



N O N A S I M A K I S

Publizistin

nonasimakis.de

Kriegerin und Philosophin

AUTORIN · PODCASTERIN · KOLUMNISTIN · HELLENISTISCHE PHILOSOPHIN

Die Weisheit der Antike für die Fragen unserer Zeit.

P R E S S E M A P P E 2 0 2 6

nonasimakis.de · simakis.de · kunoichi.de

Nona Simakis



Publizistin griechischer Herkunft, zu Hause in Deutschland. Seit fast vier Jahrzehnten auf einem Weg, der Körper, Geist und Seele zusammenführt.

Seit 1990 ist sie Gruppenleiterin bei Daskalos, dem zypriotischen Mystiker Dr. Stylianos Atteshlis, der seitdem ihr Mentor ist. Bis heute leitet sie ihren eigenen Kreis.

1993 gründete sie das Bujinkan Tenshi Dojo Dortmund. Heute trägt sie den regulär erworbenen 15. Dan und ist die weltweit höchstgraduierte Griechin dieser Kampfkunst.

Sie lehrt hellenistische Philosophie. Aus Begriffen Platons und Aristoteles' entwickelte sie zwei eigene Konzepte: Parousia, die bewusste Gegenwart, und Symploké, die Verflechtung aller Dinge. In ihren Seminaren, Meditationen und Heldenreisen wird der antike Mythos zum Spiegel, in dem Menschen sich selbst erkennen.

Seit 2000 veröffentlicht sie Bücher und Gedichte, bezieht in „Nonas Kolumne“ klar Stellung und spricht im Podcast „Teilzeitheilige“ frech, echt und mit Humor über die Fragen des Lebens. Ob auf der Matte, im Seminar oder am Mikrofon: Nona Simakis lehrt, was sie selbst lebt.

Ihre persönliche Geschichte erzählt sie im kostenlosen Heft „Kriegerin und Philosophin“ auf patreon.com/NonaSimakis.

Parousia und Symploké

Im Zentrum ihres Werkes stehen zwei Begriffe aus der griechischen Philosophie, die schon bei Platon und Aristoteles auftauchen. Nona Simakis hat beide zu eigenen Konzepten einer spirituellen hellenistischen Philosophie weiterentwickelt.

Seit 1990 unterrichtet sie ohne Unterbrechung: zunächst die spirituelle Mystik nach Daskalos in wöchentlichen Kreisen, später in eigenen Seminarreihen, die heute unter den Namen Parousia und Symploké monatlich stattfinden. Jedes Jahr gibt sie außerdem Seminare zur hellenistischen Philosophie in Griechenland.

Parousia

Parousia bedeutet Gegenwart, Anwesenheit. Bei Nona Simakis ist sie die Kunst, wirklich da zu sein: im eigenen Körper, im eigenen Leben, im eigenen Inneren. Parousia fragt, wie ein Mensch aus der Mitte lebt statt aus der Reaktion.

Symploké

Symploké bedeutet Verflechtung. Alles ist mit allem verwoben: Mensch und Kosmos, Mythos und Gegenwart, das eigene Schicksal und das der anderen. Unter dem Dach der Symploké stehen ihre Heldenreisen, in denen der antike Mythos zum Raum der Selbsterkenntnis wird.

Jedes Thema betrachtet sie auf vier Ebenen: psychologisch, philosophisch, mystisch und spirituell.

SEMINARREIHEN

PAROUSIA	Abende über Gegenwart, Heilung, Seelenlehre und Schönheit als Erkenntnisweg
ODYSSEUS	Die Odyssee als Heldenreise der Seele
ARGONAUTEN	Die Fahrt der Argo als innerer Weg
STARKE FRAUEN DER ANTIKE	Penelope, Ariadne und Sappho: weibliche Kraft, Treue zu sich selbst, Sprache und Schönheit

ZUM KENNENLERNEN: KRIEGERIN UND PHILOSOPHIN

In diesem kostenlosen Heft stellt Nona Simakis sich persönlich vor, bei einer Tasse Tee und einem Koulourakia aus ihrer Schale: wer sie ist, woher ihr Weg kommt und warum man ihr vertrauen kann. Kostenlos auf patreon.com/NonaSimakis.

Bücher, Gedichte und Podcasts

Nona Simakis schreibt auf Deutsch und webt die Erfahrung zweier Kulturen in ihre Sprache. Ihr erstes Buch erschien im Jahr 2000. Bis 2017 veröffentlichte sie in Verlagen, seit 2018 als Selfpublisherin.

2026 *Innenschau. Die Kunst der bewussten Selbstbeobachtung*, Reihe Spirituelle Mystik (englisch *Introspection*)

2020 *Glaukos: Memoiren*

2014 *Kassandras Weg*, Roman (Neuausgabe 2018)

2013 *Pfauenfeder. Gedichte und Aphorismen*

2011 *Des Rosengartens Schmerz*, Gedichte

2011 *Stern der Erinnerung* (Neuausgabe 2020)

2000 *Agapa. Die Kunst der bedingungslosen Liebe* (mehrere Neuauflagen)

Dazu Kalender mit Fotografien und Aphorismen sowie Gedichte und Kurzprosa in Anthologien.

GEDICHTE AUF DER BÜHNE

2013 wurden zwei Gedichte aus *Des Rosengartens Schmerz* am Theater St. Gallen in der Lokremise tänzerisch umgesetzt, im Abend „Lovesongs“: „Entscheide dich“ als Gruppenstück und „Der Aufstieg des Phönix“ als Tanzfilm, choreografiert von Sebastian Gibas und Andrea María Méndez Torres.

Teilzeitheilige

Frech, echt und mit Humor: Im Podcast spricht Nona Simakis über Philosophie, Gesellschaft, Kultur und die großen wie kleinen Fragen des Lebens, ohne ideologische Scheuklappen. Für Menschen, die lieber selbst denken.



Nonas Kolumne

Klare Worte, klare Meinung. Die Kolumne erscheint schriftlich und wird im Podcast eingesprochen. Dazu kommt ihr zweiter Podcast, die „Dortmunder Darlings“. Auf Instagram folgen ihr über 12.000 Menschen.

Journalismus

Für das Magazin *TOP Dortmund* schrieb Nona Simakis eigene Kolumnen und führte Interviews. Ihre journalistische Arbeit reicht damit über Literatur und Philosophie hinaus zu gesellschaftlichen und kulturellen Themen.

Bujinkan Budo Taijutsu

Seit 1990, also seit über 35 Jahren, übt und lehrt Nona Simakis die japanische Kampfkunst Bujinkan Budo Taijutsu. 1993 gründete sie das Bujinkan Tenshi Dojo Dortmund, 1995 folgte eine Zweigstelle in Berlin: eines der ersten Dojos in Deutschland, das allein von einer Frau geführt wurde. Sie trägt den regulär erworbenen 15. Dan und ist die weltweit höchstgraduierte Griechin im Bujinkan. Ihre Überzeugung: Kampfkunst beginnt im Leben, nicht auf der Matte.

15. DAN UND ZWEI SELTENE AUSZEICHNUNGEN

Im März 2013 verlieh ihr Soke Dr. Masaaki Hatsumi den 15. Dan. Im Juni 2013 folgte der **Golden Dragon Award**, die höchste Auszeichnung des Bujinkan, für ihre besonderen Verdienste. Am 11. November 2015 erhielt sie den **Shin Gi Tai Bufu Ikkan Menkyo**, den Soke nur Schülern verleiht, die Geist, Technik und Körper in sich vereint haben.

Pionierarbeit für das Bujinkan

Von 1996 bis 2011 machte sie das Bujinkan in Deutschland bekannter: Im Magazin *Kampfkunst International* stellte sie es mit Interviews mit den Shihan Stefanidis, Fröhlich und Kanakis vor und betreute eine Werbekampagne für über zwanzig Bujinkan-Dojos. Sie führte die „Black Belt Seminare“ ein, stellte auf dem Shidoshi-Kai das Konzept einer Benefiz-Seminarreihe für Kinder vor und gab die Zeitschrift *Ninpo News & More* heraus. Durch ihr Engagement verbinden sie bis heute herzliche Freundschaften in aller Welt.

Lehre und Bühne

Jedes Jahr leitet und organisiert sie mehrere Budo-Seminare, unter anderem auf Zypern. Unter dem Namen **Woman's Shield** unterrichtet sie Selbstverteidigung für Frauen; an der Theodor-Heuss-Realschule in Dortmund-Eving gab sie Kurse „Mut zur Wut“ für junge Mädchen. Mitte der 1990er Jahre choreografierte sie an der Oper Dortmund die Schwertkampfszene für Verdis „Otello“.

Lesungen, Presse und Auftritte

Eine Auswahl ihrer öffentlichen Auftritte, Interviews und Veröffentlichungen.

-
- 2017 **Onna Bugeisha Keiko, Berlin.** Internationales Bujinkan-Seminar mit fünf Lehrerinnen, Nona Simakis als Referentin und Ideengeberin des Formats.
-
- 2017 **1. Netter Bücher-Frühling, Dortmund.** Lesung als eine von zwölf Autorinnen und Autoren.
-
- 2016 **Dortmund. Stadt der Kulturen.** Beitrag und Interview im Lesebuch der Stadt Dortmund über das kulturelle Leben der Stadt (Klartext Verlag).
-
- 2016 **Ruhr Nachrichten, 19. Januar 2016.** „Die Männer fest im Griff“: Bericht über ihre Selbstverteidigungskurse für Frauen im Bujinkan Tenshi Dojo.
-
- 2014/15 **TOP Magazin Dortmund.** Interview „Nichts erscheint so, wie es wirklich ist“ über *Kassandras Weg* und ihre griechischen Wurzeln.
-
- 2015 **Ruhr Nachrichten, 7. Januar 2015.** „Roman im Traum geboren“: Bericht über die Entstehung ihres Debütromans *Kassandras Weg*.
-
- 2015 **MUCA, Herne.** Organisation von Autorenlesungen.
-
- 2015 **Auslandsgesellschaft Dortmund.** Lesung aus *Kassandras Weg*.
-
- 2014 **zakk, Düsseldorf.** Lesung aus *Kassandras Weg*.
-
- 2014 **Griechisches Generalkonsulat Düsseldorf.** Deutsch-griechischer Literaturabend „Eine Schachtel Literatur“.
-
- 2014 **TAIKAI.** Fachbeitrag „Vom Äußeren in Dein Inneres“ über Budo und Selbsterkenntnis.
-
- 2013 **Auslandsgesellschaft Dortmund.** Lesung „Oh küsse mich du Muse“ mit Gedichten und Essays über Mystik und die Welt der Hellenen.
-
- 2013 **Budo-Seminar auf Zypern.** Als Lehrerin, Oktober 2013.
-
- 2013 **Theater St. Gallen, Lokremise.** Zwei Gedichte aus *Des Rosengartens Schmerz* tänzerisch umgesetzt.
-
- 2013 **Deutsch-Griechisches Lesefestival auf Kreta.** Mit Interview bei Radio Kreta, „Ein paar Fragen an Nona Simakis“.
-
- 2012 **Ruhr Nachrichten.** „Die zwei Seiten einer Frau“: Porträt über ihre poetischen Kalender und ihren Unterricht in japanischer Kampfkunst.
-
- 1996 bis 2011 **Kampfkunst International.** Beiträge, Interviews und eine Werbekampagne für das Bujinkan in Deutschland.
-
- 1990er **Oper Dortmund.** Choreografie der Schwertkampfszene für Verdis „Otello“.
-

Themen und Fragen

Vortrags- und Impulsthemen

1. **Kriegerin und Philosophin.** Was Budo und die Antike über innere Stärke lehren.
2. **Welcher Faden bist du?** Penelope und die Symplekide: wie wir das Gewebe unseres Lebens selbst knüpfen.
3. **Wir reden von Zukunft. Aber was ist aus unserer Menschlichkeit geworden?** Über Würde und Begegnung.
4. **Leben aus dem Inneren.** Parousia: aus der Mitte leben statt aus der Reaktion.
5. **Wo beginnt Heilung?** Erkenntnis, Seelenlehre und die Ebenen des Menschen.
6. **Ist Schönheit ein Erkenntnisweg?** Von Platon und Diotima bis in unseren Alltag.
7. **Die Odyssee als Heldenreise der Seele.** Versuchung, Verlust und Heimkehr zu sich selbst.

Jedes Thema als Impuls, Vortrag oder Seminar buchbar.

Fragen an Nona Simakis

Als Einstieg für Interviews, Podcasts und Moderationen.

1. Kampfkunst und Philosophie: Wie passt das für Sie zusammen?
2. Was bedeuten Parousia und Symplekide, und warum haben Sie gerade diese beiden Begriffe gewählt?
3. Sie sind seit 1990 Gruppenleiterin bei Daskalos. Was hat Sie an seiner Lehre so tief berührt?
4. Warum braucht unsere Zeit die Philosophie der Antike?
5. Was kann ein Mythos wie die Odyssee einem Menschen heute über sein eigenes Leben sagen?
6. Sie tragen den 15. Dan und sind die höchstgraduierte Griechin im Bujinkan. Was bedeutet Ihnen das?
7. Ihr Podcast heißt „Teilzeitheilige“. Warum nur Teilzeit?
8. Sie leben zwischen zwei Kulturen. Was ist an Ihnen griechisch, und was ist deutsch?

Kurzbiografien

IN EINEM SATZ

Nona Simakis ist Publizistin, hellenistische Philosophin und Trägerin des 15. Dan im Bujinkan Budo Taijutsu.

KURZ

Nona Simakis ist Publizistin griechischer Herkunft: Autorin, Podcasterin, Kolumnistin und hellenistische Philosophin. Sie begründete die Konzepte Parousia und Symploké, die auf Begriffe Platons und Aristoteles' zurückgehen. Seit 1990 ist sie Gruppenleiterin bei Daskalos. Als Gründerin des Bujinkan Tenshi Dojo Dortmund trägt sie den 15. Dan und ist die weltweit höchstgraduierte Griechin im Bujinkan.

AUSFÜHRLICH

Nona Simakis ist Publizistin griechischer Herkunft und lebt in Deutschland. Als Autorin, Podcasterin („Teilzeitheilige“, „Dortmunder Darlings“), Kolumnistin („Nonas Kolumne“) und hellenistische Philosophin verbindet sie die Weisheit der Antike mit den Fragen unserer Zeit. Aus Begriffen Platons und Aristoteles' entwickelte sie ihre Konzepte Parousia, die bewusste Gegenwart, und Symploké, die Verflechtung aller Dinge. Seit 2000 veröffentlicht sie Bücher und Gedichte; zwei ihrer Gedichte wurden 2013 am Theater St. Gallen tänzerisch umgesetzt. Seit 1990 ist sie Gruppenleiterin bei Daskalos (Dr. Stylianos Atteshlis) und unterrichtet seitdem ohne Unterbrechung. 1993 gründete sie das Bujinkan Tenshi Dojo Dortmund. Sie trägt den 15. Dan im Bujinkan Budo Taijutsu, ist die weltweit höchstgraduierte Griechin dieser Kampfkunst und wurde von Großmeister Dr. Masaaki Hatsumi mit zwei seltenen Auszeichnungen geehrt, dem Golden Dragon Award (2013) und dem Shin Gi Tai Bufu Ikkan Menkyo (2015).

ANMODERATION ZUM VORLESEN

Unser Gast ist Kriegerin und Philosophin zugleich. Nona Simakis trägt den 15. Dan in der japanischen Kampfkunst Bujinkan und lehrt hellenistische Philosophie. Sie schreibt Bücher und Gedichte, spricht im Podcast „Teilzeitheilige“ und hat zwei eigene philosophische Konzepte entwickelt, Parousia und Symploké. Herzlich willkommen, Nona Simakis.

Presse und Zusammenarbeit

Nona Simakis freut sich über Ihre Anfrage.

Impulse und Vorträge auf Kongressen, Tagungen und Kulturveranstaltungen

Interviews und Gespräche für Presse, Radio und Podcasts

Lesungen aus ihren Büchern und Gedichten

Gastbeiträge und Kolumnen

Seminare und Workshops, online oder vor Ort

Budo-Lehrgänge im Bujinkan

Honorare und Konditionen auf Anfrage.

E-MAIL	simakis@ymail.de
--------	--

AUTORIN UND PUBLIZISTIN	nonasimakis.de
-------------------------	--

PHILOSOPHIE UND SEMINARE	simakis.de
--------------------------	--

BUDO	kunoichi.de
------	--

INSTAGRAM	@nona.simakis · 12.200 Follower
-----------	--

ALLE LINKS	linktr.ee/nonasimakis
------------	---

