

Familienbildungsstätte „Die Wiege e.V.“

Hohenhagener Str. 9, 42855 Remscheid
Tel.: (0 21 91) 7 46 55; Fax: (0 21 91) 79 09 06
www.fbs-remscheid.de; info@fbs-remscheid.de



Entdecke malend Dein inneres Kind - Meditation

"ICH BIN DA –VOLLKOMMEN“

483 Sam., 22. Juni 2013, 14:00 – 18:00 Uhr

484 Sam., 19. Okt. 2013, 14:00 – 18:00 Uhr

Die Meditation „ICH BIN DA“, hat das Ziel, dass Du Deine innere Kraft und Stärke in Dir selbst spürst. Auf dem Weg zu Deiner Quelle der Harmonie und Achtsamkeit erfährst Du, wer Du bist. Deine Verbindung zum inneren Kind wird lebendig. Spüre Dein „ICH BIN“ als Deine geistige, seelische und körperliche Kraft und Geborgenheit in Dir selbst. Spüre Deine Liebe und Vollkommenheit in Dir und Deinem inneren Kind. Spüre Dein „ICH BIN DA“ als Ort der Zuflucht und Zuneigung in Dir selbst in seiner Vollkommenheit.

Auf einem großen Papier liegend oder sitzend suchst Du während der Meditation die Dir am innigsten entsprechende Haltung, die Deine Liebe zu Dir und Deinem inneren Kind verdeutlicht. In Deiner Körperhaltung bringst Du Deine Vollkommenheit zum Ausdruck. Eine andere Person umzeichnet den Umriss Deiner Lage und hält sie fest. Dein Gefühl „ICH BIN DA“ trägt dich und führt Dich beim Finden der Farben, Formen und Bilder beim Ausmalen Deines Umrisses. In einem gemeinsamen Gespräch spricht jeder über seine gemachten Erfahrungen.

Kursdauer: 5 Ustd.

Kursleitung: Gabriele Börner (Malprozess & Begleitung)

Kursgebühr: 24,00 EUR (+ Material 15,00 EUR)

***** Teilnehmerzahl: 4 - 6*****

Anmeldung erforderlich!