

Kraft- und Besinnungswochenende

8.-10. September 2023

Akademie der Kulturellen Bildung, Remscheid

Der Fluss des Lebens – die fünf Wandlungsphasen

Tao integral - ein Wochenende ganz für Dich!



An diesem Wochenende reisen wir mit vielfältiger Bewegung, Bewusstseinsübungen und Leichtigkeit durch den Fluss des Lebens und entdecken die verschiedenen Qualitäten der Fünf Elemente (TCM).

Beginnend im Osten, in der Kindheit nähern wir uns dem Element Holz mit seinem unbedingten Lebens- und Wachstumswillen.

Darauf folgt der Süden mit dem Feuerelement, seiner Auseinandersetzung mit inneren und äußeren Grenzen, seiner Begeisterung und Lebenslust.

Im Westen, wo sich die Reife des Metallelementes mit klarer Unterscheidungskraft entwickeln möchte, braucht es die Integration der Schattenthemen.

Im Norden hat der/die wahre Erwachsene die Chance, seine/ihre echte durch Erfahrung und Reflexion gewonnene Autorität zum Wohle der Gemeinschaft einzubringen, sofern er/sie sich auch dem Wasserelement mit seiner regenerierenden Qualität hingibt und (noch) nicht verknöchert.

All diese Energiequalitäten werden harmonisiert und ausgeglichen durch das fünfte Element, die Erde. Sie sorgt dafür, dass wir immer wieder in unsere Mitte zurückkehren, den Halt durch das Mütterliche, uns Nährende/das Yin sowie den Ansporn zur Entwicklung zu unserem höchsten Potential durch die göttliche Vaterkraft, das Geistige/das Yang wahrnehmen und in Dankbarkeit für unser Leben nutzen.

Mit sportlichen und entspannenden, lustigen und ernsten Übungseinheiten für Körper, Geist und Seele (z.B. Tanz, Herz-Kreislauf-Training, Qigong, Meditation, Singen, Massage) erfährst du die vielfältigen Zusammenhänge der Fünf Elemente und des schamanischen Medizinrades.

Wir nutzen sowohl den schönen Tagungsraum der Akademie für kulturelle Bildung als auch die traumhafte Umgebung (Wald, Wiese, Wupper).

Ein Wochenende zum Genießen, Sich-bewusster-Werden und erholsamen Abtauchen in Deinen Lebensfluss!

Seminarleitung: Sabine Wolfrum

Ich bin als Sozialpädagogin, Taiji-, Qigong- und Hormonyoga-Lehrerin sowie TAO Trainerin und Heilpraktikerin seit Jahrzehnten mit Einzel- und Gruppenarbeit im Bereich Körper-, Energie- und seelenzentrierter Heilarbeit betraut. Seit 2016 beschäftige ich mich intensiv mit der schamanischen Heilarbeit.

Tao integral ist die Verbindung von Qigong/ der Fünf-Elemente-Lehre der TCM mit dem schamanischen Medizinrad. Gesundheitsfördernde Energiearbeit eingebunden in tiefe bodenständige Spiritualität.

Organisation:

Datum: 8.-10. September 2023

Dauer: Freitag 18.00 Uhr mit dem Abendessen, Ende Sonntag, 13.00 Uhr mit dem Mittagessen

Ort: Akademie der Kulturellen Bildung, Küppelstein 34, 42857 Remscheid

Kosten: Honorar 280,- €; bei Buchung bis 31. Januar 2023: 250,-€ (Frühbucherrabatt)

Unterkunft, VP, Raumanteil je nach Zimmerkategorie gesamt: ca. 125,- €(Stand 9/22)

Die Reservierung von Einzelzimmern kann nicht garantiert werden, ist aber wahrscheinlich. Die Verpflegung in der Akademie ist mittags wahlweise vegetarisch, morgens und abends gibt es ein reichliches Buffet. Bettwäsche und Handtücher sind vorhanden.

Für nähere Informationen schau bitte auf meine Homepage www.sabine-wolfrum.de.

Anmeldung: Bitte melde Dich verbindlich schriftlich an, gern per Mail an sabine@taiji-wolfrum.de

Dein Platz ist gesichert, sobald Du mir 100,- € Anzahlung auf das Konto bei der comdirect Bank mit der **IBAN DE04 2004 1111 0481 1709 00** überwiesen hast (Kontoinhaber: Peter Wolfrum). Den Rest des Honorars zahle bitte bis spätestens 15. August 2023 ebenfalls auf das o.g. Konto ein.

Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung zahle bitte ebenfalls bis zum 15.August auf folgendes Konto bei der norisbank: **IBAN DE28 1007 7777 0125 9373 00** (Kontoinhaber: Peter Wolfrum).

Solltest Du von Deiner Anmeldung zurücktreten, verbleiben 50,-€ Bearbeitungsgebühr bei mir und ggf. entstehen Ausfallkosten gegenüber der Akademie der Kulturellen Bildung.

Mitbringen: Bitte packe bewegungsfreundliche Kleidung für drinnen und draußen, ein Sitzkissen mit passender Plastiktüte, ggf. Sonnenschutz sowie – falls vorhanden – Deine Trommel oder ein anderes Musikinstrument sowie Schreibzeug ein! Festes Schuhwerk und eine warme Jacke für den Abend sind empfehlenswert!

Falls Du Fragen hast, ruf mich gerne an unter 02171 / 50 15 888

Ich freue mich auf Dich !



Sabine Wolfrum