



QUANTUM COHERENCE · EINLADUNG · TEIL I EINER REIHE VON VIER WORKSHOPS

Self Realization

*Ein Tag nach innen. Eine Praxis fürs Leben.
Die Ruhe, die dir niemand nehmen kann.*

Lerne an einem Tag, wirklich still zu werden — wach und klar. Verstehe, warum du bist, wie du bist. Und finde das in dir, was auch dann bleibt, wenn sich alles andere ändert.

Samstag, 12. Dezember 2026 · 10:00-18:00 Uhr

Schloss Kränzlin · Existential Consciousness Research Institute · bei Neuruppin

Leitung: Marcus Schmiede, Dr. h.c. (Nobel University, USA) · Beitrag: 90 € inkl. Mittag- und Abendessen

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt — Anmeldung an shop@veden-akademie.de

Was du davon hast

Eine Praxis, die dir gehört. Vier Phasen, dreißig Minuten, ein Anker im Herzen. Nach dem Tag kannst du sie allein gehen — nach vierzig Tagen ist sie deine.

Ruhe, die nicht gemacht ist — und Wachheit, die bleibt. Das Denken tritt zurück, das Herz wird langsamer, das Grübeln verliert seinen Motor. Studien zeigen weniger Angst, bessere Regulation, ein leiseres Erzählnetzwerk; die eigene Messreihe zeigt es Sitzung für Sitzung.

Verstehen, warum du bist, wie du bist. Drei Kräfte, die Täler deiner Landschaft, drei Schichten — und die Regel, welcher Eingriff wann wirkt. Du hörst auf, stärker zu wollen, und beginnst, die Landschaft zu verändern.

Den Ort, an dem sich ein Leben ändern kann. Am Ende jedes Ausatmens ist ein Moment, in dem noch nichts entschieden ist. Du hast ihn fünfzehnmal in der Minute. Nach diesem Tag kennst du ihn.

Das, was in dir schaut. Nicht ein besseres Selbstbild, sondern das, was hinter allen Selbstbildern bleibt — und dir deshalb nicht genommen werden kann. Das ist keine Erfahrung, die man haben muss. Es ist ein Boden, auf dem man steht.

Die Praxis erzeugt nichts und verspricht nichts. Sie verändert verlässlich die Bedingungen — was auf ihnen wächst, gehört dir.

Die Reihe — vier Stufen eines Weges

I · Das Gefäß

dieser Tag

Landkarte · die vier Phasen
· die Frage als Verankerung
· Alltagsanker · die vierzig Tage

II · Der Klang

nach den vierzig Tagen

Individualisierung ·
Energetik · Atem der
Rückkehr · zweite
Verankerung · der Gāyatrī
mit seiner Übergabe

III · Die Kraft

Frühjahr 2027

gerichtete Aufmerksamkeit
· das Mantra als Sammlung
· die Lebensform, die den
Tag ordnet

IV · Das Intensiv

2027 · Schloss Kränzlin

mehrere Tage: die lange
Form der Praxis, Stille als
Lebensrhythmus

Erst die Stille, dann der Klang, dann die Kraft — und die Kraft kehrt in die Stille zurück. Jede Stufe setzt die vorige voraus. Die Reihe führt systematisch durch die Phasen eines spirituellen Weges und ihre Praxis.

Der Tag

Die Welt, die du erlebst, ist eine Auswahl aus etwas Reicherem — auch das, was du für dein Ich hältst. Am Vormittag entsteht die Landkarte: drei Kräfte, die jede innere Lage bestimmen; die Täler, in denen Stimmungen, Muster und Selbstbilder wohnen; die drei Schichten, auf denen sich ein Mensch verändert. Parallel wird die Kohärenzpraxis Schritt für Schritt aufgebaut — Versammlung, Sinken, Schwingen.

Am Nachmittag kommt die Bewegung, die dem Tag den Namen gibt: die Umkehr der Aufmerksamkeit zu dem, was wahrnimmt — die vierte Phase. Dann zeigt die Neurophysiologie, was die Praxis im Gehirn und im Herzen tut: mit Studien, mit eigenen Messungen und einer Live-EEG-Demonstration im Raum. Der Tag endet mit fünf Versen der Bhagavad-Gītā und mit der Praxis in Stille.

10:00	Da sein — fünf Minuten Stille, bevor ein Wort fällt · Rahmen und Verabredungen
10:20	Die Landkarte: drei Kräfte · Pointer-Zustände und ihre Tiefen · drei Schichten · die angemessene Intervention — mit vier aufeinander aufbauenden Übungen bis zum Schwingen
13:30	Mittagessen — die ersten zehn Minuten schweigend
14:45	Die Umkehr: Yoga-Sūtra · „Wer ist es, der schaut?“ · die volle Praxis mit allen vier Phasen
16:30	Die Wissenschaft: die fünf Rhythmen des Gehirns · die vier Phasen im EEG und im Herzen · Live-Demonstration
17:15	Der Weg: die vierzig Tage · der Boden: fünf Verse der Gītā · die Kulmination · Schlusspraxis in Stille
18:00	Abendessen — gemeinsam, ohne Programm

Alle Übungen sind Einladung. Erlebnisse werden beschrieben, nie bewertet. Übergänge sind still.

Was diesen Tag trägt

Eine Theorie, keine Meinung. Das Modell dahinter ist physikalisch-mathematisch; seine Grundgleichung wird am Vormittag gezeigt. Man muss sie nicht verstehen — nur sehen, dass hier keine Weltanschauung vorgetragen wird.

Empfangen und geprüft. Die Praxis ist von den Traditionen empfangen — Yoga-Sūtra, Bhagavad-Gītā, Ramana Maharshi — und von der Wissenschaft geprüft: Interozeption, Entspannungsantwort, Ruhenetzwerk, Rückwendung, jeweils mit Studien.

Messbar. Eine eigene EEG-Messreihe begleitet die Praxis; auf Schloss Kränzlin entsteht ein Forschungslabor. Was die Kurven zeigen, siehst du am Nachmittag live.

Ehrlich. Meditation ersetzt keine Behandlung; sie ist die Ergänzung, die jede Behandlung besser trägt. Das Kriterium der Praxis sind nicht deine Erlebnisse, sondern der Blick auf den ersten Menschen am nächsten Morgen.

yato yato niścaraṭi manaś cañcalam asthiram · tatas tato niyamayitad ātmany eva vaśaṃ nayet
„Wohin auch immer der unstete Geist entweicht — von eben dort führe man ihn zurück und bringe ihn heim ins Selbst.“ Bhagavad-Gītā 6,26 — der ganze Weg in einem Satz.

Für wen

Für alle, die eine tägliche Praxis suchen, die trägt — ohne Vorkenntnisse. Für Menschen, die schon meditieren und wissen wollen, was dabei geschieht und warum. Für Ärztinnen, Therapeuten und Coaches, die ein Modell suchen, das Körper, Psyche und Identität in Einklang bringt. Und für alle, die schon vieles ausprobiert haben und etwas suchen, das im Alltag bleibt.

Leitung



Marcus Schmiede, Dr. h.c. (Nobel University, USA) — Physiker, Philosoph und Erfinder (TimeWaver, Healy), Gründer des Existential Consciousness Research Institute auf Schloss Kränzlin. In Quantum Coherence verbindet er eine eigene physikalische Theorie des Bewusstseins mit der Kohärenzpraxis und einer laufenden EEG-Forschung. Zwölf Jahre in einer klösterlichen Tradition haben die Praxis geprägt, dreißig Jahre Physik ihre Sprache.

Mitbringen · Rahmen

Bequeme Kleidung, ein Sitzkissen oder eine Decke, wenn du nicht auf dem Stuhl sitzen magst, ein Notizbuch. Die Praxis wird mit Stuhl gelehrt. Am Ende des Tages erhältst du das Mitgabeblatt mit allem für die vierzig Tage und eine Audioaufnahme der geführten Praxis. Während der Übungen bleiben die Handys stumm.

Anmeldung mit Name und Telefonnummer an shop@veden-akademie.de · 90 € inkl. Mittag- und Abendessen
· Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.