

KINO & CAFÉ AM UFER



FEBRUAR 2010

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

KINO & CAFÉ AM UFER

FILME FÜR HERZ, GEIST UND SEELE

mittwochs bis sonntags
17.30 Uhr + 20.30 Uhr

Eintritt: 6 € / 4 € ermäßigt

Öffnungszeiten Café:

MI-FR 16.00 Uhr

SA + SO 13.00 Uhr

GAST-VERANSTALTUNGEN

i.d.R. dienstags und sonntags
zu unterschiedlichen Zeiten

Eintritt: verschieden

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

LIEBES PUBLIKUM!

Neben den **DIE BELIEBTESTEN FILMEN DES JAHRES 2009**, zu denen wir viele **SPANNENDE GÄSTE** eingeladen haben, präsentieren wir Ihnen im Februar auch unser neues Angebot: **RUMIS LECKEREIEN**. Rumi Ota-Voss, eine Japanerin in Berlin, wird ab jetzt für Sie und uns backen und kochen. **HERZHAFT & SÜß** wird es in unserem Café mittwochs bis freitags ab 16.00 Uhr, samstags und sonntags sogar schon ab 13.00 Uhr.

Es freuen sich auf Ihren Besuch:
Usch Schmitz, Kraft Wetzel
und das Kino-Team

PS Bitte beachten Sie, dass die Frühvorstellungen im Februar ausnahmsweise ALLE um 17.30 Uhr stattfinden!





DO 04.02. – SO 07.02. / 17.30 UHR

**MARSHALL B. ROSENBERG:
GEWALTFREIE KOMMUNIKATION / TEIL 1–4**

Mehrteiliger Mitschnitt eines Seminars in München. D 2006.
Englisch mit deutscher Konsektivübersetzung.
P + DVD bei www.auditorium-netzwerk.de

Marshall B. Rosenberg, ein international gefragter Psychologe und Konfliktmediator, hat eine Methode der "Gewaltfreien Kommunikation" entwickelt, die erfolgreich für die Schlichtung von Konflikten aller Art eingesetzt werden kann: in Paarbeziehungen, in Schule und Beratung, in Organisationen oder interkulturellen Konflikten. Marshall Rosenbergs zentrales Interesse ist es, die gewalttätige "Wolfssprache" mit ihren Warum-Fragen, ihrem "müssen" und "sollen" zu ersetzen durch die friedliche "Giraffensprache", die sich in die fremden und die eigenen Bedürfnisse einfühlt, die verstehen und deshalb verzeihen kann.

2006 hat er in München ein mehrtägiges Seminar abgehalten. **Teil 1** zeigt den Eröffnungsvortrag, in dem Rosenberg anhand vieler Beispiele und Alltagssituationen sein Konzept der Gewaltfreien Kommunikation vorstellt. In **Teil 2** erläutert Rosenberg, wie wir die vier Gefühle Ärger, Depression, Schuld und Scham als Alarmglocken einsetzen können, die uns aufwecken und erkennen lassen, wie wir selbst zur Gewalt auf diesem Planeten beitragen. In **Teil 3** übt er mit den TeilnehmerInnen ein, Selbstvorwürfe zurück zu übersetzen in unerfüllte Bedürfnisse, über die zu Recht zu trauern sei, so wie wir feiern sollten, wenn unsere Bedürfnisse befriedigt wurden. Unsere Aufgabe sei nicht, perfekt zu sein, sondern immer weniger dumm. Und dabei seien Fehler nützlich, weil wir aus ihnen lernen können "all unser Lachen zu lachen und all unsere Tränen zu weinen". In **Teil 4** geht es um schwierige Botschaften und wie wir sie so formulieren können, dass sie beim Gegenüber nicht als Kritik ankommen, Abwehr, Ablehnung und Streit auslösen. Mit Teilnehmern, die er auf die Bühne holt, übt er ein, hellhörig zu werden für unerfüllte Bedürfnisse, die des andern und die eigenen, und einen Weg zu finden, beide zu befriedigen.

Teil 1 DO 04.02. / 17.30 UHR [145 min.]
Teil 2 FR 05.02. / 17.30 UHR [155 min.]
Teil 3 SA 06.02. / 17.30 UHR [96 min.]
Teil 4 SO 07.02. / 17.30 UHR [151 min.]

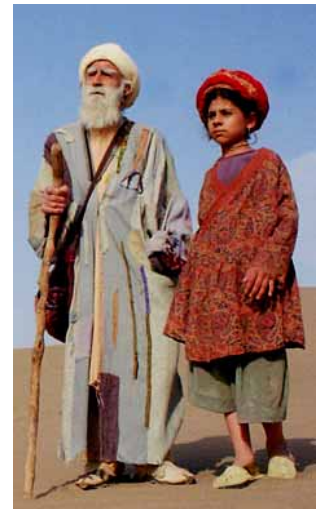
**Unser Gast am Samstag, 6. Februar 2010:
VIVET ALEVI, Trainerin für "Gewaltfreie Kommunikation" in Berlin**
www.gewaltfrei-alevi.de

DO 04.02. – SO 07.02. / 20.30 UHR

BAB 'AZIZ – DER TANZ DES WINDES

Poetischer Spielfilm von Nacer Khemir. Tunesien 2005. 98 min.
Originalfassung mit deutschen Untertiteln. DVD z.B. bei Amazon

In der unendlichen Weite der Wüste sind Ishtar und ihr blinder Großvater Bab 'Aziz unterwegs zum Derwischtreffen, das nur alle dreißig Jahre tagt. Wo es stattfinden wird, wissen die Teilnehmer nicht, doch wird die Wüste jedem einzelnen den Weg dorthin weisen, solange er daran glaubt. Unterwegs erzählt Bab 'Aziz seiner Enkelin Geschichten, die wie die Märchen aus 1001 Nacht voller weiterer Geschichten stecken.



Nacer Khemir taucht in eine mystische Welt, die sich vom Iran bis in den Maghreb erstreckt und bis nach Andalusien. Er führt uns auf dem Weg durch die Wüsten vor Augen, wie im Zentrum des Sufismus die Liebe steht, jenes Wort, für das die arabische Sprache allein 60 Begriffe kennt. [Walter Ruggie, trigon]

Die Kraft der Bilder und die Atmosphäre tragen maßgeblich zur zauberhaften Wirkung dieses Films bei: Die Kamera gleitet über die Dünen und hin und wieder hört man nur den Wind – oder die Glöckchen am Sattel eines Pferdes. [www.cineman.de]

Unser Gast am Samstag, 6. Februar 2010:

METIN EFENDI vom Berliner Sufi-Zentrum "Der wahre Mensch e.V."

www.sufi-zentrum-berlin.de

DO 11.02. – SO 14.02. / 17.30 UHR



**THE LIVING MATRIX
HEILWEISEN DER ZUKUNFT**

Dokumentation von Greg Becker und Harry Massey.
USA 2009. 93 min. Deutsche Fassung.
DVD bei www.koha-verlag.de

"The Living Matrix" beschäftigt sich mit dem Wesen und der Wirksamkeit bioenergetischer Medizin, die davon ausgeht, dass nicht in erster Linie unsere Gene, sondern Energie und Informationsfelder unsere Physiologie und unsere Biochemie bestimmen. In ihrer Dokumentation präsentieren der amerikanische Produzent Harry Massey und der kalifornische Filmemacher Greg Becker Interviews mit Experten und Betroffenen, erfolgreiche Fallbeispiele und vertiefende 3-D-Animationen, um die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse zu veranschaulichen. Interviewt wurden unter anderem Koryphäen der bioenergetischen Medizin wie Peter Fraser, Professor für Akupunktur, und James Oschman, Biophysiker und Spezialist für Bindegewebsforschung, aber auch bekannte Heiler wie Dr. Eric Pearl und Grenzgänger der Wissenschaft wie der Biologe Rupert Sheldrake und der Zellbiologe Dr. Bruce Lipton.

Unser Gast am Samstag, 13. Februar 2010:

**JUTTA GRUBER, Philosophin und Vorstandsmitglied
der Deutschen Transpersonalen Gesellschaft**

www.transpersonal.de / www.taraprocess.com

DO 11.02. – SO 14.02. / 20.30 UHR
DO 28.02. / 17.30 Uhr

BYRON KATIE: "THE WORK"

Mitschnitt eines Workshops in Zürich im Juni 2005.
120 min. Englisch mit deutscher Übersetzung.
DVD bei www.auditorium-netzwerk.de

Im weiten Feld der spirituellen Lehrerinnen ist die Amerikanerin Byron Katie die einzige, die sich als ideologische Abbruch-Unternehmerin positioniert hat. Mit nur vier Fragen zertrümmert sie festgefahrene Auffassungen, manchmal auch ganze Weltbilder, und sie tut das liebevoll, mit kleinen, fast schon zärtlichen Schlägen. Wie sie das fertig bringt und durchhält, wie sie mit ganz normalen Menschen, BesucherInnen ihrer Workshops, arbeitet, kann man studieren in diesem – hervorragend übersetzten – Film. Wie sich alter Ärger binnen weniger Minuten in frische Herzenswärme verwandelt, solche Wunder zu vollbringen ist offensichtlich erlernbar.

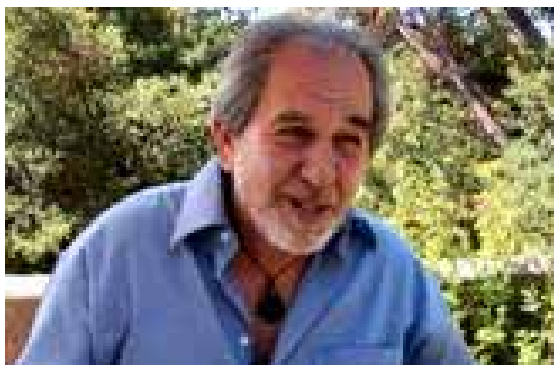


Unser Gast am Samstag, 13. Februar 2010:
RALF GIESEN, "Certified Facilitator" der Byron Katie Inc.
www.ralfgiesen.de

DO 18.02. – SO 21.02. / 17.30 UHR

BRUCE LIPTON: WIE WIR WERDEN, WAS WIR SIND

Mitschnitt eines Vortrags. USA/D 2009. 120 min.
DVD bei www.koha-verlag.de



Die Programmierungen durch unsere Eltern haben fundamentale Bedeutung für unsere Gesundheit, unser Verhalten, unsere Einstellungen und unsere Beziehungen. In seinem Vortrag erläutert der Zellbiologe Dr. Bruce Lipton den Mechanismus, durch den sich die Überzeugungen und Emotionen der Eltern auf die Entwicklung des genetischen Codes der Kinder auswirken. Unsere prä- und perinatalen Erfahrungen bilden eine Art biologischer Vorgabe, die alle späteren Gefühle und Einstellungen im Hinblick auf uns selbst, unsere zwischenmenschlichen Beziehungen und unsere Verbindung zu Himmel und Erde bestimmt. Das Wissen um die Mechanismen hilft uns, jene Bereiche unseres Denkens und Fühlens zu heilen, in denen wir selbst durch unsere Programmierungen eingeschränkt sind.

Bruce Lipton ist Autor des Bestsellers "Intelligente Zellen". Seine bahnbrechenden Erkenntnisse über die Zellmembran machten ihn zu einem Pionier der neuen Wissenschaft der Epigenetik. Seine Ausführungen sind bild- und faktenreich und erfordern höchste Konzentration. Kein Stoff zum Entspannen also, doch wer nach Wissen dürstet, wird reichlich genährt.

DO 18.02. – SO 21.02. / 20.30 UHR

**ECKHART TOLLE:
STILLE INMITTEN DER WELT / 1 + 2**

Dokumentation des FINDHORN-Seminars von 2005. GB 114 min.
Originalfassung englisch mit deutschen Untertiteln. DVD als Beilage in:
Eckhart Tolle "Findhorn Seminar", Goldmann ARKANA 2007

Wie kommt man zu "Stille inmitten der Welt"? Eckhart Tolles Lösung mutet verführerisch einfach an, schon weil er keine Methode braucht, nur eine einzige Einsicht: dass wir uns (weitgehend unbewusst) mit jedem unserer Gedanken identifizieren, dass wir ihn zum Teil unseres Dramas, unserer Geschichte machen und dass jeder Gedanke auf "mehr" zielt, auf Mängel-Beseitigung, auf Komplettierung unseres Egos, das immer noch 'mehr' braucht, um vollständig, 'richtig' zu sein.

Wie wäre es, wenn wir aus dieser nicht enden wollenden, nie glücklich machenden Mängel-Beseitigung einfach ausstiegen? Wie wäre es, wenn wir diesem endlosen Gedankenstrom die Aufmerksamkeit entzögen? Wenn wir den Raum zwischen diesen Gedanken größer werden ließen? Dort, wo wir nichts Besonderes mehr wollen, sondern einfach sind: dort, in den Lücken zwischen der exzessiven Denkerei, steigt ES auf, so versichert uns Tolle: unser eigentliches Bewusstsein vor aller Bedürftigkeit, unsere innere Stille, unsere Heiligkeit.

PS Teil 1 und Teil 2 sind Varianten derselben Themen. Sie können deshalb problemlos unabhängig voneinander gesehen und verstanden werden.

Teil 1 DO 18.02. + SA 20.02. / 20.30 UHR [118 min.]

Teil 2 FR 19.02. + SO 21.02. / 20.30 UHR [112 min.]

**Unser Gast am Samstag, 20. Februar 2010:
TOM BEYER, Yoga-Lehrer mit eigenem Studio in
Berlin (HOME YOGA), der dort eine "Tolle-Gruppe" anbietet**
www.home-yoga.de



Foto: Thor Swift for The New York Times

DO 25.02. – SA 27.02. / 17.30 UHR

**BERT HELLINGER:
FAMILIENSTELLEN / TEIL 1 – 3**

Mehrteiliger Mitschnitt eines Workshops in Wien von Johannes Neuhauser. Deutschland 1997. DVD bei www.hellinger.com

Bert Hellinger, geb. 1925, hat Philosophie, Theologie und Pädagogik studiert und arbeitete 16 Jahre lang als Mitglied eines katholischen Missionsordens bei den Zulus in Südafrika. Danach wurde er Psychoanalytiker und entwickelte die ihm eigene Form des Familien-Stellens, die in den letzten Jahren eine rasante Verbreitung gefunden hat. Man könnte sie als eine Form seelischer Chiropraktik beschreiben: Indem der Klient mit prinzipiell beliebigen Personen seine Familie im Raum aufstellt, werden zentrale Bruchstellen und Verwerfungen deutlich, die dann durch gezielte Eingriffe des Therapeuten korrigiert, 'richtig' gestellt werden.



Wie die Methode funktioniert, lässt man sich am besten von Hellinger selber zeigen. Dazu gibt dieser Film üppig Gelegenheit: erstmals in dieser technischen Qualität (drei Kameras) und atmosphärischen Dichte. In dem Kurs, der hier dokumentiert wird, arbeitet Hellinger mit Krebskranken und bringt dabei "Schicksalsbindungen" ans Licht, die schwere Krankheiten mitbedingen und aufrechterhalten.

Teil 1 DO 25.02. / 17.30 Uhr [122 min.]

Teil 2 FR 26.02. / 17.30 Uhr [110 min.]

Teil 3 SA 27.02. / 17.30 Uhr [106 min.]

**Unser Gast am Samstag, 27. Februar 2010:
FRED ZIEBARTH, Pädagogischer Koordinator an der Berliner
Fläming-Grundschule, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut
fred-ziebarth@t-online.de**

DO 25.02. – SO 28.02. / 20.30 UHR

ILSE MIDDENDORF: ATEM – STIMME DER SEELE



Studie von Gerd Conrad. Deutschland 2009.
85 min. DVD bei www.gerdconradt.de
Kostprobe bei YouTube: Ilse Middendorf Atem

In diesem Dokument voller lebendiger Schwingungen stellt Prof. Ilse Middendorf (1910–2009), die *grande dame* der Atemtherapie, ihre ganzheitliche Heilmethode des "Erfahrbaren Atems" vor. Dabei handelt es sich um die letzten Aufnahmen vor dem Tod dieser außergewöhnlichen Berliner, gedreht in ihrem Institut, dem ehemaligen Ballsaal der Prinzessin Viktoria Luise.

**Unser Gast am Samstag, 27. Februar 2010:
CHRISTINE RITT, Atemtherapeutin und
langjährige Mitarbeiterin von Ilse Middendorf.
Der Filmemacher GERD CONRADT wird bei allen
vier Vorführungen anwesend sein**

IMMER MITTWOCHS

03.02. + 17.02. / 17.30 UHR

10.02. + 24.02. / 20.30 UHR

ELISABETH KÜBLER-ROSS: DEM TOD INS GESICHT SEHEN

Dokumentarfilm von Stefan Haupt. Schweiz 2002. 95 min. DVD bei www.delicatessen.org

Die Schweizerin Elisabeth Kübler-Ross hat sich als Ärztin, Wissenschaftlerin, Autorin und vor allem als Wegbereiterin der Sterbebegleitung und der Hospizbewegung ein Leben lang mit dem Tod beschäftigt. Mit 23 Ehrendoktor-Titeln ist sie wahrscheinlich die akademisch meist ausgezeichnete Frau der Welt. 1926 in Zürich geboren, studierte sie gegen den Willen ihrer Eltern Medizin und kämpfte in den USA um Anerkennung als Psychiaterin. Nicht zuletzt in der Konfrontation mit dem engen Weltbild der Schulmedizin und beeindruckt von Nah-Tod-Erfahrungen drang Elisabeth Kübler-Ross in neue Grenzbereiche vor. Durch ihr Buch "Interviews mit Sterbenden" erlangte sie 1969 internationalen Ruhm. Es folgten unzählige Workshop- und Vortragsreisen durch die ganze Welt und der Aufbau eines eigenen Sterbehilfe-Zentrums in Virginia. Ihr Kampf gegen die Tabuisierung des Todes in der westlichen Welt war immer auch verbunden mit der Reibung an Autoritäten und Gegnern. 1994 wurde der Wohnbereich ihres Zentrums durch Brandstiftung zerstört, da die Anwohner fürchteten, sich mit AIDS zu infizieren. Nach mehreren Schlaganfällen verbrachte sie ihre letzten Jahre zurückgezogen in Arizona, nahe jenem Übergang, den sie selber so leidenschaftlich erforscht hat.

Im Zentrum des Films stehen Gespräche mit Elisabeth Kübler-Ross kurz vor ihrem Tod im Jahr 2004. Zu sehen ist eine psychisch vitale Frau, geistig glasklar, voller Humor und immer noch unbequem. Sie blickt zurück auf ihr Leben, erzählt von ihrer Kindheit, ihrer Arbeit und davon, wie sie mit ihrem eigenen Altern und Sterben umzugehen versucht. Kommentare ihrer beiden Drillingschwestern, Interviews mit Freunden und Mitarbeitern sowie reichhaltiges Archivmaterial runden das Portrait dieser beeindruckenden Persönlichkeit ab.

**Unser Gast am Mittwoch, 17. Februar 2010:
LISA FREUND, buddhistisch inspirierte Sterbebegleiterin**
www.lisafreund.de/default.html



03.02. + 17.02. / 20.30 UHR
10.02. + 24.02. / 17.30 UHR

HEILER AM WEGESRAND
DAS KRÄUTER- UND PFLANZENWISSEN
DES WOLF-DIETER STORL

Dokumentarfilm produziert von AURUM.
Deutschland 2008. 95 min.
DVD bei www.weltinnenraum.de



Dr. Wolf-Dieter Storl, geboren 1942 in Sachsen, ist Kulturanthropologe und Ethnobotaniker. Als Elfjähriger wanderte er mit seinen Eltern nach Amerika (Ohio) aus, wo er die meiste Zeit in der Waldwildnis verbrachte. Nach seinem Studium promovierte er in der Schweiz und lehrte als Dozent an verschiedenen Universitäten.

Studienreisen, ethnografische und ethnobotanische Feldforschungen – in einer traditionellen Spiritistensiedlung in Ohio, bei alteingesessenen Bauern im Emmental, bei Medizinmännern der Northern Cheyenne, bei Shiva Sadhus in Indien und Nepal – fanden ihren Niederschlag in zahlreichen Publikationen.

Seit 1988 lebt Wolf-Dieter Storl mit seiner Familie auf einem Einödhof im Allgäu, wo er gärt, durch die Wälder streift und den Geheimnissen der Heilkräuter und Wildpflanzen nachgeht. Hier auch entstand die Dokumentation "Heiler am Wegesrand", in der er über das Wesen dieser Pflanzen und ihre spirituelle Dimension spricht. Seine umfassenden Kenntnisse über die traditionelle Pflanzenheilkunde der indigenen europäischen Waldvölker, der Kelten, Germanen und Slawen sowie des frühchristlichen Mittelalters fließen in seine Erzählung ebenso ein wie sein beeindruckendes Wissen um die kulturelle, sprachliche und mythologische Identität der Pflanzen.

"Der Mensch ist Teil der Natur, jedes Tier und jede Pflanze ist beseelt. Je weniger wir das begreifen und zulassen, desto mehr verirren wir uns", sagt Wolf-Dieter Storl und ist selbst der lebendige Beweis dafür, dass es auch einen anderen, heilsameren Weg gibt im Umgang mit uns selbst.

Unser Gast am Mittwoch, 24. Februar 2010:
JENS JAKOB, Dipl.-Biologe, betreibt das Biokräuter-
Fachgeschäft und den Internet-Versand HERBATHEK
www.herbathek.de



GAST-VERANSTALTUNGEN

DIENSTAG, 02. + 16. FEBRUAR 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

SONNTAG, 07. FEBRUAR 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 jubilierend: 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 Gemeindechor 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.
6 Euro / 4 Euro ermäßigt. Infos unter: www.rosy-rosenfeld.de

DIENSTAG, 09. FEBRUAR 2010 / 18.00 UHR

**BUCHVORSTELLUNG VON UND MIT KORNELIA WÖLLNER:
"ERWACHEN IN LIEBE – BEFREIUNG FÜR DIE MENSCHHEIT"**



KORNELIA WÖLLNER: "Ich sehe mich als Mitgestalterin eines erweiterten Bewusstseins und unterstütze diesen Entwicklungsprozess der Menschheit durch Vorträge, Meditationen, Energie- und Transformationsarbeit. Es ist mir ein tiefes Bedürfnis, die Erfahrungen im eigenen Erwachensprozess anderen Menschen weiterzugeben, damit auch sie diesen Weg finden können, um den inneren Sinn ihres Lebens zu verstehen und bewusster an dieser großartigen Entwicklung teilzuhaben.

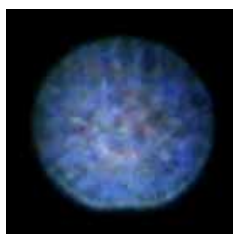
Die Menschheit steht zu Beginn des Wassermannzeitalters an einem Wendepunkt ihrer Entwicklung. An diesem Punkt ist es die ihr zugewiesene Aufgabe, endlich die Kinderschuhe abzustreifen, um in ihr erwachsenes Stadium einzutreten. Das geistige Erwachen 'markiert' den Anfang eines globalen Transformationsprozesses des menschlichen Bewusstseins.

Dieser Prozess findet ein treffendes Gleichnis in der Entwicklung einer Raupe zum Schmetterling. Das, was die Raupe zu einem Schmetterling macht, ist eine innere Transformation: heraus aus dem unbewussten, unreifen Schlafzustand, hinein in einen Zustand, der ein reifes und bewusstes Wesen darstellt.

Der Bewusstseinschritt, der damit einhergeht ist wie eine Veränderung von einem sich eher selbst bemitleidenden, intoleranten und egozentrischen Menschen, der allmählich zu einer sanften, freundlichen, vergebenden und liebevollen Einstellung gelangt. Mit dieser höheren Qualität ist er ein befreiter Mensch geworden, fähig eine neue Welt im Außen zu erschaffen. Eine 'Eintrittskarte' für diese neue Welt können Sie in der Lesung erhalten."

Eine Veranstaltung von **KORNELIA WÖLLNER**
Eintritt: 5 Euro / Infos unter 03346 / 846375

DIENSTAG, 09. FEBRUAR 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 Farbvielfalt. 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

DIENSTAG, 16. FEBRUAR 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

Kostenbeitrag: 8 Euro, 6 Euro ermäßigt
Infos unter www.heil-raum.de