



Lotus Licht
MEDITATION

RÜCKBLICK

2021

Rückblick 2021

Der Hauptgrund für diese Präsentation ist die Anerkennung der Leistung jedes Einzelnen als Team für das Jahr 2021, insbesondere in dieser pandämischen Situation.

Es gibt so viele Dinge, die wir getan und erreicht haben. Es ist wichtig und wertvoll, dass wir unseren Erfolg feiern und vor allem, dass unsere Arbeit weiterhin positive Auswirkungen auf viele Menschen hat.

Wir glauben auch, dass es der Plan des Universums ist, der durch uns wirkt, um all diese Werke zu manifestieren.

In schwierigen Situationen haben wir immer die Wahl, entweder durch die Linse der Möglichkeiten oder durch die Linse der Probleme zu schauen.

Wir entscheiden uns für die positive Sichtweise, und diese Denkweise hat uns unweigerlich durch jede Situation geholfen.

Nichts dergleichen kann ohne ein Team erreicht werden!

Kurse (Online & vor ort)

Jan

- Rauh Nächte & Boxen 2020/2021 (50+ Teilnehmer)
- Erster Praktikant eingestellt (Chang ☺)
- **unsere Vision aufgebaut**
Das gibt uns eine klare Richtung vor, wo wir hinwollen und mit wem wir zusammenarbeiten.
- Chakra Kurs & Boxen (70+ Teilnehmer)

Feb

- Feng Shui Kurs & Boxen
- Team vorstellen (website, social media)
- Ayurveda Workshop (Nadine)



Rauh Nächte Onlinekurs

Unser Onlinekurs ist dein Kompass durch die 12 magischen Nächte. Mit spannenden Geschichten rund um die alten Bräute, zukunftsweisenden Orakeln, kreativen Ritualen und geführten Meditationen erlebst du den Zauber der Rauh Nächte!

- 1 Live Webinar inkl. Fragen & Antworten (20.12. / 27.12. / 6.1.)
- 3 Videobotschaften zu den besonders heiligen Tagen (21.12. / 24.12. / 31.1.)
- 2 geführte Online Yogastunden
- 5 transformierende Meditationen als Download
- 12 schriftliche Informationen und Ritualanleitungen für die jeweilige Rauh Nacht
- ein digitales Rauh-Nächte Tagebuch zum ausdrucken inkl. Infos zum Räuchern

SPECIAL: Magische Ritual-Box

RITUALE SIND WIE BRÜCKEN VON ALTEN ZU NEUEN ZEITEN.

Ein ganz besonderes Highlight ist unsere magische Ritual-Box, die du zusätzlich zum Onlinekurs bestellen kannst. 28 kleine Geschenke verbunden mit selbst ausgewählten Ritualen und Achtsamkeitsimpulsen stärken die transformierende und magische Kraft der 12 heiligen Nächte für dich.

- 4 hochwertige Edelsteine
- 4 DIY Ritualkarten
- 4 inspirierende Affirmationskarten
- 1 Rauh-Nächte Orakelrolle
- 3 x bewegendes & segnendes Räucherwerk
- 2 entspannende Bademischungen
- 1 schützende Englerkerze
- 1 veganes Schokoladebrot
- 7 kreative Ritualgegenstände
- 1 digitales Rauh-Nächte Tagebuch zum Ausdrucken

Onlinekurs plus Ritual-Box

Erlebe die Rauh-Nächte vom 21.12.2020 bis 06.01.2021 mit unserem Onlinekurs, dem digitalen Rauh-Nächte Tagebuch und der magischen Ritualbox mit 38 individuellen Geschenken!

Du hast bis 30.01.2021 Zugriff auf den kompletten Kursinhalt. Die Ritualbox senden wir dir per Post.

89 €
statt 115 €

[JETZT ANMELDEN](#)



Unsere Vision & Werte

Es ist unsere Vision und unser Herzenswunsch, Menschen aller Altersklassen auf dem Weg der Meditation und Achtsamkeit zu inspirieren, zu unterstützen und zu begleiten.

Für ein friedvolles, freudvolles und achtsames Miteinander!

Inspiration & Begleitung



„Du bist selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt.“ – Mahatma Gandhi

Das ist für uns nicht nur ein wunderschönes Zitat von Mahatma Gandhi, sondern eine ständige Inspiration und Motivation auf unserem Lebensweg. Wir wünschen uns eine Welt voller Frieden, Freiheit und Freude. Diese Qualitäten beginnen bei uns und mit uns. Durch Meditation, Yoga, Achtsamkeit und inneren, stillen und ruhigen haben wir tiefen Frieden, wahre Freude und bedingungslose Liebe erfahren und erkannt, dass diese nie außerhalb oder getrennt von uns sind, sondern stets in uns.

„Im Inneren des Friedens ist immer Freude. Und im Inneren dieser Freude ist Liebe.“ – Eckhart Tolle

Feng Shui Onlinekurs

Verändere deine Lebensqualität durch Feng Shui.



Aus dieser Stille und der inneren, mit grosser innerer Ehrlichkeit und Klarheit folgt für uns der Weg in den Alltag, denn „im spirituellen Weg, der nicht in den Alltag führt, ist ein Irrweg.“ (Gongxi Jiguo)

Es ist unser grosser Herzenswunsch, Kinder, Jugendliche und Erwachsene dabei zu inspirieren, zu unterstützen und zu begleiten, ebenfalls die wunderbaren Qualitäten von Frieden, Freude und Liebe zu erfahren und in ihren Alltag zu integrieren. Gelingt dir diese Integration, so ist es dir ein wirklich erfülltes und zufriedenes Leben. Du agierst mit Herz und Verstand, Inspiration und Intuition und gestützt durch den Fun und den Sinn ein harmonisches Miteinander und eine liebe- und liebevolle Erde.

Die Umsetzung unserer Vision wird hauptsächlich getragen durch drei Werte: Gute, Gemeinschaft und Authentizität.

Güte & Mitgefühl

„Die meisten grossen menschlichen Tugenden sind die höchste Seelen des Universums.“ – Amit Ray

Wir haben Lotus Licht mit der Intention und der Vision gegründet, Harmonie, Verschätzung und Güte in Familien, Freundschaften und Beziehungen zu stärken. Auf eigener Erfahrung wissen wir, wie wichtig unser familiäres Umfeld ist und wie wichtig ein verständnisvolles, unterstützendes, friedvolles, freundliches, künftiges Miteinander ist. Es ist unser innerer Wunsch, ein Leben zu leben, was wir selbst erfahren haben, integriert haben und leben. Wir sind überzeugt, nur ein authentischer Lehrer ist glaubhaft, überzeugend und inspirierend.

Alle unsere Lehrer*innen folgen der Essenz der Lehre spiritueller Lehrer wie Eckhart Tolle, dem Dalai Lama, Byron Katie oder Jack Kornfield. Eine Lehre, die für alle Menschen zugänglich ist und auf eine große, klare, reine, achtsame, liebevolle und dankbare. Alle unsere Lehrer*innen haben eine hohe Bereitschaft und Selbstdisziplin zur Weiterbildung, Selbsterkenntnis und Reflexion. Um eine authentische, reine und hochwertige Lehre weiterzugeben, wählen wir unsere Lehrer und Partner bewusst.

Gemeinschaft

„Vereinbar ist mit Menschen, die sich Herausforderungen und zusätzlich bewundern. Es muss sich etwas verändern.“ – Amit Ray

Wir glauben an die Kraft der Gemeinschaft, die die Inspiration eines jeden Einzelnen und unsere gegenseitige Stärkung bewirken kann. Lotus Licht hat den Wunsch, eine Gemeinschaft aufzubauen, die geprägt ist von Hilfsbereitschaft, Offenheit, Ermüdung und Unterstützung. Wir glauben nicht an Konkurrenz, sondern daran, uns gegenseitig zu unterstützen. Eine Gemeinschaft, die so viel Ruhe und Liebe beibringt, dass sie



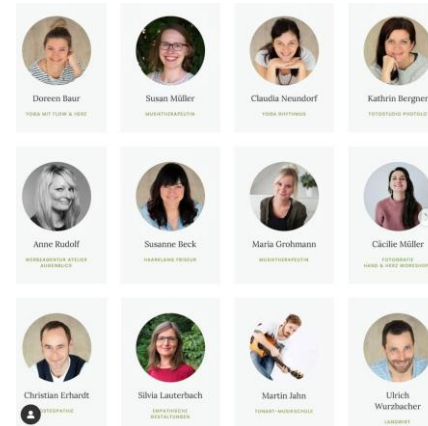
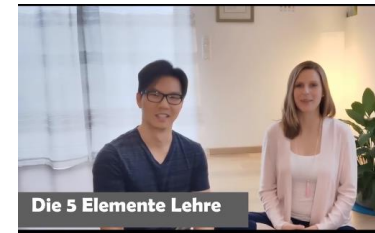
Kurse (Online & vor ort)

Mar

- Spring Kurs & Boxen
- Mit Yoga & Meditation (Lena, Vanessa, Andrea)
- Sprout Seminar (Vanessa)
- Astrologie (Vanessa)
- Fastenmethoden (Nadine)

Apr

- Mindfulness Lunchbreak (Silvi & Zoe)
- Team und Partner vorstellen (website, social media)
- 5 Elemente + Qigong Kurs (Chang, Lena, Vanessa, Andrea)
- Partner Workshop (Andrea)



Astrologie

27.03.2021 | 16.00- CA. 17.30 UHR
MIT VANESSA



Worum geht es 2021 numerologisch und astrologisch ganz speziell und was sind deine Themen in diesem Jahr? Erfahre, welche Besonderheiten uns in diesem Jahr begegnen und wie du das Beste daraus machen kannst.



Kurse (Online & vor ort)

May

- Retreat (Andrea)

Juni

Licht Arbeit Kurs & Boxen (Vanessa)

** Studio für den Sommer wiedereröffnet*

Alle üblichen Kurse Yoga, Meditation und Qi Gong offen

- Yoga Trapeze 1st Launch in Deutschland (Vanessa)
- Kerzen-Workshop (Anne)
- Feengrotten Heilstollen (Online Launch)

Juli

- Retreat (Andrea)



Kurse (Online & vor Ort)

Aug

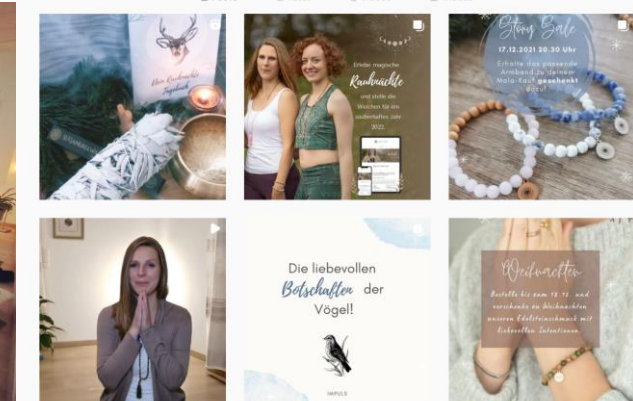
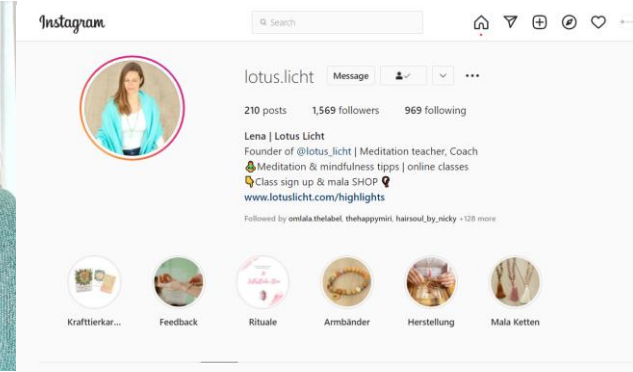
- Raum für Heilung (Kati & Christian)
- Mantra Konzert (Annemarie)
- 2. Instagram-Account gestartet

Sep

- Tierkommunikation (Vanessa)

**Neue Kurse für den Herbst begonnen
(stark nachgefragte Kurse mit regulären Lehrerinnen)*

- Bergfried Festival



Kurse (Online & vor ort)

Oct

- Silvi ist vor Ort bei uns
- Yogakurs und Inside Flow
- Kundenbetreuung
- Zusätzliches Yoga Trapez für Erwachsene (Chang)
- Yoga Trapez für Teenager (Chang)
- Stille Meditation (Chang)
- Yoga Trapez (Vanessa)
- Aeria Yoga (Andrea)
- Chakra Yoga Workshop (Andrea)
- Entspannungskurs für Eltern und Kinder im Integrativen Eltern-Kind-Zentrum
- Kinder Tuch Yoga (Andrea)
- Kerzen Workshop (Anne)
- Klangschalen Workshop (Lena)
- Fest der Herbst Rituale (Lena)
- Shamanic Rituale (Lena)
- Meditation (Lena)
- Meditation (Zoe)



*** Insgesamt 22 Kurse pro Woche im Herbst**

Der Kreativraum wurde vorübergehend zum Produktionsraum umfunktioniert. Ein paar Workshops laufen noch am Wochenende.

Kurse (Online & vor ort)

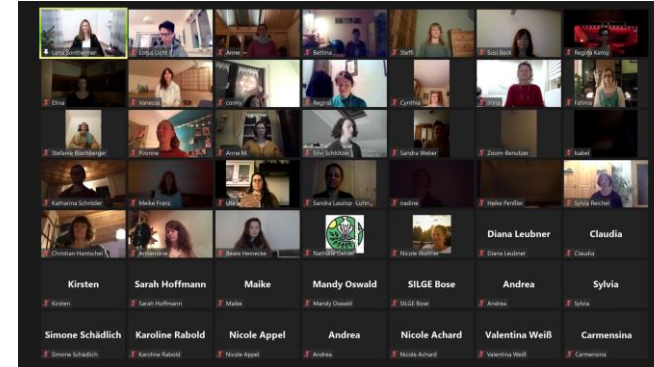
Nov

- Vorbereitung der Themenboxen
- Adventskalender
- Rauh Nächte Boxen

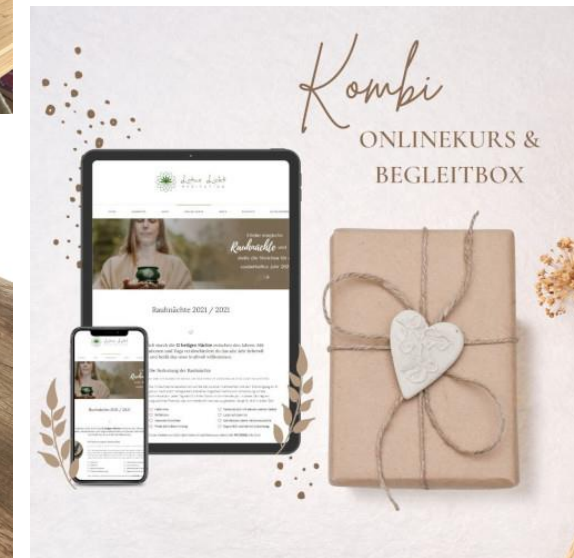
**Alle Klassen auf Online umgestellt*

Dec

- Engel Abend (Susi)
- Mantra Konzert (Annemarie)
- Rauh Nächte Kurs (70+ Teilnehmer)
50 LIVE für Opening



ONLINE



Kollaboration

*Start der Partnerseite auf unserer Website

Die meisten Partner sind am Bergfried-Festival beteiligt

Partner Retreats

- im Vitaleum
- bei Vanessa

Heftchen (mit Susi)

Fotoshootings und Workshops (mit Cäecilia)

- Spirit of Om
- Lotuscraft

Fotoshootings (mit Kathrin)

- Team bilder
- Produkte
- Spirit of OM

Regenbogen Kita *

- Kurse für Kinder
- Weiterbildung für Lehrer

Selbsthilfegruppen*

- Mobbing
- Depression
- mehr Pläne mit der Stadt



Kollaboration

RSP, Hantschel (Achtsamkeitsprojekt)

-ca. **130** Lotus Licht Kinderkarten für die Schule gesendet

**Ein großes Dankeschön an Anne für dieses Projekt*

Ranis Kinderheim

-mit unsere Nadine und der Firma Maxit, haben wir **50** Karten gesendet

Feengrotten*

-Yoga-Wanderung
-Heilstollen Klangkonzert

*Geleitet von Zoe und Andrea

Spirit of OM

-Fotoshooting
-Vertriebshändler für Yoga-Kleidung geworden
-weitere Pläne für das nächste Jahr

Reformhaus in Süddeutschland

- Verkauf unserer Malaketten

Österreich

-Verteiler zum Verkauf unserer Kinder-Affirmationskarten

Studio in Rudostadt

- Mit Maria Grohmann
- In die Warteschleife legen



Neue Produkte 2021

Im August haben wir unsere **zweite Website** gestartet
Insgesamt haben wir in diesem Jahr etwa **22 neue Produkte** eingeführt

In der Weihnachtszeit haben wir verkauft:

- **90** Rauh Nächte Bücher
- **Ca. 60** Rauh Nächte Boxen
- **Ca. 50** Advent Kalender
- Rauh Nachtekarten... (Ich habe schon aufgehört zu zählen)

*etwa **460** Lieferungen verschickt

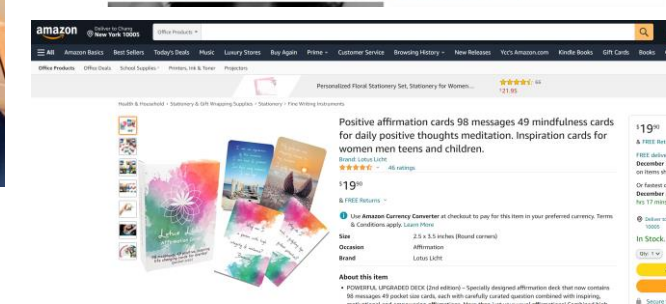
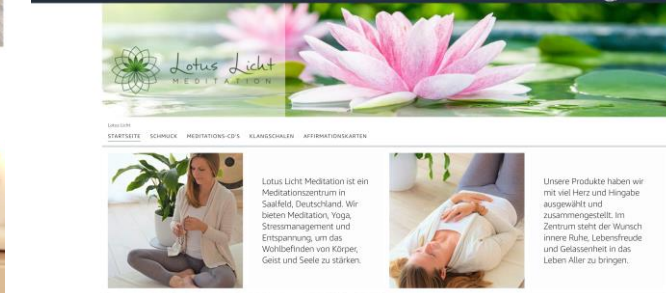
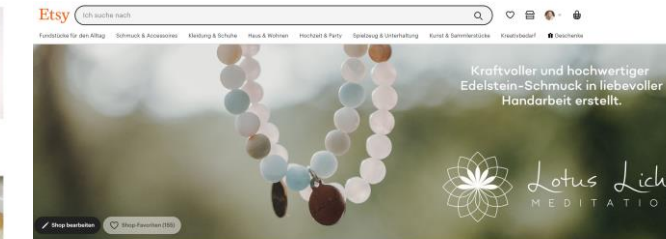
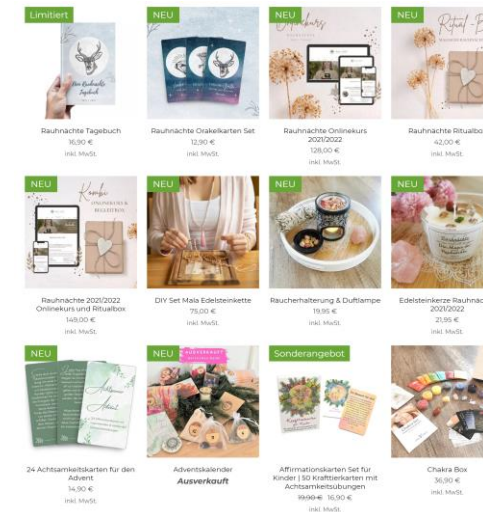
*Über **1000** verkaufte Artikel (Online & Vor Ort)

Auch mit Annes handgefertigten Kerzen und der Glasgravur unserer Partnerin Nadine Schieberle

Verkaufen über die Online-Plattform

- Lotuslicht.com
- Etsy
- Amazon Deutschland
- Amazon USA (noch im Test) Lotus Licht Neue englische Affirmationskarten

Unsere Produkte haben verschiedene Teile Europas, USA und Singapur erreicht. Am weitesten ist es nach Australien.



Spende Projekte

Wir unterstützen 2 Organisationen auf regelmäßiger und monatlicher Basis.

- Schule in Lahdak Indien (regelmäßig)
 - Charity Water in den USA. (monatlich)
- Sie unterstützen überall auf der Welt

<https://www.lotuslicht.de/infos/spendenprojekte>



Spendenprojekte

Es ist tiefer Bestandteil unserer Lebensphilosophie das Gute zu teilen. Energetisch, indem wir gedanklich am Ende jeder Übungsstunde allen Wesen Frieden, Gesundheit und Freude senden und materiell, indem wir Spendenprojekte unterstützen.

Leh Ladakh in Indien

NAHRUNG, INFRASTRUKTUR, BILDUNG

In der nördlichen, kältesten Region des Himalayas liegt die indische Stadt Ladakh. Nicht nur das harte Klima, die mangelnde Nahrung, medizinische Versorgung oder Infrastruktur stellen eine fortwährende Herausforderung dar, sondern auch die hohe Rate an Analphabetismus. Bildung ist daher eine der wichtigsten Aufgaben, um den Kreislauf von Perspektivlosigkeit und Armut zu durchbrechen.

Dank Fortschritt aber nicht Zerstörung von Bewährtem bedeutet, sind neben der Schaffung eines Bildungsangebotes die Wahrung der kulturellen Identität, die stark im tibetischen Buddhismus verankert ist, wesentliches Anliegen des Ngari Institute of Buddhist Dialectics.



Ngari Institute of Buddhist Dialectics

UNTERRICHT, VERPFLEGE UND BILDUNG

Das Ngari Institute of Buddhist Dialectics befindet sich in einem kleinen Dorf namens Saboo. Der Campus erstreckt sich über 20 Hektar verlassenes Land. Dort können sich Mönche, Lehrer und ehrenamtliche Helfer insbesondere um arme oder verlassene Kinder der Region. Das Ngari Institute bietet ihnen Unterkunft, Verpflegung und Bildung. Im Bereich der Bildung ist das Hauptanliegen des Institutes, moderne Wissensschulen ebenso wie buddhistische Weisheiten zu vermitteln.

Unser befreundeter Mönch, Gedhe Tsewang Dorje, hat das Institute 1993 gegründet. Unter Leitung des bedürftigen Buddhistischen Geliebten ist das Institut in den letzten Jahren stark gewachsen und beherbergt derzeit über 50 Kinder. Seit mehreren Jahren unterstützen wir die wertvolle Arbeit des Institutes. Aber Mutter und Chang-Mutter werden bereits in Ladakh. Chang-Mutter konnte sogar einige Zeit lang in der Schule wohnen und vor Ort unterstützen.

Der persönliche Kontakt und die tiefe Freundschaft, die uns mit Gedhe Tsewang Dorje verbindet, sind uns sehr wichtig. Wir wissen, dass unsere Spenden und unsere liebevollen Gedanken stets in Ladakh ankommen.

„Wir sind Besucher auf diesem Planeten. Wir sind ungefähr 90 oder 100 Jahre hier. In dieser Zeit sollten wir versuchen, etwas Gutes, etwas Nützliches in unserem Leben zu tun. Wenn du zum Glück anderer beiträgst, dann wirst du die wahre Bedeutung des Lebens entdecken.“

— DALAI LAMA

charity: water

WASSER IST LEBEN

charity: water ist eine gemeinnützige Organisation, die Menschen in Entwicklungsländern sauberes und sicheres Trinkwasser zur Verfügung stellt.

WASSER IST LEBEN und das Wissen, dass 785 Millionen Menschen auf unserem Erdball kein sauberes Wasser nutzen können, sollte uns zum Nachdenken anregen.

Siebenhundertfünfundachtzig Millionen - das ist fast 1 von 10 Menschen weltweit oder doppelt so viel wie die Bevölkerung der Vereinigten Staaten.

Mit dem Zugang zu sauberem Trinkwasser wird ein grundlegendes Bedürfnis des Menschen erfüllt. Was für uns als selbstverständlich gilt, ist jedoch keineswegs überall so. In abgelegenen ländlichen Regionen auf der Erde verbringen Menschen jeden Tag Stunden damit, zu Fuß Wasser für ihre Familien zu holen.

Nicht nur, dass der Weg zum Wasser die Kinder vom Besuch der Schule abhält, auch für die Erwachsenen kostet es Zeit, die einem Erwerb zum Geldverdienen verloren geht. Hinzu kommt, dass sich durch lange Transportwege die Wasserqualität verschlechtert und die Menschen durch das Wasser krank werden.

Wenn eine Gemeinde Zugang zu sauberem Wasser erhält, kann das so ziemlich alles verändern.

Der Gesundheitszustand der Menschen verbessert sich, der Zugang zu Nahrungsmitteln erhöht sich, die lokale Wirtschaft wird angekurbelt und Kinder können mehr Zeit in der Schule zu verbringen.

Es ist uns ein Herzensbedürfnis andere zu unterstützen ein menschenwürdiges Leben zu führen.

Wir spenden schon seit Jahren monatlich an charity: water, weil es eine überaus vertrauenswürdige Wohltätigkeitsorganisation ist. Sie stellen sicher, dass jeder Dollar in die Projekte auf der ganzen Welt fließt, welche mit Fotos und GPS nachverfolgt werden können. Mit größtmöglicher Transparenz macht die Organisation sichtbar, dass 100% der Spenden dort ankommen wo sie gebraucht werden.

Wir ermutigen jeden, sich die Website anzuschauen, um mehr zu lesen und die wertvolle Arbeit von charity: water zu unterstützen.

Vielen Dank!



Presse

Marcus Verlag

- 3 Berichte

OTZ

- 2 Berichte

DeinTV

- 3 Berichte

Feel Good Magazin

- 1 Anzeige



Lotus Licht in den Medien



Wir sind überaus dankbar, dass unsere Botschaft und unsere Inspirationen auch über verschiedene Medien weiter getragen werden.



Hier sind einige Presseberichte aus den vergangenen Jahren.

Team Umstrukturierung

Christian Graber als Marketing Manger

Steffi Klöse als Happy Customer (Kundenbetreuung)

Susi Beck als Kursleiterin

Anne Maierhofer als Projekt & Kinder Meditationlehrerin

Neue Teammitglieder



Christian



Steffi



Susi

22 Kurse pro Woche

Geführt vom Team. Zusätzlich viele tolle Workshops und Retreats.



7 Engagements in Selbsthilfegruppen

- Unter der Leitung unseres Teams haben wir verschiedene Events für den Austausch in der Gemeinschaft zu verschiedenen Themen eingerichtet: Raum für Trauer, Raum für Heilung, Raum für Jugendliche
- Darüber hinaus unterstützen wir verschiedene Selbsthilfegruppen in der Region. u.a. im Bereich Depression oder Mobbing



460 Weihnachts-lieferungen

Über 1000+ verkaufte Artikel

- Alle während Weihnachten im Nov & Dez
- Die Produkte wurden innerhalb Europas, in die USA, nach Singapur und am weitesten nach Australien verschickt

Lotus Licht 2021 Rückblick

KURZE ZUSAMMENFASSUNG

13 Teammitglieder

wunderbare Herzensmenschen unterstützen uns auf so vielen Ebenen und bei verschiedenen Projekten und Kursen.



4 Spendenprojekte

- Mit RSP und der Tischlerei Hantschel haben wir ein Achtsamkeitsprojekt ins Leben gerufen und rund 130 neue Kartensets an Kinder und Lehrer verschenkt.
- 50 Kartensets versenkten wir mit Nadine Müller und Maxit an das Kinderheim in Ranis.
- Regelmäßige Unterstützung der Schule in Lahdak Indien
- Monatliche Unterstützung von charity: water weltweit



30+ verschiedene Angebote

- Aus- und Weiterbildungen im Team ermöglichen es uns mittlerweile über 30 verschiedene Angebote für Kurse, Workshops und Beratungen anzubieten.



9 Kollaborationen

- Die Zusammenarbeit mit der Stadt sowie Unternehmen und Partnern der Region sind fester Bestandteil unseres Tuns.
- Unsere Produkte sind jetzt auch im Allgäu und in Tirol (Österreich) zum Verkauf erhältlich.



1000+ Kunden

- In 5 Jahren ist unser Kundenstamm auf über 1000 Kunden angewachsen



22 Neue Produkte sind entstanden

- Im Sommer veröffentlichten wir unsere zweite Lotus Licht Website und weiteten den Verkauf über 4 verschiedene Online-Plattformen aus.
- Wunderschöne neue Schmuckprodukte, Affirmationskarten und Themenboxen sind entstanden
- In unserem Shop vor Ort haben wir außerdem einige lokale handgefertigte Produkte mit unseren Partnern integriert

All diese Leistungen fielen in die Zeit der Pandemie und wir hatten Monate, in denen unsere Studios vorübergehend geschlossen waren.

Aber dank der Offenheit, Anpassungsfähigkeit und Kreativität des Teams und der Kunden konnten wir trotz der Herausforderungen vieles erreichen, vielen Menschen begleiten und unsere Vision weitergeben. <https://www.lotuslicht.de/infos/vision>

Wir haben das Leben vieler Menschen in vielerlei Hinsicht positiv beeinflusst. Sie haben von unseren Kursen und Produkten sehr profitiert und wir erhalten weiterhin viele gute Rückmeldungen.

Lena und ich sind euch allen als Teil des Teams sehr dankbar, dankbar für unsere Freunde und Kunden, die immer für uns da sind.

Möge das Jahr 2022 ein weiteres freudiges und erfülltes Jahr für uns alle werden!

- Chang
31 Dec 2021

p.s. Falls du dieses schöne Video von unserem Kinder Yoga Trapez Kurs mit Grüßen noch nicht gesehen hast, hier ist der Link.
<https://youtu.be/0546pQjVDD8>