



*Der Stille lauschen*

Mit einem Lied in die Tiefe

13. – 16. Februar 2020

**Intersein Zentrum Bayrischer Wald**

# Der Stille lauschen

## Mit einem Lied in die Tiefe

Immer wieder haben wir in unserer so hektischen und oft überladenen Zeit die Sehnsucht nach Stille, nach Innehalten.

Der Weg dahin scheint manchmal so schwierig, so weit und unbekannt zu sein. Das heilsame, mantrische Singen kann an dieser Stelle wie eine Brücke dienen, die uns an die Hand nimmt und wie von selbst in der Stille und im Jetzt ankommen lässt. Es gibt nichts zu tun, nur da zu sein.

Das Besondere an diesem Wochenende: *Ein einzelnes Lied* steht im Zentrum. Dieses mantrische Lied wird uns in diesen Tagen führen – tief in unser Herz und in die Stille. Lange und im Laufe des Wochenendes immer wieder gesungen, eingebettet in Zeiten des Schweigens, öffnet sich ein heilsamer Raum, in dem wir einfach nur sein dürfen, Atemzug für Atemzug. Dabei können uns Themen begegnen, die uns bewusst oder unbewusst gerade beschäftigen.

Mit Hilfe des intuitiven Malens und Schreibens, durch Bewegung, Austauschrunden und Zeiten in der Natur werden wir dem Ausdruck geben.

### Anmeldung

Intersein Zentrum  
Unterkashof 50, 94545 Hohenau  
Tel: 08558 920252  
post@intersein-zentrum.de  
www.intersein-zentrum.de



**Leitung: Susanne Mössinger**  
Dipl. Sozialpädagogin, langjährige Meditationserfahrung, Liedautorin, Singkreisleiterin

**Assistenz: Klaus Nagel**  
Dipl. Geograph, Liedautor  
Singkreisleiter

### Kosten

Seminar: 150,00 € (Ermäßigung nach achtsamer Selbsteinschätzung)  
zzgl. Kost/Logis

### Mitzubringen

Schreibzeug, Malsachen, Kleidung/Schuhe für draußen

### Infos

susa.lilie@gmx.de, 08158-258 280, www.sovielhimmel.de