

# Terminkalender 2022-2. Jahreshälfte und Januar bis März 2023 «aktualisierte Version»



## Gemeinschaftspraxis & Schule für ganzheitliche Heilmethodik, Medialität und freie Lebensgestaltung

Bernadette Suter und Simone Meier

Bahnhofstrasse 173  
9244 Niederuzwil SG

Gemeinschaftspraxis & Schule

[www.vywamus.ch](http://www.vywamus.ch)

Essenzen Shop:

[www.prisma-essenzen.ch](http://www.prisma-essenzen.ch)

Shop für Digitale Produkte:

<https://vywamus.gumroad.com>

Youtube:

<https://www.youtube.com/channel/UCrDUoch9OiEWgPikt2ZIBTw>

Facebook:

<https://www.facebook.com/www.vywamus.ch>

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100064067653064>

<https://www.facebook.com/heartofgrace.ch/>

Telegram:

<https://t.me/VYWAMUS>

[https://t.me/Botschaften\\_aus\\_dem\\_Licht](https://t.me/Botschaften_aus_dem_Licht)

[https://t.me/Meditation\\_Zeit\\_fuer\\_Dich\\_Kanal](https://t.me/Meditation_Zeit_fuer_Dich_Kanal)

## Wer sind wir:



**Bernadette Suter**

Ganzheitliche Heilmethodikerin, Medium, Meditationslehrerin und Autorin. Ich gebe Einzelsitzungen, in ganzheitlicher Heilmethodik, Channeling-Mediale Beratung, die 10 Mysterien Schlüssel zum Lichtkörperpotenzial, Chara-Arbeit, Prisma Essenzberatungen, Meditationen Seminare, Workshops in Gruppen und Individuelle Privatschulungen.

Info zu meinen Büchern auf [www.eieeles-verlag.ch](http://www.eieeles-verlag.ch)

Alles ist nach Absprache möglich, persönlich in unseren schönen Praxisräumen oder auch Online. Einzelsitzungen-Beratungsgespräche können auch telefonisch gemacht werden.

Tel: + (0)79 640 97 12

E-Mail: [bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch)

\*\*\*



**Simone Meier**

Ganzheitliche Heilmethodikerin, Medium, Meditationslehrerin. Ich gebe Einzelsitzungen, in ganzheitlicher Heilmethodik, Channeling-Mediale Beratung, Prisma Essenzberatungen, Chakra-Arbeit, Meditationen, Seminare, Workshops und Individuelle Privatschulungen.

Alles ist nach Absprache möglich, persönlich in unseren schönen Praxisräumen oder auch Online. Einzelsitzungen-Beratungsgespräche können auch telefonisch gemacht werden.

Tel: + (0)79 708 16 76

E-Mail: [simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch)

# Meditation am Morgen - Eine Stunde nur für mich

NEU: Jeden 2. Montag

## Impulse zum Wochenbeginn

Sehnt Du Dich auch nach Stille, nach Aufatmen, nach zur Ruhe kommen und Loslassen?

Wenn es Dir auch so geht, aber du einfach keine Lust hast, dies alleine zu tun, bist du herzlich eingeladen, jeden 2. Donnerstag in unseren schönen Praxisräumen in einer kleinen Gruppe zu meditieren.



Du brauchst dafür keine Vorkenntnisse, denn die Meditationen sind geführt. Du kannst also einfach sein, zuhören, loslassen, entspannen, aufatmen, beten ... was dir gerade so guttut.

Meditation ist eine uralte Form des Gebets. Durch Meditation findest du in deine eigene Mitte zurück, lernst dich selber, deinen Körper, deine Kraft und deine Gefühle besser kennen und kannst so gestärkt deinen Alltag leben. Durch die Aufmerksamkeit, die du dir während dieser Stunde schenkst, konzentrierst du dich nur auf dich, tauchst ein in dein Sein –

in diesem Moment bist du der wichtigste Mensch in deinem Leben. Dadurch stärkst du deine Selbstliebe.

Meditation beeinflusst dein körperliches Wohlbefinden positiv, stärkt die Kommunikation zwischen Gedanken, Gefühlen, und deinem Handeln und lässt dich so mehr und mehr dein inneres und äusseres Gleichgewicht finden.

Auf diesen Reisen führe ich dich mit Hilfe der geistigen Welt. Diese Meditationen entstehen intuitiv, entsprechend der Energie der anwesenden Teilnehmer. So erhält jedes Wesen genau die Informationen und Impulse, die es in diesem Moment benötigt.

Im Anschluss führen wir eine kurze Austauschrunde durch und geniessen bei Kaffee oder Tee das gemeinsam Erlebte.

Ich freue mich auf Deine Anmeldung

Der Einstieg ist jederzeit möglich, es braucht keine Vorkenntnisse.

## DATEN 2023

9. Januar	4. September
23. Januar	18. September
20. Februar	2. Oktober
6. März	30. Oktober
20. März	13. November
3. April	27. November
1. Mai	

In den Uzwiler Schulferien sowie während der Sommersaison des Schwimmbad Uzwil finden zum Teil keine Meditationsmorgens statt

## Ausgleich:

CHF 25.-

## Zeit:

09.30h bis ca 11.00h

## Leitung:

Simone Meier

## Anmeldung:

Bis jeweils Sonntag am Mittag vor der Meditation

Bei [simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch) oder 079 708 16 76

**Ort:** VYWAMUS - Gemeinschaftspraxis und Schule, Bahnhofstrasse 173, 9244 Niederuzwil

**14. 01.2023 Samstag**

Tagesworkshop von 10:00h bis 18:00h

## **Das schöpferische Wort – Du bist Mitschöpfer des neuen Jahres**

Visionssuche, Schöpferkraft, freie Lebensgestaltung



**«Im Anfang war das Wort und das Wort war bei Gott und das Wort war Gott. Alles ist durch das Wort geworden und ohne da Wort wurde nichts, was geworden ist. In ihm war das Leben und das Leben war das Licht, der Menschen.»**

Das Wort ist Klangfrequenz, die die Qualität des Sprechers beinhaltet. Seine Liebe und Hingabe, sein Vertrauen in das Mögliche, im scheinbar Unmöglichen, zeigt sich in unserem Leben. So verbindet sich die Herzenergie aus der goldenen Mitte heraus mit der Schöpferebene, die bejaht, wonach unser Herz wahrhaftig strebt.

Du bist Mitschöpfer Deines Lebens und deine Seele kennt den Weg zur Mitgestaltung!

1. Wenn Du lernen möchtest, wie Du deine Schöpferkraft bewusst anwenden kannst.
2. Wenn Du erleben willst, wie Du in allen Bereichen Deines Lebens immer mehr in den Fusspuren Deiner Seele wandern kannst.
3. Wenn Du die aus deiner Lichtheimat mitgebrachten Visionen und dein Potenzial leben willst.
4. Wenn Du erfahren willst, wie es sich anfühlt, durch die Kraft des schöpferischen Wortes im zusammenfließen von Seelenklang und Schöpferebene, die klare Ursprungs-Vision deines Seelenpfades zur gelebten Realität wird.

Dann komme an Diesen Tag in unsere Praxis und lasse Dich auf das Mitgestalten deines Daseins ein. Wir werden Dir gerne unsere Erfahrungen und unser Wissen vermitteln und natürlich wird auch die geistige Welt/Die Lichtwesen selbst mitwirken und Dich darin schulen.

### **Mitbringen:**

Bequeme Kleidung, Schreibutensilien und ein offenes Herz

Für das Mittagessen planen wir immer ein Buffet, zu dem jeder eingeladen ist, etwas beizutragen

**Leitung:**

Bernadette Suter & Simone Meier

**Zeit:**

10.00 – ca 18.00h

**Ausgleich:**

CHF 250.-

**Ort:**

VYWAMUS Gemeinschaftspraxis & Schule  
Für ganzheitliche Heilmethodik, Medialität und freie Lebensgestaltung  
Bahnhofstrasse 173  
9244 Niederuzwil

**Anmeldung:**

Bis spätestens Donnerstagmittag 12. Januar bei:

[bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch) oder 079 640 97 12

[simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch) oder 079 708 16 76

**Ab 02.02.2023**

**Jeweils Freitagabend**



## **Öffentliches Channeling mit Botschaften aus dem Licht**

An diesen Abenden übermitteln wir medial, aktuelle Botschaften aus dem Licht.

Die grossen Fragen des Lebens und viele aktuelle Themen, werden von den Lichtwesen angesprochen.

Wir sind alle in den derzeitigen Aufwachprozess integriert und die Stimme in unseren Herzen wird mehr und mehr wahrnehmbar für uns.

Da die Wahrnehmung des Herzens und das Zeitgeschehen oft nicht zusammenzupassen scheint, wirft das Fragen auf und manchmal verspüren wir in unserem Menschsein Unsicherheit und suchen nach mehr Klarheit, damit unsere Handlungsebene frei wird und wir positive Mitschöpfer der Zeitenwende sein können.

Intuitiv und durch die Sprache des Herzens übersetzen wir die Informationen in das gesprochene Wort. Achtsam und liebevoll können auf diesem Wege die Erzengel, die aufgestiegenen Meister, aber auch Mutter Erde und ihre Elemente, die Pflanzen- und Tierwelt den Menschen lehren, wie sie mit den grossen Veränderungen umgehen dürfen, damit sie sich wohl fühlen und leichter durch die Transformationszeit kommen. Das kosmische Herz, die All-Liebe der Quelle sendet die Lichtwesen zu den Menschen, um ihnen dabei zu helfen.

Das erfüllt uns mit tiefer Dankbarkeit.

**Gerne laden wir Dich ein, an unsere öffentlichen Channelings zu kommen, Kraft zu tanken und neue Impulse, sowie mehr Klarheit und Bewusstseinsweiterung zu empfangen.**

Liebe Grüsse

Bernadette Suter und Simone Meier

### **Daten 2023**

07. Februar 2023

28. April 2023

08. September 2023

**Zeit:** 19:30h bis ca. 21:30h

**Wo:**

VYWAMUS Gemeinschaftspraxis & Schule  
Für ganzheitliche Heilmethodik, Medialität und freie Lebensgestaltung  
Bahnhofstrasse 173  
9244 Niederuzwil

**Kosten:**

CHF 25.-

**Anmeldung:**

Bis spätestens 2 Tage vor der Veranstaltung bei

[simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch)

**Tel:** 079 708 16 76 oder bei

[bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch)

**Tel:** 079 640 97 12



Wir freuen uns auf viel schöne Begegnungen von Herz zu Herz

Simone & Bernadette

\*\*\*

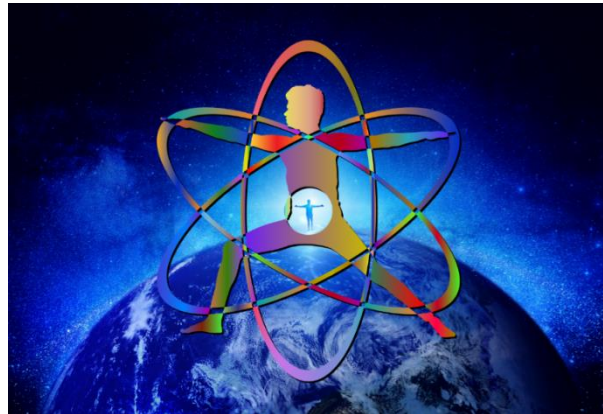
## 04. März 2023 – Samstag - Tagesworkshop von 10:00h bis 18:00h

Der Workshop wird am Samstag, den 04. März 2023 erneut stattfinden.

Die Zeichen der Zeit führen uns immer mehr zur Selbstheilung durch Hingabe, Vertrauen und Erkenntnis. Lerne und erfahre bei uns etwas, über Deinen Matrix-Code zur Selbstheilung.

### Die grosse Heilkraft des biogenetischen, kollektiven Menschheitskörper Codes

Die vollkommene Matrix Deines Körpers, seiner Dir durch die schöpferische Vision Gottes gegebenen DNA



- Der biogenetische, kollektive Menschheitskörper-Code beinhaltet die gesunde, genetische Information für unseren Körper.
- Ziel des Workshops ist es, zu erfahren, wie wir diese Information wieder verstärkt in unseren Körperzellen reaktivieren können.
- Eine Reise zur Selbstheilung auf allen Ebenen. Möglichkeiten erfahren, die Ursprungsenergie des eigenen Körpers zu stärken und wieder anzunehmen.

Eine von den Erzengeln geführte Heilmeditation hilft uns dabei, diesen Zugang wieder zu bekommen.

Zur Anwendung kommt diese Heilmethode zB bei chronischen Erkrankungen, Krankheitssymptomen ausgelöst durch äussere Einflüsse wie Strahlung, Umweltbelastungen, Medikamente oder Stress, bei genetischen Themen, aber auch zur Gesunderhaltung des körperlichen Gleichgewichts und zur Stärkung des Immunsystems auf allen Ebenen.

Für heisse Suppe, Brot, Tee, Kaffee und etwas zum Knappern ist gesorgt und Ergänzungen sind willkommen.

**Leitung:**

Bernadette Suter & Simone Meier

**Zeit:**

10.00 – ca 18.00h

**Ausgleich:**

CHF 250.-

**Ort:**

VYWAMUS Gemeinschaftspraxis & Schule  
Für ganzheitliche Heilmethodik, Medialität  
und freie Lebensgestaltung  
Bahnhofstrasse 173  
9244 Niederuzwil

**Anmeldung:**

Bis spätestens Donnerstagmittag 02. März 2022

[bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch) oder 079 640 97 12

[simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch) oder 079 708 16 76



**16.12.2022 Freitagabend**

## **Uzwiler Gespräche zur Spiritualität im Alltagsleben**



**Mit Dr. Sebastian Lorenz**

### **Daten und Themen:**

Freitag, 16. Dezember 2022, 19.30 bis ca. 21:00h, Vortrag & Gespräch:

**Die Wiederkunft Christi (Parusia, Offb. 1:7) – Alltagspraktische Gesichtspunkte für das spirituelle Leben jedes Menschen**

### **Wer ist Dr. Sebastian Lorenz:**

Sebastian ist 1968 geboren. Er ist Arzt, Unternehmensberater und Autor mit freier Forschungstätigkeit zu spirituellen, christlichen und zeitaktuellen Themen. Sebastian wirkt seit 1998 im Westteil des Kantons St. Gallen mit Vortragstätigkeit im deutsch- und im englischsprachigen Raum (USA, England, Südafrika).

Studien der Medizin, Philosophie, Theologie, alte und neuere Sprachen, sowie Rechts- und Wirtschaftswissenschaften an den Universitäten von Zürich, Freiburg (BrsG.), Stuttgart (FH) und Harvard, seit 1999 Lehrtätigkeit an diesen und weiteren Hochschulen, berufstätig in der Deutschschweiz, der Romandie, im Tessin sowie in Deutschland (Frankfurt/M. und Berlin) mit Beratungsmandaten in USA, Asien und Europa.

Gegenwärtige Arbeitsschwerpunkte sind das Christuswesen, die Künstliche Intelligenz und die seelische Gesundheit des Menschen. Er arbeitet in Wil SG als Psychiater und Allgemeinarzt.

Wir freuen uns ganz besonders, auf diese Gesprächsreihe mit Sebastian Lorenz und können ihn Euch allen von ganzem Herzen empfehlen. Sein Wissen, sein Humor, seine Offenheit und sein Verständnis erreichen das Herz. Sebastian ist ein Mensch der das, was er lehrt auch lebt. Spiritualität im Alltag gelebt ist ein wahrer Schlüssel und wird gerade in dieser Zeit immer mehr an Wichtigkeit gewinnen.

**Dr. Sebastian Lorenz** Privatgelehrter: +41 78 900 11 69 - WhatsApp – Telegram -Signal

### **Kosten:**

16. Dezember

CHF 25.-

Die Wiederkunft Christi

*Für Getränke und einen kleinen Snack ist gesorgt.!*

**Ort:**

VYWAMUS  
Gemeinschaftspraxis und Schule  
Bahnhofstrasse 173  
9244 Niederuzwil  
[www.vywamus.ch](http://www.vywamus.ch)

**Anmeldung:**

Bis spätestens 2 Tage vor der Veranstaltung bei  
[simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch)

**Tel:** 079 708 16 76 oder bei  
[bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch)

**Tel:** 079 640 97 12



## Hatha Yoga

### Mit Yogalehrerin Simone Ranzoni

Durch sanfte und konzentrierte Körperübungen (asana), Atemübungen (pranayama), Anspannung und Entspannung (savasana), Konzentrations- und Meditationsübungen werden wir körperlich, geistig und seelisch bewusster und beweglicher. Wir entwickeln unsere Wahrnehmung und Persönlichkeit. Alle Übungen werden in einer achtsamen, ruhigen Geisteshaltung und mit nach innen gerichtetem Bewusstsein ausgeführt. Es ist ein harmonisches Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele, welches uns inneren Frieden und Ausgeglichenheit schenkt.

Die positiven Wirkungen einer regelmässigen Yoga-Praxis sind Stressabbau, Stärkung des Immunsystems, Stärkung der Muskulatur, Verbesserung der Körperhaltung. Rückenprobleme können behoben werden. Yoga löst Verspannungen im ganzen Körper, reguliert den Blutdruck und gibt mehr Vitalität und Lebensmut. Auch wird die Konzentrationsfähigkeit, sowie das Gleichgewicht verbessert. Sehr gut bei geistiger Erschöpfung, Burnout oder Depressionszuständen.

### Informationen

Es sind weder Vorkenntnisse noch Beweglichkeit erforderlich - die Übungen sind einfach zu erlernen und umzusetzen.

### Eine Lektion dauert 75 Minuten.

Die Kurse finden jeden Dienstag am Morgen um 09.15-10.30 oder am Abend 18.00-19.15 oder 19.30-20.45 statt.

Während der Schulferien finden keine Lektionen statt

### Kontakt und Anmeldung

Simone Ranzoni  
076 345 22 35  
simoneranzoni@gmail.com  
<https://hatha-yoga-by-simone.jimdosite.com>

