

Des Rätsels Lösung

Liebe Leserin, lieber Leser,

raten Sie gerne Kreuzworträtsel? Oder haben es zumindest schon mal versucht – ein Monatsname mit drei Buchstaben z.B.? Es kann Spaß machen, das passende Wort zu der Umschreibung des Begriffs zu suchen – und zu finden. Und die Antwort, ob die Lösung stimmt, steckt schon im Rätsel selber: die Worte, die sich kreuzen, geben durch die übereinstimmenden Buchstaben die Bestätigung, dass das gefundene Wort richtig ist.

Wenn bei einer gefundenen Rätsellösung die Gewissheit kommt „Ich hab’s!“, kann Freude entstehen. Es wird innerlich heller, sprichwörtlich „geht ein Licht auf“. Dem gedanklichen Suchen hat sich ein neuer, bisher unbekannter Zusammenhang erschlossen.

Was man weiß oder nicht weiß, hat gewöhnlich mit dem Verstand oder auch mit dem Gedächtnis zu

tun. Darüber hinaus gibt es auch ein „Wissen“, das sich auf ein Gefühl stützt – ohne dass man es rational begründen kann. Z.B.: „Ich weiß, dass das nicht stimmt, was mir gerade erzählt wird“ – weil ich es spüre. Oder: „Ich habe gewusst, dass es so kommen wird“ – weil ich es vor mir gesehen habe. Diese oder ähnliche Empfindungen sind gar nicht so selten. Aber wie bewusst bekommen wir sie mit?



Für jemand, der sich mit Verkehrsregeln gar nicht auskennt, mag es unverständlich sein, warum Autos an bestimmten Stellen stehen bleiben (bei roter Ampel) oder wieder losfahren (bei grüner Ampel), warum verschiedenfarbige Lichter an den Autos aufleuchten (beim Blinken oder beim Bremsen) und was das bedeuten soll. Mit der Zeit wird er einen Teil der Eindrücke verstehen und zuordnen lernen. Durch den Besuch einer Fahrschule kann das Verständnis noch weiter ausgebildet werden. Die „rätselhaften“ Phänomene finden eine Lösung.

Wenn man dem *inneren Wissen*, das oben beschrieben wurde, Aufmerksamkeit entgegenbringt, können auch auf dieser Ebene Zusammenhänge verständlich werden. Viele Eindrücke, die oft nur als unbestimmtes Gefühl erlebt werden, können auf die Welt des Feinstofflichen aufmerksam machen. Solange sie unverstanden bleiben, erscheinen die Situationen rätselhaft.

Es muss aber nicht beim „Rätselraten“ bleiben. Die Göthertsche Methode bietet Übungsmöglichkeiten, die dieses feinstoffliche Empfinden und Erleben bewusster werden lassen. Man kann den Wahrnehmungen wieder mehr vertrauen, weil die Fähigkeit dafür trainierbar ist. Dann finden sich Antworten und Lösungen für das, was unverständlich schien. Davon sprechen die Beiträge in dieser Ausgabe. – Und es ist wie beim Autofahren: Wenn man die Verkehrsregeln kennt, kann man selber am Steuer sitzen und freier bestimmen, wo es lang geht.

Aus der Forschungsarbeit von Ronald Göthert haben sich auch Ansätze ergeben, wie scheinbar unerklärbare Phänomene verständlich werden – z.B. die *feinstofflichen Ursachen bei Rückenschmerz*. In einer Vortragsreise wird Ronald Göthert aus seinen Praxiserfahrungen zu diesem Thema berichten.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre!

Reiner Marks

Reiner Marks
Redaktion Feinstoffblick

P.S. Ein kleiner Spiegel ist hilfreich, um die Botschaften in dem Titelbild leichter lesen zu können.

Entwicklung der vergessenen Sinne

Aus der Kursreihe „Lehre des Feinstofflichen“

Ein komisches Gefühl kommt auf und man dreht sich um – und sieht, dass jemand einen von hinten anstartet. Diese Person war in dem Moment für einen nicht sichtbar, aber dennoch spürbar. Eine Wahrnehmung, die bekannt sein dürfte – doch woher kommt sie?

Wahrnehmungen wie diese kommen aus einem Sinnesbereich, der in uns Menschen zwar angelegt ist, doch oft nicht entwickelt wurde. Es ist die Wahrnehmung des Feinstofflichen, das in jedem Augenblick eine Wirksamkeit auf uns hat. Der Feinstoffkörper, der den physischen Körper durchdringt und umgibt, hat ein Sensorium, das vieles „Unsichtbare“ wahrnehmen kann. Vielleicht ist diese Wahrnehmungsfähigkeit auch vergessen worden, weil wir die Aufmerksamkeit so stark auf die physische Materie gerichtet haben.

Es ist möglich, diese feineren Sinneswahrnehmungen (wieder) zu entdecken und zu verfeinern, und dadurch eine erweiterte Perspektive auf viele Lebensbereiche zu bekommen.

Die Kursreihe „Lehre des Feinstofflichen“ ist ein Übungsfeld, wo die Sinne für das Feinstoffliche trainiert werden.



Spüren, was einem gut tut

Bevor wir etwas essen, haben wir gelernt mit den Sinnen zu prüfen, ob es in Ordnung ist: ob es noch appetitlich riecht, oder ob Schimmel oder faulige Stellen dran sind. Ein Nahrungsmittel kann jedoch auch feinstofflich nicht in Ordnung sein, sodass es dem Feinstoffkörper nicht bekommt,

was Müdigkeit oder zwischenmenschliche Spannungen nach dem Essen mit sich bringen kann. Die Sinne für das Feinstoffliche in der Nahrung zu schärfen hat schon vielen Menschen

geholfen, die Nahrungsmittel zu wählen, die dem Feinstoffkörper, und somit den eigenen Lebenskräften, gut tun.

„Manches Mal, wenn ich etwas gegessen hatte, war mir innerlich unwohl. Jetzt weiß ich um die feinstofflichen Belastungen, die uns nicht nur als Mensch betreffen. Die Natur, das was ich ernte und verarbeite, der Lebens-Raum, alles ist feinstofflichen Veränderungen ausgesetzt. Das war toll, dies spüren zu lernen.“
Alexandra Becker, Tätigkeit: Physiotherapeutin

Gedanken und Emotionen anders verstehen

Während einer Besprechung kommen u.U. bedrückende Gedanken oder Existenzängste auf und man fragt sich vielleicht: „Warum fühle ich mich heute so bedrückt?“ Kurz darauf erhält man die Information, in dem Raum habe gerade vorher ein Entlassungsgespräch stattgefunden.

Emotionen, Gedanken und Bilder, die in Situationen wie diesem Beispiel hochkommen, können aus feinstofflicher Sicht eine erweiterte Bedeutsamkeit haben. Sie stammen oft nicht aus dem „eigenen Kopf“, sondern können, wie die Erfahrungswissenschaft von Ronald Göthert zeigt, Wahrnehmungen von Gegebenheiten sein, die den äußeren Sinnen verborgen sind. Wie ein Radioempfangsgerät die in der Luft vorhandenen Radiowellen in Klänge überträgt, so können Emotionen, Gedanken oder Bilder eine Übertragung von feinstofflichen Schwingungen sein. Man kann lernen, diese Frequenzen klarer zu empfangen und zuzuordnen. Dann geht man mit einem erweiterten Bewusstsein durch die Welt und wird weniger von fremden Gedanken und Emotionen belastet oder gesteuert.

„Durch die Arbeit mit dem Feinstofflichen habe ich als Nachtschwester in einem Pflegeheim inzwischen eine andere innere Voraussetzung für die Arbeit erworben. Das Gespür für Notsituationen hat sich so erhöht, dass ich eine Situation intuitiv wahrnehme und bei der Person, die Hilfe benötigt, da sein kann, schon bevor sie die Notklingel betätigen muss.“
Ursula Sterrmann, Tätigkeit: Altenpflegerin

Sich nicht täuschen lassen

Die Wahrnehmung des Feinstofflichen kann es ermöglichen, zu sehen und zu erspüren, was sich hinter dem äußeren Anschein der Dinge befindet. Auf feinstofflicher Ebene gibt es Informationen, die im Äußeren verborgen sein können, uns aber innerlich zur Verfügung stehen. Es ist möglich, zu diesem „inneren Wissen“ besseren Zugang zu bekommen. Dies ist eine wunderbare Möglichkeit, sich nicht mehr so leicht vom Äußeren täuschen zu lassen.

„Durch den Basiskurs habe ich eine bessere Wahrnehmung bekommen von dem, was echt ist und was nicht. Ich bekomme öfter mit, ob man mir Unsinn erzählt oder ob jetzt wirklich was dran ist.“
Angela Gillessen, Tätigkeit: Sozialarbeiterin

Ein klarerer Lebensblick

Wenn die Sinne für das Feinstoffliche entwickelter sind, wird es möglich, klarere Antworten auf Lebensfragen zu bekommen. Viele wiederkehrende Lebenssituationen und Muster, in denen man sich wie gefangen fühlen kann, haben eine Erklärung im Feinstofflichen und u.U. auch eine Lösung. Das Gefühl gehetzt und getrieben zu sein kann sich leicht verändern, wenn man erkennt, welche Einflüsse einen hetzen und jagen. Die

Zusammenhänge zu verstehen und die feinstofflichen Schnüre zu erkennen, die von einem ausgehen oder auf einen zukommen, macht es leichter, sich aus einem Netz der Verstrickungen zu befreien und den eigenen Weg zu gehen.

Wie die Entwicklung der physischen Sinne einem Kind hilft, sich selbstständig durch die Welt zu bewegen, kann die Entwicklung der Sinne für das



Feinstoffliche vergleichbar große Entwicklungsschritte im Erwachsenenalter mit sich bringen.

„Wieder einen anfänglichen Zugang zu dieser feineren Welt zu entwickeln lässt mich vieles klarer und mit mehr Abstand sehen, öffnet Räume und macht Lust auf mehr.“
Lisa Schoensee, Tätigkeit: Tanzpädagogin

Text: Angela Göthert

„Ich habe gerade an dich gedacht!“

Aus der Erfahrungswissenschaft von Ronald Göthert: Kommunikation auf feinstofflicher Ebene

Begegnet man jemand Bekanntem zufällig auf der Straße, fällt manchmal der Satz: „Ich hab ja gerade an dich gedacht!“ Wie lässt sich das erklären?

Wir sind immer wieder mit Menschen in feinstofflicher Kommunikation, die uns jedoch meist nicht bewusst wird. In diesem Fall war diese feinstoffliche Kommunikation erst zeitversetzt mitzubekommen, sobald die Begegnung mit dieser Person stattfand. Wäre die Person um die andere Ecke gebogen oder in ein Geschäft gegangen, wäre wohl der vorhandene Gedanke an diese Person einem nicht ins Wachbewusstsein gekommen.

Sind die Sinne für das Feinstoffliche weiterentwickelt, wird die feinstoffliche Kommunikation auch ohne ein Zusammentreffen bewusst werden.

Eigentlich wusste ich es...

Eine Frau kommt etwas früher nach Hause. Sie findet ihren Partner frisch geduscht und gut gelaunt von einer Geschäftsreise zurückgekehrt. Trotz der Freude auf den gemeinsamen Abend schleicht sich ein eigenartiges Gefühl ein. Irgendetwas scheint anders zu sein als sonst. Ein Dialog entwickelt sich, der letztlich in der Frage mündet: „Hast du eine andere?“ – „Natürlich nicht“, lautet die prompte Antwort.

Obgleich das weitere Leben seinen gewohnten Gang geht, tauchen Gedanken an den Abend immer wieder auf. Eine Irritation macht sich breit. Durch die unausgesprochenen Zweifel, die sie auch sich selbst gegenüber kaum eingesteht, erlebt sich die Frau zunehmend wie neben der Spur. Diese Verunsicherung erfasst immer mehr Lebensbereiche. Was ihr früher leicht von der Hand ging, fällt zunehmend schwerer. Selbstvertrauen und Zuversicht gehen verloren. Auch in der Partnerschaft kommt es zu einer schleichenden Entfremdung, es scheint etwas zwischen den beiden zu stehen.

Am Ende der Täuschung

Monate später findet sich zufällig eine Doppelzimmerrechnung aus der Nachbarstadt, die nicht Ziel einer Geschäftsreise gewesen sein kann. Darauf angesprochen muss der Partner eingestehen, dass er sich seit jenem Tag, an dem das besagte Gespräch stattfand, einige Male mit seiner Assistentin privat intim getroffen habe.

Einerseits bricht für die Frau eine Welt zusammen, Wut und Verzweiflung steigen hoch. Überraschenderweise ist aber auf einer anderen Ebene eine gewisse Entspannung, eine Erleichterung zu erleben: „Damals war wirklich etwas, ich habe mich nicht getäuscht!“ Eine innere Sicherheit taucht wieder auf, die Selbstzweifel sind wie weggewischt. Etwas scheint zurechtgerückt.

Wenn Lebenssituationen, die mit einer Unwahrhaftigkeit zu tun hatten, nicht aufgelöst werden, hinterlassen sie oft schwere Irritationen und seelische Verletzungen. Die langjährige feinstoffliche Forschungsarbeit von Ronald Göthert fand Erklärungen dafür.

Im inneren Wissen

In den feinstofflichen Ebenen haben wir ein zuverlässiges Gefühl für „richtig“ und „falsch“. Wir erleben die Wahrheit in uns. Am ersten Abend kam es daher zu einem inneren Konflikt zwischen diesem sicheren Gefühl „Da stimmt etwas nicht“ und der Aussage des Partners „Ich habe keine andere“. Dies führte dazu, dass die Gedanken immer wieder um diese Situation kreisten.

Auf feinstofflicher Ebene können wir erleben, wenn etwas nicht stimmt. Daher musste der Partner den Zugang zu diesem inneren Wissen auf



feinstofflicher Ebene bei der Frau blockieren, um sie weiter täuschen zu können. Diese Manipulation greift tief in das feinstoffliche Gefüge beider Menschen ein. Sie schneidet letztlich beide von ihrem inneren Erleben ab. Es kommt zu einer zunehmenden Entfremdung sowohl von sich

selbst als auch von anderen Menschen. Auch die ursprüngliche Liebe und Verbundenheit zwischen den beiden Menschen ist nicht mehr so erlebbar. Die Dauerspannung zwischen dem inneren Wissen, welches zunehmend unterdrückt wird, und dem äußeren Leben untergräbt das Vertrauen zu sich selbst und in die eigenen Wahrnehmungen. In manchen Fällen kann dies zu einem Leben in dumpfer Freudlosigkeit führen.

In dem Moment, in dem die Täuschung offenbar wird, bricht das Lügengebäude in sich zusammen. Durch die Ent-Täuschung kann sich die Blockade lösen. Das Vertrauen in das eigene Erleben wird von neuem bestärkt. Die innere Sicherheit, das Selbstvertrauen hat die Möglichkeit zurückzukehren. Wenn die Zeit der Unwahrhaftigkeit durch das Eingeständnis ein Ende findet, kann dies aus dem Erleben „Eigentlich habe ich es gewusst“ eine andere Grundlage für das Leben und für die Partnerschaft mit sich bringen.

Die Spuren der Lüge

Wie häufig wird im täglichen Leben zu einer kleinen Notlüge gegriffen! Eine Freundin fragt beispielsweise, wie ihr die neue Frisur stehe. Eigentlich sieht sie weniger vorteilhaft aus, aber meist erhält sie die Antwort: „Ganz gut.“ Natürlich haben derartige Situationen eine andere Dimension als das Eingangsbeispiel, doch in der Summe kann ein ähnliches Phänomen entstehen. Jede Notlüge kann in einem schleichenden Prozess den Zugang zum inneren Wissen blockieren.

Um diesen Zugang für die innere Wahrheit nicht zu blockieren, ist es wichtig, so aufrichtig wie möglich zu sein. Viele Gründe, wie Höflichkeit, soziale Konventionen, Ängste vor Zurückweisung usw. können dagegen sprechen, doch fast immer lässt sich eine Lüge vermeiden. Häufig meinen Menschen, andere durch eine Unwahrhaftigkeit vor einer Verletzung bewahren zu wollen. In der Praxistätigkeit zeigte sich jedoch, dass Unwahrhaftigkeiten zu *feinstofflichen* Verletzungen führen können, oft weit über die eigentliche Situation hinaus. Die Menschen wirken vielfach müde und bedrückt.

Bei der Arbeit mit den Menschen in der Praxis ließ sich wiederholt beobachten und miterleben, wie Lebenssituationen erkannt werden konnten, die mit einer Lüge verbunden waren und somit den Zugang zum inneren Wissen mehr oder weniger zugeschüttet und blockiert hatten. Nachdem den Menschen geholfen wurde diese Blockade zu lösen, zeigte sich, dass das innere Wissen wieder klarer und deutlicher ins Erleben kam. Weiter war zu erleben, dass sie sich erleichtert, tatkräftiger und wacher fühlten, die Lebensfreude kehrte zurück.

Sonja-Maria Münkle,

Tätigkeit: Feinstoffberaterin und Feinstofflehrerin NDGM

Dr. Michael Münkle,

Tätigkeit: Feinstoffpraktiker und Feinstofflehrer NDGM



Die Preisfrage in der vierten Ausgabe war: Nennen Sie neben dem Feinstoffpraktiker drei weitere Berufe, die aus der Erfahrungswissenschaft von Ronald Göthert entstanden sind.

Die richtige Antwort ist: Feinstoffberater, Feinstofflehrer, Feinstoff Nahrungsberater.

Unter den zahlreichen Einsendungen konnten als Gewinne je eine finewell Vital Anwendung an eine Person im Raum Berlin, Witten und Frankenberg (Eder) ausgelost werden.

Rückenschmerz – die oft unerklärbare Plage

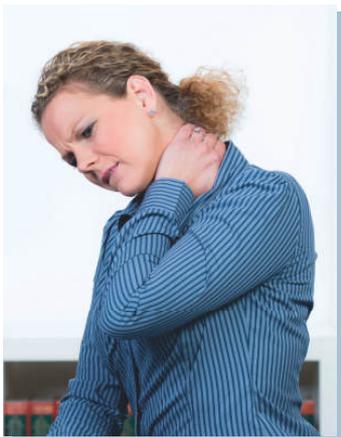
Rund ein Viertel der Bundesbürger leidet mehr oder weniger regelmäßig unter Rückenschmerzen, für die der Arzt oft keine körperlichen Ursachen findet. Wenn das Lebensgefühl dennoch weiterhin massiv beeinträchtigt wird, bleibt die Frage offen, wo die eigentlichen Auslöser liegen – und wie die Schmerzen behoben werden können.

Dumpf und drückend – oder auch heftig und schneidend – kommt der Schmerz daher, beim Aufstehen oder Bücken, sogar im Liegen oder im Schlaf. Mal stärker, mal schwächer, immer präsent fordert er Aufmerksamkeit. Chronische Rückenschmerzen schränken die Betroffenen im Alltag stark ein und rauben die Konzentration auf wesentliche Dinge im Leben. Rückenschmerzen sollen hinter Bluthochdruck inzwischen den zweiten Platz der Volkskrankheiten¹⁾ einnehmen.

Körper oder Psyche?

Schäden an der Bandscheibe oder Verengungen des Wirbelkanals lassen sich oft klar diagnostizieren. Anders sieht es bei unspezifischen Ursachen wie Stress, Depressionen, Problemen im sozialen Umfeld oder im Job aus. In etwa 85 Prozent der Fälle kann der Arzt keine eindeutige Ursache für Rückenschmerzen finden, so die Techniker Krankenkasse²⁾. Die Therapien sind oft langwierig: Von Medikamenten über Physiotherapie und Sport zur Stärkung der Rückenmuskulatur bis zur Psychotherapie.

Der Rücken scheint ein sensibler Bereich zu sein, der auch mit der Persönlichkeit zu tun hat. Redewendungen wie „Rückgrat zeigen“ oder aber



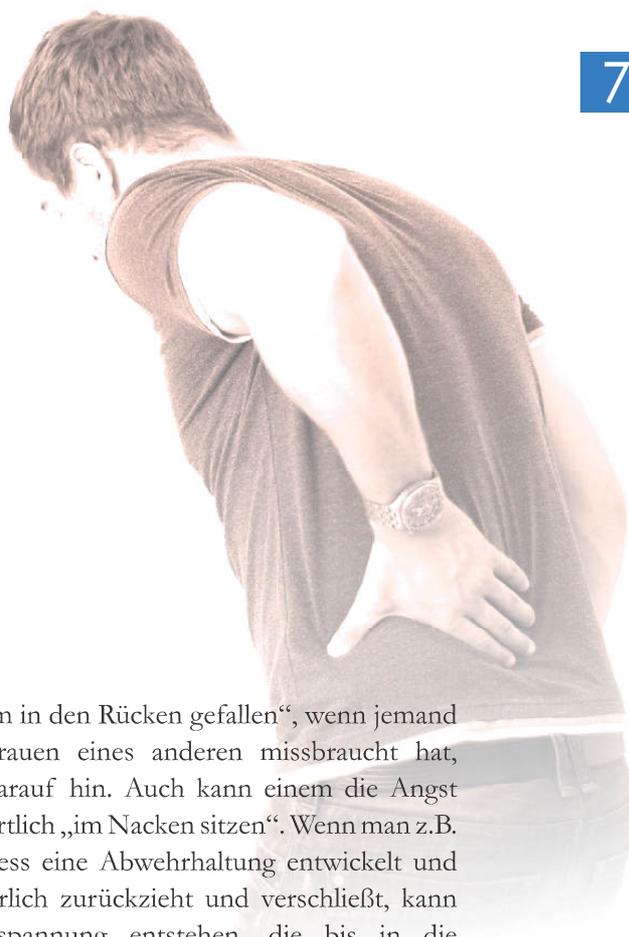
„er ist ihm in den Rücken gefallen“, wenn jemand das Vertrauen eines anderen missbraucht hat, deuten darauf hin. Auch kann einem die Angst sprichwörtlich „im Nacken sitzen“. Wenn man z.B. unter Stress eine Abwehrhaltung entwickelt und sich innerlich zurückzieht und verschließt, kann eine Anspannung entstehen, die bis in die Körpermuskeln hinein wirkt. In dem Bericht der Techniker Krankenkasse wird von einer vegetativen Reaktion auf starke psychische Anspannung gesprochen³⁾.

Die feinstoffliche Wirbelsäule

Ronald Göthert erforscht seit über 20 Jahren die Zusammenhänge des Feinstofflichen im Menschen mit den Äußerungen im täglichen Leben. Aus dieser Erfahrungswissenschaft hat sich unter anderem gezeigt, dass es eine Art „Anatomie“ des Feinstoffkörpers gibt. „Wie die Organe im physischen Körper, so finden sich im Feinstoffkörper ähnliche Gegebenheiten, z.B. auch eine feinstoffliche Wirbelsäule“, erklärt Ronald Göthert. „Wie der physische Körper kann auch der Feinstoffkörper schwach oder gelähmt werden – oder Verletzungen bekommen, beispielsweise durch eine Schock-Situation, die einem (buchstäblich) in die Glieder fährt. So erklären sich Rückenschmerzen, für die sich scheinbar keine körperliche Ursache finden lässt.“

Gestaute Lebensenergie

Ob wir innere Ruhe und Vertrauen erleben – oder uns gejagt und gehetzt fühlen: viele unserer Lebensempfindungen haben ihren Ursprung im Feinstoffkörper. „Wir haben genügend Lebensenergie in uns“, beschreibt Ronald Göthert den Zusammenhang. „Diese kann aber gestaut werden. So wie ein Stein im fließenden Wasser



Stauung und Wirbel verursacht, können auch banale tägliche Begebenheiten eine Blockade im Feinstoffkörper bewirken, wie z.B. eine Verurteilung oder Unaufrichtigkeit, die man oft über ein merkwürdiges Gefühl oder Unwohlsein wahrnehmen kann. Wenn dann die Energie nicht mehr frei durchfließt, kann es zu einem Stau in der feinstofflichen Wirbelsäule kommen“, so Ronald Göthert.

Blockaden lösen

In Anwendungen nach der Göthertschen Methode können Blockaden im Feinstofflichen gelöst werden. Das Anliegen dabei sei nicht, körperliche Symptome zu bessern, so Ronald

Göthert, sondern die Menschen in ihrer Lebensenergie im Feinstoffkörper zu unterstützen. Dabei konnte immer wieder beobachtet werden, dass sich auf der einen Seite Empfindungen wie Niedergeschlagenheit, Ängste oder Stress änderten bzw. auflösten, aber auch Beeinträchtigungen durch Kopfschmerzen und Rückenprobleme nachließen oder verschwanden.

*Aktuelle Veröffentlichung Göthertsche Methode
Ronald Göthert unter Mitwirkung von Reiner Marks*

¹<http://www.vergleich.de/informationen/versicherung/krankenversicherungen/volkskrankheiten.html>

²<http://www.tk.de/tk/gesunder-ruecken/rueckenbeschwerden/ursachen/20620>

³<http://www.tk.de/tk/gesunder-ruecken/rueckenbeschwerden/psyche/20676>

Rückenprobleme?

Neue Lösungen zur Schmerzfreiheit

Sich unbeschwert und schmerzfrei bewegen können – rund ein Viertel der Bundesbürger sind dazu nicht in der Lage, obwohl sie eigentlich fit und leistungsfähig wären: Rückenprobleme beeinträchtigen das tägliche Leben.

Die Ursachen scheinen in vielen Fällen nicht eindeutig bestimmbar und häufig über reine Muskel- und Knochenprobleme hinauszugehen.

Ronald Göthert hat Zusammenhänge erforscht und zeigt in einer Vortragsreise nachvollziehbare Gründe auf, die neue Lösungen zur Schmerzfreiheit ermöglichen können.

Seit 1999 arbeitet er danach erfolgreich und bildet nach seiner Methode aus.

Vortragsreise

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen. Die Teilnahme ist kostenfrei.



Ronald Göthert

Potsdam, 13. Mai
Berlin, 14. Mai
Wetzlar, 16. Mai
Mainz, 11. Juni

Hannover, 13. Juni
Marburg, 14. Juni
Vogtsburg i. K., 21. Juni
Waldshut, 22. Juni

Stuttgart, 23. Juni
Salzburg, 26. Juni
Heidelberg, 10. Juli
und weitere.

Uhrzeit und Veranstaltungsort sowie weitere Termine finden Sie unter www.goethertsche-methode.de/vortragsreise-2013

Wenn Sie die Anwendungsmethode in einer Feinstoffpraxis direkt kennen lernen wollen, fragen Sie nach finewell Vital.
www.feinstoffliches-erleben.de/praxen

Im Rückgrat gestärkt

Interview mit Sonja Riefler



Sonja Riefler aus Salzburg erzählt von ihrer Arbeit als Lehrerin, von Rückenschmerzen, und von ihren Erfahrungen mit finewell Vital Anwendungen.

feinstoffblick:

Grüß Gott Frau Riefler. Sie arbeiten in Salzburg als Lehrerin. Welche Fächer unterrichten Sie und wie lange sind Sie bereits tätig?

Sonja Riefler:

Ich unterrichte an einem Gymnasium Schüler im Alter von 10 – 18 Jahren in Italienisch und Geographie. In diesem Jahr habe ich mein 10. Dienstjahr.

feinstoffblick:

Was macht Ihnen am meisten Freude bei Ihrer Tätigkeit?

Sonja Riefler:

Am meisten Freude macht mir das Beobachten der Schüler, und die Entwicklungen, die sie machen. Ich versuche mit den Klassen, die ich habe, mit aufzusteigen. Das fordert die eigene Weiterentwicklung – man darf da nicht stehen bleiben! Wenn ich jetzt die fünfte Klasse* anschau – das ist eine ganz tolle Truppe, mit der man super arbeiten kann. Die kenne ich schon seit der ersten Klasse – damals gab es große Mobbing-Probleme unter den Jungs. Das war eine große Herausforderung für mich, an der ich auch gewachsen bin und durch die Zusammenarbeit mit den Schülern, Eltern und Kollegen ein gutes Ergebnis erzielt habe. Das prägt einen und macht einen stärker, weil man versucht hat die Probleme gemeinsam zu lösen.

Feinstoffblick:

Gibt es auch schwierige Seiten in Ihrem Beruf?

Sonja Riefler:

Ja: die mangelnde Abgrenzung den Schülern und den Eltern gegenüber. Und die vielen Menschen, die einen in Anspruch nehmen, mit Sorgen und auch mit Vorwürfen. Dass man diese Probleme aufnimmt und wie einen Rucksack mit nach Hause nimmt.

*Entspricht in Deutschland der 9. Klasse

Feinstoffblick:

Wie sind Sie bisher mit solchen Situationen umgegangen?

Sonja Riefler:

Unterschiedlich. Mein Mann ist auch Lehrer. Wir haben zu Hause beschlossen, dass wir über das Thema Schule nur so weit reden, wie es unsere Kinder betrifft. Was mir sehr hilft, ist dass ich mir meine Schulleidung ausziehe, wenn ich heim komme – dass ich das ablege, was mich mit dem Beruf verbindet, und meine Freizeitkleidung anziehe. Und damit in eine andere Rolle komme, als Privatmensch, Hausfrau, Mutter.

Feinstoffblick:

Sie haben einen Vortrag in der Feinstoffpraxis von Johanna Kaiser besucht. Was hat sie bewegt, zu dem Vortrag zu gehen?

Sonja Riefler:

Es war der Titel „Wo bleibt meine Energie?“. Es war gerade zu einer Zeit, wo ich sehr mit meinen Kräften haushalten musste. Ich hatte bereits Vorträge angehört oder Therapieformen ausprobiert, wo ich schon wusste, dass es so etwas wie eine feinstoffliche Hülle gibt. Für mich war neu, dass ich etwas tun kann, um den Feinstoffkörper zu pflegen und zu schützen, und dass es dafür auch Hilfen gibt. Darum wollte ich das sofort ausprobieren und hatte kurze Zeit später den ersten Termin.

Feinstoffblick:

Wie haben die finewell Vital Anwendungen für sie gewirkt?

Sonja Riefler:

In der ersten Anwendung habe ich schon gemerkt, dass sich das körperlich auswirkt – obwohl der physische Körper nicht berührt wird. Entspannend und wie wenn mein Energie-Akku wieder aufgeladen wird. Da habe ich mir gedacht, schau, da hast du ein Instrument in der Hand, damit du besser gewappnet bist in solchen



Stoßzeiten. Nach ca. 3 Monaten hatte ich weitere finewell Vital Anwendungen, als es mit den Rückenschmerzen wieder losging.

Feinstoffblick:

Gab es Gründe für die Rückenschmerzen?

Sonja Riefler:

Vor etwa fünf Jahren, bei einem Kopfsprung ins Wasser, hatte es im Rücken laut geknackt. Danach hatte ich kurz vor Schulbeginn schwere Terracotta-Töpfe falsch gehoben. Das hat so richtig eingeschossen – wie eine Kräutерhexe bin ich dahin gekrochen, unter Schmerzen gebeugt, ich konnte nicht sitzen, nicht liegen, nicht stehen, es war furchtbar. Seither verfolgt mich dieser Schmerz immer wieder in periodischen Wellen. Er kommt in Stresszeiten, meistens gegen Ende der Sommerferien.

Feinstoffblick:

Waren Sie auch in orthopädischer Behandlung?

Sonja Riefler:

Ich habe alles untersuchen lassen. Es konnte mir von schulmedizinischer Seite niemand sagen, warum der Schmerz da ist und warum der wieder kommt.

Nach physiotherapeutischen Behandlungen war der Schmerz annähernd weg, aber der Rücken fühlte sich steif an, nicht im Fluss. Dann bin ich zur Frau Kaiser und hab gesagt, jetzt machen wir den feinstofflichen Teil. Sie meinte, der Feinstoffkörper sei auch sehr zusammengedrückt. Und in den Anwendungen hat sie nicht mehr als sonst an der feinstofflichen Wirbelsäule gearbeitet, sondern sehr viel vorne über dem feinstofflichen Organ. Das hat mich erst verwundert: „Ich brauch doch das eigentlich hinten, und wieso macht sie denn die ganze Zeit vorne?“ Aber sie wird schon gewusst haben warum. Kurz nach einer Anwendung hatte ich eine eigenartige, tolle körperliche Empfindung, so wie wenn ein verstopftes Rohr plötzlich wieder

ungehindert durchlässig wird! Dann ein Wärmegefühl – das hat sich einfach gut angespürt. – Es geht mir seither gut, ich habe keine Rückenschmerzen, und es geht mir auch rund um so gut. Ich weiß jetzt, wo ich Hilfe kriege, wenn ich sie brauche. Und ich finde es einfach ein ganz schönes Mittel, wenn körperliche Symptome da sind, das jetzt auch auf feinstofflichem Wege ergänzend zur ärztlichen Behandlung anzugehen.

feinstoffblick:

Hat sich für Sie im Anschluss etwas verändert im Umgang mit den anderen Menschen?

Sonja Riefler:

Ja, hat sich schon. Es gab natürlich auch wieder herausfordernde Situationen. Ich bin vom Typ her jemand, glaube ich, der es versucht, jedem Recht zu machen. Und das ist jetzt eine Sache, die sich schon verändert hat – im Sinne von sich-nicht-beugen-müssen, wenn es nicht authentisch ist. Insofern fühle ich mich da gestärkt. Auch gestärkt im Rückgrat.

feinstoffblick:

Gibt es von Ihrer Seite noch etwas, das Sie sagen möchten?

Sonja Riefler:

Das Wichtigste für mich bei der ganzen Feinstoffarbeit ist, nicht nur Hilfe zu bekommen, wenn etwas schwierig ist, sondern auch das Werkzeug: Was kann ich tun, dass es gar nicht so weit kommt. Dass es dem Feinstoffkörper besser geht – was sich dann wieder auf das körperliche Befinden auszuwirken scheint. Meist sind es auch Dinge, die die Schule betreffen wie z.B. diese Wichtigkeit Dinge abzuschließen. Das ist so etwas, was ich mir auch mitnehme für das Leben.

feinstoffblick:

Herzlichen Dank für das Gespräch, alles Gute und viel Freude weiterhin bei der Arbeit mit den Klassen.

Das Interview führte Dagmar Lüttgan



Sonja Riefler

Preisfrage:

Die Sinne für das Feinstoffliche können entwickelt werden. Übungen dazu sind auch Inhalt der Kursreihe nach der Göthertschen Methode. Wie nennt sich die Kursreihe (Basiskurs und Aufbaukurse), die von Feinstofflehrern NDGM angeboten wird?

Lösen Sie das Preisrätsel und gewinnen Sie eine von drei finewell Vital Anwendungen, die verlost werden. Senden Sie Ihre Antwort bis zum 10.08.2013 an redaktion@feinstoffblick.de oder per Post an: GME Verlag, An der Fahrt 4, D-55124 Mainz.

Unter den richtigen Antworten entscheidet das Los. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Feinstoffliche Befähigungen

Die Basis, einen Feinstoffberuf zu erlernen

Wenn sich jemand als Künstler oder Handwerker betätigen möchte, wird er sich zunächst mit dem Material und dem Werkzeug, mit dem er arbeiten möchte, vertraut machen. Die Eigenschaften des Materials sowie die erforderlichen Grundlagen und Arbeitstechniken dürfen kennengelernt und erlernt werden, damit die Arbeit dann sicher und scheinbar einfach „wie von selbst“ funktioniert.

Menschen, die in einem Feinstoffberuf tätig sind, haben auf vergleichbare Weise die Befähigung erlangt, die feinstofflichen Ebenen zu sehen und zu spüren sowie deren Befindlichkeit zu ertasten und zu unterstützen. Die Entwicklung der Sinne für die feinstoffliche Wahrnehmung und der bewusste Umgang mit den feinstofflichen Gegebenheiten im täglichen Leben bilden eine Voraussetzung, um in der Fachausbildung die spezifischen Arbeitstechniken des Feinstoffberufes zu erlernen.

Die feinstofflichen Grundlagen

Für die Vermittlung der feinstofflichen Grundlagen wurde ein standardisierter Lehrplan entwickelt. In den erprobten Konzepten wechseln sich Theorieabschnitte mit speziell entwickelten praktischen Übungen ab. Sie ermöglichen ein lebendiges Lernen aus der Erfahrung. Diese Erfahrung mit dem eigenen Feinstoffkörper ist erforderlich, um später im Beruf andere Menschen feinstofflich unterstützen zu können.

In Basiskurs und Aufbaukurs I werden innerhalb von ca. 8 Monaten die Grundlagen für die Fachausbildung erworben:

- Spüren der Feinstoffkörper bei sich selbst und bei anderen Menschen
- Feinstoffliche Wirksamkeiten im Täglichen erleben und verstehen
- Nahrung und Pflege für den Feinstoffkörper
- Differenzieren lernen zwischen eigenen und fremden Gedanken und Emotionen
- Resonanzen als Entwicklungschance

Die Kurse finden in den Feinstoffpraxen statt und werden von zertifizierten Feinstofflehrern NDGM angeboten und durchgeführt.

Sie sind für Menschen konzipiert, die die Zusammenhänge im Feinstofflichen verstehen und den Umgang damit erlernen wollen. In Bezug auf den Beruf vermitteln sie die Basis für die anschließende Fachausbildung und sind der erste Abschnitt der 3-jährigen Ausbildung zum Feinstoffpraktiker.

Weitere Informationen zu den Ausbildungen und den Feinstoffberufen erhalten Sie bei
Dr. Manuela Münkle, Tel. 06131 / 570 99 20
oder unter www.akademie-goeme.de



GÖTHERTSCHER
METHODE® Akademie

Herzlichen Glückwunsch zur Qualifikation und zum Beginn der beruflichen Tätigkeit als Feinstoffpraktiker NDGM:

- **Eva-Maria Mehling**, Leipzig
- **Ute Schäfer**, Springe
- **Christiane Senft**, Ahlhorn
- **Annerose Siegmund**, Herdecke
- **Tatjana Teichler**, Hannover
- **Ursula Weisenhorn**, Vogtsburg i.K.
- **Constantin Beyer**, Berlin
- **Florian Kroeger**, Müden (Aller)

... und **Beate Gerber** zum zweiten Praxis-Standort in Graz

Kursreihe „Lehre des Feinstofflichen“

Basiskurs – 3x3 Tage, 60 Kurseinheiten à 45 Minuten
Aufbaukurs I – 2x3 und 1x4 Tage, 68 Kurseinheiten à 45 Minuten

Kurszeiten:

jeweils Freitag bis Sonntag bzw. Donnerstag bis Sonntag

Die Termine für die Kurse erfahren Sie direkt in den Feinstoffpraxen:

www.feinstoffliches-erleben.de/praxen

Die Leserfrage:

Haben Sie Fragen zu den dargestellten Inhalten? Wollen Sie mehr zu einem Thema erfahren? Kontaktieren Sie uns per Mail: redaktion@feinstoffblick.de. Einzelne Fragen, deren Antworten allgemein interessant sein dürften, können mit Einverständnis auch veröffentlicht werden.



Impressum:

„Feinstoffblick“ ist eine Zeitschrift der Göthertschen Methode®

GME Verlag
Ronald Göthert
An der Fahrt 4
D-55124 Mainz
Tel.: +49(0)6131-570 99 55
redaktion@feinstoffblick.de
www.feinstoffblick.de

Herausgeber: Ronald Göthert
Verlagsleitung, Konzeption: Angela Göthert
Verantwortlicher Redakteur: Reiner Marks
Redaktion, Interview: Dagmar Lüttgau
Satz und Layout: Matthias Autenrieth
Technik und Internet: Gabriel Marks

Druckerei: Flyeralarm, Würzburg

Erscheinungsweise: 3-4 mal jährlich
Auflage: 32.500
Kostenfrei erhältlich
Redaktionsschluss nächste Ausgabe: 10.08.2013
Erscheinungstermin ö. Ausgabe 2013: Mitte September

Die Texte sind urheberrechtlich geschützt, Abdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit schließt in den Texten die männliche Form die weibliche Form mit ein.

Die Göthertsche Methode® ist weltanschaulich unabhängig und neutral. Sie kann von jedem im täglichen Leben angewandt werden. Eine Mitgliedschaft in einer speziellen Vereinigung oder Gruppierung ist weder erforderlich noch möglich.

Bildnachweis:

- Titelseite: © onoky/fotolia.com
- Seite 2: © Africa Studio/fotolia.com
- Seite 3: © DDRockstar/fotolia.com
- Seite 4: © iampuay/fotolia.com
- Seite 5: © Yoanna Boyadzhieva, © yanlev, © lassedesignen, © Yuri Arcurs: fotolia.com
- Seite 7: © dandaman, © Picture-Factory: fotolia.com
- Seite 8: Portrait Ronald Göthert © Philippi
- Seite 9: © Ludmila Smite, © aerogondo: fotolia.com
- Rückseite: © Creatix/fotolia.com. Weitere Fotos: Privat

GME  Verlag

Messen und Vorträge:

Die Göthertsche Methode® ist öffentlich präsent – sehen Sie hier einige Beispiele. Sie sind herzlich eingeladen, die Vorträge und Messen zu besuchen. Weitere Termine und Infos zu den Feinstoffpraxen finden Sie auf www.feinstoffliches-erleben.de

Mainz 15.05.2013 19:00 Uhr

Vortrag „Hilfe - wer zieht mir Energie ab? Hintergründe und Tipps“
Kneipp-Verein Mainz e.V., Mittlere Bleiche 59, 55130 Mainz

Köln 22.05.2013 19:30 Uhr

Vortrag "Liebeskummer, Trennungen und Verluste überwinden!"
Bürgerzentrum Köln-Ehrenfeld, Venloer Str. 429, 50825 Köln

Rosdorf 23.05.2013 19:00 Uhr

Vortrag „Erschöpfung & Co. – Ursachen und Auswege“
Kreiskollegium Göttingen, Hinter den Höfen, 37124 Rosdorf

Berlin 06.06.2013 19:30 Uhr

Vortrag „Lebensfreude, Zuversicht und Ausgeglichenheit sind kein Zufall!“
Frauentreffpunkt Ratswaage, Charlottenstr. 64, 12247 Berlin

Wien 06.06.2013 19:00 Uhr

Vortrag „Essen als Quelle der Lebensenergie?“
1. Österreichischer Naturheilverein, Esterhazygasse 30, A-1060 Wien

Frankenberg 07.06.2013 19:00 Uhr

Vortrag „Essen wir mehr als wir sehen?“
Kneippverein, Ederberglandhalle, Teichweg 3, 35066 Frankenberg

Schlangenbad 08.-09.6.2013 täglich 11-18 Uhr

Schlangenbader Kräutertage 2012
Kurgarten (Kolonnaden), 65388 Schlangenbad

Köln 12.06.2013 19:30 Uhr

Vortrag "Stress und Zeitnot – was tun?"
Bürgerzentrum Köln-Ehrenfeld, Venloer Str. 429, 50825 Köln

Erkelenz 26.06.2013 20:00 Uhr

Vortrag „Die Nahrung – Basis unserer Lebensfreude?!“
Deutsches Rotes Kreuz, Zur Feuerwache 8, 41812 Erkelenz

Neuensalz 30.06.2013 14:00 - 18:00 Uhr

Gesundheits- und Wohlfühlmesse
Kapelle Neuensalz, Altensalzer Straße 2, 08541 Neuensalz.

Wetzlar 03.07.2013 19:30 Uhr

Vortrag „Wenn das Hamsterrad uns nicht mehr loslässt“
KulturStation Wetzlar, Brodschirm 5-7, 35578 Wetzlar

Marburg 13.-14.07.2013 10:00 – 18:00 Uhr

Stadtfest „3 Tage Marburg“
Gerhard-Jahn-Platz, 35037 Marburg

Hannover 22.08.2013 18:00 Uhr

Vortrag „Trennung, Trauer, Trauma“
Balance-Institut, Alexanderstr.3a, 30159 Hannover

Vortragsreise von Ronald Göthert

Rückenprobleme? Neue Lösungen zur Schmerzfreiheit.
Näheres siehe Seite 8