

*Im Lehniner Institut für Weiterbildung werden wir liebevoll empfangen auf dem großen, wunderschönen Wassergrundstück des Hauses...*



*... und umsorgt mit einer leckeren, köstlichen Vollwertküche.*



*Es braucht nichts weiter, als da zu sein, mit dem was ist.*



*Wir leben seit über 25 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, Astrologie und Bewusstseinsarbeit gelernt und erfahren und stellen fest: alles greift ineinander und ergänzt sich wunderbar. Wir sind sorgfältig ausgebildet worden im alten klassischen Hatha-Yoga nach Swami Dr. Gitananda, eingebettet in Raja-Yoga und haben so verschiedene „Methoden“ und Grundlagen zur Verfügung, unser Leben freudvoll und erfüllend zu gestalten, die Verantwortung für unser Glück, Gesundheit und Wohlergehen selber zu übernehmen und unsere Träume zu leben...*

*Genau dies geben wir von Herzen gerne an andere weiter!*

*Wir freuen uns darauf, Dich kennen zu lernen und mit Dir auf eine tiefe, spannende Reise zu gehen- eine Reise zu Dir!*



## Die Regenbogenreise

*Eine Reise durch Deine feinstofflichen Energiezentren und verschiedenen Lebensthemen mit Meditationen, Yoga, Chakra - und Energiearbeit vom 5. – 7. November 2010 am schönen Klostersee Lehnin*



**„Spirituelleben“**

**Schule für Yoga und Meditation,  
astrologische Beratungspraxis  
Bettina Lietz- Diplom-Yogalehrerin  
Mitglied im Berufsverband der Yogalehrer-  
den in Deutschland ev. (BDY)  
Heilmannring 57d, 1.OG  
13627 Berlin  
Tel.: 030 - 383 08 337  
[www.spirituelleben.de](http://www.spirituelleben.de)**

*Wir arbeiten auf verschiedenen Ebenen: mittels Meditationen, zum Chakra passenden Yogaübungen, Malen, Musik, Energiearbeit, Ritualen und schamanischer Krafttierarbeit.*



*Yoga bringt uns immer wieder ins Fließen, hilft, das Erlebte und Erfahrene besser und leichter zu verarbeiten und zu vertiefen.*



*Die Chakraarbeit ist ein wunderbarer Weg, sich selbst in Balance zu bringen, aus sich selbst heraus, mit eigener Kraft, Heilung und Wohlergehen herbeizuführen.*



## **Die 7 Chakren...**

*...sind die feinstoffliche Energiezentren im menschlichen Körper, die Energie aus dem Universum aufnehmen und abgeben. Jedes Chakra hat verschiedene Lebensthemen und Energien der Vergangenheit gespeichert. Nur wenn alle Chakren im harmonischen Energieaustausch stehen, ist der Mensch gesund, erfüllt und in Balance.*



*Wir beginnen mit dem Wurzelchakra – Urvertrauen und Lebenskraft  
Und gehen dann weiter:  
Sakralchakra - weibl./männl. Kraft und Beziehung  
Solarplexuschakra - Wille und Selbstwert  
Herzchakra - Gefühle und Liebe  
Kehlochakra - Ausdruck und Authentizität  
Stirnchakra - innere Stimme und Intuition  
Scheitelchakra - Göttliche Kraft und All-eins-Bewusstsein*



*In der Chakraarbeit werden Blockaden bewusst. Die Chakren werden wieder ins Fließen gebracht und harmonisiert. Durch die Seelenbilder siehst und spürst Du selber, was mit Dir los ist und erkennst auf einer tiefen Ebene Zusammenhänge. Die Gruppe wirkt immer sehr unterstützend, Kraft gebend und spiegelnd.*



*Die Teilnehmerzahl ist auf 10 max. beschränkt.  
Mitzubringen sind: eine Yogamatte, Decke, Meditationskissen, Tagebuch oder Schreibblock für Notizen und persönliche Sachen.  
Alles Weitere stellen wir zur Verfügung.  
Das Seminar ist für Unerfahrene genauso geeignet, wie für Menschen, die bereits eine Chakrargruppe mitgemacht und wieder eine Schicht tiefer gehen möchten...*



## **Weitere Seminare**

- 20. – 27. Juni 2010  
„Dem Ruf der Seele lauschen“ auf Ibiza
- 4. - 11. September 2010  
„Die Göttin in Dir“ - Frauenzeit auf Ibiza
- 10. - 17. Oktober 2010  
„Yoga und meer“ in der Türkei

**Bitte gesonderte Broschüren anfordern!**