

# Einladung

## Meditation und Arbeit mit sich Selbst, in der Mitte und zur Jahreswende

Freitag, 18.12.2020 Anreise bis 18.00 Uhr,  
gemeinsames Abendessen um 18.30 Uhr  
Spätanreise auch in der Nacht möglich, wenn nötig.

Seminarbeginn: Samstag, 19.12.2020 in der Frühe  
Ende: Sonntag, 20.12.2020 bis ca. 15.00 Uhr

Preis: 220,00 €

Ort: Seminarhaus Kieselhof



Wir treffen uns am Freitag zum gemeinsamen Abendessen und stimmen uns anschließend auf Samstag ein. Am Samstag beschäftigen wir uns meditativ mit der kosmischen Dimension, der Beziehung des Menschen mit dem Rhythmus der Natur und dem All.

Wenn es in der Situation angebracht erscheint, arbeiten wir auch mit Einzelnen in der Gegenwart von anderen, die in meditativer Prägung das Geschehen vertiefen. Es geht dabei um verschiedene Ebenen der Selbst-verwirklichung. Außer der Entfaltung des persönlichen Prozesses stehen Probleme und Wirkungsmöglichkeiten bei der Arbeit, mit Mitmenschen oder bei einer anderen Tätigkeit im Mittelpunkt. Die Ausrichtung ist dabei, sinnvolle Prozesse für die Gesamtsituation zu entwickeln, nicht nur für das Individuum selbst. Arbeitssupervision bezieht sich dabei auf eine Aktivität im sozialen Feld, Lebenssupervision soll ein Beitrag geben zur Verwirklichung der Lebensaufgabe.

Die Reflexion der Arbeit ist inspiriert von der Wintersonnenwende und dem bevorstehenden Jahreswechsel. Auch in der Meditation wird der Jahresrhythmus der Sonnenwende und der Beginn der Raunächte einbezogen aus der Gegenwärtigkeit bewegen wir uns auch zwischen Rückschau und Blick nach vorn.

[Bitte anmelden bei Doris Holzmann](mailto:elsaesser.sebastian@web.de) elsaesser.sebastian@web.de Tel: 0711 6016807

Übernachtung: 20 € Mehrbettzimmer incl. Bettwäsche, 28 € 3-Bett-Zi., 35 € im DZ, 40 € im EZ  
Verpflegung: Vollpension 30 € pro Tag