

# Anmeldung

Ich melde mich an zum Kurs

*Horch, wo Heimat klingt in dir...*

Montag, 26. August bis  
Freitag, 30. August 2019

Kurs 19/31

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 Teilnahme an der Liturgie der Schwesterngemeinschaft, das Vitalzentrum sowie die Schönheit und Ruhe des Klosterparks Ihrer Erholung an Leib und Seele dienen.

## Kosten

615,- € (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

# 2019

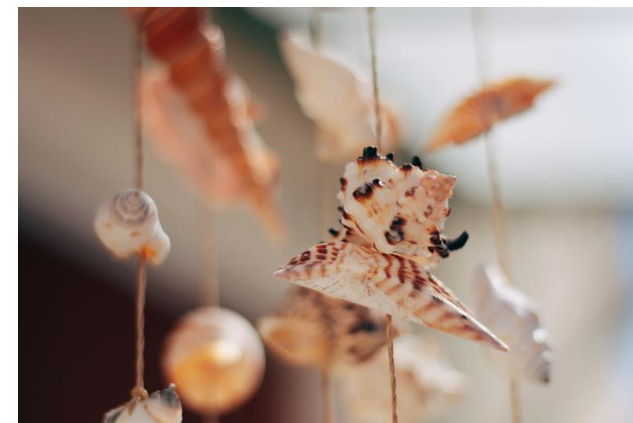


Foto: © faniemage / photocase.de

*Horch, wo Heimat  
klingt in dir...*



Eine spirituelle  
Klang – Körper – Reise  
zu sich nach Hause

26. – 30. August 2019

## Horch, wo Heimat klingt in dir...

---

Der Kurs ist eine Einladung, innezuhalten, Atem zu holen und zu lauschen, wie Heimat klingt in mir.

Der Klang führt auf eine Reise zu sich nach Hause, zum Ort der Ruhe, Kraft und Geborgenheit. Hier können wir so sein, wie wir sind. Unser Körper ist dabei der Reise-Weg.

Klänge und Musik bringen unsere Körperlichkeit zum Schwingen, berühren die Seele. Sie laden ein, den eigenen Körper liebevoll wahrzunehmen, ebenso wie die heilsame Berührung mit Shiatsu-Übungen, der Berührungskunst aus Japan.

Es ist eine Einladung, mit Klang und Berührung der Sehnsucht nach Wärme und Heil-Sein Raum zu geben. Es ist ein Lauschen auf den Klang des eigenen Herzens-Grundes, da wo Gott in uns wohnt – „Heimat-Klang“.

In der Einheit von Körper-Geist-Seele sind wir verbunden mit der gesamten Schöpfung. Wir brauchen nicht außen zu suchen, in der Reise zur Heimat in mir erfahren wir, dort ist schon alles heil.

Im Kurs wird ein leiblich-spiritueller Klangraum eröffnet: mit Instrumenten und einfachen

Berührungsformen wird „Leib und Seele“ zum Schwingen und Klingen gebracht. Innere Kraftquellen können wieder neu geschöpft werden. Die Lebensenergie, das Qi kann dadurch wieder ins Fließen kommen, Loslassen erfahren und wohltuendes Gesundsein erlebt werden. Stärkende, Halt gebende neue Impulse können den Alltag bereichern.

Wir arbeiten im Kurs mit:

- Musikalischem Spiel mit Instrumenten
- Hören von Klängen/Musik
- Lauschen der Stille
- Einfachen Shiatsu-Eigenübungen
- Malen
- Gesprächen

### Kurseinheiten

jeweils am Vor- und Nachmittag, Aus-Klang am Abend. Gut spielbare Instrumente stehen zur Verfügung. Musikalische Kenntnisse sind nicht erforderlich, eher Freude an Klängen, Instrumenten, kreativem Tun.

### Kursleitung

Elisabeth Schmitt  
(Musiktherapeutin M.A., Dipl.-Religionspädagogin,  
Heilpraktikerin Psychotherapie)

## Geborgenheit

*Um einen beschaulichen  
Ort der Ruhe wissen,  
an dem man sich bergen kann  
unter dem luftigen Dach  
lichter Gelassenheit.  
Sich von der Stille  
mehr und mehr  
durchdringen lassen,  
bis dem Herzen  
tiefer Frieden zuwächst  
und einen verlässlichen  
Halt verleiht.*

Christa Spilling-Nöker: Geborgenheit. aus: dies., *Ins Herz buchstabiert*. © 2011 Verlag am Eschbach, ein Unternehmen der Verlagsgruppen Patmos in der Schwabenverlag AG – [www.verlag-am-eschbach.de](http://www.verlag-am-eschbach.de)  
ISBN: 978-3-86917-057-2