

# Heilung, Kraft & Herzenslust: Jahreswende 2015/2016



Meist wird Gott ganz leise Mensch.  
In dir.  
Burga Gripekoven

## Aufstellungstag: Innehalten. Klären. Sich stärken und neu ausrichten.

Die Gelegenheit im alten Jahr, sich dem Ungelösten, Verwirrenden und Forderndem im eigenen Herzen zuzuwenden und den Raum zu bereiten: für den Advent, das Ankommen bei sich selbst. Was brauche ich für den Frieden in mir? Was brauche ich für die unbeschwerte Freude in mir? Die Aufstellungen nach der Methode "Selbstintegration" (Dr. med. Langlotz) lassen ein achtsames Feld entstehen, in dem es möglich ist, das eigene tiefere Potenzial, Vitalität und Sinn neu zu entdecken. Leid und Blockierungen durch hinderliche Identifikationen können erkannt und wertschätzend gewandelt werden, so dass der innere Raum spürbar freier wird: bereit für das Fest in Dir.

Fr, 11.12.2015, 9.30 h – 18.30 h, 125 € mit - und 75 € ohne eigene Aufstellung;

## Psychohygiene - Anregung für ein gedeihliches Überleben im Stress.

Themenabend mit Qi-Gong-Übungen: „Überfluss schafft Überdross.“

Ob beim Essen, Kaufen, Gelten oder Haben wollen: Ein „Zuviel“ erleben wir wie einen Mangel, zehrend und erschöpfend. Gerade zur Weihnachtszeit tut es gut, sich zu vergegenwärtigen, dass weniger manchmal mehr ist und wie bereichernd Genügsamkeit sein kann. Mit speziellen Qi-Gong-Übungen zum Beruhigen und zum Schutz des eigenen Herzens.

Mo, 7.12.2015, 19 h – 21.15 h, 25 €

## „Offene Himmel“ - zwischen den Jahren - Räume öffnen für's Wesentliche

Raunächte galten einst als Losnächte – Einkehrzeit, Schwellenzeit, Orakelzeit, still sein, um zu lauschen und zu schauen, was ist und was werden will: Was lässt Du los, damit Du leicht und unbeschwert ins neue Jahr gehen kannst? Was will neu werden in Dir? Welche Absichten, Vorhaben und Herzenswünsche brauchen Deine Bekräftigung? Welche himmlische Kraft und Botschaft hält sich bereit, um in Dein Motto für das neue Jahr zu fließen? Zeit für eine würdevolle Neuausrichtung, Zeit für ein Willkommensfest für das neue Jahr 2016 – den Weg ins Neue bereiten wir symbolisch in einem lichtvollen (Schnee-)Labyrinth.

Sa, 2.1.2015, 10 h - 18 h, 115 €



## Ort, Info, Anmeldung:

Praxis Rita Weinger

Coaching, Seminare, Therapie

Lärchenweg 33, 93339 Riedenburg-Gleislhof

Tel. 09442-991685, 0177-7484854

E-mail: [info@rita-weinger.de](mailto:info@rita-weinger.de)

[www.rita-weinger.de](http://www.rita-weinger.de)

Ich freue mich auf frühzeitige Anmeldungen!