

Kontakt/Anmeldung

Coachart

...die eigene Art und Weise...



Britta Pütz

Trainerin

für Persönlichkeitsentwicklung

Wilhelminenstr. 17
64347 Griesheim

britta.puetz@coachart.net

06155 8281456
0170 7376437

Für weitere Informationen besuchen
Sie mich im Internet oder rufen mich
einfach an.

www.coachart.net

Ich freue mich auf Sie/Dich!

„Meditieren heißt, ganz von vorn anzufangen,
ohne etwas zu wissen.

Wenn wir mit unserem Wissen beginnen,
enden wir beim Zweifel.“

nach *Krishnamurti, ind. Philosoph*

„Meditieren heißt, in eine Idee aufgehen
und sich darin verlieren, während
Denken heißt, von einer Idee zur anderen
hüpfen, sich in der Quantität tummeln,
Nichtigkeiten anhäufen, Begriff auf Begriff,
Ziel auf Ziel verfolgen.

Meditieren und Denken, das sind zwei
divergierende, unvereinbare Tätigkeiten.“

Emil Cioran, rumän.-franz. Philosoph



...die eigene Art und Weise...

Meditation

Qi-Gong

Natur & Stille

**Wochenendseminar
zum Jahresbeginn 2018**

Einfach(es) Sein

Den ganzen Tag sind wir gefordert – das Rad steht nicht still. Unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden, unsere Lebensfreude benötigt irgendetwas „dazwischen“. Wir benötigen irgendetwas, das uns ermöglicht, inne zu halten, still zu werden und im wahrsten Sinne des Wortes „einfach zu sein“.

Möchten Sie einen Weg für sich und zu sich finden, der sich sowohl jenseits des Denkens und ständigen Gedankens machens als auch des Auf und Ab's unserer schwankenden Emotionen befindet?

Der Jahresanfang ist in besonderer Weise geeignet, um inne zu halten und sich diesem „einfachen Sein“ anzunähern:

Neues Jahr: Ganz da

2018 mit Meditation & Qi-Gong beginnen

„Ganz da“
meint
gegenwärtig sein,
präsent und bei sich.



Meditation

- als kontemplativer Weg
- buddhistisch inspiriert
- eingebettet in Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen

Qi-Gong

- Wir praktizieren insbesondere die 18 Grundübungen der chinesischen Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform.

Stille

- Stille ist mehr als das Fehlen von Geräuschen. Diese Erfahrung wollen wir durch ein schweigendes Dasein ermöglichen.



23.-25. Februar 2018

- Ort: Seminarhotel Odenwald Hassenroth
- Freitag: 17.00 Uhr – Sonntag: 13.00 Uhr
- Leistungen: Seminar, Verpflegung, Unterkunft
- Das Seminar ist sowohl für „Neulinge“ als auch für bereits Praktizierende geeignet.
- Kosten: 180,- € Seminargebühr plus Ü/V (130,00-152,00 €)

Die Bildungsstätte liegt inmitten der herrlichen Natur des Odenwaldes.

Die besonderen Räumlichkeiten, die nahrhafte Verpflegung und diese einzigartige Landschaft werden Sie ergänzend darin unterstützen, bei stillen Spaziergängen oder einem sitzenden Verweilen eine neue, sinn- und kraftgebende Erfahrung zu machen.