

# Terminkalender 2025

Wird fortlaufend ergänzt und aktualisiert!



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)



Ein Jahr im Zeichen Deines Wachstums

Die 10 Mysterien-Schlüssel in Deinem Bewusstsein

Leitung: Bernadette & Simone

## Das Mysterium des Seins offenbart sich in 10 Schlüssel-Aktivierungen

**Start 08. Februar**

Unser Leben spielt sich nicht nur in unserem Körper und unserer menschlichen Natur ab. Wir sind viel mehr als das. Unser Wesen verfügt über Schwingungsebenen mit einem individuellen höheren Bewusstsein. Leider haben die meisten Menschen den Zugang zu diesen höheren Inkarnationsebenen ihrer Selbst vergessen, und durch ihre alten Verletzungen, Traumata und Angstmuster eine verminderte Wahrnehmung.



Wenn sich die Menschheit diesen Ebenen wieder öffnet, sie voll aktiviert, so wendet sich alles zum Guten. Eine klare Ausrichtung, hin zur Liebe und zur Lebensbejahung für sich selbst und alle Wesen schafft ein neues Gleichgewicht. Eine Gerechtigkeit, die aus der Liebe kommt, und durch die Quelle der allliebenden Existenz geführt ist. Je mehr Menschen so erwachen und in ihre wahre Licht- und Geisteskraft kommen, umso mehr Menschen können miterwachen und umso mehr Heilung darf geschehen.

Die Schöpferkraft der Menschheit ist uns von Gott gegeben und die höchste göttliche Vision der Menschheit darf sich manifestieren. Die Ketten der Vergangenheit lösen sich auf und wir entwickeln uns aus freiem Willen mit und durch die göttliche Quelle zu wahren freien Wesen. Lichtwesen in menschlicher Gestalt.

## Das Jahres-Seminar beinhaltet:

### Informationen zu den 10 Inkarnationsebenen des Menschen und deren Mysterien-Schlüssel-Aktivierungen

1. Frieden mit der inneren und äusseren Natur, dem Leben und dem Menschsein
2. Einssein mit der goldenen Mitte, der göttlichen ICH BIN Gegenwart
3. Das freie einende Fließen des vereinten Herzchakras
4. Die Aktivierung des Heilkanals und des Kanals für Intuition und feinstoffliche Wahrnehmung, das Aktivieren des. 7. Sinnes, der Zirbeldrüse und des dritten Auges
5. Das Einssein mit der Seelenebene – vom natürlichen Menschen hin zum Seelen-Menschen
6. Das Einssein mit dem Hohen Selbst – vom Seelen-Menschen hin zum Hohen-Selbst-Menschen
7. Das Einssein mit der Monade, der Monadenebene – vom Hohen-Selbst-Menschen hin zum Monaden-Menschen



8. Das Einssein mit der Erzengel-Ur-Seeelen-Ebene – vom Monaden-Menschen hin zum Erzengel-Ur-Seelen-Menschen
9. Das Einssein mit der Heiligen Familie – die heilige Mutter Maria, der heilige Josef von Nazareth/ Saint Germain, Jesus Christus, Maria Magdalena/ Lady Nada, die heilige Sarah, der heilige Johannes, die heilige Anna/ Grossmutter von Jesus und Mutter von Maria
10. Das Eintauchende Wahrnehmen der Einheit mit dem reinen Sein, der göttlichen Quelle selbst

Jedes Treffen beinhaltet einen Schulungsteil und die von der Geistigen Welt geführte Aktivierungs-Meditation. Alle Aktivierungsmeditationen werden mit der vereinten Zentral-Sonnen-Atmung beginnen, welche im 1. Teil ebenfalls vermittelt wird. Diese Technik lässt in uns eine bewusstere, lichtvollere Ebenen anschwingen und lässt so den Einstieg in die Mysterien-Schlüssel-Aktivierungen einfach und effizienter gestalten.

Der letzte Kursteil wird mit einem Informations- und Erfahrungsaustausch ergänzt, und natürlich mit der 10. Schlüssel-Aktivierung sowie persönlichen Botschaften von der geistigen Welt vervollständigt.

### **Datum: jeweils samstags**

- 8. Februar – 10.00h – 18.00h: [Schlüssel 1](#)
- 15. März – 10.00h – 14.00h: [Schlüssel 2](#)
- 26. April – 10.00h – 14.00h: [Schlüssel 3](#)
- 10. Mai – 10.00h – 14.00h: [Schlüssel 4](#)
- 28. Juni – 10.00h – 14.00h: [Schlüssel 5](#)
- 9. August – 10.00h – 14.00h: [Schlüssel 6](#)
- 6. September – 10.00h – 14.00h: [Schlüssel 7](#)
- 11. Oktober – 10.00h – 14.00h: [Schlüssel 8](#)
- 15. November 10.00h – 14.00h: [Schlüssel 9](#)
- 17. Januar **2026** – 10.00h – 18.00h: [Schlüssel 10](#)

### **Das Seminar findet definitiv statt!**

**Ort:** Ganz persönlich in unseren Schönen Praxis-Räumen

#### **VYWAMUS**

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

#### **Finanzieller Ausgleich:**

Komplett CHF 1540.- im Voraus  
Kann auch vor oder am jeweiligen Tag beglichen werden  
Ganzer Tag: CHF 250.-, halbe Tage CHF 130.-

#### **Anmeldung:**

Einige Anmeldungen sind schon eingetroffen, darum melde Dich bald möglichst an!  
Wir freuen uns auf Deine Anmeldung **bis spätestens 01 Februar 2025**  
Bei Simone [simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch) oder 079 708 16 76  
Oder Bernadette [bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch) oder 079 640 97 12





# Herz-Wellen-Abend

## Aktivierung der Selbstheilung

2025

### Herzliche Einladung zum Herz-Wellen-Abend

Unsere Herzmitte ist die Verbindung zur göttlichen Quelle, der Urseele allen Seins. Dort fließt die Energie des Heil-Seins in seiner neutralsten Frequenz. Diese Reine Heil-Energie ermöglicht die Aktivierung unserer Selbstheilungskräfte. Dadurch erfahren wir Heilung auf allen Ebenen, zum höchsten Wohl des eigenen Lebensplans.

### Möchtest Du Dich in Deiner Selbstheilung stärken?

**Bist Du auf der Suche nach Unterstützung für Deine Selbstheilung, weisst aber nicht genau, wie Du diese aktivieren und anwenden kannst?**

**Möchtest Du Dich mit Menschen austauschen, die Heilenergie schenken und annehmen, so wie Du?**

### Möchtest Du Heil-Sein auf allen Ebenen?

Dann komm an diesem Abend gern vorbei. Wir treffen uns, um einen Raum der Heilung zu erschaffen, in dem jeder Teilnehmer genau die Energie erhält, die gebraucht wird, um die ureigenen Selbstheilungskräfte wieder zu aktivieren.

Durch die Verbindung über unsere Herzmitte und das Fliessen-Lassen dieser Heil-Energie füllen wir den Raum kollektiv mit reinsten Liebe. So darf jeder Teilnehmer diese gesamte Frequenz für sich annehmen und sein ganzes Sein in diesen Raum der göttlichen All-Liebe, in diese Heilung hineingeben. Selbstheilung darf bedingungslos angenommen werden. Sie darf auf ein bestimmtes Thema gelenkt werden, oder auch einfach dorthin geleitet werden, wo sie gerade gebraucht wird.

*Heilung ist ein Wort, das alle Möglichkeiten in sich birgt. Heilung bedeutet, sich selbst so annehmen können wie man ist, mit allen Schatten und Lichtern. Heilung bedeutet Loslassen von Erwartungen, Annehmen der bedingungslosen Liebe und Gnade Gottes, um zu erkennen, dass jedes Wesen vollkommen ist, genau richtig ist, in jedem Augenblick. Heilung kann auf allen Ebenen geschehen, wenn man zu der Erkenntnis gelangt, warum etwas so ist, wie es ist. Heilung bedeutet auch, seinen Lebensweg anzunehmen, und anzuerkennen, welches Potenzial in einem schlummert, welche Aufgaben jemand mitgebracht hat auf diese Erde, welche alten Erfahrungen noch ins Gleichgewicht kommen dürfen um dann losgelassen werden zu können.*

**Heilung hat viele Farben, Heilung ist, der Melodie des eigenen Herzens zu folgen.**

Am Schluss dieser Herz-Wellen-Energie senden wir diese Heil-Kraft ins Kollektiv der Welt hinaus. Möge Heilung für alle Wesen möglich sein.

Bernadette und Simone führen gemeinsam mit der geistigen Welt durch diesen Abend. Es braucht keine Vorkenntnisse, alle sind willkommen.

**Daten:**

Immer Mittwoch

15. Januar 2025

12. März 2025

7. Mai 2025

2. Juli 2025

10. September 2025

19. November 2025 Abschluss-Abend

**Zeit:**

19.30h – ca. 20.30h

**Ort:**

VYWAMUS Gemeinschaftspraxis und Schule

Für ganzheitliche Heilmethodik, Medialität und freie Lebensgestaltung

Bahnhofstrasse 173

9244 Niederuzwil

**Anmeldung:**

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung bis am **Dienstag vor dem jeweiligen Herz-Wellen-Abend**

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

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

**Ausgleich:** CHF 30.-

**Info-Anlass 19. Februar**



# Info Anlass - Prisma-Essenzen «Jahreskreis»

19. Februar



Die Jahreszeiten haben Ihren ganz eigenen Rhythmus. So wie Sonne und Mond in ihrer Umlaufbahn ihre ganz eigenen Wege gehen, im Einklang mit den universellen Gesetzmässigkeiten und dem schöpferischen Gleichgewicht.

**Auch der menschliche Körper durchläuft seinen eigenen Zyklus. Im Kleinen wie im Grossen sind alle Wesen eingebettet in diese Reise des Werdens und Vergehens von Frühling, Sommer, Herbst und Winter, in den Zyklen des Tages und der Nacht, so wie Ebbe und Flut immer denselben Rhythmen folgen.**

Der Lebensstil der Menschen verändert sich stetig. Geboren werden wir in eine Welt, in der sich alles um die eigenen Bedürfnisse dreht, um ganz geborgen anzukommen. Dies ist ein guter Start. Aber die Menschen neigen dazu, möglichst schnell sich einzugliedern in einen vorgegebenen Rhythmus aus Arbeit, Freizeit, Selbstverwirklichung, höher – schneller – weiter, um in diesem kurzen Leben möglichst viel zu erleben und zu erreichen. Bereits die Geburt wird eher geplant, als der Natur ihren Lauf zu lassen, um ja alles unter Kontrolle zu haben, so dass der selbst-erschaffene Lebensentwurf und Ablauf nicht durch Unvorhergesehenes gestört wird.

**Und doch ist es die Natur, die uns immer wieder zeigt, dass auch wir in die universellen Gesetzmässigkeiten eingebettet sind, und diese uns wohlwollend auf unserem Weg führen.**

**Finde mit den Prisma-Jahreskreis-Essenzen wieder zurück in Deinen ganz persönlichen Bio-Rhythmus. Erlaube Dir, hinzuhören, hineinzufühlen und zu erkennen, wie Dein inneres Uhrwerk tickt, wie Deine Jahreszeiten sich verändern und wie Dein Lebensplan einem regelmässigen Herzschlag folgt, der Dir entspricht und Dir guttut.**

Gern stellen wir Dir an diesem Anlass diese Lichtbringer und feinstofflichen Helfer vor, zeigen Dir, wie sie wirken, und erzählen mehr über die einzelnen Inhaltsstoffe und wie sie sich gegenseitig ergänzen.

Gern darfst Du sie an diesem Abend auch selbst anwenden.

## Ort:

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

## Datum:

Mittwoch, 19. Februar 2025

**Zeit:** 19:00h bis ca. 20:30h      **Eintritt:** frei – wir freuen uns über einen freiwilligen Unkostenbeitrag

**Anmeldung bei:** Simone 079 708 16 76 oder e-mail [simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch)  
oder Bernadette 079 640 97 12 oder e-mail [bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch)



# Ausbildung Fuss-Chakra-Massage

## Die Metamorphose-Behandlung

7./ 8./ 9. März 2025

Die Fuss-Chakra-Massage nach Bernadette Suter  
ist die Metamorphose-Behandlung, die wahre Veränderung möglich macht.

### Metamorphose ist Wandlung, Verwandlung

So wie aus der Raupe ein Schmetterling erwächst, so kann die Fuss-Chakra-Massage eine solche persönliche Verwandlung in die nächst-feinere Schwingungsebene aktivieren und ermöglichen. Das eigene Potenzial wird sichtbar, der persönliche Lebensweg klarer und durch das gleichzeitige Auflösen von Alt-Lasten durch Erkenntnis können verborgene Fähigkeiten wieder entdeckt werden.

Dies geschieht auf allen Ebenen gleichzeitig, durch die ganzheitliche Betrachtung und das Miteinbeziehen des ganzen Wesens. Körper – Seele – Geist

An den Füßen befinden sich die Anschlusszonen der körpereigenen Chakrasäule, die es ermöglichen, diese Chakren und so sämtliche damit verbundenen Systeme mit der entsprechenden Fuss-Chakra-Massage zu behandeln.

Diese Technik ist eine **sanfte Massage, die ohne Druck und absolut schmerzfrei** den Energiefluss in den Hauptchakren ausgleicht, und die damit verbundenen Organe, Kreisläufe, und auch alle feinstofflichen Ebenen wie unsere Sinne, die Gefühle, die Gedanken und die Fähigkeit, Zusammenhänge zu verstehen wieder vermehrt in unser menschliches Bewusstsein bringt. Auch hilft diese Behandlungsmethode dem Körper, unseren Zellen zu erlauben, sich voll und ganz von alten Erfahrungen zu befreien und diese auf allen Ebenen zu heilen.

So ist die **Fuss-Chakra-Massage eine Tätigkeit, die Körperarbeit mit Energiearbeit verbindet und so alle Ebenen wieder optimal miteinander in Einklang bringt.**

Die in den Chakren enthaltenen göttlichen Prinzipien und Potenziale werden freigesetzt und erleichtern das Umsetzen des persönlichen Lebensplans. Durch einen Zyklus in Fuss-Chakra-Massage erwirkst du eine wahrhaftige Veränderung und positive Entwicklung für dein persönliches Bewusstseinsfeld.

Die Kommunikation zwischen den verschiedenen Körpern und Kreisläufen wird gestärkt und verfeinert.



Angewendet kann die Fuss-Chakra-Massage bei den folgenden Themen (Dies ist nur eine kleine Zusammenfassung von dem, was alles möglich sein kann):

**Bei allen körperlichen Beschwerden**, um den Heilungsprozess zu unterstützen oder den Zusammenhang mit der eigenen Lebenssituation zu erkennen.

**Auf der seelisch-emotionalen Ebene** werden Geist und Seele beruhigt, bei Schlafstörungen, Schockerlebnissen, für das Selbstwertgefühl, die Selbstliebe und das Selbstvertrauen, die Lebensfreude kehrt zurück, die Seele erholt sich nach traumatischen Erlebnissen und Burn out, Stress kann sich auflösen, die Auswirkungen von erlittenem Mobbing kann gelöst werden, die Kommunikation kann wieder fließen, der Lebensmut wächst stetig und das innere Potenzial kehrt zurück.

**Aus geistiger Sicht** wird der Zugang zur eigenen Spiritualität und den eigenen Lebensweg gestärkt, da die spirituellen Zusammenhänge mit der eigenen Lebenssituation erkannt werden kann, alte Muster und hinderliche Verhaltensweisen werden aufgelöst, die Motivation zu echter Veränderung wird stark gefördert, alle Sinne werden angeregt und die Wahrnehmung und die Intuition werden verstärkt, spirituelles Erwachen kann initiiert werden.

**Mental** wird die Konzentration, die Merk- und Lernfähigkeit gefördert, Gedankenkreise kann aufgelöst werden, der eigene kreative Ausdruck wird positiv beeinflusst.

Vermeintlicher Stillstand, Planlosigkeit, Nicht Weiterkommen im Leben oder auch das «Nicht-Wissen-Wie-Weiter» sind Themen, die mir in meiner Praxis häufig begegnen. Auch ich selbst kenne das Gefühl sehr gut, und jeder von uns ist dann auf der Suche nach Etwas, um aussteigen zu können; einen Weg zu finden, sich selbst zu ordnen um daraus Kraft und Motivation zu schöpfen für den eigenen Lebensweg.

Manchmal ist auch ein Frühlingsputz angesagt. Man möchte dann Altes Loslassen um Platz zu schaffen für Neues. Das Loslassen fällt einem vielleicht aber auch nicht ganz so leicht, oder man weiss vor lauter Erfahrungen gar nicht so recht, wo man anfangen soll

Vielleicht stehst Du auch an einem Scheideweg, weisst nicht genau, in welche Richtung du gehen möchtest und Dein Körper oder Deine Seele gibt Dir zu wenig klare Antworten (oder vielleicht hörst Du sie auch nicht). Du vermisst die Verbindung von Körper, Seele und Geist und wünschst Dir, diese zu stärken um Klarheit in Dein Leben und für Deinen Lebensweg zu bekommen.

Körperliche Beschwerden, die man nicht einordnen kann und die einem zunehmend das «Leben schwer machen», suchen nach Erlösung und möchten verstanden werden. Eine Stärkung der Verbindung mit seinem ganzen Wesen und zu den göttlichen Prinzipien der persönlichen Chakra-Matrix können hier Hilfe sein.



In diesen 3 Tagen erlernst du nicht nur die Technik der Fuss-Chakra-Massage, sondern auch deren vielfältige Einsatzmöglichkeiten. Mit Hilfe der verschiedenen Komponenten wie Klang, Duft, Bewegung, Berührung, Geist und Medialität in deiner ganz persönlichen Form gelingt es dir, den Menschen, den du begleitest, achtsam zu seinen inneren Fähigkeiten und dessen Selbstheilungskräfte zu führen.

In der Gruppe arbeitest du jeweils an der Technik, und kommst selber in den Genuss der Metamorphose-Behandlung. Dadurch kann auch bei dir zusätzlich Selbstheilung entstehen, überall dort, wo du bereit dazu bist. Der praktische Teil nimmt genau so viel Zeit in Anspruch wie die Theorie im Vorfeld.

### Auszug aus den Themen der Ausbildung:

- Chakren und ihre Zusammenhänge
- Die göttlichen Prinzipien und Potenziale in den Chakren
- Die Ebenen Körper – Gefühl – Gedanken – Geist – Seele
- Prisma-Essenzen intensiv
- Technik der Fuss-Chakra-Massage
- Möglichkeiten der Fuss-Chakra-Massage
- Kommunikation von Wahrnehmung
- Praktisches Arbeiten in 2er Gruppen
- Persönliche Erfahrungen durch Anwenden
- Kommunikation
- Selbstheilung durch Selbsterfahrung
- Uva

### Meine Erfahrungen:

Nach vielen erfolgreichen, verändernden Erlebnissen mit den Kunden, die diese Behandlung in Anspruch genommen haben, und die dadurch erhaltenen Einblicke und Erkenntnisse in die geistige Welt und deren Zusammenhänge mit



unserem Leben hatte ich die Möglichkeit, die Ausbildung zur Lehrerin in Fuss-Chakra-Massage zu absolvieren. Bernadette Suter hat mich liebevoll und klar darin unterrichtet, wie die verschiedenen Ebenen unseres Seins miteinander zusammenspielen, und auch, wie es möglich ist, sich auf die Bedürfnisse der einzelnen Schüler einstellen zu können und trotzdem die gemeinschaftliche Energie der Gruppe in den jeweiligen Ausbildungsklassen aufrecht zu halten, so dass jeder genau das Wissen mitbekommt, was für den einzelnen wichtig ist.

Seit nun mehr als 15 Jahren lehre ich diese Heilmethodik und wende sie erfolgreich bei meinen Klienten an.

Mehr Informationen gebe ich gern telefonisch oder per e-mail. Auch auf unserer Webseite [www.vywamus.ch](http://www.vywamus.ch) findest Du Texte und ein Video zur Fuss-Chakra-Massage und Feedbacks von Kunden.

Link zum Video: <https://www.youtube.com/watch?v=7EGF9j0Xk28>

Wenn:

- Du Dein therapeutisches oder spirituelles Angebot erweitern möchtest und auf der Suche nach dem Passenden bist
- Du Dich für ganzheitliche Heilmethoden interessierst und eine neue Herausforderung suchst
- Du als Körpertherapeut/ -in die Verbindung zum energetischen Arbeiten finden möchtest
- Du Bewusstseinsweiterung und lösungsorientiertes Arbeiten als Deine Berufung siehst und Du nach dem passenden Angebot für Deine Klienten, Kunden, Freunde, Familie und Bekannten suchst
- Du einfach interessiert bist an einer persönlichen Weiterbildung/ Ausbildung in ganzheitlicher Heilmethodik
- Du Dich von energetischen Essenzen, Klang, Berührung und Feinstofflichem gerufen fühlst

Dann ist diese Ausbildung genau das Richtige für Dich, und ich freue mich auf Dich.

**Ort:**

VYWAMUS

Gemeinschaftspraxis und Schule

Für ganzheitliche Heilmethodik, Medialität und freie Lebensgestaltung

Bahnhofstrasse 173

9244 Niederuzwil

**Zeit:**

Fr/ Sa: jeweils von 9.30h – 18.00h

So: 9.00h – 18.00h

Die Mittagspause verbringen wir entweder gemeinsam oder du kannst dich auch auswärts verpflegen.

**Energieausgleich:**

CHF 1600.-

Auf Wunsch kann der Ausgleich auch in max 4 Raten getätigt werden

Darin enthalten sind:

- Ausbildung inkl. Lehrmittel, allgemeine Unterlagen und Verbrauchsmaterial
- Znüni/ Zvieri
- Auswertung und persönliche Besprechung der Diplom-Arbeit inkl. Standortbestimmung
- Sämtliche PRISMA-Essenzen für den persönlichen Gebrauch und den Einsatz in der eigenen Praxis (Die Prisma-Essenzen sind Bestandteil der Behandlungsmethode und deshalb für die weiterführende Arbeit unerlässlich. Die Ausbildung wird nur inkl. PRISMA-Essenzen angeboten)

**Anmeldung:**

Bis spätestens Sonntag, 16. Februar 2025

Bei [simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch) Telefon +41 (0)79 708 16 76

**Du interessierst dich für diese Ausbildung, möchtest aber zuerst hineinschnuppern? Dann reserviere Dir einen Termin für eine Fuss-Chakra-Massage bei mir.**

**Herzlichst, Simone**



# Info Anlass-ONLINE - Prisma-Essenzen «Jahreskreis»



**18. März 2025**

Die Jahreszeiten haben Ihren ganz eigenen Rhythmus. So wie Sonne und Mond in ihrer Umlaufbahn ihre ganz eigenen Wege gehen, im Einklang mit den universellen Gesetzmässigkeiten und dem schöpferischen Gleichgewicht.

**Auch der menschliche Körper durchläuft seinen eigenen Zyklus. Im Kleinen wie im Grossen sind alle Wesen eingebettet in diese Reise des Werdens und Vergehens von Frühling, Sommer, Herbst und Winter, in den Zyklen des Tages und der Nacht, so wie Ebbe und Flut immer denselben Rhythmen folgen.**

Der Lebensstil der Menschen verändert sich stetig. Geboren werden wir in eine Welt, in der sich alles um die eigenen Bedürfnisse dreht, um ganz geborgen anzukommen. Dies ist ein guter Start. Aber die Menschen neigen dazu, möglichst schnell sich einzugliedern in einen vorgegebenen Rhythmus aus Arbeit, Freizeit, Selbstverwirklichung, höher – schneller – weiter, um in diesem kurzen Leben möglichst viel zu erleben und zu erreichen. Bereits die Geburt wird eher geplant, als der Natur ihren Lauf zu lassen, um ja alles unter Kontrolle zu haben, so dass der selbst-erschaffene Lebensentwurf und Ablauf nicht durch Unvorhergesehenes gestört wird.

**Und doch ist es die Natur, die uns immer wieder zeigt, dass auch wir in die universellen Gesetzmässigkeiten eingebettet sind, und diese uns wohlwollend auf unserem Weg führen.**

**Finde mit den Prisma-Jahreskreis-Essenzen wieder zurück in Deinen ganz persönlichen Bio-Rhythmus. Erlaube Dir, hinzuhören, hineinzufühlen und zu erkennen, wie Dein inneres Uhrwerk tickt, wie Deine Jahreszeiten sich verändern und wie Dein Lebensplan einem regelmässigen Herzschlag folgt, der Dir entspricht und Dir guttut.**

Gern stellen wir Dir an diesem Anlass diese Lichtbringer und feinstofflichen Helfer vor, zeigen Dir, wie sie wirken, und erzählen mehr über die einzelnen Inhaltsstoffe und wie sie sich gegenseitig ergänzen.

Gern darfst Du sie an diesem Abend auch selbst anwenden.

## **Ort:**

Online über Zoom – bei Dir Zuhause

## **Datum:**

Dienstag, 18. März 2025

**Zeit:** 19:00h bis ca. 21:00h

**Eintritt:** frei – wir freuen uns über einen freiwilligen Unkostenbeitrag über Twint – 079 708 16 76

**Anmeldung bei:** Simone 079 708 16 76 oder e-mail [simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch)  
oder Bernadette 079 640 97 12 oder e-mail [bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch)

**Anschliessend wird Dir ein Zoom-Einladungslink zugestellt.**

# Externer Anlass in Feldkirch-Österreich

24. April 2025

The screenshot shows the PSI-Austria website with a navigation bar (Start, Veranstaltungen, Infos, Lebenshilfe, Weiteres, Newsletter@, Shop) and a header with the PSI-Austria logo, ZVR-Zahl: 587459779, a QR code, the website URL https://www.psi-austria.com, and the email studiengruppe@psi-austria.com. The main content area features a 'Start' section with a link to 'Veranstaltungen auf der Webseite <<<<' and a notice: 'Anmeldung für Hans Bonneval ab sofort hier ► [anmelden!](#)'. Below this is a blue bar for 'April 2025'. The central focus is a flyer for a 'Workshop & Seminar' on Sunday, May 25, 2025, from 10:00-17:00 Uhr, presented by Bernadette Suter. The flyer includes contact information for PSI-Austria and Wywamus, and mentions a 'Live Channeling Vortrag' on April 24, 2025, at 19:00 Uhr at the Landeslehrerschule Feldkirch. A red stamp 'abgesagt' is overlaid on the flyer. To the left of the flyer, red text reads: 'Channeling wird per Web zur Verfügung gestellt!' and 'Weitere Infos in Kürze!'. A blue bar at the bottom indicates 'Mai 2025'.

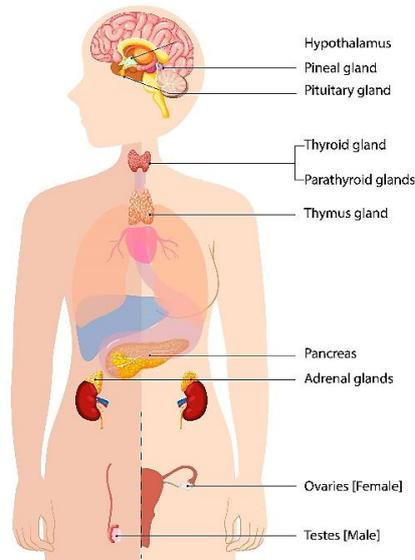
Hier kommst Du zum Channeling

Ich konnte leider nicht live in Feldkirch sein und habe stattdessen das Channeling als Video Online gestellt.

<https://www.youtube.com/watch?v=zfAqJi9PInY&t=117s>

## Dein Körper das Wunderwerk Gottes und wie Dein Körper mit Dir spricht

Die Seminarreihe dient auch der Erweiterung Deines Körper-Licht-Bewusstseins  
Workshop-Seminar



### Das Endokrine Drüsensystem Schlüssel zur ganzheitlichen Gesundheit und Spiritualität

**Datum und Ort:** Sonntag 15. Juni 2025 / Beginn 10:00h Dauer bis ca. 17:00h in unserer VYWAMUS-Gemeinschaftspraxis, Bahnhofstrasse 173 in 9244 Niederuzwil

Tauche ein in die faszinierende Welt des endokrinen Drüsensystems und entdecke, wie diese unsichtbaren Kraftzentren Körper, Geist und Seele in Harmonie bringen.

**Unsere Endokrinen Drüsen:** Hypophyse, Zirbeldrüse, Schilddrüse, Nebenschilddrüsen, Thymus, Nebenniere, Bauchspeicheldrüse, Eierstöcke und Hoden – sind weit mehr als biologische Funktionsträger. Sie sind Brücken zwischen der physischen und energetischen Welt und beeinflussen unser Wohlbefinden auf allen Ebenen.

#### Was erwartet Dich an diesem Tag:

- Erfahre, wie die hormonelle Balance, die deine Gesundheit und deine Emotionen steuert, deine Wahrnehmung und dein Verständnis für das grosse Ganze erweitert.
- Verstehe die spirituelle Verbindung der Drüsen mit dem Äther und dem Universum
- Entdecke Techniken zur Aktivierung und Stärkung deiner Drüsenfunktion
- Spüre die Synergie von Körper, Geist und Seele in einer ganzheitlichen Praxis.

Begib dich auf eine Reise zu deinem inneren Gleichgewicht und erlebe, wie dein endokrines System nicht nur deine physische, sondern auch deine spirituelle Entwicklung beeinflusst.

Dieser besondere Tag ist für alle, die ihr Bewusstsein erweitern und ihre Gesundheit auf einer tieferen Ebene verstehen möchten. Du brauchst dazu keine Vorkenntnisse.

Melde dich jetzt oder bis spätestens Donnerstag den 12. Juni bei Bernadette an und erlebe die transformative Kraft deiner Endokrinen Drüsen!

**Tel:** + (0)79 640 97 12 / **Mail:** [bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch)

**Mitbringen:** Tee, Kaffee, Mineralwasser und Snacks stehen zur Verfügung. Das Mittagessen darfst Du selbst mitbringen. Ich empfehle leichte Kost. Nimm bitte mit: Schreibutensilien, ein Schreibheft und bequeme Kleider. Aufnahmen vom Kurstag bekommst Du als MP3 Datei etwas später zum Herunterladen.

**Gemeinnütziger Unkostenbeitrag:** 180.-

**Psi-Austria Mitglieder:** 150.-

### Organisation:



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

[www.psi-austria.com](http://www.psi-austria.com)

**Weiterführend- und ergänzende Workshop-Seminartage sind wie folgt geplant:**

**Dein Körper das Wunderwerk Gottes und wie Dein Körper mit Dir spricht**

Die Seminarreihe dient auch der Erweiterung Deines Körper-Licht-Bewusstseins

Die Workshops sind einzeln, nach Thema buchbar. Wenn Du alle Teile besuchst, ist der letzte Workshop-Die Sinnesorgane, Augen, Ohren, Nase, Mund, Haut kostenlos. Kosten sind vor Ort am Kurstag zu bezahlen.

**Der Workshop:** *Lymphsystem-Sternen-Tore vom 25. Mai war ein voller Erfolg! Reich an Erfahrungen, gelerntem und mit neuer Energie konnten wir gestärkt nachhause gehen. Wir machen nun mit Workshop-Seminar zwei weiter. Ich freue mich sehr darüber und auf alle die dabei sein werden.*

o **Das Exokrine Drüsen System: Sonntag 31. August von 10:00h bis 17:00h**

Das exokrine Drüsen System, mit Schweißdrüsen, Speicheldrüsen, Leber und teilweise der Bauchspeicheldrüse, steht symbolisch für die Reinigung und den Fluss von Energie im Körper, die sowohl physische als auch geistige und seelische Harmonie beeinflusst.

o **Lunge und Atemkreislauf: Sonntag 19. Oktober von 10:00h bis 17:00h**

**Weitere Daten folgen zum Thema:** Der Atem ist das Tor zum Leben. Alles Atmet und ist vom atmen abhängig. Die Art unseres Atmens hat grossen Einfluss auf unseren Körper und Geist, er kann uns auch zur Wahrnehmung unserer Seele führen.



○ **Herz-Kreislaufsystem & Lichtbewusstsein im Blut: Sonntag 23. November von 10:00h bis 17:00h** Dein Blut weiss alles über Dich! Es geht hier auch um die Befreiung und Transformation von hinderlichen Erbfaktoren der eigenen Blutlinie und der Einfluss der Epigenetik. Wenn Du Deine Blutgruppe weisst, dann bringe dieses Wissen mit.

○ **Nieren und Wasserhaushalt-Wasserkreislauf: Sonntag 25. Januar 2026 von 10:00h bis 17:00h** Körperwasser als Trägeressenz für Lichtinformation. Die Nieren regulieren den Wasserhaushalt als essenzielle Träger von Lichtinformation, wodurch sie nicht nur die physische Reinigung unterstützen, sondern auch den Energiefluss zwischen Körper, Geist und Seele harmonisieren. Das spielt eine zentrale Rolle für unser spirituelles Wohlbefinden. In vielen Traditionen wird Wasser mit Reinigung, Erneuerung und Transformation in Verbindung gebracht. Es hilft, emotionale und energetische Blockaden zu lösen und fördert den freien Fluss von Lebensenergie.

### **Weitere Daten kommen noch!**

○ **Nahrungs-Stoffwechsel, Speiseröhre & Magen-Darmtrakt:**

Vollkommen genährt sein

○ **Gelenke und Wirbelsäule:**

Beweglichkeit, Aufgerichtet sein, Gleichgewicht

○ **Haut und Muskulatur:**

Innere und äussere Kraft, Berührung und Wahrnehmung

○ **Immunsystem:**

Gesundheit und Gleichgewicht von Körper Geist und Seele

○ **Knochen und Knochenmark:**

Ur-Wissen, Stabilität, Lebenskraft

○ **Die Sinnesorgane:**

Wahrnehmung auf allen Ebenen, Hören, Riechen, Sehen, Schmecken, Spüren, Fühlen, Wissen  
*(In der Materie und feinstofflich)*



## Divine-Maria-Rosenkranz-Workshop

Sonntag den 2. November 2025

Lerne die mütterliche Energie von Maria kennen, lasse Dich von ihrer Liebe, ihrem

### Willkommen zum Divine-Maria-Rosenkranz-Workshop

In diesem Workshop tauchen wir gemeinsam in die stille Kraft und die mütterliche Energie der **«Heiligen Mutter Maria»** ein. Wir werden den mystischen Ursprung, des Rosenkranzes, mit seinen Ritualen und Gebeten erkunden. Das Rosenkranz-Gebet ist eine spirituelle Praxis, die seit Jahrhunderten als Brücke zwischen dem Göttlichen Ursprung selbst und unseren täglichen Erfahrungen dient.

#### Leitsatz / Affirmation zur Marien-Energie:

Zärtlich bin ich umhüllt vom Licht der Liebe und in dieser Liebe geborgen und frei.

Die **Marien-Energie/Madonna Energie** in ihrem Wesen und ihrer Spirituellen Kraft bezieht sich grössten Teils auf die weibliche Energie, die mit Qualitäten wie Intuition, Mitgefühl, Sanftmut, Kreativität und einer tiefen Verbindung zur Natur assoziiert wird. Ihre Energie, Ihr Licht wird in vielen spirituellen Traditionen als lebensspendend und nährend betrachtet und ist eng mit dem Bild und der Verbindung der Göttlichen-Mutter und der Mutter Erde verbunden. Sie symbolisiert nicht nur die Schöpferkraft des Universums, sondern auch die unendliche Liebe und Fürsorge für alle Lebewesen. Maria steht auch für die Mutter aller Mütter, Sie ist die Beschützerin, der Familien, insbesondere der Kinder. Sie behütet und stärkt die Kinderseelen, die auf dem Weg zum Erdenleben sind und begleitet ihre Geburt.

Die heilige Mutter Maria hilft auch jenen Seelen, die auf dem Weg zurück in die geistige Welt sind und allen, die Abschied nehmen müssen.



**Marias Fürbitte, Liebe und Güte, hat schon manches Wunder geschehen lassen!**

Es gibt darüber viele Dokumentationen und es hat viele Marien-Kraftorte in der Schweiz und auf der ganzen Welt!

Was Dich erwartet:



- **Einführung in den Ursprung und die Geschichte, der mystischen Bedeutung des Rosenkranzes:** Lerne die Ursprünge und die spirituelle Bedeutung dieser heiligen Perlen kennen.
- **Anleitung zum Gebet des Rosenkranzes:** Schritt-für-Schritt-Anleitung durch die verschiedenen Gebete und Meditationen, die mit jeder Perle verbunden sind.
- **Erschaffen eines persönlichen Rosenkranzes mit Halbedelstein-Perlen und einer Medaille der wundertätigen Madonna:** Materialien und Anleitung werden bereitgestellt, um Deinen eigenen Rosenkranz zu knüpfen, der Deine persönliche Verbindung zur göttlichen Mutter widerspiegelt. Wenn Du möchtest, dann darfst Du Deinen Rosenkranz auch mit dem Meister-Lichtwasser Mariens segnen.
- **Meditation und Reflexion:** Gemeinsame Zeit für Stille, Gebet und Reflexion, um die mütterliche Energie in unser Leben einzuladen.

Wir freuen uns darauf, mit Dir diesen Weg der Ruhe, des Friedens und der spirituellen Verbindung zu gehen. Komme mit offenen Herzen und lass uns gemeinsam die Liebe, Führung und den Segen der Hl. Mutter Maria erfahren.

**Datum:**

**Sonntag 02. November 2024**

**Zeit:**

**09:00h – ca. 17:00h**

**Ausgleich:**

**CHF 270.-**

Der Ausgleich beinhaltet den Workshop inklusive Material für eigenen Rosenkranz, Unterlagen und im Workshop aufgenommene Tondateien MP3. Snacks, Kaffee, Mineralwasser und Tee stehen zur Verfügung. Für das Mittagessen bringt bitte selbst etwas mit.

**Anmeldung:**

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung **bis spätestens 26. Oktober**, damit wir alles für Euch vorbereiten können.

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

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

**Info-Anlass 05. November**



## Prisma-Essenzen «Körper-Kraft – Ausleiten und Schutz»



Seit ca 4 Jahren geht die Medizin für alle sichtbare Wege, die uns dazu bewegt haben, genauer hinzuschauen, kritisch zu überprüfen und uns zu erlauben, uns vielseitig zu informieren, um ein möglichst objektives Bild dazu zu erhalten.

Unser beider beruflicher Werdegang nahm seinen Anfang in der Schulmedizin und entwickelte sich stets weiter, so dass wir verschiedene Möglichkeiten und Ansichten der Schul- und Alternativmedizin zum höchsten Wohl aller Wesen verbunden haben und diese auch weiterempfehlen.

Dabei hilft uns auch unser intuitiver Kontakt mit der geistigen Welt, welcher uns immer wieder zu erstaunlichen Erkenntnissen führt und wegweisend für die Entstehung unserer Prisma-Essenzen ist.

In unserer Praxis begegnen uns zurzeit immer mehr Menschen, welche körperliche, psychische und mentale Probleme mitbringen, nachdem sie sich für eine Behandlung mit den neuartigen Substanzen entschieden haben, aber auch Menschen aus deren näheren Umfeld, durch nahen Kontakt ebenfalls immer häufiger über physische, psychische und mentale Beschwerden berichten.

Nach vielen Begegnungen mit der geistigen Welt und dem Studieren von den Beschwerden, über die die Menschen uns berichtet haben, durften nun die Prisma-Essenzen «Körper-Kraft» entstehen.

Aufgrund dieser umfassenden Informationen haben wir festgestellt, dass sie auch im kollektiven Feld wirksam sind, und jedem Anwender eine gute Hilfe sein können, um wieder mehr Klarheit und eigenen Raum wahrzunehmen in dieser unübersichtlichen Zeit. Dieser eigene Raum lässt es zu, dass wir wieder zurück in unsere Kraft und Lebensfreude finden. Ängste können sich auflösen und das Immunsystem wird gestärkt.

In der Zeit, in welcher die Prisma Körper-Kraft-Essenzen nun zur Anwendung kommen, haben wir feststellen können, dass sie ebenfalls eine sinnvolle Unterstützung im Ausleiten jeglicher Art von Fremdeinflüssen wie Medikamente sind und mithelfen, das eigene Immunsystem und die Verbindung zur eigenen Persönlichkeit und dem ursprünglichen Lebensplan stärken.

Gern stellen wir euch an diesem Anlass diese Lichtbringer und feinstofflichen Helfer vor, und zeigen Euch, wie sie wirken, und erzählen euch mehr über die einzelnen Inhaltsstoffe und wie sie sich gegenseitig ergänzen. Gern dürft Ihr sie an diesem Abend auch selbst anwenden.

**Ort:**

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

**Datum:**

Mittwoch, 5. November 2025

**Zeit:**

19:00h bis ca. 20:30h

**Eintritt:**

frei – wir freuen uns über einen freiwilligen Unkostenbeitrag

**Anmeldung bei:** Simone 079 708 16 76 oder e-mail [simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch)  
oder Bernadette 079 640 97 12 oder e-mail [bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch)

## Externer Anlass in Feldkirch-Österreich



27. November 2025



<https://www.psi-austria.com>

✉ [studiengruppe@psi-austria.com](mailto:studiengruppe@psi-austria.com)

**Das Event des Jahres**

**Podiums-Gespräch**

Über das Sichtbare hinaus die Lebensaufgabe finden

**Do. 27. November 2025**

**19:00 Uhr**



Landesberufsschule Feldkirch  
6800 Feldkirch, Rebberggasse 32  
Parkplätze genügend vorhanden!



Gemeinnütziger Unkostenbeitrag € 15,-  
Freiwillige Spenden für Referent/in.



In Notsituationen fallen wir gern aus dem inneren Gleichgewicht. Sei es, weil wir selber direkt davon betroffen sind, oder wir begegnen Anderen in Not und möchten gern unsere Hilfe anbieten.

Erste-Hilfe-Kurse oder Nothilfe-Kurse sind wichtig und sinnvoll, weil lebensrettende Abläufe geübt werden können und die medizinische Erstversorgung gelernt und gesichert werden, wie zB Blutungen stoppen, Lagerung, Alarmieren des Rettungsdienstes usw. Dies sind wichtige Massnahmen, um einem Menschen zB nach einem Unfall oder einem medizinischen Notfall physisch zu helfen.

Uns begegnen aber auch Notfälle die sich zB als Panik-Attacke, als Ohnmacht oder auch als Schockzustand zeigen. Hier benötigt es in erster Linie emotionale Unterstützung, eine schützende Hand, die dem Betroffenen Sicherheit und Schutz bietet. In diesen Situationen ist eine Umarmung oft zu viel, aber eine leichte Berührung kann Wunder wirken.

In diese Berührung kann Heilenergie fliessen, Ruhe, Entspannung, regelmässige Atmung, friedvolle Worte, Schutz und Geborgenheit. Diese Form von Erster-Hilfe-Leistung bringt das Gegenüber wieder zurück in seine innere Mitte, emotionales Ungleichgewicht kann sich beruhigen, Apathie und Ängste lösen sich auf.

Ziel einer solchen Erst-Hilfe ist es, das Energiefeld wieder ins Gleichgewicht zu bringen und alle Ebenen miteinander zu verbinden, so dass das Gegenüber sich selber wieder spürt und ganz bei sich ankommen kann. Dadurch kann die Kommunikation wieder fliessen, und der verbale Austausch bezüglich weiterer Unterstützung kann stattfinden.

Vielleicht betrifft es ja auch Dich, wenn Du selbst aus Deinem Gleichgewicht fällst, emotional wirst und es kaum schaffst, Dich wieder einzumitteln. Vielleicht begleitet Dich eine Krankheit, und Du möchtest Dir selbst die bestmögliche Aufmerksamkeit schenken, um zu genesen. Auch hier zeigen wir Dir mit einfachen Methoden, wie du Dir selbst Erste Hilfe leisten kannst.

Handauflegen, touch for health, Geistheilung, sind alles Ausdrücke für Techniken, die in alten Zeiten angewendet wurden, aber auch wieder neu entdeckt werden. Welche Mutter legt nicht die Hand auf die Stirn des kranken Kindes, um einerseits die Temperatur zu prüfen, aber auch um Geborgenheit zu vermitteln. Wir nehmen Menschen in den Arm, um sie zu trösten, und ihnen Schutz und Sicherheit zu vermitteln.

Gerade in der heutigen Zeit ist es manchmal schwer, die gewünschte, gewollte oder gebrauchte Nähe zuzulassen oder zu geben, ohne das Gefühl zu haben, Grenzen zu überschreiten. Und in Notsituationen ist der direkte Körperkontakt in Form von Berührung besonders wichtig, um ein Wesen wieder in die Gegenwart zu begleiten.

Lerne durch die Technik des geistigen Heilens (diesen Ausdruck verwenden wir als übergeordneten Begriff für all die Möglichkeiten, die es in diesem Bereich gibt), wie Du Dich selbst, und auch Andere in Notsituationen erfolgreich unterstützen und begleiten kannst.

Du bekommst an diesem Wochenende ganz viele Inputs über Techniken, Methoden und Hilfsmittel vorgestellt, die Du auch gleich ausprobieren und üben kannst, so dass Du in Zukunft jederzeit energetisch erste Hilfe leisten kannst, voller Vertrauen, Dir selbst oder einem anderen Wesen (Mensch, Tier oder Pflanze) die bestmögliche Unterstützung zu ermöglichen.

Fühlst Du Dich angesprochen oder hast Du noch Fragen dazu? Dann freuen wir uns auf Deine Kontaktaufnahme.

**Leitung:**

Simone Meier und Bernadette Suter

**Datum:**

29./ 30. November 2025

**Ort:**

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

**Finanzieller Ausgleich:**

540.-  
Inkl. Unterlagen  
Prisma-Essenzen Notfall-Set

**Anmeldung:**

Bis spätestens Mittwoch, 26. November 2025 bei  
[simone@vywamus.ch](mailto:simone@vywamus.ch) oder Telefon 079 708 16 76  
[bernadette@vywamus.ch](mailto:bernadette@vywamus.ch) oder Telefon 079 640 97 12



# Vywamus - Lebensschule

GHM-Schule für ganzheitliche Heilmethodik, Medialität, intuitive Kommunikation und freie Lebensgestaltung

Mit und von Bernadette Suter



Entdecke Deine Intuition, Deine heilenden Fähigkeiten und Deine Kreativität. Bringe sie in Dein tägliches Leben. Das Ziel ist Selbstheilung, Selbstfindung, Selbstliebe und Annahme und das Erwecken Deiner schlummernden Potenziale

Zurzeit biete ich diese Ausbildung im Einzelunterricht, oder für Paare an.  
Auf Anfrage sind auch ganz kleine Gruppen möglich.

Auf diese Weise kann ich Schulungstage und das Lerntempo und den Themenablauf auf ganz persönliche Bedürfnisse abstimmen. Dadurch entsteht mehr Raum für ein vertieftes Verständnis der einzelnen Themen, Heilmethoden und Medialen-Übungen und auch für die Selbstheilung.

Die jeweiligen Schulungstage gehören ganz Dir. Wir beginnen um 09:30h und beenden die Tage dann, wenn es sich ganz rund anfühlt. Darum ist es wichtig, dass Du genug Zeit mitbringst. An den Schulungstagen schauen wir nicht auf die Uhr, sondern folgen ganz dem Gefühl, der Intuition und den inneren Impulsen.

**\*Frühling ist dann, wenn die Seele wieder bunt denkt\***

*Zitat: Verfasser unbekannt*

**WO:**

Vywamus Gemeinschaftspraxis & Schule  
Bernadette Suter  
Bahnhofstrasse 173  
9244 Niederuzwil – SG  
Schweiz

**Anfragen bei Bernadette:**

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

**Tel:** 079 640 97 12

Mehr Info über die ganzheitliche Heilmethodik und Medialität finden Sie auf: [www.vywamus.ch](http://www.vywamus.ch)

Bist Du interessiert und möchtest mehr darüber erfahren,  
Dann melde Dich einfach bei mir, gerne beantworte ich Deine Fragen.

# Regelmässig ausser in den Schulferien!



## 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>

