

## Bücherliste/Literaturempfehlung

### Eröffnungst-Talk

#### **Gutmann Tanja: Dem Leben so nah wie nie zuvor - Wie der Tumor mich stärker machte**

Die nur wenige Jahre nach ihrer Krönung zur Miss Schweiz erhaltene Diagnose Hirntumor veränderte ihr Leben schlagartig. Tanja Gutmann erläutert auf eindrückliche Weise, wie wir auch in sehr belastenden Momenten positive Botschaften finden können. Sie motiviert und ambitioniert das Leben in seiner Fülle zu geniessen und vermittelt Tipps im Umgang mit schwer hinnehmbaren Momenten der Lebensbewältigung. Ihr Werk vereint bisher unveröffentlichte, autobiografische Hintergründe mit ermutigenden Worten im Umgang mit vielen in der Gesellschaft verbreiteten Ängsten. Ihre sehr bereichernde Leichtigkeit motiviert und spornt an in jeglichen Belangen die positiven Seiten finden zu wollen.

### Kurzreferate

#### **Heepen Günther H.: Schüssler-Salze - Das Basisbuch**

Schüssler-Salze sind eine alternativmedizinische Therapieform auf Grundlage von 12 Mineralsalzen. Die Mineralsalze helfen dem Körper im Krankheitsfall, Störungen der Mineralstoffverteilung und -aufnahme auszugleichen, ohne dass sie zu Nebenwirkungen führen. Die 12 lebenswichtigen Mineralstoffe kommen alle von Natur aus im menschlichen Körper vor und werden täglich mit der Nahrung aufgenommen. Die homöopathisch aufbereiteten Salze bewirken allerdings mehr als die reinen Mineralstoffe aus der Nahrung: Sie unterstützen wichtige Körperfunktionen oder machen sie überhaupt erst wieder möglich und normalisieren damit Fehlfunktionen des Organismus. Dieser Ratgeber führt alle, die die Wirkung der Schüssler-Salze kennenlernen möchten, schnell und unkompliziert von der Beschwerde zum richtigen Mittel. Günther H. Heepen gibt detaillierte Anleitungen zur Selbstbehandlung für die ganze Familie, so dass auch Laien von der sanften und wirkungsvollen Methode profitieren können.

#### **Heepen Günther H.: Schüssler-Salze - Der schnelle Weg zum richtigen Mittel**

Diese biochemische Methode nach Dr. Schüssler mit ihrer bemerkenswerten Heilkraft ist zur Selbstbehandlung von Erwachsenen und von Kindern geeignet: Schüssler-Salze (= Mineralstoffe) sind natürliche Heilmittel; sie sind nebenwirkungsfrei und einfach anzuwenden. Nach Schüssler können Krankheiten sowohl durch Verteilungsstörungen der Mineralstoffe im Körper verursacht sein als auch durch Mangel bestimmter Mineralstoffe in der Zelle. Die Salze gleichen einen Mangel aus, zudem vermitteln sie dem Körper (der Zelle) den zur Gesundung notwendigen Heilreiz. Schüssler arbeitete mit 12 Mineralstoffen, die ausnahmslos im Körper vorkommen; nach seinem Tod wurde seine Therapie um weitere 12 körpereigene Salze ergänzt.

#### **Heepen Günther H.: Schüssler-Salze - Alltagsbeschwerden und -krankheiten selbst behandeln**

Die beliebte Mineralsalztherapie nach Dr. Schüssler mit ihrer bemerkenswerten Heilkraft ist zur Selbstbehandlung von Erwachsenen und von Kindern geeignet. Schüssler-Salze sind natürliche Heilmittel, sie sind nebenwirkungsfrei und einfach anzuwenden. Nach Dr. Schüssler können Krankheiten sowohl durch Verteilungsstörungen der Mineralstoffe im Körper verursacht sein, als auch durch Mangel bestimmter Mineralstoffe in der Zelle. Die Schüssler-Salze gleichen einen Mangel aus. Zudem vermitteln sie dem Körper den zur Gesundung notwendigen Heilreiz. Von Osteoporose, über Heuschnupfen bis hin zu Prüfungsangst können zahlreiche Beschwerden mit Hilfe von 12 Basissalzen und 12 Ergänzungssalzen erfolgreich behandelt werden.

#### **Kellenberger Richard: Mineralstoffe nach Dr. Schüssler - Ein Tor zu körperlicher und seelischer Gesundheit**

Das Standardwerk zu den Schüssler-Mineralstoffen aktualisiert, erweitert und auf den neusten Stand gebracht. Die Mineralstofftherapie oder Biochemie ist eine einfache, risikolose und für jedermann anwendbare Heilmethode. Nach ihrem Entdecker, Dr. med. Wilhelm Heinrich Schüssler, sind viele körperliche und seelische Leiden auf einen Mangel an anorganischen Stoffen im Körper zurückzuführen. Im Zentrum der Therapie stehen 12 körpereigene Mineralsalze, die im Apothekenhandel rezeptfrei erhältlich sind. In diesem Buch geben die Autoren ihre langjährige Erfahrung aus Heilpraxis und Seminaren weiter. Neben der Behandlung körperlicher Krankheiten werden auch die seelischen Verhaltensweisen miteinbezogen. Ein besonderes Augenmerk gilt der äusseren Anwendung in Form von Cremes, Bädern, Wickeln und Umschlägen. Der klare Aufbau mit ausführlichem Symptomregister und die leicht verständliche Darstellung machen dieses Buch zu einem praxisnahen Ratgeber und wertvollen Begleiter.

## Bücherliste/Literaturempfehlung

### **Reinhard Jürg: Sanfte Heilpraxis mit selbstgemachten Medikamenten**

Diese Neuauflage eines Standardwerks der Naturheilkunde beweist, dass sich Heilmittel und Heilkräfte überall darbieten, auch in unserer nächsten Umgebung und in den einfachsten Dingen. Es führt uns hin zu den lebendigen Heilkräften der Natur und zeigt einfache Wege zur Selbstheilung mit Mitteln, die im Kühlschrank, auf dem Balkon und im Garten zur Verfügung stehen. Jeder Mensch kann diese Heilmittel zubereiten und so sein eigener Apotheker werden. Der in seinem Beruf revolutionäre Naturarzt Jürg Reinhard gab seine erfolgreiche Arztpraxis auf, um als Autor, Referent und Kursleiter ein breites Publikum mit den Heilkräften der Natur vertraut zu machen. Neben zahlreichen praktischen Anwendungen vermittelt er in diesem Buch auch tiefe Einsichten und wertvolle Interpretationen der Natur, von Blumen, Tieren und Elementen.

### **Schmiedel Volker: Alarm im Darm - Mythos Reizdarm - was Ihrer Verdauung wirklich hilft**

Endlich Ruhe im Bauch! Quälender Durchfall, Verstopfung und ständiges Rumoren - die Chance ist hoch, dass auch Sie eine Fehldiagnose bekommen haben. In 90 von 100 Fällen werden bei Darmproblemen die Auslöser nicht erkannt, und dem verzweifelten Patienten wird attestiert: Organisch alles ok! Dr. Volker Schmiedel ist im Schweizer Paramed Ambulatorium mit den Schwerpunkten Ernährung und Nährstoffversorgung tätig. Er konnte zahlreichen Reizdarm-Patienten helfen - und hat auch Antworten auf Ihre Fragen. Kommen Sie den wirklichen Ursachen Ihrer Verdauungsbeschwerden auf die Spur, und fühlen Sie sich endlich wieder wohl.

### **Schmiedel Volker: Typ-2-Diabetes - Heilung ist doch möglich**

Blutzucker ohne Medikamente wirksam senken

Sie haben es in der Hand. Lange wurde es von der offiziellen Diabetologie abgestritten, dann endlich eingestanden: Tabletten und Insulinspritzen werden oft zu früh eingesetzt. Durch zu viel Medikation bei hohen Werten wird der Diabetes-Teufelskreis erst recht in Gang gehalten. Dr. med. Volker Schmiedel, zeigt Ihnen, mit welchen Strategien zahlreiche seiner Patienten ganz ohne Medikamente Diabetes in den Griff bekommen haben.

### **Schmiedel Volker: Cholesterin - endlich Klartext! - Ihr Weg zu optimalen Blutfettwerten**

Zu Recht verteufelt oder lebensnotwendig? Erhöhte Cholesterinwerte - mit dieser Diagnose wird die Hälfte der Erwachsenen über 50 einfach krankgeschrieben. Ist das medizinisch wirklich notwendig? Anhand aussagekräftiger Checklisten stellen Sie fest, ob Cholesterin wirklich ein Risiko für Sie darstellt und welche Faktoren Ihr Arteriosklerose- und Herzinfarktrisiko beeinflussen. Und damit Sie dem Arzt im Gespräch auf Augenhöhe begegnen können, hält das Buch einen Spickzettel mit allen wichtigen Punkten parat.

### **Schmiedel Volker: Natürlich Fisch! - Was Sie über Omega-3-Fettsäuren wirklich wissen müssen**

Was genau leistet die Kraft aus Fischöl eigentlich wirklich? Studien belegen: Omega-3-Fettsäuren beugen typischen Zivilisationskrankheiten rund um Herz und Kreislauf vor. Sie bekämpfen chronische Entzündungen, wirken präventiv gegen Krebs und unterstützen die Psyche in hohem Masse. Gehen Sie der Kraft von Omega-3-Fettsäuren auf den Grund und gewinnen Sie an Gesundheit und Lebensqualität!

### **Schmiedel Volker: QuickStart Nährstofftherapie - Therapie mit Nährwert**

Eine überzeugende Verbindung zwischen fundiertem Fachwissen und ansprechender Lektüre: Nährstofftherapie verstehen und sinnvoll einsetzen. Quickstart Nährstofftherapie bietet einen differenzierten Umgang mit einer komplexen Materie. Für alle, die einen raschen Einstieg in die Nährstofftherapie suchen und umgehend erste Anwendungen in die Praxis einbringen möchten.

### **Schmiedel Volker: Hausputz für Leber und Galle - Natürlich reinigen, Leberwerte verbessern, Ihr 4-Wochenprogramm**

Ist die Leber gesund, freut sich der Mensch. Lebenswichtig, extrem regenerationsfähig, äusserst duldsam: Diese Charaktereigenschaften der Leber verführen dazu, sie zu vernachlässigen, und da sie still leidet, kommt man damit auch ziemlich lange durch. Die Folgen sind Fettleber, Gallensteine oder Hepatitis - jeder Dritte leidet an einer dieser Erkrankungen. Fühlen Sie sich chronisch müde oder infektanfällig? Leiden Sie unter Sodbrennen, Kopfschmerzen oder Schmerzen im Oberbauch? Dann ist es Zeit, sich um Ihre Leber zu kümmern.

## Bücherliste/Literaturempfehlung

### **Schmiedel Volker: Burnout - Wenn Arbeit, Alltag und Familie erschöpfen**

"Ich kann nicht mehr!" Fühlen Sie sich dauergestresst, seit Monaten erschöpft und gereizt? Gehören Sie zur sog. "Helfer-Gruppe" wie Mütter, Lehrer oder pflegende Angehörige? Gut, wenn Sie jetzt gegensteuern wollen. Burnout wird häufig als rein "seelisches" Problem betrachtet und behandelt. Dabei erschöpfen uns oft auch organische Ursachen wie Nährstoffmangel, Schilddrüsenunterfunktion oder Blutarmut. Auftanken statt Ausbrennen. Der Autor zeigt, wie eine ganzheitliche, moderne Behandlung aussieht. Sie selbst sind die beste Therapie auf Ihrem Weg zurück zu sich selbst. Mit diesem Buch lernen Sie, neben der körperlichen Balance, auch Denk- und Verhaltensmuster zu ändern.

## Vorträge

### **Benedikter Roland: Welten im Widerspruch**

Die Vernetzung der Welt durch zunehmende Reise- und Migrationsbewegungen und immer komplexere Ströme von Waren und Daten, Rohstoffen und Kapital hat die Lebenswirklichkeit in verschiedensten Regionen der Welt auf höchst ambivalente Weise verändert. Mit den sich wandelnden Globalisierungsprozessen entstehen immer neue Fragestellungen, Erfahrungen, Bilder und Formensprachen des Globalen, die sich in der persönlichen wie der gesellschaftlichen Lebensrealität manifestieren. "Welten im Widerspruch" widmet sich Künstlern aus Europa, Asien, Amerika und Afrika, die in verschiedenen Themenfeldern den Zusammenhängen von Globalem und Lokalem nachspüren. In rechercebasierten, dokumentarischen, aber auch erzählerischen, poetischen und aufrüttelnden Arbeiten reflektieren sie Aspekte der Mobilität, die ambivalente Verkettung von Produktion, Transport und Konsum, das Wesen globaler Informations- und Wissensnetze oder die Auswirkungen der globalen Ökonomie auf Arbeit und Umwelt.

### **Benedikter Roland: China**

Das Buch zeichnet das Gesamtbild der Situation und Perspektiven Chinas. Die Machtübergabe von einer im vergangenen Jahrzehnt erfolgreichen an eine noch wenig bekannte und von zahlreichen Umbrüchen erschütterte Generation von Eliten innerhalb der herrschenden Einheitspartei in den Jahren 2012-13 weckt Hoffnungen auf Liberalisierung, wenn nicht gar Demokratisierung. Der Optimismus von Dissidenten, Zivilgesellschaftlern und Politikern scheint heute so gross wie selten an neueren historischen Übergangspunkten des Landes. Doch gibt es dem entgegengesetzt auch Tendenzen zur Rückkehr zu einem neuen Konservativismus und Nationalismus sowie zu einer expansiveren Haltung Chinas, etwa im Pazifik oder in Afrika. Das Buch, geschrieben in der Kaderschmiede der amerikanischen Diplomatie, der Stanford Universität im Zentrum von Silicon Valley, zeichnet ein einmaliges, interdisziplinäres Gesamtbild der aktuellen Situation des "mittleren Reiches" im Spannungsfeld zwischen Innen- und Aussenpolitik.

### **Schmieke Marcus: Die Kraft lebendiger Räume - Das Kompendium vedischer Baukunst**

Die Meisterausgabe zum Thema vom Pionier des "indischen Feng Shui" im Westen. Es beschreibt genau, was vedische Baukunst ist und vermittelt detailliertes Wissen für die praktische Anwendung auch im professionellen Bereich. Insbesondere die ausführlichen Abschnitte über Proportionen und Masse, die Bestimmung des richtigen Zeitpunkts für Bauvorhaben und die Anwendung für Büros und Geschäftsräume gehörten bisher zum wohl gehüteten Geheimnis der Profis.

### **Schmieke Marcus: Das Lebensfeld - Naturwissenschaftliche Grundlagen einer spirituellen Auffassung des Lebens**

Das Lebensfeld, das den materiellen Körper mit der ewigen spirituellen Seele verbindet, bildet die Brücke zu einem tieferen Verständnis des Lebens. Dieses Buch stellt in kompromissloser Weise der mechanistischen Wissenschaft eine spirituelle Alternative gegenüber: Geist und Materie werden auf einen gemeinsamen bewussten Ursprung zurückgeführt. Die spirituelle Sicht der Veden verbindet sich mit den Erkenntnissen der modernen Naturwissenschaft, um zu einer neuartigen, umfassenden Synthese zu gelangen. Autor Marcus Schmieke ist Physiker und Yoga-Praktiker. Er verbindet alternative Energieformen, Quantenphysik, vedische Philosophie und Spiritualität zu einer neuartigen Konzeption von Geist, Leben und Materie. Neben der Wissenschaft der Morphoenergetik werden Grundlagen der vedischen Physik ebenso erläutert wie das Quantenprinzip und die Form der Zeit, das Cakra.

## Bücherliste/Literaturempfehlung

### **Schmieke Marcus: Vastu für Einsteiger - Gesund und harmonisch wohnen**

Vastu, die indische Lehre vom gesunden Bauen und Wohnen und Ursprung des Feng Shui, hat zum Ziel, den Wohnraum den Naturgesetzen entsprechend zu gestalten, sodass er das Energiefeld seiner Bewohner optimal unterstützt. In leicht verständlicher Sprache gibt Marcus Schmieke eine Einführung in die praktischen Aspekte dieser Kunst.

### **Schmieke Marcus: Mantras - Das grosse Praxisbuch**

Mantras sind Worte der Kraft. Ihre Rezitation kann unser Bewusstsein von störenden Einflüssen befreien. Obwohl Mantras in allen alten Kulturen verwendet wurden, so gilt doch Indien als der Ort, wo das Rezitieren von Mantras zur höchsten Blüte geführt wurde. In diesem Buch stellt der Autor, der selbst als Mönch in Indien gelebt hat, hunderte authentischer Mantras vor und zeigt, wie man sie praktisch anwenden kann. Die Stärke dieses Buches liegt in der Verbindung zwischen Tradition und moderner Praxis.

### **Schmieke Marcus: Naturwissenschaft und Bewusstsein - Das letzte Geheimnis**

Aus den Reihen der Naturwissenschaftler wird zur Zeit eine klare Herausforderung ausgesprochen: "Wir haben das Geheimnis des Lebens gelöst, wir haben den Ursprung des Universums erklärt und die kleinsten Bestandteile der Materie gefunden. Jetzt ist die Zeit reif, das letzte Geheimnis zu lüften: Das Bewusstsein." Dieses Szenario bildet den Rahmen dieses Buches, das sich zur Aufgabe gestellt hat, die modernen Naturwissenschaften auf eine spirituelle Grundlage zu stellen. Autor Marcus Schmieke zeigt, wie auf den Lehren der vedischen Schriften eine Naturwissenschaft aufgebaut werden kann, die unserem bisherigen Wissenschaftsansatz überlegen ist und ungeahnte Konsequenzen für viele Bereiche der modernen Gesellschaft hat.

### **Schmieke Marcus: MaHaBote - Das Geheimnis deines Geburtstags**

MaHaBote, die burmesische Astrologie, gibt - ohne Vorkenntnisse und Berechnungen - in wenigen Minuten einen tiefen Einblick in die Persönlichkeitsstruktur eines Menschen. Alle Menschen können durch 56 verschiedene energetische und karmische Grundmuster erfasst werden, die die Horoskope des MaHaBote bilden und in diesem Buch gedeutet werden.

### **Tschinag Galsan: Liebesgedichte**

"Ein Gedicht lebt, wie jedes Kunstwerk auch, von einem inneren Bild", schreibt Galsan Tschinag im Nachwort seiner Liebesgedichte. Mit eigenwilligen, starken, poetischen Wendungen spricht er sein Gegenüber im Herzen an. Er wandert Bergketten entlang, legt sich unter Grasdecken und wispert nachts an dunklen Flüssen ins Ohr der Geliebten.

Die meisten der Gedichte in dieser Sammlung haben keinen Titel - Tschinag fordert uns auf, selbst den passenden zu suchen.

### **Tschinag Galsan: Galsan Tschinag – Visionäre unserer Zeit / Homage an Galsan Tschinag**

Menschenberg, so lautete die ursprüngliche Titelidee dieses opulenten Werkes. Und „Menschenberg“ nennt Galsan Tschinag jene Menschen, die in ihrer vielseitigen Biografie weitreichende Erfahrungshorizonte durchwandert haben und daraus schöpfen können. Er selbst gehört zweifellos dazu. Andreas Burhorn besuchte den grossen Literaten und Schamanen Galsan Tschinag in der Mongolei um mit ihm Gespräche zu führen. Gespräche über das Leben: über die Mongolei, die Welt der Nomaden, den Kosmos, das Häuptlingsein, das Kämpfen, die Liebe, das Älterwerden, die Kraft von Visionen und vieles mehr. Aus diesem weitverzweigten Fluss der vielen Gespräche ist ein faszinierendes Buch über die Lebens- und Gedankenwelten von Galsan Tschinag entstanden. Es inspiriert, es macht nachdenklich, es berührt.

### **Tschinag Galsan: Gold und Staub**

Ein Roman über das Uralte, Unglaubliche inmitten von Profitgier und Umweltzerstörung.

In diesem funkelnden, ebenso heiteren wie nachdenklichen Roman führt er uns in den innersten Kreis seines Lebens in der mongolischen Steppe. Ein Jahrhundertgedanke hat sich in seinem Hirn festgesetzt: Mit einer Million Bäume will er die Steppe begrünen. Der erste Schritt: Der öde, zerfallene Friedhof der Ahnen soll wieder hergerichtet werden.

Doch dabei tun sich zahlreiche Hindernisse auf.

## Bücherliste/Literaturempfehlung

### **Tschinag Galsan: Der singende Fels**

Galsan Tschinag und Klaus Kornwachs - Schamane und Technikphilosoph - tauschen sich unter der Gesprächsleitung von Maria Kaluza aus. Zu ihren vielfältigen Themen gehören Fragen nach dem Individuum in seiner Gemeinschaft, Natur und Technik, die Vereinbarkeit von westlicher und östlicher Spiritualität, die unterschiedlichen Konzepte von Gesundheit und Heilung, der Umgang mit Träumen, Tod und einem Leben danach.

In diesem Dialog ohne Scheuklappen suchen die drei Partner Verwandtschaften und stellen die Unterschiede fest. Dass in vielen wissenschaftlichen Konzepten des Westens die Erfahrungen des Ostens ihren Platz finden, führt sie zu überraschenden Erkenntnissen. Das Ergebnis ist ein ebenso erhellender wie provozierender und kurzweiliger Brückenschlag zwischen verschiedenen Formen des Wissens um diese unteilbare Welt.

### **Volkamer Klaus: Die Feinstoffliche Erweiterung unseres Weltbildes**

In dieser aktualisierten und erweiterten 4. Auflage seines erfolgreichen Standardwerkes stellt Klaus Volkamer eine feinstofflich erweiterte Physik vor, in der das heutige Weltbild der Naturwissenschaften als grobstofflich materieller Grenzfall erhalten bleibt. Die so erweiterte Physik liefert zum Beispiel mit experimentell und theoretisch begründeten Aussagen die Basis für eine unbegrenzte und nachhaltige Gewinnung Freier Energie. Dies hat direkt zu entsprechenden und bereits technologisch erprobten Anwendungen geführt. Der mit der vorliegenden Feinstofflichkeitsforschung verbundene Paradigmenwechsel der Naturwissenschaften führt unter anderem zu einer Erweiterung der Hauptsätze der Thermodynamik sowie zu einer gemeinsamen Ableitung sowohl der Speziellen Relativitätstheorie als auch der Quantenmechanik aus einer erweiterten Struktur der Elementarteilchen und ferner auch zur Vorausberechnung der Werte verschiedener Naturkonstanten. Zudem resultiert ein vertieftes Verständnis vom Mechanismus der Gravitation.