

# Wege nach innen



Eine Bewusstseinsreise

09.-11.12.2022

**Das Unbewusste lehrt uns, beherzt Schritte in die eigene, lichte Mitte zu tun. So können wir die verborgene Schönheit unseres wirklichen, wahren Selbst schauen. Begrenzungen und persönliche Muster werden sichtbar und beginnen sich aufzulösen.**

Dieses Wochenende lädt Sie dazu ein, sich selbst in der Tiefe Ihres Seins zu begegnen und darüber Tiefenentspannung zu erfahren. Das Geschenk, das Sie sich machen, ist eine Verwandlung im Alltäglichen: Es eröffnen sich Ihnen Wege, mit sich selbst im Einklang und versöhnt zu leben.

Aufgrund des prozessorientierten Zugangs dieses Kurses ist es mir ein Anliegen, die von Ihnen gewünschten Inhalte situativ aufzugreifen und zu verwirklichen.

Elemente der Kursarbeit sind unter anderem:

- Klangreisen / heilende Klänge
- Traum- bzw. Phantasiereisen
- verschiedene Formen der Meditation
- Eutonie
- Atem- und Entspannungsübungen
- Körperübungen / Yoga
- Meditativer Tanz

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibutensilien und – falls gewünscht – eigene Iso- bzw. Yogamatte, Decke und Sitzkissen mit.

**Wir sind eingebettet im ewigen Atem der Schöpfung.  
Einatmen. Ausatmen.  
Immer wieder.  
Erde, lass mich auf deinen Pulsschlag hören.  
Schenke mir deine Kraft und ermutige mich,  
meinen Atem wieder los-zulassen,  
Ihn dem göttlichen Spiel der Wandlung zu überlassen.  
Schritt für Schritt  
Im ewigen Tanz der Schöpfung.**

Christa Kattinger

## TERMIN

Freitag, 9. Dezember 2022, 18:00 Uhr – Sonntag, 11. Dezember 2022, 13:00 Uhr

## LEITUNG

**Robert Siepen** Geboren 1959. Studium der Theologie und Sportwissenschaft. Seminar­­tätigkeit in der Erwachsenenbildung. Kursleiter für Tage religiöser Orientierung und Besinnung an Gymnasien. Vielfältige Seminarerfahrungen in praktischer Spiritualität. Ausbildung bzw. Zusatzqualifikation in Klangmassage; Gespräch, Beratung und Begleitung; Psychosynthese und Spielpädagogik.

**Aadel Maximilian Anuth** Diplom-Theologe, Kommunikationstrainer und -berater nach Schulz von Thun (Schulz von Thun Institut für Kommunikation, Hamburg), Gesundheitsberater (Bildungswerk für therapeutische Berufe BTB), Supervisor (i.A.), Haus Ohrbeck

**KOSTEN** Kursgebühr, Verpflegung und Unterkunft

293 € Einzelzimmer mit Dusche | WC

263 € Einzelzimmer mit Dusche | WC auf der Etage\*

263 € Doppelzimmer mit Dusche | WC (pro Person)

\*Dusche/WC befinden sich in unmittelbarer Nähe des Zimmers und werden mit maximal drei Gästen geteilt.

## INFORMATION, ANMELDUNG, VERANSTALTUNGSORT

Haus Ohrbeck, Am Boberg 10, 49124 Georgsmarienhütte

0 54 01 | 336-0, [info@haus-ohrbeck.de](mailto:info@haus-ohrbeck.de), [www.haus-ohrbeck.de](http://www.haus-ohrbeck.de)



HAUS OHRBECK