



Hallo Ihr Lieben,

einen wunderschönen End-Januarsgruß aus der Mühle.

Hier ein Hinweis für alle die an der Wirbelsäulentherapie nach Dorn – Breuss interessiert sind:

Morgen, Samstag, den 30. Januar 16-20 Uhr, wird es einen Workshop in der Tierra Sana in Estepona geben:

Workshop mit **Carmen Goyer** zum Erlernen **der Dorn-Breuss-Wirbeltherapie**, Rückenprobleme - eine Volkskrankheit

<http://www.tierra-sana.com/finca/costadelsol/posts/26.-jan.-2010-was-bedeutet-wirbelsaulentherapie-nach-dorn-breuss-92.php>

Kosten: 48 €

Ich war am Dienstag zum Vorstellungsabend dort, habe Carmen kennen gelernt und werde morgen auch teilnehmen.

Eine sehr interessante Methode, um Schmerzen im Rücken vorzubeugen, nachhaltig zu lindern oder ganz aufzulösen.

Spannend finde ich auch, dass jeder Wirbel einem (oder mehreren) psychischen Zustand entspricht.

Die zugehörige Tabelle wird Carmen für die Teilnehmer auch kopieren.

Wer noch kurzfristig mit uns fahren möchte:

wir starten mit unserer Fahrgemeinschaft gegen 13.00 Uhr an der Tankstelle Ab-abfahrt Cajiz.

Und am **Samstag, den 6. Februar 2010**, holen wir unseren im wahrsten Sinne des Wortes ins Wasser gefallenen Workshop

Ausbildung zum Kartenleger/in nach.

Basiskurs mit Ursula Worbs.

von 12.00 Uhr bis 19.00 Uhr inkl. leckerem Mittagessen und Getränke.

Ort: Molino Jesus y Maria, Periana

Ursula arbeitet mit ihrem eigenen Kartenset: den CHOKKANintuitivKarten.

CHOKKAN ist japanisch und bedeutet „unmittelbare Wahrnehmung“.



CHOKKAN ist auch Philosophie: Die Wahrheit ist einfach, unmittelbar und geradeaus. Ursulas Karten sind es auch. Sie hat sie entwickelt nach einer Vorlage der Skat- und LenormandKarten.

In dem Basisausbildungskurs werden wir u.a. **drei Kartenlegebilder** lernen:

Das Kleine Haus:

zu einem gegenwärtigen wichtigen Thema, das uns beschäftigt, lesen wir die GEGENWART; die VERGANGENHEIT; die BILANZ; die TÄTIGKEIT (aktiv/passiv); und sich daraus ergebend die ZUKUNFT.

Fragen wie: Was ist im Moment wichtig für mich? Was kann ich tun? werden uns die Karten beantworten.

Entscheidungshilfe:

ein Kartenlegebild, das uns bei Entscheidungsfragen helfen wird.

Das große Partnerhaus:

ein Kartenlegebild, das sich auf Partnerschaften, egal welcher Art, bezieht.

(Chef/Angestellter, Mutter/Kind, Er/Sie, ...)

und als besonderes Special liest Ursula jedem Teilnehmer seine persönliche Prognose für das Jahr 2010.

Der Preis für den Kurs von 88 € beinhaltet auch ein CHOKKANintuitivKartenset mit Handbuch (Preis 24.90 €).

mehr Info unter www.chokkan.de oder bei Ursula unter 644 283 406, Torrox.

Diese Nr. könnt ihr auch wählen, wenn ihr an Einzelreadings mit ihr interessiert seid.

Mit Maggie planen wir in nächster Zeit, ca alle 2 – 3 Wochen einen längeren Yoga/Entspannungs-nachmittag.

Er wird an unterschiedl.Plätzen statt finden, wer daran Interesse hat>>> bitte meldet euch.



Und jetzt stehen die Termine für die Retreat-Wochen in der Mühle im ersten Halbjahr:
es geht am 8 Febr. los mit einem „**Ich komme zu mir**“ Retreat

und geht dann am 7.März weiter mit einer Woche **Klang Retreat** „**Mit Schwung in den Frühling**“ mit Bettina.

Die Programme und weitere Daten dazu findet ihr unter www.molino-malaga.com

Es werden schöne super erholsame Wochen mit einer Mischung aus innerer Einkehr, Zwiegesprächen, Yoga, Meditationen, Zen Bogenschiessen, Ausflügen an besondere Kraftplätze, und vielem mehr, mit einer Ernährung aus überwiegend vitaler Kost, mit vielen Früchten, Müsli, Salatvariationen, Rohkost und mediterranen Speisen.

Da das Thema dieses Jahres (das galt schon für 2009 aber für 2010 umso mehr) **Wahrhaftigkeit** ist,

zu sich stehen, ehrlich und authentisch sein, das heißt auch und vor allem sein Wesen leben,

passen unsere Retreats sehr gut in diese Zeit, denke ich.

Unterstützen sie doch die Schau nach innen: was macht mein Wesen aus? Was brauche ich wirklich?

Was wünsche ich mir für die Zukunft?

Wir freuen uns auf viele schöne Erfahrungen, auf gemeinsames Erleben und Teilen,

und auf das Genießen und Staunen über die Wunder, welches das Leben für uns bereit hält.

Tja und in der Mühle, was gibt es dort Neues?

Der **Biogarten** ist mächtig am werden, der runde Zaun ist gesetzt,
die Erde umgegraben und vorbereitet mit Mulch, Mist, Sand und Kompost,
die ersten Pflänzlein gesetzt.

Das Wetter hat das Ganze schon ordentlich verzögert.

Ein Experiment darf auch nicht fehlen:

der Garten ist kreisrund in Form eines Mandalas aufgebaut.

Besondere Energien, die so auf die Beete wirken werden....

molino - malaga



Apropos: an alle Malagueños:

könnt ihr noch junge Mangoldpflanzen gebrauchen?

Ich kann bestimmt noch 40 abgeben. Sie haben sich mächtig vervielfältigt...

Und dann haben wir jede Menge Bio Orangen, herrlich süß, zum Saft pressen.

Ihr seid jederzeit willkommen sie selbst zu pflücken,

oder ich bringe euch eine große Tüte voll an die Küste, für 2 € pro Tüte.

Es lohnt sich!

Zur Zeit habe ich auch frischen Brennesseltee für eine Entgiftungskur

und getrockneten Salbeitee für die Erkälteten unter euch.

Alles Bioqualität.

Auf Bioanbau hat sich auch eine Firma im Norden Spaniens spezialisiert:

Rincon del Segura bei Albacete ,

ihre Webseite findet ihr in dem Portal:

www.artesaniadelasierra.es/rincondelsegura

Der Tipp kommt von Ragna , sie bauen biologisches Getreide, wie Dinkel, Roggen, Weizen u.a. an,

mahlen es selbst und verkaufen viele verschiedene Sorten Mehl, selbstgebackenes Vollkornbrot, Vollkornkekse, Sesam, Sonnenblumenkerne u.v.m (alles Bio). zu einem günstigen Preis.

Ihr könnt dort entweder selbst bestellen oder mir bescheid geben, und dann bei unserer nächsten Sammelbestellung einfach mitmachen.

Schaut doch mal rein, ihre Webseite ist schön übersichtlich gestaltet und es sind sehr nette Mitarbeiter am Telefon.

Ich finde, das ist eine unterstützenswerte Sache....

Tja und ganz neu in der Mühle ist der WIFI Internetempfang für bis zu 5 Computer gleichzeitig.

Der fehlte uns doch im vergangenen Jahr so eins ums andere Mal... gell?

molino - malaga



Ich wünsche euch noch ein tolles Wochenende, die Sonne und der Vollmond werden uns verwöhnen!

Seid gesegnet und

Alles Liebe

Birgit
sensitives Coaching

Molino "Jesus y Maria"
El Algarrobal
E - 29710 Periana - Málaga
0034 - 661440756
www.molino-malaga.com