



Oster-Retreat / Traumaheilung ADIMA & GOPAL

08.04.2020 bis 14.04.2020

Schloss Bettenburg - Seminarhaus



Im Zentrum dieses Retreats steht die Transformation durch FLOATING sowie die spirituelle Arbeit mit Adima.

Alle Ebenen können dabei bearbeitet werden: Traumaprägungen, Umgang mit Gefühlen und Beziehungen, Orientierung worum es mir wirklich geht, Wissensvermittlung, körperliche Beschwerden, Meditation/Spiritualität, uvm.. Die anderen Gruppenmitglieder begleiten den Prozess durch liebevolle Aufmerksamkeit.

Für diese Arbeit werden keine Erlebnisdetails aus deiner persönlichen Vergangenheit benötigt, es ist also nicht notwendig über das, was du erlebt hast, zu berichten. Natürlich kannst du dies tun, wenn du möchtest, für die Transformation ist es jedoch nicht notwendig.

Im Verlaufe des Retreats verlagert sich der Schwerpunkt immer mehr von der Körperentladung und Klärung von individuellen Fragen hin zu Stille und Meditation. Wir lassen ein Gruppenbewusstsein entstehen, dass uns trägt.

Dieses Retreat verbindet modernste Traumaarbeit des Westens mit den spirituellen Methoden des Ostens. In der Mitte begegnen wir uns :-)

Du kannst exakt auf der Ebene arbeiten, die gerade für dich dran ist. Nichts wird ignoriert, verspiritualisiert oder übersprungen.



Die Bettenburg ist ein stiller, zauberhafter Ort für innere Arbeit und Urlaub zugleich.

Voraussetzungen

Die folgenden Dokumente müssen spätestens zum Veranstaltungsbeginn ausgedruckt und ausgefüllt vorliegen:

<https://www.traumaheilung.net/wp-content/uploads/persoenliche-voraussetzungen-zur-teilnahme.pdf>

<https://www.traumaheilung.net/wp-content/uploads/rechtliche-rahmenbedingungen-lebensberatung.pdf>

Kosten

Retreatkosten 480,- pro Teilnehmer/in

Zzgl. Übernachtung/Verpflegung

Veranstaltungsort

Schloss Bettenburg

Manau 22

97461 Hofheim i.UFr.

Info / Anmeldung

Ansprechpartnerin ist **Barbara:**

focusingfirst@gmail.com

In diesem Retreat ist Platz für max. 30 Teilnehmer/innen.

Programm

Anreisetag

Check-in

(Abendessen)

19:00 - 20:30 Uhr: Begrüßung / TFM-Gruppe (*keine* Vorstellungsrunde) (**Gopal**)

Tagesprogramm

(Schweigen bis nach der Meditation)

7:00 - 8:00 Uhr: Yoga / Stilles Sitzen (**Gopal**)

(Frühstück)

10:00 - 12:00 Uhr: FLOATING (**Gopal**)

(Mittagessen)

14:30 - 16:30 Uhr: SATSANG (**Adima**)

Nur die ersten 2 Tage: 17:00 - 18:00 Uhr: KUNDALINI (**Gopal**)

(Abendessen)

19:30 – 21:00 Uhr: Meditativer Abend-Satsang (**Adima**)

Abreisetag

(Schweigen bis nach der Meditation)

7:00 - 8:00 Uhr: Yoga / Stilles Sitzen (**Gopal**)

(Frühstück)

10:00 - 12:00 Uhr: Satsang (**Adima**)

(Mittagessen)

Check-out / Heimreise

In diesem Retreat fließen alle meine Bemühungen methodenfrei in **EINS** zusammen: Einzel-/Paarsitzungen, Wissensvermittlung, Selbsterfahrung, Gesellschaftswandel, Körperübungen, Gruppenzugehörigkeit, Meditation, Energiearbeit, Fortbildung, Supervision und Vernetzung.



Adima, Satsanglehrerin
adima@adima.net
www.adima.net



Gopal, Heilpraktiker für Psychotherapie
gopal@traumaheilung.net
Tel. 0176-72718821
www.traumaheilung.net
Vita

