

Aktuelles Seminar:

"Die Reise ins Ich"

am Samstag 31.08.2024 und Sonntag 01.09.2024
jeweils von 10 Uhr bis 17 Uhr

Im Amanar Zentrum Riehen
(früher Psi Zentrum Basel)

Anmelden auf
<https://www.psizentrumbasel.ch>

Tel: 0041 (0)61 641 02 29

Seminarbeschreibung:

Die grösste Herausforderung im Leben ist es sich selbst zu finden, zu akzeptieren und im Einklang mit sich selbst zu sein.

In sich selbst Frieden, Raum und Platz zu haben erfordert kontinuierliche Arbeit an sich selbst und Verständnis dafür, wer wir sind und wie wir funktionieren.

Man muss an seinen Mustern und Begrenzungen arbeiten. Alte Lasten loslassen, negative Emotionen umwandeln in Positive; und dazu muss man sich mit dem Universum verbinden und verstehen, dass wir ein Teil des Ganzen sind und gleichzeitig ein Individuum, welches Schöpfer seiner eigenen Realität ist.

Genau bei dieser grossen Aufgabe kann und möchte ich euch helfen in meinen Seminaren.

In diesem Seminar erlernen und üben wir verschiedene Meditationen, Atemübungen und auch Körperübungen, welche sie dann zu Hause weiterüben können.

Wir verschaffen uns einen kleinen Einblick in die Philosophie der chinesischen Medizin, sehen uns Gesundheit aus dieser Sicht an und ziehen Parallelen zu heutigen wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Ziel des Seminars ist es, sich selber besser zu verstehen, die Zusammenhänge des inneren- und äusseren Geschehens besser zu erkennen und Werkzeuge mit nach Hause zu nehmen, die es ermöglichen selbstständig weiter an sich zu arbeiten.

Jeder bekommt dazu auch ein Skript wo er dann das Gelernte nachlesen kann.

Die Reise ins ICH
ist der Weg der Heilung.
Mein Weg zu mir, ist mein Weg, zu meiner Heilung.
Dein Weg zu dir, ist dein Weg, zu deiner Heilung

Jeder ist seine eigene Medizin.
Der erste Schritt ist Verantwortung übernehmen.

