

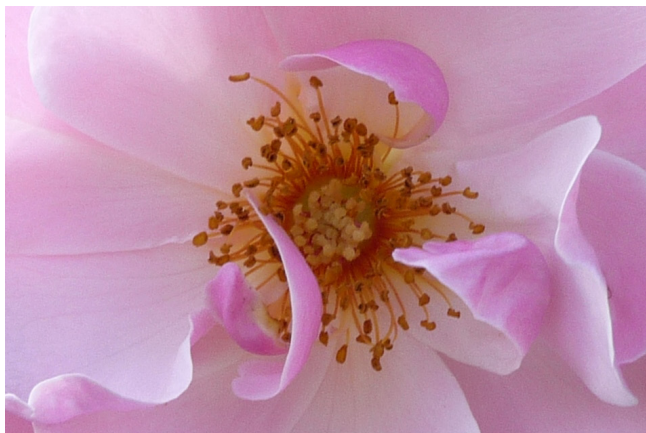
26.
Okt

Sa. 26.10. 15.00 bis So 27.10. 13.00 Uhr
Rudolf Steiner Haus, Fichtesaal
Wochenendseminar

Seelennöte auf dem Weg zur Freiheit

Achtsamkeitsübungen mit Eurythmie

WOCHENENDSEMINAR MIT HARALD HAAS, BERN (CH) UND
THEODOR HUNDTHAMMER, BERN (CH)



Psychische und psychosomatische Erkrankungen wie Ängste, Depressionen und Nervosität nehmen in den postindustriellen Ländern rasant zu. Gleichzeitig treten vermehrt neue Wahrnehmungsfähigkeiten auf, deren Phänomene der Hochsensibilität zugeordnet werden können.

WIE ZEIGEN SICH DIE HEUTIGEN SEELENNÖTE?
WAS SIND IHRE HINTERGRÜNDE?
WO LIEGEN IHRE MENSCHHEITSGESCHICHTLICHEN URSPRÜNGE?
UND WIE KÖNNEN SIE ÜBERWUNDEN WERDEN?

Die einzelnen Abschnitte werden jeweils immer mit Vortrag/
Gespräch und Eurythmie gestaltet sein:

1. Wege aus Angst und Depression - Ursprünge der seelischen Nöte - Erleben des Christus verwandelt Nervosität
2. Die Übungen zur Nervosität und die Vokale
3. Erneuerung des Seelenlebens und die Zukunft der Gesellschaft
4. Licht- und Schattenseiten der Hochsensibilität und Nervosität - Übungen des achtgliedrigen Pfads im Umgang mit Nervosität
5. Formen der Angst nach Rudolf Steiner - Anthroposophische Übungen und Achtsamkeitstherapie im Umgang mit Ängsten

Das Seminar kann ohne Vorkenntnisse besucht werden.

DR. MED. HARALD HAAS ist Psychiater und Psychotherapeut (FMH) in Bern, Dozent für anthroposophische Psychiatrie und Psychotherapie und Autor.

THEODOR HUNDHAMMER arbeitet als freischaffender Heileurythmist in Bern und Biel. Grundlagen der Eurythmie und Heileurythmie gibt er in Videos, Büchern und Kursen weiter.

INFOS + ANMELDUNG Tel. 07157-52 35 77, aneider@gmx.de
TEILNAHMEBEITRAG Richtsatz 75 €, Förderbeitrag 95 €, ermäßigt 60 €. Sie entscheiden selbst.
VERANSTALTER Akanthos Akademie e.V.
ORT Rudolf Steiner Haus Stuttgart, Fichtesaal,
Zur Uhlandshöhe 10, 70188 Stuttgart