

Gehe nach innen und weiter

Gestaltung: www.koco.at. Foto: © Werner Winkler

Eine Reise zum Selbst mit dem

Holotropen Atmen

*Selbst-Erkenntnis
Selbst-Bewusstsein
Selbst-Entwicklung
Selbst-Vertrauen*

*Habe Geduld gegen alles Ungelöste
In deinem Herzen und versuche
die Fragen selbst lieb zu haben
wie verschlossene Stuben und wie Bücher,
die in einer fremden Sprache geschrieben sind.*

*Forsche jetzt nicht nach Antworten,
die dir nicht gegeben werden können,
weil du sie nicht leben kannst,
denn es handelt sich darum alles zu leben.*

*Lebe jetzt die Fragen,
vielleicht lebst du dann allmählich
ohne es zu merken eines fernen Tages
in die Antwort hinein.*

Rainer Maria Rilke



Nächste Selbsterfahrungsseminare
15.5. bis 17.5.2020
20.11. bis 22.11.2020

www.holotropes-atmen-seminar.at

Selbsterfahrungsseminare

*mit Mag.^a Karin Winkler und
Mag. Rainer Dirnberger*



Die Methode des holotropen Atmens

Das holotrope Atmen (holo=ganz-heitlich) ist eine Methode tiefer und umfassender Selbsterfahrung. Nach einer angeleiteten Tiefenentspannung wird durch Intensivierung der Atmung und durch Unterstützung mit Musik unser Bewusstsein verändert. Unser Alltagsbewusstsein tritt in den Hintergrund und unser innerstes Selbst kann aktiv werden. Wir können mit verborgenen Potenzialen in uns in Kontakt kommen. Alte ungelöste Konflikte und Lebensmuster können einer heilenden Veränderung zugeführt werden.

Das Team

Mag.^a Karin Winkler

Ausbildung in Transpersonaler Psychotherapie und Psychologie mit holotroper Atemarbeit nach Sylvester Walch und Stan Grof
www.praxis-karinwinkler.at

Mag. Rainer Dirnberger

Ausbildung in Transpersonaler Psychotherapie und Psychologie mit holotroper Atemarbeit nach Sylvester Walch und Stan Grof
www.dirnberger.co.at



Seminarort und Unterkunft

Haus der Frauen – Erholungs- und Bildungszentrum
Offen für alle Menschen
8222 St. Johann bei Herberstein 7
Tel. 03113/22 07 • kontakt@hausderfrauen.at
www.hausderfrauen.at

Informationen zu Zeitpunkt, Seminarablauf,
Kosten, Teilnahmebedingungen etc.:
www.holotropes-atmen-seminar.at

Ihre Fragen beantworten wir gerne!

Mag.^a Karin Winkler, praxis.karinwinkler@aon.at
Tel.: 0650/368 9888 bzw. Mag. Rainer Dirnberger
praxis@dirnberger.co.at