

## WOCHENEND-SEMINAR

# Gedankenkontrolle leicht gemacht

Stress-Bewältigung und das Erlernen, ruhiger zu werden,  
mit einem inneren Leben und einer höheren Spiritualität

**WANN** 15. bis 17. März 2019 / 17. bis 19. Mai 2019 / 14. bis 16. Juni 2019

Freitag 10:00 bis 12:30 Uhr  
14:30 bis 17:30 Uhr  
Samstag 10:00 bis 12:30 Uhr  
14:30 bis 17:30 Uhr  
Sonntag 10:00 bis 12:30 Uhr



**KOSTEN SEMINAR € 150.-**

**KOSTEN ÜBERNACHTUNG** ab € 65.- und **VOLLPENSION** (VEGETARISCH, VEGAN, VITALKOST) € 35.- pro Tag

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

Herrengrund 1 - 97852 Schollbrunn



### INHALT

- Einstieg in ein inneres Leben und in die höhere Spiritualität
- Die besten Methoden der Gedankenkontrolle
- Gedankenkarussell stoppen: Wie du aufhörst, zu viel nachzudenken
- Wie kann ich negative Gedanken und Gefühle loswerden?
- Wie finde ich die Botschaft und Lernaufgabe von Krankheit und Schicksalsschlägen?
- Hilfen für hypersensible Menschen, Depression und Burnout
- Wie beginne ich mein Unterbewusstsein zu entleeren?
- Prinzip, Praxis und Wirkung der Inneren Arbeit
- Wie kann ich meine Ego-Aspekte reduzieren?
- Reinkarnation - Was ist der Sinn des Lebens?
- Wie finde ich zu meiner Lebensaufgabe?
- Wie stärke ich mein Selbstwertgefühl?
- Wer vergeben kann, lebt gesünder
- Was will mir meine Angst sagen?
- Meditatives Wandern in der Natur



## 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