



**HEILHAUS LÜNEBURG e.V.**  
Samten Nyinje Ling

Gesundsein . Spiritualität . Dialog

Am Markt 4 . 21335 Lüneburg  
Tel. 0171-12 90 737 . [www.heilhauslueneburg.de](http://www.heilhauslueneburg.de)

## 25. Rundbrief vom 22. Januar 2019

Liebe Freundinnen, Freunde, Interessierte, Unterstützende, zukünftige  
Mitglieder des Heilhaus Lüneburg e.V.,

Zu einem bunten und vielfältigem Programm laden wir Euch im Februar ganz herzlich ein:

Neu dabei ist Christoph und er freut sich auf neue Teilnehmer:

Jeden Mo. 17.15 – 18.45 Uhr **Tai Chi Spielen** Eine Kursreihe mit **Christoph Günther**,  
die er so beschreibt:

Im Alltag sind wir oft unter Stress und haben kaum Zeit, uns selbst zu spüren. Tai Chi Spielen ist eine Möglichkeit, sich wieder mit sich selbst zu verbinden. Wir lernen die Yang-Kurzform nach Cheng Man Ch'ing und die Tai Chi Chuan Prinzipien. Wir üben spielerisch leicht, aber genau nachspürend, wobei sich Lachen und Konzentration verbinden. Durch Tai Chi Spielen fühlst du dich entspannter, körperlich wohler und mehr in deiner Mitte. Du wirst bewusster und souveräner im Umgang mit dir und anderen Menschen.

Sonntag, 3. Februar | 15:00-17:00 **Sich wohlfühlen in der eigenen Haut**

Ein Weg aus der Neurodermitis, Heilpraktikerin **Britta Knittel** berichtet über ihren Weg. Sie bringt ihre eigenen Erfahrungen über die Krankheit mit und wird berichten, wie ihre Mutter als Ärztin, mit Cortison keine Heilung erzielen konnte. Ein besonders interessanter Nachmittag für alle, die die quälenden Begleiterscheinungen dieser Krankheit kennen.

Wir sind offen für Neues und tauschen die Räume mit dem mosaïque:

Die. 5. Februar 19.00 Uhr im mosaïque, Katzenstr. 1. **Eine angeleitete Meditation** mit **Oliver Petersen**

Oliver wird über das Thema "Karma" sprechen. Im Tibetischen Buddhismus, der auf Jahrtausende alten Überlieferungen beruht, sind Karma und Wiedergeburt zentrale Begriffe. Sie basieren auf der Annahme, dass unser Denken und Handeln unseren Geist wesentlich formen und dass diese Prägungen über den Tod hinaus wirksam sind. In diesen anderthalb Stunden wird er in seiner unnachahmlichen Art auch über den Nutzen von Meditation sprechen, anschließend wird er vom Thema zur Meditation überleiten.

**Tanztheater Happening** im Heilhaus am 5. Februar von 19.30 – 21.30 Uhr  
**Christina und Christine vom mosaïque** laden ein:

Seit Oktober 2018 gibt es diesen fortlaufenden Tanztheater Workshop im mosaïque und wir freuen uns am 5.2. im Heilhaus zu Besuch zu sein und dort zu tanzen.

Der Workshop richtet sich an alle Menschen, die sich gerne bewegen und Spaß am Ausprobieren haben. Wir machen Übungen aus der Tanzimprovisation, dem Improtheater und der Körperarbeit und lernen uns und unsere Möglichkeiten des Ausdrucks kennen. Alle Altersgruppen mit und ohne Erfahrung sind herzlich willkommen!

Donnerstag, 7. Februar | 19:15-20:15 **Die Erfahrungen eines Rutengängers teilen**  
Erdstrahlen und Wasseradern mit **Jost Meyer**

Wer schon immer mal wissen wollte, wie ein Rutengänger arbeitet, der ist hier genau richtig. Gemeinsam können wir ausprobieren, ob sich die Erdstrahlen oder Wasseradern oder Verwerfungen finden lassen und wie sie sich darstellen. Und wir können auch die Körper-eigene Energieausstrahlung messen und darstellen! Aus Jahrzehnter langer Erfahrung als Rutengänger kann Jost Meyer das „Magische“ sichtbar und erlebbar machen.

Sa., 9. Februar 15:00-16:00 **Das Leben darf leicht sein** **Claudia Schidor, Olaf Gramzow**

Ein Erst-Termin zur Einführung und zum Kennenlernen: Warum ist mein Leben so, wie es ist, und kann ich es ändern? Wenn ja, wie geht das? Oder ist alles einfach nur Schicksal? Ein Auftakt zur Kursreihe. Es geht hierbei um die für uns alle ewig gültigen Naturgesetze, auch Kosmische Gesetze, Hermetische Gesetze oder Geistige Gesetze des Lebens genannt.

Unterschiedliche, interessante Themen bietet Hendrik an, er startet „mit guten Vorsätzen“:

**Hendrik Kappen** 16. Februar von 11.00 – 13.00 Uhr

**Veränderungen meistern - Gute Vorsätze in erfolgreiche Gewohnheiten transformieren**

In diesem praxisorientierten Workshop erlernen Sie Techniken und Methoden, mit denen Sie ihre ungeliebten Gewohnheiten auflösen und durch neue Erfolgsgewohnheiten ersetzen.

Samstag, 16. Februar 16.30-18.00 Uhr **Runder Tisch** zum Thema **„Würde“**

für Menschen, die Interesse haben, sich zum Thema „Würde“ auszutauschen und ggf. einen „Runden Tisch“ ins Leben rufen möchten, öffnen wir unsere Räume. Wir freuen uns auf Eure Ideen und einen kreativen Gruppenprozess, der aus der Gruppe heraus mögliche nächste Handlungsschritte gemeinsam entstehen lässt.

17. Febr. **VHS-Gesundheitstag** „Hawaiian Feeling“ Die VHS Lüneburg wird am 17.02. den Thementag "Entspannung" anbieten. Wir werden einen Beitrag in den Räumen der VHS mit **Stefanie Krüger** von 14.15 -15.15 Uhr anbieten. „Hawaiian Feeling“ Was uns die hawaiianische Kultur in Sachen Entspannung lehren kann (LOMI-Massage, Ho‘oponopono, Atemtechniken uvm.)

Alle Details zu allen Veranstaltungen entnehmt Ihr bitte aus unserer Webseite:

[www.heilhauslueneburg.de](http://www.heilhauslueneburg.de) Einfach unten auf der Website den Veranstaltungskalender suchen, auf den gewünschten Termin gehen und mit einem Klick sollte das Hinweisfeld erscheinen. Mit einem weiteren Klick auf das Hinweisfeld öffnet sich die komplette Seite mit der gewählten Veranstaltung oder dem entsprechenden Kurs.

Einen gesunden, erfüllenden Start weiterhin ins Jahr 2019 wünscht Euch  
Euer Heilhaus-Team