

FORTLAUFENDE JAHRESGRUPPE

1 x pro Monat - 4 Stunden

Start 20. Jänner 2018

Termine werden immer pro Quartal bekanntgegeben

Zeit:

jeweils Samstag

13.00 – 17.00 Uhr (je 4 EH à 60 Min)

Seminarort:

Wird bei Anmeldung bekanntgegeben

Energieausgleich:

€ 155,00 pro Quartal

Kontakt:

Christa Kühleitner

0676 / 62 14 247

office@lebens-t-raeume.co.at

www.lebens-t-raeume.at



Intuitions- und Bewusstseinstaining



Vom rationalen zum intuitiven Zeitalter

Es ist keine Frage, dass wir in einer ganz besonderen Zeit des Übergangs und Wandels leben – und das hat nicht ausschließlich mit Spiritualität zu tun. Das Leben entzieht sich immer mehr und mehr unserer rationalen Planung und Kontrolle (männliches Prinzip und RATIO), Empathie und Mitgefühl (weibliches Prinzip und INTUITION) werden spür- und sichtbar.

Intuition ist aber natürlich nicht nur Frauen vorbehalten, ganz im Gegenteil – Intuition ist weder männlich noch weiblich, sondern MENSCHLICH zu sehen. Intuition zu entwickeln bedeutet, ich setze mich mit mir selbst auseinander, werde und bin mir meiner selbst bewusst, nehme meinen Körper, meine Bedürfnisse, meine Gefühle wahr.

Intuitions- und Bewusstseinstraining verhilft zu einem bestmöglichen Kontakt zu sich selbst und erschafft Synchronizität im Leben. Denn nur, wenn ich meine Intuition wahrnehme und nach ihr handle, bin ich im Fluss des Lebens.

Die Jahresgruppe ist keine Ausbildung, sie ist eher zu sehen als kontinuierliche Begleitung und Unterstützung, dem eigenen Pfad zu folgen ... denn das schnelle, laute, fordernde Leben hindert uns viel zu oft daran, auf die Innere Stimme zu hören.

LEBENS(T)RAUM **worauf es wirklich ankommt im Leben**

Neben aktuellen Fragen und Themen der Teilnehmer, auf die ich immer eingehen werde, beschäftigen wir uns z.B. mit:

- Der Weg zur eigenen Mitte und inneren Ruhe (verschiedenste Meditationstechniken)
- Innere und äußere Rückzugsräume gestalten
- Resilienz – mit Herausforderungen umgehen, ohne Energie zu verlieren
- Optimale Konzentration und Kontemplation
- Lebensbalance stärken – unsere vier Säulen
- Körpergesundheit durch Körperwahrnehmung
- Charisma – das Strahlen eines Menschen der Weg zu einer starken Ausstrahlung, Gelassenheit und Sicherheit
- Das eigenen Potenzial entwickeln und leben
- Vereinigung männliches und weibliches Prinzip zum menschlichen Prinzip
- uvm