

Phenixbrevet 5, v. 13-15, 2007

www.phenix.se

Vegagatan 8

113 29 Stockholm

08-33 99 14

Hej alla intresserade!

Sommartiden kommer nu! Som vanligt kan du välja att må toppen både i kroppen och knoppen. Välja just det du behöver i denna stund, massage, att få prata, gå en kurs, vibrationsträna, förbättra din kosthållning, ja utbudet bland alla kvalitetssäkrade Phenixar är stort.

Vi planerar för fullt inför vårt Öppna Hus den 27 April.....

Vi vill även önska Dig en riktigt skön Påsk helg.

I Hälsa och spirande vår. *Monika Swärd med Phenixar!*

För ditt läkande och välmående, Boka tid redan nu via Phenixkliniken kvalitetssäkrade yrkesutövare www.phenix.se/yrkesytovare. Du kontaktar dom själv direkt via nätet eller telefon.

Vill du lära mer om dig själv och livet? Boka tid redan nu på någon av de spännande kurserna/föredragen på www.phenix.se/kalendarium.

Våga något gratis! Gå på Vad är....föreläsningarna varje tisdagskväll mellan 19-21

Phenixkliniken kan nu även erbjuda Företagshälsovård, intresserad? gå då in på hemsidan [www.phenix.se /info till företag](http://www.phenix.se/info_till_foretag).

Vi välkomnar även nya medlemmar in under vingen i vårt stall. Se /kursutovare.pdf-fil.

MED HELHETENS VINGAR
FLYGER DEN TALANDE TANKENS KRAFT.

DEN FLYGER PÅ FRIHETENS OCH GLÄDJENS VINGAR
SKAPAD AV KREATIVITETEN I MINA DRÖMMAR.

JAG GER MIG SJÄLV LIVETS MÖJLIGHETER SOM GÅVA
JUST FÖR ATT JAG ÄR JAG.

SJÄLVKÄNSLAN ÄR HISSAD I STORMASTENS SEGEL
VINDARNA AV KRAFT FYLLER HELA MITT VÄSEN.

MITT LJUS ÄR DITT OCH DITT LJUS ÄR MITT
TILLSAMMANS BLIR VI STARKA SOM SOLEN.

VI KAN FÖDA OSS SJÄLVA.
MED VÅRA DRÖMMARS HANDLINGAR!
copyright:Björn Karlsson

**PoesiBjörnen kan du träffa på Söndagskvällen den 1 och 15 april 18:00-21:00 Björn Karlsson,
070-384 28 93 bjorn@phenix.se**

**Galleri Stallgången är smyckat av Lisa Romare som har sin Verrnisage den 1 April kl. 13-17,
varmt välkomna. Välkommen att besöka Galleriet! www.phenix.se/galleri.**

LUNCH YOGAN med Gunneli Fallmark fortsätter på tisdagar!

Trimma både kroppen och knoppen med LUNCHYOGA.

Ett enkelt men effektivt pass både för nybörjaren och den som provat Yoga tidigare. Du upplever direkt - avslappning- energi kick- stärkande för rygg och bäckenbotten - ökad fokusering och koncentration.

Varje tisdag mellan 11:30-12:00 kan du få ett behagligt Yoga pass med mantran.....

Vad är... Tisdagar 19:00-21:00, Fri entré

Vår populära föreläsningsserie fortsätter. Välkommen att lära er mer om olika behandlingar och kurser. Ett ypperligt tillfälle för dig som vill ställa frågor och träffa likasinnade personer.

27 mars Shiatsu & massage? leva & Gunilla B.

3 april Aloe Vera & Shamanskunskap? Eva L & Kerstin B

17 april Body Talk & Vibrationsträning? Susanne & Caroline

för mer information besök www.phenix.se/kalendarium där finns även möjlighet att skriva ut programmet i från en pdf-fil.

Ons 28 Frigörande dans till shaman-trumma. 18:30-20:00 //F

Gunneli Fallmark och PoesiBjörnen, 070-787 48 60, gunneli@phenix.se

Favorit i repris, *Dansa till levande trummusik!*

Du som tycker om frigörande dans och PoesiBjörnens talande trumma måste ta chansen att dansa på Phenix Onsdagen 28 mars kl 18.30-20.00

Pris 200:- (livemusik hela tiden!!) Bindande anmälan, senast 20 mars!, med insättning av hela beloppet på pg 416388-7, Egen Kraft. Skicka även ett mail eller sms med ditt namn till Gunneli Fallmark, 070-787 48 60 eller gunneli@phenix.se (Max 10 st så vänta inte med din anmälan!)

**Mer info? Ring Gunneli ovan eller se www.egenkraft.se/grupper.html
www.poesibjornen.se**

Äntligen kan vi erbjuda kurser med Matthew Sword författaren till boksuccén Reiki och Karuna håller följande kurser i Stockholm och Göteborg

Reiki 1+2 (kombi) 2dgr inga förkunskaper krävs

Reiki Master Teacher 2 dgr förkunskaper: reiki 2

Kurserna hålls lörd-sön och kostar 3000 kr/pers oavsett kurs (= samma peng för samma kurslängd) Anmäl ditt intresse redan nu till matthew@sword.nu

Lör 31 Kreativ meditation 10:00-17:00 //F

Eva Karlsson, 070-696 81 18 eva@energimedvetenhet.nu

Välkommen till grundkursen i EnergiMedvetenhet;

Kreativ Meditation

Kreativ Meditation är en aktiv meditation anpassad till den moderna människans behov. Målet är att integrera kropp och själ genom EnergiMedvetenhet och mentala verktyg som du kan använda i din vardag.

· Du skapar sinnesfrid, ökar din närvaro, koncentrationsförmåga, kreativitet, intuition och inspiration.

· Du skapar mer plats för det liv du vill ha, genom att avlägsna inre begränsningar.

· Du lär dig att förstå ditt energifält, att skydda det från negativt inflytande och ladda det med ny kraft.

· Du övar upp din clairvoyanta förmåga och lär dig att se vad som egentligen händer med dig i olika situationer, för att du så småningom ska bli herre över dig själv i alla situationer.

Som terapeut är det lätt att överföra sina egna energier på kunden, eller att plocka upp kundens energier och tro att det är ens eget. I Kreativ Meditation får du verktygen som hjälper dig att hålla reda på detta. Dessutom lär du dig att snabbt och mycket enkelt separera dig mellan kunderna.

Plats: Phenixkliniken, Vegagatan 8, T-Odenplan.

Datum/tid: Lördag 31/3 2007, klockan 10.00 – 17.00

Söndag 1/4 2007, klockan 10.00 – 17.00

Pris: Privatpersoner: 2000:- inkl moms

Företag: 2000:- exkl moms

Kursavgiften betalas senast 5 dagar före utsatt kursdatum till bankgiro 5103 – 7380.

Anmälan med ditt namn och telefonnummer görs via mail till eva@energimedvetenhet.nu eller ring 070 – 696 81 18.

Om du önskar faktura, uppge detta i anmälan med uppgift om vem fakturan ska ställas ut på.

Välkommen att inspireras!

Mån 2 Fullmåneljustjänst 19:00-21:30 //Pris: 50 kr

Anna Southerington, info@livetshus.com

Mån 2 Hitta din inre kraft 19:00-21:00 //Pris: 100 kr

Eva och Annette Johansson, 070-696 81 18 eva@energimedvetenhet.nu

Hitta din inre kraft och skapa ditt yttre liv!

Under två intensiva dagar får du möjligheten att möta ditt ursprung och din inre styrka samt få verktyg för att manifesteras dessa i ditt vardagsliv.

Dag 1, lördag: Skapelsen, dess syfte och uppbyggnad.

Var i skapelsen finns ditt ursprung och vad innebär det för ditt liv just nu.

I guidade meditationer kommer du att få bilda dig en egen uppfattning om just ditt ursprung och din väg.

I sitt sökande efter självkänedom och sitt ursprung har Annette Johansson mött många av skapelsens invånare, både från mörka och ljusa dimensioner. Tillsammans med sina andliga vägledare, Heron och Lupe, och ängeln Samuel har Annette fått den information om skapelsens syfte och uppbyggnad som denna dag bygger på. Annette Johansson arbetar som livscoach och som lärare i personlig och andlig utveckling och som barnskötare i en Montessoriförskola med barn 1-3 år.

Dag 2, söndag: Manifestera din ursprungskraft i ditt vardagsliv.

På söndagen får du hjälp att ta tillvara på de kunskaper och insikter du förvärvat under lördagen. Du kommer att delta i guidade meditationer och resor till trumman, där du först får möta ditt krafftdjur.

Med hjälp av krafftdjuret bygger du sedan inom dig ett hus med olika rum. I varje rum träffar du olika innevånare som hjälper dig på din resa att skapa ditt liv så som du vill ha det.

Som avslutning på helgen lär du dig tekniken att knyta dröm- eller visions fångare, så att du kan knyta din egen livsväv.

Naturen har alltid varit viktig för Eva Johansson. För att hitta vägen till harmoni och balans har Eva använt sig av naturen under alla årstider.

Kursen går lördag den 28 april och söndag den 29 april, klockan 10.00 – 18.00 på Phenixkliniken, Vegagatan 8, T-Odenplan, Stockholm.

Kostnad för privatpersoner är 3000 kronor inklusive moms och för företag 3000 kronor exklusive moms.

Kursavgiften betalas i samband med anmälan, senast 30 dagar före utsatt kursdatum. Om faktura önskas, uppge vem den ska ställas ut på.

Du kan göra din anmälan till eva@energimedvetenhet.nu eller till annette.johansson1@hotmail.com.

Ons 11 Kurs Pengar och välstånd. 18:30-12:00

Jan Roostal, 0733-78 69 5710, psmed@roostal.com, www.roostal.com

Välståndstänkande - hur du skapar överflöd i ditt liv Med Jan Roostal

Är tanken att det finns brist på pengar, tid, kärlek mm en sinnets skapelse som saknar förankring i verkligheten? Är det i själva verket så att det enda som existerar i universum är överflöd? Våra tankar är oerhört krafffulla, med hjälp av dem kan vi skapa såväl rikedom som fattigdom. Den universella lagen om att ge säger att ju mer vi ger, desto mer får vi ta emot. Det vi ger ut får vi tillbaka i mångfald. Välstånd skapas inte i första hand genom hårt arbete och snålände utan genom att leva i kontakt med sitt hjärta och sin andliga dimension. Djupt rotade föreställningar av fattigdomstänkande i det kollektiva medvetandet och negativa självbilder hindrar oss från att vara i "flödet", att ta del av universums gåvor som kommer till oss i en aldrig sinande ström. Genom att uppnå en högre medvetandenivå där vi är i kontakt med vår sanna natur kan vi "dra till oss" välstånd, såväl ur materiell som andlig aspekt. Om detta talar Jan Roostal som undervisar i Dr Deepak Chopras meditationsteknik. Jan har arbetat som kredithandläggare men är nu egen företagare. Han har under 2004/2005 medverkat i reportage/inslag om Välståndstänkande i Expressens hälsobilaga EGO, Svenska Dagbladet Näringsliv och andra tidningar, samt i Sveriges Television och några lokalradiostationer. Investering 140:-

Tor 12 Kurs Meditation. 18:30-12:00

Jan Roostal, 0733-78 69 5710, psmed@roostal.com, www.roostal.com

Informationsföredrag om Deepak Chopras meditationsteknik. Primordial Sound Meditation är en klassisk form av (tyst) mantrameditation som är flera tusen år gammal och härstammar från den vediska traditionen. Meditation tar vårt sinne från aktivitet till stillheten i vår själ. Jan Roostal talar om vad meditation är, vilka effekter tekniken har och varför det är bra att meditera. Under föredraget får du möjlighet att prova på en enkel form av andningsmeditation.

Du får också möjlighet att köpa Jans CD "Mantra och Andningsmeditation" med vacker instrumentalmusik av Patrik Skantze (reducerat pris).

Se även kursdatum för denna teknik här på Phenixkliniken den 4 t o m 6 maj

Kurs i Dr Deepak Chopras meditationsteknik "Primordial Sound Meditation".

Certifierad instruktör Jan Roostal.

fredag 4/5- Lektion ett

Kursstart Primordial Sound Meditation

Certifierad instruktör Jan Roostal

18.00 Fika med smörgås

19.00 - 21.15

Vi går igenom grunderna för Primordial Sound Meditation, hur man mediterar, vad ett mantra är och hur det används samt det primära syftet med meditation.

lördag 5/5 - lektion två, Mantra-initiering

Personlig tid efter ök, avsätt 1,5 timmar mellan kl 10.00 och 13.00

Du erhåller Ditt personliga mantra och får en instruktion i hur det används.

Efter instruktionen mediterar Du i trettio minuter.

söndag 6/5- lektion tre

10.00 - 12.15

Praktiska aspekter. Under denna session, kommer Du att få en repetition av och genomgång av de praktiska aspekterna av meditation, dela erfarenheter, ställa frågor och delta i en gruppmeditation.

söndag - lektion fyra

13.45 - 16.00

Vision om högre nivåer av medvetande. I denna avslutande session ingår det en video med Deepak Chopra. Han ger en glimt av framtida möjligheter och tillväxt på alla nivåer. En gruppmeditation ingår samt repetition av viktiga punkter.

Kurslikvid inkluderar minst två till tre uppföljningar om cirka två timmar per gång.

Tor 12 Mindfulness & Meditation. 19.00-20.00//D

Kristina Mårtensson, 073-53 05 301, kristina.m@phenix.se

* Mindfulness & Meditation.

DROP-IN/ PROVA-På, torsdagen den 12 april kl 19-20

Mindfulness handlar om att vara medvetet närvarande i nuet. Det låter enkelt, men kräver träning. Den som tränar mindfulness regelbundet blir bättre rustad att möta vardagens stress och utmaningar. Det är vetenskapligt prövat likvärdigt som det vilar på en erfarenhet som sträcker sig tusentals år tillbaka i tiden.

Kostnad: 120 kr per gång för 5 gånger, alternativt 175 kr för drop-in, Rabatt för studerande, pensionärer, sjukskrivna och föräldralediga. Kostnad för kursmaterial (CD, teori) tillkommer om 300 kr. Kursstart måndagar i april.

Anmälan och information: Kristina, tel 0735305301, e-post pranaflow@telia.com
www.pranafLOW.se

Fre 13 Success-café! 12:00-13:00 F// 100 kr

Eva-Karin Wallin, 08-608 20 18, www.awakecoaching.se

Lunchmötet för dej som vill bli inspirerad för framgång I ditt liv.

Fre 13 Bad & Hudvårdstillverkningskurs. 15.00-19.00//F

Kristina Alm, 0704-00 08 75, kristina@phenix.se

PHENIXKLINIKEN 13 APRIL KL 15 - 19

Tillverka Bad & Hudvårdsprodukter med eteriska & vegetabiliska oljor

Föränmälan. Drop in i mån av plats.

Kom & gå som det passar Er. Välkommen!

Ring 0704 00 08 75 eller sänd ett mail till info@tonett.nu

För mer information &/eller intresse anmälan. Läs mer på www.tonett.nu/aromettkurser
Välkommen !

Lör 14 Biografiworkshop, Att bli människa är en konst 10:00-13:00

Hannele Grantzau, 070-62 18 418, hannele@phenix.se, Info i pdf-format

BIOGRAFIWORKSHOP" Att bli människa är konst."Novalis

Arbete med den egna livsberättelsen i grupp på Phenixkliniken i rummet Hästensrygg.

14.4.07 10-13, 21.4.07 10-13, 28.4.07 10-13

Vi lär känna rytmer och lagbundenheter i människans biografi med inledande föredrag av människans olika livsfaser och levnadslöpp. Vi kommer att använda vår egen livshistoria som arbetsmaterial i gruppövningar som är väl strukturerade och styrda samt trygga för alla.

Vi använder lite konstnärlig övning till hjälp. En kafferast har vi mellan övandet.

Målet är att få djupare kontakt med sin egen biografi och de inre sammanhanget av

händelserna i ens livshistoria. Work shop ger en verktyg att hantera de utmaningar livet bjuder till oss. Antal deltagare kan vara 4- 10 pers. som binder sig till alla tre gånger för gruppdynamikens skull.

Anmälningar önskas till hannele@phenix.se senast 24.3.2007.

Frågor besvaras av kursledaren på lördagar via tel.0706218418.

Kursavgift 1.100kr per deltagare.

Kalendarium

Finns nu även i utskvsvänligt format på: www.phenix.se/kalendarium

Kommande kurser:

APRIL/MAJ

Lör 21 Lita på din intuition! 10.00-17.00

Intuitionen, som vi alla har, är inte till någon nytta om vi inte litar på den!

För att den ska vara ett tillförlitligt och användbart verktyg måste den, liksom vilken annan muskel som helst, tränas. Hitta dina kanaler och öva upp din intuition så att du kan vara i kontakt med ditt högre jag, dina änglar och guider. Du kommer att lära dig hur du aktivt använder din intuition i vardagen och vad som kan blockera dig samt hindra dig från att nå dina mål i livet. Denna workshop kommer att ge dig en kick-start och ny inspiration. **Pris: 800 kronor**

Anmälan: Branka Okeijn, clairvoyant medium info@celestin.se 073-590 3849

Läs mer på www.celestin.se

Sön 22 Vad dina änglar vill säga dig!

10.00-14.00

Ett sätt att kommunicera med änglar kan vara genom orakelkort.

Du lär dig grundprinciperna i hur man använder och tolkar budskap i Doreen Virtues änglarkort.

Upptäck hur enkelt det är att "koppla upp sig" och lära sig att göra tolkningar som kan hjälpa och inspirera både dig själv, din familj och dina vänner.

Förutsätter att du har dina egna kort med dig. **Pris: 495 kronor**

Anmälan: Branka Okeijn, clairvoyant medium info@celestin.se 073-590 3849

Läs mer på www.celestin.se

Mån 23 Buddhistisk meditation. 18:00-12:00

Kelsang Khunpen, 0736-14 41 10, info@mediteraistockholm.org

Meditation & Positivt Tänkande

En introduktion till buddhistisk meditation

Meditation är en meningsfull metod som vi alla kan lära oss för att se positivt på situationer och svårigheter, och på så sätt förbättra vår livskvalité och uppleva mer glädje i vardagen. Genom regelbunden träning i meditation upptäcker vi ett inre lugn och en djup sinnesro som hjälper oss att slappna av, och som vi kan bära med oss i vårt hjärta i allting vi gör. Detta hjälper oss att på enkla och praktiska sätt vända problem till möjligheter för personlig utveckling, och därmed bidra till mycket stor del till både vårt eget och andras välbefinnande. Klasserna kommer att ges av nunnan Kelsang Khunpen och består av guidade meditationer, praktiska buddhistiska tankesätt och stund för diskussion och frågor. Kom till hela kursen eller till enstaka klasser, båda går lika bra. Alla är välkomna och ingen tidigare erfarenhet är nödvändig.

Måndagar kl. 18.30 - 20.00

Kursdatum 23 april - 21 maj och 4 - 25 juni

Drop-in pris 80 kr per klass / 650 kr för hela kursen - 9 klasser

Tara Buddhistcenter Stockholm www.mediteraistockholm.org info@mediteraistockholm.org

Kontakt och info: Khunpen 0736 14 41 10

Öppet hus!

Den 27 april är det åter dags för vårt Öppet Hus. Kom och besök oss, lyssna på föreläsningar, botanisera i vår mäsas, prova på behandlingar och boksugning är ett axplock av det som står på listan av vad som det kommer att bjudas på.

Mån 14 Lär dig pendla. 18:00-22:00

Anna Björklund, 070-453 2719, [Info i pdf-format](#)

Håll dig uppdaterad om kommande kurser och föreläsningar via vårt kalendarium.

Vi som är yrkesutövare och arbetar för dig och ditt välbefinnande är:

Firma Homeopat, Monika Swärd

Hjälp till ett friskare liv

Dipl. homiatriker, homeopat, klinikföreståndare. Homeopati

0708-33 89 14, monika@phenix.se

F:a Emil Johansson, Emil Johansson

Privat seanser och kurser i andlig utveckling

Dipl. Medium, Privat seanser, kurser i andlig utveckling

070-650 27 56, emil@phenix.se

NMF, Greger Söderlund

Jag arbetar med olika behandlingsmetoder med lång erfarenhet

Dipl. Homiatriker, akupunktur, kiroterapi, massage, irisdiagnostik, kraniosakralterapi

08-605 49 10, greger@phenix.se

Silvertråd Njorun, Lotta Sjöberg

Grupputveckling

Dramapedagog, drama, teater, storytelling, massage, aloe vera

073-15 07 926, lotta@phenix.se

Reflexologi Stockholm, Maria Magnusson

Zonterapin är lika gammal som människan

Dipl. Zonterapeut, Jag erbjuder zonterapi, strykningsterapi, ortobionomi, öronakupunktur och metamorphic.

070-615 80 18, maria@phenix.se

Hannele Grantzau

Arbetar utifrån din livshistoria

Biografi-och samtalsterapeut, samtalsterapi, biografiarbete till alla som söker stöd eller inspiration för personlig utveckling och sociala processer

073-047 01 13, hannele@phenix.se

Egen kraft, Gunneli Fallmark

Ser, hör och stärker dig

Leg sjukgymnast och samtalsterapeut, dans, qigong, yoga, akupunktur, massage, djupavslappning, samtal, traditionell smärtlindring och sjukgymnastik
070-787 48 60, gunneli@phenix.se, www.egenkraft.se

BodyTalk, Susanne Lindkvist

God hälsa kommer inifrån
Cert. bodytalk-terapeut
070-446 60 06, susanne@phenix.se

I Ching, Bertil Jönson

Klassisk kinesisk visdom
I Ching tolkare, Fråga världens äldsta orakel! Konsultation och rådgivning med hjälp av synkronicitet och den 3.000 år gamla visdoms- och orakelboken I Ching.
073-053 22 72, bertil@phenix.se

Umavit, Gunnel Albinsson

Hälsokontroller och stresshantering
090-77 09 37, gunnel@phenix.se

Kompassnålen, Marianne Widen

Hälsokontroller och stresshantering
070-623 23 05, marianne@phenix.se

Re: Sours, Ieva Millers

Diplomerad shiatsu och samtalsterapeut (Resan)
Även kurser i "Do in", en förenklad form av shiatsu som du gör på dig själv.
070-467 21 15, ieva@phenix.se

Massagen BA, Alexander Bagdi

Investera i din kropp
Dipl. Massageterapeut, certifierad massör och instruktör i spädbarnsmassage
0707-47 57 77, alexander@phenix.se

Coachning, Mattias Karlsson

Omskapa ditt liv inifrån och ut
070-77 22 16, mattias@phenix.se

Massage, Gunilla Borg

Massagen som får din kropp att minnas...
073-929 71 76, gunilla.b@phenix.se

Vibrationsträning, Massage, Caroline Monthan

Vibrationerna som får din kropp tränad och massagen som ger den av slappning
070-755 68 69, caroline@phenix.se

Gabrilla Gello, Vacusac, Näringsmedicin

073-650 70 07, gabriella@phenix.se

Kristina Mårtensson, Mindfulness och Yoga

073-530 53 01, kristina.m@phenix.se

Kom även ihåg:

KAM's vänner har nu bildats, för er som vill ha information och närmare kontakt med KAM's arbete. www.kam.se/kamsvanner

Birgit Söderlunds Minnesfond

Till minne av Birgit Söderlund startar inom KAM nu en minnesfond till hennes minne. Birgit var under sitt liv en aktiv och förstående föreningsmänniska inom den komplementär- och alternativmedicinska sektorn som nu har lämnat ett stort tomrum och saknad efter sig.
PG 13 03 37 - 9

Märk inbetalningen med Birgit Söderlunds Minnesfond

