

Selbsterkenntnis

*Auf meiner Reise in mein inneres ICH,
bin ich endlich bei mir angekommen.
In einem ganz anderen Licht sehe ich mich,
alles wirkt nicht mehr so verschwommen.*

*Die Deutlichkeit, mit der ich alles sehe,
kam nach meiner Innenweltexpedition.
Habe es so erreicht, dass ich mich verstehe,
Geist und Seele sind nun eins ohne Zwischenton.*

*Wenn ich meine Gedanken laufen lasse,
bin ich im tiefsten so vertraut mit mir,
und weiß, dass ich mich nie mehr hasse.
Geist und Seele leben einvernehmlich in mir.*

*Wenn ich das tief beseelt für mich erkenne,
erfahre ich die Kräfte, die in mir wohnen,
dass ich mich nicht mehr von ihnen trenne,
will mich mit dieser Selbsterkenntnis belohnen.*

30.10.2008

Norbert Wittke

Janine Mahn



Seit 2007 praktiziert Janine intensiv auf der Basis von Theta Healing. Über die Jahre hinweg hat sich ihr ganz eigener Stil der Transformationsarbeit entwickelt, die sie voller Begeisterung für ihre Arbeit mit Menschen einsetzt. Einflüsse von Reference-Punkt-Therapie, der 2-Punkt-Methode, schamanische Techniken sowie Familienstellungen erlauben es ihr heute, klar und effizient die Blaupause zu lesen und somit tief sitzende Blockaden in ihrem Gegenüber zu erkennen und die daraus resultierenden Potentiale mit den verbundenen Ressourcen zum inneren Heilwerden zu mobilisieren und ihre Klienten zu ermutigen, ihr höchstes Potential zu leben.

Nach Terminabsprache bietet Janine – auch unabhängig von der Übungsgruppe – Einzelsitzungen oder auch telefonische Beratungen an. Eine kostenfreie 15-minütige telefonische Vorabberaterung geht einer solchen voraus.

Antje Krause-Harder



beschäftigt sich seit vielen Jahren mit der indischen Spiritualität, der schamanischen Sichtweise der Welt und mit den weiten Bereichen der Bewusstseinsforschung.

Im Umgang mit den unterschiedlichen Lehren hat sich für sie die Erkenntnis herauskristallisiert, dass alle spirituellen Wege und therapeutischen Methoden dasselbe Ziel haben: Uns auf der Suche nach dem inneren Heilsein zu begleiten und dabei unser höchstes Potential zu entdecken. Aus ihrer Sicht entspringen alle Lehren dem selben Grundgedanken, nämlich unseren Platz in der Welt wirklich einzunehmen und den großen Schritt in ein neues Menschsein zu wagen, in dem wir wieder mit unserer wahren Herkunft verbunden sind.

Schaf oder Hirte?

Innere Achtsamkeit – der Weg zum Selbst



Schaf oder Hirte?

Wir können uns dafür entscheiden, Hirte in unserem Leben zu sein und es in unsere eigenen Hände zu nehmen. Dann sind wir nicht länger Opfer unterschiedlichster Umstände, sondern wir gestalten unsere Gegenwart selbst.

Auf dem Weg zum inneren Hirten ist es hilfreich, wenn wir unsere verschiedenen Anteile, die Schafe, kennen- und lieben lernen. Denn alle unsere inneren Anteile vervollständigen unsere Persönlichkeit, nachdem wir sie angenommen und integriert haben.

Übungsgruppe innere Achtsamkeit

In unserer Übungsgruppe werden wir im geschützten Raum aktuelle innere Themen betrachten. In praktischen Übungen lernen wir verschiedene Methoden kennen, die wir anwenden und mit nach Hause nehmen können.

Es werden Methoden sein, die wir für uns selbst nutzen, aber auch an unsere Familie, Partner, Kinder, Freunde, Kollegen weitergeben können.

Ablauf

Nach dem gemeinsamen Ankommen werden wir in einer Meditation in Stille gehen und unseren Alltag vor die Tür schicken. Wir nehmen uns Zeit für uns, kommen bei uns selbst an und öffnen uns für die gemeinsame Zeit, für den Raum und die darin liegenden Möglichkeiten.

Mit verschiedenen Methoden lernen wir, einen neuen Zugang zu unserem Selbst zu bekommen und unsere Wahrnehmung für unseren aktuellen Seinszustand zu verstärken. Wir lernen, ein Gefühl dafür zu bekommen, wie sich unsere gegenseitigen Wahrnehmungen voneinander unterscheiden. Wir nehmen zu unserem Selbst, unserer

inneren Stimme und zu unserer Lebensquelle Kontakt auf und arbeiten mit den inneren Bildern, die in uns auftauchen, um diese besser zu verstehen und für unsere nächsten Schritte zu nutzen.

Unsere Intuition wird geschärft und unsere gegenseitige Vernetzung verstärkt. Wir lernen, unseren „Antennen“ mehr zu vertrauen und den Menschen gegenüber in seiner Gegenwart ganz anzunehmen. Wir erfahren den Bezug zwischen Gefühl, Glaubenssatz und körperlicher Ausprägung und werden uns darauf focussieren, gemeinsam zu jedem aufkommenden Thema eine positive Energie zu kreieren und so einen Beitrag zu dessen Lösung zu schenken.

Zum Abschluss jedes Abends werden wir in gemeinsamer Runde bei Tee und Essen die Zeit haben, uns über das Erlebte auszutauschen und den Abend ausklingen zu lassen.

Methoden

Durch **Theta Healing** haben wir einen guten Zugang zu unseren inneren Mustern. Über kinesiologische Muskeltests können wir unsere Glaubenssätze und Gefühlsmuster erkennen. Im Theta-Zustand, einer sehr tief entspannten Schwingung des Gehirns, ist es möglich, diese Muster und Glaubenssätze sanft umzuwandeln. Wir erreichen eine neue Perspektive und können uns von einschränkenden Gefühlen lösen.

In Anknüpfung an die Technik des Theta Healing werden bei der **Reference-Punkt-Therapie** unsere genetischen Linien zurückverfolgt und wir begeben uns in spielerischer Weise an die Wurzel von tief sitzenden zellularen Informationen, die aus der Vergangenheit bis hinein in unsere Gegenwart wirken.

Ho'oponopono dient als traditionelle Hawaiianische Familienkonferenz zur Auflösung von Konflikten in Familien und wird heute auch im therapeutischen Bereich eingesetzt.

Der hawaiianische Begriff Ho'oponopono bedeutet „etwas richtig stellen“, „etwas in Ordnung bringen“, „Fehler wiedergutmachen“. Somit lässt sich Ho'oponopono auch mit „Weg zur Vollkommenheit“ übersetzen.

Treffen

Wir treffen uns freitags von 20:00 – ca. 23:00 Uhr

Termine: 10.2.2012 / 24.2.2012 / 09.03.2012

(weitere Termine in Planung)

Unkostenbeitrag: 9,- € pro Abend

Ort: byoga

Wurmbergstraße 5

D-71063 Sindelfingen

Kontakt:

Antje Krause-Harder

Tel. 07033 / 363 27, Mobil 0172 – 941 67 41

Email: antje.krause-harder@gmx.de

Janine Mahn

Tel. 07033 / 460 500, Mobil 0157 – 884 181 72

Email: janinemahn@yahoo.com

Web: www.schaf-oder-hirte.de

Jeder Abend ist in sich geschlossen, es kann also gerne an einzelnen Terminen teilgenommen werden. Vorkenntnisse sind keine erforderlich, Offenheit und Neugier sind erwünscht! Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung, da die Plätze begrenzt sind.