

## Klarheit zum Seminar

Seminar mit einer Ausbildungszeit von ca. 16 Std. Ort: Sursee/GH • Termine: 16./17.07.2011, 19./20.11.2011 • Dauer: 2 Tage • Zeit: 09:00 bis 18:00 Uhr • In den Pausen stehen Kaffee, Tee, Gipfeli, Brot und Suppe sowie Getränke gegen eine Kostenbeteiligung bereit • Teilnehmer: min. 4 • Anforderungen: Lernbereitschaft, offen für eine neue Sichtweise, Bewusstheit, Bewusstsein • Bestätigung: Zertifikat • Material: Seminarmappe • Kosten: zweitägiges Seminar mit Unterlagen, Moderationshilfen CHF 390,-

## Allgemeine Bedingungen / Spielregeln

Die schriftliche Anmeldung ist bindend und der Platz ist reserviert. Es werden nur Anmeldungen mit eigenhändiger Unterschrift angenommen oder auch nach Absprache per e-Mail. Mit Eingang der Anmeldung gilt das Seminar als gebucht. Jeder Teilnehmer steht in Eigenverantwortung. Es wird eine persönliche und fachliche Begleitung geboten. **Aufwandskosten:** Reise-, evtl. Verpflegungs- und Übernachtungskosten trägt der Teilnehmer selber. **Anmeldung/Abmeldung:** Teilnehmer/Innen können sich bis 45 Tage vor Beginn ohne Kostenfolge abmelden. Die Abmeldung bis 21 Tage vor Beginn wird mit 33% verrechnet. Bei Abmeldung bis 7 Tage vorher wird Ihnen 70% der Grundsumme in Rechnung gestellt. Bei Abmeldung zwischen 7 Tage vor oder nach Beginn wird die volle Höhe zur Zahlung fällig. In begründeten und nachgewiesenen Ausnahmefällen: schwere Krankheit, Unfall, ist mit einem Arztzeugnis ein Abbruch und späterer Wiedereinstieg möglich. Kosten werden keine zurückerstattet. Wird die Ausbildung von AntheGO gestoppt oder abgebrochen, wird das eingezahlte Geld anteilmässig zurückerstattet. Weitergehende Ansprüche der Teilnehmer, wie Schadenersatz bei Änderung oder Absage, sind ausgeschlossen. **Unterlagen:** Kursskripte werden themenbezogen abgegeben. **Copyright:** Alle Unterlagen unterliegen dem Copyright und sind für den persönlichen Gebrauch bestimmt. Unterlagen, die kommerziell genutzt werden dürfen, sind gekennzeichnet, ansonsten muss die Einwilligung von AntheGO eingeholt werden. **Zahlungsbedingungen:** Die gesamten Kosten müssen bei Kursbeginn einbezahlt sein. Ausnahmefälle, nach vorheriger Absprache Ratenzahlung möglich. **Gerichtsstand:** Es gilt schweizerisches Recht. Gerichtsstand LU.

## Anmeldung

Ich melde mich für das Seminar „**Bewusstheit**“ am  verbindlich an.

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

Strasse: \_\_\_\_\_ Nummer/PF: \_\_\_\_\_

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

Telefon: \_\_\_\_\_ Mobil: \_\_\_\_\_

Mail: \_\_\_\_\_@\_\_\_\_\_

web: www.\_\_\_\_\_

Ich weiss, dass die Kosten für Übernachtung und Verpflegung nicht enthalten sind.  Ich zahle alles bis zum Beginn des Seminars.  Ich zahle sofort mit 5% Rabatt bis 60 Tage vor Beginn Bitte ankreuzen. Ich habe die allgemeinen Bestimmungen gelesen, bin damit einverstanden.

Ort/Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Nach Eingang der Zahlung erhalten Sie eine definitive Platz-Bestätigung sowie einen Übersichtsplan.

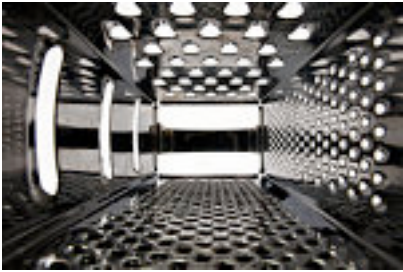
AntheGO Organsprache Heilung Coaching Intuition Gesundheit Burnout  
Kopf Ohr Seele Gehirn Raum Energie Heilmedium Kelten Schamane Druid  
e Bewusstsein Bewusstheit Sinn Ordnung Leben Herz Ohr Leber Niere Gal  
le Milz Lunge Darm Milagen Unterarm Bein Unterschenkel Füsse Gefü  
hle Kalt Warm Blut Wasser Achillesehse Wade Bein Oberschenkel Schia H  
üfte Po Nierenbecken Rippenfell Schulterblätter Atlas Nacken Oberarme  
Unterarme Nerven Sehnen Muskel n Heilsam Hand auflegen Energiekreise  
Celtic stone therapie Boviseinheiten Stärken Schwächen Fertigkeiten Fähi  
gkeiten Kenntnisse Erfahrungen Ziele Wünsche Sein Polarisationsmodell  
Doppelacht Lebenskonzept Lebensplan Struktur Hinhören Gespräch Ei  
nführung Verständnis Annehmen Liebe Freude Zuversicht Glaube Urvertr  
auen Urton Ursprache Erinnerungen Bilder Körpergedächtnis Muskeler  
innerung Situation Weg Geburt Inkarnation Seelenverwandtschaft Kreis  
Lemniskate Luft Erde Feuer Wasser Karten Bücher Filme Austausch Spirit  
ualität Freigeist Genuss Akzeptanz Sinnlichkeit Hellfühligkeit Hellsichtigk  
eit Hellhörigkeit Kristall Indigo Welten Reisen Ego Selbst Selbstwert Leben  
skuchen Wissensbaum Acht Neun Pentagramm Hexagramm Oktogramm Leben  
sblume Elemente Energie bachbett Energiefluss Raum Clearing Reinigung  
Wesen Engel Geistführer Weiterkommen Entwicklung Entstehung Archite  
ktur Gestaltung Heilungssuchende Wandernde Suchende Findende Offe  
nheit Ehrlichkeit Herzlichkeit Entfaltung Sicherheit Schule Seminar Retre  
at Klausur Ruhe Geborgenheit Zuneigung Steine Hölzer Kräuter Pflanzen  
Tiere Kinder Jugendliche Erwachsene Frauen Männer Angestellte Freiber  
ufler Selbstständige Mappe Ordner Unterlagen Skripte Buchempfehlun  
g Filmhinweis Teilnahmebestätigung Zertifikat Diplom Klienten Informatio  
n Telefon Email Internet Kooperationen Praxen Therapeuten Spiritualhea  
ler Kliniken Schweiz Deutschland Österreich Welt Thema Zeit Verbindung  
Vernetzung Kollege Zweitausendzöwlf Atlantis Kristallschädel Weiterkom  
men Fortkommen Ankommen Ziel Zielsetzung Sinneswandel Spüren Fühle  
n Handeln Beweggründe Liebe Herz Einssein Zweisamkeit Lichtblick Aufw  
ärts Offenheit Klarheit Authentizität Freunde Freude Lichtarbeit Dreamw  
alker Medizinrad Steinkreis Formenergie Baumenergie Elementarenergie

## Bewusstheit ...

... was bedeutet das und warum dieses Seminar?

Definition gemäss Duden:

Bewusstheit, die; -: das Wahrgenommen-, Geleitetsein durch das klare Bewusstsein: die B. einer Handlung; mit B. handelnde Menschen; ein Mensch von hoher B.



Das bedeutet, das danach ein klares Bewusstsein die Grundlage bilden sollte. Meine Erfahrung in der Arbeit und insbesondere bei Gesprächen zeigt jedoch, dass manche Menschen weder ein Bewusstsein noch eine Bewusstheit zum Leben haben. Besonders deutlich wird es bei Jugendlichen, der Altersgruppe bis Mitte 20 und dann wieder ab 45. Für das Meistern des Lebens und den Umgang mit seinen Mitmenschen wäre es angebracht, eine wache Bewusstheit zu haben.

Oft ist es doch so, dass die Anbindung an das Leben verloren ging. Der Umgang mit den Mitmenschen. Die Achtung der Umwelt. Die Achtung für das eigene Tun. Eben bewusst denken, sprechen und handeln. Wir denken zwar viel - doch bewusst? Wann haben Sie das letzte Mal bewusst auf Ihre Worte geachtet? Wann haben Sie das letzte Mal bewusst Ihre Handlungen beobachtet?

Über das Bewusstsein wird viel gesprochen und geschrieben und sicher haben Sie sich auch über Ihr Bewusstsein schon einige Gedanken gemacht. Bewusstsein versus Bewusstheit oder was kommt zuerst?

Gemeinsam und Begleitung

Durch das Seminar finden die Teilnehmer einen Weg zu ihrer Bewusstheit. Wir gehen den Weg gemeinsam und ich begleite Sie vom Jetzt und Ihrer jetzigen Sichtweise, hin zu einer neuen Betrachtungsweise. Sie werden erleben, erspüren und erfahren, was es heisst und bedeutet - eine andere Bewusstheit im Leben zu haben. Ihr Leben wird nach dem Seminar eine andere Qualität erhalten und es mag sein, dass Ihr Umfeld zuerst etwas erstaunt ist - doch es geht ausschliesslich um Sie und um nichts anderes. Sie stehen ja bereits an der Schwelle und beäugen diese, doch ob Sie sie überschreiten wollen/werden - liegt an Ihnen. Oft mag es dann auch so sein, dass man das Gefühl hat, ein Gummiband im Rücken zu spüren. Also, kaum gehe ich einen Schritt voran, zieht mich wieder etwas zurück. Auch zu diesem Schritt gehört eine Bewusstheit, denn jeder Schritt, jede Tat bewegt etwas und nichts bleibt wie es einmal war.

Mit dem Seminar erhalten Sie Informationen, um den eigenen Weg bewusster zu gehen. Denn egal was passiert oder was zu Ihnen kommt, Sie sind immer auf „Ihrem Weg“, denn jeder erschafft sich seinen Weg selber.

Sie lernen spüren, Sie lernen fühlen, Sie lernen hören, Sie lernen sehen, Sie lernen Sie zu sein. Sie lernen Bewusstheit zu erkennen und zu deuten. Durch die Schule des Lebens bin ich heute in der Lage Ihnen zu helfen und Sie auszubilden.

## Kurzprogramm

Tag 1:

Bewusstheit zum Leben 1 Wir gehen auf folgendes ein: Status-Quo = Wie lebe ich? • Eigene Rituale = Gewohnheiten meine - fremde? Sprache = Gestalt positiv - negativ? Achtsamkeit = Zu mir, Umfeld, von aussen zu mir? Umsicht = Ich selbst, von aussen zu mir? Bedachtsamkeit = Was mache ich bedacht?

Wir leben in den Tag und haben unsere Aufgaben. Wir verständigen uns und betrachten den einen oder anderen. Wir sehen viel, insbesondere beim Autofahren und gehen manche Schritte mit Bedacht. Wir können uns gleich zu Beginn fragen. „Wie lebe ich?“. Mit dieser Frage gehen wir in das Umfeld, das Heim, die Personen, die Umstände - von innen und aussen. Es kommen sicher interessante Bilder und Eindrücke über „einfach gelebtes“, was einiges an Kraft zu einem tieferen Nachdenken beinhaltet. Gehen wir dann in die zweite Ausrichtung der eigenen Rituale. Nun, ein Wort was nicht gerade gern verwendet wird, doch ob wir es nun Gewohnheit nennen oder Ritual, die Handhabung ist immer die gleiche. Weitergesehen kommt dann im Kontakt mit Tieren, Pflanzen und Menschen die Frage der Sprache. Welche Worte verwende ich und wenn ja, bin ich mir klar darüber was der Ursprung ist und was ich evtl. auslöse bei dem Gegenüber? Gehe ich auch achtsam mit den Lebewesen um und den Dingen, die mir anvertraut wurden? Wie sieht es denn nun mit der Umsicht aus, oder was ist das überhaupt - Umsicht. Denke ich voraus? für wen, für was? Habe ich eine Umsicht in meinem Handeln? und wähle ich meine Schritte und Worte mit bedacht oder ist es ein einfaches drauflosgeplapper? Diese Punkte zeigen die ersten Berührungspunkte auf, mit denen wir uns befassen.



Titel Tag 2:

Bewusstheit zum Leben 2 Behutsamkeit = Was mache ich behutsam? Körper = Spüre ich meinen Körper? Gang = Wie ist mein Gang? Haltung = Wie ist meine Haltung? Körper, Meinung, etc. Zusammenfassung = Wo ist meine Bewusstheit?

Wir beginnen mit einer kurzen Zusammenfassung des ersten Tages und gehen dann in das erlebte, beziehungsweise in die Bilder, Gedanken und Worte, die sich in unserem Geist gemeldet haben. Besprechen diese und ordnen sie ein, so dass wir an dieser Stelle die „Spreu vom Weizen“ trennen können. Der zweite Tag baut dann auf dem erfahrenen und erlebten auf und richtet sich auf die Behutsamkeit. Die Behutsamkeit, die wir beim tragen von zerbrechlichem oder verletztem an den Tag legen - wie sieht diese denn in unserem täglichen Leben aus? Und je nach dem wie wir uns fühlen oder wie wir uns empfinden reagiert auch unser Körper. Es zeigt es uns in seinem Geruch, seiner Aufrichtigkeit und seinem Gang. Und dieses ist es der den anderen wieder viel verrät. Dazu kommt dann noch unsere Haltung. Einmal die von unserem Körper, dann aber auch die von unserer Gesinnung und unserer Haltung Dingen, Aussagen, Meinungen gegenüber, könnte aber auch ein Zeichen des Rückgrats sein!

Summa summarum stellt sich dann in der Zusammenfassung das Bild unserer Bewusstheit dar und zeigt uns wie damit in der Vergangenheit umgegangen wurde. Aus der Schlussbetrachtung ersehen Sie Möglichkeiten, wo Sie etwas verändern könnten.