

Meditationswochenende

Auch in extremen Situationen
„in der Mitte“ bleiben, das Höhere
erkennen, richtig handeln im rechten
Moment. Eins mit dem Sein. Wo
geht's für mich hin? Wann bin ich in
meiner Energie?

Bequeme Kleidung,
Wollsocken,
Decke,
Meditationskissen - falls vorhanden..

€ 160,- zzgl. Unterkunft & Verpfle-
gung - Das Seminar findet an der
Ostseeküste statt!

Nächster Termin:

15.-17. Februar 2013

Jeweils 10:00 - 18:00 Uhr

-bitte schriftlich anmelden-

Annegret Torspecken

Amalienstr. 9
12247 Berlin

Telefon: 030 - 2870 3729
Mobil: 0152 - 56 199 566
E-Mail: at@at-connect.info
www.at-connect.info

Annegret Torspecken

Strategien zum
Glück



www.at-connect.info



Zeit für mich!

Inhalt

Wir wollen gemeinsam meditieren und unseren Kern unser wahres Sein erspüren. Erfahrungen austauschen und schauen, auf welche Weise wir von den Erkenntnissen an diesem Wochenende nachhaltig profitieren können. Unsere Wahrnehmung wird uns auch bei starkem „Wellengang“ in der Mitte halten und Kraft, Ausdauer und Zuversicht geben.



Zielgruppe:

Diese zwei Seminartage richten sich an all jene, die sich selbst und ihre Reaktionsmuster auf dem spirituellen Weg besser verstehen möchten. Menschen, die ihre eigenen Wahrnehmungen sensibilisieren und besser bzw. früher deuten können möchten.

Je nach Wunsch der Gruppe können auch Methoden der Transformation, der Gedanken- und Gefühlsführung besprochen und geübt werden.



Meditation zur Wahrnehmung des Wesentlichen.

Ziel:

Bei diesem Wochenende handelt es sich um eine Wahrnehmungsschulung. Vorteilen der Meditation, Erkennen der Emotion versus Gelassenheit. Nur wer die Möglichkeiten der Wahrnehmung einmal erfahren konnte, kann frei für sich entscheiden, inwieweit eine Zentrierung in der Mitte, ein Ruhen in sich Selbst, von Vorteil für das tägliche Leben sein kann.



Annegret Torspecken

Amalienstr. 9
12247 Berlin

Telefon: 030 - 2870 3729
Mobil: 0152 - 56 199 566
E-Mail: at@at-connect.info
www.at-connect.info