

# **DER GROSSE BOGEN**

# **2018**

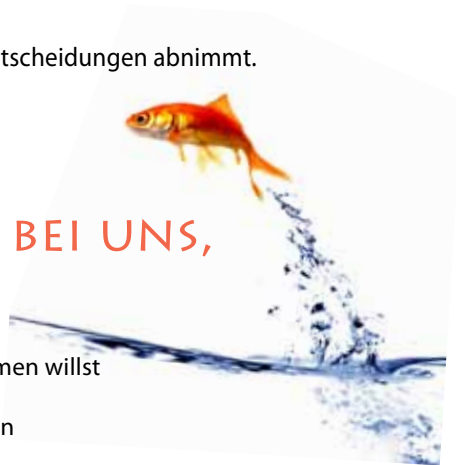


**TANTRISCHES JAHRESTRAINING**  
**HELLWACH - MUTIG - LIEBEVOLL**



## WIR SIND DIE VERKEHRTE ADRESSE, WENN DU ...

- lieber hättest dass alles so bleibt wie es ist
- Resultate ohne eigenes Engagement erwartest
- unfehlbare Guru-Idole suchst
- in erster Linie auf Partnersuche bist
- dir Sexorgien erhoffst
- jemanden brauchst der dir deine Entscheidungen abnimmt.



## DU BIST RICHTIG BEI UNS, WENN DU ...

- genug hast vom Opferdasein
- dein Leben in die eigene Hand nehmen willst
- innige Beziehungen anstrebst
- bereit bist, intensiv an dir zu arbeiten
- Mut zur Veränderung hast
- erwachsen werden möchtest
- vermutest, dass am Leben mehr dran sein muss als was du bislang kanntest
- ahnst, dass Sexualität und Spiritualität irgendwie zusammenhängen
- auch unter Stress gerne freundlich und gelassen wärst
- wissen willst, wie Leben tatsächlich funktioniert.

WIR FREUEN UNS AUF DICH!

Wer begleitet dich?	4
Der Große Bogen	5
I: Höhenflug	6
II: Aufstellungsarbeit	7
III: Lust und Heilung	8
IV: Ekstase	9
V: Welle	10
VI: Maithuna	11
Feedbacks	12
Der Spielplatz	13
Die Termine	14
Dein Beitrag	15
AGBs	16
Kontakt	17

Copyright Institut Namasté.  
Panta rhei: Änderungen vorbehalten.

Und: Wir sind auch nur Menschen - Irrtümer ebenfalls vorbehalten!  
V 10.2, 8/17



**DR. AMRIT FUCHS**

Gründer und Leiter des **Instituts Namasté e.V.**, des Seminarzentrums **zeiTraum** und der unabhängigen **Beratungsstelle Wien West**

Nachhaltig erfolgreiche Gruppenleitung seit 1997

- Tantra bei: Margo Anand (Sky Dancing), Andro, Diana Richardson; Chuluaqui Qoudoushka bei Batty + Rose (Deer Tribe) u.a.m.
- Dipl. Sexualberater und -pädagogin  
Dipl. Themen- und Familienaufsteller
- Posturale Integration nach Jack Painter
- Leiter der Ausbildung zum/zur Aufstellungsleiter\*in
- Leiter der Namasté-Tantralehrer-Ausbildung
- Tantra bei: Andro, Diana Richardson, Daniel Odier u.a.; Chuluaqui Qoudoushka bei Batty + Rose (Deer Tribe) u.a.m.
- Life Coach; Dipl. Sexualberaterin und -pädagogin
- Dipl. Themen- und Familienaufstellerin
- Provokative Therapie bei F. Farrelly
- Leiterin der Ausbildung zum/zur Aufstellungsleiter\*in
- Leiterin der Namasté-Tantralehrer-Ausbildung

## Das erweiterte Namasté-Team

**ALE SCHRATT**

**BARBARA SCHWARZMANN**

**BRITTA JOY FEX**

**HANS SCHIEBER MSC**

**DI THOMAS GUDEHUS**



**DR. HELENA KRIVAN**



Mit dem Frühling beginnt auch das tantrische Jahrestaining *Der Große Bogen*, der sich von deinen ersten Schritten auf dem tantrischen Pfad bis zum jahrtausendealten, klassischen Tantra-Ritual spannt.

Was du hier erfährst, hilft dir Türen zu neuen inneren und äusseren Welten zu öffnen: Türen zu dir selbst, die vielleicht lange versperrt oder vergessen waren. Türen zu anderen, die zu öffnen du vielleicht noch nie den Mut gefunden hast. Stufe um Stufe wirst du behutsam geführt und nährst dich dem, was wir unter dem Begriff **Tantra** zusammenfassen:

- Sich selbst ohne Wenn und Aber annehmen und von Herzen lieben lernen,
- die eigenen Empfindungen wahrnehmen und verfeinern, Nähe wagen und genießen,
- dem eigenen Gefühl vertrauen lernen,
- Blockaden, Traumata und alte Verletzungen allmählich heilen und Schmerzliches abklingen lassen,
- das Wechselspiel von Sich-Öffnen und Sich-Abgrenzen üben,
- deinen wenig hilfreichen Mustern augenzwinkernd auf die Schliche kommen,
- wach, bewusst und voller Achtsamkeit im Augenblick leben,
- Sexualität als einen natürlichen und beglückenden Teil deines Lebens integrieren,
- Energie und ihr Fließen beobachten, steigern, genießen und lenken,
- sich im liebevollen Annehmen des eigenen Schattens üben,
- Schönheit und Vollkommenheit in allem, was dich umgibt, erkennen lernen,
- Verantwortung für dich und dein Leben übernehmen,
- dieses dein Leben bewusst dorthin lenken, wo Freude, Genuss, Energie und Geborgenheit für dich bereitstehen.

Diese Gruppe ist etwas ganz Besonderes: Mit der Zeit bildet sich ein sehr spezieller Zusammenhalt und ein tiefes Vertrauen gegenüber den anderen Mitreisenden auf diesem Weg zu mehr persönlicher Freiheit und einem tiefen Verstehen der Spielregeln des Lebens.

Wir wollen zusammen leicht, aber auch innig, meditativ, aber auch vergnügt sein, konzentriert arbeiten und ausgelassen feiern... Lass dich überraschen!

# I: HÖHENFLUG



Der HÖHENFLUG ist der erste Ankerpunkt des GROSSEN BOGENS. Wenn du das Basisseminar ATEM, ENERGIE & CO. bereits besucht hast, aber noch nicht sicher bist, ob denn dieser Weg für dich hier und jetzt tatsächlich der richtige ist, hast du bei diesem offenen Seminar die Möglichkeit, erstmal hineinzuschnuppern. Hast du deine Erfahrungen bei einem anderen Tantra-Veranstalter gesammelt, ist eine Teilnahme nach Rücksprache mit der Institutsleitung ebenfalls möglich.

Du kannst dich also entweder nach dem

HÖHENFLUG für die Teilnahme am Jahrestraining entscheiden, oder du nimmst die Erfahrungen aus diesen intensiven Tagen einfach mit nach Hause und lässt sie nachwirken.

Der HÖHENFLUG besteht aus einer Vertiefung der wichtigsten Elemente des BASISSEMINARS sowie dem Entdecken ganz neuer Ebenen des tantrischen Erlebens.

Viel schwungvolle Körpererfahrung durch dynamische oder auch sehr sanfte Bewegung, vergnügliche Übungen, spielerisch-festliche Rituale und fein abgestimmte Meditationen runden die Erfahrung deiner Selbst ab.

Das Jahrestraining DER GROSSE BOGEN, für das dieses Seminar den Einstieg bietet, ist als einjähriger Entwicklungsprozess gedacht, bei dem du durch die einzelnen Blöcke immer wieder - rund alle 2-3 Monate - einen neuen Impuls erhältst.

Essenziell ist dabei der Kontakt der TeilnehmerInnen untereinander und zur Institutsleitung (dazu gibt es die regelmäßigen Jours Fixes, auch online!), sodass du zu jeder Zeit Unterstützung und Begleitung erfährst.

Allmonatliche schriftliche Reflexionen fördern deinen Wachstumsprozess und sind noch nach Jahren gute Erinnerungsstützen und Motivatoren.

Viele Teilnehmer\*innen nehmen als Ergänzung zu den Seminarprozessen gerne unsere Einzelarbeit in Anspruch, um ihre Hauptthemen besonders effizient aufzulösen und ihren ganz persönlichen Großen Bogen rund und kraftvoll zu spannen.

# II: AUFSTELLUNGSARBEIT

## WOZU AUFSTELLUNGSARBEIT?

Die Aufstellungsarbeit steht gleich an zweiter Stelle im Jahrestraining, da ohne einen tieferen Blick in die eigene Familienstruktur ein Fortschreiten auf dem tantrischen Pfad (und ganz allgemein auf dem Weg der Persönlichkeitsentwicklung) nicht gut möglich ist.

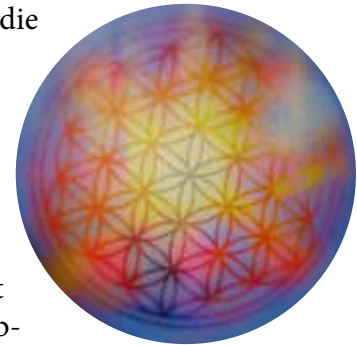
Diese Arbeit und ihre Ergebnisse haben sich immer wieder als so richtungsweisend herausgestellt, daß die Teilnehmer\*innen an unserem Jahrestraining zusätzlich zur eigenen aktiven Aufstellung einmal verpflichtend und einmal optional als Mitwirkende bei einem Aufstellungstermin dabei sind - ohne dass wir für diesen Zusatzbonus den Gesamtbeitrag erhöhen.

## WAS IST EINE FAMILIENAUFSTELLUNG?

Du begegnest hier einer Form der Gruppenarbeit, die es auf oft verblüffend einfache Weise ermöglicht, uralte, manchmal über Generationen weitergegebene Traumata (Schuldgefühle, Aussenseitertum, Krankheiten, Erfolglosigkeit, mangelnder Selbstwert etc.) zu erkennen und aufzulösen.

Diese Verstrickungen können zu psychischen und somatischen Störungen führen (zB. Bulimie, Angst vor Nähe/Beziehung, Erfolg..., Helfersyndrom, Selbstsabotage, Allergie, Suchtkrankheiten uam.). Solche Verstrickungen werden hier sanft ans Licht gehoben, freundlich angeschaut und in Liebe gelöst, sodass jeder in deinem System gewürdigt wird und einen guten Platz bekommt.

So einfach die Methode scheint, so tief und nachhaltig ist ihre Wirkung. Das neugestellte Lösungsbild wird vom Klienten verinnerlicht und hat oft verblüffende und heilkräftige Auswirkungen auf Krankheitssymptome, brüchige oder verhärtete Beziehungen, Problemkinder, alte seelische Verletzungen beim Klienten selbst oder in seiner Gegenwartsfamilie, unlösbar scheinende Situationen und vieles andere mehr.



Brüche  
verheilen  
werden glatt  
werden ein  
Teil  
deiner Selbst

Du bist  
was du bist  
erst durch sie

**N**iemand wird erwachsen, ohne Schrammen auf der Seele davongetragen zu haben.

Viele dieser kleinen und auch großen Verletzungen werden jedoch aus verschiedensten Gründen nicht aufgearbeitet und geheilt.

So setzen sie sich zuletzt als Verspannungen im Körper oder als fixe Verhaltensmuster im Kopf fest und hindern uns, das Leben in unserer höchsten Möglichkeit zu leben.

So wie du bei der Aufstellung deine Familiengeschichte betrachtet hast und Lösung möglich geworden ist, so hast du hier die Gelegenheit, Altlasten aus deiner ganz persönlichen Geschichte wahrzunehmen und nach und nach loszulassen.

In diesem Teil des Trainings kannst du deine Lebenslust (wieder)entdecken und neu in deinem Alltag verankern.

Das Vertrauen in dich und dein Körperwissen wird gefestigt, und mit Hilfe tiefgehender Körperarbeit im Beckenbereich können alte Verspannungen gelockert und gelöst werden, die deine sexuelle Erlebnisfähigkeit unter Verschluss halten.

Das Prinzip der Freude ist ein tragendes Element des Tantra: Alles was du tust, soll möglichst lustvoll und vergnügt sein! Freude ist der Urgrund des Universums - aus lauter Freude ist es entstanden, so wie jedeR von uns auch.

Diese Freude am puren Sein, das Urvertrauen und die unschuldige Lust am eigenen Körper wieder in Fluss zu bringen ist eines der Ziele dieses Teils des Jahrestrainings.

Ein freies Fließen dieser Urenergie in Liebe und Vertrauen wiederum ist unabdingbare Voraussetzung für den nächsten Schritt: **Ekstase**.

**E**kstase - der Zustand höchster Glückseligkeit und Einheit - ist eines der Ziele von Tantra.

**H**ier lernst du, wie du auf einfache Weise so viel Lust und Energie in deinem Körper aufbauen kannst, dass höhere geistige Zustände nicht bloß möglich werden, sondern sich mit zunehmender Übung auch verlässlich einstellen.

**E**kstase - Verzückung - ist ein natürlicher Zustand des Menschen.

Es ist jener Zustand, wo du ganz plötzlich begreifst, ohne erklären zu können.

Wo dein ganzes Wesen nur mehr Schauen ist und Staunen.

Wo du still wirst und dein ganzes Tun sich auflöst im Sein.

**Z**wischen uns und der Ekstase stehen oft zahlreiche Widerstände, die uns daran hindern wollen, uns in die Arme des Großen Ganzen fallenzulassen.

Ihnen und ihrer humorvoll-energisches Transformation ist in diesen Tagen breiter Raum gewidmet.

Die **Welle** zählt zu den Höhepunkten des modernen westlichen Tantra. Wir verstehen sie als die ernsthaft-verspielte jüngere Schwester des klassischen tantrischen Rituals.

Es ist die erste Übung, die klar darauf abzielt, dass Mann und Frau, Shiva und Shakti, gemeinsam Energie aufbauen.

Die dafür erforderliche Spannung ist nicht immer leicht zu handhaben; es sind daher diejenigen im Vorteil, die sich schon eingehend mit der eigenen Geschichte befasst und die größten Hindernisse auf dem Weg zu einem gelassenen Sein aufgelöst haben.

Die Welle ist eine hochenergetische Paarübung, bei der Shakti - ganz wie auf den traditionellen Darstellungen - die Option hat, in Shivas Schoß Platz zu nehmen. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der verfeinerten Arbeit mit den Chakren: Hier kommen den Trainees die Kenntnisse und Erfahrungen aus den vorangehenden Trainingsblöcken zugute.

Und wie immer, wenn mit Chakren gearbeitet wird, wartet auch hier wieder eine Chance auf tiefgehende Transformation deiner Lebensthemen.

Die Welle wird ganz allmählich und schrittweise aufgebaut, sodass sowohl der physische als auch der feinstoffliche Körper damit vertraut werden können. Deine Feinfühligkeit und dein energetisches Empfinden werden mit Hilfe entsprechender Übungen allmählich gesteigert und gleichzeitig verfeinert. Die Energiekreisläufe schließen und verweben sich, die Tür zum Geheimnis des Da-Seins geht ein Stück weiter auf, und du beginnst zu ahnen, was das tantrische Ritualen auf der Welle der Glückseligkeit tatsächlich bedeutet...



**Maithuna** ist eine Gruppe für Fortgeschrittene.

Wir vertrauen darauf, dass diejenigen, die das Jahrestraining bis hierher mit Erfolg absolviert haben, auch die erforderliche Reife erlangt haben, um die rituellen Handlungen in ihrer Tiefe zu erfassen und ihre transformatorische Kraft zu erfahren.

Maithuna ist einerseits krönender Abschluss des Jahrestrainings, andererseits Tür zu einer gänzlich neuen Ebene der tantrischen Erfahrung. Nur sehr wenige haben in Westeuropa die Chance, sich dem klassischen Tantra - so wie es schon vor Jahrtausenden geübt wurde - in dieser leicht nachvollziehbaren Form zu nähern!

Die Teilnehmer\*innen haben bereits gut gefestigte Erfahrung mit dem Spüren des eigenen Energiestroms, das tantrische Atmen ist ihnen zur zweiten Natur geworden, ihr Körper ist ihr bester Freund.

Sie haben sich in die Tiefen des eigenen Wesens vorgewagt, sind achtsam mit sich und allem, was sie umgibt, verzagen nicht beim Schwimmen gegen den Strom - und sie haben gelernt, sich selbst und ihr Gegenüber jenseits aller Erwartungen und Klischees liebevoll anzunehmen.

In diesen intensiven Tagen wirst du auf eine völlig neue Ebene des Seins gehoben. Du übst dich in Schweigen und Innenschau. Du erfährst ganz neue Dimensionen deines physischen Körpers. Du lernst, dein Herz zu weiten, Shiva und Shakti als

personifizierte Energie zu verehren, dich im Ritual von tief verwurzelten Mustern und Glaubenssätzen zu lösen, die sexuelle Energie als magisch wirkende Schöpfungskraft zu erkennen und sie zum Wohle aller Wesen zu nutzen - so wie schon vor Tausenden von Jahren.

Respekt, Individualität, Freiheit, Verständnis, Akzeptanz und Liebe, wie ich sie noch nie erlebt habe.

Mein Platz ist überall.  
Himmel und Erde  
sind zusammengefügt.  
Es ist  
unermesslich groß.

Viele Widerstände für große Einsichten aufgegeben. Im Jetzt Demut vor der Weisheit des Lebens und Freude über die Wellen, die das Leben weitertragen.

Tief in mir gibt es Verletzungen, die mir den Zugang zur Sexualität erschweren. Das habe ich gespürt, ich darf und ich will da dran bleiben.  
Ich bin auf dem Weg und das ist gut so.

Dankbarkeit für die Möglichkeit mich zu öffnen, angenommen zu werden in einer Gemeinschaft, in der Wertung keinen Platz hat.  
Ich habe hier inneren Frieden gefunden, Verständnis für mich und die, die mir lieb sind.

Es ist immer schön, dass in euren Seminaren Emotionen willkommen sind und man sich auch in der Nacht Hilfe holen konnte.  
Super Service!

Die Menschen mögen mich.  
So wie ich bin. Wie schön...  
Ich darf von Schwierigkeiten und Traurigkeit sprechen ohne negative Folgen.

Ich durfte viele schöne Begegnungen und Berührungen erfahren im Nehmen und Geben. Besonders gut lernen, spüren, einüben konnte ich das „NEIN“-sagen, abgrenzen, besser mir-Schutz-bieten und gewähren.

Danke für die Zusendung der Teilnehmerliste und das Foto -> ist echt super geworden, da spüre ich beim Anschauen noch die positive Energie dieser wunderbaren Gruppe.

Ich  
entscheide  
wie's  
mir geht.

**D**er Große Bogen ist etwas Besonderes. Und unsere Teilnehmer\*innen sind es auch!  
Darum haben wir das Seminarhaus, das uns während des Jahrestrainings betreuen wird, mit besonderem Bedacht gewählt - und es hat sich in vielen Jahren bestens bewährt!



**D**as Seminarhaus Attenhausen in Niederbayern ist unerreicht was rustikalen Charme angeht: der riesige Garten mit Zierteich, die komfortablen und gemütlichen Zimmer, appetitliche Sauberkeit, großzügige Seminarräume und die Wälder und Wiesen der Umgebung machen es für viele unserer Teilnehmer\*innen zum Lieblings-Seminarhaus.

**D**as Ambiente in Attenhausen unterstützt dich dabei, das Leben in immer neuen Formen einzusatmen und auch mal "nur" der Sonne zuzusehen, wie sie lange, weiche Schatten auf die wiegend hügelige Landschaft malt...



Teil	Titel	Termin	Tage	Ort
1	Höhenflug	27.3.-2.4. 18	7	SH Attenhausen, Landau/ Isar
2	Aufstellungsarbeit <b>aktiv</b>	<i>wahlweise:</i> 9.-11.2. 18 20.-22. 4. 18 4.-6.5. 18	3	zeiTraum 1070 Wien Bandg. 34/29c
2a	Aufstellungsarbeit <b>mitwirken</b>	10 Termine zur Auswahl	3	
3	Lust & Heilung	26.5.-1.6. 18	7	SH Attenhausen, Landau/ Isar  VP: € 74 bis € 98
4	Ekstase	11.-18.8. 18	8	
5	Welle	24.-28.10. 18	5	
6	Maithuna	30.11.-4.12. 18	5	
<p>Beginn ist jeweils um 16.00; Eintreffen vor Ort <b>spätestens</b> um 15.00!            Details wie Mitbringliste etc. erhalten die Teilnehmer*innen zeitgerecht vor dem jeweiligen Trainingsteil.            Einige Tage vor dem Seminar unterstützen wir euch online bei der Bildung von Fahrgemeinschaften.            Die Preise für die Unterkunft entsprechen dem aktuellen Stand bei Erstellung dieser Broschüre.            Wir bitten um Verständnis, sollte sich in der Zwischenzeit eine kleine Korrektur ergeben.</p>				



Ich möchte...	...daher überweise ich...	Beitrag in €
...mal schauen, ob das wirklich für mich das Richtige ist, und melde mich vorerst nur zum <b>Höhenflug</b> ( Teil 1) an.	...bis 30. 1. 2018 mit <b>Frühbucharbonus</b> und spare € 132	526,-
	...nach dem 30.1. 2018	658,-
...verbindlich das ganze <b>Jahrestraining</b> besuchen, Teile 1-6	<b>A</b> ...bis 21.12. 2017 mit <b>Frühbucharbonus</b> und spare € 250	2.562,-
	<b>B</b> ...nach dem 21.12. 2017	2.812,-
...nach dem Höhenflug gerne doch das ganze <b>Jahrestraining</b> besuchen, Teile 2-6.	<b>C</b> ...bis 16. April 2017	2.386,-



- Das Institut Namasté schließt mit jedem/r Teilnehmer\*in vor Beginn des Jahrestrainings eine schriftliche Vereinbarung (JTV) ab, die auf Anfrage zugeschickt wird.
- Bei Erreichen der maximalen Teilnehmer\*innenanzahl beim ersten Teil (Höhenflug) werden jene bevorzugt gereiht, die nicht nur diesen ersten Teil, sondern das gesamte Jahrestaining gebucht haben.
- Meldet sich eine Teilnehmerin/ein Teilnehmer bis 21 Tage vor Beginn des Teils I ab, wird die Überweisung abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von € 250,- zurückerstattet. Zu einem späteren Zeitpunkt wird die Anzahlung nur dann - dafür jedoch abzugsfrei - zurückerstattet, wenn seitens des Teilnehmers/ der Teilnehmerin ein entsprechender Ersatz gestellt wird (dh. für eine Frau eine Frau, für einen Mann ein Mann mit der erforderlichen Vorerfahrung.)
- Kann einE Teilnehmer\*in in einen der Teile III-VI des JT nicht besuchen, kann er/sie den fehlenden Teil beim nachfolgenden Jahrestaining kostenfrei (allfällige Stornogebühr s. JTV) nachholen.
- Bitte beachten: Teil III ist in jedem Fall unabdingbare Voraussetzung für Teil IV, sowie Teil V für Teil VI!
- Erfolgt die schriftliche Absage weniger als 21 Tage vor Beginn eines Trainingsteils, wird ungeachtet der Gründe für die Absage eine Bearbeitungsgebühr fällig (Details s. JTV). Bei Abbruch eines Seminars oder des gesamten Jahrestrainings besteht kein Anspruch auf Rücküberweisung der geleisteten Zahlungen. Gutschriften-Regelung siehe JTV.
- Teil II (aktive Aufstellungsarbeit) kann bereits vor Beginn des Jahrestrainings, muss jedoch spätestens vor Teil III absolviert werden.
- Die Teilnehmer\*innen übernehmen die volle Verantwortung für ihre Handlungen sowie ihre Gesundheit innerhalb und ausserhalb des Gruppengeschehens. Allfällige potenziell ansteckende Erkrankungen sind der Institutsleitung rechtzeitig vor Beginn der Gruppe mitzuteilen.
- Das Training ist für seelisch und körperlich durchschnittlich belastbare Menschen gedacht. Im Zweifelsfall bitte mit der Institutsleitung abklären. Teilnehmer\*innen, die therapeutisch begleitet werden, erklären, dies der Institutsleitung mitzuteilen, sowie die geplante Teilnahme mit ihrer Therapeutin/ ihrem Therapeuten zu besprechen.
- Die Zimmerreservierung übernimmt die Institutsleitung, die Zimmereinteilung erfolgt spontan vor Ort (first come, first serve). Spezielle Anfragen (zB. Abholung vom Bahnhof) sind direkt und zeitgerecht ans Seminarhaus zu richten. Für besondere Lebensmittel (glutenfrei, vegan, paleo etc.) sorgen die Teilnehmer\*innen selbst.
- Für einen gelungenen Gruppenprozess ist die durchgehende Anwesenheit aller Teilnehmer\*innen erforderlich. Sonderregelungen sind nur in Ausnahmefällen und nach Absprache mit der Institutsleitung möglich.

**Zuverlässige, professionelle Betreuung  
und Begleitung unserer Teilnehmer\*innen  
sind uns ein Herzensanliegen.**

Unser Büro ist gut erreichbar und antwortet prompt;  
wir sind persönlich ansprechbar, für alle Fragen offen  
und gerne nicht nur vor, sondern auch nach deinem Seminar für dich da.

Probier's aus! :-)

**Kontakt:  
Österreich**

namaste@gmx.at  
+43-1-419 76 88-0

**Deutschland:**  
info@tantra-namaste.de  
+49 5601 9615769

**Mehr Info:**  
www.tantra.at  
www.tantra-namaste.de  
www.familienaufstellung.at  
www.zeitraum.or.at

"Für mich waren die letzten Jahre bei  
Euch der perfekte Anstoß dafür,  
meine Geduld, Achtsamkeit und Liebe  
für diese Welt wieder zu entdecken."

(Teilnehmer-Feedback)



TANTRISCHES JAHRESTRAINING  
**HELLWACH - MUTIG - LIEBEVOLL**