



Entfalte Dich mit der aufblühenden Schönheit der Natur, dehne Dich aus, ins Leben hinein. Das Leben ist Ausdehnung und es kommt darauf an, mit welcher Energie Du wächst und auf deinem Weg bist. Das Bewusstsein darüber ist der Schlüssel zu glücklicher, erfüllender Veränderung.



Weitere Yogaseminare :

- 24.1. - 4.2.2012 „Im Land der Götter“ auf Goa
- 23.- 25.3. 2012 „In der Mitte“ Niederaltaich
- 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, schamanischer Heilarbeit, Chakra-Arbeit, 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!

„Heilende Kreise“

Heilzeit in Lehnin

Heilende Kreise, Schamanische Heilarbeit, Yoga, Meditation und Selbsterfahrung

vom 4. – 6. Mai 2012

am schönen Klostersee Lehnin



**Heil-Yoga und Heil-Praxis
am Heilmannring**

Yogaschule „Spirituelleben“

**Bettina Lietz- Diplom-Yogalehrerin
(BDY), Heilpraktikerin f. Psychotherapie
nach HPG, Astrologin**

Heilmannring 57d, 1.OG

13627 Berlin

Tel.: 030 - 383 08 337

www.spirituelleben.de



Meditation bringt immer die Erleuchtung hervor oder das, was dem im Wege steht.....



Es braucht nichts weiter, als da zu sein, mit dem was in Dir steckt und mit dem, was grad los ist in Deinem Leben!



*„Wir schaffen uns Leid, wenn wir immer alles anders haben wollen, als es ist!“
Tich Nhat Hanh*



*Die Heilarbeit des Kreises ist ganz einfach, ganz natürlich und tief- greifend. Sich im Kreis zu begegnen, ohne Hierarchie, gehört und gesehen zu werden, genau sehen und gut zuhören, heilt alte Wunden und lässt langsam alle Masken und Manöver, Automatismen, Schutzpanzer und Programme überflüssig werden und abfallen.....Vertrauen wächst. Selbstwert. Miteinander. Echtheit. Lebendigkeit. LIEBE. Sich in Augenhöhe zu begegnen ist eigentlich das Natürlichste und Normalste der Welt, das uns abhanden gekommen ist, obwohl wir Menschen, seit wir existieren, in Kreisen zusammen gelebt haben.
Es ist alles noch in uns. Wir brauchen uns nur erinnern. Alles, was wir in den Kreis legen, verändert sich und heilt, ohne dass wir es kommentieren, analysieren, werten oder als Problem erfassen müssen. Der Kreis ist das Leben und die Natur von Leben ist Veränderung.*



In Tiefenentspannungen und Ausruhezzeiten auf unserem herrlichen Wassergrundstück verarbeiten Körper und Geist das Erfahrene.

Das köstliche Vollwert-Essen unterstützt die Prozesse und lässt uns mit allen Sinnen das Leben mit seinen Schätzen genießen.



Tagesprogramm:

- 7.15 Uhr** *Tanz in den Morgen*
- 7.30 Uhr** *Morgen-Yoga*
- 9.00 Uhr** *leckeres Frühstücksbuffet*
- 11.30 Uhr** *Pranayamastunde (Atemaufbau und lungenkräftigende Techniken)*
- 13.00 Uhr** *Mittagessen*
- Mittagspause**
- 15.30 Uhr** *Kaffee, Tee und Kuchen*
- 16.00 Uhr** *Nachmittagsyoga im Freien*
- 17.30 Uhr** *Entspannung, schamanische Heilarbeit*
- 19.00 Uhr** *Vollwert-Abendessen*
- 20.00 Uhr** *Chakra- Arbeit, schamanische Heilarbeit*



Der Tagesplan ist ein tägliches Angebot, welches immer wieder bei unseren Seminarteilnehmern mit großer Begeisterung und Freude aufgenommen wird. Natürlich macht jeder nur das mit, was er gern möchte.