

Dieses Seminar führt Dich in Deine innere Welt. Du erkennst welche Prägungen und Muster Du hast und was Dir guttut und was Du lieber ändern solltest. Du beschäftigst Dich mit Deinen verborgenen Themen und tauchst in die Welt der Achtsamkeit und Meditation ein. Du lernst verschiedene Techniken kennen, um im Hier und Jetzt zu leben und nachhaltig innere Ruhe zu finden.

Beginn und Ende	Beginn Sonntag um 18:00 Uhr Ende Freitag ca. 14:30 Uhr
Investition in Dich	720,- Euro
Anmeldung	bis zum 18. September 2025
Interesse?	Schreib uns eine E-Mail oder ruf uns an



Unterkunft und Verpflegung können direkt bei uns gebucht werden.

QR-Code scannen oder unter bewusst-leben.de



Heil- und Seminarzentrum Chiemgau

Dalsenstr. 7, 83259 Schleching
info@bewusst-leben.de | +49 152 2854 8222
[@bewusst.leben.chiemgau](https://www.instagram.com/bewusst.leben.chiemgau)

REISE ZU MIR



Seminar für Selbsterkenntnis, Stressbewältigung und Krankheitsvorbeugung

28. September 2025 - 3. Oktober 2025
Seminarleitung - Nadine und Florian Huber

Inhalte

- **Lebensgesetze** – Wie tickt das Leben? Was ziehe ich an? Was formt mein „Schicksal“?
- **Bestandsaufnahme** – Wo stehe ich in meinem Leben?
- **Herausforderungen** – Was (über)fordert mich gerade?
- **Gefühle** – Welche Gefühle gibt es? Wie spüre ich sie? Wie gehe ich damit um?
- **Glaubenssätze** – Welche Überzeugungen und Muster sind tief in mir verankert?
- **Inneres Kind** – Was ist mein inneres Kind? Warum hilft es mir?
- **Schattenarbeit** – Was sind meine Schatten? Warum sich damit auseinandersetzen? Wie davon befreien?
- **Erkenntnis** – Wer bin ich? Was macht mich aus? Was gibt mir Sinn in meinem Leben? Was ist meine Berufung?

Ziele

Erkennen, was Dich im Leben belastet und unfrei macht. Welche Muster in Deinem Unterbewusstsein ablaufen und wie Du Dich davon lösen kannst. Mit dem Ziel wahre Heilung von innen heraus zu erfahren und nachhaltig wieder in eine Stärke und Lebensfreude zu kommen.

Warum mit uns?

In diesem Seminar geht es darum, tiefe innere Prozesse zu verstehen und seine eigenen Werte zu erkennen. Wir sind diese Schritte alle selbst gegangen und beschäftigen uns schon viele Jahre damit. Daher hat sich einiges an Erfahrung und Beispielen aufgebaut, was wir sehr gerne einbringen.

Wir erklären es mit vielen (eigenen) Beispielen so, dass es einfach zu verstehen und auch zu „erfühlen“ und „begreifen“ ist. Nadine ist seit fast 10 Jahren mit einer eigenen Heilpraxis tätig und hat schon viele Menschen auf ihrem Weg begleitet. Und Flo hat als ehemalige Führungskraft viel Praxis und Erfahrungen im Bereich der persönlichen Entwicklung von Mitarbeitern und Teams sammeln dürfen. Beides lassen wir hier einfließen.

Und wir sind da Dich aufzufangen, wenn Schwere, Traurigkeit oder Ängste hochkommen. Das ist hier ganz normal und okay, aber es ist wichtig es zuzulassen, darüber zu reden, diese Gefühle wirklich zu durchfühlen und sie nicht wieder zu verdrängen.

Wir haben ein Programm von morgens bis teilweise am späten Abend für Euch aufgesetzt. Wir werden theoretische Einheiten haben, aber auch viel Übungen und Praxisarbeit. Wir werden gemeinsam kleine körperliche Übungen machen, Singen, in die Natur gehen und als Gruppe zusammenwachsen.

Freue Dich auf ein buntes, abwechslungsreiches Programm, das aber umfangreich ist und sehr in die Tiefe geht. Stelle Dich bewusst und mutig Deinen Themen, Du wirst von uns angeleitet, unterstützt und aufgefangen. Damit Du nach diesen fünf intensiven Tagen etwas heiler und viel klarer geworden bist.