

Christian Meyer

... lebendig werden
... authentisch sein
... aufwachen



31.3 - 2.4.
Wochenend-Seminar
Wien

29.9. - 3.10.
Retreat
Wien

25. - 28.5.
Enneagramm I
Berlin

9. - 22.7. | 20.8. - 2.9.
Sommer-Retreats
Gut Froberg bei Meißen

Bewusstheits-
Gruppen

Österreich, Wien | Deutschland 2017



zeit-und-raum

www.zeitundraum.org/wien

Christian Meyer zu Gast in Wien

Aufwachen - jetzt, in diesem Leben

Fr 31. März bis So 2. April 2017

Wien

Es gibt nichts, was das Leben so grundlegend verändert und bereichert wie das Aufwachen. Es ist faszinierend und ermutigend, wie häufig es geschieht. Alles, was dem Aufwachen im Weg steht, kann erforscht und gelöst werden. Genauso wichtig ist die innere Arbeit nach dem Aufwachen, um es zu vertiefen, zu integrieren und zu stabilisieren.

Aufwachen ist möglich

Vielleicht bist Du schon lange auf der spirituellen Suche, hast versucht, dich zu entwickeln, Deine Probleme zu lösen und Dich selber zu erkennen. Doch du spürst immer noch die tiefe Sehnsucht danach, wirklichen Frieden zu finden und „zu Hause“ anzukommen. Ein Zuhause, das Innen ist und überall. Natürlich kannst Du das Aufwachen nicht machen, so wie du eine Fremdsprache erlernen kannst. Es ist eine Gnade, die Dir widerfährt. Aber das bedeutet nicht, dass Du dazu verurteilt bist, abzuwarten und nichts zu tun. Du kannst etwas tun.

In seiner Arbeit hat Christian Meyer in den letzten 10 Jahren die „7 Schritte zum Loslassen“ entwickelt, die du vielleicht als die „7 Schritten zum Aufwachen“ kennst. Sie sind die Quintessenz aus verschiedenen spirituellen Wegen und schließen sowohl die östliche Weisheit als auch die moderne westliche Psychologie mit ein.

Dieses Wochenende dient der tieferen Selbsterkenntnis, der Stille und dem Frieden.

Wochenendseminar | Fr 31. März – So 2. April

Zeiten Fr 18-20:30 offener Abend | Sa 10-12 · 15-17 · 18-19:30

So 10-13 Uhr | Yoga Sa/So 8:45 - 9:45 Uhr

Ort Don Bosco Haus | St. Veit Gasse 25 | 1130 Wien

Kosten Fr-Abend: 20,- € | Fr - So 140,- € (Erm. auf Anfrage)

Info Sarah Kranawendter +43 (0). 677 612 634 10

Anmel. bitte nur per Mail: wien@zeitundraum.org

Unterkunft & Verpflegung kann individuell im Don Bosco Haus gebucht werden. Tel. +43 1 878 39 411 | dbh@donbosco.at

Christian Meyer – 5-Tage-Retreat in Wien

Lebendig werden - Authentisch sein - Aufwachen

Fr 29. Sept. bis Di 3. Okt. 2017

Im September findet wieder ein Retreat in Wien statt. Du bist herzlich eingeladen mitzukommen auf diese Reise in die Stille, in die eigene innere Tiefe - zurück in Deine Mitte, in Dein Herz, zu wirklicher Lebendigkeit. Das ist der erste Schritt zum Aufwachen.

Jeden Tag trifft sich die Gruppe dreimal. Die lange Mittagspause kann für Spaziergänge, Relaxen oder für die Begegnung mit anderen genutzt werden. Während der Treffen geben wir dem Raum, was ist. Wir entdecken, was in der Stille auftaucht, unter der Oberfläche des "Alltags". Wir werden Zeit haben für die „7 Schritte des Loslassens“, für Körperarbeit, Bewusstseins- und Trance-Übungen. Gearbeitet wird in der Gruppe und immer wieder in Zweier- und Dreier-Gruppen.



Retreat | Fr 29. Sept. - Di 3. Okt.

Zeiten Fr 18-20:30 offener Abend | Sa/So 10-12 · 14-16 · 17-19
Mo 10-13 · 14-17 | Di 10-13 Uhr

Yoga Sa-Di 8:45 - 9:45 Uhr

Ort Don Bosco Haus | St. Veit Gasse 25 | 1130 Wien

Kosten Fr-Abend: 20,- € | Fr - Di 280,- € (Erm. auf Anfrage)

Info Sarah Kranawendter +43 (0) 677. 612 634 10

Anmel. bitte nur per Mail: wien@zeitundraum.org

Unterkunft & Verpflegung kann individuell im Don Bosco Haus gebucht werden. Tel. +43 1 87839-411 | dbh@donbosco.at

www.zeitundraum.org/wien

Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit

Lebendig werden

Alles fühlen, alles spüren können, seine wirklichen Wünsche und tieferen Sehnsüchte wahrnehmen dürfen, voller Energie aus der inneren Mitte heraus leben – das gibt dem Leben Sinn und ist der erste Schritt zu wirklichem Wachstum. Blockaden lösen, Verstrickungen der Vergangenheit beenden – 7 Schritte zum Loslassen.



Authentisch sein

Das fühlen und spüren, was du wirklich fühlst und spürst, das wünschen, was du wirklich wünschst – und nicht das, was du fühlen, spüren und wünschen „solltest“. Ganz egal ob diese „Solls“ von außen kommen oder deine eigenen Erwartungen und Forderungen an dich selbst sind, sie verursachen ein entfremdetes Leben, ein Leben, das gar nicht wirklich deines ist. Authentisch werden heißt, du selbst werden, im Einklang mit dir, voller Liebe für dich und dein Leben, dich anderen zeigen können und andere verstehen.

Aufwachen

Dann kann der Weg noch weiter gehen. Wirkliches Glück und Erfülltsein findet man nicht in Objekten und Erfahrungen, so schön und voller Freude sie auch sein können, sondern in sich selbst, in der eigenen inneren Tiefe.

Innere Freiheit, Erleuchtung, Aufwachen bezeichnet: sich selbst als tiefen Frieden und wirkliches Glück wahrzunehmen. Dieses Aufwachen ist keine ferne Vision, sondern geschieht immer öfter. Mit Mut nichts mehr wegschieben, alles fühlen, mit Mut die Angst vor dem Tod sehen, mit Mut der eigenen inneren Tiefe begegnen, mit Mut wirklich loslassen. Dann geschieht Aufwachen.

Ich lade dich ein zu dieser Reise in die eigene Tiefe, in Deine Mitte, in Dein Herz, zu wirklicher Lebendigkeit.

Gemeinsam üben

Bewusstheits-Gruppen

Deutschland, Österreich, Schweiz & Mallorca

In den Bewusstheits-Gruppen kannst du die Arbeit von Christian Meyer kennenlernen und regelmäßig üben. Es werden verschiedene Übungen erklärt und gemeinsam geübt, die wertvolle Erfahrungen und Entdeckungen ermöglichen. Übungen, die den physischen Körper, die Gefühle und den Verstand einbeziehen. Zum Beispiel die Ton- und Bewegungsübung oder die Bewusstheitsübung.

Bewusstheit üben

Dabei gilt es, immer mehr die Haltung des inneren Beobachters einzunehmen und gleichzeitig offen zu sein, alle Gefühle zu fühlen, die auftauchen. Das sind die Voraussetzungen für intensive Erfahrungen von Stille und Leere. Gearbeitet wird im Plenum oder in kleinen Gruppen. Dies fördert gleichzeitig die Fähigkeit, auch sich selbst mit der Haltung des spirituellen Freundes zu begleiten und zu unterstützen.



Bewusstheits-Gruppen in Österreich

mit regelmäßigen Treffen gibt es in Wien, Graz, Helpfau/ Oberösterreich und St. Andrä-Wördern/Niederösterreich. Weitere Bewusstheits-Gruppen sind im Entstehen. Wenn du Interesse hast, in deiner Region an einer Bewusstheitsgruppe teilzunehmen, schau auf unserer Website – dort stehen die Ansprechpartner*innen für deine Region.
www.zeitundraum.org/wien -> Bewusstheits-Gruppen

Angelika Winklhofer & Christian Meyer in Berlin

Neun Farben der Stille Enneagramm I

Do 25. bis So 28. Mai 2017

Berlin

Das Enneagramm ist ein Weisheitsspiegel. Neun verschiedene Charakterfixierungen werden beschrieben: neun Strategien, das Leben mehr oder weniger befriedigend zu meistern. Es ist seit Jahrtausenden ein Instrument spiritueller Transformation.

Es ermöglicht Dir, Dich selber wirklich zu verstehen. Du siehst plötzlich Deine Schattenseiten. Du weißt plötzlich, was mit deinen alten Strategien immer wieder schief läuft. Das Enneagramm wird es Dir ermöglichen, viel freier zu sein und zu handeln. Und Du lernst, die Menschen zu verstehen, deren Verhalten Du oft so schmerzlich auf Dich selbst beziehst, statt es einfach aus ihrer Person und aus ihrer Charakterfixierung heraus zu begreifen.



Seine ureigene Bedeutung hat das Enneagramm im spirituellen Zusammenhang. Du siehst plötzlich Deine Fixierung: Das, was Du nicht bist. Der Schleier fällt. Du kannst erfahren, was Du wirklich bist: Liebe, Leere, Gewahrsein.

Christian Meyer und Angelika Winklhofer lehren die Arbeit mit dem Enneagramm seit über 15 Jahren mit viel Humor – fundiert und liebevoll.

Im Seminar gibt es viele Übungen in Kleingruppen oder zu zweit. Es bietet wertvolle Erfahrungen, die tiefgreifende Veränderungen bewirken können.

Enneagramm 1 | Do 25. - So 28. Mai

Zeiten Do-Sa 10-12 · 14-16 · 17-19 Uhr | So 10-13 Uhr
Yoga Fr-So 9-10 Uhr

Ort Statthaus Böcklerpark | Prinzenstr. 1 | 10969 Berlin

Kosten 240,- €

Info Tina, zeit-und-raum | +49 (0)30 . 47 98 16 26

Anmel. bitte nur per Mail: info@zeitundraum.org

Sommer-Retreat I So 9. bis Sa 22. Juli
Sommer-Retreat II So 20. Aug. bis Sa 2. Sep

Das Abenteuer der Selbstentdeckung

Gut Froberg

Meißen

In diesem Jahr finden wieder zwei Sommer-Retreats statt. Du bist herzlich eingeladen. Eingeladen, mitzukommen auf diese Reise in die Stille, in die eigene innere Tiefe, um den Frieden zu finden, nach dem der Mensch sich sehnt, seit er auf dieser Erde ist. Es wird immer deutlicher. Du kannst diesen Frieden und dieses Glück entdecken, es ist Deine ursprüngliche Existenz. Jeden Tag trifft sich die Gruppe dreimal. Die lange Mittagspause kann für Spaziergänge, Schwimmen, Relaxen oder für die Begegnung mit anderen genutzt werden.



In den Pausen zwischen den Gruppentreffen wird geschwiegen, außer wenn du dich für eine Übung oder einen bestimmten Austausch triffst. Die Stille intensiviert den Prozess und Deine eigene Entwicklung außerordentlich. Vielleicht wirst du überrascht sein, wie alles Nötige ohne Worte mitgeteilt werden kann – und wie schön die Begegnung mit anderen in Stille ist.

Diese zwei Wochen geben dir die Möglichkeit, die Stille und das Aufwachen zu vertiefen. In der Gemeinschaft kannst Du Unterstützung finden und geben. Kinder sind willkommen und werden sich in der Kindergruppe sicher sehr wohl fühlen.

Sommer-Retreats | So 9. - Sa 22. Jul & So 20. Aug. - Sa 2. Sep

Beginn Anreisetag 16 Uhr Abendessen, Retreat ab 18 Uhr

Zeiten tgl. 10-12 · 16-18 · 19:30-21 | Yoga jew. 7:30 - 8:30 Uhr

Ort Gut Froberg | Schönnewitz 9 | 01665 Käbschütztal

Kosten 510,- €

Info Tina, zeit-und-raum | +49 (0)30 . 47 98 16 26

sommerretreat@zeitundraum.org

Anmel. bitte online: www.zeitundraum.org/sommerretreat

www.zeitundraum.org/sommerretreat

Das Winter-Retreat

Berlin

Zeit zum Innehalten, zum Langsamer-Werden im Äußeren

Mi 27. Dez. 2017 bis Di 2. Jan. 2018

Das Winter-Retreat hat in dieser Zeit der Stille immer eine besondere Atmosphäre und eine ganz eigene Intensität. Der spirituelle Weg ist die Reise nach Innen, die Entdeckung des eigenen Selbst. Sie zielt ab auf das vollständige Aufwachen. Es zeigt sich, dass wirkliches und vollständiges Aufwachen immer wieder geschieht und heute für jeden und nicht nur einige Pioniere oder Auserwählte möglich ist. Das ist sehr beglückend.

Die innere Mitte finden...

*Du bist herzlich eingeladen
auf diese Reise in die eigene
innere Tiefe, in deine Mitte.*

*Wir werden in dieser Zeit
„zwischen den Jahren“ der
Stille Raum geben und das
Jahr zusammen beenden,
auch Bilanz ziehen.*



Wir werden zusammen Silvester und den Jahreswechsel feiern. Wir haben eine Woche Zeit, dem zu begegnen, was ist; haben Zeit, einen Ausblick auf das Kommende zu werfen, die nächsten Schritte anzuschauen - und die Chance, das Aufwachen zu vertiefen.

Das Retreat und der Prozess entfalten sich tiefer und intensiver, wenn sich alle TeilnehmerInnen wirklich ausschließlich dieser Zeit verpflichtet haben.

Winterretreat | Mi 27.12.2017 – Di 2.1.2018

Zeiten Mi 18-21 Uhr Retreat-Beginn,
tgl 10-12 · 14-16 · 17-19 Uhr | Yoga jew. 9-9:45 Uhr
Silv. 10-13 Uhr · ab 20 Uhr Party
Neujahr 14-16 · 17-19 Uhr | Di 2.1. von 10-13 Uhr

Ort Ufer Studios | Badstr. 41a | 13357 Berlin-Wedding

Kosten 310 €

Info Tina, zeit-und-raum | +49 (0)30 . 47 98 16 26
winterretreat@zeitundraum.org

Anmel. bitte online: www.zeitundraum.org/winterretreat

www.zeitundraum.org/winterretreat

BITEP

Methoden-Fortbildung

in tiefenpsychologisch fundierter und existentieller Psychotherapie und spiritueller Begleitung

Dreijahresgruppe Herbst 2018 - Frühjahr 2020
in Berlin, Wien und München

Der laufende Zyklus besteht jeweils aus einer verbindlichen und geschlossenen Seminargruppe in Berlin, München und Wien. Wegen der größeren Lernintensität und des notwendigen Vertrauens in die Gruppe ist es ein geschlossenes Seminar. Ein Einstieg ist also nur zu Beginn der 3-Jahresgruppe möglich. Nächster Beginn Herbst 2018.

Wir bieten mit dem ersten Teil der Fortbildung - bestehend aus drei Seminaren - eine eigenständige Fortbildung an. Sie ist für psychologische und ärztliche Psychotherapeuten mit 108 CME Punkten zertifiziert. Zudem kann für diesen eigenständigen Teil der Fortbildung (in D) die Bildungsprämie beantragt werden.

Die 3-jährige Fortbildung legt, aufbauend auf dem ersten Teil, den inhaltlichen Schwerpunkt auf die Verbindung und das Zusammenwirken psychologischer Methoden mit spirituellen Perspektiven. Diese 3-jährige Fortbildung hat sich seit 15 Jahren kontinuierlich weiterentwickelt – und ist vielleicht das Beste, was man auf dem spirituellen Weg finden kann.

Die Fortbildung ist bedeutend sowohl für den, der den spirituellen Weg ernst nimmt und wirklich aufwachen will, als auch für die, die andere Menschen begleiten - Psychotherapeuten, Sozialpädagogen, Krankengymnasten, Lehrer...

BITEP Methoden-Fortbildung | Neuer Zyklus

Zyklus	Herbst 2018 – Frühling 2020
Orte	Berlin Mi 24. Okt - So 28. Okt 2018
	Wien Mi 14. Nov - So 18. Nov 2018
	München Mi 28. Nov - So 02. Dez 2018
Info	BITEP +49 (0)30 . 47 98 16 33 www.karen-horney-institut.de info@bitep.de

Angelika Winklhofer in Wien

Familienstellen Bewegung der Stille

Die fachlich sehr kompetente Aufstellungsarbeit ist in einen Kontext von Stille eingebettet, ausgerichtet auf Wahrhaftigkeit. Das macht sie furchtlos, unparteiisch und wesentlich wirkungsvoller. Bei allen Stellvertretern zeigt sich: die weitere Perspektive öffnet für eine große Tiefe und Kraft, jede einzelne Aufstellung und die gemeinsame Arbeit profitieren davon. Diesen heilsamen Bewegungen der Stille können sich alle mehr und mehr anvertrauen. Das löst Traumata und Verstrickungen und gibt dem Leben Richtung. Es sind alle Themen willkommen, aber es hat sich gezeigt, dass ein Schwerpunktthema in einem der Blöcke die Arbeit intensiviert.



Paare/Patchwork | Fr 28.-So 30. April

Organisationen | Fr 6.- So 8. Okt.

Zeiten Fr 18 - 21 Uhr | Sa 10-13 · 16-19 Uhr | So 10-13 Uhr

Kosten 160,-€ Ermäßigung möglich

Ort Institut Dr. Schmida | Lehargasse 1 | A-1060 Wien

Info Sarah, +43 (0)677 . 612 634 10

Anmel. bitte nur per Mail: wien@zeitundraum.org

Enneagramm II

Polaritäten

Jede Fixierungen hat eine Polarität. Zum Beispiel bei der Sechs: dominierend – unterwerfend. Jeder realisiert beide Pole; in einem Kontext mal mehr das Dominierende, in jenem Kontext mehr das Unterwerfende. Daraus entstehen viele Konflikte. Aber wenn man diese konstruktiv löst und inne hält, zurücktritt, der Zuschauer wird, dann können Polaritäten das Salz in der Suppe sein: Dualität, Polarität und auch Konflikte sind die Ursache für Wachstum und Entwicklung.

Enneagramm 2 | Fr 16. - So 18. 6. 2017

Zeiten Fr 18-21 Uhr | Sa 10-13 · 16-19 Uhr | So 10-13 Uhr

Ort Institut Dr. Schmida | Lehargasse 1 | A-1060 Wien

Kosten 160,- €

Info Sarah, +43 (0)677 612 634 10

Anmel. bitte nur per Mail: wien@zeitundraum.org

Termine Christian Meyer & Angelika Winklhofer

3.-7. Mrz	BITEP IV Fortbildung	Wien
13.-17. Mrz	Retreat, Benediktushof	bei Würzburg
24.-26. Mrz	Seminar „Inneres Kind“, A. Winklhofer	München
25.-29. Mrz	BITEP IV Fortbildung Gruppe B	Berlin
31. Mrz-2. Apr	Wochenendseminar	Wien
27. Apr	Vortrag „Psychotherapie & Spiritualität“	München
28. Apr-2. Mai	5-Tage Retreat	München
28.-30. Apr	Familienstellen, Angelika Winklhofer Seminar & Fortbildung	Wien
10. Mai	Infoabend Enneagramm Christian Meyer, Angelika Winklhofer	Berlin
17. Mai	Infoabend Enneagramm Christian Meyer & Angelika Winklhofer	Michendorf
19.-21. Mai	Wochenendseminar	Stuttgart
25.-28. Mai	Enneagramm I „Neun Farben der Stille“ Christian Meyer & Angelika Winklhofer	Berlin
9.-11. Juni	Wochenendseminar	Berlin
16.-18. Juni	Enneagramm II, Angelika Winklhofer	Wien
23.-25. Juni	Wochenendseminar	Zürich
9.-22. Juli	Sommer-Retreat I, Gut Frohberg „Das Abenteuer der Selbstentdeckung“	bei Meißen
28.-30. Juli	Familienstellen, Angelika Winklhofer Seminar & Fortbildung	München
20. Aug- 2. Sep	Sommer-Retreat II, Gut Frohberg „Das Abenteuer der Selbstentdeckung“	bei Meißen
15.-17. Sept	Familienstellen, Angelika Winklhofer Seminar & Fortbildung	Berlin
15.-19. Sept	Christian Meyer in China · Retreat	China
29. Sep-3. Okt	5-Tage-Retreat	Wien
6.-8. Okt	Familienstellen, Angelika Winklhofer Seminar & Fortbildung	Wien
9.-13. Okt	Retreat, Benediktushof	bei Würzburg
21.-25. Okt	BITEP V Fortbildung Gruppe A	Berlin
3.-5. Nov	Enneagramm II „Archetypen“, Christian Meyer & Angelika Winklhofer	Berlin
10.-14. Nov	BITEP V Fortbildung	Wien
17.-19. Nov	Enneagramm II „Der Heilige Weg“, Angelika Winklhofer	München
24.-28. Nov	BITEP V Fortbildung	München
1.-3. Dez	Wochenendseminar	Berlin
9.-13. Dez	BITEP V Fortbildung Gruppe B	Berlin
27. Dez-2. Jan	Winter-Retreat	Berlin

Änderung vorbehalten · 17.2.2017

Christian Meyer,

spiritueller Lehrer und Dipl.-Psych.
in Berlin. Nach dem Studium
Lehrtätigkeit an Universitäten &
psychotherap. Praxis. Sein wichtigster
spiritueller Lehrer ist Eli Jaxon-Bear.
Seine Arbeit ist klar und wirksam,
voller Liebe und Humor. Er unterstützt
seit 1998 Menschen aufzuwachen.
Zahlreiche Publikationen u.a.
JKamphausen, ARKANA



Christian Meyer Ein Kurs in wahren Loslassen

Das Buch führt den Leser zur Entdeckung, wozu er leben will, wenn er auch die Angst vor dem Tod losgelassen hat. In ein paar Worten lässt sich die Tiefe und Vielschichtigkeit dieses Buches nur andeuten. Hervorragend ist, dass all diese Einsichten auf gut verständliche Art und Weise vermittelt werden. Es ist keine theoretische Abhandlung, sondern ein echter Reiseführer durch die Seele. Die vielen Übungen, die dem Leser angeboten werden, helfen sehr dabei, dass dieser Reiseführer zu einer wirklichen Transformation führen kann.
A.Long & R.Schwepe, PRANA Haus

Die Essenz der Arbeit von Christian Meyer sind die „7 Schritte“, DVD mit zahlreichen Übungen:

1. Entdecken, was man will
2. Alles fühlen
3. Zuschauer werden
4. Mit Enneagramm Muster verstehen
5. Blockierungen lösen
6. Verstrickungen beenden
7. Ängsten begegnen



Christian Meyer

7 Schritte zum Aufwachen

INFO-
Programm
gemäß
§ 14 JuSchG

„Time, die ihr Leben bereichert.“



DVD | **7 Schritte
zum Aufwachen**
J.Kamphausen, € 19,95

Wertvolle nachvollziehbare Grundlagen
für jeden
ernsthaft spirituell Suchenden.
2 DVDs, 142 Min. TAO Cinemathek

Verlag zeit-und-raum | Grunewaldstr. 18 | D-10823 Berlin | +49 (0)30.47 98 1626

info@zeitundraum.org | www.zeitundraum.org/shop