



Vom Atem der Seele
Tiefenpsychologisch orientierte Atemlehre
nach Veening

In der meditativen Atemarbeit geht es um die Wiederentdeckung
unserer inneren Lebensweisheit:

Der innere Atem fließt im Blut, das von alters her als Sitz der Seele und
der Lebenskraft gilt.

Sind wir „im Hier und Jetzt“, schließt sich unser Bewusstsein absichtslos in die fein
schwingende Atembewegung so ein, dass die Beobachtungsdistanz aufgehoben wird.

Dadurch werden die inneren Kräfte direkt erlebbar.

Dann macht nicht mehr mein bewusstes Ich eine neue Erfahrung, sondern mein ganzes
Selbst macht sie. Sprich:

das „Ich-Selbst“ erfährt sie, woraus das Ich dann auch verändert hervorgeht:
Es war ein Bezogen sein, ein „Aufgehoben sein dazwischen“, das verändert ganzheitlich.

Wir kehren für Augenblicke in den Zustand der Einheitswirklichkeit zurück.

Aus dieser Schicht kommen uns die tiefen Sinnerfahrungen des Lebens,
die Selbstheilungskräfte und unsere schöpferischen Möglichkeiten zu.
Innere Einkehr erfrischt geistig, entspannt körperlich und belebt seelisch.

Ort: Kloster Vinnenberg, Beverstrang 37, 48231 Warendorf-Milte

Termin: Freitag, 6. 17.00 Uhr bis Sonntag 8. Dezember, 13.00 Uhr

Kosten 195,- Euro

weitere Informationen - auf der webseite Kloster Vinnenberg