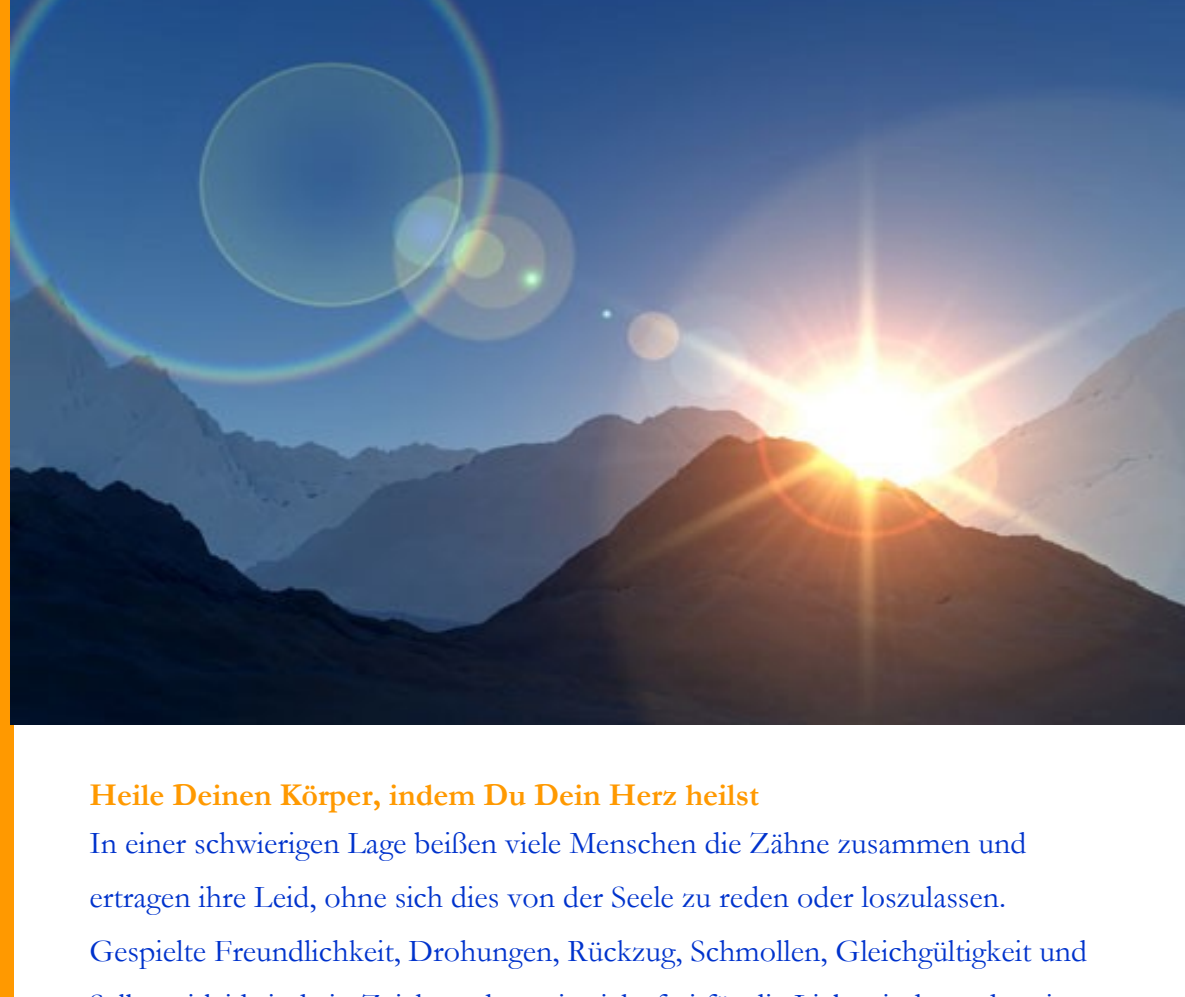


„Groll ist wie Gift trinken und hoffen, dass es Deine Feinde umbringt.“

Nelson Mandela

Fühl dich frei— Ein Loslass-Seminar

24. bis 26. Mai 2013 im Energieparadies Waldesruhe in Oberstdorf



Heile Deinen Körper, indem Du Dein Herz heilst

In einer schwierigen Lage beißen viele Menschen die Zähne zusammen und ertragen ihre Leid, ohne sich dies von der Seele zu reden oder loszulassen.

Gespielte Freundlichkeit, Drohungen, Rückzug, Schmolten, Gleichgültigkeit und Selbstmitleid sind ein Zeichen, dass wir nicht frei für die Liebe sind, sondern in einem Kampf oder einer Flucht feststecken und uns schützen wollen.

Unverarbeiteter seelischer Schmerz führt zu Leblösigkeit, Gefühlsstau und Trägheit, zu lähmenden Ängsten, Misstrauen oder Scham.

Nach einer ägyptischen Legende wird unser Herz nach dem Tod gewogen. Wenn es leichter ist als eine Feder, sind wir für immer frei. Wenn es jedoch schwer von Zorn oder Schuld ist, wird es von Annit dem Gott der Zerstörung verspeist.

Verdiene ich, glücklich zu sein?

Inspiziert von dem Buch „Liebe heilt alles“ des ehemaligen Chopra Center Direktors David Simon und dem am Chopra Center angebotenen Kurs, nutzen wir in an diesem Wochenende östliche Heilkünste und moderne Psychologie, um uns von seelischen Schmerzen aus der Vergangenheit zu befreien.

Panchakarma für die Seele

Dieses Seminar ist eine Art Panchakarma für die Seele, ein Fünf-Schritte Programm, um den Körper emotional zu entgiften. Nach der (1)

Entspannungsphase, in der wir Körper und Seele für die Entgiftung öffnen, (2) schreiben, reden und tanzen wir uns schmerzhaft Erlebnisse und lähmende Gefühle von der Seele, (3) erkunden die dahinter steckenden Glaubenssätze, deuten diese um, entwickeln Verständnis für die Beteiligten, (4) lassen die giftigen Energien in einem Befreiungsritual in der Natur los und (5) nutzen das Gelernte für die eigene Weiterentwicklung und um einen Beitrag für die Gemeinschaft zu leisten. [Mehr Informationen hier.](#)

Die Zukunft muss keine Fortsetzung der Vergangenheit sein

Sind Sie bereit, die Vergangenheit hinter sich zu lassen und zu gesunden? Ob Ihr Schmerz noch frisch ist oder ob Sie eine kalte, offene Wunde mit sich herumtragen, dieses Seminar wird Ihnen dabei helfen, wieder mehr Lebensfreude und Ganzheit zu finden

• schließe Frieden mit Familienmitgliedern

• Lass eine Trennung auf sich beruhen

• Gesunde von traumatischen Erlebnissen aus der Vergangenheit

• Finde die Kraft zur Vergebung

• Finde neues Vertrauen in Beziehungen

• Lass Schuldgefühle los

• Geh voran

• Fühle Dich glücklicher

Seminarverlauf

Sobald Sie sich anmelden, erhalten Sie die Kursmaterialien mit einer Reihe an Fragen, die Sie als Vorbereitung zum Seminar bereits zuhause beantworten können, um Ihre schmerzhaften Erlebnisse zu erkunden und aufzuschreiben.

Während des Seminars kommen wir, neben gemeinsamer Meditation, fünfmal zusammen, um die 5 Schritte dieses Loslassprozesses zu durchlaufen. Wie intensiv Sie das Wochenende gestalten, ist ganz Ihnen überlassen, da Sie gar nichts tun oder sagen müssen, was Sie nicht möchten.

Freitag, 24. Mai 2013

Leichtes Abendessen 18:00 Uhr

20:00—22:00 Uhr

1. Entspannungsmeditation und sich Öffnen

Was bringt mich hier her?

Samstag, 25. Mai 2013

7:30—8:30 Uhr

Selbstmassage, Pranayama, Herz öffnende Yoga Übungen, Meditation (optional)

10:00 - 12:00 Uhr

2. Individuelle vertrauliche Spaziergänge/Gespräche zum Mitteilen schmerzhafter Erlebnisse von je einer halben Stunde mit Dr. Schneider.

Vielleicht möchten Sie ja auch mit dem einen oder anderen Kursteilnehmer einen Spaziergang machen und Ihre schmerzhaften Erlebnisse vertraulich austauschen. Was Sie preisgeben ist Ihnen überlassen.

14:00—15:30 Uhr

3. Erlebnisse und Eigenschaften umdeuten

Lieben heißt erlauben

16:30—18:00

4. Befreiungsritual in der Natur

20:00—22:00 Uhr

Zusätzlich buchbare, optionale Coachinggespräche mit Dr. Schneider

Sonntag 26. Mai 2013

7:30—8:30 Uhr

Selbstmassage, Pranayama, Herz öffnende Yoga Übungen, Meditation (optional)

10:00 - 12:00

5. Nutze Deine Erlebnisse

Wie kannst Du aus Deiner Enttäuschung einen Auftrag machen?

Verabschiedung

Die 7 „Gesetze“ erleuchteter Beziehungen

14:00—16:00 Uhr

Optionale, separat buchbare Coachinggespräche mit Dr. Schneider

Was sagen andere Seminarteilnehmer?

Du hast an diesem Wochenende viele Türen in mir geöffnet die sehr sehr lange Zeit verschlossen waren. Mein erster Gedanke heute Morgen war, sofort zum Flughafen fahren zu wollen und in ein Land reisen, wo gerade Sommer ist, den ganzen Tag am Strand langlaufen und alles nachwirken lassen. Da das aber ja gerade nicht geht, werde ichs einfach mental so machen. Ich bin gespannt was sich alles von nun an verändern wird. Dass Du die vielen Steine an dem Wochenende zusammen mit mir getragen hast und dass ich das einfach so zulassen konnte, Dir alles zu sagen was da in mir entstand, ohne es zuvor zu bewerten, war etwas sehr Besonderes für mich. Für mich war es Schicksal, dass ich Dir begegnen durfte und mit meiner neuen Denkweise weiß ich nun, auch an diesem Wochenende war ich zur richtigen Zeit am richtigen Ort mit den richtigen Menschen beisammen.

B. M.

Lesen Sie weiteres [Feedback unserer Kursteilnehmer](#). Hier ein „Ein Hoch auf die Leichtigkeit“ über einen „Narren mit außergewöhnlicher Herzlichkeit“ von einem unserer Kursteilnehmer.

„Jenseits von richtig und falsch ist eine Wiese auf, der ich dich kennen lernen möchte“. Rumi

Wenn das, was Du möchtest, nicht verrückt klingt, ist es wahrscheinlich nicht, was Du wirklich möchtest.

Joachim Schneider

„Du bist ein Mensch, Du bist ein Mensch...
„aus Engelse Staub gewählt.“
Aki Brutscher, Inhaber der Waldesruhe

Genießen Sie Natur, Natur, Natur und einfach schöne Stunden am Energie- und Glücksplatz Waldesruhe mit ganzheitlichem Ansatz, energiereicher Naturküche, Zimmer zum Wohlfühlen, Wellness, Natural Beauty und Fitness Angeboten, die zumeist kostenfrei in der Zimmerbuchung enthalten sind.

Alte Waserstraße 20

87561 Oberstdorf

Tel. 08382—6010

Fax 08382 601 100

info@hotel-waldesruhe.de

www.Naturhotel-waldesruhe.de

Hier die Anreiseinfos

Anmeldung

Wenn Sie Interesse an diesem Kurs haben, senden Sie uns gleich eine unverbindliche Email, damit wir die Größe des Seminars planen können.

Anmeldeschluss: 10. Mai 2013

Darüber hinaus erbitten wir Ihre Adresse, Email und Telefonnummer, damit wir Ihnen die Kursunterlagen sobald wie möglich zu kommen lassen können. Ihre Angaben werden vertraulich behandelt.

Gesamtpaket:

Dieser besondere Kurs mit all den Möglichkeiten, die das Naturhotel und Energieparadies Waldesruhe in Oberstdorf bietet, wird exklusiv nur mit der Übernachtung und Verpflegung in der Waldesruhe angeboten.

Kursinvestition

+ 5 Kurseinheiten und 2 Morgenmeditationen a 1—2 Stunden

+ Kursmaterialien mit tiefgehenden Fragen zur Gesundheit

+ Dr. Schneider steht immer für Gespräche bei den vielen, optionalen gemeinsamen Mahlzeiten zur Verfügung.

€ 240,- (ohne Übernachtung und Verpflegung)

Bei der Anmeldung sind € 150,- als Anzahlung fällig.

Konto:

Joachim Schneider

Volksbank Lindenberg KT0: 610437 BLZ : 73369826

IBAN : DE 46733698260000610437 BIC: GENODEFILIA

Verpflegung und Übernachtung

Buchen Sie im: [Naturhotel Waldesruhe](#)



Dr. Joachim Schneider, Ph.D. promovierte an der Univ. of Washington in Sozialpsychologie. Er ist ein von Deepak Chopra ausgebildeter Meditationslehrer. Als zertifizierter Coach und Berufsberater kann er Ihnen dabei helfen, ihre Bestimmung zu finden. Dr. Schneider hilft ihnen auf einfühlsame Weise dabei, sich von der Last aufgestauter Gefühle, von Schuld und anderen schwierigen Gefühlen zu befreien. Archetypisch ist Joachim Schneider ein Narr. Schon Carl Jung sagte, „Dein Archetyp ist stärker als Deine Herausforderungen.“

Tel. 08381- 4055171

info@sanft-und-muechelos.de www.wasmachtdichlebendig.eu



Naturhotel Waldesruhe

„Du bist ein Mensch, Du bist ein Mensch...
„aus Engelse Staub gewählt.“
Aki Brutscher, Inhaber der Waldesruhe

Genießen Sie Natur, Natur, Natur und einfach schöne Stunden am Energie- und Glücksplatz Waldesruhe mit ganzheitlichem Ansatz, energiereicher Naturküche, Zimmer zum Wohlfühlen, Wellness, Natural Beauty und Fitness Angeboten, die zumeist kostenfrei in der Zimmerbuchung enthalten sind.

Alte Waserstraße 20

87561 Oberstdorf

Tel. 08382—6010

Fax 08382 601 100

info@hotel-waldesruhe.de

www.Naturhotel-waldesruhe.de

Hier die Anreiseinfos

Anmeldung

Wenn Sie Interesse an diesem Kurs haben, senden Sie uns gleich eine unverbindliche Email, damit wir die Größe des Seminars planen können.

Anmeldeschluss: 10. Mai 2013

Darüber hinaus erbitten wir Ihre Adresse, Email und Telefonnummer, damit wir Ihnen die Kursunterlagen sobald wie möglich zu kommen lassen können. Ihre Angaben werden vertraulich behandelt.

Gesamtpaket:

Dieser besondere Kurs mit all den Möglichkeiten, die das Naturhotel und Energieparadies Waldesruhe in Oberstdorf bietet, wird exklusiv nur mit der Übernachtung und Verpflegung in der Waldesruhe angeboten.

Kursinvestition

+ 5 Kurseinheiten und 2 Morgenmeditationen a 1—2 Stunden

+ Kursmaterialien mit tiefgehenden Fragen zur Gesundheit

+ Dr. Schneider steht immer für Gespräche bei den vielen, optionalen gemeinsamen Mahlzeiten zur Verfügung.

€ 240,- (ohne Übernachtung und Verpflegung)

Bei der Anmeldung sind € 150,- als Anzahlung fällig.

Konto:

Joachim Schneider

Volksbank Lindenberg KT0: 610437 BLZ : 73369826

IBAN : DE 46733698260000610437 BIC: GENODEFILIA

Verpflegung und Übernachtung

Buchen Sie im: [Naturhotel Waldesruhe](#)