

**Ich breite mein Lächeln aus**

von Frau Dr. Z. Sebkova-Thaller

Die Autorin Dr. Zuzana Sebkova-Thaller gehört zu den Pionieren, die sich nicht nur für die Verbreitung von Qigong in Europa eingesetzt haben, sondern Qigong entsprechend den einheimischen Bedürfnissen sogar weiterentwickelt haben.

In ihrem Buch „Ich breite mein Lächeln aus“ stellt Zuzanna Sebkova-Thaller Übungen vor, die für MS-Kranke besonders geeignet sind. Das Buch enthält viele verschiedene Übungen – unscheinbare Übungen für den Alltag, Energiekreise, Bewegungsübungen, Gehübungen und Übungen, die sich mit einigen spezifischen Problemen, wie dem Ziehen in den Beinen, Koordinationsbeschwerden, Augenbeschwerden u.a. befassen. So kann sich der Übende die Übungen herausuchen, die ihn ansprechen und ihm guttun. Nicht Verbissenheit, sondern ein inneres Lächeln soll sich auf dem Gesicht des Übenden ausbreiten.



*Dr. Zuzanna Sebkova-Thaller beim Qigong*

Dr. Zuzana Sebkova-Thaller ist Präsidentin der Deutschen Qigong Gesellschaft e. V. und erste Vorsitzende des ChanMi-Qigong Fördervereins e. V. Die siebenfache Mutter ist Kunsthistorikerin und Autorin vieler Bücher und wissenschaftlichen Artikeln. Sie unterrichtet in ganz Europa. Mit ihrem Team gibt sie auch Kurse für MS-

**Ich breite mein Lächeln aus**

*Dr. Zuzana Šebková-Thaller*



*therapeutisches Qigong  
bei*

*Multipler Sklerose  
-Kurse- Bücher-MCs-*

*Zentrum für energetische Arbeit  
Benzing 6  
91801 Markt Berolzheim  
Tel. und Fax: 09146/303*

„Ich breite mein Lächeln aus“ ISBN 3-933309-03-4 39,00 DM ( MCs je 20,00 DM ).

Dazu passende MCs „Ich stehe fest auf der Erde“ und „Ich breite mein Lächeln aus“ I + II, ab Januar lieferbar „Ich schiebe die Krankheit weg“ und „Der Adler wäscht seine Augen mit dem Tau“ Hernoul-le Fin Verlag, Markt Berolzheim. Siehe Anzeige

**Die letzten Tage des alten Hotel Adlon**

von Franz-Josef Löwenguth

Spannende Unterhaltung bietet der Roman des Autors „Berlin, Mai 1945 - Die letzten Tage des Hotel Adlon“. Der Roman rund um das legendäre Berliner Luxushotel erzählt die Lebensgeschichte des jüdischen Jungen Julius Schloß, der aus ärmsten Verhältnissen stammt und es durch Fleiß und Zielstrebigkeit zum Geschäftsführer des „Adlon“ bringt. Der Leser durchschreitet mit ihm und später seiner Tochter die jüngere Geschichte vom Ersten Weltkrieg bis zur Gegenwart. Im Schicksal der Familien, der deutschen und jüdischen, und der des wieder lebendig, bis hin zum Wiederaufstehen des „Adlon“ im Jahre 1997.

Der Autor verzichtet zugunsten der MS-Gruppen auf ein Honorar. Der gesamte Erlös aus dem Verkauf des Buches kommt an Multiple Sklerose erkrankten Menschen zugute.

Zu bestellen ist dieser Roman beim Autor selbst.

Die Adresse lautet: *Franz-Josef Löwenguth*

*Am Unksberg 1*

*56410 Montabaur*