

SCHWERPUNKT ATEM

Leben im Einklang

Ein Seminar mit Daniel Hirtz



Leben im Einklang heisst in Harmonie mit dem zu leben was einfach ist. Ganz mit dem in Kontakt zu kommen, was immer mit uns ist, das, was nicht zu erreichen ist, sondern dem wir uns einfach nur öffnen brauchen.

Schwerpunkt liegt dieses mal beim Atem. Atmen verbindet uns mit der Unmittelbarkeit des Lebens.

Bewusstes Atmen macht uns gesund und glücklich. Gemeinsames atmen verbindet uns und verstärkt den Fluss des Lebens zwischen uns.

Eine tiefe **Erholung für den Körper** und wirkt **erfrischend und verjüngend**.

Ein Ausklingen des inneren Dialogs und ein **Öffnen für neue Klarheit**.

Ein Stillen des Hungers nach **Ganzheit, Erfüllung und innerem Frieden**.

Eine **Öffnung des Herzens** für die **Magie des Lebens**.

Ein **Erlebnis von Gemeinsamkeit im Fluss des Lebens**.

“Leben im Einklang” ist ein Gruppenprozess, in dem wir uns dort verbinden wo die spürbare Energie des Lebens fließt. Wir können das auch ganz einfach Liebe nennen. Dieses Feld der Liebe verbindet uns mit einer tiefen, direkten Einsicht in unser wahres Selbst und eines klaren Sehens dessen was wirklich ist. Nur wenn wir den Widerstand gegen das, was ist, aufgeben kann die Veränderung passieren die wir brauchen.

Daniel Hirtz hat auf der Basis von spontanen Erlebnissen des “Erwachens zum Einsein” seine Seminare über 25 Jahre in Arbeit mit Einzelnen und Gruppen immer weiter entwickelt. Die Bereiche seines umfangreichen Trainings neben der Atem- und Rhythmusarbeit umfassen u. a. Gruppendynamik, soziokulturelle Animation und Energieheilung. *“Über all diese Jahre habe ich mich vor allem immer daran orientiert, dass meine Arbeit an der **Freude zu leben ansetzt** und so gestaltet ist, dass wenn Widerstände auftauchen die Integration dieser von einem **liebvollen Umgang miteinander und einem Überfluss von Lebensenergie getragen wird.**”*

Das Bewusstsein der Geschöpfe ist durch das Atemholen bedingt.

Dschungel Dsi, Das wahre Buch vom südlichen Blütenland

Atem - nach nun 25 Jahren Arbeit mit einzelnen und Gruppen komme ich immer wieder zurück zum Atem als den einfachstem Weg mit der Ganzheit unseres Seins in Kontakt zu kommen.

Rhythmus, Stimme – wir geben dem Körper die idealen Bedingungen um sich selbst zu “stimmen” und gestaute Energie für unsere Lebendigkeit wiederzugewinnen. Dabei hilft uns das bewusste atmen, spezifische, rhythmische Bewegungen und die feine Vibration unserer Stimme um unsere Wahrnehmung zu vertiefen und zu verfeinern.

Verbundenheit und Stille – je tiefer wir uns entspannen und klares inneres Sehen erleben um so tiefer wird die Erfahrung des Einsseins. Dabei hilft es uns im Kreis miteinander verbunden zu sein.

Dabei verbringen wir nicht nur Zeit mit Prozessen, die dabei helfen die im Stress und Spannungen absorbierte Energie zu erlösen, sondern auch damit die gewonnene Stille und Seligkeit zu geniessen. Wenn so die Lebensenergie ungehindert durch unser System fliesst hat das nachhaltige Auswirkungen auf unsere Gesundheit und Wohlbefinden. Das allein schon macht diese Arbeit so wertvoll.

Die Arbeit mit Daniel “erdet” mich sehr und gleichzeitig erlebe ich immer eine tiefe Seligkeit.

Es bringt mich ganz ins Hier und Jetzt und ich fühle mich besonders lebendig und energetisiert.

Naomi

Ich empfehle Seminare mit Daniel für ein erweitertes und tieferes Bewusstsein von sich selbst und unserer Verbindung zueinander.

Carrie

Daniels sanfte Unterstützung und Anleitung hat mir dabei geholfen alte, innere Wunden zu heilen und mich mehr mit mir selbst und anderen zu verbinden.

Chris

Ich empfehle regelmässige Teilnahme an Daniels Seminaren für alle Menschen die atmen.

Danny

Hier kannst Du leicht entspannen, deinen Widerstand zum Leben loslassen und zu einem segensreichen Zustand des Einsseins kommen.

Hannelore

Die Sessions mit Daniel haben das ganz real gemacht was ich vorher schon spirituell, geistig geglaubt habe. Jetzt habe ich die Erfahrung und das Wissen das es wirklich so ist, weiss wer ich bin und wofür ich hier bin. Ich wünschte das alle Menschen diese Erfahrung von Liebe, Frieden und Freude haben können.

Karla

Seminar: Samstag, 12. Juni 2010, 10:00 – 10:00 Uhr.

Seminar Ort: Pflegeheim am See, Küsnacht – in der Bibliothek.

Auto: Von Zürich her der Seestrasse entlang bis Küsnacht. An rechter Seite steht ein grosses Schild auf der Gartenmauer “Pflegeheim am See” direkt gegenüber vom blauen Wasserwerk. Parkplätze werden bei Ankunft zugeteilt. - Zug: Abfahrt ab Zürich mit der S16 bis Erlenbach. Vom Bahnhof zurück Richtung Küsnacht zur Seestrasse gehen (ca. 10 Minuten). Von dieser Stelle sieht man das Schild “Pflegeheim am See” sehr gut. Weiter zur Bibliothek.

Seminarkosten: 120.00 Schweizer Franken (Geld soll kein Hinderungsgrund sein).

Anmeldung: **Marianne Epprecht:** +41-(0)44-780-9088, marianne.epprecht@bluewin.ch

bitte so bald wie

möglich anmelden! **Am Internet:** www.breatheforpeace.org/seminar