



Hans Rainer, Feuerspuren

## SENSORY AWARENESS

*"Worte, die nicht aus der Stille kommen, können uns nur noch weiter trennen. Es wird viel Stille brauchen, bis wir aufeinander horchen lernen, noch länger, bis wir Worte finden, die uns zusammenführen können."*

*Bruder David Steindl-Rast*

Verschiedene Überzeugungen spalten uns, ja manchmal entfernen sie uns so weit voneinander, dass jahrelange Beziehungen davon überdeckt werden. Worauf gründen sich diese Überzeugungen? Wie entstehen sie? Sind wir unsere Überzeugungen?

Worauf können wir uns verlassen? Beginnen wir mit dem Boden unter uns, mit der Luft um uns und damit, was in uns geschieht, wenn wir zu dem, was auf uns zukommt, Beziehung erlauben - und uns immer wieder auf die Stille besinnen.

Es entsteht lebendiges Reagieren. Atmen. Weite. Orientierung. Lebenslust ....

Die Fähigkeiten dafür liegen in uns. Die Fähigkeit, zur Ruhe zu finden und uns zu erholen, die Fähigkeit, auf Herausforderungen zu antworten, die Fähigkeit zu vertrauen. Dies zu entdecken wird von der gemeinsamen Praxis unterstützt.

ONLINE-KURS über Zoom:

Kursleitung: Christine Rainer

Termine: 31. 1. // 14. 2. // 28. 2. // 14. 3. 2021 // jeweils 19.00 - 20.30 Uhr

Kosten: für alle vier Termine: 60.- - 80.- Euro, nach eigenem Ermessen, ohne Begründung.

Anmeldung bitte bis 23. 1. 2022 durch email ([christine@hansrainer.com](mailto:christine@hansrainer.com)) und Bezahlung der Kurskosten auf mein Konto. (IBAN: AT92 3408 1000 0003 1187)