

*Liebe Leserinnen,*

mit Freude versende ich heute diesen Newsletter, mit dem ich ganz besonders Euch Frauen einladen möchte.

Ob auf den Spuren spiritueller Frauen, einem heilsamen Selbstentwicklungsseminar für Frauen oder eine intensive Göttinnen-Einweihung auf der Insel La Palma - lasst uns gemeinsam die weibliche Kraft wiederfinden, uns an ihr erfreuen und sie bündeln. Zu unserem Wohle und zum Wohle von Mutter Erde.

Auf den nachfolgenden Seiten findet Ihr ausführliche Informationen zu unseren Workshops & Terminen:

- **„Spurensuche zu sich selbst: Maria Magdalena“**, Allgäu, August 2021
- **„Spurensuche zu sich selbst: Himmelwärts - Hildegard von Bingen“**, Hunsrück/NRW, September 2021
- **„Selbstentwicklung für Frauen: Innehalten und der Dunkelheit begegnen“**, Lichtenau/NRW, Oktober/November 2021
- **„Wenn die Göttin Dich ruft!“**, La Palma, Februar 2022

Ich freue mich auf Euch!  
Herzliche Grüße, Eure

*Annette Arla`ma Bergmann*



## Spurensuche zu sich selbst: Maria Magdalena Auf den Spuren spiritueller Frauen zu sich selbst finden

**Datum:** 15. August 2021 (Maria Himmelfahrt)  
**Zeit:** 13.00 Uhr-17.30 Uhr  
**Ort:** Allgäu Riedis - Alte Salzstrasse - Rottachberg  
**Teilnehmerkreis:** geeignet für alle Frauen - unabhängig von Alter, Beruf, Vorkenntnissen  
mind. 3 Teilnehmerinnen

**Begleitung:** Annette Bergmann & Ulrike Heger

**Teilnahmegebühr:** 75 € inkl. MwSt.  
(ohne Verpflegung und Unterkunft)

### Inhalt:

Wir möchten mit euch zusammen auf Wegen und Spuren spiritueller Frauen wandern, mit euch Plätze entdecken, die die weiblichen Kräfte wecken und zum Erleben eigener spiritueller Energien einladen.

Im Allgäu, einem Raum von Urwissen, aufwachenden Drachen und der Liebe, möchten wir auf den Spuren der alten Salzstraße und an Kraftplätzen der Weiblichkeit unsere spirituellen, insbesondere weiblichen Heilkräfte stärken.

Maria Magdalena mit ihrer Herzenskraft und als Heilerin wird uns in Geschichten und angeleiteten Impulsen begegnen und uns in unserer eigenen Weiblichkeit begleiten. Wir laden euch herzlich ein, mit uns zu pilgern.



## Spurensuche zu sich selbst: Himmelwärts Auf den Spuren der heiligen Hildegard von Bingen

- Datum:** 18.-19. September 2021 - Beginn 10:00 – Ende ca. 14:00
- Teilnehmerkreis:** geeignet für alle Frauen - unabhängig von Alter, Beruf, Vorkenntnissen  
mind. 3 Teilnehmerinnen
- Begleitung:** Beate Thome, Naturcoach & Pilgerbegleiterin  
Annette Bergmann, Naturtherapeutin & Geistheilerin
- Teilnahmegebühr:** 225 €, inkl. MwSt., Übernachtung und Verpflegung
- Ort:** Bad Sobernheim – Odernheim – Duchroth, die Übernachtung findet in Odernheim statt. Der Rücktransport wird vor Ort mit eigenen Autos organisiert



**Inhalt:** Wir möchten mit euch zusammen auf Wegen und Spuren spiritueller Frauen wandern, mit euch Plätze entdecken, die die weiblichen Kräfte wecken und zum Erleben eigener spiritueller Energien einladen.

Pilgern ist äußerst beliebt, und der Bedarf nach Entspannung und Entschleunigung in der Natur ist riesengroß. Wir wandern auf den Spuren der Hildegard von Bingen, auf dem Pilgerwanderweg zur Klosterruine auf dem Disibodenberg, wo sie lange Zeit lebte. Unterwegs laden Meditationstafeln zum Innehalten ein. Ihre erste Schrift lautete „SCIVIAS“, was übersetzt heißt: „Wisse die Wege“. Das Welt- und Menschenbild der Seherin weist eine starke Verbindung zu den Naturkräften des Kosmos auf und ihr Wissen ist geprägt von der Heilkraft und dem Heilwissen der Natur.

Auf dem Disibodenberg bietet sich die Möglichkeit zu Meditieren, die Kraftplätze aufzusuchen und durch das Labyrinth zu laufen. Altes Heilwissen in sich erleben und mit Spiritualität zur eigenen Individualität finden. Einen Gang runter schalten und ein wenig innere Einkehr finden. Am zweiten Tag wandern wir weiter auf dem Pilgerweg nach Duchroth, um dort auf dem Gangelsberg mit einem Naturritual und den heilenden Kräften der Natur unser Wochenende abzuschließen.

**Bitte mitbringen:** witterungsangepasste Outdoorbekleidung, Wanderschuhe, Schlafsack mit Isomatte, eigenes Zelt, Hygienebedarf, Mütze, Mundschutz, Desinfektionsmittel für den Eigenbedarf, Sitzunterlage, Picknick und Getränke für unterwegs, Notizblock, Teller, Besteck, Trinkbecher, Taschen- oder Stirnlampe, persönliche Utensilien nach eigenem Ermessen.



## Selbstentwicklung für Frauen

### Innehalten und der Dunkelheit begegnen

**Datum:** Von **Freitag, 29. Oktober** (18 Uhr) bis **Montag, 1. November** 2021 (14 Uhr)  
Die Anreise ist ab 14 Uhr möglich, ebenso der Transfer vom Bahnhof  
Paderborn  
**Ort:** Lichtenau / NRW

**Teilnehmende:** Dieses Seminar ist für Frauen jeglichen Alters geeignet, die sich entwickeln möchten und dieses in Verbundenheit mit der Natur erleben möchten, denn wir alle SIND Natur.

**Referentinnen:** Arla'ma Bergmann & Andrea Maria Kallenberg,

**Kosten:** Die Investition beträgt 750,- € (inkl. MwSt.) für das dreitägige Seminar  
Plus 180,- € für Unterkunft und Voll-Verpflegung (bitte bar Vorort zahlen; Einzelzimmer und täglich drei überwiegend bio-dynamische Hauptmahlzeiten sowie Zwischen-Imbiss und Getränke. Wer nicht im Haus schläft, spart 60,- €; und wer bereit ist, sich ein Zimmer zu teilen, spart ebenfalls 60,- €, da dadurch eine weitere Frau teilnehmen kann. )

Dieses Seminar ist für Frauen geeignet, die sich entwickeln möchten und dieses in Verbundenheit mit der Natur erleben möchten, denn wir alle SIND Natur. Diese Schritte der Selbstentwicklung werden unterstützt durch den sicheren Ort der Geborgenheit sowie in der achtsamen und fachlich fundierten Begleitung durch uns systemische Natur- und Erlebnistherapeut:innen.

Die systemische Natur- und Erlebnistherapie ist eine Form von Coaching und heilsamer Begleitung, in der ganz besonders die jedem Menschen innewohnenden Selbstheilungskräften angeregt werden. Lebensthemen können in Zusammenarbeit in und mit der Natur und ihren elementaren Kräften angeschaut und verwandelt werden. Die Naturräume sind bereit uns bei der Lösungsfindung und Heilarbeit zu unterstützen.

*Ich ging zu einem Spaziergang hinaus  
Und beschloss schließlich,  
bis Sonnenuntergang draußen zu bleiben.  
Hinausgehen, so fand ich heraus,  
bedeutet eigentlich hineinzugehen.  
(John Muir – 1838-1914)*



## Newsletter Frauen 2021 & 2022

In diesem Selbstentwicklungsseminar für Frauen nutzen wir den geschützten Raum, um uns der weiblichen Seite dieser besonderen Zeit im Jahr zuzuwenden. Die Tage werden immer kürzer und laden uns dadurch ein, nach Innen zu gehen. So geht es an diesem Wochenende um Hingabe und Empfangen, um Stille und Rituale, denn es ist wundervoll, der Dunkelheit Raum zu geben, damit dann - einige Wochen später - in noch größerer Freude - die Wiedergeburt des Lichtes gefeiert werden kann.

Seit Ur-Zeiten gedenken Menschen in dieser dunklen Zeit des Jahres ihrer Toten – ihren Ahnen.

Der Schleier zwischen den Welten lichtet sich, und auch Mutter Erde, mit all ihren Lebewesen, hat sich ganz in sich selber zurückgezogen. Halten wir an diesem Wochenende gemeinsam inne, und fassen wir den Mut, der Dunkelheit im Außen wie im Innen zu begegnen. Dieser Weg muss nicht schwer und traurig sein, vielleicht feiern wir ja - wie in Südamerika teilweise üblich - wunderbar leicht und fröhlich.

Als Wegbegleiterinnen haben wir – Arla'ma und Andrea Maria – in den unterschiedlichsten psychosozialen Settings vielerlei Erfahrungen gesammelt, so dass wir die Reise in die archaischen Kräfte der Elemente wirkungsvoll begleiten können. Darüber hinaus gibt es Raum und Zeit für Stille und Alleinsein, sowie naturköstliche Mahlzeiten, die uns dazu einladen, Genuss mit allen Sinnen zu zelebrieren.



## Weiblich, wach und weise – die Göttin in Dir

Erlebe die Kraft des Göttlich-Weiblichen im Kreis der Frauen in dieser heilsamen Zeit auf der kanarischen Insel La Palma

**Datum:** Sonntag, 27. Februar bis Freitag, 4. März 2022

Anreisetag: Samstag 26. Februar 2022

Abreisetag: Samstag 05. März 2022

**Ort:** Villa Buen Jesus, nahe Tijarafe – La Palma – Kanarische Inseln

**Teilnehmende:** Frauen jeglichen Alters auf dem Weg der Selbsterfahrung und Bewusstseinsweiterung. Es können 4 bis 8 Frauen teilnehmen. Melden sich mehr als 4 Frauen an, nehmen wir Kontakt mit Euch auf und fragen, wer bereit ist sich ein Zimmer zu teilen, wodurch die Kosten dann für beide Frauen geringer werden.

**Referentinnen:** Arla' ma Bergmann & Andrea Maria Kallenberg, Katrin Wesendonk im Back-Up, sowie Elke Dinnebier - mit ihrer Ayurvedischen Kochkunst

**Unterkunft:** Wir haben eine alte Villa mit drei Doppelschlafzimmern im ersten Stock und einem Separé (drei Schlafplätze möglich) mit eigenem Eingang im Erdgeschoss für unsere Angebote auf La Palma gemietet. Sind mehr als 4 Teilnehmerinnen angemeldet, sprechen wir Euch an und fragen, wer bereit ist, sein Zimmer zu teilen, wodurch die Reise für beide Frauen günstiger wird. Im Erdgeschoss gibt es auch die Küche, einen gemütlichen Speiseraum, eine wohnliche Diele mit gemütlicher Sitzecke sowie einen wunderschönen Seminarraum mit Kachelofen. Draußen befindet sich ein sehr großes terrassiertes Gelände mit Pool, vielen Liegen, sowie Sitzgelegenheiten. Eine Oase.

Das Team der Seminar-Leitung wohnt in einem kleineren Häuschen etwas unterhalb des Haupthauses.

**Seminargebühr/Kosten:** Die Seminargebühr für diese Woche der Weiblichkeit beträgt 1530,- €. Die Kosten für Unterkunft, Verpflegung (täglich 2 Mahlzeiten, Kaffee, Tee und Wasser) sowie für den Shuttle-Service und alle gemeinsamen Fahrten und Ausflüge auf der Insel betragen 930,- €. Wenn wir zwischendurch in einem Lokal essen, Kaffee trinken gehen oder ein Eis essen, zahlt dieses Jede aus ihrer eigenen Tasche.

Plus Kosten für Hin- und Rückflug, der individuell von Dir gebucht und gezahlt wird.

([www.la-palma-turismo-rural.de](http://www.la-palma-turismo-rural.de) ist Dir gerne dabei behilflich.)

**Anmeldegebühr:** Bei der Anmeldung werden 250,- € Anzahlung in Rechnung gestellt. Nachdem dieser Betrag bei uns eingegangen ist, ist Dein Platz reserviert. Der Restbetrag von 2210,- € wird vier Wochen vor der Reise fällig.

Bitte denke auch daran, Dir rechtzeitig einen Flug zu buchen. Wenn Du gerne mit anderen gemeinsam fliegst, nimm gerne auch dafür Kontakt mit uns auf. Wir schauen dann was möglich ist, damit sich kleine Gruppen bilden, was sich in den vergangenen Jahren sehr bewährt hat.



## Weiblich, wach und weise – die Göttin in Dir

...unter diesem Motto bieten wir eine Woche Auszeit für Frauen auf der wundervollen Vulkaninsel La Palma im atlantischen Ozean an. Eine Woche Ausatmen und Auftanken, Inspirationen und Seelen-Nahrung von Frau zu Frau erleben und das alles an einem Ort der Stille, inmitten der üppigen grünen Natur, umgeben von der Kraft des Meeres.

Auf La Palma ist die Kraft und die Tradition der weiblichen Seite Gottes zum Greifen nah, und so wenden wir uns in Ausflügen und naturtherapeutischen Übungen diesen uralten, kraftvollen Orten zu. Jede kann in ihrem Tempo und in ihrem Umfang im Kreis der Frauen Wunden des Weiblichen anerkennen und Heilung ermöglichen. Da auf dieser so magischen Insel die weisen Frauen – die Harimaguadas – noch weit bis in unsere Zeitrechnung hinein (bis ca. 1.500) frei und unter höchster Achtung aller heilsam wirken konnten, finden wir auch heute dort wieder viel leichter einen Zugang zu dieser Gabe.

Es ist wichtig noch einmal zurückzuschauen zu den Ahnen, denn oftmals wirkt das, was uns Frauen bedrückt und hindert, schon über viele Generationen hinweg und sehnt sich nach Erlösung - Heilung. Also, wenn auch Du Sehnsucht nach einem Ort fernab vom Alltag - mit all seinen Verpflichtungen – und nach einer Oase im Grünen hast; wenn Du Sehnsucht nach gleichgesinnten Frauen hast, dann bist herzlich willkommen. Wende Dich in dieser ganz besonderen Muße-Zeit dem Weiblich-Göttlichen in Dir zu, sowie der Heilung alter Wunden. Häufig sind diese Wunden ja verrückterweise gerade durch das Miteinander mit anderen Frauen entstanden und dort sollten diese auch Heilung erleben. Es ist so wichtig, dass wir für den Wandel, in dem wir als Menschheit jetzt stehen, ein neues, schwesterliches Miteinander gestalten.

So laden wir Dich hiermit ein, in diesen Kreis der Frauen, in dieser ganz besonderen Woche auf La Palma dabei zu sein.

Diese Woche wird zusätzlich anerkannt als Selbsterfahrung zur SENT-Ausbildung, sowie zu der Aus- und Weiterbildung zur Jahreskreis-Begleiterin, die wir in diesem Jahr neu kreieren.

### Noch ein Impuls zu Deiner Investition:

Ja – es ist ein ansehnlicher Betrag, den du für diese Woche der Göttin in Dir investierst, und wir wünschen Dir von Herzen, dass das Geld auf wundervolle Art & Weise auf Dein Konto findet.

Bedenke: Investitionen in Deine Bewusstseinsentwicklung sind diejenigen, die Dich am ehesten sicher durch die Stürme dieser Zeit navigieren können.

Egal wo Du zurzeit stehst, bitte suche ganz bewusst immer wieder Inseln auf – Inseln im Meer - Inseln in der Zeit - Inseln des sozialen Miteinanders. Frauen, die die weibliche Art & Weise wieder voll integriert haben, senden ein ganz besonderes Licht in diese Welt, die sich durch zu viel männlich orientiertes Wirken nach Ausgleich sehnt – für Frauen, wie Männer.



Es ist an der Zeit für ein neues Level an weiblichem Vermögen, auf dass die Königinnen unter uns den Thron wieder einnehmen.

Und bitte, erzähle es weiter! Begeistere auch Deine Freundin, Deine Mutter oder Schwester für eine solche Zeit der Muße, der Heilung, der Entwicklung und des Wachsens.

**Auch zum Ablauf der Woche noch einige Informationen:**

Am Samstag, dem Anreisetag, werdet ihr von uns am Flughafen abgeholt und Jede bezieht ihr Zimmer. Ein Imbiss steht bereit, am Abend eine einfache Mahlzeit. Am Sonntag können wir gemeinsam frühstücken, und wir geben gerne erste Infos zur Insel. Ansonsten steht der Tag zu Eurer freien Verfügung. Ankommen – Ausatmen.

Es gibt einen Pool, sowie das phantastische Gelände. Darüber hinaus können auch Einzelgesprächstermine für diesen Tag gebucht werden.

Am Abend, nach einer gemeinsamen Mahlzeit, stimmen wir uns dann meditativ auf die Begegnung mit der Göttin ein und starten so mit der Nacht in unsere Göttinnen-Zeit. Montag – Dienstag – Mittwoch und Donnerstag stehen uns dann ganz und gar für die Bewusstseinswege zur Verfügung. Wir besuchen wunderbare, heilige Orte in der Natur, wie die Caldera, die Höhlen und heiligen Stätten der Guanchen, der Ureinwohnenden, aber auch besondere Kirchen und Strände – etwas von der sagenhaften Vielfalt dieser Insel. Ein Höhepunkt könnte in diesem Jahr der Besuch einer Vulkan-Höhle sein oder, wenn das Meer stärker in unseren Fokus rückt, eine Fahrt hinaus mit der „Bussard“.

Auch der nächtliche Himmel mit seiner Sternenpracht wird uns zu einer tiefen Begegnung mit uns selbst sowie unserem Aspekt der Göttin in uns einladen.

Bei all dieser tiefen Arbeit werden wir ganz wunderbar von Elke Dinnebieer mit ihrer Ayurvedischen Kochkunst genährt: Körper – Geist – Seele.

Wir beschließen diese heilige Zeit am Freitag nach der Morgen-Runde, so dass Jede diesen wertvollen Tag vor der Heimreise zur Integration und für eigene Ziele nutzen kann.

Arla´ma und Andrea Maria stehen auch an diesem Tag noch für Einzeltermine zur Verfügung.

