



HP & HP-Psych (HPG)
Georg Schwarzenberg

Zertifizierter Fachqualifikationskurs

ESSENZEN DER MEDITATION UND ENTSPANNUNG



Akademie für Ganzheitsmedizin
Heidelberg

Ärztl. Leiter Gert Dorschner
Kohlhof 3
69117 Heidelberg
fon 06221 - 40 45 07
fax 06221 - 40 45 08
e-mail info@a-f-g.de

www.a-f-g.de

Bankverbindung
IBAN: DE49 30060601 0104390482
BIC: DAAEDEDXXX
Bank: APO-Bank

Sehr verehrte Studentinnen, sehr geehrte Studenten
der Akademie für Ganzheitsmedizin Heidelberg,

Viele von Ihnen kennen ja Georg Schwarzenberg mit seiner breiten
Therapie-Erfahrung bereits als Dozent. Wir bieten den o. g. Kurs
gemeinsam mit ihm als Sonder-Veranstaltung an.

Es sind jeweils 5-Tages-Blöcke mit 25 Stunden Unterricht. Die Kurse
werden mit 50 Stunden zertifiziert, da Hausaufgaben erbracht werden
müssen – lesen/recherchieren/vertiefen etc.

Zeit: 26.-30.10.2020 (5 Tage 10-16 Uhr) alternativ
19.-23.10.2020 nachmittags 14.15-19.15 Uhr

Ort: AfG Heidelberg, Kohlhof 8, 69117 Heidelberg im Haus C
der Rehaklinik Heidelberg-Königstuhl

Dozent: Georg Schwarzenberg

Mindestteilnehmerzahl: 4 TN

Kursgebühr: 750,-€

Kursprogramm Siehe Rückseite →

✕ Bitte abtrennen ✕

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Kurs „ESSENZEN DER MEDITATION UND ENTSPANNUNG“ an der
Akademie für Ganzheitsmedizin Heidelberg an.

Die o.g. Kursgebühr von 750,- € (abzüglich eventueller Rabatte) überweise ich nach Erhalt der Anmeldebestätigung
und Rechnung umgehend auf das Konto der Akademie für Ganzheitsmedizin:

IBAN: DE4930060601 0104390482 – BIC: DAAEDEDXXX - APO-Bank

Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung, da Teilnehmerzahl begrenzt!

Name, Vorname

Adresse

Telefon/Fax/e-Mail

Datum, Unterschrift

FACHQUALIFIKATION

ESSENZEN DER MEDITATION UND ENTSPANNUNG

Ein Konzept des „Nicht-tun“.

„Nicht-tun“ ist keine typisch explizite/bewusste Tätigkeit oder Absicht des Denkens, Handelns oder planbarer Lebensstrategien mit all ihren Konzepten.

Es ist das bewusste „OFF“ - ein Innehalten, Zurücktreten, Geschehenlassen - etwas, das mit dem Begriff der Achtsamkeit oder englisch „Mindfulness“ vielleicht am besten beschrieben werden kann: Die Dinge sind da, ich nehme sie wahr, akzeptiere sie aber und „verstricke“ mich in ihnen nicht vorschnell, um dadurch mit ihnen optimal selektierend umgehen zu können.

Es entsteht eine Art „von dahinter schauen“, von Durchblick, einem nicht endenden Gewahrwerden mit geradezu unterschiedlichen Dimensionen.

Meditations- und Entspannungskonzepte gibt es so viele wie menschliche Kulturen - sei es Autogenes Training, Muskelentspannung, Open Focus uvm. Durch die angebotene Vielfalt entsteht aber immer wieder die herausfordernde Frage, ‚worauf kommt es wirklich an?‘

Wer also deren Essenz verstanden hat, kann sie jederzeit beliebig entstehen lassen und benötigt keine bestimmte Form oder Anweisung mehr dazu.

Eine etablierte Lebenshaltung entsteht, die zum umfassenden Ausgleich führt.

Genau all das lernen wir in diesem Seminar, so dass du eigenständig dazu weiter in der Lage bist, in deiner Alltäglichkeit Meditation und Entspannung entstehen zu lassen.

Gleichzeitig lernst du diese Verfahren in Gruppen anzuleiten und zu moderieren.

Die Fachfortbildung wird zertifiziert.

✂ Bitte abtrennen ✂

Akademie für Ganzheitsmedizin Heidelberg

An die
Akademie für Ganzheitsmedizin
Kohlhof 3

69117 Heidelberg