

## Wochenkurse

### 4-Jahreszeiten Qi- Gong Winter Sequenz

1.1) Beginn: Montag 13.01.2020 7 Abende  
19.30 - 21.00h  
Kursgebühr: 112,- €

1.2) Beginn: Freitag 17.01.2020 7 Vormittage  
10.00 - 11.30h  
Kursgebühr 112,- €

Der Winter ist die Zeit der Ruhe, der Verhüllung und des Verborgenen. Besinnung und Reflexion gehören im christlichen Jahreskanon zu dieser Jahreszeit. Wir stärken unsere Yin-Kraft mit dem Blick nach Innen, der Besinnung auf individuelle Werte - so kann die Wintersequenz zu einer Reise zu den eigenen Wurzeln werden

Das Element des Winters ist das Wasser, ihm sind als Zang-Organ die Nieren zugeordnet, die wir mit den Bewegungsübungen und dem gerichteten Bewusstsein stärken. Yin Kräfte sind in unserer auf Aktivität und Effizienz gerichteten Welt oft unerwünscht, sie gehören zu unserer Ganzheit und brauchen dringend Raum und Zuwendung in mir selbst.

Im Tao-te-king heißt es - weich besiegt hart - keiner der das nicht wüsste, keiner der danach zu handeln versteht. Dieser Satz wurde vor 2500 Jahren niedergeschrieben und hat bis heute nicht an seiner unerfüllten Bedeutung eingebüßt.

Kursleitung: Sybille Schweizer-Walter

### Wochenendveranstaltungen mit Mone Humienna

Sie schreibt zu ihrer Person

Ich bin:  
Hüterin der Seelenlieder  
Seherin der Seelenbilder  
Poetin  
Mutter  
Musikerin  
Heilerin

Visionärin  
Manchmal sehr stur und oft ungeduldig  
Passionierte Köchin  
Vermittlerin der neuen Zeit

Die 2 Punkt Methode hat mein Leben verändert. Es war das fehlende Puzzlestück, das mir dabei geholfen hat, aus meinem Potenzial zu schöpfen und dadurch das Reich des Schöpfungswissens immer tiefer zu entdecken und zu ergründen. Durch diesen Quantensprung in meinem Leben bin ich Begleiterin vieler Menschen geworden auf ihrem Weg zur Heilung und ihrer Selbstermächtigung.

#### Die Methode

Die **2 Punkt Methode**, oder auch Quantenheilung genannt, öffnet uns neue Räume der Freiheit und Selbstermächtigung.

Durch das Lösen emotionaler, mentaler und körperlicher Blockaden, sprengen wir unsere selbsterzeugten Grenzen.

Wir verlassen so das Hamsterrad immer wiederkehrender Muster, nehmen eine neue Perspektive und Haltung in unserem Leben ein.

Diese Neuausrichtung hilft uns, neue Eingebungen zu bekommen und neue Erfahrungen zu machen, so dass wir unser Potenzial immer weiter entfalten können.

Die 2 Punkt Methode lässt sich wunderbar mit anderen Coachingmethoden, Aufstellungsarbeit, Körperarbeit ö.ä. verbinden, ist aber genauso für alle Interessierten wertvoll, die auf der Suche nach innerer Freiheit und einem bewußten Lebenswandel sind.

Am 10., 11., 17. und 18 Januar biete ich Einzelcoachings an.  
ca 60-90 Min 100 €.-  
Terminvereinbarung mit Sybille

#### Erlebnisworkshop

19.01.2020  
11.00 -15.00 Uhr – Kursgebühr: 40,- €

In diesen Stunden möchte ich die 2 Punkt Methode vorstellen, in dem die Teilnehmer diese spielerische Methode kennenlernen und ausprobieren können.

Unser Focus wird dabei die Ausrichtung für das Jahr 2020 sein. Wir öffnen Türen zu Möglichkeiten, die vielleicht bisher verborgen sind.

Im Februar gibt es dann die Möglichkeit, an 4 Seminartagen teilzunehmen, um dabei die Methode für sich und andere anwenden zu können.

#### Seminare im Februar

Die Seminare sind ein besonderes Erlebnis, weil wir gemeinsam als Gruppe ein starkes Transformationsfeld bilden, in dem intensive Prozesse geschehen dürfen. Dabei wirst du liebevoll in einem geschützten Raum begleitet. Wir lösen uns von alten Belastungen, öffnen neue innere Räume, erwecken unsere Lebensenergie und ein neues Bewußtsein zu uns selbst.

In **Matrix2-Point Level 1** lernst du die Methode kennen und anwenden. Du bekommst ein Gefühl für das Quantenfeld und wie es mit uns kommuniziert. Du lernst Module kennen, die dabei unterstützen, blockierende Informationen, die du irgendwann in deinem Leben durch Erfahrungen gespeichert und zu deinen Mustern gemacht hast, zu verändern. Das darf mit Spaß und Freude geschehen.

Mit Modulen wie der „Timeline“ bewegen wir uns durch Raum und Zeit, denn auf Quantenebene ist alles gleichzeitig da.

Das Modul „Ressourcen“ aktiviert Frequenzen/ Informationen, auf die wir vorher keinen Zugriff hatten, zum Beispiel durch unsere Glaubenssätze.

In **Matrix-2-Point Level 2** bekommst du weitere Module in die Hand, die du ganz auf deine eigene, spielerische Weise anwenden kannst. Neue Räume öffnen sich, Möglichkeiten, die vorher nicht sichtbar waren tauchen auf.

Wir arbeiten u.a. mit dem System der Ahnen und mit Modulen, die unsere Frequenzen anheben.

Hier focussieren wir uns auf das Coaching selbst, damit du danach mit der Methode arbeiten kannst.

#### Termine

Level 1  
15./16.02. 10-18 Uhr (1,5 Std. Mittagspause)  
Seminargebühr 333,- €

Level 2  
22./23.02. 10-18 Uhr (1,5 Std. Mittagspause)  
Seminargebühr 333,-€  
Paket Level 1 & 2 555,-€  
Anmeldung bei Sybille

Bei Fragen können Sie sich gerne melden:  
Mone  
Tel. 0176-22684313  
[humienna.monika@gmail.com](mailto:humienna.monika@gmail.com)  
fb: die Kunst des neuen Heilens  
fb: mone schamone

Ich freue mich auf unsere Begegnung

### **Achtsamkeitstage**

**-wenn du loslässt, hast du zwei Hände frei-**

Bogenschießen und Achtsamkeit in Verbundenheit mit den Jahreszeiten

Samstag 25.04.2020  
Samstag 04.07.2020  
Samstag 26.09.2020

jeweils 9.00 – 17.30 Uhr

**Kursgebühr: 125,- € je Samstag**

Frühling: das Keimen der Pflanzen, das Warten auf Wachstum im Vertrauen auf die große Grünkraft der Natur.

Sommer: das Pflegen und Hüten des Gewordenen, das versunkene Schauen, sortieren und jäten, und doch- das leichtere Leben unter dem Feuer der Sonne.

Herbst: die Fülle einholen, das Gewordene empfangen, die Freude an der Ernte, am Geschenk, auch am Geschenk meiner Mühen.

Zu all diesen Themen verbunden mit den Elementen Holz/ Feuer/ Luft werden wir Qi Gong praktizieren; begleitet und eingebettet von Übungen der Stille, des Atems und der Visualisation, die die Qi Gong Übungen begleiten und uns tiefer mit dem Wesen der Elemente die unser Leben tragen, in Verbindung bringen.

Mit dem Erlernen des intuitiven Bogenschießens werden Sie eingeladen, im Hier und Jetzt zu sein, achtsam mit sich selbst zu werden, einen Standpunkt zu finden, Atem und Bewegung in Einklang zu bringen, die eigene Kraft zu spüren und zu bündeln, die eigene Intuition zu wecken, in die Mitte spüren, loslassen, dem Pfeil nachschauen. Mit kleinen Wegweisern wird behutsam ein Raum geöffnet für neue Perspektiven. Eine Möglichkeit der Selbsterfahrung, fern von Leistungsdruck  
Max. 8 Teilnehmer

**20.-23.04.2020 ist der tibetische Arzt Amchi Tsewang Smahla** wieder bei uns zu Gast.  
Termine für eine persönliche Beratung können telefonisch oder über per e-mail vereinbart werden.

Die tibetische Medizin ist eine uralte Synthese aus der Kunst des Heilens, die ihr medizinisches Wissen aus weiten Gebieten Südostasiens bezieht. Ihr spirituelles Fundament bilden die Lehren, die der historische Buddha vor 2500 Jahren entwickelte. Tibetische Medizin geht davon aus, dass Körper und Geist eine Einheit bilden. Der Körper wird begriffen als Mikrokosmos, der mit dem Makrokosmos durch das Zusammenwirken der fünf Elemente verbunden ist.  
Die Aufgabe des Arztes ist es letztlich, die Buddha-Natur des Patienten zu stärken.

### **Therapeutische Leitung:**

Sybille Schweizer-Walter, HP Psychotherapie, Musiktherapeutin, Meditationslehrerin, ausgebildet von K. G. Dürckheim (Initiatische Therapie), Ausbildung bei Meister Zheng Yi Dao im 4-Jahreszeiten Qi Gong  
Seit 21 Jahren Traumarbeit mit Dr. Veronica Gradl  
Seit 12 Jahren Leitung einer geschlossenen Traumgruppe  
Seit meiner Kindheit erinnere und erzähle ich meine Träume und lebe mit ihnen. Sie sind mir lebendige Begleiter in meinem Leben auf die ich nicht verzichten möchte.



# ÜLEN

**Zentrum  
für Integrative Therapie  
und Meditation**

## **PROGRAMM**

Januar - Juli 2020

Felz 1 – 88212 Ravensburg  
Telefon: (0751) 26985

e-mail: [info@therapiehof-uelen.de](mailto:info@therapiehof-uelen.de)

[www.therapiehof-uelen.de](http://www.therapiehof-uelen.de)