

Jetzt schon an über 80 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](http://www.zeitundraum.org/gruppen)

## Termine 2018

<b>NEU</b>	14. Mrz	Enneagramm Info-Webinar	überall
	16.-18. Mrz	Wochenendseminar	Stuttgart
<b>NEU</b>	10. Apr	Enneagramm Info-Webinar	überall
	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
<b>NEU</b>	27. Apr	Infoabend zur BITEP Methoden-Fortbildg.	München
	27. Apr-1. Mai	5-Tage-Retreat	München
<b>NEU</b>	4. Mai	Infoabend zur BITEP Methoden-Fortbildg.	Wien
	4.-6. Mai	Wochenendseminar	Wien
<b>NEU</b>	11. Mai	Infoabend zur 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
<b>NEU</b>	5. Okt	Infoabend zur BITEP Methoden-Fortbildg.	Wien
<b>NEU</b>	5.-9. Okt	5-Tage Retreat	Wien
	12.-14. Okt	Wochenendseminar	Berlin
<b>NEU</b>	15.-19. Okt	Retreat im Benediktushof	Würzburg
	24.-28. Okt	BITEP Methoden-Fortbildung I	Berlin
<b>NEU</b>	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: 6. März 2018

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

[info@zeitundraum.org](mailto:info@zeitundraum.org)

# Christian Meyer



27. April - 1. Mai 2018 in München

## 5-Tage Retreat

Aufwachen - der Weg der inneren Erfahrung

Weitere

## Termine 2018



zeit-und-raum

[www.zeitundraum.org/muenchen](http://www.zeitundraum.org/muenchen)

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](http://www.zeitundraum.org)

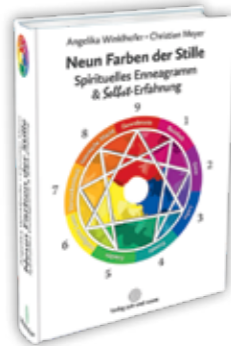
## Neues Buch "Ein Kurs in wahren Loslassen"



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](http://www.zeitundraum.org/shop)

## Das Enneagramm-Buch "Neun Farben der Stille"

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.zeitundraum.org/enneagramm](http://www.zeitundraum.org/enneagramm)



## 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](mailto: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

## Enneagramm I

Berlin  
10.-13.5.2018

In diesem Seminar wird das Enneagramm lebendig, spannend und sehr konkret erfahren. Du erkennst deine Fixierung im Spiegel der anderen, siehst den Splitter UND den Balken. Mit dem tiefen Verständnis der Fixierung beginnt sie langsam anzuhalten und verliert ihre Macht. Du entdeckst, was in deinem Leben wirklich wichtig ist und wer du wirklich bist.

**Zeiten:** Do-Sa 10-12 | 14-16 | 17-19 Uhr, So 10-13 Uhr  
**Yoga:** Fr-So 9-10 Uhr **Beitrag:** 240 €, Wiederholer 140 €  
**Ort:** Statthaus Böcklerpark, Prinzenstr. 1, 10969 Berlin  
**Anmeldung:** [www.zeitundraum.org/enneagramm](http://www.zeitundraum.org/enneagramm)



## Intensiv-Wochenende

Stuttgart  
16.-18.3.2018

Authentisch werden - Lebendig sein - Aufwachen

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](http://www.zeitundraum.org/stuttgart)



## Sommer-Retreats 2018

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

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](mailto:sommerretreat@zeitundraum.org)  
[www.zeitundraum.org/sommerretreat](http://www.zeitundraum.org/sommerretreat)



## Wochenendseminar

München  
21.-23.9.2018

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](mailto:muenchen@zeitundraum.org)



# BITEP Methoden-Fortbildung 2018-2021

### Spiritualität und persönliche Entwicklung

Ob als Neueinsteiger oder Wiederholer – die Fortbildung bietet dir zahlreiche Methoden und Werkzeuge aus der westlichen Psychologie, die deine spirituelle und persönliche Entwicklung vertiefen können. Du lernst dich selber besser kennen, wirst selbstbewusster, offener und lebendiger – kannst dich mit der Vergangenheit aussöhnen und innere Konflikte lösen. So kannst du auch andere Menschen kompetent und sicher begleiten.

### Integral und ganzheitlich

Die Methoden beziehen die Ebene des Geistes, der Gefühle und des Körpers ein. Es gibt 6 Fortbildungsmodulare – jeweils im Frühjahr und im Herbst – und einige ergänzende Wochenend-Seminare zur Enneagramm-Arbeit, zum Familienstellen u.a..

### Die Inhalte der Fortbildung

1. Tiefenpsychologie: Konflikt und Biografie
2. Personenzentrierte Psychotherapie: Authentizität, bedingungslose Akzeptanz und einfühlsames Verstehen
3. Trance-Arbeit: Methoden aus NLP und Hypnotherapie
4. Körper-Arbeit: Grounding-, Atem- und Energie-Arbeit zur Lösung von körperlichen Blockierungen
5. Das Enneagramm: Strategien und Muster der Persönlichkeits- und Charakterfixierungen erkennen und verstehen lernen
6. Gestalt-Therapie: Individuelle Lebenssituationen im Hinblick auf Konflikt, Polarität, Kontakt und Vermeidung
7. Existentielle Therapie: Existentielle Ängste, Sterben, Sinn des Lebens
8. Familien- und Struktur-Aufstellungen: Verstrickungen und Themen aus der Vergangenheit erkennen und lösen
9. Spirituelle Begleitung: Umgang mit spirituellen Erfahrungen und spirituellen Krisen, Nahtod-Erfahrungen und unterschiedlichen spirituellen Wegen

Für die Fortbildung sind keine speziellen Voraussetzungen erforderlich. Jeweils eine Dreijahresgruppe beginnt im Herbst 2018 in Berlin, München und Wien.

Ausführliche Broschüre zu Fortbildungsverlauf, Curriculum, Zertifizierungen, Inhalten und Kosten der BITEP Methoden-Fortbildung sowie Infoabenden bitte anfordern: [www.karen-horney-institut.de](http://www.karen-horney-institut.de), [info@karen-horney-institut.de](mailto:info@karen-horney-institut.de)

Fortbildung BITEP Modul 1 (2018):  
24.-28.10. in Berlin | 16.-20.11. in Wien  
28.11.-2.12. in München

