



**ENTWICKLUNGSWEGE**  
Kursprogramm Breitenstein

16  
17

# INHALT



Inhaltsverzeichnis .....	2	Unberührbares Berühren .....	16
<b>ENTWICKLUNGSWEGE</b> .....	3	Energie-Strömen – Strömausbildung von A bis Z .....	17
Praxis der Meditation .....	4	Tanz, Kampfkunst, Körperarbeit .....	18
Naikan – Frieden finden mit der eigenen Geschichte ...	5	Intuition .....	19
Heilsame Schritte I .....	6	Mein Körper .....	20
Heilsame Schritte II .....	7	Körper und Sexualität .....	21
Leben im Jahreskreis .....	8	Trauern heilt .....	22
Visionssuche .....	9	Einheit im Nichts .....	23
Walk Away .....	10	Meine nächsten Schritte – Jahresgruppen .....	24
Das Rad dreht sich rund – Lebenskompass .....	11	Kooperationen .....	25
Von Herzen spielen .....	12	<b>AUFENTHALT AM BREITENSTEIN</b> .....	26
Pädagogischer Berater .....	13	<b>WAS SIE WISSEN SOLLTEN</b> .....	27
Integrative Traumafortbildung .....	14	Bogensport am Breitenstein .....	28
Scham und Intimität .....	15		

# ENTWICKLUNGSWEGE

Unter diesem Motto stellen wir Ihnen das neue Programm des Bildungshauses Breitenstein vor. Sie sehen, es ist umfangreicher und vielfältiger geworden. Neben den bewährten und vertrauten ReferentInnen gibt es weitere ExpertInnen, die hier ihr Wissen und ihre Erfahrung an Sie weitergeben möchten. So hat unter anderem die Strömakademie von Klaus und Susanne Jarolim hier ihre neue Heimat gefunden.

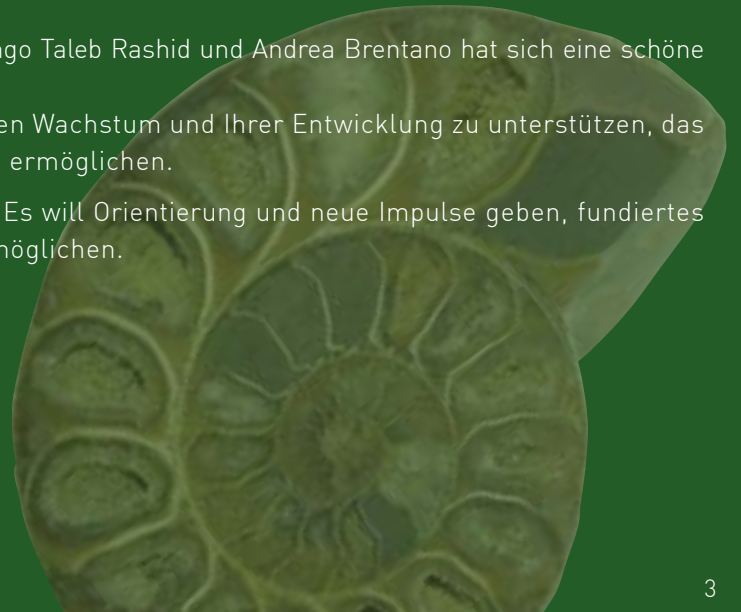
Mit Henning Köhler, Fred Donaldson, Johannes B. Schmidt, Ingo Taleb Rashid und Andrea Brentano hat sich eine schöne dauerhafte Arbeitsbeziehung entwickelt.

Unser gemeinsames Anliegen ist, Sie bei Ihrem persönlichen Wachstum und Ihrer Entwicklung zu unterstützen, das dazu nötige Wissen zu vermitteln und neue Erfahrungen zu ermöglichen.

Das gesamte Angebot des Hauses lädt ein zum Innehalten. Es will Orientierung und neue Impulse geben, fundiertes Wissen vermitteln und gemeinsame Entwicklungswege ermöglichen.

Kommen Sie, wir freuen uns auf Sie.

Herzliche Grüße  
Joseph Badegruber  
und Team





Stille bewahren, welch  
seltsamer Ausdruck!  
Es ist die Stille, die uns  
bewahrt.

[Georges Bernanos 1888-1948]

# PRAXIS DER MEDITATION

## Einübung in geistige und körperliche Haltung

**Meditation** ist die natürlichste Sache der Welt. Sie ist jedem Menschen innewohnend. Jedes Kind und jeder Erwachsene kennt Phasen der Sammlung und Konzentration und erlebt sie als heilsam. In der Meditation wird dieser Zustand bewusst angestrebt und eingeübt. Anders als im Westen, wo die Lehre, das Konzept, die Theorie, das Verstehen, oder im Christentum, wo der Glaube im Zentrum steht, geht es in der buddhistischen Tradition um die Übung.

Der Gedankenstrom, der sich nicht abstellen lässt, Überlastung und inneres Ausgebranntsein, drohendes Burnout, Selbstvorwürfe oder Entwertung der eigenen Person, des eigenen Handelns und Denkens, hochgehende Emotionen im Beruf oder in der Familie, das sind nur einige der vielen seelischen Zustände aus denen Menschen „Erlösung“ suchen.



**Joseph Badegruber**

**48 Std. im Schweigen**

3. bis 5. Jänner 2017

Di, 14.00 bis

Do, 14.00 Uhr

**Kosten**

**€ 220,-**

Montags regelmäßige Meditationsabende.

Anmeldung erbeten.



# NAIKAN

## Frieden finden mit der eigenen Geschichte

**NAIKAN** wird in Stille ohne äußere Ablenkung geübt. In geschützter Atmosphäre geben wir uns Zeit und Raum, unsere Lebensgeschichte zu betrachten. Während der Zeit des **NAIKAN** begegnen wir wichtigen Menschen erneut. Das Medium dieses inneren Begegnungs-Prozesses ist die Erinnerung. Auf unserem Weg nach innen sind wir nur im direkten Kontakt mit dem **NAIKAN**-Leiter. Er sucht uns während unseres Prozesses in regelmäßigen Abständen auf, hört unseren Erinnerungen nicht-wertend zu und versorgt uns mit Mahlzeiten.

Geleitet und strukturiert wird die **NAIKAN**- Übung durch drei Fragen:

- Was hat eine Person (Mutter, Vater, Partner/in, Kind, andere Bezugsperson) in einem bestimmten Lebensabschnitt für mich getan?
- Was habe ich für diese Person getan?
- Welche Schwierigkeiten habe ich dieser Person bereitet?



**Joseph Badegruber**

So. 4. bis  
So. 11. Dezember 2016  
So, 18.00 bis  
So, 08.00 Uhr

So. 9. bis  
Sa. 15. April 2017  
(Karwoche)

**Kosten**  
**€ 888,-**

# HEILSAME SCHRITTE I

## zu einer eigenen Identität

Sind wir gezwungen, in unserem Heranwachsen zentrale Bedürfnisse abzuspalten, werden uns diese Anteile fremd. Projektion zeigt uns im Anderen diese Anteile auf – dort kritisieren und bekämpfen wir sie dann. Jene eigenen, inneren Kräfte, die uns fremd geworden sind, erleben wir als Provokation, wenn uns ein Mitmensch in seinem Ausdruck an diese abgespaltenen Anteile erinnert. Dieser Provokation müssen wir dann entschieden entgegenreten. Hier liegen die Wurzeln für Hass, Intoleranz und Gewalt.

Von außen gesteuert,  
abhängig vom Besitz materieller Dinge,  
sich über Rollen definieren,  
das sind Fesseln der modernen Zeit.

Im Seminar werden wir uns anschauen, welche Fesseln wir nicht mehr brauchen.



**Joseph Badegruber**

7. bis 9. Oktober 2016  
3. bis 5. Februar 2017  
Fr, 16.00 bis  
So, 13.00 Uhr

**Kosten**  
€ 250,-

Ich habe die Rose  
gefragt: „Wem hast  
du diese Schönheit  
gestohlen?“  
Sie lächelte leise,  
voller Scham, und  
sagte nichts. [Rumi 13. Jh]

# HEILSAME SCHRITTE II

## Die eigene Mitte finden



### Geborgen im Zentrum der Welt, in meiner Mitte

Das Labyrinth ist ein Symbol für menschliche Entwicklung. Der Weg führt ins Zentrum, das ist dein eigenes Inneres mit seiner ganz individuellen Struktur. Auf Umwegen entfernst du dich manchmal von dem, was schon so nahe war. Doch das Ziel – den inneren Frieden und die Liebe – behältst du im Auge und kommst Schritt für Schritt näher.

Den Prozess der Selbsterkenntnis kann man in zwei Entwicklungsstufen gliedern.

In der ersten Stufe hast du erfahren, wie die Außenwelt funktioniert. Beim zweiten Schritt geht die Reise nach innen und führt dich zur Selbsterkenntnis.

Viele Fragen stellen sich, z.B.:

- Wie ticke ich als Mensch?
- Wo stehe ich mir selber im Weg?
- Wie schaffe ich es, meine Schutzmechanismen abzulegen?
- Kann ich mich selbst liebevoll annehmen?
- Wie kann ich mit offenem Herzen leben, im Hier und Jetzt?

Gemeinsam werden wir den Weg verstehen lernen, Klarheit gewinnen und Kraft schöpfen.



**Joseph Badegruber**

10. bis 12. März 2017  
Fr, 16.00 bis  
So, 13.00 Uhr

**Kosten**  
**€ 250,-**



# LEBEN IM JAHRESKREIS

## Einzig die Natur heilt

Alle heilsamen Traditionen basieren auf klar vorgezeichneten und von gereiften Erwachsenen an die Jugend weitergegebenen Lebenskonzepten.

Der Kreis der Jahreszeiten ist ein von der Natur vorgegebener Entwicklungsweg von der Geburt über die Form des gereiften, erwachsenen Menschen bis zum Hineingehen in eine andere Dimension. Dieser Gang durch das Jahr, durch die Stadien einer gelungenen Entwicklung, aufbauend auf den Geschichten und Erfahrungen unserer Vorfahren wird uns helfen, Sinn und Struktur in unser Leben zu bringen und unsere Aufgaben zu erkennen.

- Was ist die Qualität der einzelnen Jahreszeiten?
- Welchem Teil des Jahreskreises gebe ich zuviel Raum – welchem zuwenig?
- Was sind die Ursachen für Problemsituationen und welche Folgen ergeben sich daraus?
- Warum ist es heute so unendlich schwer, erwachsene Menschen zu finden?

**Das Seminar findet in freier Natur statt.**

Wir gehen in Etappen vom Moldau-Stausee zum Bildungszentrum Breitenstein



**Joseph Badegruber**


9. bis 12. Juni 2016  
Do, 18.00 bis  
So, 12.00 Uhr

15. bis 18. Juni 2017

**Kosten**  
**€ 250,-**



# VISIONSSUCHE



Zu allen Zeiten und in allen Kulturen wussten die Menschen, dass die Natur eine unerschöpfliche Quelle der Selbstheilungskräfte und der Orientierung ist. Auf dieses jahrtausende alte Wissen greift die Visionssuche zurück.

Krisen bringen uns in Bewegung, mobilisieren den Mut und manches Mal die Kraft der Verzweiflung, nach einem neuen Weg, einem Ausweg zu suchen. Manchmal entsteht auch einfach eine Sehnsucht in uns, weiter zu wachsen, nach neuen Horizonten zu streben. Das Alte passt nicht mehr und das Neue ist noch unsichtbar.

In den **3 ½ Vorbereitungstagen** unterstützen wir dich darin, den Alltag hinter dir zu lassen, in deinen Rhythmus zu kommen, dich auf das Wesentliche zu besinnen, die Wesen der Natur an diesem Platz kennen zu lernen und dich auf das Fasten vorzubereiten.

Die **vier Tage** deiner Visionssuche verbringst du allein und fastend im Wald. Wir LeiterInnen sind in dieser Zeit Tag und Nacht erreichbar und sorgen für deine Sicherheit.

In den folgenden **3 ½ Tagen** erzählst du von deinem Erlebten und hörst die Geschichten der anderen TeilnehmerInnen. Wir LeiterInnen antworten auf das, was wir von dir hören, teilen deine Freude und deine Tränen, würdigen deine Ängste und deine Errungenschaften, indem wir deine Geschichte spiegeln, dir wiedergeben, was wir gehört haben, was in uns angeklungen ist.



Anne Tscharmann  
Joseph Badegruber

Do, 14. bis  
So, 24. Juli 2016

Do, 13. bis  
So, 23. Juli 2017

**Kosten**  
**€ 1.100,-**  
**Ermäßigung möglich**



# WALK AWAY

## Schritte zum Erwachsenwerden

Du hast deine Kindheit bereits hinter dir, vieles erlebst du als kindisch und doch funktioniert das Erwachsensein auch noch nicht. Fragen nach deiner Schulwahl oder Lehrplatz, nach eigenem Geld oder doch abhängig von den Eltern, Fragen nach Liebe und Sexualität, Herausforderungen wie Alkohol und Drogen und vieles mehr sind Themen mit denen du konfrontiert bist.

Und nicht immer sprichst du darüber, manches (vieles) machst du mit dir selbst aus, manches kannst/willst du mit deinen Eltern besprechen – manches nicht.

### **Wann gehöre ich dazu?**

Das ist eine der zentralen Fragen heute.

### **Wo will ich eigentlich dazu gehören?**

### **Wer bin ich eigentlich?**

### **Was will ich mit meinem Leben anfangen?**

In diesem Jugendritual begleiten wir dich einen Schritt auf dem Weg vom Kind zum Erwachsenen.

Im Zentrum deines Walk away steht deine 24-Std.-Auszeit, die du alleine in freier Natur verbringen wirst. Die Vor- und Nachbereitung werden dir helfen, diese Erfahrung in dein Leben zu integrieren.



**Joseph Badegruber**

2. bis 6. September 2016  
Mi, 16.00 bis  
So, 12.00 Uhr

23. bis 27. August 2017

**Kosten**  
**€ 400,-**



# DAS RAD DREHT SICH RUND

## Der Lebenskompass – ein europäisches Lebensrad

Viele Kulturen überliefern sogenannte „Medizinräder“ – einfache Orientierungsmodelle, die die Bewegung des Lebens erklären. Sie sind in ihrer Grundstruktur alle gleich, denn sie beschreiben den kreisförmigen Fluss der Lebensenergie durch die Jahreszeiten. In ihren Zuordnungen und in den konkreten Bildern sind die Räder jedoch unterschiedlich – hier kommen Kultur, Landschaft und Geschichte ins Spiel.

Dieses Seminar antwortet auf das Bedürfnis, die eigenen europäischen Wurzeln des Lebensrades kennen zu lernen. Wir erfahren etwas über die Weltsicht der europäischen Ureinwohner und ihren keltischen, germanischen und christlichen Nachfahren. Wir beschäftigen uns mit der Bedeutung dieser überlieferten Bilder und kommen nicht umhin, uns auch mit ihren Umformungen und Verzerrungen auseinanderzusetzen.

Um den eigenen Naturbezug und die Mythen als Quelle der Erkenntnis zu nutzen, wird der Kern des Seminars ein **gemeinsames 24-stündiges Mythodrama-Ritual** sein. Auf diese Weise erschließt sich uns die Weisheit unserer eigenen Tradition – ein wunderbares europäisches Rad als Anschauungsmodell des eigenen Lebens.



**Ursula Seghezzi**

25. bis 27. Juni 2016  
Sa, 10.00 bis  
Mo, 13.00 Uhr

**Kosten**  
**€ 360,-**



# VON HERZEN SPIELEN

„Kleine Kinder spielen aus dem gleichen Grund wie Wasser fließt und Vögel fliegen. Spielen liegt in der Natur der Dinge.“ O. Fred Donaldson

## **Original Play® – Ursprüngliches Spiel**

Kinder spielen von Geburt an. Sie berühren, imitieren, erforschen – sie begegnen der Welt offen und ohne vorgefasste Meinung. Dieses ursprüngliche Spiel kennt keine Konkurrenz, keine GewinnerInnen und VerliererInnen. Es ist gelebtes Vertrauen.

Im **Original Play®** finden wir diese ursprüngliche Offenheit wieder. Wenn es uns gelingt, uns freudig auf den Moment einzulassen, den SpielgefährtnInnen zu begegnen und auf die Sprache des Herzens zu hören, ist dies für uns Erwachsene und für die Kinder eine große Bereicherung.



**Fred Donaldson**

26. bis 27. Mai 2016  
[Basic]

28. bis 29. Mai 2016  
[Advanced]

25. bis 26. Mai 2017  
[Basic]

27. bis 28. Mai 2017  
[Advanced]

**Kursbeitrag Basic  
ODER Advanced**

**€ 280,-**

**Kursbeitrag Basic  
UND Advanced**

**€ 500,-**



# PÄDAGOGISCHER BERATER

## Erziehungsfragen im Grenzbereich der Heilpädagogik

Der Lehrgang richtet sich an LehrerInnen, Sozial- und KindergartenpädagogInnen sowie Personen, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten und die bereit sind, in der eigenen Klasse oder Gruppe neue Formen der Pädagogik zu leben. Henning Köhler gilt als einer der führenden Heilpädagogen Deutschlands.

### **Einzelne Module buchbar:**

#### **Modul 7: Inklusion – Herausforderung für Kindergarten und Schule**

Die UN-Konvention zum Schutz behinderter Menschen (BRK) / Die inklusionsfähige Schule – Erwägungen, Visionen, Erfahrungen, praktische Vorschläge

#### **Modul 8: Geburt und frühe Kindheit**

Die Begleitung des kleinen Kindes aus heilpädagogischer und medizinischer Sicht / Das Erscheinen der Einzigartigkeit / Wer, oder was sieht dich an ...

#### **Modul 9: Kindheitsmitte und Pubertät**

Abschied von der Kindheit – ein langer, steiniger Weg / „Bitte nicht stören, wegen Umbauarbeiten vorübergehend geschlossen“ / Sturz aus der Wesenswelt in die Denkwelt / Die vierfache Identitätsfrage ...



**Henning Köhler**

### **Laufender Lehrgang:**

#### **Modul 7:**

23. bis 26. Juni 2016

#### **Modul 8:**

22. bis 25. September 2016

#### **Modul 9:**

24. bis 27. November 2016

### **Kursbeitrag je Modul**

**€ 540,-**

### **Neuer Lehrgang ab**

**Herbst 2017 –**

**Termine**

**in Planung!**



# INTEGRATIVE TRAUMA- FORTBILDUNG

5 x 3-tägiger Traumabehandlungskurs  
zum Aufbau von Selbstregulation,  
Resilienz und Gesundheit

Das Verständnis und die Notwendigkeit für Traumabehandlung ist in den letzten Jahren stärker in den Fokus gerückt. Dieser Lehrgang legt einen Schwerpunkt auf die Selbstregulation und die Veränderung der Eigenzustände der BehandlerInnen als wichtigen Wirkfaktor für den therapeutischen Erfolg.

## Teilnahmevoraussetzungen

- Beraterisch, therapeutische Tätigkeit im weitesten Sinne mit der Möglichkeit im Kurs gelerntes anzuwenden
- Umfangreiche Selbsterfahrung, therapeutische Erfahrung und Vorbildung, Fähigkeit zur Selbstreflexion und basaler Selbstregulation
- Bereitschaft zum Lesen der angegebenen Literatur und bei Bedarf Nutzung von Einzelsitzungen zur Eigenmodifikation



**Dr. Johannes B. Schmidt**

Startseminar  
Mo, 24. bis  
Mi, 26. Oktober 2016

**Kursbeitrag**  
**€ 3.600,-**



# SCHAM UND INTIMITÄT

## Ein dreitägiges Lehrseminar über die Essenz vom Menschsein

Internalisierte, toxische Scham ist immer unsichtbar, für andere und meist erst recht für die Betroffenen selbst. Sie leben gefangen in der Isolation. Dennoch bleibt die Sehnsucht nach gefühlter Nähe, dem Erleben-Wollen von purem Sein und echter Begegnung mit dem anderen. Internalisierte Scham ist eine tiefe und intime Beziehung der Selbstablehnung und bezieht sich auf uns als ganze Person, auf unser So-Sein. Scham verstellt uns den Weg zu uns selbst.

Im Seminar hilft das Verständnis von Entwicklungstraumata beim Entwickeln von Feinfühligkeit, Behutsamkeit und interaktioneller Feinregulation.

Methodisch wird gearbeitet mit Aufstellung innerer Prozesse, Trauma-Arbeit, geführter Interaktion und abgestimmter Berührung.



**Dr. Johannes B. Schmidt**

So, 3. bis  
Di, 5. September 2017

**Kursbeitrag**  
**€ 600,-**



# UNBERÜHRBARES BERÜHREN

## Ein „Gut-tu-Seminar“ zur (Trauma-)Heilung von Unerlöstem

Lebendig und wirklich zu sein, danach sehnt sich jeder. So tief sitzt in uns das Verlangen nach Vitalität, Freude, Beglückung und Dasein, dass wir den Hunger danach nicht länger ausblenden können. Wir können nicht leben, wenn wir zurück bleiben hinter dem, was wir im Wesen sind. Es treibt uns in jedem Lebensalter nach der gefühlten Verbindung mit unserem tiefsten Sein.

All diese Erfahrungen reichen tief in unser körperliches, emotionales, neuronales, kognitives und spirituelles Welt- und Beziehungserleben. Sie bestimmen unsere Erfahrung von Körperlichkeit, in der Welt sein und Sinnstiftung. Wo aber lernen wir Zartheit, Behutsamkeit, Achtsamkeit, Absichtslosigkeit und Langsamkeit, die uns gefühlte Sicherheit und eine verlässliche Qualität von Präsenz und Dasein vermitteln?

Dieses Seminar bietet die Möglichkeit sich der eigenen Seins-Natur zu nähern, sanfte Traumaheilung einzuladen und dabei vom Kreis einer unterstützenden Gruppe gehalten zu werden. Denn übertriebene Selbständigkeit und Unabhängigkeit führt zu Symptomen, wie Vereinsamung oder psychoemotionaler Verstimmung – ein Leben auf Sparflamme neigt zum Erlöschen.



**Dr. Johannes B. Schmidt**

14. bis 16. März 2017

**Kursbeitrag**  
**€ 525,-**





# ENERGIE-STRÖMEN

## Die Ström-Ausbildung von A bis Z

Diese Ausbildung richtet sich an alle, die Energie-Strömen von der Basis an, als professionelles Handwerk erlernen möchten.

In zehn Modulen werden sowohl alle grundlegenden theoretischen als auch praktischen Erkenntnisse des Strömens vermittelt. Dies bietet eine solide Grundlage um Energie-Strömen in der Einzelarbeit und Vortragstätigkeit anzubieten und auszuüben. Die persönlichen und fachlichen Entwicklungs-Prozesse des Einzelnen und der Gruppe sind dabei eine wichtige Lernebene.

### **Der Ausbildungs-Lehrgang ist geprägt von:**

- lebendigem praxisbezogenen Unterricht
- dynamischen Gruppenarbeiten
- persönlichem Erfahrungsaustausch

Das Zertifikat zur Ström-Trainerin befähigt die Absolvierenden Energie-Strömen als selbstständige Energetikerinnen und Energetiker auszuüben.

Ein weiteres Gütesiegel: Begeisterte Teilnehmende ausgestattet mit praktischem Ström-Wissen und bereichernder Selbsterfahrung.



**Susanne Jarolim**

Startseminar  
Fr, 27. bis  
Sa, 28. Jänner 2017

Ausbildungs-Lehrgang  
2017/2018

**Gesamter Lehrgang**  
**10 Module**  
**€ 2.250,-**

# TANZ, KAMPFKUNST, KÖRPERARBEIT

## 3 Einzelseminare

Das Fortbildungsprogramm richtet sich an alle Personen, die an persönlichem Wachstum und Verbesserung ihrer körperlichen Präsenz und Ausdrucksmöglichkeit interessiert sind und dies in ihr Leben integrieren wollen. Angesprochen sind zudem Therapeuten, Psychologen, Ärzte, Lehrer, Sozialpädagogen und Sporttrainer, die ihre eigene Arbeit ergänzen und erweitern wollen und Inhalte dieser Ausbildung an junge Menschen weitergeben wollen.

**Seminar 1:** Angst und Transformation

**Seminar 2:** Tanz, Kampfkunst und Körperarbeit

**Seminar 3:** Konfliktlösung und die Lehre der fünf Elemente



**Ingo Taleb Rashid**


Fr, 21. bis  
So, 23. Oktober 2016  
Fr, 10. bis  
So, 12. Februar 2017  
Fr, 12. bis  
So, 14. Mai 2017

**Kosten je Seminar**

**€ 312,-**

**Kosten Seminar 1, 2, 3**

**€ 800,-**



Überall geht ein  
frühes Ahnen  
dem späteren  
Wissen voraus.

A. Humboldt

# INTUITION

## meiner inneren Stimme folgen

Intuition ist die Intelligenz des gesamten Menschen bzw. das (unbewusste) Zusammenspiel verschiedener Intelligenzen.

Intuition ist eine andere Art die Welt zu begreifen, vor allem die Welt anderer Menschen und die Welt in ihren Zusammenhängen. Diese Welt schneller zu begreifen, da hilft uns die Ratio wenig. Intuition lässt uns die Atmosphäre, den Geist in einer Gruppe, einem Haus oder einer Firma spüren. Intuition ist die Wahrnehmung zu einer ganzheitlichen Sicht, Zusammenhänge werden sichtbar, Komplexität bekommt Struktur.

Zur Intuition gehören die Erfahrung der Achtsamkeit, der Ehrfurcht, der Behutsamkeit und der Absichtslosigkeit sowie die Bereitschaft auf das zu hören, was von Innen kommt. Wo ich mich spüre und mit Empathie auf Menschen zugehe entstehen heilende Räume.

In diesem Seminar bist du eingeladen, deiner inneren Stimme, deinen inneren Bildern Raum zur Entfaltung zu geben.



**Joseph Badegruber**

13. bis 15. Jänner 2017  
Fr, 16.00 bis  
So, 13.00 Uhr

**Kosten**  
**€ 250,-**



# MEIN KÖRPER

## Das bin ich

Unser Körper drückt aus, wer wir jetzt sind. Sämtliche Erlebnisse und Erfahrungen unseres Lebens, vom ersten Atemzug an, sind gespeichert: unsere Siege und Niederlagen, Trauer und Schmerz, alle Verletzungen, aber auch Freude, Lebendigkeit und Lust. Während der Verstand vergessen kann, vergisst der Körper nichts. Auch dann, wenn wir als Mensch Erlebnisse verdrängt haben oder zu sehr „im Kopf“ sind, können wir Zugang zu uns unbewussten Anteilen bekommen und unser Leben „voller“ und lebendiger leben.

Dieses Wochenende dient dazu die Beziehung zu deinem Körper zu intensivieren und seine Sprache besser verstehen zu lernen.

Ziel ist tiefes Eintauchen in Selbsterfahrung und das Kennenlernen verschiedener Methoden, um auch danach selbst weiterarbeiten zu können. Wir arbeiten intensiv mit einer bunten Mischung aus unterschiedlichen Körpertherapien, Atemübungen, aktiven Körpermeditationen, bioenergetischen Übungen, Selbstwahrnehmungstechniken - mit viel Spaß und Platz für Aha-Erlebnisse.

**Andrea Brentano** ist mehrfach ausgebildete Körpertherapeutin und unterrichtet seit 1988 in Österreich und Skandinavien.



**Andrea Brentano**

4. bis 6. November 2016  
Fr, 16.00 bis  
So, 13.00 Uhr

**Kosten**  
**€ 288,-**



# KÖRPER und SEXUALITÄT

## Das natürlichste der Welt?

Aber ist es auch immer so einfach? Wenn es da nur nicht alte Prägungen, Tabus und Gewohnheiten gäbe.

Jeder Mensch ist ein sexuelles Wesen und einzigartig in seinen Bedürfnissen, Phantasien, Erfahrungen und Werthaltungen. Menschliche Sexualität ist sowohl ein biologisch-körperliches als auch ein psychosoziales Phänomen, kann aber durchaus auch eine spirituelle Komponente haben. Sie kann verstören oder beflügeln, sie kann verwirren oder beglücken.

Im geschützten, liebevollen Rahmen und (in der Kommunikation) un-verschämt, werden wir uns mit den verschiedenen Facetten von Körperlichkeit und Sexualität, von Sinnlichkeit und Lust, von Sehnsüchten und Wünschen, den eigenen JAs und NEINs, beschäftigen.

**Inhalte:** Viel Information aus den Erkenntnissen moderner Sexualwissenschaft und das Wissen aus den uralten Traditionen des Ostens, Körper- und Sensibilisierungsübungen, Energie- und Atemarbeit, Meditationen und Rituale, ganz viel Spüren, Austausch und Platz für individuelle Themen, Übungen für Zuhause.

**Andrea Brentano** ist Dipl. Sexualberaterin und Sexualpädagogin, Mitbegründerin des Sexualpädagogischen Projekts „Lovetour“ für das Land O.Ö. und arbeitet seit 26 Jahren mit Menschen zum Thema Körper und Sexualität.



**Andrea Brentano**

31. März bis 2. April 2017  
Fr, 16.00 bis  
So, 13.00 Uhr

**Kosten**  
**€ 288,-**



# TRAUER(N) HEILT

## Die Zeit heilt alle Wunden, oder aber vielleicht doch nicht?

Die meisten Menschen sind schlecht oder gar nicht darauf vorbereitet, Verluste zu bewältigen. Wir lernen, wie wir Dinge bekommen, aber wissen nicht, was wir tun sollen, wenn wir sie verlieren.

Jeder Mensch wird im Laufe seines Lebens mit Tod und Sterben konfrontiert und ist von unterschiedlichen Arten von Abschied, Trennung und Verlust betroffen. Dieses Kurswochenende dient zur Unterstützung des emotionalen Heilungsprozesses bei Todesfällen, Trennungen und anderen Verlusten. Trauer ist der Ausdruck für alle widersprüchlichen Gefühle, die durch Ende oder Veränderung eines vertrauten Lebensmusters verursacht werden.

### Inhalte des Kurses sind

- Methoden und Werkzeuge für den Umgang mit Trauer und Veränderungsprozessen – für den Eigenbedarf und die Arbeit mit Menschen
- Wissen zum Thema Tod, Trauer und Trauerbewältigung
- Fakten und Mythen zum Thema Verlust und Trauer
- Kommunikations- und Beratungsmethoden im Umgang mit Menschen in Trauer, Krisen und Veränderungsprozessen



**Andrea Brentano**

27. bis 29. Jänner 2017  
Fr, 16.00 bis  
So, 13.00 Uhr

**Kosten**  
**€ 288,-**



# EINHEIT IM NICHTS

## Integrales Seminar

Gibt es eine Ebene wo sich die Religionen trotz unterschiedlicher Glaubenslehren treffen können? Und wenn ja, wo befindet sich diese? Wenn wir die großen spirituellen Traditionen betrachten, so zeigt sich, dass dort in bestimmten Strömungen die Unaussagbarkeit des Transzendenten betont wird, da es nicht begrifflich fixierbar ist.

Der einzige Zugang des Menschen zu dieser höchsten Wirklichkeit liegt in der Bereitschaft, Begriffe und Vorstellungen zur Ruhe zu bringen, um im Schweigen in Einklang mit dem Unaussagbaren zu kommen, wie es die Mystiker aller Religionen immer wieder betonten.

Wir wollen uns in diesem Kurs zum einen mit Texten unterschiedlichster religiöser Strömungen beschäftigen, die zeigen, weshalb unser Denken nicht ausreicht, die höchste Wirklichkeit zu erfassen. In der geistigen Durchdringung dieser Texte aus den Traditionen des Christentums, des Islam, des Buddhismus und Hinduismus können wir zudem begreifen, wo das Verbindende der unterschiedlichen religiösen Traditionen liegen kann. Zum anderen wollen wir uns auf meditative Weise in die Erfahrung der Stille des Unaussagbaren einüben.

**In Zusammenarbeit mit dem Integralen Salon Linz.**



**Dr. Dr. Katharina  
Ceming**

1. bis 2. Oktober 2016,  
Sa, 9.00 Uhr bis  
So, 13.00 Uhr

**Kosten  
€ 216,-**



# MEINE NÄCHSTEN SCHRITTE

## 4 Jahresgruppen für Frauen und Männer

Ziel der Jahresgruppen ist es, in einem vertrauten Rahmen den Zugang zum eigenen Herzen und zur eigenen Seele zu finden. Entwicklung ist oft der nächste Schritt nach einer Krise, einer Zeit des Widerstandes, einer Zeit starker Belastung.

Vier thematisch unterschiedliche Jahresgruppen laden dich ein hinzuspüren, wo dein nächster Entwicklungsschritt darauf wartet, konkret zu werden.

### **Jahresgruppe 1:**

Erkenne dich selbst – mein Weg zu mir

### **Jahresgruppe 2:**

Begegnung – Beziehung – Gemeinschaft

### **Jahresgruppe 3:**

Im großen Kreis des Lebens – Das europäische Lebensrad als Orientierungshilfe

### **Jahresgruppe 4:**

Mein Weg in die Tiefe – Spiritualität im Alltag



**Lisbeth Bayer**  
**Joseph Badegruber**

ab Herbst 2016  
monatl. 1 Abend  
19.00 bis 22.00 Uhr  
(10 Abende)  
Detailfolder anfordern!

**Kosten**  
**€ 300,-**



# KOOPERATIONEN

Mit diesen Personen arbeiten wir gerne zusammen,  
einfach weil es Freude macht.

**Henning und Dorothee Köhler**  
[www.janusz-korczak-institut.de](http://www.janusz-korczak-institut.de)

**Dr. Johannes B. Schmidt**  
[www.apititude-academy.com](http://www.apititude-academy.com)

**Fred Donaldson**  
[www.originalplay.at](http://www.originalplay.at)

**Holotropes Atmen OÖ**  
[www.holotrop-atmen.at](http://www.holotrop-atmen.at)

**Energie-Strömen**  
**Klaus und Susanne Jarolim**  
[www.energiestroemen.at](http://www.energiestroemen.at)

**Mag. Karin Moser**  
[freiraum-zum-sein.at](http://freiraum-zum-sein.at)

**Bogensportzentrum Breitenstein**  
[www.bogensport-zentrum.at](http://www.bogensport-zentrum.at)

**Ingo Taleb Rashid**  
[www.elhaddawi.de](http://www.elhaddawi.de)  
[www.elhaddawi-dance-company.com](http://www.elhaddawi-dance-company.com)

**Walter Hofer**  
[www.indianerflöten-und-bogenbau.de](http://www.indianerflöten-und-bogenbau.de)

**Anne Tscharmann**  
[www.maeterra.at](http://www.maeterra.at)

**Andrea Brentano**

**Ursula Seghezzi**  
[www.umainstitut.net](http://www.umainstitut.net)

**Auszeit, Beratung, Psychotherapie**  
[www.selfcare.cc](http://www.selfcare.cc)



# AUFENTHALT am Breitenstein

... nach dem Seminar schnell nach Hause, die Kinder und den Hund versorgen.

Am nächsten Tag knapp vor Kursbeginn abgehetzt zur Tür herein ... Davon halten wir nichts.

## Gönnen Sie sich eine geruhsame Zeit abseits vom Alltag

Zeit, in der Sie unbeschwert und ungestört etwas für sich tun können – die Anregungen in den Pausen auf sich wirken lassen, mit den Referenten oder anderen Teilnehmern ins Gespräch kommen, vor dem Frühstück einen Spaziergang im Wald machen.

Daher laden wir Sie ein, während des gesamten Seminares bei uns Gast zu sein. Sie sind auch willkommen, außerhalb von Bildungsveranstaltungen Zeit bei uns zu verbringen. Etwa, um eine Arbeit endlich fertig zu schreiben oder einfach ein bisschen Urlaub zu machen.

Das Haus verfügt über eine reichhaltige Bibliothek sowie eine Video- und Audiothek zu Themen, die für menschliche Entwicklung hilfreich sein können.

## ... und außerhalb des Hauses

- finden Sie rundherum viel Natur und gut beschilderte Wanderwege

- können Sie im Bogensportzentrum die Kunst des Bogenschießens praktizieren oder erste Schritte dabei erproben
- laden der Zengarten und die Kapelle zu Ruhe und Kontemplation ein

## Am Breitenstein sind Sie als ganzer Mensch willkommen.

### Fühlen Sie sich bei uns daheim

Unsere Zimmer sind einfach, aber heimelig und mit kreativ gestalteten Vollholzmöbeln ausgestattet. Es gibt 16 Zimmer, davon 16 Einzel- und vier Zweibettzimmer. Sie verfügen teilweise über eine komplette Sanitäreinheit mit Dusche und WC. Bei manchen Zimmern wird das WC im Stockwerk gemeinsam genutzt.

### Wir sorgen für Ihr leibliches Wohl

Unsere Küche verwöhnt Sie gern mit ihrer Kochkunst. Sie sorgt für

- ein reichhaltiges, abwechslungsreiches Frühstück
- selbstgemachte Mehlspeisen und frisches Obst
- ein zweigängiges Mittagsmenü und Abendessen mit reichlich Salat

- Quellwasser vom Breitenstein, Kaffee, verschiedenste Teesorten sowie naturbelassene Obstsaft. Wir kochen gerne auch vegetarisch und nehmen Rücksicht auf verschiedenste Ernährungsbedürfnisse (z. B. laktose- oder glutenfrei).

## Preise für Ihren Aufenthalt

(gültig 1. September 2016 – 31. August 2017)

### Übernachtung mit Frühstück

€ 43,- im EZ / € 36,- im DZ

**Vollpension** (incl. Seminarpauschale)

€ 74,- im EZ / € 67,- im DZ

**Halbpension** (incl. Seminarpauschale)

€ 61,- im EZ / € 55,- im DZ

### Nur Seminarpauschale

(Pausenverpflegung): € 11,-

Geben Sie uns bitte bei der Anmeldung Ihre Wünsche bekannt.

Details zu Preisen und Geschäftsbedingungen: [www.breitenstein.or.at](http://www.breitenstein.or.at)

# WAS SIE WISSEN SOLLTEN

## ANMELDUNG

Wir freuen uns – wenn nicht anders angegeben – über Ihre schriftliche Anmeldung an [office@breitenstein.or.at](mailto:office@breitenstein.or.at).

Bitte geben Sie uns bei der Anmeldung auch verbindlich bekannt, ob Sie während des Seminars im Bildungshaus nächtigen (Einzel- oder Doppelzimmer, unbedingt WC im Zimmer) und welche Verpflegung Sie wollen (Voll- oder Halbpension oder nur Seminarpauschale, Vegetarier sind oder spezielle Ernährungsbedürfnisse haben). Sie bekommen eine Anmeldebestätigung.

## KOSTEN

Alle angegebenen Kosten verstehen sich incl. MwSt.

„Kosten .... (all incl.)“ bei den Seminaren bedeutet, dass hier der durchgehende Aufenthalt vorgesehen ist und der Preis für Nächtigung und Verpflegung bereits inkludiert ist. Im „Kursbeitrag“ ist der Aufenthalt noch nicht inbegriffen und wird gesondert berechnet. Unsere Preise bei der Verpflegung sind „all inclusive“ – d. h. alle alkoholfreien Getränke während der Mahlzeiten und in den Pausen, die bereitgestellten Mehlspeisen und das Obst sind inkludiert. Bei Alkohol und zusätzlichen Snacks ist Selbstbedienung und wir vertrauen auf Ihre Ehrlichkeit – geben Sie das Geld in die bereitgestellte Kasse oder tragen Sie Ihre Getränke in die Liste ein und bezahlen Sie sie vor Abreise. Die Rechnung über Kurs- und Aufenthaltskosten ersuchen wir Sie vor Abreise bar oder mittels Bankomatkarte zu begleichen.

## STORNO

Eine kostenfreie Stornierung von Bildungsveranstaltungen ist bis 4 Wochen vor Beginn möglich. Bis eine Woche vor Beginn des Seminars wird der halbe Kursbeitrag berechnet. Bei Abmeldung

innerhalb einer Woche vor dem Seminarbeginn müssen wir Ihnen den vollen Kursbeitrag in Rechnung stellen, es sei denn Sie vermitteln eine/n Ersatzteilnehmer/in. Bei zu geringer Teilnehmerzahl wird der Kurs eine Woche vor Beginn abgesagt. Reservierte Zimmer und Verpflegung können bis 3 Tage vor Kursbeginn kostenfrei storniert werden. Spätere Abmeldungen bzw. Nichterscheinen oder vor Ort nicht konsumierte Mahlzeiten müssen voll in Rechnung gestellt werden.

## FÖRDERUNGEN

Ihre Teilnahme bei uns sollte nicht am Geld scheitern. Als zertifiziertes Bildungsinstitut können Sie für unsere Weiterbildungen Förderungen über das Bildungskonto beantragen. Wir beraten Sie gerne bezüglich der Finanzierung.

Und wenn es gar nicht anders geht, können Sie mit uns auch über Teilzahlungen oder eine Ermäßigung reden.

### Wir freuen uns über Ihre Anfrage und Ihre Anmeldung:

[www.breitenstein.or.at](http://www.breitenstein.or.at)

[office@breitenstein.or.at](mailto:office@breitenstein.or.at)

Mobil: 0676/841314832 (Hr. Badegruber)

Tel.: 07215/38106

(Bürozeiten Montag bis Freitag von 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr)

### Bleiben wir in Verbindung

Wenn Sie unseren monatlichen Newsletter bekommen möchten, schicken Sie uns bitte ein Mail oder tragen Sie sich selbst über unsere Website ein.



Werbung

## Feel the passion

Das besondere Team Erlebnis mit Bogenschießen. In der Ruhe liegt die Kraft! Mit jedem Treffer spüren Sie die Spannung und Entspannung in Ihrem Körper. Lassen Sie sich völlig ein auf eine neue, spannende Erfahrung. Das Bewusstsein, den Pfeil dorthin schießen zu können, wohin Sie wollen, ohne dass Sie zielen wird Sie von Ziel zu Ziel im Parcours stärker machen. „Feel the passion“ – Bogenschießen wird zu Ihrer Leidenschaft werden!

Gerne erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot! wir freuen uns auf ihre Anfrage



Am Breitenstein 11 4202 Kirchschlag bei Linz Tel.Nr.: +43 7215 20 992 DW 174  
hannes@bogensport-zentrum.at [www.bogensport-zentrum.at](http://www.bogensport-zentrum.at)