

# DIE GLÜCKSESSENZ

**Die GlücksEssenz** ist der erste Teil einer spannenden, zweiteiligen Hörbuchreihe zum Thema Glück und Selbstbestimmtheit, einer stimulierenden und neuartigen Kombination aus Hörspiel und Dokumentation, Wissensvermittlung und Musikgenuss.

Die Essenz aus Quantenphysik, Mystik, Glücksforschung und vielen anderen Wissensgebieten, exzellent vorgetragen von der renommierten Ö1 Sprecherin **Angelika Lang** und dem durch unzählige Sprech- und Theaterrollen sowie als Moderator der legendären ORF Fernsehserie *Trailer – Tipps für Filmfreunde* bekannten **Frank Hoffmann**.

Die Texte werden durch Interviews von illustren Persönlichkeiten ergänzt.

► So erörtert der Arzt und Therapeut, Seminarleiter, Buchautor und Komponist **Dr. Günter Mattitsch** die in der Glücksessenz beschriebenen „Schritte“ zu Glück und persönlicher Erfüllung von einer dem Thema durchaus subversiv eingestellten Art, was auf erfrischende Weise konterkariert. Außerdem fließen viele Aspekte aus seiner langjährigen therapeutischen Tätigkeit mit ein. [www.buxus.at](http://www.buxus.at)

Dr. Mattitsch: *„Um den Heilungsprozess in Bewegung zu setzen, oder mit Lösungsenergie in Kontakt zu kommen, ist es meines Erachtens einmal ganz wichtig, bei dem anzukommen, was ist. Viel Streben nach Lösung, oder nach Heilung misslingt dort, wo wir sozusagen weg springen von dem, was ist! (...) Eigentlich fängt ein Heilprozess dort an, bei der Anerkennung dessen, was ist.“*

► Der durch seine Zirbenstudien und die Entwicklung des Heartman, einem mobilen Herzfrequenzmessgerät für den österreichischen Astronauten Franz Viehböck bekannt gewordene Chronobiologe **Univ. Prof. Dr. Max Moser**, vom Joanneum in Graz wiederum beleuchtet das Thema wissenschaftlich - vor allem von seinem Spezialgebiet der Herzfrequenzvariabilität her und stellt überraschende Zusammenhänge zwischen diversen Körperrhythmen und Wohlbefinden her. [www.humanresearch.at](http://www.humanresearch.at)      Kontakt: [max.moser@medunigraz.at](mailto:max.moser@medunigraz.at)

Prof. Moser: *„Die Forschung in der menschlichen Physiologie hat in den letzten Jahrzehnten gezeigt, dass das Herz ein Organ ist, das ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen besitzt, für Situationen, denen ein Mensch ausgesetzt ist. (...) diese Schwingung des Herzens wird als „Tanz des Herzens“ bezeichnet und ist charakteristisch für ein gesundes und lebensfrohes - wenn man so sagen kann - Herz.“*

► Erstaunlich kohärent sind dazu die Aussagen der Schamanin **Sonia Emilia RainbowWoman**, - einer der wenigen Österreicherinnen, die eine langjährige Ausbildung in traditionellem Schamanismus vor allem lateinamerikanischen Ursprungs hat. Aus Ihrer Sicht ist die Essenz des Glücks das „Weben eines neuen Energiekleides“ und sie bringt viele einfühlsame Beispiele dafür.

Sonia Emilia: „Zuerst ist der Gedanke – aus dem schamanischen traditionellen Verständnis – und dann folgt sofort unmittelbar die Emotion, das sind beides Energiebewegungen, und diese zwei Energiebewegungen, die gehen von jemandem schneller als die Lichtgeschwindigkeit weg, dehnen sich aus, über die Erde, in das Universum hinein und verbinden sich dort mit den gleich schwingenden Energiefeldern. Das bedeutet, sie gehen dort in Resonanz und dadurch entwickelt sich natürlich dann die Befindlichkeit“

➤ Schließlich ergänzt der wohl jedem Österreicher bekannte „alpine Weltmusiker“ **Hubert von Goisern** das Thema mit seinen trockenen – philosophischen und humorvollen Aussagen und gibt sehr persönliche Einblicke in seine Sicht der Dinge.

[www.hubertvongoisern.com](http://www.hubertvongoisern.com)

Hubert von Goisern: „Das Wichtigste ist wirklich das Ziel zu haben. Es zu formulieren ist eigentlich das Schwerste, weil wenn das Ziel formuliert ist, ergeben sich die nächsten Schritte fast wie von selber. Dann führen einem die eigenen Energien zu den Leuten mit denen man das dann umsetzen kann.“

Natürlich ist „Die Glücksessenz“ kein rein gesprochenes Hörbuch. Glücksessenz Autor und mokshamusik Gründer **Bernd Bechtloff** hat für diese besondere Produktion auch zu einem sehr persönlichen musikalischen Mittel gegriffen: Er komponierte die Musik zur Glücksessenz zusammen mit seiner Frau **Johanna Mattitsch**, einer Therapeutin von Beruf, und gestaltete ihre Klaviermelodien und Themen unter dem Pseudonym **J&B Lovelight** zu einem Soundtrack von großer Eindringlichkeit und Schlichtheit.

## **Inhalt:**

In einer Chronologie, die sich auf den legendären Kalender des südamerikanischen Volkes der Maya bezieht, wird in der **Glücksessenz** anschaulich beschrieben, wie wir jedes Vorhaben, jeden Herzenswunsch in die Wirklichkeit bringen können.

Möglichkeiten und Unmöglichkeiten, Paradoxien und neue Sichtweisen werden erörtert, die mit diesem Gedanken einhergehen.

Kapitel wie: *Ein Ziel formulieren*, *Sich in Bewegung setzen*, oder *Einen Rhythmus finden*, um nur einige zu nennen, zeigen einfühlsam, welche

Ingredienzien wir benötigen, um unser Dasein glücklich und selbstbestimmt zu

erleben. Es offenbart sich ein durch viele spannende Beispiele anschaulich gemachtes neues Bewusstsein, das in jedem einzelnen Menschen der gegenwärtig auf dieser Erde lebt, keimt.

Unser Dasein wird als Reise verstanden, und die simple Tatsache beleuchtet, dass die Empfindung von Glück weniger von der momentanen Lage, als vielmehr von der inneren Einstellung dazu abhängt.

Die **Glücksessenz** beschreibt einerseits eine gewisse Gestaltungsmöglichkeit in Bezug auf unser persönliches Schicksal, lenkt aber den Fokus auch auf uns als einer „Wesenheit Mensch“ das auf der „Wesenheit Erde“ in einem fragilen und wunderbaren Zusammenspiel mit allen anderen Lebewesen und Kräften existiert.

### **Die Kapitel im Überblick: (Part 1)**

- |                             |                              |
|-----------------------------|------------------------------|
| 1 - Ein Ziel formulieren    | 5 - Die Mitte wahrnehmen     |
| 2 - Sich in Bewegung setzen | 6 - Ins Gleichgewicht kommen |
| 3 - Einen Rhythmus finden   | 7 - Das Magische erfahren    |
| 4 - Ordnung schaffen        |                              |

### **Aus dem VORWORT zur Glücksessenz:**

Unzählige Publikationen erscheinen zur Zeit über eine neue Weltansicht, die spirituelle Tradition und Wissenschaft vereint. Millionen von Menschen auf der ganzen Welt interessieren sich plötzlich für indigene Prophezeiungen und Quantenphysik, Internetforen bilden sich, in denen Menschen sich über die teils verstörenden, teils verwirrenden, in jedem Fall bahnbrechenden (und keinesfalls neuen) Inhalte austauschen, Filme zum Thema kursieren, denn: die Erkenntnis, dass wir selbst unsere Wirklichkeit erschaffen, dass wir in einem teilnehmenden Universum leben in dem alles mit allem verbunden ist, miteinander interagiert und der Beobachter und das Beobachtete sozusagen eins sind (genau genommen müssten wir generell das Wort *Beobachter* durch das Wort *Teilnehmer* ersetzen), ergreift gegenwärtig immer weitere Teile der Erdbevölkerung und das mit stetig steigender Geschwindigkeit. Es ergreift die Massen!

(...)

Nun möchte ich Ihnen, verehrte LeserInnen, verehrte HörerInnen einen nachhaltigen Hörgenuss wünschen. Wenn Sie eine ähnliche Freude beim (hoffentlich oftmaligen) Hören der Glücksessenz verspüren, wie wir beim Produzieren, dann ist der Sinn des Vorhabens erfüllt. Ich hoffe, Sie finden Neues und Inspirierendes, finden Ihren Weg bestätigt oder konstruktiv herausgefordert - kurz: Ich hoffe, Sie finden Gefallen an der Glücksessenz.

Part 2 der Glücksessenz wird noch tiefer in die Mysterien der neuen Weltsicht führen und Sie hoffentlich ebenfalls bereichert und berührt entlassen.

Bernd Bechtloff