

Jetzt schon an über 60 Orten:

Bewusstheits-Gruppen

Der Weg: Erfahrungen und Übungen

In meiner Arbeit gibt es Übungen, die wertvolle Erfahrungen und Entdeckungen ermöglichen. Übungen, die den physischen Körper, die Gefühle und den Verstand einbeziehen.

Yoga, bei dem man nur etwas für den Körper tut, reicht nicht. Meditation, in der man Gefahr läuft, sich von dem wirklichen Fühlen und Erleben zu dissoziieren und zu entfremden, kann die falsche Richtung sein. Mit dem Verstand etwas lösen wollen, kann alles durcheinander bringen. Stattdessen Übungen, die Wachstum auf allen drei Ebenen ermöglichen. Übungen die zum großen Teil alleine gemacht werden können, aber manchmal zu zweit intensiver sind und mehr Freude bringen. Weil du abwechselnd Übender und Begleiter bist, lernst du dich selbst zu begleiten, dich wie deinen eigenen wahren Freund oder Freundin anzunehmen.



Gemeinsam üben

Diesen Weg hat Christian Meyer entwickelt, indem er in vielen Jahren die psychologischen und psychotherapeutischen Erkenntnisse durchforscht hat und genauso die verschiedenen östlichen und westlichen spirituellen Wege. Es ist die Essenz dessen, was Wachstum ermöglichen kann.

Bewusstheits-Gruppen

In vielen Städten im deutschsprachigen Raum existieren bereits Bewusstheits-Gruppen, in denen du Unterstützung und Anleitung für diese wertvollen Übungen bekommst. An jedem Abend gibt es gemeinsame Übungen und Übungen zu zweit, als „Partnerarbeit“. Du findest eine Übersicht aller Gruppen über den Link unten.

www.zeitundraum.org/gruppen

Termine 2018

NEU 7. Mrz	Infoabend BITEP Methoden-Fortbildg.	Berlin
16.-18. Mrz	Wochenendseminar	Stuttgart
14.-18. Apr	Fortbildung BITEP VI, Gruppe B	Berlin
20.-22. Apr	Wochenendseminar	Basel
25. Apr	Enneagramm Infoabend	Berlin
26. Apr	Vortrag bei Bücher & Erlesene, Bhdg	München
NEU 27. Apr	Infoabend BITEP Methoden-Fortbildg.	München
27. Apr-1. Mai	5-Tage-Retreat	München
NEU 4. Mai	Infoabend BITEP Methoden-Fortbildg.	Wien
4.-6. Mai	Wochenendseminar	Wien
NEU 11. Mai	Infoabend BITEP Methoden-Fortbildg.	Berlin
10.-13. Mai	Enneagramm I	Berlin
28. Mai-1. Juni	Retreat im Benediktushof	Würzburg
15.-19. Juni	5-Tage-Retreat	Zürich
8.-21. Juli	Sommer-Retreat I, Gut Froberg "Das Abenteuer der Selbstentdeckung"	bei Meißen
5.-18. Aug	Sommer-Retreat II, Gut Froberg "Das Abenteuer der Selbstentdeckung"	bei Meißen
21.-23. Sep	Wochenendseminar	München
NEU 5. Okt	Infoabend BITEP Methoden-Fortbildg.	Wien
NEU 5.-9. Okt	5-Tage Retreat	Wien
12.-14. Okt	Wochenendseminar	Berlin
NEU 15.-19. Okt	Retreat im Benediktushof	Würzburg
24.-28. Okt	BITEP Methoden-Fortbildung I	Berlin
NEU 16.-20. Nov	BITEP Methoden-Fortbildung I	Wien
28. Nov - 2. Dez	BITEP Methoden-Fortbildung I	München
7.-9. Dez	Enneagramm II	Berlin
27. Dez- 2. Jan 2019	Winter-Retreat	Berlin

Änderungen vorbehalten | Stand: 14. Februar 2017

Anmeldung bitte online über www.zeitundraum.org/seminare
zeit-und-raum | Grunewaldstr. 18, 2.HH | 10823 Berlin | 030 - 47 98 16 26

Christian Meyer



27. April - 1. Mai 2018 in München

5-Tage Retreat

Aufwachen - der Weg der inneren Erfahrung

Weitere

Termine 2018



zeit-und-raum

Seminare, Retreats, Fortbildungen & onlineKurs

Ein Kurs in wahren Loslassen

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 For-



derungen 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.

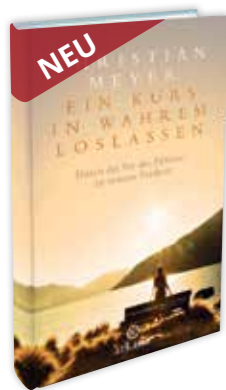
Ich lade dich ein zu dieser Reise in die eigene Tiefe, in deine Mitte, in dein Herz, zu wirklicher Lebendigkeit.

www.zeitundraum.org

info@zeitundraum.org

www.zeitundraum.org/muenchen

Neues Buch "Ein Kurs in wahren Loslassen"

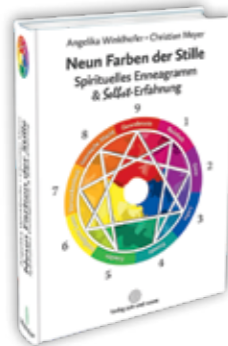


führt den Leser zur Entdeckung, wozu er leben will, wenn er auch die Angst vor dem Tod losgelassen hat. In ein paar Worten lässt sich die Tiefe und Vielschichtigkeit dieses Buches nur andeuten. Hervorragend ist, dass all diese Einsichten auf gut verständliche Art und Weise vermittelt werden. Es ist keine 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.
352 S., 21,99 €
www.zeitundraum.org/shop

Das Enneagramm-Buch "Neun Farben der Stille"

Angelika Winklhofer & Christian Meyer

Dieses Buch ist die verdichtete Essenz von fast 20 Jahren Erfahrung. Die mündliche Tradition des Enneagramms spiegelt das Buch in lebendigem Stil von Frage und Antwort. Durch das tiefe Ergründen der Matrix des Enneagramms kombiniert mit einem professionellen und liebevollen Verständnis des Menschen werden systematisch die einzelnen Charakterstrukturen sorgfältig herausgearbeitet. Du bist eingeladen, dich selbst auf dieser abenteuerlichen Reise zu entdecken.
512 S., 29,90 €
www.spirituelles-enneagramm.de



DVD "Psychotherapie und Spiritualität"



Was sie miteinander verbindet und wie man davon profitieren kann

Vortrag in der psychosomat. Klinik Hohenems Christian Meyer geht auf die für Psychotherapeuten, für „Klienten“ und für spirituell Interessierte wichtigsten Fragen ein. Mitschnitt eines Vortrags in der Klinik Hohenems vor niedergelassenen psychologischen und ärztlichen Psychotherapeuten & einführendes Interview.

110 min., Veröffentlichung des Karen-Horney-Instituts im Verlag zeit-und-raum, EAN: 9783981451733, 18,00 €
<https://goo.gl/gA847v>

5-Tage Retreat mit Christian Meyer

München, Fr 27. April - Di 1. Mai 2018

Lebendig werden - Authentisch sein - Aufwachen

Ende April findet das München-Retreat statt. Du bist herzlich 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.

Du kannst diesen Frieden und dieses Glück entdecken, es ist Deine ursprüngliche Existenz. Der Weg in die eigene Tiefe ist der Weg 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 Körperarbeit, Bewusstheits- und Trance-Übungen. Gearbeitet wird in der Gruppe und immer wieder in Zweier- und Dreier-Gruppen.

Zeiten **Fr** 18-20 Uhr Retreatbeginn, offener Abend, 20 €
Fr 20-21 Uhr Info-Abend BITEP-Fortbildung
Sa bis Mo 10-12 | 15-17 | 18-19:30 Uhr | **Di** 10-13 Uhr
Yoga **Sa bis Di** 8:45-9:45 Uhr
Ort Haus International | Elisabethstr. 87 | 80797 München
Kosten 270 € (Seminar v. Fr-Di)
Anmeldung muenchen@zeitundraum.org
Infos Sabine Lehneis, Tel. 0151 - 522 61770



Vortrag – München, 26.4.2018

In seiner Arbeit hat Christian Meyer die „7 Schritte zum Loslassen“ entwickelt - die Quintessenz aller spirituellen Wege, die der Form nach verschieden, doch eigentlich nur ein einziger Weg sind. Es ist der „Weg der inneren Erfahrung“, Schicht für Schicht, immer tiefer, bis Du den wirklichen Frieden und das Eins-Sein in Dir findest.

Zeit Do 26. April, 19:30 Uhr
Ort **Bücher & Erlesenes**, Fachbuchhandlung Wichmann, Haimhauserstr.5, 80802 München
Kosten 10 €, ohne Anmeldung

Weitere Seminare mit Christian Meyer

Winter-Retreat 2017/18

Zeit zum Innehalten, Langsamer-Werden im Äußeren

Berlin
27.12.2017
bis 2.1.2018

...Zeit, die innere Mitte zu finden und tiefer zu kommen.

Das Winter-Retreat hat eine besondere Atmosphäre und Intensität. Du bist herzlich eingeladen auf die Reise in deine Mitte, dein Herz.

Zeiten: Mi 27.12.: 18-21 Uhr, Do 28.-Sa 30.12.: 10-12 | 14-16 | 17-19 Uhr, Silvester So 31.12.: 10-13 | ab 20 Uhr Silvesterparty, Neujahr Mo 1.1.18: 14-16 | 17-19 | Di 2.1.: 10-13
Kosten: 310 € **Ort:** UFER STUDIOS, Uferstraße 8, 13357 Berlin
Info&Anmeldung: www.zeitundraum.org/winterretreat



Intensiv-Wochenende

Authentisch werden - Lebendig sein - Aufwachen

Stuttgart
16.-18.3.2018

Es gibt nichts, was das Leben so 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.

Beginn Freitag 18 Uhr, **Ende** Sonntag 13 Uhr,
Kosten: 140 € **Ort:** Jugendherberge Stuttgart International, Haußmannstr. 27, 70188 Stuttgart
Info&Anmeldung: www.zeitundraum.org/stuttgart



Sommer-Retreats 2018

In diesem Jahr finden zwei Sommer-Retreats statt.

Du bist herzlich eingeladen 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 ist Deine ursprüngliche Existenz.

Infos & Anmeldung:
eMail: sommerretreat@zeitundraum.org
www.zeitundraum.org/sommerretreat

Gut Froberg
Retreat I: 8.-21.7.
Retreat II: 5.-18.8.



Wochenendseminar

Das Aufwachen ist jetzt möglich, in diesem Leben.

Vielleicht bist Du schon lange auf der spirituellen Suche, aber Du spürst immer noch die tiefe Sehnsucht danach, wirklichen Frieden zu finden und „zu Hause“ anzukommen. Du bist die Stille.

Beginn Freitag 18 Uhr, **Ende** Sonntag 13 Uhr, **Kosten:** 140 €
Ort: Haus International, Elisabethstr. 87, 80797 München
Info&Anmeldung: muenchen@zeitundraum.org



Dreijährige Fortbildung in Berlin, Wien und München

BITEP Methodenfortbildung 2018-2021



Berlin: 24.-28.10.2018 (Modul I)
Wien: 14.-18.11.2018 (Modul I)
München: 28.11.-2.12.2018 (Modul I)

Im Herbst 2018 beginnt Christian Meyer den neuen dreijährigen Zyklus der Fortbildung

Ganz gleich ob du jetzt neu einsteigen willst oder als Wiederholer – die Fortbildung bietet dir zahlreiche Methoden und Werkzeuge aus der westlichen Psychologie, die deine spirituelle und persönliche Entwicklung vertiefen. Du lernst dich selber besser kennen, wirst selbstbewusster, offener und lebendiger – kannst dich mit der Vergangenheit aussöhnen und innere Konflikte lösen.

Integral und ganzheitlich

Die Methoden der Fortbildung beziehen die Ebene des Geistes, der Gefühle und des Körpers ein. Es gibt 6 Fortbildungsmodule – jeweils im Frühjahr und im Herbst – und einige ergänzende Wochenend-Seminare zur Enneagramm-Arbeit, Familienstellen, Körperarbeit u.a.. Über die drei Jahre gibt es eine feste Gruppe, sodass Vertrauen und Miteinander entstehen.

Spiritualität und persönliche Entwicklung

Das wichtigste spirituelle Ziel ist das Aufwachen. Um dich dem Aufwachen zu nähern, musst du lebendig und bewusst werden, die Verstrickungen aus der Vergangenheit lösen, der Körper gelöst und der Atem frei werden. Für das persönliche Wachstum hat die westliche Psychotherapie viele wirksame Methoden entwickelt; sie fördern gleichzeitig auch deine Fähigkeit, andere Menschen zu begleiten. Persönlichkeitswachstum und Lebendigkeit verbinden sich mit der Öffnung zur Transzendenz.

Arbeitest du therapeutisch oder begleitend mit anderen Menschen als Psychotherapeut, Sozialarbeiter, Lehrer etc.? Dann erweitert die Fortbildung deine Arbeit, macht sie reicher, spannender und tiefer. Mit dieser Erfahrung und dem Wissen kannst du deine Klienten kompetenter und sicherer begleiten.

Weitere Informationen

Ausführliche Broschüre zu Fortbildungsverlauf, Curriculum, Zertifizierungen und den Inhalten und Kosten der BITEP Methoden-Fortbildung bitte anfordern über das KAREN HORNEY INSTITUT:
www.karen-horney-institut.de,
info@karen-horney-institut.de
und YouTube: <http://t1p.de/c5us>

