



29. & 30. September 2018 jeweils von 10 - 18 Uhr

Neue Kraft schöpfen

Stille-Retreat in der Natur

"Reden ist Silber, Schweigen ist Gold"

Möchtest du den lauten Alltag mit seiner Geschäftigkeit hinter dir lassen und die wohltuende Wirkung der Stille erfahren?

Wolltest du schon immer einmal ein Stille- und Schweige-Retreat erleben, um deinen Verstand still werden zu lassen, um deine innere Stimme wieder wahrzunehmen?

Ich lade dich herzlich dazu ein, in diesem Stille-Retreat Ende September im Herzen der Natur anzukommen und deine innere Heimat (wieder) zu finden.

Zudem verabschieden wir den Sommer und richten uns auf den Herbst und Winter aus.

Abschied und Neubeginn sind unsere Begleiter in ihren mannigfaltigen Qualitäten.

Was dich erwartet:

☯ **Schweige-Einheiten, in denen du dich mit dem Wesentlichen in deinem Leben verbinden kannst**

☯ **Gezielter Austausch über das Thema, das dich zum Stille-Retreat begleitet**

☯ **Meditationen und Imaginationenreisen**

☯ **Bewegungseinheiten, wie achtsames Gehen**

Jeder geht seinen Weg eigenverantwortlich teilweise alleine, bis wir wieder zurück in die Gruppe finden. In diesem Wechsel ist es dir erlaubt, ganz für dich zu sein und dich dann wieder als Teil einer Gemeinschaft zu erleben.

Es geht um eine bewußte Achtsamkeit mit deinem Körper, mit der Aufmerksamkeit für das, was dich umgibt und das Gewahrsein mit deiner Seele, die permanent mit dir kommuniziert. Wir nehmen ihre Rufe nur nicht immer wahr, weil wir so beschäftigt mit der Außenwelt und ihren vielen Anforderungen an sie sind.

An diesem Wochenende darfst du nur für dich SEIN, denn es geht um das pure SEIN und um DICH. Keine Verpflichtungen von zu Hause. Eine Verabredung mit DIR und dem Leben.

Durch das bewusste in die Stille gehen kommt dein laut redender Verstand zur Ruhe und du fängst an, zu fühlen. Deine Bauch- und Herzstimmen erwachen und lassen dich alles fühlen. Du kommst wieder in der Gegenwart, im Hier und Jetzt an, kommst in einen Zustand des Flows und erlebst dich neu, frei von deinen Rollenbildern und Masken.

Du findest die Stimme deines Inneren Kindes – es ist deine innere Stimme, die Herzenstimme – und die seiner Bedürfnisse, um sie in deinen Alltag mitzunehmen und zu übertragen. Diese innere Stimme lässt sich (wieder) finden und bringt dich zurück in das Urvertrauen, das in jedem von uns wohnt.

Wenn du wieder zurück zu DIR finden möchtest, freue ich mich über deine Teilnahme.

Kosten für das Wochenende: 290,- Euro

Ort: Bremer Bürgerpark

Anmeldung

Hiermit nehme ich verbindlich* am Stille-Retreat

„Neue Kraft schöpfen“

am 29. & 30. September 2018 jeweils von 10 – 18 Uhr teil.

Name:

Adresse:

Telefon:

Mailadresse:

Unterschrift

*** Verbindlich bedeutet: Wenn du kurzfristig nicht am Workshop teilnehmen kannst und nicht innerhalb von 2 Wochen vor dem Retreat absagst, bezahlst du ein Honorar von 200 Euro.**

Anmeldungen bitte postalisch an: Lidia Schladt, Torgauer Str. 27, 28215 Bremen

Oder per Mail an: mail@logotherapie-bremen.com