

# Anmeldung

Ich melde mich an zum Kurs

*Ich bin - Der Tempel in dem ich wohne*

Montag, 12. November bis  
Freitag, 16. November 2018

Kurs 18/41

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

Fax: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Alter:  
(freiwillig) \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Der Kurs beginnt am Montag mit dem Abendessen um 18.00 Uhr und endet am Freitag mit dem Mittagessen.

Neben der Kursarbeit können auch die spirituellen Impulse, die Liturgie der Arenberger Dominikanerinnen sowie die Ruhe und Schönheit des Klosterparks Ihrer Erholung an Leib und Seele dienen.

## Kosten

620,- € (Ü / VP / incl. Kurskosten)

Die Unterbringung erfolgt in Zimmern der Kategorie II. Auf Wunsch können Sie auch Zimmer anderer Kategorien gegen Aufpreis buchen.

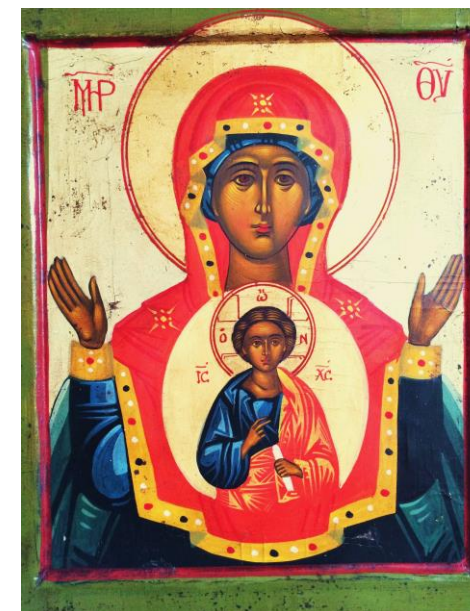


**KLOSTER ARENBERG**

erholen • begegnen • heilen

Cherubine-Willimann-Weg 1 • 56077 Koblenz  
Tel.: 0261 / 6401-0 • Fax 0261 / 6401-3454  
www.kloster-arenberg.de  
E-Mail: info@kloster-arenberg.de

2018



*Ich bin -*

*Der Tempel,  
in dem ich wohne*

Entspannen – Regenerieren –  
Wachsen – Einssein

12. – 16. November 2018

# Ich bin - Der Tempel in dem ich wohne

---

„Wisset ihr nicht, dass ihr Gottes Tempel seid und der Geist Gottes in euch wohnt“ (1. Kor 3,16)?

Unser Körper ist von Gott in Vollkommenheit erschaffen worden, um in die Einheit mit dem Geist zu finden.

In dieser Einheit von Körper und Geist findet unsere Seele die Geborgenheit, aus der heraus sie sich weiter entfalten kann.

In diesem Seminar wollen wir unseren Körper als heiligen Tempel Gottes reinigen und stärken, damit er regenerieren und sich mit dem Geist verbinden kann.

Sind Kopf und Herz miteinander verbunden, finden wir zu einer neuen Kraftqualität sowie zu unserer angeborenen Farbe und unserem Klang zurück.

Unsere Lebenskraft nimmt zu und ihr Fluss wird verbessert. Unser Bewusstsein kann sich erheben, um weitere Schritte zu gehen auf dem Weg zu unserem „Wahren Sein“. Gezielte Körperübungen werden uns helfen, die himmlische und irdische Kraft in uns zu verbinden und in unsere Mitte zu finden, an den Ort wo immer Ruhe und Friede herrschen.

Übungen mit den irdischen und himmlischen Elementen werden uns dabei unterstützen und stärken.

Wir werden uns mit den Kräften der Natur verbinden, um von ihnen zu lernen und

neue Erkenntnisse zu erlangen, die uns in unserem Wachstumsprozess unterstützen. Mit Ergosoma Energiearbeit dürfen wir uns gegenseitig verwöhnen. Sie hilft uns dabei, den Fluss der Lebenskraft, die unseren Körper durchströmt, zu befreien und zu verbessern.

Die sanften Berührungen am bekleideten Körper helfen uns, in tiefe Entspannung zu finden. In diesem Zustand, verbunden mit unserem heilen Kern, kann Wandlung auf allen Ebenen unseres Seins geschehen und wir finden zum vollkommenen Einklang mit uns selbst und allem was uns umgibt, zurück.

So sind wir bereit, die Herausforderungen unseres Alltags voll Vertrauen anzunehmen und unsere Aufgaben zu erfüllen.

Die Frucht davon ist Freude.

## Mittel

---

Körper- und Energiearbeit / Bewegung / Natur / leichte Meditationen / Ergosoma

## Mitzubringen

---

Bequeme und auch warme Kleidung, Hausschuhe oder warme Socken, Regenschutz, evtl. Texte und Lieder

## Kursleitung

---

Steffi Schmid  
(Lehrerin für Stimmarbeit, Energie- und Körperarbeit und Meditation,  
Lehrerin der Selbstkraftquelle-Methode,  
Ergosom- Praktikerin und -Ausbilderin)

*Der Tempel in dem ich wohne  
ist rein, lichtdurchflutet und stabil.*

*Er strahlt Harmonie und Frieden aus  
und in seinem Inneren  
fühle ich mich  
völlkommen geborgen. -*

*Es ist die Heilige Gegenwart  
des „Ich bin“,  
aus der ich lieben, schöpfen  
und wirken darf.*

S. Schmid