



1. Massage- und Berührungskompetenzen

Welche Ausnahmesituation! Aufgrund der aktuellen „CORONA“-Krisenlage mussten verordnet alle Seminarzentren, Massage-Anbieter und Yogazentren schließen. Auch alle Kuschelpartys, Osterseminare und Yogareisen fallen in Sachsen bis mindestens 20.4. aus. Einige Schwitzhütten und Feuerrituale haben am 20./21. März noch stattgefunden, bevor die Ausgangsbeschränkungen und Ausgangssperren endgültig alles zum Erliegen gebracht haben. Nach der Schließung aller Gastronomie, des Einzelhandels und sonstiger öffentlicher Räume ist seitens der sächsischen Staatsregierung ein Umgangston an den Tag gelegt worden, der sehr nachdenklich macht und wonach Personen ab Sonntag, den 22. März, „die sich bewusst in Gruppen treffen, mit einer Freiheitsstrafe von bis zu zwei Jahren bestraft werden“. Wir können nur hoffen, dass diese Situation nicht noch mehr eskaliert und sich die Lage baldigst wieder normalisiert.

AnuKan®-Termine Massageausbildung/Beraterausbildung sind verschoben worden:

- Der vierte Ausbildungsjahrgang konnte sein geplantes 5. Modul Ende März nicht durchführen und bekommt dafür den Nachholtermin Ende Juni (26.-28.6.) in Goßberg. Dafür bleibt vorerst der Termin Ende Mai (vom Herrentag 21.5. bis 24.5.) in Dresden wie avisiert bestehen, in der Hoffnung, dass das AnuKan®-Zentrum dann wieder geöffnet ist.
- Für den fünften Ausbildungsjahrgang musste der geplante Start von Anfang April auch verschoben werden. Die drei avisierten Termine ab August 2020 sollen stattfinden und dazu wird es noch drei neue Termine für 2021 geben.
- Die AnuKan®-Sexualberater-Ausbildung hat zum letzten geplanten Termin am 26.3. für einen Tag versuchsweise online stattgefunden und wird Anfang Juni einen würdigen Abschluss finden.

Wenn das AnuKan®-Seminarzentrum ab 20.4.2020 wieder öffnen kann:

dann freuen wir uns auf den → **Sarong-Tanz mit Mariann** am Freitag, den **24.04.** wie im letzten Newsletter angekündigt und auf die Veranstaltung → **„Schamanisches Bondage & Meditation“** am Samstag, den **25.04.** (10:00 bis 18:00 Uhr), siehe www.veranstaltungen.anukan.de/node/2270

Falls die Ausgangssperren und das Versammlungsverbot bis dahin wieder aufgehoben worden sind, dann gibt es unser auch unser Wiedersehen zum **4. AnuKan-Blütenfest** für alle AnuKaner im **Chemnitzer Yoga-Zentrum** am **1. Mai 2020** wie geplant. Ein Doodle-Link für die Teilnahme wird versendet, sobald klar ist, ob es stattfinden kann.

Treffen der Newsletter-SchreiberInnen in Berlin

Am 15. März habe ich mich mit Dietmar vom „**Liebeskunst-Netzwerk-Newsletter Berlin**“ getroffen. Diesen Newsletter gibt es schon seit 10 Jahren wöchentlich. Die Idee zur Berliner Vernetzung entstand während der Zeit und mit den Kontakten von Dietmar im ZEGG. Unser kleiner Erfahrungsaustausch fand unter erschwerten Bedingungen statt, aber zumindest hatte die Gastronomie noch geöffnet und es gab zu der Zeit noch keine Ausgangssperre. Auch die Berliner legen jetzt grad vielfältige online-Angebote auf. Wer sich informieren möchte, hier <https://liebeskunstnetzwerk.de/liebeskunst-netzwerk-newsletter> oder gleich eine Mail an: liebeskunst-netzwerk@berlin007.de



Für TANTRA-Lesewillige: Tantra-Zeitschrift & Newsletter-Archiv

Wer sich Ostern trotzdem mit Tantra beschäftigen möchte und seine Bücher zum Thema schon ausgelesen hat, findet vielleicht in den Tantra-Newslettern von Regine Heckert & Coautoren ein paar Anregungen: www.tantranetz.de
Die Zeitschrift **Connection Tantra Spezial** ist seit Ausgabe 77 ein reines Tantra-Magazin, das zweimal im Jahr erscheint. Probelesen und Inhalte ansehen hier: <http://archiv.connection.de/index.php/magazintexte/tantra/> Bestellen in print oder pdf-download könnt Ihr hier: https://syntropia.de/connection-tantra-spezial-c-181_182_926.html Lieferbar vom Connection Verlag sind aber auch Themen-Hefte zu Ökologie, Buddhismus, ganzheitliche Heilmethoden, Bewusstsein, Spiritualität, Naturheilmedizin, Liebe, Kreativität, Meditation und Astrologie. Und auch zum Schamanismus gibt es eine **Connection Schamanismus Spezial** siehe https://syntropia.de/connection-schamanismus-spezial-c-181_182_925.html

Tantra in Motion - Reflexion eines WE-Seminars bei AnuKan® Erfahrungsbericht von Katrin, AnuKan®-Ausbilderin

Eigentlich hatte ich ja gedacht, ich kann gut massieren. Aber, wie Osho schon sagte, Massieren ist eine so feine Kunst, dass man nie auslernen kann. Zum Ende des Wochenend-Seminars (29.2.-1.3.2020) fühlte ich mich jedenfalls durch und durch berührt, bewegt & gut gedehnt – und ich merkte, wie zwischen den Zellen wieder Platz entstanden war für die Lust...

36. Newsletter der AnuKan®-Buddies, März 2020

Die Tools von „Tantra in Motion“ gehören eigentlich in jede (sinnliche) Massagesession, zumindest sollte jede/r gute AnuKan-MasseurIn darüber verfügen. In der Tantra-Szene kenne ich nur zwei Anbieter für derartige Bewegungs-Tools.

In dem Seminar von Michael (Amakido Freiburg, siehe <https://amakido.de/wir/team-seminar/michael-seminarleiter>) und Matis d'Arc (Luhmen d'Arc Berlin, siehe <http://www.luhmendarc.de/uns/#matisdarc>) ging es u.a. darum, eine grundlegende Art von Führung in der Massage auf der Körperebene zu etablieren. Ist diese Haltung klar, überträgt sie sich automatisch auf die Gäste. Dadurch ist viel, sehr viel, Nähe möglich, ohne dass es zu respektlosen Handlungen von Gästen kommt. Diese Werkzeuge sollten eigentlich zur Grundausbildung von MasseurInnen und SexarbeiterInnen im Erotikbereich gehören. Im Laufe des Wochenendes konnten wir die 9 Prinzipien von „Tantra in Motion“ verstehen und erleben. Dazu gehören u.a. Hebel und Drehachsen, Nähe und Distanz oder psychoaktive Sequenzen. Mit unterschiedlichen Bewegungselementen, fordernden Dehnungen, kraftvollen Umarmungen und dynamische Positionswechsel sowie der gewandten Nutzung der Schwerkraft kommt nicht nur Schwung in die Massage, sondern auch ein ganz eigener Flow in die Sinnlichkeit.

Der andere Anbieter, Ingo Michaelis aus Berlin (BODY IN eMOTION, siehe <https://www.bodyinemotion.de/bewegung-in-der-massage>), ist eng mit Diamond Lotus verbunden, gibt aber seine Workshops auch für andere führende Tantra-Institute wie Michaela Riedl. Ansonsten gibt es eine große Nachfrage, aber m.E. zu wenig Menschen, die das unterrichten.

Kleiner Tipp am Rande → hier könnte ein neues Betätigungsfeld auf Dich warten, wenn Dich das Thema packt und du Dich hier zum Experten entwickeln willst. Das Thema hat enorm Potential und passt super gut ins AnuKan®-Konzept.

Wir haben uns entschlossen, im Rahmen der nächsten AnuKan®-Supervision (29./30.08.2020) einen Tagesworkshop mit Ingo anzubieten. Ich würde mich sehr freuen, möglichst viele von Euch dann zu treffen – es lohnt sich! (Preis für beide Tage: 170 Euro Frühbuchepreis, inklusive Schwitzhütte am 28.08. bei rechtzeitiger Anmeldung)

Mit herzlichen Grüßen, Katrin Laux



2. Sexualität - Lebenskraft

Heißes Wasser: Simpel aber wirkungsvoll

Um unsere Lebenskraft zu stärken, stelle ich hier regelmäßig im Wechsel Atmungstechniken und Impulse zur Ernährung vor. Natürlich hab' ich mich gefragt, ob pures „Wasser“ vielleicht nicht zu simpel ist. Die Kenner des Ayurveda mögen mir verzeihen, aber nicht alle kennen vielleicht diese grundlegenden Fakten, die ich hier nun doch gern einmal teilen möchte. Denn eine Tasse heißes Wasser am Morgen, in kleinen Schlucken getrunken beim barfüßigen Kneipp-Gang über die Wiese, ist mir zum schönen Ritual geworden. Danach bin ich definitiv wach, fühle mich gereinigt und die Zellen beginnen zu arbeiten. Regelmäßig heißes Wasser trinken ist eine einfache ayurvedische Empfehlung.

„Die überlieferten ayurvedischen Texte sind voller Hinweise zu allen natürlichen Arten von Wasser. Ob Brunnenwasser, Teichwasser oder Regenwasser – unser wichtigstes Element und seine Auswirkung auf unser körperliches Wohlergehen werden ausführlich beschrieben. Die wichtigsten Vorteile von Wasser aus ayurvedischer Sicht: es wirkt Müdigkeit entgegen, Wasser unterstützt die Strahlkraft der Haut, Verdauungsproblemen wird vorgebeugt, Wasser erfrischt und wird leicht vom Körper aufgenommen. Wasser auf nüchternen Magen verbessert Regeneration- und Reinigungsvorgänge, die der Körper jede Nacht automatisch vollzieht. Denn nachts arbeitet etwa die Leber verstärkt. Manche Menschen haben eine trockene Haut und großen Durst, obwohl sie sehr viel Wasser trinken. Die grundlegende Ursache kann ein zu niedriges Agni (Verdauungsfeuer) sein. Darüber hinaus könnte Ama (Stoffwechselrückstände) den Weg des Wassers zu den Zellen blockieren. Um die Feuchtigkeitsaufnahme zu unterstützen, ist es nach Ayurveda empfehlenswert, Wasser im offenen Topf ca. zehn bis zwanzig Minuten lang zu kochen. Durch das Kochen wird das Wasser mit Energie angereichert und gewinnt an einer Qualität, die im Ayurveda sukshma (= fein, subtil) genannt wird, die die Reinigung der feinen Körperkanäle durch tieferes Eindringen in die Physiologie ermöglicht. Bei kaltem Wasser dagegen verbraucht der Körper Energie, um es auf Körpertemperatur zu bringen.

Das gekochte heiße Wasser regt unmittelbar Agni an, wodurch die Nahrung bei der Mahlzeit besser verarbeitet und aufgenommen werden kann. Zwischen den Mahlzeiten getrunken kann es überdies die Ausscheidung wasserlöslicher Toxine aus den Dhatus (Körpergeweben) wirkungsvoll unterstützen. Die Lehren des Ayurveda empfehlen, über den ganzen Tag verteilt regelmäßig kleine Mengen heißes Wasser zu trinken. Wer sich etwa eine Stunde nach dem Essen durstig fühlen, spürt, wie der Körper Wasser für die Verdauung benötigt.“

Mehr zum Thema z.B. hier: <https://blog.sonnhof-ayurveda.at/warmes-wasser-trinken-ayurveda>

Oder hier: <https://www.praxisvita.de/das-einfachste-medikament-der-welt-heisses-wasser-13918.html>



3. Persönlichkeit

Mutiger Mensch des Monats: Dr. Masaru Emoto

(1943 – 2014, japanischer Alternativmediziner, spiritueller Forscher und Buchautor)

Masarus Theorien zu den durch Information beeinflussbaren Wasserkristallen werden von der Fachwelt als para- bzw. pseudowissenschaftliche Ansätze bezeichnet. Wer war dieser Mensch und wie kam er zu seiner Hypothese, dass das Wasser ein Gedächtnis und eine Art von Bewusstsein in sich trägt?

Masaru wurde im Juli 1943 in Yokohama geboren. Er graduierte an der Universität von Yokohama im Fachbereich Sozialwissenschaften mit dem Schwerpunkt Internationale Beziehungen. Im Austausch mit amerikanischen Kollegen erfuhr er von dem in den USA entwickelten „Micro-Cluster-Water“ (ebenfalls wissenschaftlich umstritten: belebtes Wasser oder ionisiertes Wasser, siehe <https://www.aquahealthproducts.com/micro-clustered-water>) und der Technologie der Magnetfeldresonanz-Analyse. Seitdem galt sein ganzes Streben dem Geheimnis des Wassers. Er forschte und experimentierte mit dem MRA Gerät (Magnetic Resonance Analyser). In seiner Tokioer Praxis untersuchte er jahrelang Patientendaten auf Gemeinsamkeiten bzgl. Krankheitsbild und Therapieverlauf. 1986 gründete er die IHM (International Hado Membership) Corporation in Tokio. Hado steht für magnetische Resonanz. Die Open International University verlieh ihm 1992 den Dokortitel in Alternativer Medizin. 1999 veröffentlichte er sein erstes Buch zu den Wasserkristallen. Masarus weltweite Wasseruntersuchungen waren mehr von seinen ungewöhnlichen Denkansätzen geprägt, als von wissenschaftlichen Überlegungen. In ausgedehnten Versuchsreihen dokumentierte er, wie sich das Wesen des Wassers in seinen Eiskristallen zeigt. Das von ihm entwickelte Fotografieverfahren zur Sichtbarmachung von Wasserkristallen wurde von Ernst F. Baun (<https://wasserkristall.ch/herstellung>) weiterentwickelt und wird für Trinkwasser-Visualisierungen heute noch angewandt (siehe <https://misterwater.eu/wasserkristallbilder-nach-masaru-emoto>).

Seit etwa 15 Jahren bildet die „Emoto’s International Hado Instructor School“ die zertifizierten „Hado Instructors“ aus. Die Seminarteilnehmer lernen das Hado-Messverfahren kennen, werden in Zen Buddhismus geschult, nehmen an Wassersegnungszeremonien teil und erfahren so die Kraft von Gebeten für das Wasser. Masaru träumte auch von einer „Hado University“. Im August 2020 soll die 30. Internationale Hado Instructor School in Tokyo stattfinden.

Als er Masaru Großvater wurde, dachte er, dass er etwas für die Zukunft seiner eigenen Enkel tun müsse, damit die Welt friedlicher und ein besserer Platz werden kann. So entstand das „EMOTO PEACE PROJECT“. Diese Idee und seine Mission wurde unter anderem bei den Vereinten Nationen in einem Vortrag vorgestellt und er begann 2006, die Kinderversion von seinem Buch „Botschaft des Wassers“ kostenlos für die Kinder auf der ganzen Welt zu verteilen. Sein Ziel war, mindestens 6,5 Millionen Bücher für die Kinder zur Verfügung zu stellen. Auf jeder Vortragsreise berührte, bewegte und begeisterte Masaru vielen Menschenherzen mit seiner speziellen Warmherzigkeit und vor allem mit seinem Humor.

Masaru hat mit seiner Forschung bewirkt, dass viele Menschen das Element Wasser mit anderen Augen sehen. Im Bereich Wasserenergetisierung wird sein Name des Öfteren erwähnt. Wenn seine Theorie stimmt, dann hat er nicht nur das Wasser erforscht, sondern auch das menschliche Bewusstsein. Wenn man bedenkt, dass der erwachsene Mensch zu 60-70% aus Wasser besteht, kann man sich leicht ausmalen, welche fatalen Auswirkungen es auf den gesamten Organismus hat, wenn unser Wasser im Körper und das, welches wir trinken, nicht mit guten Gedanken und Emotionen „bestückt“ ist. Am 22.03. dem UN-Weltwassertag, der seit 1993 jedes Jahr stattfindet, konnte in Chemnitz die geplante „Water Blessing Ceremony“ aufgrund der aktuellen Situation nicht *gemeinsam* stattfinden. Aber wir haben jeden Tag die Möglichkeit unser Wasser zu segnen und uns bewusst zu machen, in welchem Luxus wir mit Wasser leben, wie wir es konsumieren und damit umgehen.

Quellen: <https://hado.com/ihm/company/emoto/> und <http://emoto-office.de/>

Fotos zu den Wasserkristallen: <https://www.pravda-tv.com/2012/01/wasser-zeigt-gefuehle/>



4. Raum, Raum halten und Atmosphäre

Kraftplatz des Monats – Biwa-See, Präfektur Shiga, Japan

Der Biwa-See ist der größte See Japans, im Zentrum Japans nahe Kyoto gelegen und das Wasserreservoir der Region Kinki, in der die meisten japanischen Kaiserstädte lagen. 15 Millionen Menschen versorgt der See mit Trinkwasser. Geologischen Forschungen zufolge entstand der See vor etwa 4 Millionen Jahren. Er ist vermutlich der drittälteste See in der Welt nach dem Baikalsee und dem Tanganjikasee. Der Süden des Sees wird von der Stadt namens Ōtsu und deren Vororte umfasst. Im Norden reichen die Bergwände teils direkt bis ins Wasser. Hier ist die Wasserqualität sehr gut. Berghänge am Westufer und Landstriche mit Städten am Ostufer runden das Bild ab.

36. Newsletter der AnuKan®-Buddies, März 2020

Die Strände bei Omi-Maiko wurden 2006 vom japanischen Umweltministerium aufgrund der Wasserqualität unter die 12 schönsten Japans aufgenommen. Am bekanntesten ist wohl der Shirahige-Schrein in Takashima in der Präfektur Shiga mit einem Torii-Tor direkt im Biwa-See. Der Shirahige-Schrein befindet sich im Nordwesten des Biwa-Sees und wurde vor 2.000 Jahren erbaut.

In den 70er Jahren muss der See so verschmutzt gewesen sein, dass das Ökosystem kurz vor dem Kippen war, die Tierwelt litt und unangenehme Blaualgen breiteten sich unkontrolliert aus. Durch verschiedene Aktionen und Projekte vor allem der lokalen Bevölkerung aber auch der Präfekturverwaltung, konnte die Verschmutzung deutlich reduziert werden. Der See soll damals so verschmutzt gewesen sein, dass schreckliche Gerüche aus dem See kamen. Dr. Emotos fotografierte Kristallstruktur zeigte das Bild einer „beklagenswerten Gestalt des Wasserkristalls“.

Am frühen Morgen des 25. Juli 1999 trafen sich 340 Menschen zu einer Wasserzeremonie am Biwa-See. Wenige Tage nachdem Dr. Emoto und Dr. Shioya (siehe AnuKan-Newsletter August, Heilatmung) mit den Menschen dort die Gebete gesprochen haben, berichtete die Lokalzeitung, dass plötzlich keine schlechten Gerüche mehr vom See ausgingen. Dr. Emoto beschreibt die Wasser-Zeremonie wie folgt: das Wasser wird mit Achtung und Respekt angesprochen. Ähnlich wie in einem Ho'oponopono (hawaijanisches Vergebungsritual) beginnt man mit einem Gebet und entschuldigt sich direkt beim Wasser dafür, dass man an einer Verschmutzung beteiligt war. Man bittet um Verzeihung und Vergebung, man dankt und segnet. Auch die Indianer kannten solche Wasser-Zeremonien. Auch ihnen ist das Wasser besonders heilig und sie ehren es als Lebensgrundlage.

Mehr Infos hier: <http://emoto-office.de/wasserzeremonie> **und mehr Bilder hier:** <https://www.ana.co.jp/de/de/japan-travel-planner/shiga/0000001.html> **und auch hier:** <https://thehangrystories.com/2015/12/21/biwa-see/>



5. Kommunikation

Kraft-Buch des Monats: „Lebe mit Lust und Liebe: Meine Ratschläge für ein erfülltes Leben“ (Dr. Ruth Westheimer, 2015, Verlag Herder)

Meine Mutter fand einen Zeitungsartikel über diese großartige Sexualtherapeutin (MZ, 21./22.3.): Dr. Ruth Westheimer spricht auch noch mit über 90 gern über guten Sex. "Sie hat nicht nur die amerikanische Nation, sondern die halbe Welt sexuell aufgeklärt", schreibt die FAZ über die 1,40 m große und in New York lebende Jüdin. Ihr Lebensmotto: Koste dein Leben aus! Trotz ihrer tragischen Biografie als Überlebende des Holocaust, Kämpferin im Palästina-Krieg und Emigrantin, zeigt sie, wie man lernen kann, immer nach vorne zu schauen, offen für Neues zu sein und an sich selbst zu glauben. Die Autorin, wurde 1928 in Frankfurt am Main geboren, entkam als Tochter jüdischer Eltern 1938 in die Schweiz, studierte später an der Sorbonne Psychologie, bis sie ein Stipendium in die USA führte und sie in Soziologie promovierte. Sie referierte als Dozentin an renommierten Universitäten wie Harvard, Yale und Princeton und machte sich durch zahlreiche Medienauftritte einen Namen: Dr. Ruth. Sie sprach über Aids, setzte sich für legale Abtreibung und Homosexualität ein. Mehr als 450 Fernsehsendungen hat sie gestaltet. Ihr Credo: in der jüdischen Tradition war Sex nie eine Sünde, Sex in der Ehe soll Spaß machen und es gibt sogar die Verpflichtung des Mannes seine Frau zu befriedigen. Im Interview sagt sie auf die Frage, was sich in den letzten 40 Jahren an den Fragen der Klienten in der Sexualtherapie geändert hat: „Frauen fragen immer noch, wie sie zum Orgasmus kommen können, Männer fragen immer noch, wie sie einen vorzeitigen Orgasmus vermeiden können und ob man einen großen Penis braucht, um eine Frau zu befriedigen. Aber was sich geändert hat, ist die Sprache. Man spricht heute viel expliziter über Erektion, Masturbation und Orgasmus.“ 2015 wurde ihr ein eigener Kinofilm gewidmet „Ask Dr. Ruth“. Leider gibt es davon (noch) keine deutsche Version. Das obige Buch erklärt ihren Lebensweg und ihren Therapieerfolg durch ihre positive Lebenseinstellung und unverblümete Art die Dinge anzusprechen. Insgesamt hat Dr. Ruth über 40 Bücher geschrieben, wie z.B. auch „Silver Sex: Wie Sie Ihre Liebe lustvoll genießen“.

Blick ins Buch hier: www.amazon.de/Lebe-mit-Lust-Liebe-Ratschläge/dp/3451348187

Trailer zum Film hier: www.youtube.com/watch?v=CTLwBeyjPWl **und ein gekürztes Interview mit Dr. Ruth hier:** www.augsburger-allgemeine.de/panorama/Ruth-Westheimer-Sex-sollte-etwas-Privates-sein-id57071346.html



6. Sinne – Unsere Tore zur Welt

Kraft-Klang des Monats: „Sing the water song“ von Irene Wawatie Jerome (nur online, 2002)

Wasser-Lied einer Großmutter für ihre Enkelin: Es gibt viele Wasserlieder für Frauen aus vielen verschiedenen Kulturen, und alle haben eine tiefe Bedeutung und Schönheit. Das Wasserlied in diesem Video hat einen Text, der leicht zu erlernen ist und nicht lange zum Singen braucht. Auf dem „Circle of All Nations Gathering“ 2002 in Kitigan Zibi Anishinabeg in Ottawa, Kanada, bat Großvater William Commanda um ein Wasserlied. Damit die Frauen der Versammlung es lernen würden und es auf der ganzen Welt verbreiten. Großmutter Louise Wawatie brachte Großmutter Nancy Andry das Wasserlied bei, damit sie ihre Mission zur Verbreitung beginnen konnte. Im Jahr 2017 traf sich Großmutter Nancy wieder mit den Ältesten in Kanada, und obwohl Großvater William und Großmutter Louise sich schon „auf zu die anderen Ufern“ gemacht hatten, waren sich alle einig, dass wegen der zunehmend ernstesten Gefahren, denen unsere Gewässer heutzutage ausgesetzt sind, ein Video des Liedes gemacht werden sollte, um den Unterricht zu beschleunigen. So gaben die Familien Wawatie und Commanda sowie der Circle of All Nations Foundation und der Elders die Erlaubnis, das Lied in diesem Video aufzunehmen.

Dieser Algonquin Water Song drückt liebevolle Dankbarkeit für das Wasser aus und erhöht das Bewusstsein und die Verbindung von Frauen mit dem größten Geschenk von Mutter Natur. „Das Lied ist leicht zu lernen und wir hoffen, dass Millionen von Frauen es singen und so ihre eigene Verbindung und ihr Bewusstsein für das Wasser schärfen, mit dem sie täglich interagieren, sogar unter der Dusche oder am Waschbecken. Singen Sie es 4 Mal in jede der 4 Richtungen. Wir glauben, dass dies ein kraftvoller Schritt zur Veränderung ist, der sowohl zu einer spirituellen als auch zu einer ökologischen Veränderung auf unserem Planeten führt.“

Grandma Nancy Andry sagte auch: „Wir singen dieses Lied mit der Liebe wie ein Schlaflied. Das Lied bedeutet, dass das Wasser das Lebensblut unserer Mutter, der Erde, ist. Wasser ist das Lebensblut unseres eigenen Körpers“.

Song hier zum Reinhören: <https://youtu.be/KC2FHciQ0sU>

Lyrik & Hintergründe zum Song: www.singthewatersong.com/songlyrics



7. Spiritualität

**Hast Du jemals an die Träume gedacht, die die Steine,
das fließende Wasser oder die Bäume des Waldes haben?
Vielleicht träumen sie von dir, der du ja zur selben,
empfindlichen Welt gehörst, mit Ihnen durch ein Netzwerk von Energie
und subtilen Schwingungen verbunden bist. Liebe sie, denke oft an sie,
und sie werden in deinen Träumen auftauchen."**

(Indianerweisheit: Verfasser unbekannt)

**Es begrüßt Euch ganz herzlich,
Petra, alias AMU-PURA, AnuKan®-Masseurin**

Redaktionsschluss Newsletter 4/2020: 15. April 2020. Beiträge, Korrekturen, Richtigstellungen oder fachliche Hinweise sind erwünscht. Abmeldungen vom Newsletter sind jederzeit möglich.

Genutzte Quellen und Haftungsausschluss: Diese Zusammenstellung erfolgte ohne gewerbliche Absichten und ist soweit möglich mit den entsprechenden Quellenangaben versehen (Chakren-Symbole siehe <http://sacredcenters.com>). Für die meisten Artikel wurde auch Wikipedia und Fotos nach Wikimedia Commons Richtlinien als Quelle genutzt. Diese Sammlung widerspiegelt die Aspekte unserer Ausbildung. Es wird keine Haftung für die Richtigkeit der Angaben übernommen.