

Termine und Anmeldung:

Wege zum Bewusst-Sein

15. bis 17. April 2005

Die Schlüssel zur Mitte

03. bis 05. Juni 2005

Erfahre Deine Sinne

02. bis 04. September 2005

Beginn jew. Freitag 17:00 – Ende Sonntag 13:00 Uhr

Anmeldung:

Sibylle Halder

Email: sibylle.halder@aon.at

Tel.: + 43 676 4229078

oder

Andreas BERNHARD

Email: pantarhei@consulting4u.org

Tel.: + 43 699 12624607

Bitte zu berücksichtigen, dass die Anmeldung erst dann als verbindlich gilt, wenn die nachstehenden Seminargebühr(en)

€ 600, -- bei Einmalzahlung

(spätestens drei Wochen vor dem ersten Seminar)

oder 3 mal € 220, --

(spätestens drei Wochen vor dem jeweiligen Seminar) auf dem Konto 2500186510 bei der Raiffeisenbank Tulln (BLZ 32880), lautend auf Andreas BERNHARD mit dem Verwendungszweck „Panta Rhei“, verbucht sind.

Die Anmeldung und Abrechnung für die Nächtigung und Verpflegung erfolgt durch die TeilnehmerInnen direkt mit dem Seminarhaus!

Kosten: Unterkunft: EZ € 35,-- / DZ € 30,--

3-Bett-Zimmer € 25,-- / 4-Bett-Zimmer € 20,--

Seminarraum-Gebühr anteilig

Verpflegung: VP € 25,--



Sibylle HALDER

- ☉ Kinesiologin
- ☉ Familienaufstellungen nach Bert Hellinger
- ☉ NLP-Resonanz®-Master-Practitioner
- ☉ Lebens- und Sozialberaterin (i.A)

Andreas BERNHARD

- ☉ Unternehmensberater
- ☉ Supervisor und Coach (ÖVS)
- ☉ Seminarleiter und Trainer
- ☉ Kinesiologe (Touch for Health)
- ☉ NLP-Resonanz®-Master-Practitioner

www.consulting4u.org

Seminarhaus „Villa Pannonica“

Die Villa Pannonica in Wolfsthal ist eine liebevoll restaurierte Villa mit einer wunderschönen Parkanlage in der Nähe von Wien, die sich sehr gut für unsere Seminare eignet.

Anbindung:

- ☉ S-Bahn-Bahnhof: 300m (Wolfsthal)
Abholung möglich
- ☉ Autobahn A4 (Abfahrt Fischamend)
- ☉ Flughafen Wien-Schwechat: 30min (S-Bahn)
- ☉ Busverbindungen vorhanden
- ☉ Transfer möglich

Adresse: Villagasse 9
A-2412 Wolfsthal, NÖ

Telefon: 0043(0)664-3812074

Fax: 0043(0)1-7985330

Email: mailto:kanzlei-h.o.schmidt@teleweb.at

Website: <http://www.sommerspiele-wolfsthal.at>



ÿ ÿ ÿ

Panta Rhei

... ist eine dreiteilige Seminarreihe mit den Elementen

- ☉ Wege zum Bewusst-Sein
- ☉ Die Schlüssel zur Mitte
- ☉ Erfahre Deine Sinne

An diesen drei Wochenenden finden Sie aus der Entfernung vom Alltag Möglichkeiten, Wege und Zugänge zu einem entspannten, ganzheitlichen Selbstverständnis und zu mehr Zufriedenheit und Ausgeglichenheit

- ☉ Neues erfahren
- ☉ Energien wahrnehmen und in Fluss bringen
- ☉ Der Seele Flügel wachsen lassen
- ☉ Prickelndes Wohlgefühl erspüren
- ☉ Einander austauschen
- ☉ Ganzheitlichkeit als Element des Denkens und Handelns erleben

Sibylle HALDER und Andreas BERNHARD sind dabei Ihre Begleiter.

www.consulting4u.org



Wege zum Bewusst-Sein

Annehmen - Loslassen

Wege zum Bewusst-Sein ist ein spezifisches Programm, das uns mit einfachen Übungen unterstützt, unser Handeln zielgerichteter und zufriedener zu gestalten.

An diesem Wochenende wollen wir verschiedene Formen der Entspannung kennen lernen.

Für die westlich orientierten Menschen vergrößern die üblichen Meditationsformen - sich im Schneidersitz ruhig hinzusetzen und NICHTS(?) zu denken - oft den körperlichen Schmerz und die innere Unrast. Entspannung, wie wir sie verstehen, sollte niemals eine zwanghafte Bemühung sein. Nur wenn es uns gelingt, durch einen lockeren Zugang unser Bewusstsein zu öffnen und zu fokussieren, gelingt es uns, unsere Wahrnehmung auf das für uns Wesentliche zu lenken.

Meditation darf auch Spaß machen!

So kann Meditation als gezielte Entspannung helfen, mit dem Alltagsstress besser fertig zu werden und uns auch reflektieren, wo wir mit unserem Denken zu diesem Stress selbst beitragen.

Wir meditieren nicht,
um woanders hinzukommen,
sondern um dort hinzukommen,
wo wir sind.

Bewusstes Loslassen öffnet die Tür zu uns selbst.

Sie sind es wert diese Tür zu öffnen.



Die Schlüssel zur Mitte

Atem - Bewegung - Stimme

... - sind nicht nur körperliche Funktionen, sondern auch seelischer Ausdruck. Sie gelten daher als die drei Schlüssel zur Mitte.

Wenn wir lernen die Möglichkeiten dieser drei Schlüssel zu nutzen sind wir in Einklang mit uns selbst und unserer Umwelt.

Noch nie waren die Menschen so interessiert an der Balance von Körper, Seele und Geist.

Die den Rahmen dieser Wochenendeinheit bildenden Übungen und Inhalte sind ausschließlich auf Wohlbefinden ausgerichtet, berücksichtigen unsere ganzheitlichen Bedürfnisse und beziehen Körper, Geist und Seele gleichermaßen mit ein.

Wenn wir den Zugang zu unserer ganzheitlichen Intelligenz finden, werden wir unsere inneren Bilder sehen, unsere inneren Worte hören und unsere Gefühle verstehen.

Den Augenblick zu nützen,
bei jedem Schritt auf dem Weg
an den Abend zu denken,
die größtmögliche Zahl
glücklicher Stunden zu erleben,
das ist Weisheit

(Ralph Waldo Emerson)

Der Weg zur Mitte ist der Weg zu innerer Freude und Glück.

Sie sind es wert diesen Weg zu gehen.



Erfahre Deine Sinne

Bewusst Wahr-nehmen

So verschieden und einzigartig wie wir Menschen sind, so verschieden und einzigartig sind auch unsere Sinneswahrnehmungen.

Dieses Wochenende ist ein sanftes, erlebnisorientiertes „Service“ unserer Sinneskanäle und macht uns für die für die Schönheiten des Lebens und der Natur empfänglicher.

Das bewusste Eintauchen in die Welt der visuellen Wahrnehmungen, der Töne, Gefühle, Gerüche und Geschmäcker hilft uns, den Bedürfnissen von Körper, Seele und Geist nachhaltig gerecht zu werden.

Die Aufmerksamkeit auf die Sinne zu lenken beruhigt das Zwanghafte unserer Gedanken, so dass der Geist frei und verfügbar wird für unsere eigentliche Aufgabe, die Wahrnehmung. Wenn das Radio des Verstandes zur Ruhe gebracht ist, wird alles andere lebendig.

(Charles V.W. Brooks)

Im Wahrnehmen unserer Sinne wechselt unsere Aufmerksamkeit von der äußeren zur inneren Welt der Phantasie und der Träume.

Wenn wir die Wahrnehmungen unserer Sinne, mit unseren Ideen, Gedanken und Erinnerungen im Hier und Jetzt sanft verbinden, kommen wir zu unserer inneren Quelle und schöpfen daraus Kraft und Frische für Selbstbewusstsein und Lebensfreude.

Sie sind es wert diese Quelle zu entdecken.

