



### 3 Schritte zur Klarheit

29.-30.AUGUST 2009 . MANDALA PAVILLION WIETZOW

Was ist, wenn es leicht wäre?!

Was ist, wenn Du Dich selbst besser verstehen würdest?!

Konkret und nachvollziehbar werden wir an diesem Wochenende erleben, dass es einfach sein kann, Dein Verhältnis zu einer sehr besonderen Beziehung zu klären: Deine Beziehung zum „Ich“!

Allzu häufig geraten wir aus der Balance. Was wir dann brauchen ist Orientierung. In diesem Workshop biete ich eine „Schatzkarte“ an, die Dir zu einem tieferen Begreifen Deiner Themen und Herausforderungen verhilft.

Vom Offensichtlichen über das Verborgene zum Grenzenlosen.  
Und wieder zurück!

Was ist Dein offensichtliches Verhalten?!

Was ist die tiefere Motivation Deines Verhaltens?!

Was erlebst Du, wenn Du Dir erlaubst, das Verborgene zu fühlen?!

Weil alle drei Bereiche gleichzeitig stattfinden, werden wir im Workshop diese Schatzkarte nicht nur kennen lernen, sondern auch durch praktisches Reisen erfahren.

Dabei unterstützen geführte Meditationen und Übungen zur Selbstwahrnehmung. Bringe eine gute Portion Mut mit, denn Du hast Gelegenheit, Dich in einem persönlichen Thema unterstützen zu lassen.

**3 Schritte zur Klarheit . 29.+30. August 2009**

150.- € inkl. Klangyoga am Freitag abend sowie Yoga am Sa + So morgen  
(auf Spendenbasis) Sa 11-20.30 + So 10.30-16.30

**Einzelsitzung:** Mo 31.8. 75.- nach Vereinbarung

**Lebensgemeinschaft Wietzow . Mandala Pavillion**

Wietzow 17a . 17129 Daberkow

**Information und Anmeldung (bitte bis zum 21. August):**

Bijan Fatemi . bfatemi@arcor.de . mobile 0177.2871866

Martin Böttcher . kontakt@koerpergeistundmehr.de . mobile 0151.11663290



### 3 Ebenen

#### DAS OFFENSICHTLICHE.

*Das ist die Welt unseres Verhaltens, insbesondere was wir gewohnheitsmäßig tun. Das sind unserer verschiedenen Einstellungen mit bestimmten Gedanken und Gefühlen zu einem relativ begrenzten Bereich. Wir kennen sie auch unter Begriffen wie Muster, Persönlichkeits-Anteile, Inneres Team etc. Wir sind nicht unsere Verhaltensweisen – aber wir leben durch sie in der Welt. Herausforderungen auf dieser Ebene können wir sehr gut mental begegnen.*

#### DAS VERBORGENE.

*Häufig – nicht immer – gibt es eine tiefere Motivation für unser Verhalten. Beispielsweise sind wir nett, weil wir geliebt werden wollen oder arbeiten wahnsinnig viel, weil wir unsere Einsamkeit nicht fühlen wollen ... Die tiefere Motivation führt uns zu intensiven Gefühlen und Zuständen. Sie führt uns zu unseren Potentialen – aber auch durch manchen Engpass, den wir fühlend durchschreiten müssen um ihn hinter uns zu lassen oder unseren Frieden damit zu schließen.*

#### DAS GRENZENLOSE.

*Raum der Stille, Raum der Fülle, Raum der Leere. Bewusstheit. Ursprung der authentischen Inspiration. Das was Du eigentlich bist und was manchmal Gott oder Liebe genannt wird. Es ist immer da. Als Menschen haben wir die Möglichkeit uns dessen bewusst zu sein. Aus der Perspektive des Raumes kannst Du erkennen, ob Dein Tun einer Kontraktion - also einem relativ unbewussten Verhaltensmuster entspringt - oder einem authentischen Impuls im Hier und Jetzt, verbunden mit dem Fluss des Seins. Dann kannst Du entscheiden.*

**Vom Offensichtlichen über das Verborgene zum Grenzenlosen.**

**Und wieder zurück!**

Martin Böttcher

[www.KoerperGeistUndMehr.de](http://www.KoerperGeistUndMehr.de)