

Nr. 5 29. JANUAR 2018

www.fuersie.de | 2,95 €
ÖSTERREICH 3,15 € | SCHWEIZ 5,80 sfr

FÜR SIE

Zeit für mich

**ALLES
OHNE
ZUCKER**

Kuchen, Torten,
Muffins

Gute Nacht!

Das perfekte Schlafzimmer

Schön wie eine Elfe

Pflege-Geheimnisse aus
Skandinavien

**Der große FÜR SIE-
Generationen-Talk**

Was uns verbindet, was uns trennt

Miau

Das will Ihre Katze
wirklich sagen

NEU: Die 6-Komponenten-Therapie

GESUNDER RÜCKEN

Von Seele bis
Immunsystem:
Was uns
endlich
schmerzfrei
macht





Unsichtbare Kraftquelle 1



1 Ruhe, wohin das Auge reicht.
2 Gemütlich ist das Restaurant im „Hotel Alpenblick“.
3 Lässt die Energie wieder fließen: Helmut Steinbacher mit FÜR SIE-Gesundheits-Chefin Alexandra Suhling

Turbo-Antrieb für Körper und Seele mitten im Schwarzwald

Vom Hamsterrad in die Gelassenheit: Im „Bio- und Wellnesshotel Alpenblick“ werden die Lebensgeister durch Energie-Arbeit geweckt

Familienbande, Alltagstrubel und Verpflichtungen – wie weggeblasen, als ich den kleinen Stein in den Händen halte. Meine erste Aufgabe an diesem Wochenende: Bis ins kleinste Detail soll ich den Stein beschreiben. Nur für mich. In meinen Gedanken. Schweigend. „Dunkelgrün, Streifen, glatte Oberfläche ...“ Gar nicht

so leicht, bei der Sache zu bleiben. Nach fünf Minuten holt mich Qi-Trainer Helmut Steinbacher aus meinen Gedanken. Mein ewig plappernder Verstand ist mucksmäuschenstill. „Ein ruhiger Geist hilft uns, gelassen zu bleiben und klare Entscheidungen zu treffen“, erklärt mir der Kärntener. Wegen seines Seminars bin ich ins „Bio- und Wellnesshotel Alpenblick“ in Höchenschwand gereist. Denn hier, mitten im schönen Schwarzwald, findet das Energie-Seminar von Helmut Steinbacher statt: „Geerdet, gelassen und klar in allen Lebenslagen.“ Eine Kurzzeit-Kraftquelle, die ich gut gebrauchen kann, um wieder gestärkt in den Alltag zu starten.

Zugegeben: Es sieht etwas seltsam aus, wie der Energie-Trainer arbeitet. Wie er zum Beispiel im Abstand von einem halben Meter um mich herumgeht und mit seinen Händen meine Aura abtastet. Und doch weiß ich: Es ist was dran am „Feinstofflichen“. „Ich scanne deinen Energiekörper und fühle, wo Blockaden sitzen“, sagt er. Und tatsächlich: Es gelingt ihm offenbar, diese Blockaden zu lösen. Am Ende des Wochenendes fühle ich mich voller Kraft. Neue Herausforderungen? Mit so viel Power kein Problem.

ENERGETIK-WORKSHOPS mit Helmut Steinbacher, z. B. 16.–18.3.18, ab 684 Euro (2-Tages-Workshop, ÜN, VP), helmut-steinbacher.at