

**About Anthony:** (There are German and Italian versions below)

I had my own journey first with anxiety, panic attacks and mild depression while in my final year at Cambridge University in 1991.

This continued during my work as a financial auditor, where I experienced chronic stress and then as a software programmer, where I went into a meltdown of physical and mental fatigue. A serious breakdown / burnout.

Despite massive efforts to heal myself, this journey continued in 2001, with me entering non-ordinary states, we can say spiritual psychosis perhaps.

After an 8-month period in the psychiatric system, I came off anti-psychotic medications and took personal responsibility for my own well-being. This journey continued for the next 8 years with me going in and out of challenging non-ordinary states until I stabilised in 2010.

Over time I've become a qualified Mindfulness teacher, Tai Chi & Qi Gong teacher and have been teaching since 2015. I am also an experienced student of the late [Akinobu Kishi](#), the founder of [Sei Ki](#) and teach his amazing touch therapy in my own way. I've spent twenty-five years exploring these fields with total dedication.

I found my own ways to recover and live a full life and now share what I learnt with others.

Click here for more on [Anthony's background and experience](#)



*Anthony Fidler*

---

**Über Anthony:**

Ich machte zunächst meine eigene Reise mit Angstzuständen, Panikattacken und leichter Depression während meines letzten Studienjahres an der Universität Cambridge im Jahr 1991.

Dies setzte sich während meiner Arbeit als Finanzprüfer fort, wo ich chronischem Stress ausgesetzt war, und später als Softwareprogrammierer, wo ich einen Zusammenbruch erlitt – sowohl körperlich als auch geistig. Ein schwerer Burnout.

Trotz massiver Bemühungen, mich selbst zu heilen, setzte sich diese Reise im Jahr 2001 fort, als ich in außergewöhnliche Bewusstseinszustände eintrat, die man vielleicht als spirituelle Psychose bezeichnen kann.



*Anthony Fidler*

Nach einem achtmonatigen Aufenthalt im psychiatrischen System kam ich von antipsychotischen Medikamenten ab und übernahm die persönliche Verantwortung für mein eigenes Wohlergehen. Diese Reise setzte sich die nächsten acht Jahre fort, während ich immer wieder in herausfordernde außergewöhnliche Zustände eintrat, bis ich 2010 stabil wurde.

Im Laufe der Zeit wurde ich ein qualifizierter Lehrer für Achtsamkeit sowie Tai Chi und Qi Gong und unterrichte seit 2015. Außerdem bin ich ein erfahrener Schüler des verstorbenen Akinobu Kishi, dem Gründer von Sei Ki, und lehre seine erstaunliche Berührungstherapie auf meine eigene Weise. Ich habe fünfundzwanzig Jahre lang diese Bereiche mit voller Hingabe erforscht.

Ich habe meine eigenen Wege gefunden, mich zu erholen und ein erfülltes Leben zu führen, und teile nun mit anderen, was ich gelernt habe.

Klicken Sie hier, um mehr über [Anthony's Hintergrund und Erfahrung zu erfahren](#).

---

### **Su Anthony:**

Ho intrapreso il mio percorso personale, inizialmente con ansia, attacchi di panico e lieve depressione durante l'ultimo anno all'Università di Cambridge nel 1991.

Questo è continuato durante il mio lavoro come revisore finanziario, dove ho sperimentato stress cronico, e successivamente come programmatore di software, dove ho avuto un crollo fisico e mentale, un serio esaurimento/burnout.

Nonostante enormi sforzi per guarire me stesso, questo percorso è continuato nel 2001, quando ho iniziato a sperimentare stati non ordinari, che si potrebbero definire forse psicosi spirituale.

Dopo un periodo di otto mesi nel sistema psichiatrico, ho smesso di assumere farmaci antipsicotici e ho assunto la responsabilità personale per il mio benessere. Questo percorso è continuato per i successivi otto anni, durante i quali ho alternato stati non ordinari fino a stabilizzarmi nel 2010.

Col tempo sono diventato un insegnante qualificato di Mindfulness, Tai Chi e Qi Gong e insegno dal 2015. Sono anche un esperto studente del defunto Akinobu Kishi, fondatore di Sei Ki, e insegno la sua straordinaria terapia attraverso il tocco a modo mio. Ho dedicato venticinque anni con totale dedizione all'esplorazione di questi campi.

Ho trovato i miei modi per guarire e vivere una vita piena, e ora condivido con gli altri ciò che ho imparato.

Clicca qui per ulteriori informazioni sul [background e sull'esperienza di Anthony](#).



*Anthony Fidler*