

**WOCHENEND-SEMINAR**

# Gedankenkontrolle leicht gemacht

**Selbstfindung und Neuorientierung**  
**Das Erlernen, ruhiger zu werden**  
**Meditatives Wandern**

**WANN** 14. bis 16. Dezember 2018 / 15. bis 17. Februar 2019 / 15. bis 17. März 2019

Freitag	10:00 bis 12:30 Uhr 14:30 bis 16:30 Uhr
Samstag	10:00 bis 12:30 Uhr 14:30 bis 16:30 Uhr
Sonntag	10:00 bis 12:30 Uhr



**KOSTEN SEMINAR € 150.-**

**KOSTEN ÜBERNACHTUNG** ab € 55.- und **VERPFLEGUNG** (VEGETARISCH, VEGAN, VITALKOST) ab € 30.- pro Tag

**ORT SEMINARHOTEL HAUS im HERRENGRUND** für Körper • Seele • Geist

Herrengrund 1 - 97852 Schollbrunn

## **INHALT**

- Die besten Methoden der Gedankenkontrolle
- Gedankenkarussell stoppen: Wie du aufhörst, zu viel nachzudenken
- Wie finde ich die Botschaft und Lernaufgabe von Krankheit und Schicksalsschlägen?
- Wie kann ich negative Gedanken loswerden?
- Wie entleere ich mein Unterbewusstsein?
- Wer vergeben kann, lebt gesünder
- Hilfen für hypersensible Menschen, Depression und Burnout
- Wie finde ich zu meiner Lebensaufgabe?
- Wie stärken ich mein Selbstwertgefühl?
- Was will mir meine Angst sagen?
- Was ist der Sinn des Lebens? Gibt es einen Göttlichen Plan?
- Das Gehirn für ein höheres Bewusstsein trainieren
- Meditatives Wandern in der Natur
- uvm.



**Arztpraxis VITA SANA**

**GANZHEITSMEDIZIN**

**Naturheilkunde • Psychosomatik • Spiritualität**

**Jordi Campos**, Arzt für Naturheilverfahren, Ganzheitsmedizin, Sehtraining, Cranio-Sacral-Therapie

**Caroline Haas**, Therapeutin, Masseurin, Heilpraktikerin, Krankenschwester, TCM Akupunktur

[www.jc-vita-sana.de](http://www.jc-vita-sana.de) - [info@jc-vita-sana.com](mailto:info@jc-vita-sana.com) - Tel.: 0049 (0)9394 995 227