



# therapieHaus magazin

zweite Ausgabe, 12 | 23



Mein 2023



Annette Voith weiß: Unter dem Apfelbaum geht sogar Büroarbeit leichter von der Hand

## Ein spannendes Jahr

Das hat Riesenspaß gemacht! Ein bisschen anstrengend war es natürlich auch, aber das gehört dazu, wenn man etwas bewegen will. Und bewegt hat sich eine Menge im therapieHaus an der Lehrer-Schwab-Gasse 6 in Ebersberg! Unser Ziel ist auf jeden Fall erreicht: Ende 2022 wollten wir, dass es 2023 wieder ein *therapieHaus magazin* geben sollte mit einem schönen Rückblick über unsere Veranstaltungen und Aktivitäten. Und hier ist es!



Sebastian Schoepp, Chefredakteur des *therapieHaus magazins*, freut sich, dass es über das Jahr 2023 wieder eine Menge zu erzählen gibt.



Zeit fürs Gespräch: der Therapie- und Veranstaltungsraum.

## Energie des Lebens

Begleitung im Unterwegs-Sein:  
 Beratung, Coaching, Yoga und Meditation



Ein gut gefülltes Gästebuch ist immer wieder eine schöne Bestätigung für die eigene Arbeit.

Haben Sie das Gefühl festzustecken in Beruf, Partnerschaft oder Familie? Rauscht das Leben an Ihnen vorbei, zehren wiederkehrende Konflikte an den Kräften? Haben Sie den Kontakt zu Gefühlen, Werten und Lebensfreude verloren? Was tun, wenn der Stress und die Zwänge überhandnehmen, man sich innerlich leer fühlt oder ein Kinderwunsch nicht in Erfüllung geht? Annette Voith weiß aus ihrer Praxis als Therapeutin: Es gibt nicht *die* eine Methode für alles und jeden. In ihrer Beratung kombiniert sie daher Techniken aus unterschiedlichen Therapierichtungen, systemische oder provokative



Ansätze, Transaktionsanalyse und Logotherapie. Ein besonderes Angebot ist das Energie-Coaching, bei dem es darum geht, energetische Blockaden sowie einengende Muster aufzuspüren und den Zugang zur universellen Energie zu öffnen. Dabei fließen Aura-Arbeit, Lesen im Morphischen Feld, Körper- und Atemtechnik zusammen. Und natürlich bietet Annette daneben klassische Entspannungs-Methoden wie Yoga und Meditation an, und das ausdrücklich auch für Menschen, denen das Stillsitzen schwerfällt: "Zeit mit Dir selbst, ist etwas vom Wertvollsten, was Du Dir schenken kannst", sagt sie. Probieren Sie es aus!

**Frühsommer-Meditation**



Freitag, 2. Juni, um 19 Uhr  
im TherapieHaus an der Lehrer-Schwab-Gasse in Ebersberg  
60 Minuten, 15 Euro  
www.annettevoith.de

**GLOOMY OCTOBER**



Krimi-Abend mit  
Michaela Pelz  
und Franz Wadstein

Am Sonntag, 15. Oktober um 18 Uhr  
im Lehrers Arnsbacher  
an der Lehrer-Schwab-Gasse 6 in Ebersberg  
Einzeltickets unter 0172 10 77 948 oder www.annettevoith.de

# 2023: lebendig. energetisch. spirituell.

**Meditation**

Aktiv in die Woche | Still in den Abend

Montag, 13. November, 19 Uhr | Freitag, 10. November, 19 Uhr

60 Min | 15 €  
Bitte anmelden unter praxis@annettevoith.de

Im TherapieHaus an der Lehrer-Schwab-Gasse 6 in Ebersberg

**Maria Lichtmess**  
Die Rückkehr des Lichts in den Winter

Innehalten und Lauschen:  
Meditation  
Spirituelle Impulse  
Ritual

Mit der Magie des Lichts  
Deine Lebenskraft und Vitalität  
erwecken.

Freitag, 03. Februar 2023  
um 19 Uhr

60 Minuten | 15 €  
Ebersberg  
Lehrer Schwab Gasse 6  
www.annettevoith.de

**Shake it, Baby!**

Bewegte Meditation im August

# Schütteln  
# Wahrnehmen  
# Stille

Im TherapieHaus an der  
Lehrer-Schwab-Gasse 6  
in Ebersberg |  
Freitag, 4. August 2023 | 19 Uhr  
60 Minuten | 15 Euro

**HerbstHerz-Meditation**

# Das Herz mit der Welt verbinden  
# Durch Bewegung in die Stille finden

Neu im Oktober!

Freitag, 6. Oktober: Aktive Herz-Chakra-Meditation  
Freitag, 13. Oktober: Aktive Herz-Chakra-Meditation  
Freitag, 20. Oktober: Stille Meditation mit Impuls  
Freitag, 27. Oktober: „Shake it, Baby!“ Aktiv-Meditation

Jeweils um 19 Uhr im TherapieHaus der Lehrer-Schwab-Gasse 6 in Ebersberg

**Still in die Nacht**

Meditation zur Tiefen-Entspannung

Freitag, 1. Dezember, im TherapieHaus an der Lehrer-Schwab-Gasse 6 in Ebersberg  
19 Uhr | 60 Minuten | 15 €  
Bitte anmelden | www.annettevoith.de

**Energie-Coaching Summer Special bis 19. August**

Ich unterstütze Dich, DEINE Energie zu fokussieren. Damit Du mehr Klarheit für Dich, für Deine Entscheidungen, für Deinen nächsten Schritt bekommst!

Termine unter 0172 10 77 948, auch am Abend und am Wochenende im TherapieHaus an der Lehrer-Schwab-Gasse 6 in Ebersberg 90 Minuten 90 €

**Yoga am Klostersee**

Pop-up Yoga zum Würmseeufer am Montag, 2. Mai, um 10 Uhr

Sommer-Salonstart Samstag, 27. Mai, von 8 bis 9:30 Uhr

Danach jeden Sonntag, von 8 bis 9:30 Uhr  
sowie jeden Donnerstag, von 9:30 bis 10:30 Uhr.

**WELLNESS**

FÜR KÖRPER, GEIST, SEELE  
LEBENDIG | ENERGETISCH | SPIRITUELL

MIT ANNETTE VOITH  
HEILPRAKTIKERIN (PSYCH.)

IN DER ALTSTADT VON EBERSBERG,  
LEHRER-SCHWAB-GASSE 6

# ENERGIE-COACHING  
# YOGA  
# MEDITATION

KURZFRISTIGE TERMINE MÖGLICH  
www.annettevoith.de

**Meditation**

zur Tag- und Nachtgleiche

Montag, 20. März, 19 Uhr  
60 Minuten, 15 €  
Lehrer-Schwab-Gasse 6 in Ebersberg  
www.annettevoith.de | 0172 10 77 948  
www.annettevoith.de

**Stille**

Meditation in den Mai

Freitag, 1. Mai, 19 Uhr  
60 Minuten, 15 €  
Lehrer-Schwab-Gasse 6 in Ebersberg  
www.annettevoith.de | 0172 10 77 948

**ZWISCHEN DEN WELTEN**

8. WÜRMSEE 2023  
IM THERAPIEHAUSS AN DER LEHRER-SCHWAB-GASSE 6 IN EBERSBERG  
www.annettevoith.de

„Die Farben Alibau“  
Kunstwerk des 17-jährigen Kindes Jonathan Faurer vom 22. und 30. April 19 Uhr. Freie Tage am Freizeitzentrum, 1. Mai, 9 Uhr.

„Ante bis nach“  
Eine wunderbare Fahrt der Meditations- und Achtsamkeitslehrerin Annette Voith am 10. Mai, 19 Uhr.

„Ante bis nach“  
Kunstwerk von dem 17-jährigen Schüler Lukas Faurer vom 10. und 18. Mai, 19 Uhr.



## Buon appetito!

Zweites Olivenölseminar mit Sensoriker Wilfried Lehr



Die Sinne für hochwertige Olivenöle schärfen - darin ist der Sensoriker Wilfried Lehr aus Ebersberg Experte. Zum zweiten Mal hat er dieses Jahr im therapieHaus die Besucher seines Tastings stilvoll in die Kunst des Genusses feinsten Olivenöls eingeführt, das er selbst aus Italien importiert.

**OLIVENÖL-TASTING**  
AM FREITAG, 20. JANUAR 2023,  
IM THERAPIEHAUS AN DER  
LEHRER-SCHWAB-GASSE 6  
IN EBERSBERG.  
BEGINN: 18 UHR.



Um die vielfältigen Möglichkeiten vorzustellen, wie Olivenöl eingesetzt und zur vollen Entfaltung gebracht werden kann, servierten Wilfried und seine Lebensgefährtin Steffi kleine Häppchen und Appetizer. Danach hatten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Gelegenheit, den Abend mit einem Glas Wein ausklingen zu lassen.





## Die Farben Afrikas

### Ausstellung mit Bildern von Jonathan Fischer

Jonathan Fischer ist in vielen Welten zuhause: 1964 in München geboren, in Tansania und Grafing aufgewachsen, ist er heute mit Mali als Wahlheimat verbunden. Er ist Künstler, Sozialarbeiter, DJ, Journalist und als solcher einer von Deutschlands anerkannten Experten für afroamerikanische Musik. Er hat Malerei an der Kunstakademie München studiert und dort seinen Diplom-Abschluss gemacht. Als Journalist hat zahlreiche Recherche-Reisen nach Afrika, in die Karibik und nach Nordamerika unternommen, um Reportagen und Hintergrundberichte über afroamerikanische Kultur zu schreiben. Von dort hat er auch die Inspiration für seine Kunst mitgebracht.



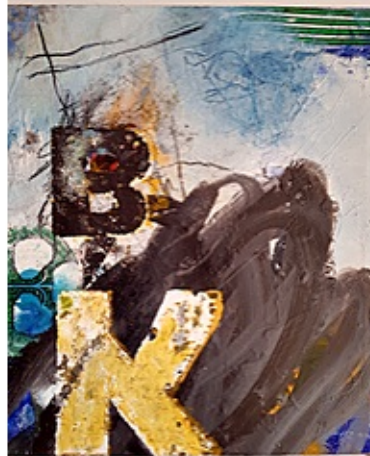
Künstler meets Galeristin: Annette Voith und Jonathan Fischer.

An Mali beeindruckt ihn, "in welch fantastisch farbenfrohe Stoffe sich die Menschen dort alltäglich kleiden". Er nahm dies zum Ausgangspunkt für seine *Serie BKO*, die den Spirit der Hauptstadt Bamako in sich trägt. Es sind abstrakte Bilder, in die Stoffreste und Fundstücke eingearbeitet sind. Auch Farben, Formen und Schriften auf Bussen und Geschäften fanden Eingang. Jonathan nennt Bamako "eine Bühne für Alltagskunst". Das Verwitterte, Ausgebleichte, Unperfekte hat in dieser Welt genauso seinen Platz wie afrikanische Spiritualität. Dieser Ansatz in Jonathans (Lebens-)Kunst machte ihn zum idealen Partner für eine Ausstellung im therapieHaus.





Auf der Vernissage stellte Kurator Sebastian Schoepp (li., stehend) den Künstler und seine "Serie BKO" vor. Das Kürzel steht für den Flughafen Bamako.



Das Schöne an Ausstellungen: Sie bringen Menschen im Gespräch zusammen.





Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Seminars im März.

## Die Macht der Vergangenheit

Tagesseminare mit Coach  
Sven Rohde aus Hamburg

### Gefühlserben

Die emotionale Prägung der Kriegsenkel und ihrer Kinder



Versagensängste, Schuldgefühle, Selbstzweifel? Das Gefühl, nie irgendwo anzukommen? - Vielleicht leiden Sie unter einem Schmerz, der gar nicht der Ihre ist.

**Tages-Seminar in therapieHaus** an der Lehren-Schwab-Gasse in Ebersberg am 19. März 2023, 10 bis 18 Uhr.  
Seminarleiter ist der Hamburger Coach Sven Rohde. Sebastian Schoepp liest aus seinem Buch „Seht zu, wie ihr zurechtkommt. Was die Kriegsgeneration in uns hinterlässt.“

**Kontakt und Anmeldung:** Sven Rohde, [sro@svenrohde.com](mailto:sro@svenrohde.com)  
Annette Voith 0172/1077948, [annettevoith@tqmx.de](mailto:annettevoith@tqmx.de)



Kriegsenkel – das sind die Kinder der Menschen, die während des Zweiten Weltkriegs Kinder waren. Für viele dieser Generation, etwa zwischen 1960 und 1980 geboren, ist es schwer zu begreifen und zu akzeptieren, wie die Traumata ihrer Eltern und Großeltern heute noch ihr Leben beeinflussen können. Man nennt sie "Gefühlserben".



Die Folge dieses Erbes aus Krieg, NS-Zeit und Vertreibung sind oft Symptome, die Kriegsenkel nur zu gut kennen: Bindungsprobleme, innere Einsamkeit, rastlose Suche nach Sinn und Heimat, ein Leben mit angezogener Handbremse. Die Frage, die sich ihnen aufdrängt, lautet nicht zuletzt: „Wenn wir das geerbt haben – was haben wir unseren Kindern vererbt?“ Sven Rohde, Hamburger Coach, ist Experte für transgenerationale Traumweitergabe. Zweimal war er dieses Jahr zu Gast bei uns, um darüber zu sprechen, wie wir uns dieses Erbe bewusst machen - und wie wir besser damit umgehen.



Sven Rohde



Schreiben kann eine große Rolle bei der Selbstheilung spielen. Das therapieHaus ist dafür ein idealer Ort.



Mitorganisator Sebastian Schoepp stellte sein Hörbuch vor, in dem es um den Abschied von den Eltern geht.





Wer braucht nicht mal eine Erholungspause vom hektischen Alltagsleben? Und was könnte für eine Auszeit geeigneter sein als das therapieHaus an der Lehrer-Schwab-Gasse mit seiner einzigartig-anheimelnden Atmosphäre? Die beiden Apartments waren jedenfalls gut gebucht. Manche Gäste kamen von weit her, bis aus den Niederlanden und Italien. Manche kamen, um Verwandte und Freunde zu besuchen, manche genossen eine klassische Sommerfrische, andere, um zu meditieren oder sogar zu dichten. Wohlgefühl haben sie sich alle, wie die schönen Einträge im Gästebuch bestätigen.





## Zwischen den Welten

Gedichte und Musik aus Bayern und Argentinien  
 mit dem Lyriker Fedor Pellmann, Karina Pesce und Monica Sardi



Die Poesie und ihre verschiedenen Ausdrucksformen haben im Mai ganz im Mittelpunkt eines Abends gestanden, der von dem Münchner Lyriker Fedor Pellmann, der Sängerin und Performancekünstlerin Monica Sardi aus Baldham und der Querflötistin und Gitarristin Karina Pesce aus Argentinien gestaltet wurde. Es ging dabei um das Thema „Entre los Mundos“ - wie lebt es sich „Zwischen den Welten“? Alle drei sind in und zwischen Bayern und Argentinien zuhause. Die vielfältigen Empfindungen, die sich aus diesem Leben ergeben, haben sie auf perfekt miteinander harmonisierende und die Seele berührende Weise in Musik und Dichtkunst zum Ausdruck gebracht - und das Haus für einen Abend lang verzaubert.





Herzlichen Dank! Annette und Sebastian packen Geschenke aus.

## Es darf gefeiert werden

Dass das therapieHaus sich für Veranstaltungen bestens eignet, darf im zweiten Jahr als bewiesen gelten. Aber draußen? Das wollten wir testen - am besten mit einer Geburtstagsfeier. Unser Argentinien-erfahrener Lyriker Fedor Pellmann grillte im Hof hinter dem Haus ein prächtiges Asado. Und die Gäste haben es genossen, vor allem den Austausch mit anderen Freundinnen und Freunden des therapieHauses, die teils von weit her angereist waren. Auch hier galt wieder: Die Mischung macht's. Und der Beweis ist erbracht: Draußen geht was!



Grill gebaut, Fleisch vom Schlachthof geholt und Holzkohle aus dem Ebersberger Forst. Schon konnte es losgehen.



Wahl-Argentinier Fedor mariniert mit selbstgemachtem Chimichurri.



Blumenkinder: Über den Besuch ihrer Kindheit-Freundin Andrea hat Annette sich besonders gefreut.



## Spirituelle Gemeinschaft



Das therapieHaus an der Lehrer-Schwab-Gasse in Ebersberg soll nicht nur eine Stätte der Begegnung sein, sondern auch ein spiritueller Ort. Beides ergänzt sich auf geradezu ideale Weise beim Donnerstags-Stammtisch der Schamaninnen. Einen Tisch braucht es dazu freilich nicht. Eher schon eine Adlerfeder.



## Ein gesegnetes Haus

Winni Schütze ist Diakon in Ebersberg und der Familie Voith seit langem freundschaftlich verbunden. Was lag näher, als ihn zu bitten, das Haus zu segnen und die spirituelle Kraft auch von dieser Seite aus zu vertiefen? Er tat das sichtlich mit Vergnügen!



Im Mittelpunkt: Traudl Voith mit Gästen und Tochter unter dem Apfelbaum.





## Gloomy October

Krimi-Lesung mit Michaela Pelz und Julius Kindl



Wenn das Laub sich zu färben beginnt, die Tage kürzer werden und Nebel aufzieht - dann ist Krimi-Zeit. Deshalb waren im Oktober Michaela Pelz aus Ebersberg und Julius Kindl aus Grafing ins therapieHaus eingeladen, um aus ihren Krimis vorzulesen - moderiert von Sebastian Schoepp, der sich mit den beiden über das Schreiben und die Faszination des Verbrechens unterhielt.



Michaela Pelz, Reporterin bei der Ebersberger SZ, ist eine wahre Krimi-Expertin, sie schreibt nicht nur selbst, sondern sie ist auch Chefredakteurin des „Krimi-Forums“, moderiert Krimiveranstaltungen bei der Frankfurter und Leipziger Buchmesse und ist Jurorin beim Deutschen und beim Stuttgarter Krimipreis. Der studierte Physiker Julius Kindl hat unter dem Pseudonym Franz Wadstein die Miniatur „Zeilers Entdeckungen“ verfasst, einen geheimnisvollen Lokal-Krimi mit philosophisch-ironischem Tiefgang, in dem die Landschaft am Inn eine wichtige Rolle spielt. Ein Heimatkrimi der besonderen Art!





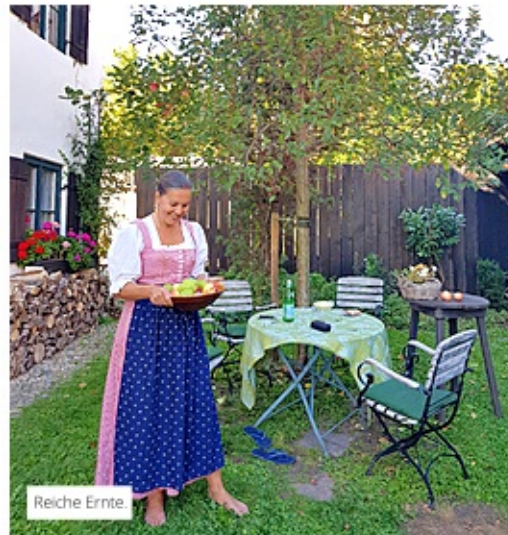
A guade oide Zeit: Gemeinsamer Blick ins Fotoalbum.



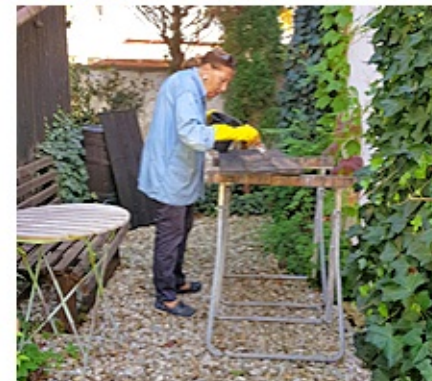
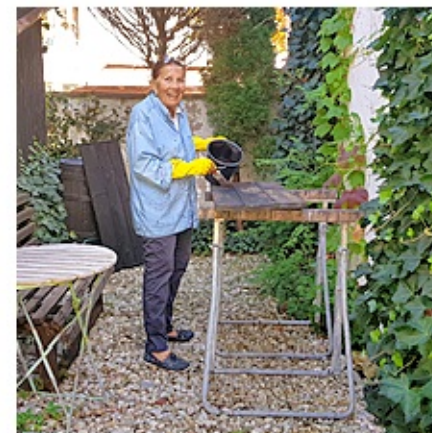
Freund Domi ist häufiger Gast.



Jeder braucht mal ein Nickerchen.



Reiche Ernte.



## Um Haus und Hof

Ein Haus macht Arbeit. Es gibt immer etwas zu streichen, zu sägen, auszubessern, zu pflanzen oder zu ernten. Und da helfen meistens alle zusammen, Familie und Freunde, allen voran Traudl Voith, die auch mit 88 Jahren gerne zum Pinsel greift, wenn es nötig ist.

Tochter Annette hat sich dieser Jahr über ein ungewöhnliches Geburtstagsgeschenk gefreut - eine Kettensäge im Handtaschenformat. Nach getaner Arbeit genießt man dann die Entspannung umso mehr, ob auf der Liege im Hof, oder in der Stube bei einer schönen Brotzeit und Gesprächen über alte und neue Zeiten.



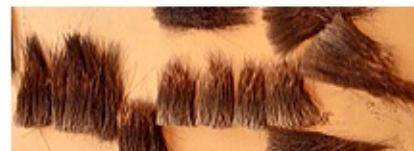


## Stressabbau mit Tradition

Jakob Weiß fertigt im Winter in der Bauernstube Gamsbärte



Wenn es Winter wird in der Lehrer-Schwab-Gasse, beginnt die Arbeit in der Bauernstube. Dann zieht Jakob Weiß hier ein, heizt den Kachelofen an und macht sich ans Werk. Das Haus füllt sich mit Wärme und meditativer Stimmung, denn Jakob hat sich einem Metier verschrieben, das ganz besonders gut hierher passt: Er fertigt Gamsbärte. Das ist eine filigrane Arbeit, die eine ruhige Hand und viel Geduld erfordert. Beides bringt Jakob mit. Die Atmosphäre des Hauses trägt das Ihre zum Gelingen bei.



Eigentlich hat Jakob mit dem Binden begonnen, weil er ein Hobby suchte, das dem Stressabbau diene. Inzwischen ist er bei Trachtlern eine richtige Berühmtheit im Oberland, seine sorgfältige Arbeit wird geschätzt. Immer wieder stehen Kunden vor der Tür, die einen neuen Gamsbart brauchen oder ein Erbstück restaurieren lassen wollen. Wir freuen uns sehr, dass Jakob da ist, denn er und seine schöne Arbeit tun dem Haus und uns gut. Und als die Küchenzeile kaputt ging, war er beim Reparieren ganz selbstverständlich zur Stelle und baute zusammen mit Sebastian Kühlschrank und Boiler ein. Dafür danken wir ihm sehr herzlich!





Annette Voith und Agnes Hein (rechts) haben den Weltyoga-Tag gemeinsam gestaltet. Hier übergeben sie die Spende an die Ebersberger "Tafel".

## Yoga machen und Gutes tun

Das therapieHaus war einst das Armenhaus von Ebersberg. Wer dort arbeitet, fühlt eine besondere Verantwortung. Ob kostenloses Yoga für ukrainische Flüchtlinge oder eine Spende für Menschen, die nicht genug zu essen haben: Annette möchte etwas für die Gemeinschaft tun. Beim Weltyogatag hat sie 350 Euro eingenommen - und sie der Ebersberger *Tafel* gespendet. "Wer in den Kopfstand geht, dessen Perspektive der Welt verändert sich", hat sie in einem Interview zum Yogatag gesagt. Und so soll es sein. Auch 2024!

