18.00 UHR
09.06. + 23.06. / 20.30 UHR

LOUISE L. HAY: GRENZEN ÜBERWINDEN **DER WEG ZU NEUER LEBENSFREUDE**

Mitschnitt eines Vortrags. USA 1992. 62 min. Deutsch eingesprochene Tonspur.
DVD bei www.ullsteinbuchverlage.de

In viele Sprachen übersetzt, von Millionen gerne gelesen und von anderen heftig kritisiert sind die Bücher zum Thema "positives Denken" von Louise L. Hay, die 1926 in Los Angeles geboren wurde.

Nach einer leidvollen Kindheit mit Missbrauchserfahrungen schlug sie sich bereits als Teenager allein durchs Leben, war zuerst Kellnerin und hatte diverse Jobs, bis sie Model wurde. Ihre Karriere als Bestseller-Autorin begann jedoch erst nach ihrer Erkrankung an Gebärmutterhalskrebs im Alter von 56 Jahren. Die Erkrankung motivierte sie zur "spirituellen Reinigung", was – so die Autorin – einen wesentlichen Schritt in ihrem Leben darstellte. Während ihres Heilungsprozesses wurde ihr bewusst, wie sehr positives Denken den Weg der Heilung beeinflusst und zu einem erfüllten Leben beitragen kann. Ein weiteres wichtiges Element ihrer Lehre ist die Vergebung, die nach Louise L. Hay ein elementarer Bestandteil für ein glückliches Leben ist. In den achtziger Jahren entwickelte sie aus ihrer Arbeit mit AIDS-Kranken das erste metaphysische Programm zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Heute ist Louise L. Hay für ihre zahlreichen Selbsthilfebücher bekannt, an denen besonders die detailreichen Affirmationen auffallen. Mit Leichtigkeit gelingt es ihr, stärkende Überzeugungen für jede Lebenssituation umfassend zu vermitteln und vor allem ohne die geringste verneinende Formulierung zu beschreiben.

Zu Gast am MI, 16.06.10: DR. ASTRID VLAMYNCK, Fachärztin für psychosomatische Medizin und Psychotherapie, und am MI, 30.06.10: MECHTILD WEBER, Rhythmuspädagogin, Massage und Energiemedizin



02.06. + 16.06. + 30.06. / 20.30 UHR
09.06. + 23.06. / 17.00 UHR [!]

THOMAS HÜBL:
DIE KRAFT DER MÄNNER UND DIE LIEBE DER FRAUEN

Mitschnitt eines Vortrags und eines Workshops auf dem "Celebrate Life Festival 2009".
Deutschland 2010. 167 min. [mit Pause] DVD bei www.tao-cinema.de

Thomas Hübl, 1971 in Wien geboren, studierte Medizin und beschäftigte sich intensiv mit Körpertherapie, als er mit 26 Jahren einem inneren Ruf folgt: Er bricht das Studium ab und verbringt eine vierjährige Retreat-Zeit in Tschechien. Dort widmet er sich fast ausschließlich der Meditation und der Erforschung von inneren Bewusstseinsräumen. Zurück in Wien gibt Thomas Hübl zunächst Einzelsessions, bekommt aber bald darauf Einladungen, größere Workshops zu machen. Sein Bekanntheitsgrad wächst, seine Arbeit wird international bekannt. Seit 2004 bietet er weltweit offene Abende, Trainings, Workshops und Intensiv-Wochen an.

Der Mitschnitt dokumentiert einen Tag zum Thema "Maskulin / Feminin" auf dem "Celebrate-Life-Festival 2009", an dem mehr als 500 Männer und Frauen teilnahmen. Es geht um Beziehung, Sexualität und das Spiel der Polaritäten, die inhärente Kräfte unserer Wirklichkeit sind. Nur wenn wir diese Polaritäten in uns selber kennen und anerkennen, können wir wirklich in Kontakt mit dem anderen Geschlecht kommen und uns in einem gemeinsamen "heiligen" Raum begegnen, sagt Thomas Hübl. Durch seinen Vortrag und vor allem durch eigenes Erfahren im Workshop werden die grundsätzlich unterschiedlichen Kräfte des Weiblichen und Männlichen deutlich.

Zu Gast am MI, 09.06.10 und am MI, 23.06.10: SHEILA DEUTINGER,
Coach & Eventmanagerin, am MI, 16.06.10: STEFAN BEIER,
Gendertrainer und am MI, 30.06.10: ANJET EICH, Seminarleiterin



IMMER FREITAGS / 15.00 UHR

In unserer neuen Reihe **ANDERS LEBEN UND WIRTSCHAFTEN** stellen wir Ideen für eine neue, solidarische Ökonomie und ökologisch sinnvolle Projekte vor, suchen nach Beispielen für nachhaltige Produktions- und Eigentumsformen sowie hoffnungsvolle Modelle für lebbare Alternativen. Egal, ob konkret oder visionär, individuell oder kollektiv, bereits erfolgreich oder erst angedacht: Die Welt ist voller Möglichkeiten, die zu betrachten, bedenken und nachzumachen es sich lohnt.

Zum Auftakt der Reihe widmen wir uns dem Thema Geld und seinen Alternativen:

GRUNDEINKOMMEN – EIN KULTURIMPULS

Film-Essay von Daniel Häni und Enno Schmidt. Schweiz 2008. 100 min.

Unter www.archive.org/details/Grundeinkommen können Sie den Film kostenlos herunterladen.

Der Eintritt zu dieser Filmvorführung ist frei, wir bitten aber herzlich um Spenden.

Der Film beschäftigt sich mit einer Vision: Wie würde eine Gesellschaft aussehen, wenn jeder ein Einkommen, ein bedingungsloses Grundeinkommen hätte? Von den einen als menschenwürdige Gesellschaft der Zukunft herbeigesehnt, von den anderen als Ende der Arbeitskultur verteufelt, spaltet das Konzept seit jeher die Geister. Die Filmemacher beleuchten das Thema von allen Seiten und informieren jedermann gut genug, damit man selbst eine Entscheidung zum Thema treffen kann.

"Was würden Sie tun, wenn für Ihr Einkommen gesorgt wäre?' Mit dieser provokanten Frage lädt die Initiative Grundeinkommen zur Diskussion über die Gesellschaft der Zukunft. Mit einfachsten Mitteln drehten der Unternehmer Daniel Häni aus Basel und der Künstler Enno Schmidt einen Film über das Konzept des bedingungslosen Grundeinkommens. [...] Es ist wirklich ein ganz besonders mutiger Schritt, sich mit einer kleinen DV-Kamera hinzustellen und einen Film in Spielfilmlänge für den kompletten deutschsprachigen Raum zu drehen. Doch Häni und Schmidt gehen instinktiv den richtigen Weg. Interviews mit Fachleuten wie Götz Werner wechseln mit Passantengesprächen ab, jeweils genau zum richtigen Zeitpunkt werden die nötigen Fakten präsentiert. Mit minimaler filmerischer Vorkenntnis, aber maximaler Kenntnis des Themas haben die beiden Filmemacher einen soliden Dokumentarfilm gedreht [...], der ein Maximum an Aufmerksamkeit absolut verdient hat." [Julian Reischl / MovieMaze.de]



**Zu Gast am
FR, 11.06.10 und
am FR, 18.06.10:
RALPH BOES**
von der "Bürgerinitiative
bedingungsloses Grund-
einkommen e.V." Berlin

GAST-VERANSTALTUNGEN

DIENSTAG, 1. JUNI 2010 / 20.00 UHR

EINFÜHRUNG IN DIE PRANA-HEILUNG

NACH CHOA KOK SUI FÜR SELBSTBESTIMMTE GESUNDHEIT



Vortrag von **SABINE SCHILLING**
Leiterin des PRANA-ZENTRUM BERLIN

PRANA [Sanskrit] bezeichnet in der hinduistischen Lehre die universelle Lebensenergie, die für die Selbstheilung und die Erhaltung der Gesundheit notwendig ist. Die Prana-Heilung ist eine der ältesten Formen des natürlichen Heilens. Sie geht davon aus, dass jedes Lebewesen ein natürliches, ungebremstes Streben nach Gesundheit hat.

Die Prana-Heilung nach Master Choa Kok Sui vereint Urwissen mit wissenschaftlichen Erkenntnissen aus Forschung und Praxis in einer systematischen Heiltechnik. Sie arbeitet auf der feinstofflichen Ebene ohne Berührung des physischen Körpers, indem sie das körpereigene Energiefeld von Blockaden (z.B. der Chakren) reinigt und die betroffenen Bereiche energetisiert. Die Stimulierung der Intelligenz der Zellfunktionen über das Energiefeld des Körpers wird auch "Aktivierung der Selbstheilungskräfte" genannt. Sie ist präzise und zielgerichtet einsetzbar und dient der Harmonisierung des Energiesystems.

Unter Verwendung von Ausschnitten aus dem Film "Intelligente Zellen" von Bruce Lipton sowie anhand praktischer Übungen zeigt Sabine Schilling, wie mittels Prana-Heilung die Selbstheilungskräfte beschleunigt werden können und selbstbestimmte Gesundheit für jeden Menschen möglich ist.

Kostenbeitrag: 8 Euro, 5 Euro ermäßigt
Infos unter www.pranaheilung-berlin.de



DIENSTAG, 8. + 22. JUNI 2010 / 18.00 UHR



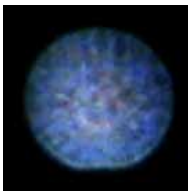
EIN KURS IN WUNDERN

1965 empfing Helen Schucman, Professorin für Psychologie an der Columbia Universität, eine klare und eindeutige Aufforderung zum Diktat, die von einer inneren Stimme kam, die sich ihr gegenüber als Jesus Christus von Nazareth zu erkennen gab. Ihre Niederschrift des Kurses begann mit den Worten: "Dies ist ein Kurs in Wundern, bitte schreibe mit."



Filmvorführung [mit dem MASTER TEACHER von "Ein Kurs in Wundern"], anschließend Gespräch.
Eine Veranstaltung der **ENDEAVOR ACADEMY e.V.**
Eintritt frei – Spende erbeten.
Infos unter www.endeavoracademy.de

DIENSTAG, 8. JUNI 2010 / 20.00 UHR



MAITREYA – Der Weltlehrer für das Wassermannzeitalter und die Meister der Weisheit

Im Dezember 2008 kündigte die Zeitschrift "Share International" in einer Pressemitteilung an, dass bald ein "großer heller Stern" am Himmel erscheinen und in der ganzen Welt zu sehen sein werde. Seitdem gibt es weltweit Hunderte Sichtungen und Beschreibungen dieses "sternähnlichen Lichts" von ungewöhnlicher Leuchtkraft, Form- und Farbenvielfalt. Es ist kein gewöhnlicher Stern – doch was ist es dann? Was hat dieser "Stern" mit dem Stern von Bethlehem gemeinsam? Und was hat das kurz bevorstehende erste Fernsehinterview Maitreyas in den USA mit der Zukunft der Menschheit und des Planeten Erde zu tun? Film & Vortrag geben Antworten auf diese Fragen.

Eine Veranstaltung von **SHARE INTERNATIONAL – GRUPPE BERLIN**
Eintritt frei. Infos unter www.neuer-stern.de

SONNTAG, 13. JUNI 2010 / 14.30 – 16.30 UHR

**"SINGIN' IN MY SOUL" – AFROAMERIKANISCHE SPIRITUALS
OFFENER SINGKREIS MIT ROSY ROSENFELD**

Singen hat eine intensive Wirkung auf Körper, Geist und Seele. Für die einen spannend und erholsam, kann es für andere eine tiefe spirituelle Erfahrung sein. Deshalb findet bei uns im Kino an jedem 2. Sonntag im Monat ein Singkreis statt: offen für alle, die gern gemeinsam mit anderen afroamerikanische Spirituals singen möchten. – Rosy Rosenfeld schafft einen Raum, in dem frei aus der Seele gesungen wird und in dem entspannt und spontan Harmonie und Kreativität entstehen können. Meist *a capella* gesungen und durch Summen, Klatschen und rhythmische Bewegung begleitet, sind die Lieder einfach durch Hören und Nachsingen zu erlernen, wobei einzelne Passagen über längere Zeit wiederholt werden.

Tief aus der Seele gesungen, vereint die christlich geprägte heilige Musik der Afroamerikaner den Geist des Leidens mit dem unbedingten Überlebenswillen und dem festen Glauben an Gott und an ein besseres Leben in der Zukunft. Von klagend bis jublierend: die Songs erzählen von Verzweiflung und Hoffnung, von tiefer Dankbarkeit und Gottesverehrung. Da die Texte meist Themen aus dem Alten Testament behandeln und vom Heiligen Geist inspiriert sind, werden sie "Spirituals" genannt.



ROSY ROSENFELD war während ihres langjährigen USA-Aufenthalts sechs Jahre lang Mitglied in einem interkulturellen Gospelchor, der mehrfach für den Gospel Academy Award als bester Gemeindegospelchor Kaliforniens nominiert wurde. Seit ihrer Rückkehr aus den USA vermittelt sie in Chor-Gesangs-Workshops ihre Erfahrungen an alle, die die Kraft und Schönheit afroamerikanischer Spirituals und Gospels erleben möchten.

Anfänger sind willkommen.
Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.
7,50 Euro / 4 Euro ermäßigt.
Infos unter www.rosy-rosenfeld.de

DIENSTAG, 15. JUNI 2010 / 18.00 UHR

DAS "GLOBAL STONE-PROJEKT" – MAHNSTEINE FÜR INTERKONTINENTALE VERBUNDENHEIT

Vortrag von **WOLFGANG KRAKER VON SCHWARZENFELD**



Ein bisher nur wenig beachtetes Denk-Mal wächst unter den Händen eines engagierten Welten-Seglers und Künstlers ganz unauffällig im Tiergarten Berlins: das "Global Stone-Projekt". Fünf Solitäre aus den fünf (Haupt-)Kontinenten unserer Erde sollen die Leittugenden repräsentieren: Frieden, Weisheit, Liebe, Vergebung, Erwachen und Hoffnung. 2011 soll es zur offiziellen Einweihung fertig sein. Wolfgang Kraker von Schwarzenfeld gibt uns einen faszinierenden Einblick in seine leise Arbeit – für interkontinentales Zusammensein.



Eine Veranstaltung des
**INTERRELIGIÖSEN
ZENTRUMS BERLIN**

Eintritt frei,
Spende erbeten.

Infos unter
0171 / 61 29 442

DIENSTAG, 15. JUNI 2010 / 20.00 UHR

EINFÜHRUNG IN DIE STILLE MEDITATION

mit vorbereitenden Übungen zur Körperwahrnehmung



Mit **ELIMAR KOSSENJANS**

Lehrerin und Heilerin in eigener Praxis

Wir fallen immer wieder aus unserer Mitte heraus, versinken in Ablenkungen oder Aktionismus und ständig kursieren Gedanken in unserem Kopf. Wie können wir das stoppen?!

Die Übung der gegenstandsfreien Meditation wurde und wird in allen Kulturen praktiziert und dient der Entwicklung von Klarheit, tiefem Frieden, vertrauensvoller Gelassenheit und mitfühlendem Engagement. Sie ist konfessionsübergreifend und in unserem Kulturkreis besonders durch den Kontemplations- und Zen-Meister Willigis Jäger wieder belebt worden. Die Meditationsabende wurzeln in dieser Tradition.

Die Einführung in die spirituelle Übung der "Nicht-Übung" erfolgt durch

- ❖ Körper- und Atemwahrnehmung
- ❖ Bewusstseinsammlung (Atem, Laut oder Wort)
- ❖ Bewusstseinsentleerung (reine Aufmerksamkeit)
- ❖ Vorträge / Gespräche / Tönen

Eine Veranstaltung von und mit **ELIMAR KOSSENJANS**

8 Euro, 6 Euro ermäßigt.

Infos unter www.heil-raum.de

DIENSTAG, 22. JUNI 2010 / 20.00 – 22.00 UHR

SINGEN MACHT GLÜCKLICH

HEILSAME UND KRAFTSPENDENDE LIEDER

Ein Singworkshop mit **SUSANNE BOSCH**,
Trainerin für Entspannungsverfahren und Heilpraktikerin
für Psychotherapie mit langjähriger Gesangserfahrung



Singen baut Stress ab, stärkt das Immunsystem und schafft Gemeinschaft und Verbundenheit mit anderen Menschen. Die gesundheitsfördernde Wirkung haben inzwischen auch wissenschaftliche Studien bestätigt. Und dass Singen einfach Freude macht, soll an diesem Abend auf jeden Fall im Mittelpunkt stehen.

Wir singen gemeinsam heilsame und kraftspendende Lieder, einige vielleicht bereits bekannt, andere neu. Alle sind relativ

leicht zu lernen und viele gewinnen ihre Kraft auch aus der Wiederholung. Aufwärmübungen am Anfang stimmen unseren Körper und unsere Stimme darauf ein.

Das Angebot ist offen für alle, die auf diese Weise in Kontakt mit sich selbst kommen, ihr Herz öffnen und ihre Selbstheilungskräfte aktivieren möchten. Herzlich eingeladen sind natürlich auch alle anderen, die einfach Lust haben, die energetische Wirkung des Singens auf Körper, Geist und Seele kennen zu lernen oder wieder einmal zu spüren und ein Gefühl von "im Fluss sein" zu erleben.

Eine Veranstaltung von und mit **SUSANNE BOSCH**
Kostenbeitrag: 15 € / 10 € ermäßigt
Weitere Informationen und **Anmeldung**
030 / 45 30 16 93 oder susannebosch@gmx.de

DIENSTAG, 29. JUNI 2010 / 20.00 UHR

YOGA FÜR DIE SCHÖNHEIT

Kurzworkshop mit **DELIA RASKE**

Schön ist eigentlich alles, was man mit Liebe betrachtet.
[Christian Morgenstern]

Leider hapert es manchmal daran, sich selbst mit Liebe zu betrachten, dem werden wir mit einer speziellen Meditation versuchen, Abhilfe zu schaffen. Schönheit kommt von innen, sagt der Volksmund auch. Da ist Kundalini-Yoga genau das Richtige, denn seine Übungsreihen und Meditationen wirken auf das Innere und das Äußere. Natürlich können wir nicht zaubern – um Erfolge zu sehen, braucht es Ausdauer und stetige Wiederholung. In diesem kleinen Workshop lernen Sie nach einer kurzen Einführung verschiedene Übungen für die Schönheit kennen, z.B. zum Abnehmen oder für einen schönen Teint, sowie Übungsreihen, die im Zusammenhang ausgeführt werden. Auch Ernährungstipps werden nicht fehlen.

Bitte Yoga-Matten, lockere Kleidung und Wasser mitbringen. Wer keine Yogamatte hat, kann die vorhandenen Decken benutzen.

Delia Raske ist Health-Instructor für Kundalini-Yoga, Yoga für Blinde und Sehbehinderte, Meridian-Energetiken (MET und EFT), Entspannungstechniken.

Eine Veranstaltung von und mit **DELIA RASKE**
6 Euro, 4 Euro ermäßigt. Infos unter 030 / 21 55 823

