



**Haus der Stille – Waldauerbach**  
**Barbara Althoff-Koch / Elisabeth Sandel**

Personale – Initiatische Therapie nach Dürckheim/Graubner  
Leib-Atem-Stimme-Psyche-Meditation  
- Lehrinstitut AFA® -

## offener Samstag

19./20. Januar - 23./24. März - 11./12. Mai - 16./17. November 2019

### **Am jeweils folgenden Sonntag ist Meditation im Stil von ZEN von 10 – 16.30 Uhr**

#### **3 – Stunden -Stimmarbeit von 9.00 bis 12.00 Uhr : ( € 24,-)**

Atemübungen und Stimmarbeit als Umgang mit Tönen, Worten und Texten helfen dem Menschen, sich in der Tiefe zu spüren, und sich als Einheit von Körper, Seele und Geist wieder zu erfahren.

Wenn der Mensch sich artikuliert zeigt er sich und wird auch gehört

Er kann „Person“ werden. Der Begriff des „Personalen“ ( lat. personare = hindurchtönen ) spricht den Menschen auch im ständigen Schöpfungsprozess an, wenn er sich für das Leben öffnet, das durch ihn hindurch scheinen und tönen will.

Gelegenheit zu einem vegetarischen Mittagessen ( € 10,-)

#### **Psychoenergetik und systemische Arbeit von 14.00 bis 18.00 Uhr: ( € 32,- )**

In der Psychoenergetik ( nach Peter Schellenbaum ) geht es um den spontanen Lebensausdruck : Wenn es uns gelingt, die unbewussten Botschaften, z.B. Geste, Haltung, Sprache ( = Energiesignale ) aufzunehmen, sie aus der Stockung ins Fließen zu bringen, uns davon betreffen und berühren zu lassen, wird das Leben wieder lebendig und erfüllt.

In der systemischen Arbeit ( z.B. Familienstellen ) geht es um die Ordnung, um den richtigen Platz, den es einzunehmen gilt. Neben den Beziehungen der Familienmitglieder untereinander, ihren Erfahrungen und Werten prägen auch die Reihenfolge und Ordnungen der Familienkonstellation unser Lebensgefühl.

In beiden Methoden geht es darum, das was hemmt und krank macht in Leben ( = Liebe ) umzuwandeln. Beide Methoden ergänzen sich. Ganz individuell und je nach Problemstellung bietet sich einmal die eine oder andere Methode an.

Die Einheiten können auch einzeln, z.B. nur Vormittag oder nur Nachmittag oder gesamt besucht werden.

Anmeldung und weitere Information