



## LEITFADEN





von

**Antje Rickowski & Martin Kutternik**

**LEITFADEN**

Version 02/2015

Jede Situation bietet eine Chance.

# Inhalt:

## **Schnell-Start Anleitung – hinten auf dem Deckblatt.**

1. Einleitung . . . . 1
  2. Warum und wann verwenden . . . . 2
  3. So verwendet man PANGARDEN . . . . 3
    - A) Mit Intuition und Einfühlen . . . . 3
    - B) Mit Zusammenarbeit mit Naturintelligenzen . . . . 4
  4. Beispiel eines dreistufigen Prozessablaufs . . . . 6
  5. Vorschläge für Auslegethemen . . . . 8
  6. Die Fragekarten . . . . 10
  7. Die farbigen Matten . . . . 11
    - Bedeutung der Farben . . . . 13
  8. Die Genetischen-Muster-Karten . . . . 14
  9. Die Heilungskarten . . . . 18
  10. Die Bedürfniskarten . . . . 19
  11. Die Lichtkarten und die Schattenkarten . . . . 20
  12. Die Spirituellen-Impulse-Karten . . . . 21
  13. Die Herz-Box . . . . 23
  14. Perelandra ETS Plus Tropfen: . . . . 24
    - für Menschen (Trauma & Stress) . . . . 25
    - für Soil-less Gardens (Projekte) . . . . 26
    - für Soil (Boden) . . . . 27
  15. Co-kreative Wissenschaft und MAP . . . . 29
  16. Kinesiologie . . . . 30
  17. Conings . . . . 32
    - Öffnen des Conings . . . . 33
    - Schließen des Conings . . . . 34
  18. Hintergrund von Pangarden . . . . 35
- Anhang:
- Updates & Neue Anwendungen; Unser Wäldchen . . . . 37
  - Unterstützung für Sie . . . . 38
  - Danksagung . . . . 38
  - Anerkennung . . . . 39
  - Literaturempfehlung . . . . 40

## **Hinten auf dem Deckblatt: Schnell-Start Anleitung**

### **Vordrucke für den Spielprozessablauf:**

Beiliegend finden Sie Leervordrucke für den Spielprozessablauf mit Folgeseiten. Diese helfen den Fluß und Rhythmus des Spieles zu unterstützen.

Weitere Leervordrucke können bei uns bestellt werden oder gratis als pdf-Datei von unserer Webseite **www.pangarden.org** zum selber drucken heruntergeladen werden.

# 1 Einleitung

Pangarden ist ein kraftvolles systemisches Coachingwerkzeug, um Situationen, Probleme und Anliegen effektiv zu bearbeiten.

Je tiefer Sie sich auf die Themen einlassen, desto mehr wird Ihnen Pangarden dienen und mit oft verblüffend hilfreichen Einsichten entgegenkommen.

Pangarden ist ein intuitives Prozessspiel. Das Wichtigste für den Prozessverlauf ist die eigene Intuition wahrzunehmen, ihr zu trauen und ihr zu folgen. Es sind die inneren Impulse, die die im Prozessverlauf auftretenden Veränderungen, möglich machen.

Pangarden kann gut allein, mit einem Freund, Partner, der Familie oder auch in einer Gruppe genutzt werden, um Themen der Vergangenheit, Gegenwart oder die Zukunft betreffend zu beleuchten.

Machen Sie sich mit dem Inhalt des Sets vertraut, um dessen verschiedene Bestandteile kennenzulernen: die 12 farbigen Matten in drei Formen, die sechs Kartensets und die Glitzer aus der Herz-Box.

Die drei Perelandra ETS Plus Tropfen – im Kapitel 14 beschrieben – sind eine mögliche Erweiterung. Wir empfehlen sie sehr! Sie fügen neue Dimensionen zum Prozess hinzu, besonders bezüglich Herausforderungen und der Integration von neuen Realitäten, die im Spielprozess erschaffen werden. Wenn Sie sie benutzen möchten, bestellen Sie sie bitte separat. Im Set sind in einem Umschlag die zu den drei ETS Plus Tropfen farblich passenden Karten, die deren jeweiligen Gebrauch erklären. Falls Sie diese Tropfen nicht benutzen, ignorieren Sie bitte alle Stellen in unserer Broschüre, die auf sie hinweisen.

Machen Sie sich bitte mit dem Vordruck ‘Spielprozessablauf’ (im orangenen Hefter) vertraut, um den Rhythmus des Pangarden Spielprozesses zu verstehen.

Auf einem mittelgroßen leeren Tisch bitte zuerst alle Schachteln öffnen. Eine der Schachteln beinhaltet drei verschiedene Kartensets. Diese bitte aufteilen, dazu zwei Deckel als Schachtel benutzen. Dann alle Komponenten neben dem ‘Spielfeld’ bereitstellen.

Wir empfehlen eine Kamera bereitzulegen, um am Ende die letzte Auslage zu dokumentieren.

Normalerweise werden ca. 30 Minuten bis zu einer Stunde für das Bespielen eines Themas benötigt.

## 2 Warum und wann verwenden

Wir empfehlen, Pangarden zu verwenden, wenn Sie das Gefühl haben einen neuen Schritt für sich machen zu wollen, oder eine Situation Ihnen Stress bereitet. Ein guter Anlass ist z.B. das Gefühl, nicht voranzukommen oder mit einem dringenden Problem oder sich immer wiederholenden Mustern überfordert zu sein.

Außerdem können Sie mit Pangarden auch Freunde oder eine Gruppe unterstützen.

Der Prozeß, den das Spielen auslöst, kann helfen, die eigenen blinden Stellen zu finden und neue Einsichten und Klarheit über die nächsten Schritte zu erhalten.

Pangarden gibt Ihnen die Chance, alte Muster aufzulösen und Ihren Lernprozess zu balancieren, stabilisieren und integrieren.

Pangarden wurde in Zusammenarbeit mit der Natur, mit Hilfe der co-kreativen Wissenschaft, hergestellt. Unser Ziel war es, damit ein Transformationswerkzeug für die größtmögliche Anzahl Menschen zum derzeitigen Evolutionszeitpunkt unseres Planeten zu erschaffen. Das bedeutet, es ist ein Spiel des Wassermannzeitalters, wo alle gleichwertig zum Ergebnis beitragen. Das 'Ich' jedes Mitspielers wird geachtet und es gibt keine 'Gewinner' oder 'Verlierer'.

Das Ziel ist es, ein Problem in Harmonie für alle Beteiligten zu lösen und größere Balance herzustellen. **'Gewinner' sind immer Evolution, Balance und das Leben.** Es mag zuerst ungewohnt oder schwierig erscheinen, ohne strenge Regeln zu vorgehen, statt dessen sind Sie aber eingeladen, auf innere Impulse zu hören und diesen zu folgen.

Entsprechend unserer Intuition zu handeln, ist Teil unserer täglichen Herausforderung, um die Entwicklung unseres Seelenbewusstseins voranzubringen.

**Pangarden bereitet den energetischen Boden für Transformation, es ersetzt notwendige innere und äußere Arbeit nicht!** Erfahrung hat uns gezeigt, daß aber durch die Vorbereitung des 'Fundaments' mit Pangarden die notwendige innere und äußere Arbeit klarer und einfacher wird.

Wir wünschen aus der Tiefe unseres Herzens, daß Sie das Beste aus diesem wunderbaren Werkzeug, Ihr Leben zu bereichern, schöpfen.

Wir hoffen, daß Sie Spaß und Freude am Spielen haben, sich an dieser sinnvollen sozialen Beschäftigung erfreuen und viele schöne Überraschungen erleben.

# 3 So verwendet man Pangarden

## A) Mit Intuition und Einfühlen

*Der erste Impuls kommt immer von Gott!*

1. Sammeln und fokussieren Sie sich auf das Thema, das Sie bespielen möchten.
2. Formulieren Sie Ihr eigenes bzw. das gemeinsame Thema/Situation; schreiben Sie es unter Pkt. 2 auf den Vordruck zum Pangarden Spielprozessablauf (im orangenen Hefter).
3. Benutzen Sie die farbigen Matten als Repräsentanten, um Ihre Situation auf dem Tisch auszulegen: Sie selber, das Ziel oder Anliegen und die anderen Beteiligten.

Bei mehreren Mitspielern fängt derjenige, mit dem Hauptanliegen, an auszulegen. Spielen kann man dann entweder die Beziehung zueinander oder ein gemeinsames Anliegen. Die anderen Mitspieler spielen dann nach und nach mit.

Genauso gut kann auch parallel gleichzeitig ausgelegt und später gemeinsam angeschaut und bearbeitet werden, ganz nach eigenem Belieben.

4. Dann Einspüren und die inneren Einsichten über diese erste Auslage aufschreiben. Es ist wichtig, hierbei ganz ehrlich mit sich zu sein und alle inneren Gefühle, Gedanken und Bilder wahrzunehmen.
5. Auf eine der Fragen von den Fragekarten fokussieren und erspüren, was als nächster Schritt nötig ist – siehe Optionen auf dem Spielprozessablaufsvordruck (Pkt. 5). Wenn Sie Kinesiologie, einen Bio- oder Ökotosor oder ein Pendel verwenden, dies zum Testen der Optionen benutzen oder intuitiv auswählen:
  - Karte(n) aus einem der Sets, das sich jetzt passend anfühlt, ziehen und auf der Auslage stimmig platzieren, um mehr Klarheit über den Hintergrund der Situation zu erfahren, z.B. verborgene Bedürfnisse, ungelöste genetische Muster, eigene Schatten, Licht etc.
  - mehr Matten auflegen, um weitere Aspekte zu repräsentieren
  - ETS Plus verwenden (wenn diese Zusatzoption vorhanden ist)
  - passende Glitzer auswählen und auflegen
  - mehr über die Auslage reden
  - Auslage ändern, um wahrgenommene Veränderungen darzustellen



Finden Sie den besten Platz, denjenigen, der sich 'richtig' oder 'gut' anfühlt.

6. Nehmen Sie wahr, welche Veränderungen und neuen Einsichten Sie jetzt haben. Reden Sie darüber mit den Mitspielern. Dann alles dokumentieren; Einsichten, Gefühle und Veränderungen auf dem Spielprozess- ablaufsvordruck vermerken.
7. Die Schritte 5 und 6 auf dem Spielprozessablaufsvordruck wiederholen, bis sich der Prozess vollständig anfühlt.
8. Wenn es sich fertig anfühlt, den Spielprozess beenden, und falls Sie die ETS Plus Tropfen benutzen, die grüne ETS Soil-less Gardens (Projekte) Tropfen mit den Worten anwenden: *„Ich bitte darum, daß die Essenz dieser Tropfen zur Ordnung, Organisation und Lebenskraft der Integration dieser Auslage in mein Leben übertragen wird.“*

Nun Pkt. 9, 10, 11 im Spielprozessablaufsvordruck folgen.

Am Spielprozessende Ihre Dankbarkeit aussenden und dann die Verbindung zu allen beteiligten Helfern beenden.

Wir empfehlen, ein Foto der letzten Auslage zu machen und das Ergebnis zu feiern...

## **B) Mit Hilfe von co-kreativer Wissenschaft**

(siehe Informationen dazu in Kapitel 15, 16 & 17)

1. Ein Coning öffnen: Deva des Pangarden Prozessspiels, Pan, geeignete Verbindung zur Weißen Bruderschaft, Höheres Selbst. Jeweils ein paar Sekunden auf die Herstellung der entsprechenden Verbindung konzentrieren (s. Kap. 17).  
Einen Tropfer voll der roten ETS Plus Tropfen für Menschen zur Selbstbalancierung einnehmen.
2. Formulieren Sie Ihr eigenes bzw. das gemeinsame Thema/Situation; schreiben Sie es unter Pkt. 2 auf den Vordruck zum Pangarden Spielprozessablauf (im orangen Hefter).
3. Benutzen Sie die farbigen Matten als Repräsentanten, um Ihre Situation auf dem Tisch auszulegen: Sie selber, das Ziel oder Anliegen und die anderen Beteiligten.

Bei mehreren Mitspielern fängt derjenige, mit dem Hauptanliegen, an auszulegen. Spielen kann man dann entweder die Beziehung zueinander oder ein gemeinsames Anliegen. Die anderen Mitspieler spielen dann nach und nach mit.

Außerdem kann auch parallel gleichzeitig ausgelegt und später gemeinsam angeschaut und bearbeitet werden, ganz nach Ihrem Belieben.

4. Dann Einspüren und innere Einsichten über diese erste Auslage aufschreiben. Es ist wichtig, hierbei ganz ehrlich mit sich zu sein und alle inneren Gefühle, Gedanken und Bilder wahrzunehmen.
5. Auf eine der Fragen von den Fragekarten (oder einer selbst formulierten) fokussieren und erspüren, was als nächster Schritt nötig ist – siehe Optionen auf dem Spielprozessablaufsvordruck (Pkt. 5). Wenn Sie Kinesiologie, einen Bio- oder Ökotosensor oder ein Pendel verwenden, dies zum Testen benutzen. Also jetzt z.B. Karten ziehen, um mehr Klarheit über den Hintergrund der Situation zu erfahren (verborgene Bedürfnisse, ungelöste genetische Muster, eigene Schatten, Blockaden etc.) mehr Matten nehmen, Glitzer aus der Herz-Box verwenden, über die Auslage reden, die Matten verschieben oder die ETS Plus Tropfen applizieren.

Einstimmen/testen, ob sich jetzt die Auslage verändern soll. Finden Sie den besten Platz, denjenigen, der sich 'richtig' oder 'gut' anfühlt.

6. Nehmen Sie wahr, welche Veränderungen und neuen Einsichten Sie jetzt haben. Reden Sie darüber mit den Mitspielern. Dann alles dokumentieren; Einsichten, Gefühle und Veränderungen auf dem Spielprozessablaufsvordruck vermerken.
7. Die Schritte 5 und 6 auf dem Spielprozessablaufsvordruck wiederholen, bis sich der Prozess vollständig anfühlt.
8. Wenn es sich fertig anfühlt, den Spielprozess beenden, und falls Sie die ETS Plus Tropfen benutzen, die grüne ETS Soil-less Gardens (Projekte) Tropfen mit den Worten anwenden: *„Ich bitte darum, daß die Essenz dieser Tropfen zur Ordnung, Organisation und Lebenskraft der Integration dieser Auslage in mein Leben, übertragen wird.“*

Nun Pkt. 9, 10, 11 im Spielprozessablaufsvordruck folgen.

Am Prozessende Ihre Dankbarkeit aussenden und dann die Verbindung zu allen beteiligten Helfern beenden – das Coning schließen.

Wir empfehlen, ein Foto der letzten Auslage zu machen und das Ergebnis zu feiern...

## 4 Beispiel eines drei-stufigen Spielprozessablaufs:

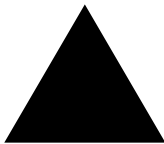
Das Anliegen: Claudia, eine Kinderärztin, möchte ihren Beruf nach zweijähriger Kinderauszeit wieder aufnehmen. Trotz klarer Entscheidung hierfür, hat sie Schwierigkeiten, sich um geeignete Stellen zu bewerben.

### Schritt 1:

Claudias Auslage ihrer Situation:



Der neue Job – rosa Quadrat



Das Problem – schwarzes Dreieck



Claudia – weißer Kreis

### Schritt 2:

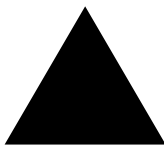
Sie folgt ihrem Impuls, vier Bedürfniskarten für die neue Arbeit und eine Schattenkarte für sich selbst zu ziehen:



|                    |
|--------------------|
| <b>FREIHEIT</b>    |
| <b>KREATIVITÄT</b> |
| <b>SINN</b>        |
| <b>LIEBE</b>       |

Ihre Einsichten dazu:

- > *Unwille, ihre Freiheit für Geld aufzugeben*
- > *Der Grund überhaupt arbeiten zu geben*
- > *An erster Stelle ihrer Prioritätenliste*
- > *Essentiell für Glücksgefühle bei der Arbeit im Kollegenteam*



|                 |
|-----------------|
| <b>Blockade</b> |
|-----------------|

Ihre Einsicht hierüber:

- > *stoppt alle ihre Antriebe, egal wie interessant ein Arbeitsangebot auch zu sein scheint*

### Schritt 3:

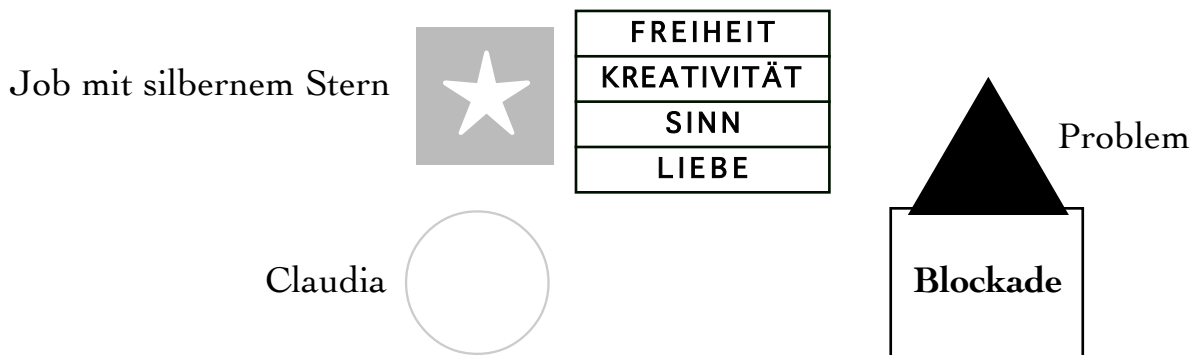
Nun fokussiert sie sich wieder auf die Frage: „Was brauche ich, um diese Situation hier besser zu verstehen und zu lösen?“

Dann hat Sie den Impuls, die ETS Plus Boden-Tropfen für ein gesundes, balanciertes Fundament ihrer Auslage zu benutzen. Das tut sie, indem sie der Anleitung auf der braunen ETS Plus für Boden Karte folgt.

Kurz darauf bemerkt sie eine Veränderung. Sie bewegt die Matte, die das Problem repräsentiert und die Schattenkarte zur Seite.

Außerdem rückt sie ihre Claudia-Matte näher an den neuen Arbeitsplatz heran. Aus der Herz-Box plaziert sie einen großen silbernen Stern auf die Job-Matte.

Das alles repräsentiert ihre innere Veränderung seit der Benutzung der ETS Plus Boden-Tropfen.



### Abschluß:

Sie hat nun das Gefühl, daß das Spiel beendet ist und benutzt ETS Plus Projekt Tropfen zur Integration dieser veränderten, neuen Auslage und Situation in ihr Leben mit den Worten: *“Ich bitte darum, daß die Essenz dieser Tropfen zur Ordnung, Organisation und Lebenskraft meines Projektes: Integration dieser neuen Situation in mein Leben, übertragen wird.“*

Claudia sind nun ihre Werte bezüglich Arbeit bewusster, und sie ist in der Lage, ihr Bestes durch klare Absichten zu manifestieren. (Was ihr sehr erfolgreich kurz darauf gelang! Sie hat ihre Karriere mit einer Stelle als Schulärztin wieder aufgenommen.)

Dieser Spielprozessablauf ist ein einfaches Beispiel für eine 'Ziel-Auslage' wie in Kapitel 5 beschrieben. Trotzdem ist jeder Spielprozess verschieden. Folgen sie daher immer Ihrer Intuition oder der Anleitung zum Spielprozessablauf.

## 5 Vorschläge für Auslagethemen:

Während unserer Arbeit am Pangarden Spiel haben wir festgestellt, daß bestimmte Auslagethemen besonders hilfreich sind, um mehr Klarheit und Lösungen im Leben zu kreieren.

- **Die Ziel-Auslage:**

Platzieren Sie eine Matte für sich selbst, ihr Ziel und die Herausforderung/Blockade und bespielen Sie dies wie gewohnt...

- **Die Gesundheits-Auslage:**

Hierzu mit der Deva der Heilung verbinden (siehe Kap. 17 'Conings').

Platzieren Sie eine Matte für sich selbst, ihre Gesundheit und Ihr Gesundheitsproblem und bespielen Sie dies wie gewohnt...

- **Die Ursprungsfamilie-Auslage:**

Platzieren Sie eine Matte für sich selbst, je eine für die Geschwister und ihre/deren Mutter und Vater und bespielen Sie dies wie gewohnt...

(Achtung: bei Adoption gibt es zwei paar Eltern, die alle eine Rolle spielen!)

- **Die Gegenwartsfamilie-Auslage:**

Platzieren Sie eine Matte für sich selbst, jedes ihrer Kinder und deren anderen Elternteil und bespielen Sie dies wie gewohnt...

- **Die Vorfahren Auslage:**

Hierzu mit der Deva der Heilung verbinden!

Für Frauen: Platzieren Sie eine Matte für sich selbst, Ihre Mutter, deren Mutter (Großmutter), deren Mutter (Urgroßmutter) und vier weitere Generationen hintereinander (insgesamt sieben Generationen und Sie selbst).

Für Männer: Platzieren Sie eine Matte für sich selbst, ihren Vater, dessen Vater (Großvater), dessen Vater (Urgroßvater) und vier weitere Generationen hintereinander (insgesamt sieben Generationen plus Sie selbst).

Unser Vorschlag, um hiermit zu arbeiten:

1. Testen/Erspüren Sie ob genetische Muster hier für Sie wichtig sind. Falls ja, genetische Musterkarten auswählen und neben die Matte, die Sie selbst repräsentiert, legen. Dann hierzu ETS Plus Soil-less Garden (Projekt) Tropfen anwenden, wobei jede Karte einzeln in die Vorfahrenlinie integriert wird.
2. Nun ein Geschenk aus der Herz-Box vom Kind zum Elternteil der ältesten Generation aussuchen. Dieses ganz bewusst mit den Worten hinlegen: „Danke für Alles“. Genug Zeit nehmen, um diese Dankbarkeit zu spüren!

3. Zur Harmonisierung der Beziehung dieser beiden Generationen 11 Tropfen ETS Plus für Projekte mit den folgenden Worten applizieren: *„Ich bitte darum, daß diese Essenz zur Ordnung, Organisation und Lebenskraft der allgemeinen Balance dieser Beziehung in meiner Vorfahrenlinie übertragen wird.“*

Dann fragen, ob es einen speziellen Anteil (benennbar oder auch nicht) gibt, der balanciert werden soll. Falls ja, den Vorgang entsprechend wiederholen.

4. Einen Tropfer voll ETS Plus für Menschen einnehmen.
5. Schritt 1-3 für jede weitere der Vorfahrgenerationen wiederholen.
6. Nachdem alle Generation fertig sind, fragen wieviele Tropfen ETS Plus Boden Tropfen zur Unterstützung dieser geheilten Vorfahrenlinie gebraucht werden (oder 14 Tropfen benutzen). Wie auf der braunen Karte beschrieben anwenden.
7. Danach ETS Plus Soil-less Tropfen (für Projekte) zur Integration dieser Bearbeitung ins Leben benutzen.
8. Reichlich Zeit geben für Gefühle und neue Einsichten und diese aufschreiben.
9. Fragen, ob dieser Prozeß wiederholt werden muss – insgesamt oder teilweise – oder ob ein anderer Integrationsprozess (z.B. eine Blütenmischung) nötig ist.
10. Wie gewohnt abschließen und die Verbindungen lösen.  
- Wie wäre es auch einmal an der Nachfahrenlinie zu arbeiten? Oder auch z.B. der Linie des Vaters der Mutter, sofern es dort Anhaltspunkte für vererbte Muster gibt.

### • **Die Beziehungs-Auslage:**

Hierzu mit der Deva Ihrer Beziehung verbinden (siehe Kap. 17 'Conings').  
Platzieren Sie eine Matte für sich selbst, Ihre(n) Partner(in), Ihr Anliegen, und bespielen Sie dies wie gewohnt...

### • **Die 'Das-Blatt-Wenden'-Auslage:**

Platzieren Sie eine Matte für sich selbst, eine für das Thema, das zur Zeit Ihren Fortschritt behindert und adressiert werden muss, um den nächsten Schritt in Ihrem Leben machen zu können, (Es ist nicht nötig, es verbal benennen zu können, da es ein längst vergessenes Thema sein kann.)  
und bespielen Sie dies wie gewohnt...

Hiermit zu arbeiten kann viele Aspekte und Beziehungen in Ihrem Leben positiv beeinflussen. Das Auflösen eines unbekanntem anstehenden Faktors, kann 'das Blatt wenden' für eine Ihnen nicht bewusste Blockade.

**N.B.:** Weitere neu entwickelte Auslagevarianten können auf unserer Webseite [www.pangarden.org](http://www.pangarden.org) unter NEU gefunden werden.

## 6 Die Frage-Karten

Bitte benutzen sie die beigelegten Frage-Karten, um während des Spielprozesses den Fokus zu halten. Es ist hilfreich sich bei jedem neuen Schritt folgende Frage zu stellen:

- während der Anfangs- bzw. ‘Enthüllungsphase’:

**Was brauche ich,  
um diese Situation besser  
zu verstehen und zu lösen?**

- eventuell im späteren Verlauf des Spielprozesses, der ‘Heilungsphase’:

**Was brauche ich  
für eine heilsame Lösung?**

Wir empfehlen, die jeweilige Karte gut sichtbar auf dem Tisch aufzustellen.

Manchmal kann es hilfreich sein, auch andere, eigene Fragen zu stellen. Bitte folgen Sie Ihrem Gefühl in der jeweiligen Situation.

Hier einige Vorschläge:

*„Was ist jetzt für mich/ uns am hilfreichsten?“*

*„Was ist der beste nächste Schritt?“*

*„Was ist jetzt der beste Weg, um mich / meine Beziehung / meine Familie zu heilen?“*

## 7 Die farbigen Matten



Die farbigen Matten sind die Grundlage dieses systemischen Prozessspiels. Deshalb ist es sicher nützlich, hier etwas mehr über deren Hintergrund zu erfahren. **Die drei Formen Kreis, Quadrat und Dreieck sind die archetypischsten Formen in unserer Umwelt.** Sie reichen tief in die menschliche Psyche hinein und sind so ideal, alle unsere menschlichen Prinzipien zu symbolisieren! Die Zweidimensionalität der Matten dient als Plattform zum Aufstellen und Abstrahieren des Innenlebens, und hat den Vorteil, daß der imaginäre Raum, durch das Fehlen der dritten Dimension, nicht vorbestimmt und eingeschränkt wird.

Ihre Auslage hilft, Lebenssituationen auf dem Tisch darzustellen. Die Wirkung hiervon basiert auf der Theorie der morphogenetischen Felder (von Rupert Sheldrake bekannt gemacht). Diese Forschung zeigte, wie wir durch das 'Gesetz der Untereinanderverbundenheit' in ständiger Beziehung mit Allem stehen. So können die Matten helfen, unsere Position, Beziehung und Dynamik innerhalb einer Situation oder eines Problems klar zu erkennen.

Bitte wählen und platzieren Sie die Matten Ihrem Gefühl folgend – es soll sich "richtig" anfühlen.

### **Systemisch-therapeutischer Hintergrund:**

Obwohl Pangarden und die Matten für jede Lebenssituation anwendbar sind, kommt ihr Hintergrund aus dem Bereich der Familienaufstellungen.

Das wichtigste Feld, dessen Mitglied wir sind, ist unser Familienfeld/System, das durch zahlreiche Generationen hindurch auf uns wirkt. Hierzu hat insbesondere Bert Hellinger viel geforscht und Bücher veröffentlicht.

Er hat entdeckt, daß das Familiensystem, genau wie alle anderen Systeme, eine natürliche Ordnung beinhaltet. Falls nun diese Ordnung unterbrochen wird, kann der Effekt noch viele Generationen später einen Einfluss haben, denn das System versucht sich immer wieder richtig auszurichten. Es scheinen hier bestimmte natürliche Gesetze zu agieren, damit diese Ordnung erhalten bleibt und damit der freie Fluß der Liebe zwischen Familienmitgliedern Zustände kommen kann.

Persönliche Schwierigkeiten und Beziehungsprobleme sind oft das Ergebnis von Verwirrung oder Blockaden im Familiensystem.

Familienaufstellungen und die ihnen zugrunde liegenden Beobachtungen beschäftigen sich mit unseren tiefsten Beziehungsdynamiken. Dort werden die versteckten Kräfte offenbart, die z.B. den Einfluss längst verstorbener Familienmitglieder auf heutige Beziehungen innerhalb derselben Familie sichtbar machen.

Typischerweise gibt es in einer Aufstellung zwei Phasen. In der ersten werden versteckte aber wichtige Einflüsse auf die Familie enthüllt. In der zweiten Phase werden heilende Bewegungen oder Worte gesucht und ausgeführt.



**Bedürfnis nach Ausgleich:** In einer funktionierenden Beziehung gibt es einen Ausgleich von Geben und Nehmen. Das bedeutet, daß ein Jeder nimmt und gleichfalls gibt. Das Bedürfnis nach Ausgleich ist eines unserer Grundbedürfnisse. Es ist ähnlich wie die Schwerkraft, die überall Effekte zeigt und alles in der Balance hält. Diese Balance wird in einer gesunden Beziehung benötigt.

Eine Person, die gibt, ist in einer übergeordneten Position. Durch das Geben fühlt diese Person, das Recht nun auch etwas im Ausgleich zurückzuerhalten, z.B. ein Geschenk. Die Person, die etwas erhält, fühlt eine Schuld der gebenden Person gegenüber. Der einzige Weg, davon freizukommen, ist nun auch etwas zurückzugeben.

Dieses Bedürfnis nach Ausgleich ist die Basis jeder sozialen Beziehung. Es führt zu einem ausgeglichenen Austausch zwischen Menschen, die zusammen leben oder arbeiten. Ohne dieses Bedürfnis würde es keinen menschlichen Austausch geben.

In einer Paar-Beziehung ist das Bedürfnis nach Ausgleich zwischen Nehmen und Geben an die Liebe und die Verbindung zwischen den Beiden gebunden. Weil der Eine liebt, gibt er und weil auch der Andere liebt, gibt er ebenso. Allerdings wird hier immer gerade ein bisschen mehr gegeben als vorher erhalten wurde. Das lässt die Liebe wachsen.

Diese und viele andere Dinge können mit Pangarden und seinen Werkzeugen spielerisch leicht und dennoch mit Ernsthaftigkeit angeschaut und bearbeitet werden.

## Die Bedeutung der Farben:

Farben sprechen die rechte Gehirnhälfte an, Formen die linke. Eine ideale Verknüpfung für ganzheitliches kreatives Arbeiten.

Zu den Farben gibt es viele Zuordnungen und persönliche Assoziationen.

Mit den speziell ausgesuchten 12 Farben der Matten, kann das psychische Spektrum des Menschen erstaunlich vielseitig und umfassend repräsentiert werden.

Wenn Sie die Farben auswählen, folgen Sie bitte immer Ihrer Intuition und Ihrem Gefühl, und achten Sie auf Ihre eigenen Einsichten zu deren Bedeutung. Je nachdem wie Sie die Matten platzieren, kann die Bedeutung der Farben und Ihre eigene Assoziation dazu, sehr verschieden und einzigartig sein.

### Hier einige Anregungen:

- **Weiß:** Licht, Geist, Seele, Gott, Christus, Engel, Reinheit, Traum, Hoffnung, neue Vision, Isolation.
- **Gelb:** Sonne, Gold, Schatz, Talente, Denken, Intellekt, Ideen, innerer Friede, Glücksgefühl, Pläne, Zukunft, Weisheit, Losgelöst-Sein.
- **Orange:** Freude, Spiel, Kreativität, Kindlichkeit, Geselligkeit, Nähren, Essen.
- **Rosa:** Zärtlichkeit, Liebe, Vergebung, Dienen, Sicherheit, Süße, Harmlosigkeit.
- **Rot:** Energie, Lebenskraft, Ärger, Wut, Aktivität, Instinkte, Verlangen.
- **Magenta:** Veränderung, Loslassen, Gleichmütigkeit, innere Zufriedenheit, neues Bewusstsein, Befreiung, Wiedergeburt.
- **Violett:** Transformation, Respekt, Würde, Wissen, Selbstwert, Geistige Welt.
- **Blau:** Entspannung, Ruhe, Einheit, Offenheit, Willkommen-Sein, Heilung.
- **Grün:** Harmonie, Regeneration, Reinigung, das Neutrale, das Neue, Hoffnung, Wachstum, Optimismus, Gesundheit.
- **Braun:** Erdverbundenheit, alte Werte, Vergangenheit, Nährboden, Fundamente, Handarbeit, Festigkeit, Verpflichtung, Alter, Reife, gesunder Menschenverstand.
- **Grau:** Das Nichts, Verneinung, wahres Dienen, Monotonie, Kopfarbeit, Langeweile, Depression, Zerstörung, Asche, Vermeidung.
- **Schwarz:** Mysterium, Kreativität, Potential, Schatten, Frustration, Blockade, Trauma, Leere, Trauer.

## 8 Die Genetischen-Muster-Karten



**BITTE BEACHTEN:** Wenn Sie Genetische Muster Karten ziehen, sind diese direkt auf die ausgelegte Situation bzw. Ihr Anliegen zu beziehen – nicht auf Ihre persönliche Gesundheit! Als Beispiel, in einer Auslage über Arbeitssuche, kann die Karte *Unterfunktion* ein Signal sein, daß das persönliche Empfinden darüber, was genug Aufwand/Energie für die erfolgreiche Arbeitsfindung ist, zu niedrig ist, und daß eventuell nicht genug Arbeit in Bewerbungen gesteckt wird. Es kann eine Person, eine Situation, bis hin zu einem ganzen System, von einem genetischen Muster beeinflusst sein.

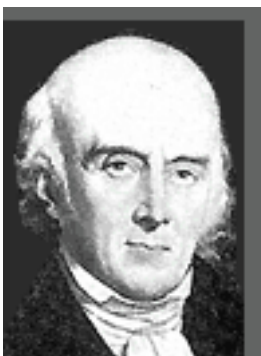
Diese Karten haben homöopathische Forschungsarbeit als Grundlage. Homöopathische Mittel sind energetische Medikamente. Zum großen Teil enthalten Sie keine Substanz mehr, sondern nur eine Verdünnung des Ursprungsmaterials, die durch energetische Übertragung auf Wasser und Verschüttelung hergestellt wurde und so erst wirksam wird.

Die verschiedenen Verdünnungsstufen werden *Potenzen* genannt. Das passende homöopathische Mittel ist dazu in der Lage, das Energiesystem unseres Körpers auf einem gesunden ausgeglichenen Status zurückzubringen.

Als Hahnemann die Homöopathie und ihre Gesetze (z.B. „Gleiches heilt Gleiches“) entdeckte, hatte er zu Beginn zwar sehr gute Ergebnisse, aber keinen hundertprozentigen Erfolg.

Nach weiterer Forschung erklärt er in seinem Buch „*Chronische Krankheiten*“ den Einfluss eines *Miasmas* als eine krankheitserregende Ursache, die oft erst ausgeräumt werden muss, bevor das passende homöopathische Arzneimittel wirken kann.

Die Miasmen sind ererbte Krankheitsmuster und wir können verschiedene ihrer Symptome während unseres Lebens haben. Sie können sehr subtil oder auch so extrem vorhanden sein, daß sie unsere Persönlichkeit und unser System völlig überlagern.



Hahnemann  
1755-1843

Hahnemann führte die Miasmen auf spezifische Krankheiten zurück, die die Menschheit seit Jahrhunderten geißeln. Das erste, grundlegendste und verbreitetste Miasma wird Psora ‘das Jucken’ genannt. Es entsteht nach der Krankheit Skabies (Krätze) und trägt deren Symptome, wird aber auch auf alle ähnlichen, juckenden Hauterkrankungen bezogen. Da die Psora durch Krätze erzeugt wird, nahm Hahnemann an, daß die sie heilende Arznei aus dem Krätzesekret hergestellt werden kann. Seither wird die Arznei, die direkt gegen die Psora wirkt, so hergestellt und Psorinum genannt. Ein solches homöopathisches Arzneimittel, das aus erkranktem Gewebe hergestellt wird, nennt man eine *Nosode*.

Es ist unwahrscheinlich, daß irgend jemand, der heute lebt, frei vom miasmatischen Einfluss der Psora auf seine Gene ist. Hahnemann geht davon aus, daß die Psora das am weitesten verbreitetste Miasma auf der Erde und die Ursache für Krankheit überhaupt ist. Ihr Schlüsselwort ist *Unterfunktion*. Somit kann jede Krankheit, die mit Unterfunktion einhergeht dem psorischen Miasma zugeordnet werden.

Ein miasmatischer Einfluss bedeutet nicht, daß man an der Krankheit, aus der die Nosode hergestellt ist, erkrankt. Es bedeutet vielmehr, daß Krankheiten auftreten, die durch Unterfunktion charakterisiert werden. Hieran zeigt sich der Anteil des psorischen Miasmas in unserem Leben. Ebenso verhält sich dies mit den anderen Miasmen.

Es mag sein, daß während einer Erkrankung ein einziges Miasma dominant ist oder auch, daß in verschiedenen Stadien einer Krankheit verschiedene Miasmen eine Rolle spielen.

Die Nosoden adressieren jeweils ein Miasma. Die meisten anderen homöopathischen Mittel (z.B. aus Pflanzen oder Mineralien) sind multimiasmatisch und decken mehr als ein Miasma und deren Symptome ab.

Die Forschung über die Miasmen dauert noch immer an. Heutzutage haben wir es zusätzlich mit den Einflüssen der modernen Welt, mit ihren neuen Krankheiten und Arzneimitteln und deren Wirkung auf uns und unsere Gene zu tun. Es hat sich sogar gezeigt, daß auch Projekte vom Miasma der Beteiligten beeinflusst werden!

Um mit all diesen Einflüssen umzugehen, wurden die Genetischen-Muster-Karten als Teil des Pangarden Sets entwickelt.

Diese Karten gibt es mit zwei verschieden stark gefärbten Hintergründen. Die Hintergrundfärbung stellt Gewichtung und Einflusstärke dar. Der helle Hintergrund signalisiert einen leichten, der dunkle einen starken Einfluss auf die Situation/Person.

### **Die häufigsten genetischen Muster aus den Nosoden sind:**

- **Carcinosinum – UNTERDRÜCKUNG**

Tendenz Gefühle, Impulse und Bedürfnisse zu unterdrücken.

Beschäftigung mit negativen Dingen, das Leben wird nur als Pflicht angesehen, militärische Denkmuster, Krisenmanagement, Schuldgefühl über eigene Krankheit, unglücklich, bezieht gesamtes Leid der Erde auf sich, konventioneller Lebensstil und Gedankengut, mag Rhythmus und Ordnung, ernst, verantwortungsbewußt. In ewiger Suche nach der Wahrheit, von der es nur eine Einzige gibt.

Mögliche Symptome: abwesend, gedankenverloren, selbstkritisch, alle Gefühle sind schmerzhaft, fordernd, ungeduldig, besorgt, verwirrt, emotional gequält. **Bitte Fußnote\* beachten**

- **Medhorinum – ÜBERMÄSSIGKEIT**

Tendenz zu übermäßigem Denken, Fühlen, Reden und Lebensstil. Starker Intellekt mit Erinnerungsverlust, mentale Verwirrung, unsystematisch, arbeitet besser unter Druck, nachts hoher Energielevel, grausam, misstrauisch, aggressiv, immer in Eile, ungeduldig, sich wiederholende Reden, übersensibel, Schuldgefühle, melancholisch, egozentrisch, manipulierend, getrieben von Instinkten.

Mögliche Symptome: Uro-genital Probleme, chronische Hautleiden, zu viel Körperflüssigkeiten, Unfruchtbarkeit, Arthritis.

**Bitte Fußnote\* beachten**

- **Psorinum – UNTERFUNKTION**

Tendenz immer gerade nicht genug zu tun, um Aufgaben gut zu erfüllen und um Ziele und Lebensglück zu erreichen.

Wiederkehrende Gesundheitsprobleme, ständiges Bedürfnis nach medizinischer Unterstützung während einer Krankheit, schlecht heilende Wunden und Narben (physisch oder emotionell), Vitalitätsverlust. Deja-vu im Heilungsprozess, introvertiert, reserviert, unsicher, willensschwach, träge, rechtfertigend, Opferbewusstsein, Schuldgefühle, fühlt sich abgetrennt von Gottes Gnade.

Mögliche Symptome: Hautprobleme, Jucken, Ekzeme, Mangel an Lebenswärme.

**Bitte Fußnote\* beachten**

- **Syphilitinum – ZERSTÖRUNG**

Tendenz zu Zerstörung und Selbstzerstörung, z.B. durch Über/Unterernähren, Süchte, Verletzungen und Unfälle.

Exzentrisch, ängstlich, emotionale Unsicherheit, getrennt von wahren Gefühlen, versteckte Probleme und Krankheiten, Gefühlsausbrüche, obsessives Verhalten.

Mögliche Symptome: Geschwüre, Organzerstörungen, Sklerose, Karies, Manien, Apathie, Angst geistesgestört oder gelähmt zu werden, Mid-life Krise.

**Bitte Fußnote\* beachten**

- **Tuberculinum – EINSCHRÄNKUNG**

Tendenz sich selber einzuschränken oder sich von der Umwelt und dem Leben eingeschränkt zu fühlen.

Hypochondrisch, schlecht gelaunt, Abneigung gegen weltliche Dinge, liebt Wechsel, Lust auf Reisen, nichts befriedigt, rastlos, möchte immer gerade das, was man nicht hat, häufige Stimmungswechsel, unerwiderte Liebe, Sucht nach Aufmerksamkeit, extrovertiert, von Begierden geleitet. Intensiver Hunger nach Luft, Essen, dem Leben.

Mögliche Symptome: Anämie, Brustinfektionen, wiederkehrende Fieberanfälle, Nachtschweiß, Unruhe, Schwächegefühl, Ohnmachten.

**Bitte Fußnote\* beachten**

- **Gemischte Muster – CHAOS**

Tendenz zu Chaos, Stress und Verstrickungen. Schwierigkeiten Probleme zu lösen und viele ungesunde Lebenssituationen.

Wenn mehr als ein Miasma dominant ist, kann die Karte *Gemischte Muster* gezogen werden. Das bedeutet, daß eine Mischung aus allen oder mehreren der hier erklärten Miasmen in den Genen vorkommt.

Mögliche Symptome: Es können verwirrende und sich widersprechende Zustände und viel Chaos im Leben auftreten. Ausserdem auch sämtliche Symptome der anderen Muster!

**Bitte Fußnote\* beachten**

**\* Bitte beachten:**

**Die Benutzung dieser Karten während des Spielprozesses hat bereits einen energetischen Einfluss auf ihr Anliegen.**

Wir empfehlen, die Qualität, die diese Karten beinhalten, jeweils mit 11 Tropfen der ETS Plus Soil-less (Projekt) Tropfen mit diesen Worten zu integrieren: **"Ich bitte darum, daß die Essenz dieser Tropfen zur Ordnung, Organisation und Lebenskraft zur Heilung und Harmonisierung dieses genetischen Musters übertragen wird!"**

Das kann helfen, einige der oben erwähnten Effekte zu klären.

Das Ziehen einer dieser Karten bedeutet nicht, daß die der Karte entsprechende Nosode als homöopathisches Mittel eingenommen werden muss! Sollte dies jedoch als Integrationsprozess nach dem Spiel nötig sein, wenden Sie sich bitte an einen erfahrenen Homöopathen.

## 9 Die Heilungskarten



Für die Entwicklung der Heilungs-Karten haben wir für Menschen allgemein nützliche Heil-Qualitäten verwendet.

Wenn eine Heilungs-Karte gezogen wird, ist die Qualität dieser Karte für die jeweilige Situation nötig. Bitte nach dem Platzieren herausfinden, wie diese Heilqualität in Bezug zu der bespielten Situation in Ihr Leben passt. Es ist wichtig, solange zu forschen, bis es sich stimmig, richtig und passend anfühlt.

Die Karte „Ausgeglichene Weiblichkeit“ kann uns zB. aufzeigen, daß es Schwierigkeiten mit unserem inneren Genährt-Sein gibt, wie etwa unserer Fähigkeit, Schönheit in unserem Inneren oder unserer Umwelt zu erzeugen, oder uns unserem eigenem Schmerz hinzugeben oder auch wie wir offenbleiben und trotzdem Verletzbarkeit aushalten können....

Die kleine englische Firma *Crystal Herbs* stellt Kombinationen von Blüten- und Edelsteinessenzen her, die mit den Heilungs-Karten in Verbindung stehen.

Nach dem Spiel kann es nützlich sein, eine zeitlang Blüten- und Edelstein-essenzen-Mischungen einzunehmen, um den eigenen Heilungs- und Integrationsprozess zu unterstützen.

- Fragen Sie dazu am Spielprozessende: „*Brauche ich einen Integrationsprozess?*“
- Wenn ja, fragen Sie: „*Brauche ich Blütenessenzen zur Integration?*“
- Falls ja, die speziellen *Crystal Herbs Integrierte Harmonie Essenzen* die den gezogenen Heilungskarten entsprechen oder andere Essenzen in Erwägung ziehen.

Zusätzlich kann es sehr hilfreich sein, ein eigenes Blütenessenzen-Set zum Testen zur Verfügung zu haben; wie z.B. ein *Bach Blüten Essenzen Set*, *Findhorn Essenzen* oder die *Perelandra Essenzen Sets*.

Weitere Informationen und Details zu den entsprechenden Essenzen, sowie Bestellinformation, finden Sie auf unserer Webseite [www.pangarden.org](http://www.pangarden.org).

## 10 Die Bedürfniskarten



### Zum Verständnis unserer Bedürfnisse:

Wie bei einem Baum das erfüllte Bedürfnis nach Wasser, Wärme, Licht, Luft, Nährstoffen etc Wachstum ermöglicht, so müssen auch in der menschlichen Psyche Bedürfnisse gedeckt werden, um *inneres* Wachstum zu ermöglichen.

Im täglichen Leben werden wir oft dafür verurteilt, unsere Bedürfnisse zu zeigen. Dieses trotzdem zu tun, kann schwierig und beängstigend sein.

Neuere Forschung über Bedürfnisse und deren wichtigen Einfluss in unserem Leben kann bei Marshall Rosenberg und seiner "Gewaltfreien Kommunikation" gefunden werden (s. Bücherliste im Anhang).

Das Spüren unserer Bedürfnisse bringt uns in Berührung mit unserer Verletzbarkeit und macht uns empfänglich für Kritik.

Jahrhundertlang wurde das Bild der liebenden Frau mit Opferbereitschaft und der Verneinung der eigenen Bedürfnisse, um sich um Andere zu kümmern, assoziiert. Da Frauen dazu sozialisiert wurden, das Sorgen um Andere als höchste Pflicht zu sehen, haben viele gelernt, ihre eigenen Bedürfnisse zu unterdrücken.

Auch Männer haben Probleme mit ihren Bedürfnissen. Noch immer ist es eine allgemeine Vorstellung, daß sie sich stark, fit, vernünftig, schützend und unemotionell zeigen sollten. Die Annahme: „*Richtige Männer haben keine Bedürfnisse*“, zeigt das Dilemma, das entsteht, wenn ein Mann sich mit seinen inneren Bedürfnissen und deren Ausdruck in der Welt beschäftigt.

Um heil zu werden, ist es oft nötig, solche tiefen, alten Muster loszulassen.

Das Ziehen der Bedürfnis-Karten bietet uns wichtige Einsichten über unerkannte und nicht erfüllte seelische Bedürfnisse.

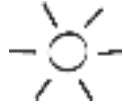
Unerfüllte Bedürfnisse sind in der Lage, enormen Stress und Probleme in unserem Leben zu erzeugen. Es ist ein Irrtum anzunehmen, daß wir bessere spirituelle Wesen sind, je weniger Bedürfnisse wir haben.

Als menschliche Wesen müssen wir die Seite in uns würdigen, die uns zu Sterblichen in dieser Erdenexistenz macht. Dies ist eine verletzbare Seite, die gepflegt und geschützt werden muss.

**Bewusst mit unseren Bedürfnissen mit Hilfe der Bedürfnis-Karten umzugehen, setzt deren positives Potenzial für unser Wachstum frei.**



# 11 Die Lichtkarten und die Schattenkarten



Die Licht- und Schattenkarten sind an bestimmten Stellen wichtig, um uns auf vernachlässigte oder bisher nicht erkannte Qualitäten hinzuweisen.

Sie helfen, die richtigen Einsichten zu erlangen, damit wir an unseren Anliegen arbeiten können.

**Die Lichtkarten** weisen auf Geschenke und Visionen für die Zukunft hin, etwas, worauf wir hinzielen, Ergebnisse und lichtvolle Aspekte in unserem Leben.

**Die Schattenkarten** sind besonders hilfreich, denn es ist immer unser Schatten, der uns im Weg steht und die meisten Probleme erzeugt. Einmal ins Licht gebracht und bewusst bearbeitet, erzeugen Schatten keine Angst mehr. Im Verborgenen agieren sie jedoch oft als große Saboteure in unserem Leben.

Für das Spielergebnis ist es in erster Linie wichtig, sich bezüglich der Schatten genug Zeit zu nehmen, auf Gedanken und Einsichten zu achten und sie nachher gut zu integrieren. Auch hierbei können die ETS Soil-Less (Projekte) Tropfen zur Unterstützung der Integration benutzt werden.

Um mehr über die Arbeit an den eigenen Schatten zu erfahren, empfehlen wir Bücher von C.G. Jung und anderen 'Schattenarbeitern' (s. Buchliste im Anhang).

**"Man erlangt die Erleuchtung nicht, indem man sich das Licht vergegenwärtigt, sondern indem man die Dunkelheit erforscht."**

C.G. Jung

## 12 Die Spirituellen-Impulse-Karten



**BITTE BEACHTEN:** Wenn Sie eine dieser Karten ziehen, bitten Sie die geistige Wesenheit, die diese Karte repräsentiert, um Einsichten und Hilfe Ihre Situation betreffend. Notieren Sie sich die Impulse/Einsichten, die Sie durch diese bewußte Verbindung zur geistigen Welt erhalten (bevor Sie die Interpretation lesen). Bedanken Sie sich bei dem geistigen Wesen für die empfangene Hilfe und nehmen Sie sich Zeit zur Integration.

### • CHRISTUS

#### Mitgefühl und bedingungslose Liebe

Christus zeigt uns die Qualitäten von Hingabe und Idealismus, Vergebung, Akzeptanz, Liebe und Heilung. Wir erfahren durch ihn unsere eigene Göttlichkeit.

Er repräsentiert spirituellen Aufstieg und überschaut die höhere Evolution auf der Erde.

Von ihm werden wir eingeladen, das alte Gesetz von 'Aug` um Auge' aufzugeben und uns statt dessen zu öffnen, um mehr Liebe in unser Leben zu lassen, Opfer zu bringen und unseren Egoismus dem höheren Willen unterzuordnen. Er lehrt uns über Vergebung, die Gesetze der Manifestation, göttliche Führung, die Macht der Liebe und des Glaubens und öffnet uns für Wunder.



### • MUTTER ERDE

#### Frieden und Harmonie

Diese Karte repräsentiert Balance und tiefe Nahrung durch Verbindung zur Natur und der Erfahrung von Eingebundenheit und Harmonie mit der gesamten Schöpfung.

Mutter Erde verbindet uns mit unseren Instinkten, unseren Wurzeln, unseren Vorfahren und unserem Platz im 'großen Ganzen'.

Das Gefühl von Einssein führt uns zu tiefem inneren Frieden.

- **ERZENGEL GABRIEL**

**Reinheit & Schönheit**

Gabriel hilft uns mit Klarheit, Disziplin und Veränderungen, so daß wir in der Lage sind, mehr Reinheit, Harmonie und Schönheit in unserem Leben zu erschaffen.

Dies legt dann den Grundstein für unsere Intuition und hilft uns, unserem eigenen wahren Weg zu folgen. Dieser Engel bringt uns das Neue und leitet uns in die Tat.

- **ERZENGEL MICHAEL**

**Wahrheit & Willenskraft**

Michael steht für Schutz, Mut und Stärke. Er führt das blaue Schwert der Wahrheit. Das hilft uns, mehr Willenskraft, Initiative, Motivation, Stärke, Fokus, Zielgerichtetheit und Engagement zu entwickeln. Mit seiner Hilfe bekommen wir starken Schutz auf allen Ebenen.

- **ERZENGEL RAPHAEL**

**Heilung & Kreativität**

Raphael hilft uns beim Durcharbeiten von Blockaden, die Probleme verursachen, sowie bei der Bewältigung von Krankheiten und Süchten.

Er begleitet uns durch Heilungsprozesse und hilft uns dabei, unsere Visionen durch das innere Wissen um die Wahrheit zu finden.

Mit dieser Stärke können wir unser Leben schöpferisch in die Harmonie führen.

- **ERZENGEL URIEL**

**Klarheit & Vision**

Uriel überschaut unsere Lebenslektionen und hilft, wenn Alchemie und göttliche Intervention nötig sind. Wir können dann unsere Ängste aufgeben und unser Wesen kann Frieden erfüllen.

In diesem Frieden entwickeln sich klare Einsichten, spirituelles Verständnis und neue Visionen.

## 13 Die Herz-Box

Hier befinden sich in einer herzförmigen Pappschachtel eine Menge verschiedener glitzernder Formen in vielen Farben, zum Beispiel Sterne, Spiralen, Herzen, Engel, Blumen, Delphine und andere Tiere... Diese Herz-Box kann gut genutzt werden, um mit den Glitzerfiguren spezielle Qualitäten, Geschenke, Wiedergutmachungen, Idealzustände, Freude und vieles andere auszudrücken.

Öffne das Herz und schau hinein, welche Freuden und welcher Reichtum darinnen verborgen sind!



Wegen der  
Kleinteile nicht  
für Kinder unter  
6 Jahren geeignet.

## 14 Perelandra ETS Plus Tropfen

Die ETS Plus Tropfen sind von der Firma Perelandra Ltd., Centre for Nature Research, USA entwickelt worden. Wir empfehlen sie als bereicherndes Extra – bitte bestellen Sie sie separat.

Wir finden diese ETS Plus Tropfen äußerst wertvoll für unser Leben und für Pangarden, in dem sie den Spielfluss und die Wirkung verfeinern.

Auch wenn Ihnen die Anwendung anfangs vielleicht seltsam vorkommt, möchten wir Sie doch ermutigen, sie so zu benutzen, wie wir es im Folgenden beschreiben. Schon bald werden Sie die Vorteile bemerken.

Die Anwendungsmöglichkeiten außerhalb von Pangarden sind auf dem den Tropfen beiliegenden Flyer beschrieben.

ETS Plus Tropfen gibt es in verschiedenen Größen, in Alkohol oder in Essig.

Bestellen der ETS Plus Tropfen innerhalb Europas über:

[www.pangarden.org](http://www.pangarden.org) oder [www.panosun.org](http://www.panosun.org)

(Achtung: bei Direktimport aus USA [perelandra-ltd.com](http://perelandra-ltd.com) bestehen Zollbeschränkungen!)



Perelandra ETS Plus Tropfen

– wir empfehlen sie als zusätzliche Bereicherung zum Pangarden Spiel.

- **Perelandra ETS Plus Tropfen** (roter Aufkleber - für Menschen)  
bei STRESS und TRAUMA

**Perelandra**  
**ETS Plus (für Menschen)**  
**– Stress- und Traumatropfen –**

1. **Einen Tropfer voll von den roten ETS Plus Tropfen oral einnehmen und sich auf vergangene Traumen und Stress, die mit der Situation zu tun haben, konzentrieren.**

2. **Nachspüren der Veränderungen und neuen Einsichten.**

**(Falls nötig nach 3–5 Min. wiederholen.)**

– nur zum Gebrauch mit dem Pangarden Spiel –

**Die Tropfen Perelandra ETS Plus für Menschen empfehlen wir, sollte während des Spielprozesses Stress, emotionaler Schmerz oder Traumen hochkommen bzw. wiedererlebt werden.**

*Mit Hilfe dieser Tropfen wird man, nach dem Erleben eines physischen, mentalen und emotionalen Traumas, physisch, mental und emotional stabilisiert.*

*Situationen, die Trauma erzeugt haben können, sind z.B.: Unfälle, Attacken, Operationen, Krankheiten, Familienprobleme (wie Scheidung), Todesfälle naher Angehöriger, schockierende persönliche, lokale oder globale Neuigkeiten, und vieles mehr...*

*Übersetzt aus der Broschüre, "ETS Plus for Humans".  
Copyright 2003 by Machaelle Small Wright.*

Benutzen Sie ETS Plus Tropfen für Menschen, während ein Trauma wiedererlebt wird oder eine Erinnerung daran in Ihnen hochkommt. Jeweils eine Dosis (10-12 Tropfen = ein Tropfer voll) der Tropfen einnehmen.

Außerdem verwenden Sie diese Tropfen bitte auch, um sich nach dem Öffnen und Schließen eines Conings (s. Kap. 17) in den neuen Verbindungen zu stabilisieren.

- **Perelandra ETS Plus for Soil-less Gardens**  
für PROJEKTE

**Perelandra**  
**ETS Plus for Soil-less Gardens**

**– Tropfen für Projekte –**

- 1. 11 Tropfen der Soil-less ETS Plus Tropfen auf einen sauberen Löffel geben.**
- 2. Den Löffel vor sich halten und laut sagen:**  
*"Ich bitte darum, daß die Essenz dieser Tropfen zur Ordnung, Organisation and Lebenskraft dieser Situation hier übertragen wird!"*

**10 Sekunden warten, dann die Flüssigkeit wegschütten und Löffel abspülen.**

– nur zum Gebrauch mit dem Pangarden Spiel –

**Die Tropfen Perelandra ETS Plus für Soil-less Gardens (Projekte) empfehlen wir um bestimmte Karten, Einsichten oder ganze Schritte zu integrieren. Außerdem wird damit die Beziehung zwischen einzelnen Teilen und der gesamten Auslage harmonisiert.**

*ETS Plus für Soil-less Gardens ist ein bemerkenswerter Forschungsdurchbruch für Alle, die mit der Natur zusammenarbeiten, um Projekte zu kreieren. Um ehrlich zu sein, es ist ein so außergewöhnliches Werkzeug, daß man es benutzen muss, um dessen Ergebnissen Glauben schenken zu können. Es ist einfach, es ist kraftvoll und es wirkt jenseits unserer Vernunft und Wahrnehmungsfähigkeit.*

*Ein Soil-less Garden (Projekt) kann Ihr Beruf sein, eine der kreativen Künste, Ihr Heim und Familie, ein Geschäft in der Entwicklungs-, Bau- und Aktionsphase, große und kleine Bauprojekte, ein Klassenraum für Lehrer und Schüler, ein Forschungsprojekt; ein Bericht oder Schriftstück... Es kann auch ein persönliches Ziel sein, wie eine Hochzeit oder eine Geburtstagsfeier zu organisieren, ein wichtiges Treffen, ein Hauskauf, die beste Finanzierung für Ihr Haus zu finden oder herauszufinden, wie man seinen Partner, Kind oder jemand, den man liebt, in einer Notlage am Besten unterstützt.*

*Das Projekt kann z.B. heißen, wie unterstütze ich meinen Partner oder mein Kind mit ihren Drogenproblemen. Das ist ein Projekt mit einem Ziel. Alles, was dieses Ziel betrifft, benötigt eine starke Ordnung, Organisation und die richtige Lebenskraft. Dies alles kann mit ETS Plus für Soil-less Gardens wunderbar geklärt, harmonisiert und gestärkt werden.*

Die Natur definiert Form als eine Realität, in der es Ordnung, Organisation und Lebenskraft (Aktion) kombiniert mit einem Bewusstseinszustand gibt. In einem Soil-less Garden muss das Projekt, an dem wir arbeiten, Ordnung, Organisation und Lebenskraft haben, um zu existieren. Wir Menschen stellen die eine Hälfte des Projektes her, indem wir ihm Definition, Richtung und Zweck geben. Die Naturintelligenz stellt die andere Hälfte des Projektes her, indem sie ihm Material, Grundlage und Aktivität gibt, um die Projektziele zu treffen. Jedes Element, jede Struktur, Idee und jeder Gedanke muss per Definition Ordnung, Organisation und Lebenskraft enthalten. Projekte, ob persönlich oder beruflich, samt ihrer gesamten Dynamik, Elemente und Strukturen sind ebenso lebendig wie jeder Garten, der auf Erdboden wächst.

ETS Plus für Soil-less Gardens wurde speziell mit der Natur hergestellt, um die Ordnung, Organisation und Lebenskraft der meisten Gebiete und Elemente, die einen Soil-less Garden ausmachen zu reparieren, balancieren und zu stärken. In anderen Worten, diese ETS Plus Tropfen ist wie ein harmonisierendes und stärkendes Tonikum für Ihr Projekt.

Übersetzt aus der Broschüre, "ETS Plus for Soil-less Gardens".  
Copyright 2004 by Machaelle Small Wright.

- **Perelandra ETS Plus for Soil**  
für den BODEN / die FUNDAMENTE

**Perelandra**  
**ETS Plus for Soil**

**– Tropfen für den Boden –**

- 1. 15 Tropfen benutzen oder testen: "Wieviele der Boden-Tropfen werden hier benötigt?"**  
**Die entsprechende Anzahl auf einen sauberen Löffel tropfen.**
- 2. Den Löffel vor sich halten und laut sagen: "Ich bitte darum, daß die Essenz dieser Tropfen zum Boden, der diese Situation hier unterstützt, übertragen wird!"**

**10 Sekunden warten, dann die Flüssigkeit wegschütten und Löffel abspülen.**

– nur zum Gebrauch mit dem Pangarden Spiel –

Die Tropfen Perelandra ETS Plus für Soil (Boden) empfehlen wir, wenn die Fundamente bzw. der Boden Ihrer Auslage mehr Unterstützung und Harmonie braucht.



*Falls man selbst kein Gärtner ist, ist es sehr einfach, den Erdboden zu ignorieren. Nichtsdestotrotz ist der Boden ein äußerst wichtiger Bestandteil in unser aller Leben.*

*Wir laufen auf ihm, sitzen auf ihm, wir bauen auf ihm, bewegen ihn herum, pflanzen in ihm, bearbeiten ihn, mähen über ihn hinweg, bauen Autobahnen darauf, erschaffen Teiche und Seen in ihm... Er ist die Grundlage unseres Planeten und die zugrundeliegende Unterstützung für Alles, was wir tun. ETS Plus für Soil (Boden) ist für alle, die irgendwie mit Pflanzen arbeiten und für alle, die mit Soil-less Gardens (Projekten) arbeiten.*

*Umwelt: Der Boden ist ein Universum in sich selbst, mit einer großen Bandbreite an Elementen, Schichten, Mikroben, Insekten und Tieren, die dieses Universum herstellen. Diese Anteile sind alle miteinander verbunden, indem sie zusammenarbeiten, um den Erdboden zu erschaffen. Wenn Sie Pflanzen züchten, egal ob im Topf, Wiese oder Wald, möchten Sie, daß der Boden, indem sie wachsen, die bestmögliche Qualität hat. Das macht einen großen Unterschied für die Gesundheit der Pflanzen, die dieser Boden unterstützt. Und das ist, wo nun ETS Plus für Soil (Boden) zum Tragen kommt. Diese Essenz bewirkt etwas so Magisches, daß man es gesehen haben muss, um es glauben zu können.*

*Soil-less Gardens (Projekte): Wenn Sie ein Projekt haben, das in irgendeiner Art von Boden unterstützt wird, Ihr Zuhause, Geschäft, Bau- oder Restaurationsprojekt, ein Spielplatz, etc. ist es äußerst wichtig, daß der Boden, auf dem es gebildet wird, die größtmögliche Unterstützung und Stabilität bietet. ETS Plus für Soil (Boden) kann Wunder für Ihr Projekt bewirken, und wiederum, man muss es gesehen haben, um es glauben zu können.*

*Übersetzt aus der Broschüre, "ETS Plus for Soil".  
Copyright 2005 by Machaelle Small Wright.*

## 15 Co-kreative Wissenschaft und MAP

Pangarden kann auf verschiedene Arten gespielt werden.

Vor dem Spiel ein Coning zu öffnen, lädt bewusst hilfreiche Unterstützung ein (siehe Kapitel 17).

Beherrscht man den Kinesiologietest (siehe Kapitel 16), ist der Prozess präziser und effizienter.

Auf diese *co-kreativ* genannte Art mit geöffneten Coning und Kinesiologietest, können Sie sehr schnell, sehr tief durch Prozesse gehen.

Dadurch können auf verschiedenste Art viele Veränderungen in Ihrem Leben stattfinden. Zusätzlich geschieht dies durch die konkrete Auseinandersetzung und Klärung von Ihren offenen Anliegen.

Als weitere Hilfe und Unterstützung mit diesen Veränderungen und deren nötigen folgenden Integrationen hat sich gezeigt, daß es sehr günstig ist das MAP-Programm und den Perelandra Kalibrierungsprozess zu benutzen.

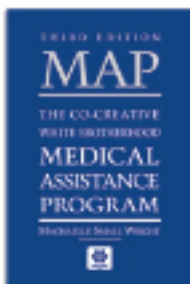
MAP kann aus dem englischen Buch: *“The Co-Creative White Brotherhood Medical Assistance Program”* von Machaelle Small Wright, erlernt werden. (Hoffentlich auch bald in deutsch erhältlich.)

In diesem Buch wird alles erklärt, was nötig ist, um das MAP-Programm erfolgreich zu benutzen. Außerdem wird beschrieben, wie Conings geöffnet und geschlossen werden, wie man das Kinesiologietesten lernt und wie co-kreative Wissenschaft und viele andere nützliche Werkzeuge funktionieren. Ebenso wird dort der Integrationsprozess Kalibrierung erklärt.

Alles, was im MAP-Buch beschrieben wird, ist entwickelt worden, um Menschen auf der physischen, emotionalen, mentalen und spirituellen Ebene zu unterstützen. Wir finden es äußerst hilfreich, dieses System ins Spiel zu integrieren, und empfehlen es wärmstens.

Durch das Erlernen von MAP und co-kreativer Wissenschaft erlangen Sie wunderbare, unschätzbare Werkzeuge, die Sie bei der Harmonisierung Ihres Lebens auf vielerlei Arten unterstützen können. Außerdem werden Sie damit die Resultate des Pangarden Spielprozesses weiter vertiefen und in neue Dimensionen vordringen...

Das MAP Buch ist bisher leider nur auf englisch erhältlich:



**MAP:** The Co-Creative White Brotherhood Medical Assistance Program, THIRD EDITION

**Author:** Machaelle Small Wrih; Perelandra, Ltd. 2006,

**ISBN:** 0-927978-62-8

## 16 Kinesiologie

Mit Hilfe eines Kinesiologietests können wir herausfinden, was das elektrische Feld unseres Körpers stärkt oder schwächt.

Unsere Muskeln reagieren auf elektrische Veränderungen. Durch einen einfachen Muskeltest können wir erkennen, welchen Einfluss bestimmte Nahrungsmittel, Medikamente, Ereignisse, sogar die Pangarden-Spielkarten auf unser elektrisches System haben.

Während des Spielprozesses können wir so herausfinden, was hilfreich und stärkend oder schwächend auf uns wirkt.

Ein positiver Einfluss auf unser System macht den getesteten Muskel stark = Ja-Antwort.

Wenn wir diesen Einfluss nicht benötigen, so testet der Muskel schwach = Nein-Antwort.

Muskeltesten zu erlernen, kann eine zeitlang Übung erfordern, aber es ist auf jeden Fall eine Fähigkeit, die in vielen alltäglichen Lebensbereichen hilfreich ist. Leichter zu lernen ist es, wenn man jemanden kennt, der es einem zeigt. Hierzu gibt es das englische YouTube Video: *Perelandra Kinesiology Testing Technique (PKTT)*

Es gibt verschiedene Arten des Muskeltestens, eine sehr effektive und nützliche erklären wir im Folgenden:

Hierbei bildet man einen Kreis mit Daumen und kleinem Finger der linken Hand (für Rechtshänder). Die Fingerspitzen sollen sich dabei gerade eben berühren – siehe linke Seite der Abbildung.

Nun mit Zeigefinger und Daumen der anderen Hand einen 'Entenschnabel' bilden - siehe rechte Seite der Abbildung.

Linker Daumen und Kleiner Finger formen den 'Testkreis'.



Rechter Zeigefinger und Daumen formen den 'Entenschnabel' (wenn Sie Rechtshänder sind).

Nun den 'Entenschnabel' in den Testkreis einführen.

Es werden nur die Fingermuskeln der linken Hand (des Testkreises) getestet. Hierzu den, mit der rechten Hand gebildeten, 'Entenschnabel' benutzen, um den Kreis, den die linke Hand bildet, zu öffnen. Während dessen auf die jeweilige Frage konzentrieren.

Bitte mit einfachen Ja/Nein-Fragen, auf die man die Antwort kennt, anfangen.



Wenn der Testkreis stark und geschlossen bleibt, während der 'Entenschnabel' auseinander gedrückt wird, ist dies eine Ja-Antwort.



Wenn der Testkreis schwach wird und sich öffnet während der 'Entenschnabel' dagegen gedrückt wird, ist das eine Nein-Antwort (=nicht hilfreich).

Weitere Informationen über das Kinesiologietesten finden Sie in englischer Sprache auf der Webseite <http://www.perelandra-ltd.com/PKTT-W5604.aspx> und im MAP-Buch.

Während des Spielprozesses kann der Muskeltest benutzt werden, um herauszufinden, was der beste nächste Schritt ist, indem man die Frage stellt: „*Was brauche ich, um diese Situation besser zu verstehen und zu lösen?*“ Während Sie sich auf diese Frage konzentrieren, nun die verschiedenen Optionen (wie im Spielprozessablaufsvordruck Pkt. 5) durchtesten.

Außerdem ist sehr wichtig, einfache klare Fragen zu stellen. Gehen Sie wie folgend vor:

1) Alle Optionen testen (siehe Spalten im Spielprozessablaufsvordruck Pkt. 5: Karten, Matten, ETS, Glitzer, Reden, Bewegen).

„*Benötigt meine jetzige Auslage ETS Plus Tropfen?*“

„*Sind es diese hier?*“

„*Brauche ich jetzt Spielkarten?*“ „*Brauche ich jetzt mehr Matten?*“ usw.

2) Alle Optionen in den Spalten die positiv waren, durchtesten:

„*Brauche ich eine Bedürfniskarte?*“ „*Brauche ich eine Schattenkarte?*“ usw.

„*Brauche ich eine Karte?*“ „*Brauche ich zwei Karten?*“ usw.

„*Plaziere ich die Karte optimal hier?*“

Ebenso vorgehen, um Pkt. 7-10 im Spielprozessablaufsvordruck zu testen.

## 17 Conings

Machaelle Small Wrights Forschungen über die Intelligenz in der Natur haben gezeigt, wie der Mensch sicher und organisiert mit anderen Intelligenzen zusammenarbeiten kann. Hier nun Ihre Erklärung des Begriffes 'Coning', um zu verstehen, welche Vorteile es bringt, wenn man Pangarden in einem Coning spielt:

*Ein Coning ist ein ausgewogener Vortex bewusster Energie. Die einfachste Erklärung wäre der Vergleich eines Conings mit einem Konferenzeruf. Eine Verbindung mit einem Coning herzustellen und zu aktivieren, ist genauso einfach herzustellen, wie Verbindung zu einer einzigen Naturintelligenz. Bei einem Coning haben wir es jedoch mit mehr als einer Naturintelligenz gleichzeitig zu tun.*

*Es liegt im Wesen eines Conings, daß es einen hohen Schutzfaktor beinhaltet. Wenn man mit mehr als einer Intelligenz arbeitet, ist es wichtig genau festzulegen, welche von Ihnen angesprochen werden. Alle anderen sind nur deshalb ausgeschlossen, weil sie nicht aktiviert worden sind. Im wesentlichen schafft ein Coning nicht nur das Team, sondern auch den Raum in dem sich das Team trifft. Das Coning wird von uns - den menschlichen Teammitgliedern - geschaffen und aktiviert. Nur diejenigen, mit denen wir eine Verbindung wünschen, werden einbezogen. Andere werden sich nicht von sich aus in ein Coning ein- und ausschalten. Darin liegt der außerordentliche Schutzfaktor eines Conings begründet.*

*Für Klarheit und Kraft ist es wichtig, daß ein Gleichgewicht zwischen der Dynamik der Involution und der Dynamik der Evolution innerhalb des Conings bewahrt wird. Ein 4-Punkte Coning bewahrt das nötige Gleichgewicht zwischen a) Involution oder Natur, durch seine Verbindung zu der devischen Ebene und der Naturintelligenz-Ebene und b) Evolution, durch seine Verbindung zur Ebene der Weißen Bruderschaft und zum Höheren Selbst/Ich der Person, die im Coning arbeitet. Für verschiedene Anlässe werden verschiedene Conings zusammengestellt. Das Gleichgewicht zwischen Involution und Evolution bleibt erhalten, aber die Teammitglieder wechseln je nach der Arbeit, die getan werden muss. Zum Beispiel wird in einem Heilungs-Coning die Deva der Heilung aktiviert, zusammen mit Pan, einer allgemeinen Verbindung mit der Weißen Bruderschaft und dem Höheren Selbst/Ich der Person, die im Coning arbeitet. In einem Garten-Coning wird die Deva eines spezifischen Gartens aktiviert zusammen mit den drei anderen Gruppenmitgliedern.*

**Zur Verbindung mit der Weißen Bruderschaft:** Die Weiße Bruderschaft ist eine große Gruppe hochentwickelter Seelen, die sich der Unterstützung des evolutionären Prozesses widmen. Dieser Prozess beinhaltet die Bewegung universaler Wirklichkeit, Prinzipien,

*Gesetze und Muster durch alle Stufen und Ebenen von Formen. Eine allgemeine Verbindung mit der Weißen Bruderschaft sichert, daß sich die evolutionäre Dynamik im Coning an die Absicht und die Richtung der neuen Bewegung ins Wassermannzeitalter hält.*

Auszug aus:  
MAP: The Co-Creative White Brotherhood Medical Assistance Program.  
Copyright 2006 by Machaelle Small Wright,  
Seite 40.

### • **Öffnen des Conings:**

1. Um ein Coning zu öffnen, verbinden Sie sich einzeln mit jedem geeigneten Teilnehmer, durch einfaches Sprechen der Worte:  
*„Ich möchte ein Coning öffnen, um Pangarden zu spielen. Ich möchte mich mit der Deva des Pangarden Prozessspiels verbinden.“* Entweder 10 Sekunden auf die Verbindung warten oder mit Muskeltest verifizieren.
2. *„Ich möchte mich mit Pan verbinden.“* 10 Sekunden warten oder testen. (Pan erhält die Gleichmäßigkeit im Coning und stellt sicher, daß die Aktivität und der Einfluss der Naturgeister zu allen Zeiten voll gewährleistet ist.
3. *„Ich möchte mich mit den geeigneten Mitgliedern der Weißen Bruderschaft verbinden, um Pangarden zu spielen.“* 10 Sekunden warten oder testen.
4. *„Ich möchte mich mit meinem eigenem Höheren Selbst verbinden.“* 10 Sekunden warten oder testen. *„Und.....(Namen der anderen Mitspieler) Höheren Selbst“* – dessen bewusstes Einverständnis muss vorher eingeholt werden!
5. Jede Person im Coning nimmt einen Tropfer voll der roten ETS Plus Tropfen für Menschen ein oder testet für mögliche Blütenessenzen.

Nun sind Sie bereit Pangarden im Coning zu spielen.

## • Schließen des Conings:

Wenn das Spiel beendet ist, bedanken Sie sich für die Hilfe des Coning Teams und bitten Sie jedes Mitglied einzeln, die Verbindung wieder zu beenden:

1. *„Ich möchte die Verbindung mit (Namen der anderen Mitspieler) Höheren Selbst beenden.“* Einen Moment warten.  
*„Ich möchte die Verbindung mit meinem eigenem Höheren Selbst beenden.“* Einen Moment warten.
2. *„Ich möchte die Verbindung mit den Mitgliedern der Weißen Bruderschaft beenden.“* Einen Moment warten.
3. *„Ich möchte die Verbindung mit Pan beenden.“* Einen Moment warten.
4. *„Ich möchte die Verbindung mit der Deva des Pangarden Prozessspiels beenden.“* Einen Moment auf die Unterbrechung warten oder mit den Worten: *„Ist die Verbindung zur Deva des Pangarden Prozessspiels unterbrochen?“* verifizieren, dann testen. Falls der Test negativ ist, aufs Coning konzentrieren und nochmals um Unterbrechung bitten. Beim erstem Mal ist wahrscheinlich einfach der Fokus kurz verlorengegangen. Nach dem zweiten Mal wird es dann positiv testen.
5. Jede Person, die das Coning beendet, nimmt einen Tropfer voll der roten ETS Plus Tropfen für Menschen ein oder testet für Blütenessenzen.

Es ist wichtig ein Coning wieder zu schließen, weil es eine physische Energie-Realität ist, die mit uns interagiert, während sie hergestellt ist. Wenn eine Sitzung verlassen wird, ohne das Coning zu schließen, bemerkt man schnell einen Energieverlust.

Es ist nicht schwieriger ein Coning zu öffnen, als es zu schließen. Kein Mitglied bietet Widerstand, weder beim Öffnen noch beim Schließen.

Sie selbst sind für die Herstellung, Aktivierung und Schließung des Conings zuständig.

Bitte beachten:

Wenn sie weiter mit Conings für Ihre Gesundheit arbeiten möchten, lesen Sie bitte die dritte Ausgabe des Buches *“MAP: The Co-Creative White Brotherhood Medical Assistance Program.”*

Um mit Conings harmonische Projekte zu erschaffen, gibt es weitere Informationen, englische Bücher und Videos von Perelandra Ltd., z.B.: *“Co-Creative Science – A Revolution in Science Providing Real Solutions for Today's Health & Environment.”*

## 18 Hintergrund von Pangarden

Pangarden ist in der Findhorn Gemeinschaft im Norden Schottlands kreiert, geboren und genährt worden. Findhorn ist eine spirituelle Gemeinschaft, die auf den Prinzipien der Zusammenarbeit mit der Natur und Geistiger Welt basiert. Persönliche Entwicklung von Intuition und Herzenskraft werden gefördert.

Das Leben in Findhorn bewirkt starke Wachstumsimpulse mit den dazugehörigen Herausforderungen, Durchbrüchen und Freuden.

Pangarden wurde für alle Menschen geschaffen, die Kraft und Durchhaltevermögen haben, sich mit dem eigenen Transformationsprozess zu konfrontieren, egal wie mühsam und schmerzhaft das auch sein mag. Es ist ein Werkzeug für das Streben unserer Seele, Wahrheit und Licht in unserem Leben zu finden.

In tiefer Bewunderung für die Gründer dieser Gemeinschaft und all jener, die zu diesem besonderen Platz in den letzten Jahrzehnten das Ihre beigetragen haben, hier einige Worte von Findhorns Mitbegründerin Eileen Caddy, die die Motivation unserer Seele, sich mit den lichten Höhen des Geistigen wieder verbinden zu wollen, zusammenfassen:



### **Die Herausforderung der Veränderung**

Wenn ich die Veränderungen in meinem Leben, die zahlreichen wertvollen Lektionen und die Erweiterung meines Horizontes überdenke, wird mir klar, daß aus allem, was mir widerfuhr, Gutes entstanden ist. Nur habe ich es nicht immer erkannt.



### **Das Ganze**

Es braucht von allem etwas, um ein Ganzes zu bilden. Viele winzige Rädchen, Schrauben und Federn werden gebraucht, um eine Uhr herzustellen. Jedes Körperorgan, jede winzige Zelle, jedes Atom wird gebraucht, um den Körper ganz und vollkommen zu machen. Wenn ihr euch selbst als Teil des Ganzen erlebt, werdet ihr nicht länger zurückhalten wollen, was ihr zu geben habt.

Wenn alle Seelen ihr Allerbestes geben, liegen Last und Verantwortung nicht auf den Schultern von wenigen. Die Last des Ganzen wird leichter, bis sie nicht länger eine Last ist, sondern eine wahre Freude und ein wahres Vergnügen. Achte auf deine Einstellung und trage zum Frohsinn und glatten Ablauf des Ganzen bei.





## Ich bin in Dir

Ich bin bei Dir. Wenn Du hinaufsteigst in die Höhen oder hinabsinkst in die Tiefe: Ich bin da. Ich bin bei dir in der Stille, wenn alles in Frieden und Harmonie ist, doch ich bin auch da, wenn du nach mir rufst, wenn du in Not bist, in Chaos und Lärm, und dich nicht mehr zurechtfindest. Ich bin dir näher als dein Atem, näher als deine Hände und Füße. Ich bin in dir wie ich in aller Schöpfung bin.

Denk immer daran dein Vertrauen und deinen Glauben in Mich zu setzen, den Herrn, deinen Gott, die Gottheit in dir. Geh Hand in Hand mit Mir; suche allzeit Meinen Rat; und lass Mich dich führen und lenken. Ich bin in dir und nichts kann unsere direkte Verbindung von außen her stören. Fühle dich in diesem Wissen sicher.



## Wunder

Erwarte ein Wunder.

Erwarte, daß Wunder um Wunder geschehe, und setze keinerlei Grenzen. Je offener du bist, desto besser, dann steht nichts dem Fluss meiner Gesetze im Wege, denn Wunder sind einfach das Wirken Meiner Gesetze. Überlaß dich dem Strom dieser Gesetze und alles ist möglich.

Suche und finde den direkten Draht zu Mir und halte an dieser Verbindung fest, was auch immer rings um dich geschehen mag. Diese Verbindung zu Mir, dem Göttlichen, ist die Quelle aller Macht, und es ist diese Macht, die Wunder hervorbringt. Was anderes sind Wunder, als die Umsetzung meiner göttlichen Gesetze? Arbeite mit diesen Gesetzen, und alles ist möglich. Dich mit der Einheit allen Lebens identifizieren, mit aller Weisheit und aller Macht, das ist es, was alle Türen öffnet und ermöglicht, daß die Gesetze in dir wirksam werden.

Ohne Bewusstheit versäumt ihr so viel, was direkt vor euch oder sogar in euch liegt. Viele Menschen gehen durchs Leben und sind blind für die Wunder ringsumher, blind für die Geheimnisse der Natur und so gehen sie an den Wundern des Lebens vorbei.

Einfach tagein, tagaus auf dieselbe Art und Weise weitergehen bringt dich nirgendwohin und du kannst nicht erwarten, daß du auf diese Weise spirituell wachsen wirst. Du mußt vorwärts gehen wollen, und wenn du selbst die Entscheidung triffst, das zu tun, wirst du von allen Seiten Hilfe bekommen.

**Den ersten Schritt mußt immer du selbst tun. Vergeude also keine Zeit mit Zaudern, sondern tu den ersten Schritt und sieh, wie Wunder über Wunder in deinem Leben geschehen.**

Auszug aus: Eileen Caddy, David E. Platts  
„Mit Gott im Herzen“  
2000 Greuthoff Verlag

## Anhang:

### Updates & Neue Anwendungen:

Immer neue Anwendungsmöglichkeiten werden für Pangarden entwickelt. Wir veröffentlichen diese auf unserer Webseite unter 'NEU!'.

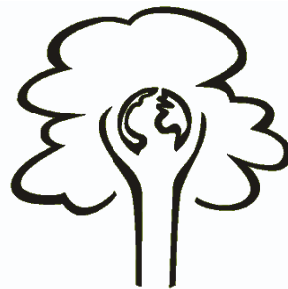
Falls auch Sie neue Anwendungen für Pangarden entdecken, freuen wir uns, darüber zu hören!

Gelegentlich senden wir Emails über diese Neuentwicklungen, Updates und aktuelle Pangarden-Workshops.

**Bitte registrieren Sie sich für diese Email-Updates auf unserer Webseite [www.pangarden.org](http://www.pangarden.org) oder per Email an [info@pangarden.org](mailto:info@pangarden.org)**

(Das ist natürlich jederzeit widerrufbar. Selbstverständlich geben wir Ihre Daten auch nicht an Dritte weiter und sie sind nicht für Dritte einsehbar.)

### Unser Wäldchen:



TREES FOR LIFE  
Restoring the Caledonian Forest

Da wir Bäume lieben und schätzen, unterstützen wir mit dem Verkauf des Pangarden Sets **Trees for Life**, eine gemeinnützige Organisation, die das schottische Hochland wiederaufforstet.

Sie können das mit den Spenden angelegte 'Pangarden-Wäldchen', via unserer Webseite ansehen: [www.pangarden.org](http://www.pangarden.org)

Der Baumbestand im schottischen Hochland ist derzeit nur ca. 1% (!!!) verglichen mit dem Bestand vor dem Mittelalter – ein sehr großes vom Menschen gerodetes Gebiet, das auf Wiederaufforstung wartet. Starker Wildbiss verhindert leider, das Jungbäume nachwachsen. So muss ein Aufforstungsgebiet zuerst immer eingezäunt werden...

All diese Arbeit wird durch Gruppen von Freiwilligen unterstützt. Möchten Sie auch einmal einen Forsturlaub im schottischen Hochland machen? Kontaktieren Sie dazu bitte [www.treesforlife.org.uk](http://www.treesforlife.org.uk)

## Unterstützung für Sie:

Wir möchten, daß sie Pangarden erfolgreich anwenden und sich an dessen Vorteilen für ihr Leben voll erfreuen.

Bitte benutzen Sie hierfür die Unterstützung, die wir bieten:

Falls Sie noch Fragen haben oder unsicher sind, wie Sie das Spiel anwenden, nachdem Sie die Spielprozessanleitung gelesen und das Spiel ausprobiert haben, sehen Sie bitte auf unserer Webseite nach oder kontaktieren Sie uns per Email.

Wir beantworten Ihre Fragen gerne und so schnell wie möglich.

Web: [www.pangarden.org](http://www.pangarden.org) Email: [info@pangarden.org](mailto:info@pangarden.org)

## Danksagung:

An **Findhorn Press** und **Perelandra Ltd.**  
für die Erlaubniss Copryright Texte in  
dieser Broschüre verwenden zu dürfen.



An **St. Nikolaus**, den wir als Schutzpatron für Pangarden empfinden.



St Nikolaus auf dem  
Deckengemälde in  
Rettenbach, Bayern

Traditionell bringt er unerwartete, nährnde und freudespene Geschenke in der Nacht zum 6. Dezember, in einer Zeit der äußeren Dunkelheit – aber er bringt Geschenke nur an jene, die mit etwas Bemühen ihre sauberen Stiefel bereitgestellt haben.

Bei Pangarden Prozessen zeigt sich immer wieder, daß, wenn man bereit ist den ‘Schmutz von den Stiefeln zu bürsten’, neue Geschenke in Form von Einsichten und einer innerlichen Segnung große Freude, Frieden und Dankbarkeit in die Herzen und Gemüter gebracht wird.

## **Anerkennung:**

Wir bedanken uns sehr für all die wertvolle Hilfe, die wir beim Kreieren von Pangarden bekommen haben.

Pangarden wurde unter Verwendung von co-kreativer Wissenschaft entwickelt. Dadurch erlebten wir einen äußerst effizienten, tiefen, freudvollen und lehrreichen Herstellungsprozess.

Besonderen Dank gilt all den sichtbaren und unsichtbaren Helfern, den helfenden Händen (und Augen!), für ihre wunderbare Unterstützung bei der Entwicklung, sowie auch unseren Lehrern, die den Boden für dieses Werk vorbereitet haben.

In herzlicher Verbundenheit und tiefer Anerkennung.

Es freut uns Pangarden als vielseitige Brücke zwischen Menschen, zum Unbewußten und zum 'wissenden Feld' erschaffen zu haben.

Antje & Martin



Antje und Martin zur 'Brücken-Inspiration' in Venedig.

### **Antje Rickowski**

- Heilpraktikerin – Irisdiagnose & Homöopathie
- Familien-Auftstellungs Therapeutin
- Seminar- Leiterin
- Mutter von drei Töchtern

### **Martin Kutternik**

- Ganzheitliche Technologien
- Co-kreative Forschung
- Vorträge und Publikationen
- Direktor von Panosun Ltd

## Literaturempfehlung:

- Caddy, Eileen & Platts, David E. (2000) *Mit Gott im Herzen*. Greuthof
- Coulter, Catherine R. (1986) *Portraits homöopathischer Arzneimittel II*. Haug
- Hahnemann, Samuel (2006) *Die chronischen Krankheiten, 5 Bde. Ihre eigentümliche Natur und homöopathische Heilung*. Haug
- Ford, Debbie & Höhn, Wolfgang (2003) *Das Geheimnis des Schattens. Verdrängtes erkennen, ganz werden, Lebensfreude gewinnen*. Goldmann
- Hay, Louise L. (1982) *Heile dein Leben*. Hay House
- Hellinger, Bert & Neuhauser, Johannes (2001) *Wie Liebe gelingt*. Carl-Auer
- Holden, Miranda (2002) *Boundless Love*. Rider.
- Jampolsky, Gerald G. (2005) *Verzeihen ist die größte Heilung*. Heyne
- Madelung, Eva & Inneck, Barbara (2006) *Im Bilde sein*. Carl-Auer
- Marciniak, Barbara, (1999) *Plejadische Schlüssel zum Wissen der Erde*. Bauer
- McKenna, Paul & Willbourn, Hugh (2008) *Liebeskummer: Ich heile dein gebrochenes Herz*. Mosaik, Goldmann (ab Mai 2008)
- Mayer, Thomas (2012) *Zusammenarbeit mit Elementarwesen 2*. Neue Erde
- Myss, Caroline (1997) *Geistkörper- Anatomie. Chakren - die sieben Zentren von Kraft und Heilung*. Drömer Knaur
- Ortega, Proceso Sanchez (1989) *Beiträge zu Theorie und Praxis der chronischen Miasmen Hahnemanns: Texte des Homöopathischen Seminars in Berlin 1988*. Burgdorf, Göttingen
- Roberts, Elizabeth & Amidon, Elias (Dez. 1999): *Gebet für die Zukunft: Gleichnis, Millennium, Trennung, Weihnachten, Lehrer, Segen, Poesie. Sacred Journey Vol. 50, No.6*. Fellowship in Prayer
- Rosenberg, Marshall B. (2007) *Gewaltfreie Kommunikation*. Junfermann
- Roy, Ravi & Lage-Roy, Carola (2002) *Das Wesen der Miasmen*. Lage & Roy
- Sheldrake, Rupert (1993) *Das schöpferische Universum. Die Theorie des morphogenetischen Feldes*. Ullstein (Tb)
- Small Wright, Machaelle (1990) *Co-Creative Science*. Perelandra Ltd.
- Spangler, David (1995) *Everyday Miracles: The Inner Art of Manifestation*. Bantam, USA
- Steiner, Rudolf (2005) *Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?* Rudolf Steiner Verlag
- Steiner, Rudolf (1999) *Natur- und Geistwesen - ihr Wirken in unserer sichtbaren Welt*. Taschenbuch. Verlag Freies Geistesleben
- Tolle, Eckhardt (2002) *JETZT! Die Kraft der Gegenwart. Ein Leitfaden zum spirituellen Erwachen*. J. Kamphausen
- Vieten, Tanja & Knorr, Michael (2010) *Systemische Homöopathie mit Familienaufstellung: Lösungswege für unlösbare Fälle*. Haug
- Walsch, Neale Donald & Kahn-Ackermann, Susanne (2003) *Gespräche mit Gott: Neue Offenbarungen*. Goldmann
- Weber, Gunthard (1995) *Zweierlei Glück*. Carl-Auer
- Wehrauch, Wolfgang & Stael von Holstein, Verena (2002) *Was die Naturgeister uns sagen*. Flensburger Hefte



Um Informationen bereitzustellen wurde von Perelandra Ltd. (USA) begrenzte Copyright Erlaubnis für Textauszüge in dieser Broschüre erteilt.

Die Firma Perelandra übernimmt keine Verantwortung für Inhalte und Folgen des Pangarden Prozessspiels im Zusammenhang mit dem Gebrauch der Perelandra Produkte während des Spielprozesses.

Wenn Sie Fragen zum Gebrauch der Perelandra Produkte haben oder Informationen wünschen, wenden Sie sich bitte direkt an Perelandra:

[www.perelandra-ltd.com](http://www.perelandra-ltd.com)

email: [question@perelandra-ltd.com](mailto:question@perelandra-ltd.com) / Tel.: ++1-540-937-2153



## Haftungsausschluss:

Wir haben uns bemüht sicherzustellen, daß die Informationen in dieser Broschüre vollständig und korrekt sind. Nichtsdestotrotz sind weder die Autoren, noch der Hersteller/Verlag in der Lage, professionelle Hilfe oder Vorschläge für den einzelnen Anwender zu bieten. Die Ideen, Prozesse und Anregungen in dieser Broschüre sind nicht gedacht, um eine Konsultation mit Ihrem Arzt zu ersetzen. Sämtliche die Gesundheit betreffenden Angelegenheiten verlangen medizinischer Betreuung. Weder die Autoren, noch der Verlag können verantwortlich gemacht werden für Verlust, Verletzung oder Schaden, die als Folge von Anwendung von Informationen oder Vorschlägen aus dieser Broschüre entstehen. In dieser Broschüre ist einzig und allein die persönliche Meinung der Autoren dargelegt.



© Copyright 2008 Antje Rickowski und Martin Kutternik.  
PANGARDEN™ made by PANOSUN Ltd. -U.K.- Alle Rechte vorbehalten.





# SCHNELL-START ANLEITUNG

1. Setbestandteile (Mattenstapel, Kartensets, etc.) auf einem Tisch platzieren. Kurz mit den sechs verschiedenen Kartensets vertraut machen.
2. Spielprozessablaufsvordruck aus orangem Hefter nehmen und dort das Anliegen/Situation/Thema, das Sie bespielen möchten, beschreiben.
3. Das Thema auslegen:
  - Eine Matte für sich selbst wählen und platzieren
  - Matte(n) für Andere/Ziel/Problem im 'stimmigen' Verhältnis dazu legen.
4. Die Situation beschreiben und Einsichten besprechen und notieren.
5. Mit Hilfe der Frage: **“Was brauche ich um diese Situation besser zu verstehen und zu lösen?”** einstimmen und intuitiv aus einer der folgenden Möglichkeiten wählen:
  - Karte(n) aus einem der Sets, das sich jetzt passend anfühlt, ziehen und auf der Auslage stimmig platzieren
  - mehr Matten auflegen, um weitere Aspekte zu repräsentieren
  - ETS Plus verwenden (wenn diese Zusatzoption vorhanden ist)
  - passende Glitzer auswählen und auflegen
  - mehr über die Auslage reden
  - Auslage ändern, um wahrgenommene Veränderungen darzustellen
6. Neu aufgetauchte Einsichten, Gefühle, Veränderungen besprechen und notieren.
7. Schritte 5 & 6 wiederholen, bis sich der Spielprozess 'komplett' anfühlt.
8. Mögliche Integrationschritte auswählen.
9. Den Erfolg feiern und die Auslage fotografieren!

Erklärungen zu: – *Genetische-Muster-Karten* .... Seite 15  
– *Spirituelle-Impulse-Karten* ..... Seite 21