

FLOW OF WISDOM

Das Magazin für ganzheitliche Gesundheit



INDIVIDUELLE GESUNDHEIT

Das Licht im Dunkel der eigene Heilungswelt

Weisheit als Heilungsansatz

Warum Heilung alt
betrachtet & neu
definiert werden darf

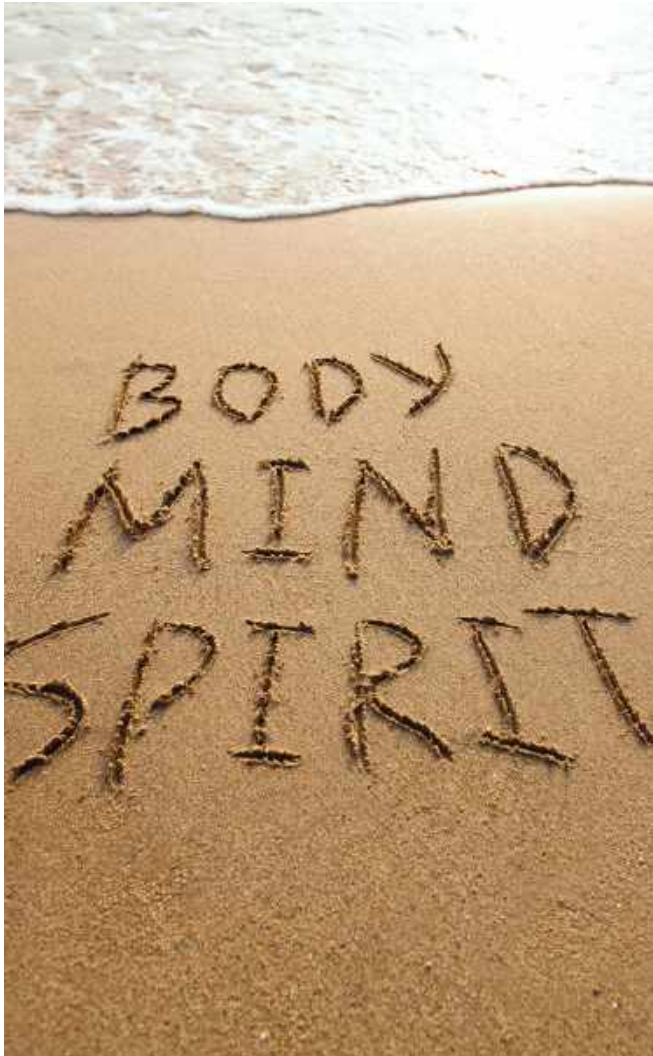
Prinzipien aus dem Ayurveda

Die Kraft der
Erfahrungswissenschaft
für den Menschen von
heute

Flow of Wisdom Prinzip

Visionäre Kraft &
Das Verlassen der
vergangenen Realität

INHALT



3

WEISHEIT ALS HEILUNGSANSATZ

Warum Heilung alt betrachtet &
neu definiert werden darf

1 VON DER REDAKTEURIN

Indirekter Sinn
der Erstausgabe

2 SPRUCH DER AUSGABE

Weisheit auf den Punkt
gebracht

7 LYRIK

Verstandesverlust

8 PRINZIPIEN DES AYURVEDA

Die Kraft der Erfahrungswissen-
schaft für den Menschen von
heute

12 HORIZONT DER SEELE

Erdungsübung aus dem
3. Band der Trilogie "BÜCHER
DER SEELE" von Kati Voß

13 EMPFEHLUNG DER AUSGABE

Wasser der Leidenschaft

14 FLOW OF WISDOM PRINZIP

Visionäre Kraft & das Verlassen
der vergangenen Realität

17 ADVAITA IN PROSA

Lu & der Meister

18 WEISHEITSWORT GEFLÜSTER

Heilung

19 AKADEMIE DER WEISHEIT

Termine

SCHLUSSGEDANKE

Dem Geist ...

VON DER REDAKTEURIN



Spiritualität als einen Aspekt der Ganzheit in das heutige GesundheitsDenken zu implementieren, ist mir seit vielen Jahren ein wichtiger Begleiter in meinen angebotenen Coachings, Supervisionen, Ausbildungen und Workshops. Zunehmend stelle ich fest, dass dieses dafür notwendige innere Verständnis jedoch fehlt, welches über die Nutzung des intellektuellen Verstandes hinausgeht.

Zudem begegnet mir mehr und mehr der Verlust der eigenen Resonanz und stillen Einkehr. Auch ich bin, wenn vom Feuer der Berufungsleidenschaft ergriffen, nicht davor gefeit. Den Glauben zu involvieren, dass es etwas gibt zwischen Himmel & Erde, zwischen Geburt - Sein - Tod, das nicht benannt zu werden braucht, ist mir ein Herzensanliegen. Als fügende Führung zeigt sich jenes uns in Freud oder Leid, je nach Individualität sind wir offen und auf empfangen gerichtet oder eben nicht.

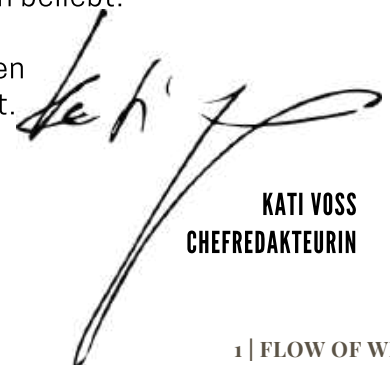
Schon immer gab es Menschen überall auf diesem Planeten, die sensitiver waren als andere. Dies macht in meinen Augen aber keinen Unterschied.

Einen jeden in seiner Individualität anzuerkennen bedarf in unserer nach außen orientierte Gesellschaft gleichsam mehr Achtsamkeit & Wertungs'Weisheit'. Diese darf sein als Resonanz, dessen, was das Gegenüber wirklich ein Stück vom Fleck des Lebens bringt, auf welchem seine Füße momentan stehen. Welchen Weg er dann einschlägt, ob mit empfohlenem oder selbst gewähltem Begleiter, ist allein seine Entscheidung. Mag sein, dass einige unter uns weilen, deren innerer Beobachter sich zum inneren Meister gewandelt hat, welcher weder äußeres Gehör noch Führung bedarf. Dann sei es so.

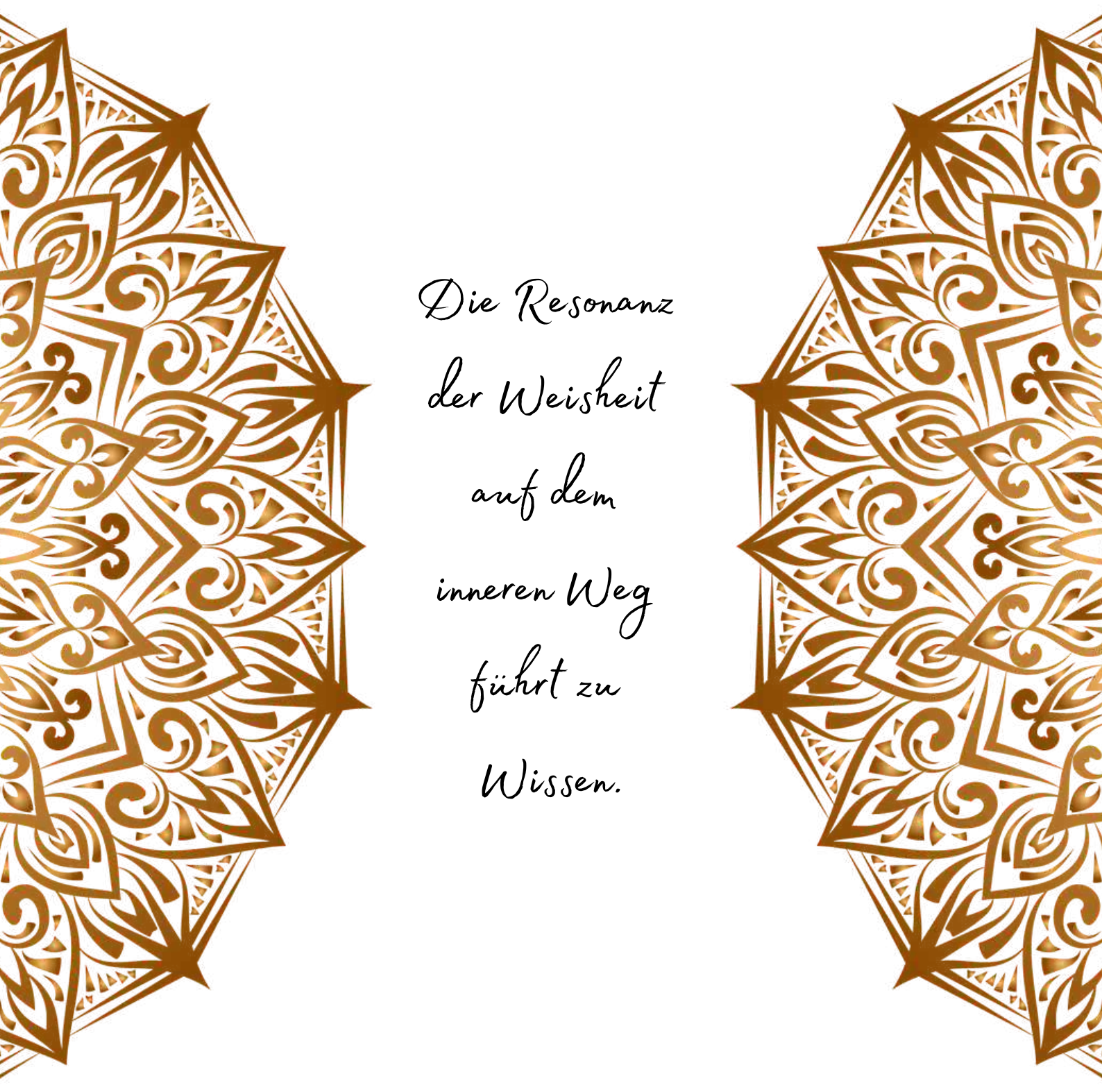
Für alle anderen aber, die sich ihren Weg des Lebens ebnen, sei eine reichende Hand ein willkommenes Geschenk.

Dafür in eigen-artiger Weise gestaltet, lädt diese Erstausgabe ein. Zweimal monatlich dürfen Sie ver-weilen, fühlen, sinnieren, dialogisieren, schweigen. Was auch immer Ihnen beliebt.

Ich wünsche Ihnen
viel Freude damit.
Ihre



KATI VOSS
CHEFREDAKTEURIN



*Die Resonanz
der Weisheit
auf dem
inneren Weg
führt zu
Wissen.*



Weisheit als Heilungsansatz

Warum Heilung alt betrachtet und neu definiert werden darf



'Warum ich?' Schmerzlich erfahren wir, wie sehr uns unsere eigenen Systeme aus dem Gewohnten werfen. Der scheinbare Zwang zum Rückzug lässt uns Trennung erfahren, wo Verbundenheit gewünscht. Doch was, wenn dieser Prozess ein weiser ist?

In diesen Tagen, trotz aller wilder Umstände, seinem inneren Heiler zu lauschen, scheint grotesk und unglaublich. Was aber bedeutet HEILUNG alt zu betrachten? Verlassen wir allerdings den Pfad des Vertrauens und entrücken uns vom Wissen über die Wirkkräfte des Innen & Außen, verlieren wir den Mut und stellen uns die Frage:



URVERTRAUEN

- ♥ ist eine unerschütterliche Liebe zum Leben
- ♥ ist unabhängig von äußeren Geschehnissen
- ♥ ist eine Freude, die in uns verankert ist
- ♥ ist uns mitgegeben aus unserer wahren & ursprünglichen Natur heraus, mit welcher wir das Licht der Welt erblickt haben
- ♥ bedeutet Vertrauen zu verinnerlichen, egal was im Außen geschieht

WISSEN

- ♥ rationales Wissen gilt als Wissen der Vernunft, logisch & zielgerichtet
- ♥ spirituelles Wissen reicht weit über das weltlich-geistvolle Wissen hinaus &
- ♥ ist transzendentes Wissen
- ♥ führt zum höchsten Wissen
- ♥ ist Lebenssinn & Berufung
- ♥ beinhalten Lebensstil, innere Haltung, Praktiken & Techniken
- ♥ involviert Weisheit & umfassende Wahrheit

WEISHEIT

- ♥ ist die Erkenntnis, dass es es nichts mehr zu erkennen gibt
- ♥ ist der Pfad des Erwachens aus dem Tiefschlaf der Alltäglichkeit
- ♥ involviert die Erkenntnis Deiner wahren Natur
- ♥ ist die Bewusstheit über Deine innere Bestimmung
- ♥ ihr obliegt das Ausleben Deines Dir innewohnenden Potentials
- ♥ ist das Abbild des Hinterlassens einer Spur in Deinem Leben



FLOW OF WISDOM

Das Magazin für
ganzheitliche Gesundheit

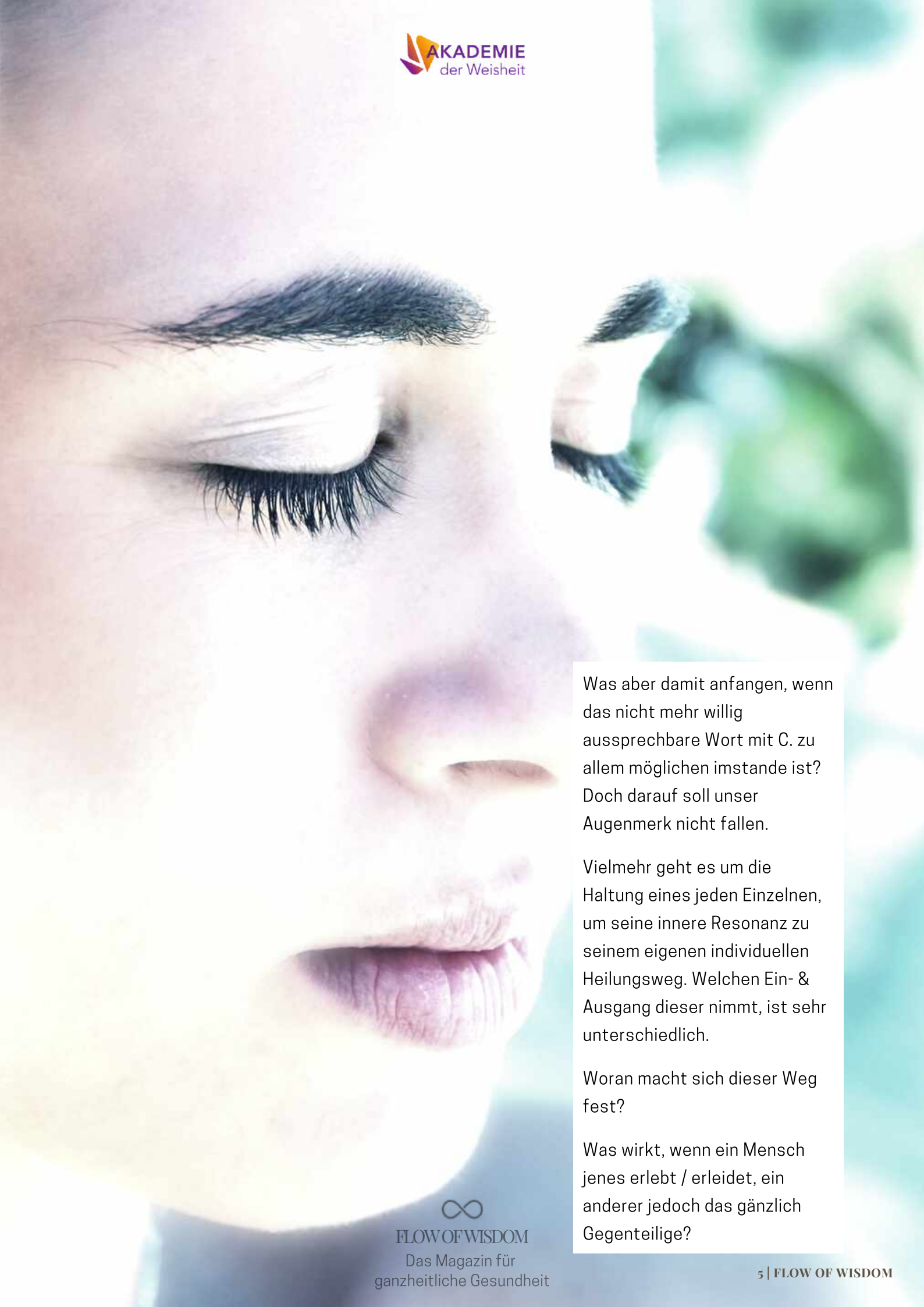


Betrachten wir aus der Sicht des ganzheitlichen Heilungsansatz die Erläuterungen von Urvertrauen, Wissen & Weisheit, so können wir uns fragen, wo wir deren Berücksichtigung in der modernen europäischen Medizin finden. Gestalten wir allerdings unser Denken hinsichtlich einer gegenseitigen Bereicherung statt einer Abkehr von dem einen oder anderen, so involviert sich gegenseitiger Austausch & Verbundenheit. Wollen doch beide Systeme die Heilung des Menschen. Die Entwicklung des schulmedizinischen Ansatzes ist hinsichtlich geschichtlicher Beobachtung eine herausragende Leistung, bleibt sie doch oft aber leider sehr spezialisiert und trennt den Menschen in verschiedene Organbereiche innerhalb eines jeweilig relevanten & an äußere Reglementarien gebundenen Gesundheitssystem, sowie angelehnt an messbare Kennzahlen. Der Patient befindet sich in der gehorsamen Vertrauensschleife des 'befehlenden' Gegenüber. Jener, allerdings seit Jahrhunderten dem hippokratischen Eid unterliegend, arbeitet in besten Wissen und Gewissen, ein Vorwurf ist hier weit gefehlt! Wertschätzung gebührt jenen, die sich rührend um ihre Patienten kümmern - primär, sekundär, tertiär. Nicht immer geht es gut aus, nicht immer ist Heilung in Sicht.

Wenden wir den Blickwinkel in die Humoralmedizin, wissen wir, dass jene einem neuzeitlichem Aufleben näher kommt. Längst ist ein Involvieren eines ganzheitlichen Blickwinkels in allen Sparten unserer hiesigen zur Verfügung stehenden Heilungswege wieder erwacht bzw. angekommen. Auch wenn der Glaube sich in dem einen oder anderen verliert, so gelingt doch dieser Weg nur dem, der wirklich in Resonanz mit selbigen geht. Im Spektrum der Ganzheitsmedizin finden sich neben alternativ- oder komplementärmedizinischen Angeboten auch die subtil verankerten alten Erfahrungen vergangener Völker wieder, noch immer ein wenig unter dem Deckmantel der Scharlatanerie verborgen. Leider. Gibt doch jener alte Wissensschatz Auskunft über etwas, das heutig verloren zu sein scheint:

Urvertrauen, Wissen & Weisheit.





Was aber damit anfangen, wenn das nicht mehr willig aussprechbare Wort mit C. zu allem möglichen imstande ist? Doch darauf soll unser Augenmerk nicht fallen.

Vielmehr geht es um die Haltung eines jeden Einzelnen, um seine innere Resonanz zu seinem eigenen individuellen Heilungsweg. Welchen Ein- & Ausgang dieser nimmt, ist sehr unterschiedlich.

Woran macht sich dieser Weg fest?

Was wirkt, wenn ein Mensch jenes erlebt / erleidet, ein anderer jedoch das gänzlich Gegenteilige?



Als 'schlau' scheint zu gelten, wer eine medizinische Neuentdeckung aufleben lässt:
sich selbst.

Aus dieser Entdeckung, welche eine Langsamkeit in sich trägt, der Geduld zugrunde liegt,
kann etwas ganz Neues entstehen:

Ein neues Ich.

Wie dieses aussehen / gestaltet / sich anfühlen kann, entscheidet am besten ein jeder
individuell.



Dass in dieser Betrachtung etwas inkludiert werden darf, versteht sich spätestens von selbst, wenn man jeweilig vom Schicksal getroffen war: wie eine Zwiebelschale entblättert sich jener zu seiner wahren Natur zurück, um der zu werden, der er schon immer war: ein wundervoller Mensch mit Eigenheiten und Fähigkeiten, die nur ihm obliegen und die ihm verhelfen sollen, seinen Blick nach innen zu wenden.

Der äußere Meister, heutzutage sogar in farbigen Kitteln, bietet einen wunderbaren Halt auf einem Weg, welcher einer Art Sicherheit unterliegt. Der innere Meister jedoch geht ein wenig tiefer und liegt den alten heilkundlichen Kulturen zugrunde: dem Vertrauen, dass es mehr gibt zwischen Himmel und Erde als ein geistig-rationales Wesen es sich je vorstellen kann: eine innere WEISHEIT.





Verstandesverlust

Ertrunken im Vorgegebenen
verliert sich der Verstand
vor sich selbst
durch sich selbst
Keines fremden Wortes mächtig
der Zeilen unbequem und schwer
übt er sich zu verstehen
Doch hindert ihn
des Menschen Lauf der Gewöhnlichkeit
Erklärbares ergab das stetige Handeln
durchforstet in den Weiten
jeglicher Erfahrungen
Unbeugsam sich
die Zeilen des Unbekannten
erstrecken darüber hinaus
um zu schenken
was es nur zu fühlen gibt

Kati Voß



Prinzipien aus dem Ayurveda

Die Kraft der Erfahrungswissenschaft für den Menschen von heute

Sorgen Sie gut für sich? Bringen Sie voller Achtsamkeit & Wertschätzung sich selbst gegenüber Körper, Geist und Seele in Einklang? Leisten Sie in diesen hektischen und unsicheren Zeiten 'über Ihre Maßen' viel? Halten Sie den hohen individuellen Anforderungen in Beruf und Familie noch ausreichend stand? Gestalten Sie Ihren Alltag, trotz äußerer Trennung, dennoch in Verbindung & Verbundenheit? Gehen die ersten Zipperlein los oder sind Sie ernsthaften Krankheiten unterworfen? ...

Diese Liste ist unendlich fortführbar, jedoch steht es mir hier nicht zu einseitiges Verhör zu offerieren. Dies gelingt wunderbar in einem Zweier- oder Gruppengespräch, bei welchem ein Blick über den eigenen (fast durchsichtigen) Tellerrand schon möglich gemacht werden kann. Jener Dialog fordert zum Innehalten auf, seinen Blick dahin zu richten, von wo er sonst so schnell wieder entschwindet: nach innen.



hitāhitam sukham duḥkhamāyustasya hitāhitam|
mānam ca tacca yatrōktamāyurvēdaḥ sa ucyatē||

Ayurveda befasst sich mit gutem und schlechtem, glücklichem und unglücklichem Leben, mit dem was das Leben gesund und ungesund macht, mit Langlebigkeit und mit allen Aspekten des Lebens selbst.

Quelle: Charaka Samhita, Sutra Sthana 1.41





Diesen WeitBlick bietet das Ayurveda für das Innen & Außen: das Leben in uns und um uns herum. Jenes Erfahrungswissen, von Mund zu Mund, von Lehrer zu Schüler oder über Jahrhunderte hinweg innerhalb von Familien weitergegeben, involviert die Weisheit über ein langes und gesundes Leben. Es dient der Unterstützung und Begleitung in guten wie in schlechten Zeiten. Prävention und Therapie finden ihre Anwendung in der Trinität von Körper, Seele und Geist, in der universellen Einbettung der Gesamtheit unter Aufhebung der Trennung.

**Das Leben zu verlängern und vollkommene Gesundheit zu fördern.
Die vollständige Beseitigung von Krankheit und Fehlfunktion des Körpers.**

Quelle: Charaka Samhita Sutra Sthana 30. 26

Allgemein werden 3 Ebenen der Heilkunde betrachtet:

- Übernatürliche Heilkunde (Daivavya-pashraya)
- Geistige Heilkunde (Sattvavajaya)
- Rationale Heilkunde & medizinische Wissenschaft (Yuktivyapashraya)

Im klassisch - medizinischem Kontext beschäftigt sich der Asthanga-Ayurveda mit 8 Gliedern der Therapie: Innere Medizin (Kayachikitsa), Chirurgie (Shalyatantra), HNO & Gesichtschirurgie (Shalakyatantra), Pädiatrie (Kaumarabhrtya), Toxikologie (Agadatantra), Therapie von Erkrankungen psychischen & übernatürlichen Ursprungs (Bhutyavidya), Regeneration & Verjüngung (Rasayana) sowie Aphrodisiaka (Vajikarana), wobei hier 6 Therapiestrategien (Satkarmas) dazugehöriger Beeinflussung von Eigenschaften zugrunde liegen.

Letzterer, rationaler Aspekt scheint für uns Europäer recht nahe: etwas, was vorstellbar, greifbar & handhabbar ist und sich mit den Ebenen von Chirurgie, äußerer sowie innerer Reinigung beschäftigt. Jene innere Reinigung wird Panca Karma genannt, die 5 Handlungen.



Die zweite Ebene der rationalen Therapie befasst sich mit den Aspekten von Erleichterung, Befriedigung und Besänftigung. Hierfür gelten lindernde Therapieansätze wie Medikation & Anwendungen (Aushadha), Diätetik (Ahara) und die Betrachtung und Veränderung der Lebensführung (Vihara).



Diagnostische Mittel bestehen in der achtfachen Untersuchung aus

- Palpation des Pulses (Nadi)
- Urinanalyse (Mutra)
- Stuhlanalyse (Mala)
- Zungeninspektion (Jihva)
- Analyse der Stimme & Geräusche (Shabda)
- Palpation der Haut (Sparsha)
- Untersuchung der Augen (Drika)
- allgemeiner Eindruck - Antlitz (Akriti)

wobei die Ätiologie, Warnsignale, klinisches Bild, diagnostische Verifizierung durch Linderungsmittel und die Pathogenese (Krankheitsentwicklung) im Raum der Betrachtung stehen.



Behandlungswege erstrecken sich bei körperlichen Erkrankungen durch medikamentöse Behandlung der rationalen Therapie und derjenigen, die übernatürliche Ursachen angeht. Geistige Krankheit wird beeinflusst durch spirituelles Wissen (Jnana), rationales Wissen (Vijnana), Geduld & mentale Stärke (Dhairya), Erinnerungsvermögen (Smrti), Achtsamkeit und meditative Konzentration bis Samadhi geheilt.



Hierfür - und jenes hat mich schon immer begeistert, werden zehn zu beachtende Faktoren beleuchtet:

- der Arzt
- das Heilmittel als Instrumentarium
- die Natur der Krankheit (Störung von Gleichgewichten)
- Schritte der Behandlung / Vorhaben
- die Früchte des Vorhabens
- Langlebigkeit
- Habitat (bezogen auf Land & Patient)
- Kenntnis der Jahreszeiten
- Therapie als Kombination von Arzt, Helfer, Medizin und Patient
- optimale Kooperation von Methodik, Technik, Führung und Arzneimittelwirkung



Gutes und schlechtes Leben; glückliches und unglückliches Leben; das, was dem Leben zu- bzw. abträglich ist; das Maß des Lebens und seiner Komponenten und das Leben selbst - wo all dies erklärt wird, das wird Ayurveda genannt.

Quelle: Charaka Samhita Sutra Sthana 1.41

Dieses ganzheitliche System mit allen Sinnen zu erfahren und in Verbindung mit der Schulmedizin anzuwenden scheint / ist ein wunderbares Heilmittel zur Unterstützung der individuellen Gesundheit (Arogya) und gilt als beste Basis für die Verwirklichung der 4 Lebensziele:

- ethisch-moralische Rechtschaffenheit (Dharma)
- Wohlstand & materielle Selbstverwirklichung (Artha)
- Sinnesgenüsse (Kama)
- Streben nach Befreiung (Moksha)

Hier dargestellt zielt der Ayurveda neben der Therapie, also der Heilung von Krankheiten, auch auf die Prävention ab, die Aufrechterhaltung von Gesundheit. Die Lebensspanne verlängern und die Lebensqualität befriedigend zu erhöhen unter Hinzuziehung des Wissens über die Naturgesetze und der Erkenntnisse aller Phänomene dienen dabei als wichtige Ziele.



Folgende Empfehlungen werden im präventiven und therapeutischen Bereich gegeben:

- ★ Ernährungsempfehlungen
- ★ Nahrungsergänzungen / Gewürze
- ★ Phytotherapie
- ★ Empfehlungen zur Ordnungstherapie
(Zeitmanagement, Schlafhygiene, Stressbewältigung / -verarbeitung)
- ★ Bewegungsempfehlungen
- ★ Externe Therapien (Ölungen)
- ★ Ausleitungsverfahren
- ★ Psychohygiene

So bedarf es eines achtsamen erweiterten Blickes auf eine Ganzheitsmedizin, welche sich auf Jahrtausend alte Erfahrung gründet, vorwiegend Naturmedizin nutzt, jedes Einzelnen Konstitution be(tr)achtet, gute Erfolge bei chronischen Erkrankungen aufweist und bei welcher Prophylaxe eine wichtige Rolle spielt.



HORIZONT DER SEELE

Erdungsübung aus dem 3. Band der Trilogie "BÜCHER DER SEELE"
von Kati Voß



ERDUNG **physischer Körper**

2.

ATMUNG

Schließe Deine Augen
in jenem Moment der Erinnerung.
Deine Achtsamkeit liegt im Bauch.
Sanft gleitet Deine Bauchdecke
nach innen mit der Ausatmung
nach außen mit der Einatmung.
Kehre diesen Atemfluss um,
wenn Dir dies leichter fällt.
Lass Deinen Atem einfach geschehen,
beobachte Tiefe, Rhythmus und Geschwindigkeit.
Ohne bewusstes Zutun gleitet dieser
Atem durch Dich hindurch.

Atme -
geschlossenen Auges.

Wofür lohnt es sich dem Atem hinzugeben?



EMPFEHLUNG DER AUSGABE

Wasser als Leidenschaft



Ingwerwasser

Heißes Ingwerwasser regt den Kreislauf an, stärkt das Verdauungsfeuer (Agni) und entschlackt den Körper.

Besonders gut für Menschen mit dominantem Kapha Dosha, die zu Verfrorenheit und Trägheit neigen.

Rezept für Ingwerwasser

Für 1 l - Zeitaufwand: gering

⇒ *Zutaten:*

1 l Wasser

2 cm frische Ingwerwurzel

⇒ *Zubereitung:*

Ingwer in Stücken schneiden oder mit Ingwerreibe reiben und in Thermoskanne geben mit kochendem Wasser übergießen
ziehen lassen und über den Tag verteilt trinken

⇒ *Tipp:*

Wenn du es besonders scharf magst, kannst du auch noch mehr Ingwer in die Thermoskanne geben.

⇒ *Hinweis*

Bei auftretenden Magenschmerzen oder Hitzewallungen ist vom Trinken des Ingwerwassers abzuraten.



FLOW OF WISDOM

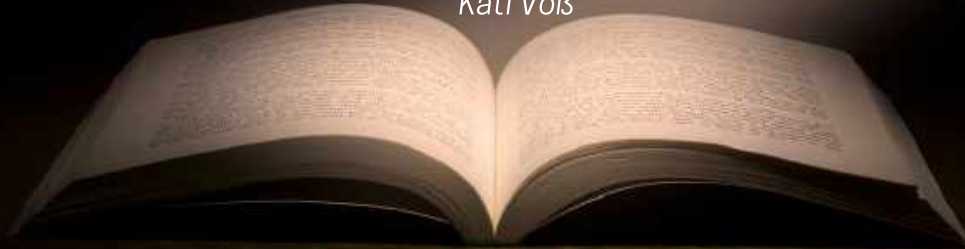
Das Magazin für ganzheitliche
Gesundheit

FLOW OF WISDOM Prinzip

Visionäre Kraft & das Verlassen der vergangenen Realität

*Weisheit & Zukunftsfähigkeit
gründen sich auf das Wieder-Erkennen
Ihrer ursprünglichen Lebensvision,
dennoch als Mensch.
Eine Vision,
die Sie von einem ganz normalen Menschen
zur Außergewöhnlichkeit bringt.*

Kati Voß



- Lerne, wie Du mit meinem einzigartigen 7-Schritte Prinzip „Flow of Wisdom“ Zugriff auf Deine ursprüngliche Lebensvision erhältst, für die Du einst geboren wurdest..
- Entdecke die Inspiration, mit welcher Du Dich jederzeit neu inspirierst und dadurch Dein Umfeld bleibend begeisterst. Führe Dein Leben neu, damit sich Dein Gegenüber vollständig in Deiner Visionserfüllung involviert fühlt.

**Eine Vision,
die Dich von einem ganz normalen Menschen
zur Außergewöhnlichkeit bringt.**



FLOW OF WISDOM

Das Magazin für ganzheitliche
Gesundheit

Das **FLOW OF WISDOM** Prinzip

ist das Herzstück meiner Arbeit. Inspiriert von - wie ich sie nenne - Meistern der Neuzeit - begründet es einen Transformationsprozess nicht nur für mein Gegenüber im Coaching, der Mediation, Supervision oder der Dozentur, sondern auch für mich. Auch ich sehe mich als Schüler. Menschen, mit denen ich eng emotional verbunden bin oder war, können von meinen 'Schwachstellen' ein Lied singen. Ein jeder weiß um alte Verletzungen, es braucht Geduld, Mut, Einsicht, Wille, Entspannung, Stille, ein ausgeglichenes Gegenüber und so weiter um diesen Weg zu beschreiten und eigene Heilung & Transformation bis zur Synchronizität geschehen zu lassen.

Ob wir ihn je zu Ende gehen (können)? Auf jeden Fall gemeinsam. Ich begleite Sie gern!



ACHTSAMKEIT

1. Schritt

- ♥ Fremd- & Selbstreflexion Ihrer Person
- ♥ Selbst-Führung - Qualitäten - Werte - Persönlichkeitsstruktur
- Wie nehme ich als unbeteiligter Beobachter wahr?
- Was sagt mein Herz?
- Was sagt meine Seele?
- ☆ Reflexion
- ☆ Empathie
- ☆ Ansicht
- ☆ Beobachtung

VERBINDUNG

2. Schritt

- ♥ Ihr eigener Erkenntnisprozess & Ihre eigene Transformation im beruflichen und privaten Geschehen
- Welche 'unzulänglichen' Emotionen gilt es aufzulösen?
- Welche Bedürfnisse sind zu befriedigen?
- ☆ Motivation
- ☆ Teilhabe
- ☆ Dienen
- ☆ Mitgefühl

BEWUSSTHEIT

3. Schritt

- ♥ Erkennen und Durchdringen von beruflichen & privaten Hindernissen
- ♥ Implementierung neuer Erkenntnisse in Ihr Leben und den gesamten Alltag
- Wer bin ich?
- Was ist mein Warum?
- Was ist mein Wofür?
- Was gilt es in der Situation zu erfüllen?
- ☆ Transzendenz
- ☆ Kohärenz
- ☆ Intuition
- ☆ Meditation



FLOW OF WISDOM

Das Magazin für ganzheitliche
Gesundheit

HANDELN
4. Schritt

- ♥ Verbesserung Ihrer beruflichen und privaten Beziehungen
- ♥ Erhöhung Ihrer Synchronizität
- ♥ Unterstützung Anderer
- Wie agiere ich als Vorbild & handlungsorientiert?
- Halte ich Versprechen?
- Agiere ich flexibel & mit Humor?
- ☆ Begeisterung
- ☆ Vorbild
- ☆ Feedback
- ☆ Geduld

SYNCHRONIZITÄT
7. Schritt

- ♥ Transformation
- ♥ Führung
- ♥ individuelle Leistung
- ♥ Systeme
- ♥ Prozesse
- Wie gelingt es mir Zustände von allseitigem Glück & Zufriedenheit auf Seelenebene herzustellen & zu erhalten?
- 👑 Ordnung
- 👑 Führung
- 👑 Schutz
- 👑 Orientierung
- 👑 Entwicklung
- 👑 Spirituelle Erfüllung
- 👑 Visionäres Wissen
- 👑 Transformation
- 👑 Verbindung
- 👑 Sich einbringen

ERLAUBNIS
5. Schritt

- ♥ Ihre Verpflichtung: Wachstum - Mitwirkung - Verbesserung - Erneuerung
- Agiert mein Selbstbewusstsein ohne Wunsch nach Feedback?
- Wie halte ich meine Energie?
- Wie halte ich die Energie des Umfeldes?
- ☆ Vertrauen
- ☆ Weg
- ☆ Stabilität
- ☆ Machtteilung

VERANTWORTUNG
6. Schritt

- ♥ Einbinden Ihrer Vision in das gemeinschaftliche Sein für das Gemeinschaftswohl
- Welche Bewusstseins-ebene habe ich?
- Welche Bewusstseins-ebenen hat mein Umfeld?
- Wie gelingt Integrität?
- Wie werden innere Werte gelebt?
- ☆ Positivität
- ☆ Wahrheit
- ☆ Bedürfnisse
- ☆ Großzügigkeit



In jedem Moment unseres Seins können wir mit Veränderung beginnen. Wir werden Rückschläge erleben, manches verstärkt sich, anderes wird leichter. Menschen werden losgelassen, andere kommen neu hinzu oder man findet sich in der zufriedenen, stillen oder geschäftigen Zurückgezogenheit ohne zu vereinsamen. Die entwickelten Fähigkeiten zeigen wahre Stärke, offerieren das innewohnende Potential, man wird sich seiner Mission & Vision bewusst. Krankheiten werden anders, gelassener, wahrgenommen. Auf der Lemniskate des Seins rückt man mehr und mehr in Richtung Mittelpunkt. Ausgleich entsteht.



LU & DER MEISTER

Meister, was eigentlich geschieht, wenn ich mich traue die Menschen anzulächeln, so oft ich kann, wenn ich durch die Straßen und Läden laufe?'

'Meine liebe Lu, sie werden ihre Masken abnehmen und Dir zurück lächeln. Viel zu lange haben sie auf ein solches Kind wie Dich gewartet, dass sie aufweckt.'



FLOW OF WISDOM

Das Magazin für ganzheitliche
Gesundheit

HEILUNG

Heilung entsteht nur, wenn Du mit voller Aufmerksamkeit bei Dir bist & das Außen wertungsfrei geschehen lässt.
Du hast Deine eigene Wahrheit. Liebe ist der gegenwärtige Moment der Heilung.



Niemand kennt Deinen eigenen Heilungsweg besser als Du selbst.
Dieser Heilung
eine Ermächtigung zu schenken,
welche die Zuversicht der Zukunft
im Jetzt involviert,
ist eine individuelle Aufgabe.

Kati Voß



AKADEMIE DER WEISHEIT

Termine



DIENSTAG TALK

je 18 - 21 Uhr / Zoom

- ♥ LESUNG: KATI VOß – PROSA & LYRIK – INNEHALTEN & DIALOG – 08.02.2022,
- ♥ MICRO ENTSPANNUNGS-ÜBUNGEN - 15.02.2022
- ♥ PANDEMIE – RÜCKKEHR ZUR NORMALITÄT? – 22.02.2022
- ♥ ENDLICH WIEDER RICHTIG SCHLAFEN – 01.03.2022
- ♥ TINNITUS – SICHTWEISE DER ‚SELBSTHEILUNG‘ DURCH YOGA & AYURVEDA 08.03.2022
- ♥ NEUAUSRICHTUNG IM BERUF – VERÄNDERUNGEN DURCH DIE PANDEMIE – 15.03.2022
- ♥ FÜR DEN GESTRESSTEN RÜCKEN: YIN YOGA, SPARCHE & „HORIZONT DER SEELE“ – 22.03.2022

RETREATS

live / online

- ♥ STILLE RETREAT
Live: 14.02.-16.02.2022
Ort: Herleshausen / Hessen (ausschließlich draußen)
- ♥ „FLOW OF WISDOM“ – 21-Tages-Begleitung
Meditation & Coaching als abrufbare Version
01.03.2022 – 21.03.2022
- ♥ „FLOW OF WISDOM“ – 66-Tages-Begleitung
Meditation & Coaching als abrufbare Version
01.03.2022 – 05.05.2022
- ♥ DIE KUNST DER MANIFESTATION & TRANSFORMATION
Ausbildung & Jahresbegleitung incl. interner Facebook Gruppe & mit Individualbetreuung
01.04.2022 – 31.03.2023

AUSBILDUNGEN

Live / online

- ♥ BURNOUT- & DEPRESSIONS-COACH BERATER AUSBILDUNG
22.02.2022 – 26.02.2022
- ♥ ENERGIETRAINING
25.03.2022 – 27.03.2022
- ♥ GANZHEITLICHE RESILIENZ TRAINER AUSBILDUNG
05.04.2022 – 09.04.2022
- ♥ YOGA FÜR KINDER & TEENS AUSBILDUNG
02.04.2022 – 17.07.2022
- ♥ KOMMUNIKATIONS & COACHING TRAINER AUSBILDUNG
20.06.2022 – 24.06.2022
- ♥ BURNOUT- & DEPRESSIONS-COACH BERATER AUSBILDUNG
19.09.2022 – 23.09.2022



FLOW OF WISDOM

Das Magazin für ganzheitliche
Gesundheit



*Dem Geist
diese Stille ehrerbieten,
welche jener Lücke
den Augenblick der
Erkenntnis gewährt.*

BY KATI VOSS



FLOW OF WISDOM

Das Magazin für ganzheitliche
Gesundheit