



*Heilzeit ist Zeit für Dich, Deine Seele, Deinen Körper in unterstützender Gemeinschaft. Berühren und Sichberühren lassen, Wertschätzung für Dich und Andere, hören und gehört werden, sehen und gesehen werden-**LIEBEN**- eigentlich ganz einfach...*



Nach kurzer Zeit kommt das strahlende, ursprüngliche, liebende, lebensfrohe Wesen ans Licht, dass Du immer schon bist.

Am Kloster Niederalteich finden wir eine unterstützende Umgebung und einen Energielevel, der es uns leicht macht, in unsere Mitte zu finden.

Weitere Yogaseminare :

- 24.1. - 4.2.2012 „Im Land der Götter“ auf Goa
- 4. - 6.5.2012 „Heilende Kreise“ in Lehnin
- 16. - 23.6.2012 „Die Magie des Lebens“ auf Ibiza
- 1. - 8.9.2012 „Frauenzeit im Licht“ Frauen auf Ibiza
- 29.9. - 5.10.2012 „Goldenes Herbstlicht“ auf Ibiza
- 9. - 11.11.2012 in Lehnin

Bitte gesonderte Broschüren anfordern!



Wir leben seit 30 Jahren in einer glücklichen Beziehung, haben drei Söhne und sind viele Wege zusammen gegangen.

Seit vielen Jahren beschäftigen wir uns mit der spirituellen Dimension des Lebens.

In den letzten 20 Jahren haben wir verschiedene Arten der Körperarbeit, Energiearbeit, Chakra-Arbeit, schamanische Heilarbeit, Astrologie und Bewusstseinsarbeit gelernt und erfahren und bringen diese Erfahrungen gerne ein in unsere Yogakurse. Wir sind sorgfältig ausgebildet worden im alten klassischen Hatha-Yoga nach Swami Dr. Gitananda, eingebettet in Raja-Yoga. Wir unterrichten mit großer Freude ein sehr heilsames, tiefgehendes, ganzheitliches Yoga. Wir haben voller Dankbarkeit gelernt, unser Leben freudvoll und erfüllend zu gestalten, die Verantwortung für unser Glück, Gesundheit und Wohlergehen selber zu übernehmen und unsere Träume zu leben...

Wir freuen uns darauf, Dich kennen zu lernen!



„In meiner Mitte“

*Heilzeit mit Meditation, Yoga,
schamanischer Heilarbeit, Ritualen
23. - 25. März 2012
im Bildungshaus
der Landesvolkshochschule
Niederalteich*



„Spirituelleben“

*Schule für Yoga und Meditation,
astrologische Beratungspraxis
Bettina Lietz*

*Heilpraktikerin Psychotherapie,
Diplom-Yogalehrerin- Mitglied i. Berufsverband
d. Yogalehrenden Deutschlands (BDY)*

Heilmannring 57d, 1.OG

13627 Berlin

Tel.: 030 - 383 08 337

www.spirituelleben.de

Meditation (medi = Mitte) heißt in die Mitte gehen. Dazu schauen wir erstmal bewusst, was uns davon abhält, davor liegt, uns verwirrt, irritiert und verstreut.



Yoga unterstützt wunderbar den Weg nach Innen und balanciert uns aus.,



Schamanische Heilkreise wirken unter Umgehung des Denkens und des Verstandes, jede Kreisarbeit bringt Dich eine Schlaufe näher zu Dir und Deiner Mitte...



Komm mit auf eine Reise zu Dir selbst, in Dein Herz, Deine Kraft, Dein magisches Zentrum, Deine Mitte...

Alles darf sein und alles ist möglich, wenn Du in Deiner Mitte bist. Aus der Mitte heraus handeln, ist klar und kraftvoll. In-der-Mitte-sein bedeutet in Balance zu sein, in Harmonie- ganz bei Dir.

Wir brauchen nicht mehr flüchten, nichts ignorieren oder bekämpfen, alles darf da sein. In meiner Mitte kann ich annehmen, was ich nicht ändern kann, verändern und gestalten, was in meiner Macht liegt und bin weise genug, eins vom anderen zu unterscheiden.



Es reicht vollkommen, einfach mit allem, was ist und Du mitbringst DA ZU SEIN.

In- meiner- Mitte- sein bedeutet nicht, leer zu sein oder fern von jedem Problem. Es bedeutet, mitten in allen Dramen, Verstrickungen und Problemen, mitten in den Stürmen des Lebens, im Zentrum des Wirbelns zu sein, kraftvoll-klar und entspannt-hingebungsvoll.



Im Bildungshaus der Volkshochschule Niederalteich werden wir liebevoll empfangen und umsorgt mit einer grandiosen, köstlichen Vollwertküche.



Tagesprogramm:

- 6.45 Uhr Tanz in den Morgen*
- 7.00 Uhr Morgen- Meditation, Yoga*
- 8.30 Uhr leckeres Frühstücksbuffet*
- 10.30 Uhr Pranayama*
- 12.00 Uhr Mittagessen*
- Mittagspause*
- 15.00 Uhr Kaffee, Tee und Kuchen*
- 15.30 Uhr Nachmittagsyoga im Freien*
- 16.30 Uhr Energiearbeit, Seelenreisen*
- 18.00 Uhr Vollwert-Abendessen, köstliche frisch zubereitete Gerichte*
- 19.30 Uhr schamanische Heil- und Seelenreisen, Heilkreis*

