



Einladung zum offenen Kreisabend **Jeweils an jedem letzten Dienstag im Monat 19 – 22 Uhr** **Im Schwungrad, Ludwig-Thoma-Str. 12 in Ottobrunn**

Von ganzem Herzen lade ich Dich und interessierte Freunde oder Familienangehörige zum offenen Kreisabend ein, der **jeweils am letzten Dienstag jeden Monats** im schönen und gemütlichen Gruppenraum des Ottobrunner Schwungrades (www.schwungrad.net) stattfinden wird, ist am

Meine Intention für diese regelmäßigen Kreisabende ist es, ...

... einen Raum zu eröffnen, in dem Du Ruhe, Erdung und echte, achtsame zwischenmenschliche Begegnung erfahren kannst

...Dir Methoden und Werkzeuge der Selbstheilung und Inspirationen für eine bewusste Lebensführung zu vermitteln

... Dir altes und neues Wissen um Energie, die Kraft unserer Gedanken und Emotionen und die Bedeutung der Verbindung von Körper, Seele und Geist mit Allem-Was-Ist näherzubringen

Dabei werden gemeinsame **Achtsamkeitsübungen, Klangmeditationen, Räucherungen, Atem- und Körperübungen, und die Kraft des Redestabkreises** unsere Wege sein, auf denen wir uns in eine tiefe Verbundenheit mit uns Selbst, den anderen Menschen im Kreis und dem Leben als Ganzes, begeben werden.



Eine **Grundintention** dieses regelmäßigen Kreistreffens ist es, in diesen so herausfordernden Zeiten, einen **Raum der Ruhe und der Stabilisierung** zu schaffen.

Hier können sich **Seelen begegnen** in einem **Raum achtsamer Präsenz**. Du und jeder andere ist hier in seiner Ganzheit willkommen.

Deine Neugierde, deine Unsicherheit, deine Worte, dein Schweigen, dein Suchen, dein Wissen, deine Traurigkeit und dein Lachen...

An jedem der Kreisabende werden wir uns verschiedenen, grundlegenden Themen des menschlichen Daseins, wie z. B. „Angst und Urvertrauen“, Gesunde Abgrenzung und Selbstvertrauen“ oder „Der Weg des Herzens“ widmen.

Dabei stehen die Themen und Methoden der Kreisabende miteinander in Verbindung und ergeben ein größeres Ganzes, sind aber auch einzeln für sich abgerundete Erfahrungsräume.

Wir werden die Abende ab ca. 22 Uhr mit Tee und Snacks ganz ohne Zeitdruck ausklingen lassen.



Wo: Seminarzentrum Schwungrad
Ludwig-Thoma-Str. 12
85521 Ottobrunn
www.schwungrad.net

Wann: Jeden letzten Dienstag im Monat
1. Kreisabend am 29.12.2015
Ankunft ab 18.45 Uhr Beginn 19.15 Uhr

Es ist bei dieser Veranstaltung sehr wichtig zum Beginn um 19.15 Uhr da zu sein, da sonst Meditationen oder Gruppenprozesse gestört werden können.

Mitbringen:

- gemütliche, warme Kleidung,
- dicke Socken oder Hausschuhe.
- Kissen, leichte Decke, Yogamatte, evtl .Fell (es sind bei Bedarf auch Yogamatten im Seminar raum vorhanden)

Der Energieausgleich für diesen Abend beträgt 30 €

Ich bitte um Anmeldungen per Email an praxisambra@yahoo.de , um die Gruppengröße einschätzen zu können. Du kannst aber auch unangemeldet vorbeikommen. Hauptsache pünktlich ;-)

Wenn du möchtest kannst diese Einladung gerne weiterleiten.

Ich freue mich von Herzen auf dich

Carlos Franz Miranda
Heilpraktiker

