

*Mögen alle Wesen
glücklich sein*

Sheema Medien Verlag
Postfach 1443
83504 Wasserburg
Tel.: 080 71 - 94 813
Fax: 080 71 - 94 814
e-mail: info@sheema.de
www.sheema.de

Bitte fordern Sie Informationen an
zu Veranstaltungen und Neuigkeiten

Viel Lesevergnügen wünscht Ihnen:



SHEEMA MEDIEN VERLAG
Fachverlag für Releasing und mehr

Gesamtkatalog



Weisheit & Geomantie

Dieses reich illustrierte Werk fasst die wesentlichen, universellen Wahrheiten, die den Kern aller westlichen Weisheitstraditionen bilden, zusammen und stellt sie so dar, wie es unserem heutigen Verständnis und der Zeit, in der wir leben und in die wir gehen, entspricht.

Es erklärt, wie der Ewige Göttliche Geist der Liebe, Wahrheit und Weisheit Formen erschafft und unser Leben entwickelt, um sich hier auf Erden zu manifestieren. Sein Ausdruck ist im Tiefsten stets Harmonie und Schönheit, und führt zu uns zurück in die ewige Freude.

*„Eine alte Wahrheit sagt:
Liebe immer den Ort, an dem
du bist, das, was du tust, und
jeden, mit dem du zusammen
bist – so wirst du Freude finden.
Wenn wir unsere Freude finden,
finden wir unser Paradies.
Und das ist der Sinn des
Lebens.“*



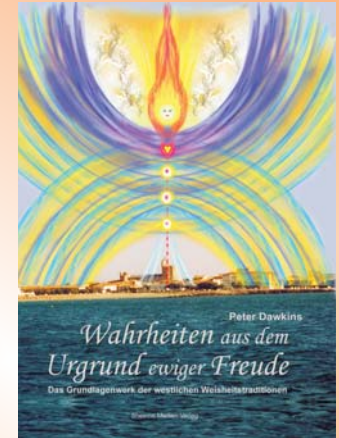
Neuerscheinung

Peter Dawkins

Wahrheiten aus dem Urgrund ewiger Freude

Das Grundlagenwerk der
westlichen
Weisheitstraditionen

Hardcover, 232 Seiten
118 farb. Abb. Großformat
Euro 34,95
ISBN 978-3-931560-16-4



Peter Dawkins (M.A., Dip.Arch.), Architekt, international bekannter Philosoph, Geomant, Autor, Seher, und Lehrer der westlichen Weisheitstraditionen. Er ist Gründer der Zoence Akademie, die er zusammen mit seiner Frau Sarah leitet. Seine besondere Hinwendung gilt der harmonischen Beziehung der Menschheit zur geistigen Welt sowie der Natur. Peters Hellsichtigkeit und seine wegweisenden Forschungen führten zur Entwicklung der Wissenschaft von den Landschaftstempeln und geo-kosmologischen Pilgerreisen.

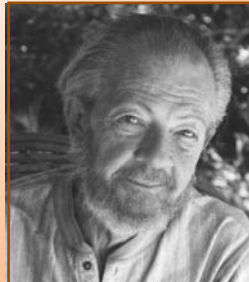
Bewusstsein

2. Auflage

Ein praktisches Handbuch, das auf den früheren, mehr theoretisch-informativen Büchern des Autors (siehe die nächsten Seiten), aufbaut. Es setzt erneut bei der inzwischen weltweit bekannten „Tafel der Bewusstseins-ebenen“ an und erklärt ausführlich deren Erscheinungsbilder, Auswirkungen und den Weg zu ihrer Überwindung. Der Leser erhält Anleitungen, um seinen eigenen Standort zu erkennen, seine Ziele zu definieren und zu erreichen.

Durch Analyse der Hindernisse, subjektiv erfahrenen Blockaden und Stufen, welche zu durchschreiten sind, offenbaren sich von selbst bestimmte Grundsätze, die die spirituelle Entwicklung unterstützen. Der Ausdruck „durchschreiten“ ist dabei tatsächlich nur eine sprachliche Hilfe, da es im nicht-linearen Bereich eher fortlaufende Dimensionen als wirkliche Ebenen gibt.

Man könnte den Übergang von einer Ebene zur nächsten viel richtiger mit dem Sonnenlicht vergleichen, das sichtbar wird, wenn die Wolken verdunsten.



Neuerscheinung

**Dr. med., Dr. phil.
David R. Hawkins**

Erleuchtung ist möglich

Wie man die Ebenen des
Bewusstseins durchschreitet
„Transcending the Levels of
Consciousness“

Hardcover, 448 Seiten
Euro 25,00
ISBN 978-3-931560-21-8



Dr. med., Dr. phil. David R. Hawkins, geb. 1927, war sich schon in seiner Kindheit und Jugend einer "größeren Präsenz" gewahr. Der erfolgreiche Psychiater verfügt über eine 50-jährige klinische Berufserfahrung und verfasste zahlreiche Publikationen - unter anderem zusammen mit dem Nobelpreisträger Linus Pauling. Nach einem tiefgehenden Erleuchtungserlebnis veränderte sich sein Leben grundlegend. Nach Jahren des Rückzugs und der Transformation lebt und lehrt er heute in Sedona/USA.

4. Auflage

DAS ALL-SEHENDE AUGE ist ein brillantes Werk, das verbindet - Bekanntes und Unbekanntes, Wissenschaft und Spiritualität, das Newtonsche lineare Paradigma des Egos und die nichtlineare Realität von Erleuchtung.

Die innere Kraft der Informationen, die dieses Werk bereitstellt, genügt sich selbst um das Bewusstsein des Lesers zu erheben. Ein Buch zum immer wieder Lesen, dem unendlich viel Wahrheit und Weisheit innewohnt, und das aus der Sicht des ALL-SEHENDEN AUGES geschrieben ist.

Das Material wird in vier Hauptabschnitten dargestellt:

- Die Beschreibung der subjektiven Zustände spirituellen Gewahrseins
- Der spirituelle Pfad
- Der Pfad zur Erleuchtung durch Verständnis der Natur von Bewusstsein
- Vorträge, Dialoge, Interviews und Gruppendiskussionen

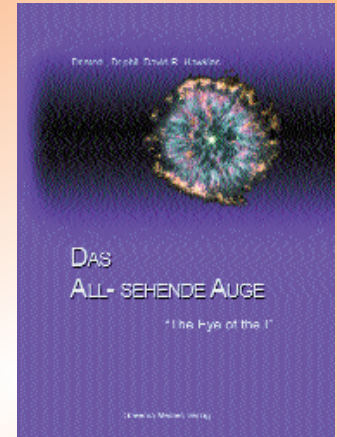
**Dr. med., Dr. phil.
David R. Hawkins**

Das All-sehende Auge

“The Eye of the I”

Hardcover, 480 Seiten
Euro 23,00

ISBN: 978-3-931560-19-5



***Der wirkliche Autor dieses Buches ist
Bewusstsein selbst.***

**Weitere Buch- und Hörbuch-Produktionen von
Dr. Hawkins sind in Vorbereitung.**

Bewusstsein

2. Auflage

Dieser 3. Band der Trilogie von Dr. David R. Hawkins erklärt und beschreibt das innerste Wesen und die Essenz von Bewusstsein von seinen allerersten Anfängen beim Auftauchen des Lebens auf der Erde bis zur spirituellen Wirklichkeit von Erleuchtung und göttlicher Gegenwart. Das ist das Reich des Mystikers, dessen Wahrheit ausschließlich auf der radikalen Subjektivität der Erfahrung des göttlichen Seins beruht.

Die kraftvolle Klarheit und Präzision des Ausdrucks, mit welcher dieses für die Menschheit wichtige Wissensgebiet dargestellt wird, erleichtert dem Leser das Verständnis und ermöglicht tiefe Erkenntnisse. Allein durch die Kenntnisnahme dieses außergewöhnlichen Materials wird seine Bewusstseinssebene messbar angehoben.

Ein Buch zum immer wieder Lesen, in dem man praktische und zugleich verwandelnde Antworten findet und „das Unbeschreibbare“ beschrieben wird.

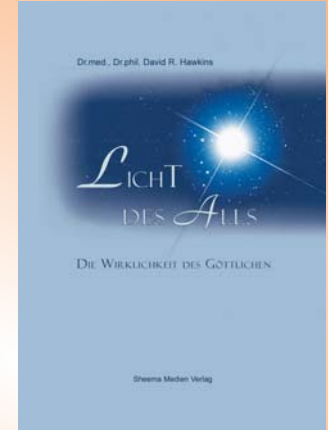
Non-Duality

**Dr. med., Dr. phil.
David R. Hawkins**

Licht des Alls
Die Wirklichkeit
des Göttlichen
“I - Reality and
Subjectivity”

Hardcover, 580 Seiten
Euro 27,00

ISBN: 978-3-931560-20-1



**„Aus der unendlichen Kraft des Allerhöchsten
manifestiert sich das Unmanifeste als Licht
der Schöpfung und allen Lebens.“**

Essenz und Einheit

In dieser wunderschön gestalteten Textsammlung über die Einheit der Religionen präsentiert Roland R. Ropers das spirituelle Vermächtnis seines Meisters Bede Griffiths, der zu den bedeutendsten Versöhnern der Weltreligionen im 20. Jh. zählt. Bede Griffiths hatte fast vier Jahrzehnte in Indien gelebt und gewirkt, wo er den gemeinsamen Urgrund der großen Weltreligionen studiert und verinnerlicht hatte.

Nun liegt das von Griffiths formulierte Lebensziel als Buchtitel vor: „EINE Welt – EINE Menschheit – EINE Religion“. Hier zeigen der Meister und sein Schüler anhand von beeindruckenden und einleuchtenden Gedanken den „Weg ins Innere Universum“, auf. Der Mensch, Mönch und Mystiker war ein Archetyp für strahlkräftige Theophanie. Das Göttliche leuchtete durch sein Wesen in die Welt, die auf der Suche nach Einheit und Frieden ist.

Benediktinermönch und ZEN-Meister
Willigis Jäger schreibt: *„Ein wunderbares Buch und eine Fundgrube für alle, die auf dem spirituellen Weg sind“.*

Neuerscheinung

Bede Griffiths
Roland R. Ropers

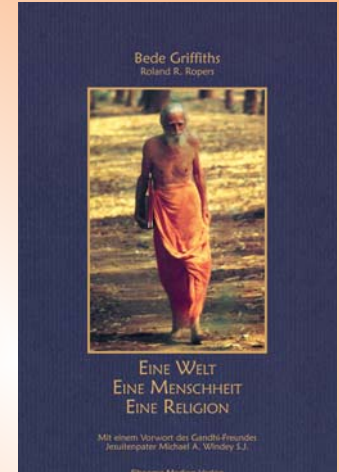
EINE Welt
EINE Menschheit
EINE Religion

Auf dem Weg ins Innere
Universum

Hardcover, 256 Seiten,

EUR 19,80

ISBN 978-3-931560-27-0



Bede Griffiths

(1906 – 1993), englischer Benediktinermönch, gehört zu den größten Mystikern und Weisen des Christentums und wurde zum bedeutendsten Versöhner zwischen den Weltreligionen. Der von ihm 25 Jahre lang geführte Sat-Chit-Ananda Ashram in Indien entwickelte sich zu einem einzigartigen interreligiösen Begegnungszentrum.

Roland R. Ropers

Obl. O.S.B., geb. 1945, Religions- und Transformationsphilosoph, Etymosoph und Publizist, ist der einzige von Bede Griffiths offiziell autorisierte spirituelle Lehrer. Er ist Chairman der International Gandhi & Griffiths Society. www.gandhi-griffiths-society.com

Unendliche Energie

Stärken Sie Körper, Geist und Gemüt durch eine bewusste Lebensführung. Erlangen Sie innere und äußere Kraft, die Sie für Ihre Selbstheilung einsetzen können.

Einfache und klare Techniken rund um das Mantra AUM ermöglichen es, den Geist im Gleichgewicht zu halten und Ihre persönliche, unendliche Energie zu nutzen.

Dieses Buch hat zum Ziel, den Kontakt mit den tiefen Schichten des Bewusstseins zu erleichtern, um ganzheitliche Stabilität zu erlangen und die uns innewohnende Stärke zum Ausdruck zu bringen.

Die bekannte Autorin Dr. Vinod Verma beschreibt im Sutren-Stil, wie einfach es ist, diese Techniken in den eigenen Alltag zu integrieren.

„AUM ist ein unvergängliches Wort. AUM ist das Universum und dieses ist die Ausdrucksform von AUM. AUM ist die Gegenwart, die Vergangenheit und die Zukunft, alles, was war, alles, was ist und alles, was sein wird. Ebenso ist auch alles, was jenseits der Begrenzungen von Zeit existieren könnte, gleichermaßen AUM.“

(Mandukya Upanishad I,1)



Neuerscheinung

Dr. Vinod Verma

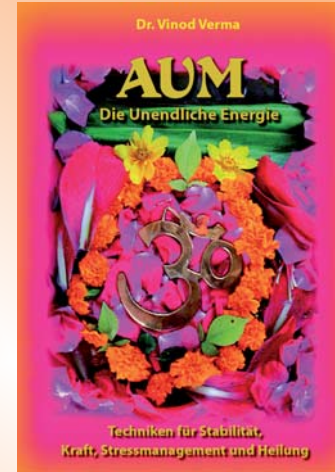
AUM - Die Unendliche Energie

Techniken für Stabilität,
Kraft, Stressmanagement
und Heilung

Hardcover, 128 Seiten,
4-farbig illustriert

EUR 14,80

ISBN 978-3-931560-13-3



Dr. Vinod Verma ist eine leidenschaftliche Forscherin und arbeitet daran, die lebende Tradition des Ayurveda und Yoga zusammenzutragen und durch ihre zahlreichen Bücher zu verbreiten. Auf dem Höhepunkt ihrer Karriere in der medizinischen Forschung eines pharmazeutischen Unternehmens in Deutschland beendete sie diese Laufbahn und gründete die „New Way Health Organisation“, die „Patanjali Yoga Darshana Society“ und die „Charaka School of Ayurveda“.

Releasing und Klopftechnik

Dieses alternative Abspeckbuch ist eine optimale Kombination aus Loslassen (in Form von Releasing) und Klopf-technik. Die einzelnen Themenbereiche werden ausführlich vorgestellt und erklärt. So bekommen die Leser ein 4-Wochen-Programm zur Hand, mit dem Abnehmen leicht wird:

- Releasing – Loslassen
- FKK – FreiKlopfKonzept
- Ernährung
- Regenaplexe
- Bachblüten
- Schüssler-Salze
- Edelsteine
- Mentaltraining
- Trance-Reisen

Harmonisch ergänzt wird das Programm durch vier wunderschöne Bilder der Schweizer Künstlerin Monika Winter.

„Heilpraktikerin Charlotte C. Oeste stellt uns in diesem Buch ein Abnehm-Modell vor, das Erfolg nicht nur verspricht, sondern auch dauerhaft erreichbar macht. Erfrischend kreativ und ohne Zwang schließt sie in einem Bausteine-System neben den körperlichen Komponenten – Ernährung und Bewegung – auch die geistig-seelischen Bereiche unseres Seins mit ein. So entwickelte sie ein ganzheitliches Programm, das durch seine Einfachheit besticht, auch über einen längeren Zeitraum anwendbar ist und zu keinerlei Mängel führt – im Gegenteil. Eine wirkliche Alternative!“ (Rosemarie Patzer, Ärztin)



Neuerscheinung

Charlotte Christiane Oeste

Lass es einfach hinter Dir!

Was sich hinter den überflüssigen Pfunden in Wirklichkeit verstecken will.
mit Bildern von Monika Winter

Hardcover, 256 Seiten,
4-farbig illustriert
EUR 19,80

ISBN 978-3-931560-10-2



Charlotte C. Oeste, geb. 1962, arbeitet seit 1998 in eigener Praxis als Heilpraktikerin mit den Schwerpunkten Homöopathie, Kinesiologie, Releasing, Wirbeltherapie nach Dr. E.E. Lindwall und Dieter Dorn, Traum- und Familienaufstellungen sowie systemischer Psychotherapie. Ihr Ziel ist es, „wahrheitssuchende Menschen dabei anzuleiten, ihr ureigenes Lösungs-Puzzle zusammensetzen“. Charlotte C. Oeste bietet 1-jährige Ausbildungen zum Releasing-Gewichtreduktions-Coach an und lebt mit ihrer Familie in Kronau

Releasing

2. erweiterte Auflage

Releasing (engl. für Loslassen) ist eine einfache und wirksame Selbsthilfemethode zum Auflösen begrenzender emotionaler Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen. Es ist das Ergebnis der jahrelangen medizinischen und spirituellen Forschung von *Dr. E.E. Isa* und *R. Yolanda Lindwall* (USA).

Der Herausgeber Markus Langholf hat in jahrelanger Recherche Material gesammelt, zusammengestellt und ausgewertet - daraus entstand dieses erste schriftliche Dokument mit autorisiertem Originalmaterial von *Isa* und *Yolanda Lindwall* über die Theorie und Praxis des Releasing und seine Entstehungsgeschichte.

Neben biographischem Material und philosophischem Basiswissen, enthält das Buch eine wunderschöne Fotoserie mit *Isa* und *Yolanda Lindwall*. Gezeigt werden die kinesiologischen Muskeltests, die mit den entsprechenden wichtigsten seelischen Grundmustern und Releasing-Aussagen nach *Dr. Lindwall* kombiniert wurden.



Grundlagen

Markus Langholf
(Hrsgb.)

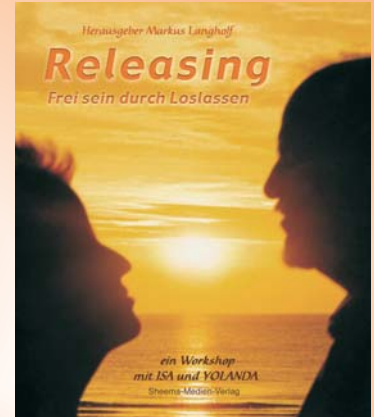
Releasing - Frei sein durch Loslassen

Ein Workshop
mit Isa und Yolanda

Hardcover, 255 Seiten
58 farbige Abbildungen

Euro 25,00

ISBN: 978-3-931560-07-2



Das Grundlagenwerk des Releasing!

Dr. Elmer Edward Isa Lindwall, (1919 - 2007), betrieb viele Jahre lang eine florierende Arztpraxis in den USA. 1979 heiratet er seine Frau **Ruth Yolanda Lindwall**, geb. 1932 in Atlanta, die in pädagogischen Bereichen tätig war. Beide entwickelten die Releasing-Methode und bereisen seit Mitte der 80er Jahre die Länder unserer Erde, um ihrer geistigen Führung, die sie Spirit Most High nennen, und ihren Mitmenschen zu dienen. Beide sind authentische Lehrer und Heiler und ein Sinnbild bedingungsloser Liebe.

Releasing

4. Auflage

Dieses erste Buch zum Thema Releasing versteht sich als philosophischer Reiseführer zum Erkennen und Bestehen seelischer Schlüsselsituationen. Dabei begleitet uns der Autor durch die sieben Chakren, die von ihm ausführlich und innovativ reflektiert werden.

Markus Langholf behandelt einfache, aber komplexe Zusammenhänge, so dass es sinnvoll sein kann, das Buch nicht "in einem Rutsch" durchzulesen, sondern immer wieder intuitiv aufzuschlagen.

Lesen Sie das Buch mit dem Herzen und Sie werden verstehen!

Am Schluss eines jeden Kapitels gibt der Autor den Lesern zahlreiche Beispiele von Loslass-Sätzen und Positiven Affirmationen. So kann dieses Buch auch als informatives und praktisches Nachschlagewerk genutzt werden - das vor allem auch für viele Releasing-Praktiker von Interesse ist.

Markus Langholf, geb. in Europa und gab mit dem hop. Nach dem Studium der zum Diplom Kulturpäda Studienreisen nach Asien und Ausbildung von Releasing durch eine praxis nahe der Visions werkstatt Cap vier Töchtern auf dem Lande

1961, war einer der ersten Schüler von *Dr. Isa* und *Yolanda Lindwall* Segen von Dr. Lindwall bereits 1985 seinen ersten Releasing workshops. Philosophie, Psychologie, Literatur und Kunst und der Ausbildung in die USA, entwickelte er 1991 das weltweit erste Konzept zur lehrern. Dieses Konzept ergänzt das Releasing der ersten Generation Handlungsorientierung und Kreativitätsschulung. Er ist Mitbegründer Sizun in der Bretagne und lebt zusammen mit seiner Frau Angela und in der Nähe von Köln.

Bestseller

Markus Langholf:

Der Pfad des Lebendigen Geistes - Loslassen !

Ein philosophischer
Reiseführer durch die
inneren Welten

Paperback, 260 Seiten
Euro 18,00

ISBN: 978-3-931560-02-7



Der Releasing-Klassiker!

Releasing

Ein Releasingbuch für Laien, Kenner und alle am geistigen Wachstum interessierten LeserInnen.

Im Mittelpunkt stehen acht Menschen, die in sehr persönlichen Gesprächen über ihre Erfahrungen mit Releasing erzählen. Diese Lebensgeschichten berühren das Herz, lassen einen mitfühlen und machen Mut!

Die Autorin hat die Gespräche im Rahmen ihrer Diplomarbeit geführt, aufgezeichnet und ausgewertet. Daraus entstand dieses leicht verständlich geschriebene Buch, das informiert und Denkanstöße gibt.

Ein Buch, das eine Brücke schlägt zwischen Wissenschaft und Spiritualität.

Themen sind unter anderem:

- Was genau ist Releasing
- Dokumentation der Gespräche
- Vergleich der Ergebnisse mit dem Psychologischen Konzept Carl Rogers
- Releasing und Gesundheit



Erfahrungen

Andrea M. Köster:

Releasing - Kann die Seele fliegen?

Eine Studie über die Wirksamkeit von Releasing anhand von acht Fallbeispielen

Paperback, 259 Seiten

Euro 18,00

ISBN: 978-3-931560-09-6



Das Releasing-Erfahrungsbuch!

Andrea M. Köster, Jg. 1964, Diplom Psychologin und Releasingbegleiterin, arbeitet in Einzelsitzungen und Seminaren.

Zahlreiche Reisen nach Hawaii, Kalifornien, Australien, Thailand, Indien und innerhalb Europas bilden eine wichtige Grundlage für ihre persönliche und spirituelle Entwicklung.

Andrea Köster lebt in Hamburg.

Innenland

Als sich Julius auf dem Heimweg in einem kalten Hausflur ein wenig ausruhen will, entdeckt er an der gegenüberliegenden Mauer ein "grünes Auge", das sich vor ihm auftut und in dem er wundersame Dinge sieht.

So beginnt die spannende und unterhaltsame Geschichte eines Jungen, der sich immer mehr in ein großes Abenteuer einlässt. Zusammen mit dem Mädchen Fe, das nur für ihn sichtbar ist, erlebt er faszinierende und lustige Episoden und begibt sich schließlich auf die Reise zu sich selbst, um seine Freundin aus den Händen des Lächeldiebes zu befreien.

"Das Buch möchte auf spielerische Weise vermitteln, dass es vieles auf der Erde gibt, was man mit normalem Blick nicht wahrnehmen kann.

Hauptanliegen ist es jedoch, die Kraft der Liebe zu verdeutlichen." (Bettina Oehmen)

Eine Geschichte für junge und erwachsene Leser gleichermaßen - voller Überraschungen und spannend bis zum Schluss !



Märchen/Fantasy

Bettina Oehmen:

Julius sieht mehr

Eine phantastische Reise
ins Innenland

Hardcover, 271 Seiten
Euro 15,50

ISBN: 978-3-931560-12-6



Bettina Oehmen, geb. 1959, studierte Gitarre und Gesang. Während ihres Aufenthalts in Jerusalem entstand die Idee zu "Julius sieht mehr".

Die vielseitig talentierte Künstlerin lebt mit ihrem Mann, einem Cellisten, und den vier Kindern in Bocholt. Sie schreibt, komponiert, singt, dichtet und gibt Konzerte.

Zen

HÖRBUCH

2 CD's im Digipack
Spieldauer: 108 Min.
mit Bonustrack
"Die Tigerbericht Suite"
EUR 19,80

ISBN: 978-3-931560-18-8



Eine Reise zur inneren Quelle mit Klängen aus den tiefen Räumen wortloser Weisheit.

Der Tigerbericht, übermittelt und erläutert von Shunryu Suzuki-roshi, aufgeschrieben und erzählt von Dietrich Wild, mit Originalmusik von Al Gromer Khan. Bilder von Holde Wössner.

Der einsame Wanderer begegnet in der Wüste Sinai einem Meister, der ihm durch den Bericht des Tigers die Essenz des Zen-Buddhismus nahe bringt.

Shunryu Suzuki-roshi,

Dietrich Wild,

Al Gromer Khan,

geb. 1904 in einem buddhistischen Tempel bei Tokio, gründete das Zen-Center in San Francisco, wo sich Schüler aus der ganzen Welt um ihn scharten.

geb. 1942, lernt von Shunryu Suzuki-roshi seit 1976 und schrieb, nach mehreren Aufenthalten in der Abgeschiedenheit des Sinai, im Winter 1985/86 den "Tigerbericht" nieder.

geb. 1946, wurde in die Imdad Khani-Gharana, die legendäre Dynastie von Sitarspielern aufgenommen. Seinen eigenen Stil, die kontemplative Paisley Music, entwickelte er aus der Tradition von Ustad Vilayat Khan.

Die Kultgeschichte

BUCHAUSGABE

Hardcover, 72 Seiten
fünf Abbildungen
2 CD's als Beilage
EUR 29,70

ISBN: 978-3-931560-17-1

www.tigerbericht.de



Wenn du vollkommen still wirst, hörst du alles.

Aktuelle Musik-CD

Elisabeth Haas & Sayama

Heart of Gaja

Audio CD,
Spieldauer ca. 67 Min.

EUR 18,80
ISBN 978-3-931560-30-0



Gemafreies Repertoire

Eine gefühlvolle musikalische Reise ins Herz unserer Mutter Erde auf akustischen Instrumenten aus aller Welt: Gitarre, Piano, Cello, Keyboards, Shakuhachi & Koto, Dizi-Flöte & Gu-Zheng, Bansuri, Gongs & Percussion. Kombiniert mit Naturgeräuschen, entsteht ein Klangteppich, der alle Kontinente und Landschaften Gaja's harmonisch verbindet und den Zuhörer in diese Stimmung mit einbezieht.

„Musik und Klänge sind eine universelle Sprache des Herzens und haben die Kraft, Menschen miteinander und den Energien der Natur und des Kosmos, in allen Seinsebenen, zu vereinen.“

CD & DVD

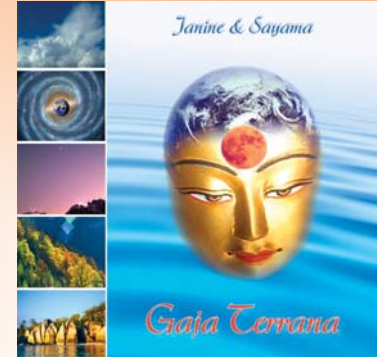
Janine & Sayama

Gaja Terrana

2-Disc-Box
CD-Audio & DVD-Video
Spieldauer je ca. 60 Min.

Euro 19,95
ISBN 978-3-931560-35-5

www.gaja-terrana.de



Gemafreies Repertoire

Auf diesem Hörbuch spricht Gaja Terrana direkt. In klaren, authentischen Worten erhält der Zuhörer Informationen, die ihm die Möglichkeit geben, in Kontakt und Einklang zu kommen mit Mutter Erde, die Teil des Wesens eines jeden Menschen ist – bedingungslose Liebe, Hingabe und Fürsorge.

Zusammen mit den Klängen der Musik, die Sayama einfühlsam für diese CD komponiert hat (und die auf Track 2 pur, d.h. ohne Text zu hören ist), ergibt sich ein harmonisches Ganzes – das durch die Bonus-DVD mit wunderschönen Naturbildern optimal ergänzt wird.