

Neues Buch "Ein Kurs in wahren Loslassen"

Das Buch enthält in erster Linie eine große Zahl von wirkungsvollen Übungen zu den „7 Schritten des Loslassens“, die man alleine durchführen kann. Nicht um etwas "einzuüben", sondern Übungen der Selbstentdeckung, auch Übungen des Loslassens, für den Körper, die Gefühle und den Geist. Sich selbst neu begegnen. Ein echter Reiseführer durch die Seele, der durch die Übungen zu einer wirklichen Transformation führen kann. 352 S., € 21,99

www.zeitundraum.org/shop



DVD "7 Schritte zum Aufwachen"

Die Essenz der Arbeit von Christian Meyer sind die „7 Schritte zum Aufwachen“

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

Die Grundlagen und die praktischen Übungen und Methoden für jeden ernsthaft spirituell Suchenden. 2 DVDs, 142 Min. TAO Cinemathek JKamphausen, € 19,95

www.zeitundraum.org/shop



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 psychologischen und ärztlichen Psychotherapeuten der Klinik und freier Praxen & einführendes Interview. Veröffentlichung des Karen-Horney-Instituts im Verlag zeit-und-raum,

EAN: 9783981451733, 110 min., € 18,-

<https://goo.gl/dCdo9C>



Termine 2018/19

5.-18. Aug	Sommer-Retreat II, Gut Froberg "Das Abenteuer der Selbstentdeckung"	bei Meißen
31. Aug – 2. Sep	Das neue Familienstellen „Deine Wurzeln entdecken – die Kraft der Mütter“	Berlin
20. Sept	Vortrag bei Bücher & Erlesenes, Bhdg	München
21. Sept	Infoabend BITEP-Methoden-Fortbildung	München
21.-23. Sept	Wochenendseminar	München
26. Sept	19:30 Webinar BITEP-Fortbildung	
5. Okt	Infoabend BITEP-Methoden-Fortbildung	Wien
5.-9. Okt	5-Tage Retreat	Wien
12.-14. Okt	Wochenendseminar	Berlin
15.-19. Okt	Retreat im Benediktushof	Würzburg
24.-28. Okt	BITEP Methoden-Fortbildung I	Berlin
26.-28. Okt	Das neue Familienstellen "Den eigenen Platz im Leben finden"	München
16.-20. Nov	BITEP Methoden-Fortbildung I	Wien
28. Nov – 2. Dez	BITEP Methoden-Fortbildung I	München
30. Nov – 2. Dez	Das neue Familienstellen "Den eigenen Platz im Leben finden"	Wien
7.-9. Dez	Enneagramm II – "Bewegung im Stress und in der Entspannung"	Berlin
27. Dez.– 2. Jan	Winter-Retreat	Berlin
1.-3. Feb	Das neue Familienstellen „Deine Wurzeln entdecken – die Kraft der Mütter“	München
8.-12. Feb	BITEP Methoden-Fortbildung II	Wien
1.-3. Mrz	Das neue Familienstellen „Deine Wurzeln entdecken – die Kraft der Mütter“	Berlin
6.-10. Mrz	BITEP Methoden-Fortbildung II	München
11.-16. Mrz	Retreat im Benediktushof	Würzburg
20.-24. Mrz	BITEP Methoden-Fortbildung II	Berlin
5.-9. April	5-Tage-Retreat	München
26.-28. April	Wochenendseminar	Wien
17.-19. Mai	Wochenendseminar	Stuttgart

Stand 5. Juli 2018

Die Seminare "Das Neue Familienstellen" werden von Elke C. Raukuttis & Christian Adolphy gehalten.

Anmeldung bitte online über www.zeitundraum.org/seminare

zeit-und-raum, Grunewaldstr. 18, 2.HH,
10823 Berlin, 030-47 98 16 26

Christian Meyer

Lebendig werden - Authentisch sein – Aufwachen



Do 27. Dez 2018 – Mi 2. Jan 2019

Winter-Retreat

.... und weitere Termine 2018/19



zeit-und-raum

onlineKurs

Ein Kurs in wahren Loslassen

Lebendig werden

bedeutet, das fühlen und spüren zu können, was du wirklich fühlst und spürst, und dir das wünschen zu können, was du dir wirklich wünschst – statt das, was du fühlen, spüren und wünschen „solltest“. Die „Solltes“ verursachen ein entfremdetes Leben, ein Leben, das nicht wirklich deines ist.

Authentisch sein

heißt, du selbst zu werden, voller Energie aus der inneren Mitte heraus zu leben, im Einklang mit dir, voller Liebe für dich und dein Leben. 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.

Aufwachen

bedeutet: sich selbst als tiefen Frieden und wirkliches Glück wahrzunehmen. Dieses Aufwachen ist keine ferne Vision, sondern geschieht immer öfter und kann auch dir geschehen. 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.

onlineKurs in wahren Loslassen

Neben den Retreats, den Bewusstheits-Gruppen und den Fortbildungen gibt es jetzt auch einen onlineKurs! Es hat eine besondere Intensität und Tiefe, mit der Unterstützung des onlineKurs die Übungen zum Loslassen alleine zu machen und dir so auf eine tiefe und neue Weise selbst zu begegnen. Probier es aus. Wer nach der Hälfte der Übungen keine wichtigen Veränderungen erfährt, kann das Geld für den onlineKurs zurückbekommen.

<https://ein-kurs-in-wahren-loslassen.de/>

www.zeitundraum.org

Berlin, Do 27. Dez 2018 – Mi 2. Jan 2019

Das Winter-Retreat

Zeit zum Innehalten, zum Aufwachen und zur Vertiefung des Aufwachens

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.*

Foto: aaltair/
Shutterstock.com

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.

Zeiten Do 18–21 Uhr Retreatbeginn
tgl. 10–12 | 14–16 | 17–19 Uhr;
Silvester 10–13 Uhr | ab 20 Uhr Party
Neujahr 14–16 | 17–19 Uhr; Mi 2.1.2019 10–13 Uhr
Yoga tgl. 9–9:45 Uhr
Ort Ufer Studios | Badstr. 41a | 13357 Berlin-Wedding
Kosten 310 €
Anmeldung bitte online www.zeitundraum.org/winterretreat
Info Tina, Tel. +49 (0)30 47981626
eMail: winterretreat@zeitundraum.org

www.zeitundraum.org/winterretreat

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