



Es ist nicht wichtig für mich, wer Du bist und wie Du hierher gekommen bist.
Ich will wissen, ob Du mit mir in der Mitte des Feuers stehen kannst
und nicht zurückschreckst.

Es ist nicht wichtig für mich, wo oder was oder mit wem Du studiert hast.
Ich will wissen, was Dich von innen hält, wenn sonst alles wegfällt.
Ich will wissen, ob Du allein sein kannst
und in den leeren Momenten wirklich gern mit Dir selbst zusammen bist.

(Ausschnitt) Oriah Mountain Dreamer

Stille Reise zum ICH: **Meditation in Filz.**

4 Tages-Workshop Anfang November 2017, um gerade vor Beginn des hektischen Adventtrubels den fordernden Alltag etwas abzustreifen und in innere Stille und Fülle einzutauchen.

Nichts scheint uns dafür besser geeignet als die Arbeit mit Schafwolle, als Schlüssel zu unserem inneren ICH. Als Rahmen für diese kreative Einkehr am Ende eines fordernden Jahres, haben wir das steirische **St. Lambrecht** gewählt. Umrahmt von der harmonischen Ausstrahlung dieses altherwürdigen Benediktinerklosters, verbinden sich hier gebündelte Kreativität und Freude an handwerklichem Gestalten mit stiller Einkehr und innerer Begegnung mit sich selbst.

So nimmt jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin am Ende der 4 Kurstage nicht nur einen **individuell gestalteten und langlebigen Wolteppich** mit nach Hause.

Vielmehr erfahren wir im intensiven kreativen Tun bei gleichzeitiger meditativer Einkehr **nachhaltige Stressreduktion**, körperliche und geistige **Entspannung** und eine **anhaltend verbesserte Lebensqualität** für die Zeit danach.

So richtet sich dieser nicht alltägliche Workshop eben nicht nur an alle Filzbegeisterten oder Schafwoll-Junkies, sondern auch an vielzuvielbeschäftigte Filzneulinge, die im Alltag Zeit für sich und ihre ganz persönliche (Schaffens-)Kraft, sowie ihre Gelassenheit und innere Stille vermissen.

Wann: Mi. 08.11.17 (ab 19h) bis So. 12.11.17 (bis ca. 15h)

Wo: Stift Lambrecht , A-8813 St. Lambrecht
Übernachtung direkt im Stift möglich ab 44€ pro Person und Nacht (inkl. VP)

Kurskosten: 315€ (exkl. Material)

Vorkenntnisse: Nicht erforderlich.
Weder beim Filzen, noch bei der Meditation

Anmeldung und weitere Detailinformationen:

Barbara Füreder babo@barbara-fuereder.at oder +43 660 730 20 90

Monika Tatrai monika.tatrai@filzoase.at oder +43 699 11 29 7185