

# Einladung

## Meditation - Supervision und Arbeit mit sich Selbst, in der Mitte und zur Jahres- / Sonnenwende

Seminarbeginn: Samstag, 14.12.2024 um 14.00 Uhr

Samstagabend: gemeinsames Abendessen

Ende: Sonntag, 15.12.2024 ca. 17.00 Uhr

Preis: 170,00 €

Ort: Adolf-Kröner-Str. 24, 70184 Stuttgart



Am Samstag beschäftigen wir uns meditativ mit der kosmischen Dimension, der Beziehung des Menschen mit dem Rhythmus der Natur und dem All. Insgesamt wird der Schwerpunkt auf der Meditation liegen.

Wenn es in der Situation angebracht erscheint, arbeiten wir auch mit Einzelnen in der Gegenwart von anderen, die in meditativer Prägung das Geschehen vertiefen. Es geht dabei um verschiedene Ebenen der Selbst-verwirklichung. Außer der Entfaltung des persönlichen Prozesses stehen Probleme und Wirkungsmöglichkeiten bei der Arbeit, mit Mitmenschen oder bei einer anderen Tätigkeit im Mittelpunkt. Die Ausrichtung ist dabei, sinnvolle Prozesse für die Gesamtsituation zu entwickeln, nicht nur für das Individuum selbst. Arbeitssupervision bezieht sich dabei auf eine Aktivität im sozialen Feld, Lebenssupervision soll ein Beitrag geben zur Verwirklichung der Lebensaufgabe.

Die Reflexion der Arbeit ist inspiriert von der Wintersonnenwende und dem bevorstehenden Jahreswechsel. Auch in der Meditation wird der Jahresrhythmus der Sonnenwende und der Beginn der Raunächte einbezogen aus der Gegenwärtigkeit bewegen wir uns auch zwischen Rückschau und Blick nach vorn.

[Bitte anmelden](mailto:elsaesser.sebastian@web.de) [elsaesser.sebastian@web.de](mailto:elsaesser.sebastian@web.de)

Übernachtung: Jugendgästehaus und Hostel Alex