



Seminar-Wochenende **Samstag/Sonntag 4. und 5. Mai 2019**

„Die Stille hinter der Bewegung“

Unser Alltag präsentiert sich uns immer wieder mal als herausfordernd, - und wird manchmal gar als beschwerlich empfunden. Wir können beobachten, dass wir uns im **Tun** verlieren. Stress und Unbehagen sind eine Folge davon.

Der stille Raum, der hinter all dem Tun beheimatet ist, wird nicht mehr wahrgenommen. Doch genau diese Stille ermöglicht es uns, nach innen zu hören und zu entspannen, - zur Ruhe zu kommen.

Die Stille erlaubt uns, innezuhalten und im Hier und Jetzt zu sein. Das Gefühl für die Zeit verschwindet. Es gibt nur noch die Gegenwärtigkeit. Alles ist im Einklang.

«Was vor uns liegt und was hinter uns liegt, ist nichts zu dem, was in uns liegt. Und wenn wir das, was in uns liegt, nach aussen tragen, geschehen Wunder.» Thorau, Mystiker

Leitung: **Rosmarie Garland**, lic.phil1, Plagaur, 7215 Fanas,
Mail: postmaster@rgarland.ch / Web: www.rgarland.ch
Edith Hauser, Yogalehrerin/Menschenbegleiterin, Beuge 9, 8752 Näfels
Mail: edith@bewusst-heit.ch

Kosten: CHF 400.- (reduzierter Preis auf Anfrage)
und zusätzlich Unterkunftskosten

Datum: Sa/So: 4.und 5. Mai 2019 / Sa: 10–18.00 Uhr / So: 10-16.30 Uhr

Kursort: Seewis Dorf, Hotel Schesaplana

Anmeldung: Rosmarie Garland, Plagaur 12, 7215 Fanas 081 325 18 17
Edith Hauser, Beuge 9, 8752 Näfels 077 443 72 26
Marcel/Maya Müller, 7426 Flerden 079 484 78 36
Tanja Tannek, 7027 Calfreisen 076 516 12 10

Anmeldetalon:

Hiermit melde ich mich verbindlich für das Wochenend-Seminar vom 4./5.Mai 2019 an.
Die Anmeldegebühr von CHF 100.00 lege ich bar bei.

Name: _____

Strasse: _____ **Plz, Ort:** _____

Tel. P.: _____ **email:** _____

Datum: _____ **Unterschrift:** _____

Nach Eingang der Anmeldung folgt eine Anmeldebestätigung und die Wegbeschreibung