



Kursbeschreibung:

Im Klang und Rhythmus der schamanischen Trommel reisen wir zu unseren Ahnen.

Würdigen durch Rituale unsere Ahnen und versuchen eine Herzensverbindung aufzubauen um uns mit ihnen zu versöhnen.

Dadurch finden wir inneren Frieden und können unsere eigenen Lebenswurzeln stärken.

Wir lösen familiäre, übernommene Verhaltensmuster & Glaubenssätze durch Bewusstwerdung und kommen in unsere eigene Lebenskraft.

Leichte körperliche Qi Gong Übungen ergänzen die schamanische Reisen & Rituale.

Durch die Übungen verinnerlichen wir unsere Erfahrungen und arbeiten ganzheitlich auf seelisch, geistiger und körperlicher Ebene.

Für den gemeinsamen Trommelausklang bringt bitte Eure Trommeln & Rasseln mit!



Samstag : 14.11.20:

Kurszeiten:

10:00 bis 12:00 Uhr &. 14:00 bis 17:30 Uhr

10:00 Uhr: Begrüßung /-ritual

10:30 Uhr: Qi Gong Übungen
Schüttelübungen
kleine Selbstmassage

11:00 Uhr: schamanische Trommelreise
„Reise zum spirituellen Lehrer und zum Ahnenfeld“

12:00 Uhr: Mittagessen

14:00 Uhr: Qi Gong Übungen
Heben, Sinken, Öffnen, Schließen

15:00 Uhr: schamanische Trommelreise
„Reise zum Berg der Ahnen“

16:00 Uhr: Qi Gong Übungen
Die Alchemie des Herzens

17:00 Uhr : gemeinsamer Trommelausklang



Sonntag : 15.11.20:

Kurszeiten:

10:00 bis 12:00 Uhr &. 13:00 bis 15:00 Uhr

10:00 Uhr: Qi Gong Übungen
Dehn-/ Energieübungen

10:30 Uhr: - schamanische Ahnenheilarbeit
„ Herzensreise zu den Ahnen“
- Heilrituale / Lichtarbeit

12:00 Uhr: Mittagessen

13:00 Uhr: Qi Gong Übungen
Die Alchemie des Herzens

14:00 Uhr: schamanische Trommelreise
„Reise zum Berg der Ahnen“

15:00 Uhr: Abschlussritual
Zusammensein, Ausklang