

Das Auge ist ein kostbares Organ

Wollerau. – Unsere Augen sind sehr empfindliche Organe, denn sie reagieren auf alle Gefühle und Belastungen in unserem Alltag. Stress, Verspannungen, Überforderungen und vieles mehr in unterschiedlichen Situationen wie am Arbeitsplatz, in der Schule oder auch in unserem privaten Umfeld können zu Sehstörungen führen. Einflüsse wie Schadstoffe in der Luft, langes Arbeiten am Computer, Lesen, Fernsehen belasten unsere Augen übermässig. Ermüdung, Augenbrennen, trockene Augen, Lichtempfindlichkeit, Kopfschmerzen, und Nackenverspannungen sind die Folgen.

Sehen ist ein komplexer, ganzheitlicher Vorgang, an dem die Augen als Organe genauso beteiligt sind wie das Gehirn, das Gedächtnis, die Gefühle und die Gedanken. William Bates, amerikanischer Augenarzt und Sehforscher, entwickelte ein Sehtrainings-Programm, das vielen Menschen zu besserem Sehen verhalf. Diese Methode wurde weltweit verbreitet und weiterentwickelt von bekannten Augenspezialisten wie Janet Goodrich, Josef Libermann und anderen.

Das ganzheitliche Augentraining ersetzt zwar nicht den Augenarzt, gibt Ihnen jedoch ein «Werkzeug» in die Hand, womit Sie Verspannungen in den Augen lösen, Ihre Augen stärken und die Sehkraft verbessern können. Die diplomierte Lehrerin Heidi Hauser lehrt Sie praktische Übungen, um Ihre Augen zu entspannen, zu vitalisieren und ihnen mehr Aufmerksamkeit zu schenken.

Der dreiteilige Kurs findet jeweils am Mittwoch, 12., 19. und 26. November von 19 bis 21 Uhr im Vereinshaus in Wollerau statt.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Weitere Informationen und Anmeldung bis 31. Oktober bei Erika Grob, erika.grob@hispeed.ch, oder unter Telefon 044 687 53 20, oder direkt auf unserer Website www.kontakt-fuerdiefrau.ch. KONTAKT FÜR DIE FRAU

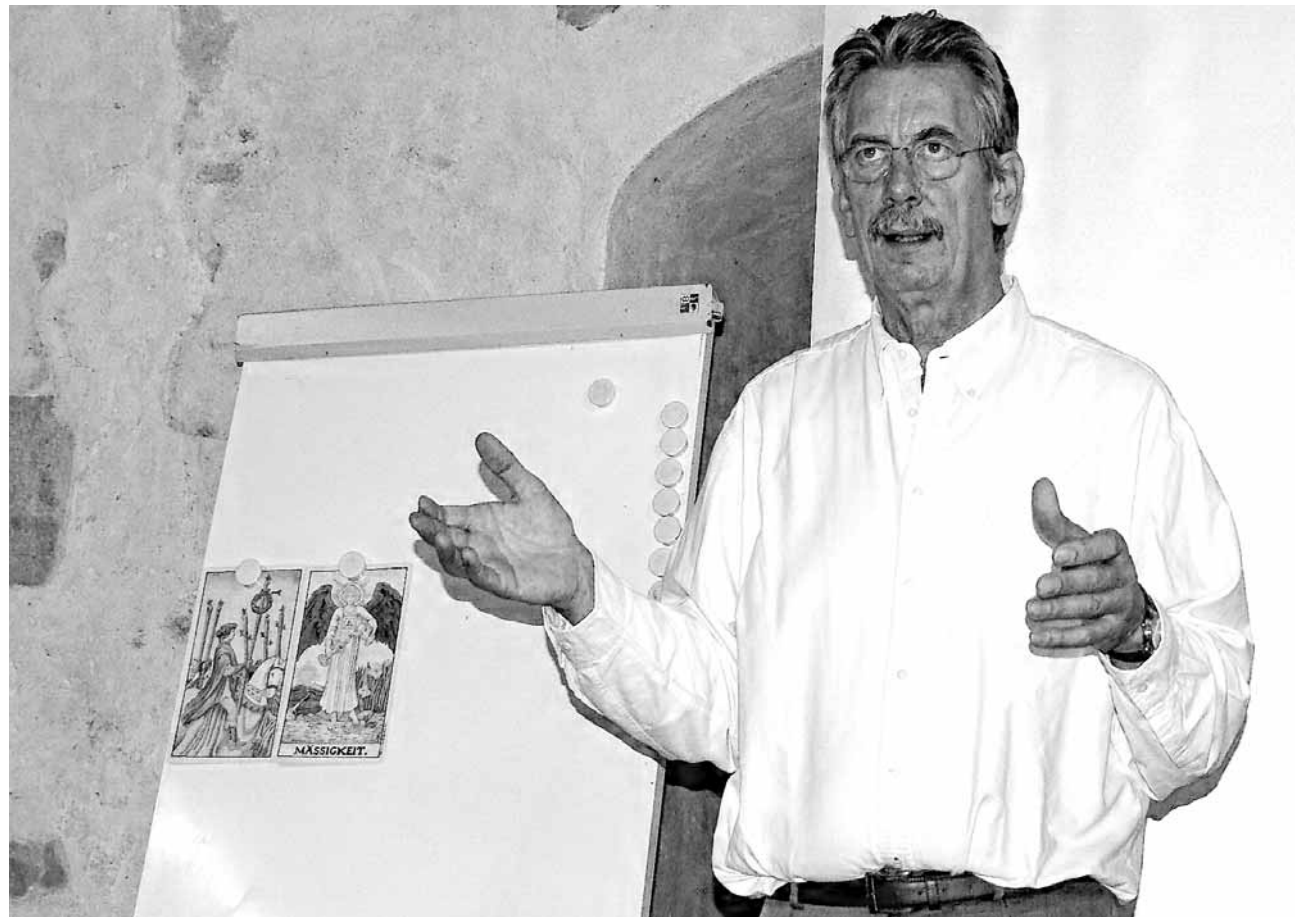
Die Zukunft bleibt ungeschrieben

Ist das Kartenorakel Tarot ein hellseherisches Werkzeug oder eine Symbolsprache, die es zu verstehen gilt? Der Fachmann Hajo Banzhaf sprach am Dienstagabend im Schlossturm in Pfäffikon über Tarot, seine Geschichte und Anwendung.

Von Tanja Holzer

Pfäffikon. – Die eigene Zukunft zu kennen, ist ein uralter Wunsch. Am Dienstagabend lockte ein Vortrag zum Thema «Tarot» unzählige Besucher in den Schlossturm Pfäffikon. Der Giger Verlag Altendorf hatte den renommierten deutschen Tarotexperten und Autoren Hajo Banzhaf geladen. Tarot sei ein Orakel aus Karten, so Banzhaf. Kann damit tatsächlich die Zukunft gelesen werden? Banzhaf winkte ab, das Orakel trage die energetische Qualität des Augenblicks und widerspiegle Zukunftstendenzen. Mit Hellsehen habe Tarot nichts zu tun. Banzhaf betonte, die Zukunft bleibe ungeschrieben. Die Antworten des Tarot seien lediglich ein Spiegel der tendenziellen Folgen, für die von uns selbst gesetzten Ursachen.

Fundierter Kenner der Symbole Keine Zauberei also, und keine aussersinnlichen Fähigkeiten brachte Banzhaf mit in den Schlossturm. Seine Tarotbücher gelten seit vielen Jahren als Standardwerke. Der Autor entpuppte sich während des Abends als fundierter Symbolkenner, der die verschlüsselte Bildsprache des farbenprächtigen Tarots zu lesen verstand. Die ersten Karten seien im Jahr 1374 von einem Schweizer Dominikanermönch dokumentiert worden. Experten vermuten, die Kartentradition sei jedoch ursprünglich im Islam verwurzelt gewesen. Erste Tarotdecks wurden im 16. Jahrhundert gesichtet. Basierend auf den Weiterentwicklungen



Der Experte Hajo Banzhaf gewährte in einem Vortrag und mit einer Live-Demonstration tiefe Einblicke in die Welt des sagenumwobenen Tarot.

Bild Tanja Holzer

des Geheimbundes «Orden der Goldenen Morgenröte», dem unter anderem bekannte Schriftsteller angehörten, erschien 1910 das bis heute am meisten genutzte Rider-Waite-Tarot. Dieses Kartendeck verwendete erstmals eine Bildersprache, welche die karge Zahlensymbolik, kombiniert mit Kelchen, Schwertern, Stäben und Münzen, zusätzlich mit Abbildungen von Menschen, Tieren oder alltäglichen Gegenständen erklärte.

Grosse Auswahl Heute hat ein Tarotinteressierter die

Wahl zwischen Hunderten von Kartendecks. Das künstlerisch sensationell umgesetzte und symbolträchtige Crowley-Tarot zählt zu den meistverkauften Sets. «Kein Tarot hat mehr Recht als ein anderes», betonte Banzhaf, die Auswahl spiele keine bedeutende Rolle.

Viel Erfahrung nötig Der Experte empfiehlt auf jeden Fall, sich zum entsprechenden Kartendeck ein detailliertes Deutungsbuch zu kaufen: «Sonst werden Sie nicht viel Freude daran haben!» Die unzähligen

Symbole flüssig und gekonnt ohne Nachschlagewerk zu entschlüsseln, erfordert viele Jahre Erfahrung und Hintergrundwissen. Banzhaf beherrscht sein Fach, das wurde spätestens bei der Live-Demonstration klar. Der Profi legt allen Orakeldeutern ans Herz: «Tarot ist ein guter Diener – aber ein schlechter Herr.» Das Leben in seinem natürlichen Fluss zu belassen, sei ideal. Tarot sollte nur als Entscheidungshilfe oder bei Blockaden befragt werden. Banzhaf freut sich über Besuch auf seiner Homepage www.tarot.de.

Wochenendausflug mit Schnee

Ausserschwyz. – Eine kleine Gruppe Menschen mit einer geistigen Behinderung und ihre Betreuungspersonen trafen sich am 4. Oktober voller Erwartungen auf dem Bahnhof Biberbrugg, um kurz darauf mit dem Vor-alpenexpress nach Goldau zu gelangen. Mit dem Einstieg in die Rigibahn wurde allen klar, dass das bevorstehende Insieme-Wochenende – es stand unter dem Motto «Take it easy» – auf der Königin der Berge, der Rigi, verbracht werden durfte. Die Wettervorhersage versprach nicht viel Gutes für dieses Wochenende, und so waren die Teilnehmer nicht sonderlich überrascht, als auf Rigi-Kulm ein wildes Schneetreiben mit kaltem Wind herrschte. Da keine Aussicht auf die umliegende Landschaft möglich war, verliess die Gruppe nach einem auf-

wärmenden Getränk bald den Gipfel in Richtung Rigi-Staffel. Dort besuchte sie den Älplermarkt, wo die Zeit mit Flanieren sehr schnell vorüberging. Übernachtet wurde im Hotel «Alpina» in Rigi-Kaltbad. Am Sonntagmorgen zeigte sich die Rigi im schönsten Winterkleid. Die Sonne schien jedoch bereits und erhellte die Gemüter.

Nun hiess es, Abschied von der Rigi Abschied zu nehmen. In Vitznau angekommen, bestieg die Gruppe den Raddampfer Uri und fuhr gemütlich nach Brunnen. Zu Fuss erreichte sie am Mittag das Restaurant «Pluspunkt», wo ein köstliches Mittagessen eingenommen wurde. Zufrieden und mit vielen neuen Eindrücken kehrte die Gruppe am späteren Nachmittag nach Hause zurück. (eing)



Auf dem Insieme-Ausflug konnte bereits der erste Schnee dieses Jahres erlebt werden.

Bild zvg



Gratis-Tickets für Rubbernecks-Jubiläum

Übermorgen Samstag feiern die Rubbernecks in der Mehrzweckhalle in Altendorf ihr 25-Jahr-Jubiläum. Mit dabei sind auch The Jets, The Flaming Stars aus Einsiedeln, Marco Gottardi & the Silver Dollar Band und Paul Mc Bovin. Unsere Zeitung verlost heute Donnerstag, ab 13.30 Uhr, fünfmal zwei Tickets zum Rubbernecks-Silberjubiläum. Rufen Sie um 13.30 Uhr auf Telefon 079 707 51 36 an. Die fünf ersten Anrufer gewinnen.

Text und Bild zvg