

# TAO DES REISENS

Interaktive *Computer-Doppel-CD* zum Lernen von Meditation und Selbstheilung

In der Fantasie verreisen, dem Alltag enttrinnen, loslassen und gesunden. Ideal für Arbeitspausen und Feierabend. In diesem „Spiel“ kann man nur gewinnen: Gesundheit!

**Spielerische Entspannung per Mausclick - auf 400 interaktiven Seiten:**

Dabei tauchen Sie mit allen Sinnen in die Region ein und finden Ihre Kraftorte mit Hilfe der schamanischen Trommel (Brainstorming). Gleichzeitig genießen Sie Natur, Landschaft, Kunst und Architektur. Unterhaltsam informieren Sie sich über Ihr Reiseziel und über verschiedene Selbstheilungstherapien. Fotos, Filme, Farben, Kunstbilder, Objekte und Formen laden zum Meditieren ein. Sie werden gleichsam in das Wunderland der Poesie entführt. Aus einer Palette von Musikstücken und Tönen können Sie sich Ihre Lieblingsklänge aussuchen. Oder Sie genießen die Stille und entspannende Klangmassagen. Zusätzliche Entspannung bieten leichte Übungen der Selbstmassage.

**Weitere Relax-Angebote auf den CD's:**

- vier Lernspiel-E-Books - eingebettet in entspannende Multimedia-Unterhaltung
- Humor und Spaß mit Lach-Yoga; Animation zum Lied- und Chakra-Singen
- Elemente-, Jahreszeiten- und Gourmet-Meditation; Wellness-Kochrezepte
- Zauber und Märchenhaftigkeit mit animierten Bildern; Augenentspannung
- Yin-Yang-, Regenbogen-, Tageszeiten-, Licht- und Kerzen-Meditationen
- Farbheilkatalog, Chakren und Sinne, Haiku-Lyrik, Natur- und Vogelstimmen
- Meditation mit Farbtönen, Mantras, Mandalas, Mudras, Zen-Kunst, Kalligraphie
- Meditationsshows zum Zurücklehnen; audio-visuelle Lehrgänge zum Meditieren
- Naturtherapien für unterwegs, Ratschläge zum Pilgern, Kraftort-Ritual
- Erinnerung an den inneren Frieden, Weltmeditationsminute

Mit meditativem Reisebegleiter, Wellness- und Gesundheitstipps aus der Region, Meditationscoach und Nutzer-Handbuch (E-Books auch als Taschenbücher zum Ausdrucken)

Sprache: Deutsch (CD 1 + CD 2)  
Vollbild- und Randversion  
Pentium III, 265 MB-RAM  
CD-Laufwerk, aktuelle Codecs  
MS Windows XP / 98 / 7, Vista  
Soundkarte, ab VGA-Auflösung

[www.meditaterra.de](http://www.meditaterra.de)

© meditaterra-Edition G. Walter / K. Ries  
Königswinter 2010  
Konzeption, Text, Foto, Film:  
Gabriele Walter  
Musik, Ton und Sprecherin:  
Gabriele Walter  
Grafik, Foto: Kurt Ries  
Produktion: Gabriele Walter

Computer  
Doppel-CD

Reisen  
Meditieren  
Heilen

WELLNESS + MEDITATIONS-LERNSPIEL: Rügen und Hiddensee

Wellness + Meditations **LERNSPIEL**

## Rügen und Hiddensee



- PILGERN ZUR INNEREN MITTE -

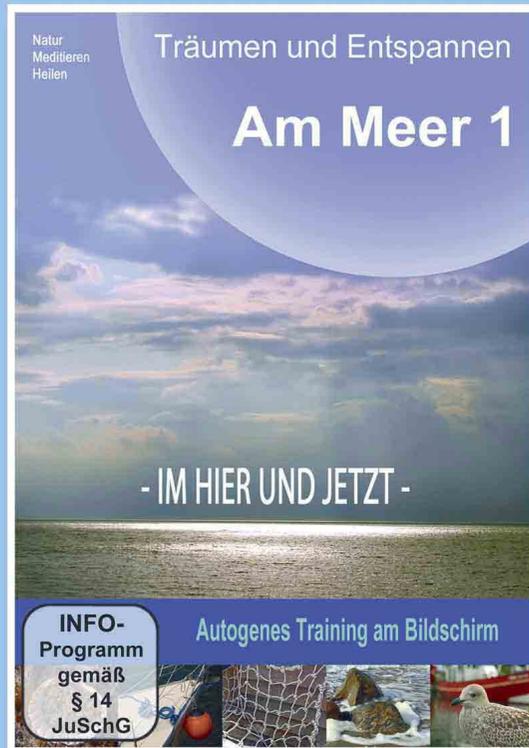
**LEHR-  
Programm  
gemäß  
§ 14  
JuSchG**

Mit lyrischen Affirmationen und Kunstzeichnungen frei nach Gerhart Hauptmann und Caspar David Friedrich

101



# Empfehlung



Alle Urheber- und Leistungsschutzrechte vorbehalten. Kein Verleih! Keine unerlaubte Vervielfältigung, Vermietung, Aufführung, Sendung!

Alle Werke auf den CD's stammen von den Herausgebern Gabriele Walter und Kurt Ries. Ausnahmen - in eigener Bearbeitung: Schlusschormelodie „Freude schöner Götterfunken“ und „Mondscheinsonate“ von Ludwig van Beethoven sowie „Der Mond ist aufgegangen“ von Johann Abraham Peter Schulz. Weitere Ausnahmen, siehe jeweilige Impresen auf den CD's.

Die Autoren übernehmen keinerlei Gewähr für die Aktualität, Korrektheit, Vollständigkeit oder Qualität der bereitgestellten Informationen. Haftungsansprüche gegen die Autoren, die sich auf Schäden materieller oder ideeller Art beziehen, welche durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind ausgeschlossen, es sei denn, sie sind vorsätzlich oder grob fahrlässig verursacht. Alle Angebote sind freibleibend und unverbindlich.

Liebe Meditationsfreunde,

das Wellness+MeditationsLERNSPIEL liegt in **zwei verschiedenen Versionen vor (CD 1 + CD 2)**:

**1) Rand-Version:** Sie eignet sich für **relativ breite Bildschirmgrößen**, die das vorliegende Bildformat des Lernspiels verzerren würden. Das Lernspiel erscheint in einem etwas kleineren, aber realistischen Format. Ein hellgrauer Rand füllt den restlichen Teil des Bildschirms aus.

**2) Vollbild-Version:** Sie eignet sich für **Bildschirmgrößen im Format 4 : 3**. Dabei breitet sich das Lernspiel über den ganzen Bildschirm aus. Die Vollbild-Version ist **nicht unbedingt an jedem Bildschirm abspielbar**, möglicherweise werden die Videos nicht angezeigt. Nutzen Sie bitte in diesem Fall die Lernspiel-EXE-Datei auf CD 1 (Rand-Version).

Wir empfehlen Ihnen, beide Versionen zu **testen und zu entscheiden**, welche zu Ihrem Bildschirm passt. Per **Klick auf die EXE-DATEI mit dem roten Augensymbol** (im Lernspiel-Ordner) öffnet sich die jeweilige Version. *(Die Zubehör-Videos in dem Ordner sind für Sie nicht wichtig!)*

Um einen möglichst ruhigen Ablauf der Meditation zu gewährleisten bzw. Geräusche des Laufwerkes zu vermeiden, können Sie den LERNSPIEL-Ordner auf Ihre Festplatte kopieren und dann die exe-Datei öffnen. Sie benötigen dazu ca. 600 MB Speicherplatz. Der Kopiervorgang dauert max. 5 Minuten. (Im Verleih bitte den Ordner nach Ablauf der Leihfrist löschen!)

Kopfhörer bieten in der Regel einen besseren Klang als die üblichen Lautsprecher für Computer oder Notebook. Stellen Sie eine angenehme Lautstärke an Computer, Kopfhörer oder Boxen ein. Zum Meditieren sei eine eher gedämpfte Lautstärke empfohlen.

## CD 1

Multimedia-Lernspiel  
(Rand-Version)

1. Meditativer Reisebegleiter  
(PDF-E-Book / Taschenbuch)
2. Nutzer-Handbuch  
(PDF-E-Book / A4-Format)  
Druckanleitung (PDF-Datei)

## CD 2

Multimedia-Lernspiel  
(Vollbild-Version)

3. Wellness- und Gesundheitstipps  
(PDF-E-Book / Taschenbuch)
4. Meditationscoach  
(PDF-E-Book / Taschenbuch)  
Druckanleitung (PDF-Datei)

Die Multimedia-Lernspiele unserer Reihen „Tao des Reisens“ und „Tao der Natur“ lassen sich leicht und spielerisch bedienen. **Zu Beginn** des Lernspiels werden Ihnen **vier Wege zum Einstieg** vorgestellt. Sie können wählen, ob Sie lieber **hören, lesen oder intuitiv** vorgehen. Auf der **Intro-Seite** und im **Meditationsverzeichnis** (Navigation) können Sie sich einen Überblick über den Lernspiel-Inhalt verschaffen. Dort können Sie zudem die **anschauliche Bedienungsanleitung** lesen. Darüber hinaus kann **auf jeder Lernspiel-Seite eine „Seiten-Hilfe“** eingeblendet werden.

Sollte sich während der fortlaufenden Meditationsshows der Bildschirmschoner einschalten (Bildschirm-Ruhezustand), bewegen Sie bitte kurz die Maus oder stellen Sie die Wartezeit Ihres Bildschirmschoners auf mindestens 45 min ein (rechte Maustaste auf Desktop-Eigenschaften-Bildschirmschoner).

Im Wellness+MeditationsLERNSPIEL sind u.a. die folgenden **E-Books** enthalten: **Meditativer Reisebegleiter, Wellness- und Gesundheitstipps, Meditationsanleitung / Therapeutische Hinweise und die Bedienungsanleitung. Sie liegen auf den beiden CD's auch als ausdrückbare Taschenbücher vor: 1. 2. 3. 4. (s. o.).** Die PDF-Dateien für unterwegs können Sie im handlichen **A5-Querformat drucken – ohne den Broschürendruck zu beherrschen.** Außerdem können Sie das **A4-Nutzer-Handbuch ausdrucken. Bitte beachten Sie die Druckanleitung (PDF-Datei)!**

Viel Freude beim spielerischen Meditieren und Lernen von Selbstheilung und Entspannung!