



# *energeia Brief*

von Monika Crispel

---

## **Ausgabe 3, Mai 2010**

### *Inhalt*

Thematische Betrachtung zu ...	Seite 1
Aufruf	Seite 1
„freundliche“ Gedanken	Seite 5
Tipps und Erklärungen	Seite 7
Veranstaltungen, Hinweise	Seite 7
Comic	Seite 8
Kontakt	Seite 8

### *Aufruf*

Wer gerne seine Gedanken mitteilen und hier im Brief veröffentlichen möchte, sendet mir bitte seinen Text im Wordformat zu.

---

### *Thematische Betrachtung zu ...*

#### **Die Abhängigkeit, die wir täglich leben ...**

Kennt jemand auch nur einen Menschen, der wirklich von jeglicher Abhängigkeit frei ist? Ich nicht. Und wie könnte es auch anders sein, denn alle Abhängigkeit beruht auf unserer Ur-Angst, nicht geliebt zu werden.

Abhängigkeit hat viele Gesichter. Die herkömmlichsten sind zugleich die Bekanntesten: Zucker, Alkohol, Zigaretten und Drogen. Dies ist auch die Reihenfolge ihrer Akzeptanz in der Bevölkerung: Am normalsten erscheint uns der Zuckerkonsum und am verwerflichsten die Drogen. Es ist auch deutlich einfacher, jemand beim regelmäßigen Tortenessen zuzusehen, als beim Konsumieren von Rauschgift. Auch hat man von keinem Schokoladenraub gehört, hingegen das Beschaffen der Drogen einiges an Kriminalität nach sich zieht. So unterschiedlich diese Süchte nach außen hin wirken, so gleich sind sie in ihrem Inneren: bloße Abhängigkeit. Doch in diesem Artikel soll es nicht um bekannte Süchte gehen, sondern um die drei häufigsten Formen der Abhängigkeiten, die wir täglich leben: Zuwendung, Anerkennung

und Macht. Da diese äußerst umfangreiche Themen sind, ist es hier nicht möglich, die volle Tragweite in einem Artikel unterzubringen. So habe ich mich dazu durchgerungen, pro Bereich nur die offensichtlichsten Muster darzustellen, auf die wir bei uns und anderen im Leben sicher schon getroffen sind.

#### Zuwendung und Liebe

Die Abhängigkeit von Zuwendung ist die am weitest verbreitete und uns im Grunde angezuchtet: Karmisch bringen wir sie mit und werden zusätzlich von klein auf darauf gedrillt, noch tiefer in sie zu geraten. Die Abhängigkeit von Zuwendung und Liebe ist eine, die sich – nach wie vor – nicht vermeiden lässt. Da Kinder von der elterlichen Fürsorge „abhängig“ sind –

alleine schon, um zu überleben – erfahren sie schnell, auch für Zuwendung (Lob) bestimmte Erwartungen zu erfüllen. Umgekehrt lernen sie ebenso rasch, ihre Eltern (durchaus auch in Sachen Liebe) zu manipulieren und stellen ihre eigenen Forderungen. Gleich, wie sehr sich Kind und Eltern lieben – in keiner Familie gibt es ein Zusammenleben ohne Erwartung, Forderung, Wunsch, Hoffnung und Enttäuschung. Doch wie sind die Folgen? Kinder, die von der Anerkennung, Liebe und Zuwendung ihrer Eltern emotional leben, damit tiefer oder wiederholt in die Abhängigkeit zur menschlichen Liebe geraten (das tun wir alle über Jahre) werden mit diesem Muster erwachsen und gehen eigene Beziehungen ein. Befreien sie sich nicht aus der kindlichen Abhängigkeit, finden sie im zukünftigen Partner jemanden, der ihnen ihre Muster (in unterschiedlicher Form) spiegelt. Natürlich sind sie umgekehrt ebenso Spiegel für den Partner, der mit großer Wahrscheinlichkeit auch unter dem starken Einfluss des kindlichen Irrglaubens steht.

Die meisten Erwachsenen gründen eine Familie, werden Eltern und der Kreislauf beginnt von vorne. Wobei manche Eltern noch so stark in dieser ureigenen kindlichen Abhängigkeit stehen, dass sie – selbst, wenn die eigenen Kinder längst erwachsen sind – um die Zuwendung dieser buhlen, oder unter einer „unzureichenden Zuwendung“ durch ihre Kinder leiden und damit in Wirklichkeit die Ängste ihrer eigenen Kindheit und die Abhängigkeit zu ihren eigenen Eltern aus- und nachleben.

Aber auch, wenn diese starre Form der Bindung nicht geschieht, lechzt der Mensch nach Zuwendung und Liebe, denn davon haben wir alle zu wenig erhalten. Es ist vollkommen unmöglich, eine perfekte oder durchgehend glückliche Kindheit zu haben. Wenn dem so wäre, müssten die Eltern bis ins Kleinste fühlen und wissen, was ihr Nachkömmling in einem jeden Augenblick – in einer jeden Minute – der Kindheit und Jugend braucht, um sich immer vollkommen geliebt und angenommen zu fühlen. Selbst, wenn ihnen die ersten Jahre hinweg dieses Wunder gelänge, wären ihre Bemühungen spätestens mit dem Schuleintritt ins herkömmliche System zu guten Teilen zunichtegemacht. Und weil wir diese tiefen, tiefen Ängste, wie „nicht gut genug zu sein“,

„zu versagen“, „nicht geliebt zu werden, wenn wir dieses oder jenes tun oder nicht tun“ noch immer mit uns tragen, sind wir auch noch immer von der emotionalen Zuwendung anderer abhängig.

### Bereitschaft

Für Zuwendung und vermeintliche Liebe tun viele Menschen viel: Sie gehen Beziehungen ein, die sie eigentlich gar nicht wirklich wollen und sind bereit, Eigenheiten des anderen und Umstände zu akzeptieren, die ihnen nicht behagen. Nach wie vor handeln sehr viele Menschen in ihrem Beziehungsleben nach dem Motto „besser zweisam als einsam“ und akzeptieren dafür jede Menge Kompromisse. Die Angst vor der Einsamkeit und mangelnder Zuwendung ist enorm stressreich und krankmachend: Die Angst, nicht geliebt zu werden ist die Ur-Angst schlechthin.

Andere wiederum leben in einer nicht gut gehenden, unharmonischen Beziehung und finden über Jahrzehnte hinweg jede Menge Argumente, um ihr Festhalten am Unglück zu rechtfertigen: Bei den Kindern angefangen, übers Finanzielle bis hin zum Alter reicht die Palette. All diese Argumente sind gut und stichhaltig – doch sollte man sich auch im Klaren darüber sein, dass es bedeutet, aus einer Abhängigkeit heraus „das Leid“ zu akzeptieren und die Akzeptanz dessen einfach weitreichende Folgen hat. Dazu noch eine Anmerkung: Natürlich gibt es viele Gründe in einer Beziehung zu bleiben, die nicht auf einer emotionalen Abhängigkeit beruhen, doch würde die Aufzählung und Analyse derer den Umfang dieses Artikels deutlich sprengen. Hier möchte ich nur die üblichsten Merkmale der alltäglichen Abhängigkeiten wiedergeben.

### Anerkennung, Aufmerksamkeit und Beachtung

Die Abhängigkeit von Anerkennung, Aufmerksamkeit und Beachtung (eine Folge der Abhängigkeit von Zuwendung und Liebe) zeigt sich auch in den Erwartungen und Forderungen, die sich die Menschen gegenseitig stellen und dies oft ganz subtil. Hier sollen nur ein paar wenige Beispiele zur Suche nach Anerkennung gebracht werden, die wir aber alle nachvollziehen

können: Geschenke! Zum Beispiel die Erwartung, dass sich ein anderer über ein Geschenk freut, dass man selber gemacht hat. Wer möchte, fragt sich jetzt: Kann ich wirklich gut damit umgehen, wenn sich der Beschenkte weder erkennbar dankbar noch freudig zeigt? Und: Kann ich gut damit umgehen, wenn jemand mein unerwartetes Geschenk nicht annehmen möchte, weil er es entweder schon hat oder es ihm nicht gefällt oder er es einfach nicht gebrauchen kann? Bin ich in Wahrheit der Ansicht, dass sich ein anderer über mein Geschenk freuen soll (eigentlich muss) und fühle ich mich zurückgesetzt, gekränkt oder beleidigt, wenn mein Geschenk nicht entspricht? Dazu die kleine Geschichte eines Bekannten: Er war abends zum Essen eingeladen und kam mit einem Präsent. Die Gastgeberin öffnete das Geschenk und gab es ihm mit den Worten zurück: „Nein danke, dass haben wir schon. Nimm es bitte wieder mit!“. Selbst nach Monaten empörte er sich noch über das Verhalten der Frau, statt sich zu fragen, warum sein Selbstwert durch ihre einfache Tat so erschüttert war.

Ferner glauben viele Menschen, sich mit einem Geschenk (gleich ob erwartet oder unerwartet) eine Leistung einkaufen zu können. Sie verbinden es mit einer Forderung, die unweigerlich kommt – bzw. zeigen sich empört, wenn der andere sich nicht auf diese Manipulation einlässt. Aber auch das gegenseitige Schenken ist ein Thema: Erwarte ich mir ein Gegen Geschenk, weil ich selber etwas zu einem Anlass mitgebracht habe, oder ist es für mich gut, wenn der andere sich gegen das Schenken entscheidet? Ähnlich aufschlussreich ist die eigene Einstellung zu Grüßen und Wünschen. Erwarte ich mir eine Reaktion vom Erhalter meiner Gruß- und Wunschnachricht oder kann ich ausgezeichnet damit leben, dass der andere meine Grüße vermutlich vernommen hat, für sich aber die Entscheidung traf, nicht kommunikativ darauf einzugehen? Dienste und Hilfestellungen gehören ebenso in diese Kategorie.

Bei den genannten Beispielen geht es hauptsächlich um die Frage: Kann ich geben, ohne zu nehmen? Bin ich in der Lage frei zu schenken, zu grüßen und wünschen oder versuche ich unterschwellig ein Geschäft anzubahnen: Anerkennung,

Aufmerksamkeit und Beachtung im Tausch gegen etwas, was eigentlich herzlich gegeben werden sollte? Viele Menschen hätten es leichter im Leben, wenn sie sich fragen, was die wahren Motive ihrer Geschenke, Grüße, Wünsche und Dienste sind. Eine radikale Möglichkeit, zumindest dieses Verhalten für sich zu ändern, ist: Nichts mehr zu schenken, nicht mehr zu grüßen und wünschen – so lange, bis man diese Dinge frei geben kann.

Andersrum stehen viele Menschen unter dem Druck, wiederschenken zu müssen oder sonstige (vermutlich) erwünschte Reaktionen zu zeigen. Auch, wenn sie es gar nicht möchten. Fragt man sie warum, geben sie meist an, den anderen nicht verletzen zu wollen. Doch so einfach ist es in den wenigsten Fällen, denn oft ist es die Angst, sich dem anderen erklären zu müssen und damit eine Konfrontation einzugehen. Dies wiederum kann zu Spannungen, Verletzungen und Rückzug führen: Damit werden Zuwendung, Anerkennung, Aufmerksamkeit, Beachtung und manchmal sogar Liebe entzogen. Da dies unbewusst die größte Angst vieler ist, sind sie auch bereit, den heimlichen Forderungen anderer nachzukommen, um sich nicht in einer vermeintlich lieblosen Situation wiederzufinden.

### Macht und Manipulation

In der Wirtschaft heißt es, dass Erfolg einsam macht, dass es „einsam an der Spitze“ ist. Damit ist auch gemeint, dass man bei dieser Art von Erfolg viele hinter sich gelassen hat. Doch man muss kein wirtschaftlicher Kapazunder sein, um aus Teilen der Gesellschaft ausgeschlossen zu werden. Dazu genügt es, einfach „anders“ zu sein oder anderen Ideen zu folgen. Aber was ist mit der Welt passiert? Wie kann es sein, dass ein paar wenige Mächtige jahrzehntelang ein Wirtschaftssystem propagieren, das von Anfang an dem Untergang geweiht war, weil es alle logischen Denkansätze des Hausverstandes ab absurdum führt? Das ist schnell erklärt: Es geht um die Abhängigkeit von Macht und Manipulation und erst in dritter Linie ums Geld. Wer sich in diese Illusion begibt, lebt in einem Vakuum, in dem die Realität immer ferner wird und es schwer

ist, wieder herauszukommen. Um vieles leichter ist es, da überhaupt hineinzukommen: Auf seinem Gebiet erfolgreich zu sein (Beruf, Hobby, ...) bedeutet meist auch Anerkennung zu finden. Je mehr Leistung, umso mehr Anerkennung. Je mehr Erfolg, umso mehr Beachtung. Mit steigender Anerkennung und Beachtung steigert sich meist das Selbstwertgefühl. Oft glauben diese Menschen im Laufe der Zeit selbst, nun wertvoller geworden zu sein. Aus diesem neuen Wert, den sie erreicht haben, ziehen sie die Erlaubnis, Entscheidungen anderer zu beeinflussen oder gleich selbst alle Entscheidungen zu treffen. Natürlich ist das nur ein Irrglaube und der daraus gezogene Selbstwert eine leere Blase. Wenn dann aus einem nichtssagenden, unwahren Vakuum heraus Entscheidungen getroffen werden, sind diese zwangsläufig ebenso irrtümlich, wie ihre Basis.

“Es ist gut, dass die Bürger der Nation nicht unser Banken- und Geldsystem verstehen, denn wenn sie es würden, glaube ich, gebe es eine Revolution vor morgen früh.“ (Henry Ford, 1863 – 1947)

Doch die Abhängigkeit von Macht gibt es auch im Kleinen: Firmen, Vereine, Gruppierungen, Sekten und auch Nicht-Sekten – einfach überall, wo eine oder eine kleine Gruppe von Personen vorgibt, in allen Dingen besser Bescheid zu wissen als andere. Menschen, die aus diesem Glauben heraus – auch durchaus mit dem Wunsch, Gutes zu tun – für andere Entscheidungen treffen oder treffen wollen. Auch diesen Personen ist die Anerkennung – oder der Wunsch nach Anerkennung – über den Kopf gestiegen, was zu einem Macht- und Manipulationsgehabe führt. Doch auch hier beruht der Irrtum ihres Verhaltens nur darauf, ihren Mangel an Zuwendung und Liebe nicht gestillt – diesen Mangel also nicht aus sich selbst heraus gelöst zu haben. Je länger sie im bewussten und unbewussten Machtglauben leben, umso schwerer ist es für sie zu erkennen, worin sie sich befinden.

Aber auch Einzelpersonen, die nichts mit Institutionen am Hut haben, sondern alleine aus sich selbst heraus wirken, tappen oft und gerne in diese Falle. Wie zum Beispiel Menschen, die dafür bekannt sind, gute

Ratschläge zu geben und dies dann immer und immer, gerne und gerne tun – auch ungefragt. Doch die Position des Vertrauten und Unterstützenden geht mit viel Verantwortung einher. Wer sich da nicht abgrenzen kann und sich selbst nicht genügend hinterfragt – sondern es aus einem Muster heraus lebt – wird schnell übergriffig, auch enttäuscht oder erschöpft. Solche Menschen ziehen viel Wichtigkeit und Bedeutung aus diesen „Hilfestellungen“ und tun es, um ihren eigenen Minderwert zu kompensieren. Auch neigen sie dazu, sich ihren eigenen Problemen zu entziehen und suchen ständig Ablenkung. Suche nach Ablenkung ist ebenso eine Abhängigkeit wie andere Süchte. Wer Rat erteilt und daraus für sich eine Befriedigung zieht oder aber verärgert bzw. gekränkt ist, wenn der Rat nicht angenommen wurde, fühlt in Wirklichkeit Ablehnung und Zurückweisung, die mit dem Rat kompensiert werden sollten.

#### Gibt es eine Lösung?

Aus spiritueller Sicht: Ja, natürlich. Alles dient uns in Form eines Spiegels. Wir brauchen das Ausleben unserer Abhängigkeiten und die Abhängigkeiten anderer, um uns selbst zu befreien. Nachdem ein jeder Mensch mit dem Bedürfnis nach Liebe zur Welt kam und dies neuerlich in belastender Form auslebt, gibt es auch keinen Grund, sich dieser Sache nicht zu stellen. Es ist das, was es bei allen Menschen ist: Der Ruf nach Liebe, Frieden, Erfüllung und innerer Ruhe. Warum also sollten wir die Abhängigkeiten und Süchte anderer verurteilen oder verachten, wenn wir selber mit diesem Thema leben? Vielleicht nach außen hin in sozial verträglicherer Weise, doch liegt der Unterschied nur in der Form, nicht im Inhalt!

Wie auch immer unsere Emotion aussieht, das wahre Gefühl dahinter ist meist Zurückweisung, Ablehnung, Erniedrigung und Wertlosigkeit. Diese Erfahrungen sitzen tief und auch hier haben wir – wie immer im Leben – grundsätzlich drei Möglichkeiten, um damit umzugehen: An sich bewusst arbeiten und diese Scharten wieder auszuweiten (ein Prozess, der über viele Jahre geht). Oder sich zumindest der eigenen Abhängigkeit bewusst werden (das ist schon großartig!) und sie an andere

NICHT weiterzugeben. Oder weiterhin in der Abhängigkeit bleiben, weder nachdenken noch reflektieren, sich aber übers Leben und andere beschweren. Das bedeutet auch, unbewusst die eigene „Armut“ so unerträglich zu finden, dass man sich in manchen Situationen / Lebensbereichen in eine Art „Selbstherrlichkeit“ (Abwertung und Verurteilung) begibt, nur um das eigene Leid zu kompensieren. Wer Entwicklung anstrebt, wird immer wieder bei sich und anderen eine Mischung dieser drei Bewusstseinsvarianten finden. Aber es ist definitiv möglich, die eigene Abhängigkeit im Laufe des Lebens zu lösen und damit auch alle anderen freizugeben!

Erst, wenn wir fühlen, dass wir immer gut genug sind (gleich, was wir tun), weil ein jeder sein Leben nach seinem wahren Willen lebt (auch Suchtkranke), wissen wir, dass unser Leben für uns selbst gut ist, wie es ist.

Es ist so sehr wichtig, sich und anderen zu vergeben und damit anzuerkennen, dass alle in ihrem Rahmen stets das Beste tun. Das Beste, wozu man eben in der Lage ist.

Damit können wir uns aus Abhängigkeit befreien, weil wir uns jeglicher Beurteilung und Bewertung anderer – aufgrund der Tatsache, dass auch sie nur ihr eigenes Leben leben – entziehen. Und dies, weil die liebevolle Annahme unseres Selbst den

Mangel ausgleicht. Das bedeutet nicht, dass wir alles entschuldigen oder gutheißen sollen, was wir oder andere getan haben. Das bedeutet nur, anzuerkennen, dass man Fehler gemacht hat, die aus einem Irrtum heraus entstanden sind. Nämlich aus der Angst, nicht geliebt zu sein. Erkennen wir, dass wir alle stets am Üben sind, sind wir alle gleich. Es ist ähnlich dem Mut: Es fällt uns leichter mutig zu sein, wenn wir sehen, dass auch andere Angst haben.

Beginnen wir damit, zu hinterfragen, WAS wir fühlen. Danach, WARUM wir WAS fühlen. Und schließlich, WAS es für den ANDEREN bedeutet, wenn wir unseren Impulsen freien Lauf lassen und WIE es für UNS wäre, würden wir auf diese Weise behandelt werden.

Wir alle kennen den Spruch „Was du nicht willst, dass man dir tu', das füg' auch keinem anderen zu!“. Schöner ist es zu sagen „Behandle andere zumindest so gut, wie auch du behandelt werden möchtest“. Wenn wir nicht wollen, dass andere aus ihren Abhängigkeiten heraus unsere Grenzen überschreiten, dann haben wir zuerst deren Grenzen zu beachten.

© Monika Crispel, Mai 2010

---

### *„freundliche“ Gedanken*

Die Zeit verliert für einen Augenblick ihre Bedeutung. Ich fühle die Stille, die unglaubliche friedliche Ruhe in meinem Inneren. Ich fühle den Pulsschlag überall in mir. Ich höre das Pochen wie von einer großen Pumpe. Ich spüre die Vibration der Erde unter meinen Füßen. Meine Venen durchziehen sich mit voller Verbundenheit und Tiefsinnigkeit für den Moment. Alles hält für einen Augenblick scheinbar spielend an. Ich kann es sehen, fühlen ja sogar riechen. Die Luft, die durch meinen Körper fließt, welche davor von den Lungen inhaliert wurde. Alles greift ineinander. Es hat seine vollkommene Richtigkeit. Alles gehört zusammen. Nichts ist getrennt. Alles, was in einem Bruchteil einer Sekunde passiert, geschieht auch in der Gesamtheit bei jedem Einzelnen auf allen Ebenen des Seins.

Die Verbundenheit mit dem Kosmos über die Lunge und mit der Erde über die Füße stellt sich ein. Eine Verbindung, die fortlaufend scheinbar unsichtbar um uns herum und in uns wohnt. Höre hinein in dein Inneres, in deine Seele, in dein Ich oder höre etwas genauer auf deinen Verstand. Wie sie nun alle heißen mögen. Spürst du es? Dort ist etwas, dass du vielleicht noch nicht bemerkt hast oder womöglich versteckt hältst im Verborgenen. Eines haben deine inneren Wahrnehmungen gemeinsam: Das Gefühl, dass sie durchzieht wenn

du den Moment spürst, der dich als lebendiges Wesen mehr den je daran erinnert wer du bist.

Entdecke das Wunderschöne in dir. Lächle, nimm die Freude und Kraft die in dir wohnt wahr. Wie wunderbar und einzigartig du doch bist! In all deiner unendlichen Liebe. Nimm sie an, deine LIEBE. Quäle dich nicht indem du sie immer wieder von dir fort schickst. Blicke hinauf zum Himmel. Spüre die Wärme der Sonnenstrahlen und siehe die Reinheit des dich umhüllenden Lichts. Beobachte die Wolken, Bäume oder Vögel. Alles fließt einfach so, mühelos und leicht. Es ist hier nur für dich um in seiner vollkommenen Pracht und Schönheit gesehen und erlebt zu werden. Den Augenblick einmal so zu fühlen wünsche ich dir von Herzen.

Zum Verfasser: Der Verfasser möchte nicht genannt werden.

---

*„freundliche Gedanken“ in Form eines Gedichts von Susanne Jahrl*

### **Worte**

am marktplatz mögen sie wichtig sein,  
zu verhandeln die ware zum richtigen preis

doch gib acht, nur einmal unbedacht und gemein  
schaffend dämonen und pein,  
die angst hält einzug in das heim

ein fremder nun in unserem haus,  
und keiner weiß wie kriegt man ihn raus  
die düstere wolke verdunkelt das licht  
und du erkennst dein eigenes spiegelbild nicht

fort du ungetüm,  
es wird mit großen kalibern geschossen  
verletzte, wunden die bluten, rache und tod  
kein widerspruch wird gewagt in der not.  
aus einem schimpfwort ist ein krieg entbrannt  
nur weil der nachbar hats falsch erkannt

aus freund wird fein und das zieht kreise,  
wies begann ist nebensache  
bestrafung des gegners ist die weise.

nun regiert die angst im ganzen land  
und woher kommts –  
mit einem unachtsamen wort beganns.

das ist doch zu blöd,  
jetzt mischt sich doch die liebe ein  
und überstrahlt alles mit ihrem hellen schein.  
sie durchdringt den knoten der dunkelheit nun  
und spricht dabei mit warmen ton:

sorgsam wähle deine worte als ausdruck der liebe,

dann heilen sie und vergeben aus der tiefe  
als waffe genutzt verteilen sie hiebe  
dies soll heute jeder hören,  
denn Waffen verletzen und zerstören.

und fühlst du dich als opfer nun –  
vergib allen und frag:  
was würde die liebe jetzt tun?

Zur Verfasserin: Susanne Jahrl ist eine vielseitig begabte Kreative, die mit ihren Ideen stets neue Ansätze ins Leben bringt. Derzeit ist sie sehr im Wiener Neustädter Verein kreARTiv tätig. Besucht ihre Homepage mit Auszügen zu ihrer Arbeit: [www.artfox.cc](http://www.artfox.cc)!

---

### *Tipps und Erklärungen*

Das Wort „Sucht“ stammt nicht von „Suche“ oder „suchen“ ab, sondern von „siechen“, dem Leiden an einer Krankheit. Menschen, die süchtig sind, sind nicht sensibler als andere, neigen aber zum Fluchtverhalten.

---

### *Veranstaltungen meinerseits*

Am 8. Mai um 12:45 Uhr und am 9. Mai um 14:15 Uhr halte ich je einen Vortrag zur Arbeit mit Licht und bedingungsloser Liebe: Esoterik-Messe, Stadthalle Wien, Eintritt: Messeeintritt.

Am 15. und 16. Mai ab 10 Uhr veranstalte ich das weiterführende Seminar 2 zur Arbeit mit Licht und bedingungsloser Liebe: Der Veranstaltungshinweis wurde bereits gemailt, ansonsten findet Ihr hier nähere Infos zum Seminar: <http://www.energeia.at/licht-und-liebesarbeit.htm>.

Am 29. und 30. Mai ab 10 Uhr veranstalte ich wieder ein Seminar 1 zur Arbeit mit Licht und bedingungsloser Liebe: Der Veranstaltungshinweis wurde bereits gemailt, ansonsten findet Ihr hier nähere Infos zum Seminar: <http://www.energeia.at/licht-und-liebesarbeit.htm>.

### *sonstige Veranstaltungen und Hinweise*

Die Esoterikmesse findet wieder vom 7. bis 9. Mai in der Wiener Stadthalle (Halle E) statt. Die Öffnungszeiten sind freitags von 14:00 bis 19:00 Uhr, samstags von 11:00 bis 19:00 Uhr und sonntags von 11:00 bis 18:00 Uhr. Der Eintritt beträgt 10,00 Euro, ermäßigt 8,00 Euro und für Kinder bis 14 Jahre ist der Eintritt frei.

Monika Juritsch veranstaltet am 25. Mai eine Energie-Arbeitsgruppe zum Thema „Stress und mentale Gesundheit“: Diese Gruppenarbeit findet in Bad Fischau-Brunn abends von 18 bis ca. 20:30 Uhr statt. Nähere Infos unter <http://saggesund.jimdo.com>. Anmeldungen unter [nixe\\_2@gmx.at](mailto:nixe_2@gmx.at) oder 0676 3609784.

Der Verein kreARTiv – Verein zur Förderung Kreativer und Kunstschaffender – veranstaltet regelmäßig Veranstaltungen zu den unterschiedlichsten Bereichen. Ein Besuch auf deren Homepage zahlt sich aus, es gibt sicher etwas zu entdecken: [www.kreartiv.net](http://www.kreartiv.net).

---

### Comic über die Bibel



Dieser Comic stammt aus der Feder von Karl Berger und wurde kostenlos zur Verfügung gestellt. Vielen Dank, lieber Karl! Seine Seite findet Ihr unter: [www.zeichenware.at](http://www.zeichenware.at).

---

Die nächste Ausgabe *energeia Brief* erscheint im Juni 2010.

#### Kontakt:

Monika Crispel  
Strohmayergasse 11/22  
1060 Wien  
+43 699 19676394  
[mc@energeia.at](mailto:mc@energeia.at)  
[www.energeia.at](http://www.energeia.at)