

## Adima

ist eine spirituelle Lehrerin und Heilerin mit Herzengröße und Menschennähe. Sie übermittelt Weisheit mit Witz und Wärme auf eine direkt klare und einfühlsame Art. In ihrer Gegenwart schwingt eine Leichtigkeit, in der du in den Moment hinein entspannen kannst. Adima macht das Unsichtbare sichtbar und kanalisiert ihre Fähigkeiten in praktischen Methoden.



Ihre Art der Anwendung Tibetischer Bewusstseins- und Heilarbeit durch PULSE-IN und ihr psychisches Einfühlungsvermögen dienen der alltagstauglichen Integration von dem, was sie lehrt. Sie unterstützt spirituelle Verwirklichung im täglichen Leben - das natürliche Verschmelzen von „Gott und der Welt.“

Anfang 2000 endete ihre innere Sinnsuche in gelebter Realisation. Sie arbeitet in öffentlichen Treffen, Seminaren, Einzelsitzungen und online. Ihre Arbeit steht unter dem Motto *Satyamitra* - das bedeutet „Freundsein in Wahrheit“.

## Vita

Geb. 1959, bürgerlicher Name Martha Brigitte Brüning, aufgewachsen in Bergisch Gladbach.

Bis 1989 Berufsausübung als Bühnen-Tänzerin, Diplom Tanzpädagogin, Choreografin.

Von 1987-2000 Leben auf zwei Kontinenten, in Indien und Europa, umfangreiche Studien in Meditation und alternativen Heilverfahren. Begegnung und Ausbildung mit Indischen Mystikern und spirituellen Meistern - Osho Shree Rajneesh; Papaji H.W.L. Poonja - und Tibetischen Lehrern. Seit 1992 Tätigkeit als Körpertherapeutin, Seminarleiterin und Trainerin für Tibetan Pulsing Yoga in Indien und Europa. Seit 2003 öffentliche Arbeit als spirituelle Lehrerin.

Mehr über Adima auf [www.adima.net](http://www.adima.net)

Buchempfehlung: „Unschuldiges Leben - Vom Ende einer Suche“ Adima 2003; ISBN 3-928021-04-4

# Programm



# Adima

Veranstaltungskalender auf [www.adima.net](http://www.adima.net)

Sitzungstermine nach Vereinbarung

## Online

Satsang Life Video Konferenzen (Info auf der website)

Einzel Gespräche (mit Video über Skype)

## Öffentliche Treffen, Workshops, Seminare

Selbst-Erforschung und Selbst-Heilung

Städte und Termine auf [www.adima.net](http://www.adima.net)

## Einzel- und Paararbeit

Spirituelles Coaching, Begleitung in turbulenten Zeiten

Transformative Körper-/Energiearbeit zur Gesundheitsprophylaxe, als Heilbehandlung und für innere Erforschung

Termine in verschiedenen Städten, bitte anfragen

## Retreats

Rückzug aus dem Gewohnten in Stille, zum Einschwingen in ein Leben in der Mitte des Moments

## Trainings

### P.O.E.T. Point of Essence Training

Bewusstseinstaining für individuelle Transformation, Heilung und Transzendenz im täglichen Leben

### Into the Rainbow of Life

Ausbildung in Tibetan Pulsing

*Flyer zu Trainings zum Download auf der Website oder anfordern*

## Leben in der



## Mitte des Moments

Kontakt, Termine & Anmeldung

+49 (0)1577-3159288

[www.adima.net](http://www.adima.net)

[info@adima.net](mailto:info@adima.net)

Postanschrift: Satyamitra Network & Verlag; Schneebergstr. 41, 63743 Aschaffenburg

design cacd.de fotos sukhan/adima, zitrate adima

Online | Seminare | Einzel | Retreats | Training

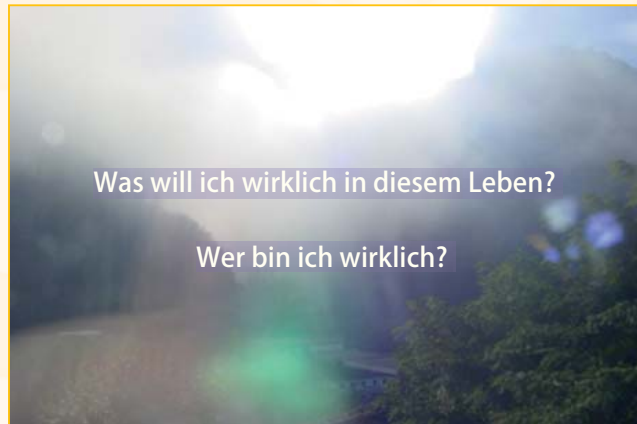
[www.adima.net](http://www.adima.net)

## Mysterienschule JetztHier

„Das Einschwingen ins Jetzt ist eine Wendung  
im Bewusstsein vom Alten zum ewig Unbekannten,  
vom Gewohnten zum Wahrhaftigen,  
vom Wissen zur spontanen Intelligenz.“

Im Jetzt zu leben ist kein esoterischer Luxus oder spirituelle Kopfgymnastik. Es ist schlichte Notwendigkeit für inneren und äußeren Frieden. Es funktioniert ohne zu wissen „wie das geht,“ - das macht es so einfach und so unglaublich. Das Abenteuer und die Erfüllung, du selbst zu sein IST in der Mitte des Moments.

### Zentrale Fragen...



... lösen sich nicht durch intellektuelle Antworten. Sie lösen sich jedoch auf in bewusster Präsenz im Augenblick. Übrig bleibt, was immer hier ist: Frei-Raum. Das, was nicht kommt und geht ist die vertrauenswürdige Essenz deines Seins im Leben und im Sterben - in jedem Moment.

Anstatt dir noch länger vorzustellen, wie du sein solltest, kannst du entdecken, dass du zu unbegrenzter Kreativität und Glückseligkeit fähig bist, in allen Zuständen und Umständen und unabhängig von diesen.

Dieser Entdeckung ist die Selbst-Erforschung und die transformative Körper-/Energiearbeit mit Adima gewidmet.

Flyer zu Programminhalten sind (falls nicht beigelegt) zum Download auf [www.adima.net](http://www.adima.net) oder bitte anfordern

## Selbsterforschung

### SATSANG

Begegnung mit Wahrheit in Stille und Gespräch

Satsang kommt traditionell aus dem Indischen Raum. Das Wort (aus dem Sanskrit) bedeutet: in Gemeinschaft, in Assoziation (Sangha) mit Wahrheit (Sat) sein. Satsang gibt es in Form stiller Versammlungen und in Form von Frage- und Antwort Dialogen mit einem Weisheitslehrer. Jenseits von Tradition oder Neuheiten ist Satsang zeitlos aktuell als Aufforderung: Verwirkliche in diesem Leben das wahre Potenzial deines Wesenskerns - den „inneren Buddha“ - die Möglichkeit frei und in Frieden zu leben.

Öffentliche Satsang Treffen mit Adima

In einer Atmosphäre innerer Versenkung und Herzensverbundenheit antwortet Adima spontan auf Fragen und Berichte zu allen möglichen Lebensthemen.

Das Formelle und Zeremonielle dieser Treffen dient dem Fokus und der Entspannung des Geistes. Das Essentielle übermittelt sich von Herz zu Herz. Du erfährst Unterstützung, dein wahres Potenzial zu entfalten, in Frieden mit dir selbst zu sein, wie du bist.

Satsang ist Religions ungebunden und -übergreifend. Jeder ist willkommen!

Offene Abende | Retreats | Einzelsitzungen | Online

## Transformative Körper- und Energiearbeit

### PULSE-IN Entspannen im Puls des Lebens

Tibetische Heilarbeit mit Akupressur und Klang

PULSE-IN ist Adimas Formung und lebendige Integration Tibetischer Heilarbeit - bekannt als Tibetan Pulsing Yoga - in das Tempo der Bewusstseinsentwicklung unserer Zeit. Die Methode ist ganzheitlich, tief entspannend und energetisierend. Körper, Geist und Seele werden regeneriert und harmonisiert.

Es ist Gesundheitsprophylaxe, Wellness und begleitende Heilbehandlung bei Alltagsleiden, chronischen Befunden und psychotherapeutischen Prozessen.

## Ursprung des Tibetan Pulsing



ist die Kraft des Herzens. Das menschliche Herz erinnert und reflektiert die Quelle des Lebens: reines Bewusstsein. Es sehnt sich danach, sich wieder zurück zu verbinden in diese Quelle, in die Einheit, in das Ganzsein. Der Ausdruck dieser Herzensqualität ist Liebe. Keine Geschichte von der Liebe, einfach die Liebe selbst - reine, vibrierende Präsenz. Tibetan Pulsing benutzt die ursprüngliche, natürliche Kraft des Herzens für Transformation: Vom Denken zum Fühlen zum Sein.

Die Anwendung der Körperarbeit geschieht durch Berührung über Druckpunkte und mit Klang. Mit Puls- und Klangströmen werden die elektrischen und elektromagnetischen Felder in und um die Körperzellen in Schwingung versetzt. Auf körperlicher Ebene geschieht organische Reinigung und Harmonisierung, auf geistiger Ebene wird ein spürbarer Abstand erzeugt von Konditionierung und Identifikationen, die das Leben schwer machen. Pulsen bewirkt eine spezielle Form der Tiefenentspannung, die die heilsame Kraft der Tiefschlafs hat und gleichzeitig in meditativer Wachheit geschieht, welche während und nach Behandlungen erfahren wird.

## Augenlesen



Das Auge als Spiegel der Seele zeigt das Drehbuch für „die Rolle deines Lebens.“ Das Tibetische Augenlesen ist nicht die 'übliche' Irisdiagnose, sondern eine spezifische Sicht auf Ursachen.

Die (innere) Welt wird durchleuchtet und Veranlagungspotenzial geklärt. Dabei kann programmierte Konditionierung betrachtet werden und transformative Einsicht geschehen.

Grundlage des Augenlesens ist physiologisches und psychologisches Wissen, ergänzend illustriert durch die Kraft der Bildsprache des Tarot. Die Tarotbilder werden hier nicht als Weissagungssystem verwendet, sondern in ihrer ursprünglichen Bedeutung als Piktogramme zur Illustration der menschlichen Bewusstseinsentfaltung.

Einzelsitzungen | Workshops | Seminare | Training