



## Herzöffnung

Seminar: 5 Intensivtage der Gefühlsschule  
Termin: Fr, 20. Oktober | 20 Uhr – Mi, 25. Oktober | 15 Uhr  
Ort & Kosten: Finkenwerder Hof | 460€ incl. Ü&VP

In unserem Herzen wohnen Weite, Frieden, Freude und Verbundenheit. Wir alle sind auf die Welt gekommen mit offenem Herzen. Durch liebevolle und verletzendes Erfahrungen haben wir unser Herz verschlossen. Was früher einmal sinnvoll war, ist zu einer Gewohnheit geworden, die uns heute im Wege steht. Denn unser Herz zu spüren und ihm zu folgen ist eine wichtige Qualität eines erfüllten Lebens. In unserem Herzen wohnt die Kraft, die aus Gedanken Taten werden lässt.



## MEIN Leben leben

Seminar: 6 Intensivtage der Gefühlsschule  
Termin: Fr, 27. Oktober | 20 Uhr – Do, 2. November | 15 Uhr  
Ort & Kosten: Finkenwerder Hof | 540€ incl. Ü&VP

Wie möchte ich leben? Wie und wer bin ich – wie und wer möchte ich sein? Welche Wünsche und Träume habe ich aus den Augen verloren, mir vielleicht im Lauf der Zeit „abgeschminkt“? In unserem oftmals über-vollen Alltag haben wir viel zu wenig Raum und vielleicht auch zu wenig Mut, uns mit grundsätzlichen Fragen zu beschäftigen. Wir kriegen unser Leben irgendwie auf die Reihe, anstatt es selbst zu gestalten.

In diesem Seminar bist du eingeladen inne zu halten, dir bewusst zu werden und zu kontemplieren. Was ist mir wirklich wichtig? Wie kann ich mein Leben mehr zu MEINEM machen? Und auch: wozu bin ich bereit? Wir beschäftigen uns mit unseren Wertvorstellungen und wie diese entstanden sind. Und wir erlauben uns, unser Leben mit neuen Augen zu sehen und Kurswechsel einzuleiten.



## Loslassen... bring mit, lass da!

Seminar: Intensiv-Wochenende der Gefühlsschule  
Termin: Fr, 17. November | 20 Uhr – So, 19. November | 17 Uhr  
Ort & Kosten: Finkenwerder Hof | 240 € incl. Ü&VP

Der Titel spricht für sich: ein ganzes Wochenende wollen wir uns der vermutlich vornehmsten Aufgabe widmen, dem Los-Lassen. Loslassen vom alltäglichen Kleinkram, aber auch das Loslassen von festen Vorstellungen, von Überzeugen, und letztlich auch das Große Loslassen. MIT WENIGER GEPÄCK REIST ES SICH LEICHTER...



## Meditations-Retreat zum Jahreswechsel

Termin: Do, 28. Dezember 2017 | 20 Uhr – Di, 2. Januar 2018 | 15 Uhr  
Ort: Finkenwerder Hof in Mecklenburg-Vorpommern  
Kosten: ab 260 € Grundkosten für Ü & VP & Yoga / Feldenkrais  
**Retreat auf Spendenbasis**

Es sind keine Vorkenntnisse in Meditation oder Yoga erforderlich.