

# Naturerleben im Medizinrad Frühlingsseminar in Istrien



## Im Spiegel der Natur

die äußere und innere Landschaft durchwandern und erleben. Gehalten von der Weisheit des Medizinrades, das symbolisch für den Lauf des Lebens mit den Übergängen und Jahreszeiten der menschlichen Natur steht. Die vier Himmelsrichtungen, auch vier Schilde genannt, markieren bestimmte Plätze und natürliche Zyklen im Ablauf eines Jahres, Tages oder des Lebens. Die unterschiedlichen Qualitäten der Himmelsrichtungen wirken unterstützend, lassen uns Kraft schöpfen oder helfen in Balance zu kommen.

Jeder Richtung ist ein Tag gewidmet. Nach einer Einführung erforschen wir die Qualitäten und erfahren sie in Naturübungen an den umliegenden Kraftplätzen. Jede/jeder geht für sich hinaus im eigenen Tempo. Das Erlebte wird im Kreis geteilt und im Spiegel der Bilder wird das, was ist, gewürdigt und Neues entdeckt.

- ▶ Natur pur mit Blick aufs Meer
- ▶ Stille, Meditation, Achtsamkeitsübungen
- ▶ Selbsterfahrung und Begleitung
- ▶ Methode des Spiegels und Focusing

**Wann:** 15. bis 22. Mai 2021

**Zeit:** Sa 18 Uhr bis Sa 10:00 Uhr

**Ort:** Istrien, Kvarner Bucht

51417 Mošćenička Draga, Kroatien

**Kosten:** Seminargebühr 520 Euro,

Übernachtung im DZ/Verpflegung 450 Euro

Kleine Gruppe von 5 bis max. 8 Teilnehmer\*Innen

**Kontakt:** Annette Brandes, München

Tel. +49 (0)1715464430

Email: [info@annettebrandes.de](mailto:info@annettebrandes.de)