

Innere Ruhe und Zuversicht

Vorweihnachtliches Seminar 15.-17. Dezember 2023

Mein Herz, wie kannst du ruhig schlagen in dieser turbulenten Zeit, mit Hoffnung sein und Zuversicht? Die Antwort liegt bei dir, mein Herz. Ich wende mich dir zu. Das ist der erste Schritt.

Atempause!



„Das soll helfen? Dann werde ich vielleicht noch unruhiger oder ängstlicher?“

Mag sein, der Weg erfordert ein wenig Mut, den Mut, dir selbst zu begegnen.

Gefühle die erlebt und ausgedrückt werden, beruhigen und wandeln sich.

Schenke dir eine Auszeit und erlebe, getragen zu sein von Liebe und Mitgefühl. Finde Verständnis für die Gefühle, die dich hindern, mit dir selbst im Reinen zu sein.

Mutter Erde trägt dich. Großmutter Wasser unterstützt dich im Bereinigen und Heilen deiner Emotionen.

Achtsamkeitsübungen und Rituale begleiten dich sanft und kraftvoll durch deine inneren Prozesse.

In lebendigem Austausch erfährst du Annahme und Akzeptanz. Du nährst dich deiner inneren Kraftquelle, deinem Ruhepol. So kann sich innere Gelassenheit ausbreiten, und du kannst den täglichen Herausforderungen mit mehr Zuversicht begegnen.



Seminarleitung: Annelie Breuer-Wiertz,

Diplompsychologin und Schamanin

Ort: Lehmkuppelhaus, 51570 Windeck (Sieg), Südstr. 6

Zeit: 15. bis 17. Dezember 2023

Freitag 17 Uhr bis Sonntag 14 Uhr

Seminargebühr: 290,- €

zzgl. preiswerte Unterkunft und Verpflegung

Information und Anmeldung:
Annelie Breuer-Wiertz, Diplompsychologin
02292/92 84 768, annelie.mail@web.de
www.mit-allen-sinnen.info



www.lehmkuppelhaus.de