Heilsame Wege Heiliges Wissen aus den Lehren Sri Kaleshwars

Mantra-Meditationsausbildung nach Sri Kaleshwar für 2,5 Jahre

mit dem Zertifikat des „Lehrers der Meditationsprozesse nach Sri Kaleshwar“

Module 1 – 4

Erlebe, wie du durch Mantrameditation dein Herz öffnen und Vertrauen finden, dein Seelenpotential steigern, dein Bewusstsein entwickeln und tiefe Stille erfahren kannst.
Mit dieser Ausbildung bist du ein zertifizierter Lehrer dieser Meditationsprozesse und darfst sie selbst unterrichten.

Vom 15. April 2021 – 24. September 2023

in Winterthur, Heilzentrum Mantau

ॐ

Mantras sind Klangformeln, die es in allen Kulturen dieser Welt und zu allen Zeiten gegeben hat. Mit ihnen sind erstaunliche, tiefgreifend heilsame Veränderungen im Leben eines jeden Menschen möglich.
Durch diese leicht erlernbare, spirituelle Praxis, die Meditation mit den Formeln von heiligem Klang (Mantra) und heiliger Geometrie (Yantra) aus den alten Palmblattmanuskripten Indiens, wird die Seele berührt und kann ihr Potential entfalten.
Die Energie, die in diesen Wörtern verborgen ist, wirkt tief und reinigend auf alle Ebenen deines menschlichen Seins. Alte schmerzhafte Muster können sich so auflösen, Herzbrüche heilen, die Beziehungen zu deinen Mitmenschen werden harmonischer, klarer und liebevoller und deine eigene Schöpferkraft, deine Potentiale, dein Vertrauen und Freude am Leben werden enorm gestärkt und beginnen zu strahlen, auf deine ganze Umgebung zu wirken. Damit ist nur ein kleiner Teil angesprochen, denn für die Entfaltung jedes Lebensbereiches existieren Mantras.

„Es ist ein unglaublich grosses Licht in uns verborgen.
Durch bestimmte Prozesse musst du diese Energie hervorbringen
und dann ist alles für dich möglich, dass du dich selbst erkennst."
Sri Kaleshwar

In Indien wurden die Mantras und Yantras vor tausenden von Jahren von den Rishis (den grossen Heiligen und Sehern) auf Palmblätter geschrieben und sind bis heute erhalten geblieben. Sie wurden bisher nur vom Meister an den Schüler weitergegeben. Es ist ein Wissen, das spirituelle Meister verschiedener Zeitalter praktizierten und das sie in die eigene Meisterschaft führte.
Sri Kaleshwara hat dieses kraftvolle Wissen, diese Möglichkeit der Selbsterkenntnis und Heilung der ganzen Welt zugänglich gemacht.

"Wahres Wissen muss herauskommen. Es gehört zu keiner Religion.
Es ist die Religion von Liebe und Wahrheit: Satya, Dharma, Shanti, Prema.
In den alten Tagen gab es keine Religion. Es gab nur Prinzipien der reinen Liebe.
Göttliches Bewusstsein."
Sri Kaleshwar

In dieser 2-jährigen Meditationsausbildung wirst du in die grundlegenden Mantraprozesse eingeweiht, die Sri Kaleshwar unterrichtet hat. Ich bin eine direkte Schülerin Sri Kaleshwars und von ihm als Lehrerin dieses besonderen und heilsamen Wissens autorisiert. Ich begleite dich aufmerksam und anteilnehmend in deinem persönlichen Prozess und stehe dir jederzeit für deine Fragen zur Verfügung. Jedes Modul ist auch einzeln buchbar.

Wirkung der Mantra - Meditationsprozesse nach Sri Kaleshwar

- deine Seele erblüht, dein Herz öffnet sich,
- Bewusstheit über dich selbst und deine besonderen Potentiale
- Erkennen deiner Lebensaufgabe
- tiefer, innerer Frieden und Urvertrauen
- schmerzhafte, unbewusste Muster in Familienbeziehungen lösen sich
- Probleme werden leichter und gelassener bewältigt
- stärkere Verbindung mit den 5 Elementen, was sich heilsam auf deinen Körper, deine Gefühle und deinen Geist auswirkt
- Auflösung deines Karmas
- Entwicklung von Heilfähigkeiten
- negative Energien kannst du löschen
- du baust hohe, positive Schutzkreise auf
- du nimmst viel lichtvolle, positive Energie auf für ein selbstbestimmtes und glückliches Leben

Ablauf der Mantra – Meditationsausbildung, Modul 1

„Fünf Elemente Meditationsprozess" vom 15. April 2021 – 31. Januar 2022

Dieses Modul ist sehr umfangreich. Es besteht aus
4 Wochenend-Seminaren und 3 Tagesseminaren, in welchen du in die Mantras der Fünf Elemente und die entsprechenden Heiltechniken eingeweiht wirst mit intensivem Erleben der Elemente in der Natur.
An jedem Wochenende wird ein kraftvolles, vedisches Feuerritual abgehalten zur inneren Reinigung und dem Aufbau hoher Energie. Ausserdem begleite ich deinen Prozess mit weiteren
5 Kurstagen vertieftem Wissen und 9 online-Satsangs.

„Schutz vor negativen Energien & Erfolg für deine Arbeit" am 30. Oktober 2021

Wenn du erfolgreich sein willst im Leben und vor allem in der Spiritualität, brauchst du Schutzkreise und die Fähigkeit, negative Energie zu entladen, aufzulösen.
Du lernst hier verschiedene Methoden, wie du mit Hilfe der Elemente Mantras Negativität entfernen kannst und ein weiteres wichtiges Mantra für den Erfolg deiner Arbeit und zum Herstellen von Schutzbändern (Raksha Bandhanas).

„Angst loslassen & inneren Frieden finden" am 13. November 2021

Das Leben eines jeden Menschen wird mehr oder weniger von verschiedenen Ängsten beeinflusst. Für viele Menschen bedeutet das eine Beeinträchtigung ihrer Lebensenergie. Wie fühlt sich wohl ein völlig angstfreies Leben an?
Das ist es einer der tiefsten Sehnsüchte im Menschen, denn angstfrei zu sein bedeutet völlige Freiheit und tiefen inneren Frieden.
Es gibt einen Mantra-Meditationsprozess, der dich mit dieser Energie verbindet, dich auf den Weg schickt und dein Leben immer leichter und freier werden lässt.

„Heiltechniken mit den Fünf-Elemente-Mantras" am 15. Januar 2022

Mit Hilfe der Elemente-Mantras kannst du auch sehr gezielt Heilbehandlungen geben, was in diesem Seminar geübt wird.
Ausserdem lernst du das „Sai Shakti Healing" - eine spezielle Heilmethode nach Sri Kaleshwar und wie du dich selbst energetisch auf eine Heilbehandlung vorbereiten kannst.

Modul 2

„Heiliger Schoss Prozess“ vom 12. Februar 2022 – 12. Dezember 2022

Dieser 10-monatige Prozess wird ganz der Entwicklung und Stärkung deiner Schöpferkraft, die für Frauen wie auch Männer im Schoss verankert ist und der Verbindung mit der göttlichen Mutter gewidmet sein. Dies ist ein emotional sehr anspruchsvoller und heilsamer Prozess, der deine Beziehungen und deine Kama-Energie, deine sexuelle Energie harmonisiert.
Er wird ebenfalls von kraftvollen Feuerritualen begleitet und du erstellst ein eigenes Kraftobkjekt, ein Yantra auf Kupferblatt.

Modul 3

„Dein strahlendes und heiles Herz“ vom 7. Januar 2023 – 20. April 2023

Du hast in den letzten 2 Jahren schon viel Lebensfreude, Glück und kraftvolles Potential zurückerobert – dies wird mit diesem Mantra-Prozess für die Herzöffnung noch intensiver für dich fühlbar werden. Er löscht auch altes Familienkarma und verbindet dich mit „stitha pregnatha“, gelassenem Gleichmut und gleichbleibender Freude.
Neben weiteren Mantras für die Herzheilung und den dazugehörigen Heiltechniken üben wir uns darin, Glaubenssätze ausser Kraft zu setzen und Selbstliebe zu praktizieren.

In diesen 2 Jahren der gemeinsamen Mantra-Meditationspraxis ist die Verbundenheit der Gruppe besonders wichtig und unterstützend für jede Einzelne, sie hält die Freude hoch und die Inspiration. Wir geben uns gegenseitig Kraft und Energie, wenn wir uns treffen während der Prozesse – in Realität und auch online - und die gemeinsame Entwicklung wahrnehmen, die wachsende Freude spüren können.

Modul 4

„Dein Wissen in die Welt tragen“ vom 20. April 2023 – 24. September 2023

Diese letzten und intensiven 6 Monate wirst du darin trainiert, die Meditationsprozesse nach Sri Kaleshwar selbst zu unterrichten und dein erlangtest Wissen auf deine eigene und unverwechselbare Weise selbständig in die Welt zu tragen.
Du erhältst vertieftes Wissen und wirst darin, sowie auch in der Weitergabe dieses Wissens geprüft.

Natürlich wirst du auf deinem Weg des Lehrens weiterhin meine Unterstützung geniessen.

Zeit	15. April 2021 - 24. September 2023
Ort	Heilzentrum Mantau, Kehlhof 2, 8409 Winterthur
Kosten	6.210,- CHF für die gesamte Ausbildung der 2.5 Jahre, inkl. Lehrmaterial, Mala für die Meditation, Kupferblatt für das Yantra und weiteren Materialien, erweitertes Wissen und Praxis, sowie die Prüfung für das Zertifikat zum „Lehrer der Mantra – Meditationsprozesse nach Sri Kaleshwar“. Ermässigung ist auf Anfrage von Fall zu Fall möglich. Der Preis in € entspricht dem Umrechnungskurs.

Alle Module (ausser Modul 4) sind auch einzeln buchbar.

Alle Module im Überblick

Modul 1	15. April 2021 - 29. Januar 2022	2.340,- CHF
Modul 2	12. Februar - 12. Dezember 2022	1.800,- CHF
Modul 3	7. Januar 2023 – 20. April 2023	630,- CHF
Modul 4	20. April 2023 - 24. September 2023	1.440,- CHF

Preis gesamt: 6.210,- CHF

Die einzelnen Module und Ausbildungstage sind auf den folgenden Seiten ausführlicher beschrieben.

Der Fünf Elemente Meditationsprozess nach Sri Kaleshwar

Mantra – Meditationsausbildung Modul 1

15. April 2021 – 29. Januar 2022

Ein 10-monatiger, intensiver Mantra-Meditationsprozess, der dein Leben verändern wird - mit professioneller, unterstützender und zugewandter Anleitung.

„Wenn ihr die Elemente verstehen könnt,
wenn ihr euch mit der verborgenen Kraft in den Elementen verbinden könnt,
dann könnt Ihr eine kraftvolle Seele werden."
Sri Kaleshwar

Die fünf Elemente Erde, Feuer, Himmel (Raum), Wasser und Luft sind die fünf Säulen der Schöpfung. Alles basiert auf ihnen - dein Körper, deine sichtbare Welt, aber auch deine Gedanken und Gefühle. Durch das Rezitieren der Mantras der fünf Elemente erschaffst du in dir eine intensive Anbindung zu jedem einzelnen Element. Du reinigst und klärst die Verbindung zu jedem der fünf Elemente in deinem gesamten Energiesystem (Körper, Gedanken und Gefühle) und erhältst dadurch die ganze grossartige Heilkraft der Elemente. Diese geballte Kraft wirkt sich auf dein Leben absolut verändernd aus.

Gottes Geheimnisse wirken im Herzen.
öffnet euer Herz für die wunderschönen Elemente und ladet die Elemente Mantras.
Für immer und ewig erschafft ihr so die Liebe."
Sri Kaleshwar

Indem du die Fünf Elemente in dir selbst ganz klar wirken lässt und ausgleichst, wird dein ganzes Leben friedvoller, ausgeglichener und gleichzeitig enorm kraftvoll.
Viele Menschen berichten nach ihrer Meditation mit dem 1.Erdmantra, das sie das Gefühl haben, zum ersten Mal wirklich auf dieser Welt „gelandet zu sein". Diese neue Erfahrung von intensiver Erdung gibt dir die Kraft, belastende Situationen in deinem Leben ganz klar zu erkennen und zu ändern – eine zermürbende Arbeitsstelle, eine lieblose Beziehung, das persönliche Wohnumfeld oder einfach ein neues, liebevolleres Einstehen für dich selbst und deine Bedürfnisse.

„Wenn dein Körper vollkommen erfüllt ist mit den Schwingungen
der Fünf Elemente, dann werden automatisch dein Verstand, deine Gedanken
und dein Herz stark und offen wie eine Blüte.
Diese Blüte ist deine Seele."
Sri Kaleshwar

Wirkung und Nutzen des Fünf Elemente Prozesses

- bringt viel Klarheit und erhöht die Willenskraft
- innere Sicherheit nimmt zu
- stärkt dein Vertrauen in dich selbst und das Leben
- schenkt höchsten Frieden, innere Stille und Freude
- öffnet das Herz
- hilft sich zu entspannen, von Stress zu befreien und schwierige Situationen leichter zu bewältigen
- verstärkt deine Inspiration und Kreativität
- hilft bei mentalen Problemen
- schützt vor negativen Energien und deren Auswirkungen
- erschafft hohe Schutzkreise
- direkte Verbindung zur kosmischen Energie
- du kannst anderen Menschen heilende Energien übertragen
- erweckt die Seelenkraft und öffnet die spirituellen Kanäle

Wie meditierst du mit den Mantras?

Die Meditation mit Mantras geschieht durch ein fortlaufendes Rezitieren – laut, leise oder in Gedanken – dieser heilsamen Formeln. Dadurch wird dein Energiesystem mit diesen besonderen Schwingungen „aufgeladen", deine ganze Energie erhöht sich und wird heller, strahlender.
Für die Meditation mit jedem einzelnen Mantra gibt es bestimmte Aussagen, wie oft und lange, wann und wo die Rezitation stattfinden sollte, um die optimale Wirkung zu erzielen.
Wie du in deinem Alltag die besten Rahmenbedingungen für diese Mantra-Meditation erschaffst, wird an anderer Stelle erklärt. Viel Glück !

Der Fünf Elemente Prozess

- Für jedes Element erhältst du die dazugehörigen Mantras und die Initiation in deren Anwendungsweise.
- Du erfährst vertieftes Wissen über jedes einzelne Element und seine Wirkung.
- Wir werden die Elemente ganz bewusst in seinen verschiedenen Aspekten auch mit unseren Sinnen erleben.
- In jedem Seminar wird ein vedisches Feuerritual (*Puja*) durchgeführt, was dir die Gelegenheit gibt, Belastendes loszulassen und zu verbrennen und Neues in den Leben einzuladen.

Element Erde

Eine wirkliche Erdung zu erfahren, kann sehr viel in deinem Leben sofort verändern. Mit beiden Beinen auf der Erde stehen, fest, sicher, mit deinen Wurzeln verbunden und in völliger Klarheit über deine Kraft – das lässt dich wirklich in dieser Welt ankommen. Ausserdem lernst du mit den Mantras auch, Fülle und Wohlstand anzuziehen und Heilenergie über weite Entfernungen zu senden.

Element Feuer

Wann hast du in deinem Leben wirklich für etwas gebrannt und es mit ganzer Leidenschaft getan? Erinnerst du dich an die transformierende Energie des Feuers in dir? Feuer verwandelt, verbrennt Negativität, bringt grosse Inspiration und Willenskraft zu dir.

„Die Flamme ist ein winziges Symbol für das riesige Licht Gottes...
Dieses Mantra verbrennt Negativität. Richtig angewandt hat es die Kapazität, höchste positive Energie zu erzeugen, Wohlstand zu bringen und all deine Herzenswünsche zu erfüllen."

Sri Kaleshwar

Element Himmel

Dieses Mantra bringt dir grossen inneren Frieden und lädt enorme Kraft in deine Seele ein, welche deine Heilfähigkeiten steigert. In der Natur gesprochen, verbindet es dich auch mit der Energie der Engel. Du kannst eine liebevolle Leichtigkeit und innere Ruhe erfahren, die dein Herz öffnen werden.

Element Wasser

Das Wasser ist das Element der Gefühle und ist immer in Bewegung. Es balanciert ein zu viel an Feuer in dir, gleicht aus und macht ruhig. Es fliesst auch über deine Seele und reinigt sie von schmerzhaften Erinnerungen, Gefühlen und negativen Energien. Du kannst selbst Heilwasser herstellen.

„Das Wassermantra besitzt eine starke Wirkung auf Geist und Körper, indem es die dem Wasser innewohnenden Qualitäten zur Heilung aktiviert. Das Wasser ist der grösste Heiler von emotionalen Problemen."
Sri Kaleshwar

Element Luft

Die Luft ist das Element, das unseren Geist, unseren Verstand am stärksten symbolisiert und beeinflusst. Diese Mantras bringen deinen Verstand zur Ruhe, lassen deine Wünsche weniger und deine Gedanken positiver, friedvoller werden. Was passiert, wenn deine Gedanken immer positiver werden? Ja, dein Herz öffnet sich. Ausserdem kannst du deine Energie an jeden beliebigen Ort senden und Fernheilungen geben.

„Wenn der Verstand weniger aktiv ist, wird er still. Durch das Meistern des Verstandes wächst die Fähigkeit, alle anderen Elemente zu balancieren und ihre Energien zu nutzen."
Sri Kaleshwar

Sobald du jedes Element mit den Mantras in dir „aufgeladen“ hast und somit noch tiefer verbunden bist, kannst du die Mantras in deinem Alltag nutzen und immer umfassendere Erfahrungen machen. Du kannst z.B. für 5 Minuten das Wassermantra bei der täglichen Dusche singen oder bei einem Spaziergang im Wald dich noch tiefer mit der Erde verbinden. Dies wird dein Leben immer leichter, lichtvoller und ausgeglichener machen.

Seminar-Informationen zum „Fünf Elemente Meditationsprozess“

Was du in diesem Modul erhältst

- 4 Seminar-Wochenenden innerhalb 1 Jahres
  ° Initiation in den „Fünf Elemente Mantraprozesses“ nach Sri Kaleshwar
  ° Zeichnen eines Yantras für das Element Erde
  ° gemeinsame Gruppen-Meditationen mit den gelernten Mantras
  ° Initiation durch Shaktipat (Energieübertragungen)
  ° begleitendes, intensives Erleben der Elemente in der Natur
  ° geführte Meditationen und erweitertes Wissen zu den Elementen
- 4 vedische Feuerrituale (Pujas) an den Seminartagen
- 5 Kurs-Tage im Jahr für den Erfahrungsaustausch + Inspirationen und Meditationen zu den Elementen
- 1 Tagesseminar zum Thema „negative Energie – wie entlade ich sie und schütze mich durch die Elementemantras?“
- 1 Tagesseminar – Heiltechniken mit den Elementemantras
- 1 Tagesseminar – Angst loslassen & inneren Frieden erfahren
- 9 online-Satsangs via Video Call zur Prozessbegleitung
- persönlicher Support via Zoom und Telefon für jeden Teilnehmer
- 1 Buch + CD zu den Mantras (Shirdi Sai Babas Wege zur Heilung)
- 1 gesegnete Mala
- gesegnetes Rosenwasser, Sandelholzpulver und Vibhuti zur unterstützenden Benutzung

Der gesamte Meditationsprozess inkl. aller Tagesseminare, Kurstage und Satsangs wird am 15. April 2021 beginnen und am 29. Januar 2022 abgeschlossen sein.
Voraussetzung ist die Teilnahme an einem Einführungskurs zur Mantra-Meditation nach Sri Kaleshwar „Ein Kelch der Stille und des Wandels“, welcher bei erfolgter Buchung des „Fünf Elemente Meditationsprozesses“ kostenlos ist.

Seminar 1 – Element Erde 15. - 18. April 2021

- Initiation in das 1. Erdmantra
- Energieübertragung (Shaktipad) und Arathi (Lichtzeremonie)
- Verbindung mit dem Element Erde durch Übungen in der Natur
- vedische Feuerzeremonie (*Puja*)
- Meditation „Die Erdung meines Seins

Seminar 2 – Element Erde 21. - 23. Mai 2021

- Initiation in das 2. + 3. Erdmantra
- Erlernen des Lakshmi Yantras
- Verbindung mit dem Element Erde durch Übungen in der Natur
- vedische Feuerzeremonie
- Meditation „Fülle in mein Leben bringen“
- spezielles Wissen zu den Themen:
  „Deine Verbindung zur göttlichen Mutter“, „Lakshmi und die Fülle“

Seminar 3 – Elemente Feuer und Himmel 2. - 4. Juli 2021

- Initiation in das Feuermantra und das Himmelsmantra
- Verbindung mit den Elementen Feuer und Himmel durch Übungen in der Natur
- vedische Feuerzeremonie
- Meditationen zu den Elementen Feuer und Himmel
- spezielles Wissen zu den Themen:
  Was begeistert mich wirklich?
  Shiva, die Engel und mein innerer Frieden

Seminar 4 – Elemente Wasser und Luft 24. - 26. September 2021

- Initiation und das Wassermantra und die 3 Luftmantras
- Verbindung mit den Elementen Feuer und Himmel durch Übungen in der Natur
- vedische Feuerzeremonie
- Meditationen zu den Elementen Wasser und Luft
- spezielles Wissen zu den Themen:
  Wohin fliessen meine Gefühle?
  Worauf richte ich mich täglich aus und wie kontrolliere ich meinen Verstand?

Tagesseminar - „Schutz vor negativen Energien & Erfolg für deine Arbeit"

30. Oktober 2021

An diesem Seminartag lernst du, welch vielfältige Möglichkeiten des energetischen Schutzes die **Mantras der Fünf Elemente** dir bieten und wie du sie anwenden kannst. Darüber hinaus erhältst du noch folgende Möglichkeiten, dich im Alltag zu schützen und Negativität zu entladen.

- Initiation in ein Mantra zum Schutz deiner positiven Energie
- Wissensvermittlung der verschiedenen Anwendungsweisen
- Herstellen eines „Raksha Bandhanas", eines Schutzbandes
- gemeinsame Meditation mit dem Mantra
- Wissensvermittlung weiterer, einfacher Techniken, negative Energie aufzulösen
- vedisches Feuerritual

ausführliche Informationen zu diesem Seminar findest du auf der gesonderten Ausschreibung „Schutz vor negativen Energien & Erfolg für deine Arbeit".

Tagesseminar – „Heiltechniken mit den Fünf-Elemente-Mantras"

15. Januar 2022

- Initiation in die „Sai Shakti Healing"- Methode nach Sri Kaleshwar
- Erlernen und üben weiterer Heiltechniken mit den Elemente-Mantras
- vertieftes Wissen zur Heilkraft der Fünf Elemente
- Satsang zu den Themen „Wie funktioniert Heilung" und „Wie bereite ich mich selbst auf eine Heilsitzung vor?"

Tagesseminar – „Angst loslassen und inneren Frieden erfahren“

13. November 2021

- Initiation in die Mantras zur Lösung von Ängsten
- Wissensvermittlung der verschiedenen Anwendungsweisen
- gemeinsame Meditation mit dem Mantra
- Wissensvermittlung weiterer, einfacher Techniken, negative Energie & Ängste aufzulösen

Dein persönlicher Seelenprozess und das Energiefeld der Gruppe Erfahrungsaustausch und online-Satsangs

ॐ Durch meine 15-jährige Erfahrung im Lehren dieser Mantras weiss ich, wie wichtig es ist, die Inspiration und Energie auch während der einzelnen Seminare hoch zu halten. Für uns Europäer ist die tägliche Meditation noch nicht so in der Tradition verankert, wie in Indien. Die täglichen Aufgaben und Erwartungen im Alltag sind oft hoch und eine regelmässige Praxis in diesen Alltag einzubauen, stellt für viele Menschen eine grosse Herausforderung dar.
Wirklich wertvoll und hilfreich ist dann die Unterstützung der Gruppe – sie hält die Freude hoch und die Inspiration. Wir geben uns gegenseitig Kraft und Energie, wenn wir uns ab und zu sehen und die gemeinsame Entwicklung wahrnehmen, die wachsende Freude spüren können.

ॐ Aus diesem Grund gibt es 5 Treffen während des Jahres zwischen den Seminaren, jeweils für einen Tag. Wir feiern das Leben und die Spiritualität, die unseren Alltag begleitet, tanzen, meditieren zusammen und lernen voneinander.
Ich begleite die Gruppe ausserdem mit erweitertem Wissen und Übungen an diesen Tagen.

ॐ Ausserdem wird es noch 9 online Satsangs geben für 1-2 Stunden, an denen wir uns austauschen können und Fragen gestellt werden können.
Auf diese Weise begleite ich die Gruppe und dich persönlich durch dieses Jahr, das durch die Heilkraft der Elemente-Mantras geprägt sein wird.

Zeit 15. April 2021 – 29. Januar 2022
Ort Heilzentrum Mantau, Kehlhof 2. 8409 Winterthur

Kosten 2.340,- CHF, inkl. Lehrmaterial und Mala für die Mantra-Meditation, Ermässigung ist auf Anfrage von Fall zu Fall möglich. Der Preis in € entspricht dem Umrechnungskurs. Alle Module sind auch einzeln buchbar.

Alle Termine für Modul 1 im Überblick

Alle Seminare können live vor Ort stattfinden, da es genügend Platz gibt, damit der Abstand eingehalten werden kann.

15.-18. April	4 Intensivtage Ausbildungsbeginn und das 1. Mantra zum Element Erde
8. Mai	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
22. - 24. Mai	Seminarwochenende – 2. + 3. Mantra Element Erde
19. Juni	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
2. - 4. Juli	Seminarwochenende - Mantras zu den Elementen Feuer und Himmel
28. August	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
24. - 26. September	Seminarwochenende Mantras zu den Elementen Wasser und Luft
30. Oktober	Tagesseminar „Schutz vor negativen Energien & Erfolg für deine Arbeit“
13. November	Tagesseminar „Angst loslassen & inneren Frieden erfahren“
20. November	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
18. Dezember	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
15. Januar 2022	Tagesseminar „Heiltechniken zu den Fünf-Elemente-Mantras

bis zum 29. Januar 2022 sollte der gesamte Meditationsprozess „Die Mantras der Fünf Elemente“ beendet sein.

Es wird ausserdem 9 online Treffen geben, die zwischen den Seminaren und den Kurstagen liegen, so das sich die Gruppe aller 2 Wochen austauschen kann, begleitet wird und gemeinsam mit dem Prozess weitergehen kann.

Heilsame Wege Heiliges Wissen aus den Lehren Sri Kaleshwars

Entdecke deine verborgene Schöpferkraft

Mantra – Meditationsausbildung Modul 2

„Heiliger Schoss Chakra Prozess“

Ein 10-monatiger, intensiver Mantra-Meditationsprozess, der dich mit der Schöpferkraft der göttlichen Mutter verbindet.

12. Februar – 12. Dezember 2022

„Auf der Erde ist der Schoss der schönste Tempel,
der heiligste Ort in eurem Körper, der Ort der höchsten Energie,
der höchsten Klarheit in euch.
Es geht darum, den Schoss zu einem heiligen Ort zu machen.“
Sri Kaleshwar

Es existiert ein Energiezentrum im Körper, mit welchem du dein Leben am stärksten gestaltest und beeinflusst – das Schöpfungs-Chakra, das Schoss-Chakra. Jeder Mensch trägt es in sich, Frauen und auch Männer. Durch das Schoss-Chakra bist du mit der Schöpferkraft der göttlichen Mutter verbunden. Im Schoss-Chakra entsteht Leben in jeder Hinsicht und es ist ein Ort grosser Klarheit, Gesundheit, Kraft und Liebe - doch oft verletzt durch ungute Erfahrungen und Herzbrüche während vieler Leben.
Wenn du dieses Schöpfungszentrum in dir heilst und stärkst, wirst du immer bewusster zum Schöpfer deines eigenen Lebens und kannst dich selbst und andere glücklich machen. Du kannst deine Beziehungen heilen, wirst fähig, klarer Grenzen zu setzen und Halt in dir selbst zu finden.

„Dein Schoss-Chakra ist dein Schöpfungs-Zentrum, mit welchem du alles kreieren kannst in deinem Leben und in der Welt.
Es ist der Funke der Schöpfung, der alles möglich macht."
Sri Kaleshwar

Die grossen Heiligen Indiens entdeckten dieses Wissen vor 7000 Jahren.
Mit dem Praktizieren dieses Wissens findest du immer mehr zu deiner eigentlichen Essenz, zu deinem ureigenen Wesen und der damit verbundenen Kraft und Bewusstheit. Das bedeutet auch, das deine Lebensaufgabe immer greifbarer und klarer wird und vor dir erscheint.

„Eine Seele mit brillanter Kreativität, Ausstrahlung und übernatürlichen Fähigkeiten hat ein kraftvolles und gereinigtes Schoss-Chakra."
Sri Kaleshwar

Dieses heilige Wissen kommt in dein Leben, wenn einer der folgenden Punkte dich tief berühren

* du bist bereit, deine wahre göttliche Natur zu finden und zu leben
* du möchtest deine Lebensaufgabe finden
* du arbeitest als Heiler oder möchtest der Welt Heilung bringen
* du möchtest eine tiefe Verbindung zur göttlichen Mutter stärken
* du möchtest dein Karma reinigen
* du hast Herzschmerz, Missbrauch oder ein Trauma erlebt
* du hast eine Störung deiner Gebärmutter erlebt
* du möchtest deine Beziehungen heilen und harmonisieren

„Schöpfung läuft beständig in dir ab, in deinem Schoss-Chakra.
Es ist darin eine Klarheit des Duftes enthalten – die reine kosmische Energie,
die alles erschaffen lässt."
Sri Kaleshwar

Was dir dieses Wissen ermöglicht

- du wirst zum bewussten Schöpfer deines eigenen Lebens und hast immer mehr Vertrauen, deiner Intuition zu folgen
- du wirst dich selbst immer mehr erkennen, wer du wirklich bist und was du zu geben hast
- du kannst starke Heilfähigkeiten entwickeln
- du kannst dein Herz heilen
- Erfahrungen von Missbrauch heilen
- deine Beziehungen heilen und eine gesunde und glückliche Partnerschaft leben
- du kannst deine Fähigkeit zu lieben verstärken
- du kannst dich von tiefen Ängsten befreien
- inneren Frieden finden
- du erhältst einen starken Zugang zur Kraft und Liebe der göttlichen Mutter
- Du wirst den Zusammenhang zwischen Kama (Wunschenergie) und Karma (Wirkungen deiner Handlungen) verstehen und deine Karmas auflösen können
- deine (sexuelle) Kama Energie kannst du balancieren und auf gesunde Weise nutzen
- die energetische Verbindung zu früheren Partnern lösen
- du kannst ein energetisch sehr starkes und glückliches Kind zur Welt bringen

Wie kannst du diesen Meditationsprozess durchlaufen?

Mein Lehrer Sri Kaleshwar hat diesen Meditationsprozess gegeben mit den entsprechenden Mantras und den Regeln für deren Anwendung, sowie das Schoss-Yantra. Diese Mantras, das Yantra und das dazugehörige Wissen erhältst du in den Seminaren, wirst durch den Prozess persönlich begleitet und von der Gruppenenergie unterstützt.

Voraussetzung ist ein Tagesseminar in Mantra-Meditation und das 1. Mantra des Elementes Erde. Bitte kontaktiere mich dafür.

Heiliger-Schoss-Prozess – 10 Monate Intensiv-Kurs

was du in diesem Kurs erhältst

- Initiation der Mantras mit vertieftem Wissen in 3 Seminaren
- Zeichnen des Schoss-Yantras und Erlernen des dazugehörigen Vollmondprozesses
- Erstellen deines eigenen Karftobjektes (Schoss-Yantra auf Kupfer)
- Wissensvermittlung zu Energiemechanismen an Voll- und Neumond
- Gruppen-Meditationen mit den gelernten Mantras und Yantra
- Initiation durch Shaktipat (Energieübertragungen)
- 3 vedische Feuerrituale (Pujas) an den Seminartagen
- 7 Kurs-Tage im Jahr für den Erfahrungsaustausch + Inspirationen und Meditationen zu den Themen: heiliger Schoss und weibliche Schöpferkraft
- 10 online-Satsangs via Video Call zur Prozessbegleitung
- persönlicher Support via Video Call und Telefon für jeden Teilnehmer
- gesegnetes Rosenwasser, Sandelholzpulver und Vibhuti zur unterstützenden Benutzung

ॐ

Voraussetzung für die Teilnahme:
Für neue Teilnehmer wird ein extra Tagesseminar angeboten zur Vorbereitung auf den „Heiligen Schoss-Chakra-Prozess“ mit einer Initiation in die Einführungsmantras, Empfehlungen für eine erfolgreiche Mantra-Meditation und das 1. Mantra zum Element Erde.

Seminar 1 Die Kraft deines Schosses 12. - 13. Februar 2022

- Einstimmung in das Thema der Kraft des weiblichen Schosses
- vedische Feuerzeremonie (Puja)
- Prozess der Schossreinigung und -stärkung
- Initiation in das Mula Mantra
- Energieübertragung (Shaktipad) und Arathi (Lichtzeremonie)
- Meditation „Die Kraft meines Schosses“

Seminar 2 heilsame Beziehungen 20. - 22. Mai 2022

- Einstimmung in das Thema Verbindung von Herz und Schoss
- Initiation in das Schoss – Yantra und den Vollmondprozess
- Erstellen des Yantras auf Kupferblatt als Kraftobjekt
- Initiation in 2 weitere Mantras
- Wissensvermittlung zu Energiemechanismen an Voll- und Neumond
- Energieübertragung (Shaktipad) und Arathi (Lichtzeremonie)
- Meditation „Reinigung in der Vollmondenergie“
- vedische Feuerzeremonie (Puja)

Seminar 3 Geborgenheit & Schöpfungskraft der Göttlichen Mutter
26. - 28. August 2022

- Einstimmung in das Thema Geborgenheit und Schöpfungskraft der Göttlichen Mutter, weibliche Schöpferkraft und Sexualität
- vedische Feuerzeremonie (Puja)
- Initiation in die letzten Schoss – Mantras
- Energieübertragung (Shaktipad) und Arathi (Lichtzeremonie)
- Meditation „weibliche Schöpferkraft“

Zeit 12. Februar 2022 – 12. Dezember 2022
Ort Heilzentrum Mantau, Kehlhof 2, 8409 Winterthur
Kosten 1800,- CHF, inkl. Lehrmaterial und Mala für die Mantra-Meditation,
Ermässigung ist auf Anfrage von Fall zu Fall möglich. Der Preis in € entspricht dem Umrechnungskurs. Alle Module sind auch einzeln buchbar.
Bitte bring Schreibmaterial mit und bequeme Kleidung mit, sowie eine warme Decke und ein Kissen.

Alle Termine für Modul 2 im Jahr 2022 im Überblick

Alle Seminare können live vor Ort stattfinden, da es genügend Platz gibt, damit der Abstand eingehalten werden kann.

12. Februar 2022	Wochenend-Seminar 1 „Die Kraft deines Schosses“
12. März	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
9. April	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
20. - 22. Mai	Wochenend-Seminar 2 „Heilsame Beziehungen“
25. Juni	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
23. Juli	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
26. - 28. August	Wochenend-Seminar 3 „Geborgenheit und Schöpfungskraft der Göttlichen Mutter“
24. September	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
22. Oktober	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch
19. November	Kurs-Tag für erweitertes Wissen und Austausch

bis zum 12. Dezember 2022 sollte der gesamte Meditationsprozess „Heiliger Schoss-Chakra-Prozess“ beendet sein.

Es wird ausserdem 10 online Treffen geben, die zwischen den Seminaren und den Kurstagen liegen, so das sich die Gruppe aller 2 Wochen austauschen kann, begleitet wird und gemeinsam mit dem Prozess weitergehen kann.

Dein strahlendes und heiles Herz

Modul 3

Mantra-Meditationsprozesse für die Herzheilung und Herzöffnung

7. Januar – 20. April 2023

"Um die wahre Liebe zu gewinnen, liebe dich zunächst selbst. Wenn du dann jemanden in deiner Umgebung genauso liebst, diese Liebe teilst, das ist reine Wahrheit. Das ist dein Dharma. Dann wird dein innerer Frieden automatisch wachsen. Wenn dein innerer Frieden sich ausweitet, wird dein Verstand automatisch friedvoll. Dein Herz ist im Frieden. Deine Seele ist im Frieden. Frieden. Vollkommener Frieden."

Sri Kaleshwar

Wie geht es deinem Herzen?

Bist du rundum glücklich und kannst dieses Glück an deine Liebsten weitergeben? Hast du das Gefühl, dein Herz schwingt kraftvoll und frei und ist in jedem Moment mit der göttlichen Liebe verbunden?

Wenn ja, dann ist alles gut.

Wenn du diese Fragen jedoch nicht vollkommen mit **„JA"** beantworten kannst und du dir wünschst,

- das dein Herz heil ist,
- weit und offen, voller Liebe, Freude und Vertrauen strahlt,

dann lohnt es sich für dich, diese alten indischen Heiltechniken zu üben.

Sie ermöglichen eine Öffnung deines Herzens, die tiefgreifend und dauerhaft ist, weil sie die Tiefe deiner Seele erreichen. Daraus erwächst dir die Fähigkeit, dich selbst und andere bedingungslos zu lieben.

"Ihr solltet euer Herz und eure Seele entwickeln,
damit sich euer hilfsbereites Wesen entfalten kann.
Ohne es zu bemerken werden euer Verstand, euer Herz und eure Seele
euch dann in einen Menschen der reinen Liebe verwandeln.
Sri Kaleshwar

Um schwierige Situationen zu bewältigen, verschliessen wir unser Herz manchmal ohne das wir es merken und schützen uns vor dem Schmerz. Damit schützen wir uns aber auch vor dem Leben und lassen weniger Lebensenergie und Lebensfreude zu.

In diesem Seminar lernst du, wie du durch die Anwendung spezieller Mantras Schwingungen aufbauen kannst, die dein Herz heilen und öffnen können. Dabei erhältst du auch Techniken zur Auflösung von Glaubensmustern, die deinem Leben voller Liebe und Bewusstsein entgegenstehen.
Diese Meditationstechniken stammen aus alten Palmblattbüchern und dienen dazu, Traumata aufzulösen und ein neues Bewusstsein jenseits von Schmerz zu entwickeln.
Mit der Anwendung der Mantras zur Herzheilung kannst du eine Öffnung erleben,

die du noch nie vorher erfahren hast und ganz neue Möglichkeiten auf dich zu kommen, wie z.B.:

- das Empfinden von mehr Nähe zu Anderen, das Zusammensein wird lebendiger und freudvoller
- du urteilst nicht mehr so stark über dich selbst und andere und erlebst mehr Mitgefühl
- du fühlst dich einfach glücklicher und kannst auch deiner Umgebung dieses Glück schenken
- die Atmosphäre in deiner Familie wird leichter und fröhlicher
- ein innerer Raum öffnet sich
- du reagierst nicht mehr so verletzlich auf Angriffe anderer Menschen
- du findest neue Freunde, die dein Herz berühren
- ein alter Herzschmerz löst sich auf
- du fühlst dich zutiefst mit der göttlichen Liebe verbunden, ohne dafür einer Religion angehören zu müssen
- ein Gefühl der Einheit mit allem Lebendigen erfüllt dich
- tiefer innerer Frieden kommt zu dir

Wo reine wahre Liebe ist, da ist Gott.
Dann wird Er in und um euch sein,
- auch wenn ihr es nicht bemerkt."

Sri Kaleshwar

Was du in diesem Modul noch erhältst...

- einen Shiva-Lingam (Heilstein) für das Wasser-Ritual
- vedisches Feuerritual
- ausführliches, schriftliches Lehrmaterial
- Initiation durch Shaktipat (Energieübertragung)
- monatlicher Satsang und Erfahrungsaustausch via Video Call
- persönlicher Support via Video Call und Telefon für jeden Teilnehmer
- gesegnetes Rosenwasser, Sandelholzpulver und Vibhuti zur unterstützenden Benutzung

Inhalte des Seminars

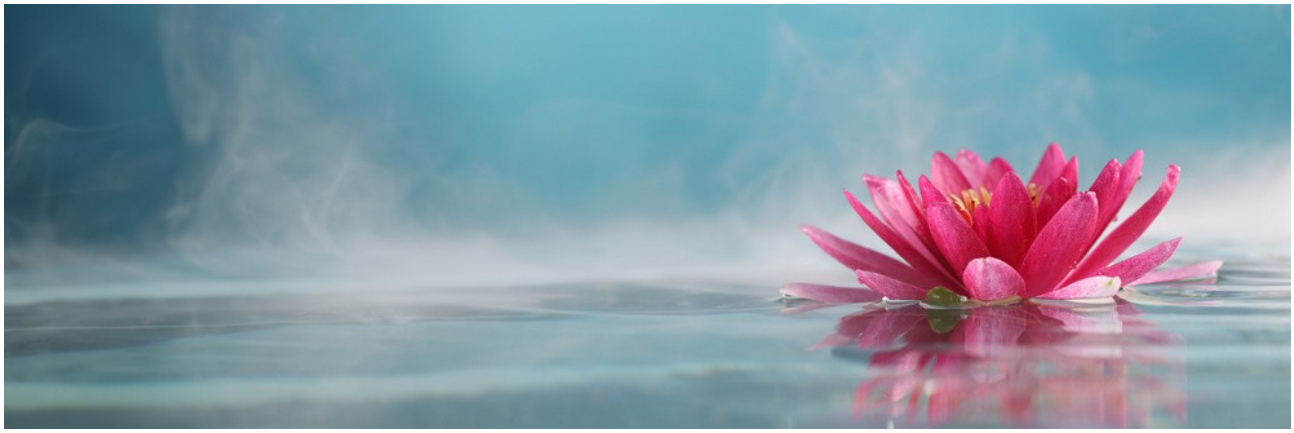
Themen

- Heilung alter Familienmuster und persönlicher Schmerzensmuster
- altes Wissen über energetische Techniken in Paar-Beziehungen
- inneren Frieden erhalten
- Depressionen auflösen
- Glaubenssätze aufdecken
- karmische Mechanismen verstehen
- wie lerne ich wirkliche Vergebung?
- negative persönliche Muster lösen
- Selbstliebe – wie kann ich sie erlangen?

Praxis

- Initiation in einen 101 – Tage Mantra-Meditations-Prozess
- Initiation in weitere Herzheilungs-Mantras + gemeinsames üben der Mantras
- du erhältst ein persönliches Mantra
- Shiva-Lingam Abishek (ein heilendes Wasser-Ritual)
- geführte Meditation
- Übungen für die Bewusstwerdung
  ° deiner Glaubenssätze
  ° deiner Selbstliebe
  ° der Qualität deiner Beziehungen
- Herzheilung in Aktion mit Tanz und Wahrnehmungsübungen
- persönliche Prozessbegleitung über Video Call und Telefon
- 2 Satsangs über Video Call
- 2 Kurstage für den Erfahrungsaustausch & die Weitergabe vertieften Wissens

Zeit 7. - 8. Januar 2023, Termine für 2 Kurstage stehen noch aus.
Ort Heilzentrum Mantau, Kehlhof 2, 8409 Winterthur
Kosten 630,- CHF inkl. Lehrmaterial und Mala für die Mantra-Meditation
Ermässigung ist auf Anfrage von Fall zu Fall möglich. Der Preis in € entspricht dem Umrechnungskurs.



Heilsame Wege Heiliges Wissen aus den Lehren Sri Kaleshwars

Angst loslassen
& tiefen inneren Frieden erfahren

ein Mantra-Meditationsprozess nach Sri Kaleshwar

Tagesseminar am 13. November 2021

"Kommt, legt den Nektar der Wirklichkeit des Friedens frei,
welchen ihr in euch tragt. Frieden ist die Waffe.
Er wird durch die Stille kommen.
Die Stille ist die Kraft. Mit dem Frieden ist die Stille immer verbunden. Es ist jetzt die Zeit, dem Prinzip der Stille zu folgen."
Sri Kaleshwar

Das Leben eines jeden Menschen wird mehr oder weniger von verschiedenen Ängsten beeinflusst. Für viele Menschen bedeutet das eine Beeinträchtigung ihrer Lebensenergie. Wie fühlt sich wohl ein völlig angstfreies Leben an?
Das ist es einer der tiefsten Sehnsüchte im Menschen, denn angstfrei zu sein bedeutet völlige Freiheit und tiefen inneren Frieden.
Es gibt einen Mantra-Meditationsprozess, der dich mit dieser Energie verbindet, dich auf den Weg schickt und dein Leben immer leichter und freier werden lässt.

„Was passiert, wenn Ihr die Mantras rezitiert?
Ihr entladet unglaubliche Negativität, ihr gebt sie ab, wie eine Kobra, die jeden Monat oder alle zwei, drei Monate ihre Haut abstreift.
So streift ihr die Negativität ab."
Sri Kaleshwar

Inhalte des Tagesseminars

Themen

- Hintergründe der Angst, womit sie verbunden ist
- Wege der Befreiung von Angst
- Praxis der Mantra-Meditation
- kraftvolle Mantraprozesse zur Loslösung von Angst

Praxis

- Initiation in einen einfach zu erlernenden Mantra-Meditationsprozess
- du erhältst ein persönliches Mantra
- gemeinsame Meditation
- Wissensvermittlung zu weiterführenden Techniken, sich von Angst zu befreien
- persönliche Prozessbegleitung über Video Call und Telefon
- 1 Satsang und Erfahrungsaustausch über Video Call

Datum	13. November 2021	9 – 18 Uhr
Ort	Heilzentrum Mantau, Kehlhof 2, 8409 Winterthur	
Kosten	180,- CHF inkl. Lehrmaterial und Mala für die Mantra-Meditation	

Bitte bringe Schreibmaterial und bequeme Kleidung mit, sowie eine warme Decke und ein Kissen.

ॐ

Heilsame Wege Heiliges Wissen aus den Lehren Sri Kaleshwars

Schutz vor negativen Energien & Erfolg für deine Arbeit

Erlerne einfache und wirkungsvolle Techniken, dich vor Negativität zu schützen und dich von ihr zu befreien, damit dein Leben erfolgreich ist.

Tagesseminar am 30. Oktober 2021

„Es ist wichtig zu wissen, was Negativität ist,
wie man sie handhabt,
wie man auf sie aufpassen muss und wie man sie entladen muss."
Sri Kaleshwar

Wenn du erfolgreich sein willst im Leben und vor allem in der Spiritualität, brauchst du Schutzkreise und die Fähigkeit, negative Energie zu entladen, aufzulösen.
Es ist grossartig, wenn du dich mit lichtvoller, positiver Energie aufladen kannst, doch wenn du diese schöne Energie nicht lange halten kannst, nützt sie dir nicht viel.
Wenn du dich entwickeln möchtest und etwas Schönes in deinem Leben erschaffen willst, hindert dich die Negativität oft und legt dir Steine in den Weg.

Dieses Tagesseminar macht Sinn für dich, wenn du...

- eine heilende, helfende Tätigkeit ausübst
- ein neues Projekt super positiv beginnen willst
- der Abschluss eines wichtigen Projektes kurz bevor steht, ein Vertrag, eine Prüfung oder ein wichtiges Gespräch und du brauchst hohe Schutzkreise für den Erfolg
- zu viel mit negativen Gedanken, Konflikten oder Krankheit beschäftigt bist und dein Leben nicht so kraftvoll und positiv leben kannst, wie du es möchtest.
- täglich von vielen Menschen umgeben bist
- allgemein das Bedürfnis nach mehr Sicherheit und Schutz vor negativer Energie hast

Diese Techniken sind einfach zu erlernen und ohne Vorkenntnisse anwendbar.

Inhalte des Tagesseminars

Themen

- Was ist Negativität?
- Wie du negative Energie und ihre Symptome erkennst
- wie sie sich auf dein Leben auswirkt
- einfache Techniken, sich zu schützen
- Schutzkreise erschaffen mit Mantra-Meditation
- die Mantras der Fünf Elemente und ihre praktische Anwendung

Einweihung und Praxis

- Initiation in ein Mantra zum Schutz deiner positiven Energie
- Wissensvermittlung der verschiedenen Anwendungsweisen
- Herstellen eines „Raksha Bandhanas“, eines Schutzbandes
- gemeinsame Meditation mit dem Mantra
- Wissensvermittlung weiterer, einfacher Techniken, negative Energie aufzulösen
- persönliche Prozessbegleitung über Video Call und Telefon
- 1 Satsang und Erfahrungsaustausch über Video Call

Datum	30. Oktober 2021 9 – 18 Uhr
Ort	Heilzentrum Mantau, Kehlhof 2, 8409 Winterthur
Kosten	180,- CHF inkl. Lehrmaterial und Mala für die Mantra-Meditation

Bitte bring Schreibmaterial und bequeme, warme Kleidung sowie eine warme Decke und ein Kissen mit.

Heilsame Wege Heiliges Wissen aus den Lehren Sri Kaleshwars

Ausbildungsleitung Daniela Wolf

Seit 2003 bin ich direkte Schülerin des südindischen Meisters Sri Kaleshwar und von ihm persönlich autorisiert, dieses heilige Wissen der Mantra-Meditation seit 2006 zu unterrichten.
Ich hatte einen grossartigen Lehrer und bin ihm zutiefst dankbar für die vielen, im wahrsten Sinne des Wortes wunderbaren Erfahrungen, die ich in seinem Ashram und unter seiner Leitung machen durfte.

Durch die vielen Jahre der Meditation mit den Mantras hat sich in mir eine tiefe Transformation ergeben - Erfahrungen, die ich sehr gern an dich weitergebe.

Ich unterstütze dich mit all meinem Wissen und meiner Einfühlsamkeit in deinem Prozess und freue mich mit dir über deine Erfolge.

Meine spirituelle Vita

2000	Ausbildung in „Sat Nam Rasayan“, eine Heiltechnik in Meditation aus dem Kundalini-Yoga
2001 - 2008	Fünf Elemente Mantras, Shakti Patanjali Mantras, Siddhi Yoga Prozess, Shiva-Shakti Mantras, Heiliger Schoss Prozess, Panchabhuta Prozess, Parameshwara Yoga Prozess nach Sri Kaleshwar
2009 - 2010	Swami Prozess, Surya & Chandra Nadi Prozess, Kalachakra Mantras
	Gründung meines Unternehmens „spirituelle Reisen an Kraftorte in Indien“
2010	Ausbildung in mehrgenerationaler systemischer Psychotraumatologie nach Prof. Dr. Franz Ruppert
2012 – 2020	Mantra-Meditationsprozesse im Selbststudium
2016	Paramashiva Yoga Prozess begonnen
2019 - 2020	Innerer Fünf Elemente Prozess

Kontakt: danielawolf9@gmx.net, +41 - (0)52-536 27 97