

Meldeschluss ist der 13. April 2019:

Frühzeitige Anmeldung ist aufgrund begrenzter Teilnehmerzahl sinnvoll.

Die Überweisung der Teilnahmegebühr erfolgt nach Anmeldung jedoch spätestens 14 Tage vor dem jeweiligen Seminar auf das angegebene Konto.

**Es stehen zwei TERMINE zur Auswahl:
Bitte bei Anmeldung den
Wunsch-Termin ankreuzen (X)**

Kontakt: AnneGret Sanzenbacher
Telef.: 07191-734113
Mobil: 0152-33 500 246
E-Mail: info@hausderharmonie.de

Ort: „Haus der Harmonie“
71554 Weissach im Tal/Bruch
Tulpenstraße 29

Selbstverköstigung: jeder bringt sein Essen/
Vesper mit. Geschirr/Besteck usw. ist vorrätig.
Wasser/Tee steht zur Verfügung.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme
Socken, Schreibzeug für eigene Notizen,
Iso-Matte oder dicke Woldecke

Versch. Teesorten, Kaffee, Wasser, Knabberien
stehen bereit und sind im Preis enthalten

Kleiner Tipp!!



**Mal etwas
Besonderes schenken!!**

**Der besten Freundin/Freund...
Mutter.. oder eine Überraschung
für ...?? mit z.B. einem *Gutschein*
zur Teilnahme am
Workshop
*„Ein Geschenk des Augenblicks“***

**oder einer Qigong-
Schnupperstunde
oder eine Heilsitzung**



**Rufen Sie mich einfach an!
Ich berate Sie gerne!**



WORKSHOP 2019

mit

***„HSIN TAO“
Tun im Nichtstun***



***„Ein Geschenk des
Augenblicks“***



***Einfach nur mal SEIN
zurück zur eigenen Mitte***

HEUTE tauchen WIR tief ein ins Innere, erforschen unser selbst, hören auf, aktiv zu denken, erleben dabei Momente der wahrhaftigen Stille.

Wir entdecken unsere Intuition, setzen dieses Wissen um und lernen dabei, auf sie zu hören, ihr zu vertrauen und sie zu nutzen.

Durch Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen entsteht ein Dialog zwischen Körper - Seele - Geist. Durch das bewusste Wahrnehmen unseres Körpers lernen wir den Körpersignalen zu vertrauen.

Oft stehen uns dabei unsere Gedanken im Weg. Wir machen uns ständig Gedanken über das Morgen, unsere Zukunft und den Verlauf unseres weiteren Seins. Ständiges Grübeln, was wir noch tun und erreichen möchten, und was wir tun zu müssen glauben, beschäftigt uns. Anstatt den Augenblick jeden Moment zu erfüllen, verschwenden wir unsere Zeit und unsere Energie für Gedanken an beliebige Dinge, die vielleicht niemals eintreffen werden. Der Verstand will erklären, weiß alles besser, wir drehen uns im Kreis.

HEUTE haben wir ein Rendezvous mit Momenten der Stille und Leere „**Ein Geschenk des Augenblicks**“.

Wir finden hier die Pforte um unseren inneren Herzraum zu betreten.

Der Taoismus - sowie alle östlichen Glaubens- und Lebenslehren - sind uns in ihrer Weisheit um vieles voraus. Oft wird geschmunzelt über so einfache Worte wie;

„**Tun im Nichtstun**“
„**Wu Wei**“

und verwechseln dies oft mit Trägheit und Faulheit. Dabei bedeutet es - mit dem Leben **eins** werden und dem Strom des Lebens folgen.

**Das Leben ist nicht so, wie es sein sollte.
Es ist so, wie es ist. Wie man damit fertig wird,
macht den Unterschied aus.“**
(Virginia Satir)

Mein Tipp:

Sei Du die Veränderung, die Du Dir
von anderen wünschst!

PROGRAMM:

A) ÜBUNGEN aus dem „*Hsin Tao*“

Das erstaunlichste Merkmal an diesen Übungen ist die völlige Abwesenheit von Anstrengung, man könnte annehmen, es sei wohl der sanfteste Weg zu Gesundheit und langem Leben.

- Atem-Übungen, um die spirituelle Energie zu erneuern und zu steigern, um das „innere Feuer“ anzufachen
- Techniken im Stehen, um den Körper zu erneuern und zu verjüngen
- Techniken im Sitzen, um den Geist zu erneuern und zu beruhigen

B) „*Chakra-Power*“

Übungen im Stehen und im Sitzen, um Ihr Körper-Bewusstsein zu trainieren - Voraussetzung für eine optimale Transformation von Blockaden und Entwicklung einer authentischen Lebenshaltung

C) Techniken, um die „*tausend Affen im Kopf*“ zu bändigen, die Macht der Gedanken zu erkennen und Frau/Herr im **eigenen Haus zu werden.**

D) ICH –und SELBSTwerdung oder.. wie wir uns mit unserem **EGO** den eigenen Weg verschließen. Theoretisches Grundwissen sowie praktische **Übungen zur Selbsterkenntnis** zur sofortigen Umsetzung

F) Folge der „*Stimme deines Herzens*“.
Übungen zum Erspüren der eigenen spirituellen Herzensenergie. Der Verstand weiß immer alles besser, im Herzen jedoch sitzt die Wahrheit.

ANMELDUNG:

Hiermit melde ich mich **verbindlich** an für den Work Shop in Weissach im Tal/Bruch

„**Ein Geschenk des Augenblicks**“

Samstag, den 04.05.2019
Samstag, den 29.06.2019
(Bitte ankreuzen welcher Termin)

Seminarzeiten: jeweils von 9.30h-17.00h
(mit Mittagspause)

Seminargebühr: **111,00 €**
Die Bankverbindung wird bei Anmeldung mitgeteilt:

Teilnehmer/In: (..... Personen)

Name.....

Vorname.....

Geburtsdatum.....

Anschrift.....

Email.....

Telefon

eventuelle Beschwerden/ Erkrankungen z.B. Allergien, Blutdruck, bisherige OPs,.. (freiwillige Angabe):
(Das *Haus der Harmonie* ist nicht barrierefrei)

Absagen, die 7 Tage vor Seminarbeginn eingehen, sind nur möglich, wenn ein/e Ersatzteilnehmer/in gestellt wird. Hierbei wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 20% der Seminargebühr fällig. Steht kein Ersatz für den/ die Teilnehmer/in zur Verfügung, bitte ich um Verständnis dafür, dass die gesamte Seminargebühr fällig wird, da der Platz reserviert gehalten wurde.

Datum und Unterschrift