

Kurse mit Robert Tilp ab Juni 2022

Stand Mai 2022, Änderungen vorbehalten



Der Körper als Spiegel der Seele

Impulsvortrag zur Organsprache. Eine ganzheitliche Betrachtung am Beispiel der Verdauung

Unsere Sprache sagt es ja schon. Ist dir eine Laus über die Leber gelaufen? Da ist mir die Galle übergelaufen. Das finde ich zum Ko... . Das liegt mir schwer im Magen? Schiss haben... Korinthenkacker ☺... Ja, es geht um mehr als stoffliche Verdauung. Wir verdauen auch, was wir erleben. Und es ist der gleiche Weg, den wir gehen. So spiegelt uns der „Verdauungskanal“ unseren ureigensten Weg, das Leben anzunehmen und im tieferen Sinne zu verstoffwechseln.

Am Beispiel dieses faszinierenden Prozesses möchte ich Euch für die ganzheitliche Betrachtung der Heilkunde begeistern. Ihre Sinnhaftigkeit bietet uns viele Möglichkeiten über Selbstreflexion zu Gestalten des Lebens zu werden und aus der Funktion ins wirkliche Leben zu kommen ☺.

- Wann: 2. Juni 2022, 18.30 Uhr
- Wo: Hotel Krämerbrücke, Gotthardtstraße 27, Erfurt 99084
- Seminargebühr: 12 €

Anmeldungen über www.lebensfreude-online.de oder 0361- 3469412

Füße & Seele berühren :-) in Erfurt

eine praktische Einführung in die Fußreflexzonenmassage

Ich arbeite nun schon viele Jahre mit Fußreflex-Behandlungen und liebe diese Art der Berührung sehr. Sie hat ein großes Spektrum, von liebevoller Nähe und „erden“ / runterkommen bis Diagnose des energetischen Zustands und heilsame Impulse setzen... Sie ist eine wundervolle Möglichkeit für Familien und Freunde, die Berührungskultur zu pflegen, aber auch zur Eigenbehandlung geeignet. Bei uns jedenfalls ist sie sehr beliebt und gern gebe ich davon etwas weiter. Es ist natürlich ein Praxiswochenende, theoretisches Futter gibt es am Rande und zwischendurch. Es geht erst mal um grundlegende Erfahrungen, sich wohl tun und wohl tun lernen und natürlich eine gute gemeinsame Zeit haben. Dazu kommt die Erweiterung des Kurses im Bereich Organreflexionen. Sie ermöglichen einen hilfreichen Blick auf verschiedene Ebenen und sind ein wichtiger Teil unserer Entwicklung.

Also, wer seine Füße rufen hört ... bitte (an)melden ☺

- Wann: 18. – 19.06.2022
- Wo: Erfurt
- Seminargebühr: 190€

Seelen-Nahrung

innerFitness®-Urlaub für Körper Geist & Seele ☺

Es liegen zwei sehr bewegte Jahre hinter uns. Nun geht es um Selbstpflege und (Neu-)Orientierung im tieferen Sinne. Und dafür braucht es auch ein Innehalten und Auftanken. Eine Zeit lang mal abschalten, alle äußeren Reize weglassen und die Mitte fühlen, ihr zuhören und sie nähren, am besten auf allen drei Ebenen – Körper, Geist und Seele. Es ist Zeit, auch eigene Antworten zu finden. Wie oft sagen uns andere, was richtig oder falsch ist, was gesund sein soll und was nicht und... ist es das dann auch? Eigene Antworten kommen nicht im Trubel, nicht in der Oberflächlichkeit. Sie kommen an die Oberfläche, wenn die Oberfläche still ist und klar. Dafür wollen wir an diesen Tagen einen Raum kreieren. Der Kurs ist eine Antwort auf die Sehnsucht nach Gemeinschaft und Auftanken, verbunden mit Reflexionen und Möglichkeiten, auch etwas mit nach Hause zu nehmen, z.B. die Übungen zu Atem und Haltung aus dem Yoga, die in kleinen alltagstauglichen Zusammenstellungen geübt werden. Zur Selbsterfahrung kommen dann noch die guten und leicht umzusetzenden Rezepte, die wir vor Ort schon probieren: köstlich, vegetarisch, vollwertig ☺. Die tägliche Zeit in der wunderschönen Natur des Thüringer Waldes ist eine weitere Zugabe. Mehr Infos gern auf Anfrage.

- Wann: 24. – 28.07.2022
- Wo: Haus am Seimberg Brotterode am Inselberg im schönen Thüringer Wald
- Seminargebühr: 320€, +Übernachtung mit Verpflegung im DZ 332€, im EZ 362€ p.P.

Intensivwoche „Reinigungstechniken“

In dieser Woche bin ich als Referent für die Yogaschule tätig. Thema sind die Reinigungsrituale des Yoga. Wer hier Interesse hat, kann sich über mein Anmeldeformular anmelden. Es folgt dann eine persönliche Absprache!

- Wann: 13. – 18.08.2022
- Wo: Ländliche Heimvolkshochschule Kloster Donndorf

Fastenwandern mit Hirn & Bauch-Hirn in der Holsteinischen Schweiz

Das Thema Bauchhirn ist einer der Impulse, der sich aus meinen inzwischen 20-jährigen Fastenerfahrungen herauskristalisiert hat. Dabei geht es um die Erkenntnis, dass es scheinbar zweierlei Arten des Verdauens gibt – die im Kopf und die im Bauch. Jeder kennt das Bauchgefühl, das bei der einen oder anderen Entscheidung mitreden möchte und natürlich die vielen Gedanken, die manchmal genau dem grundlegend widersprechen.

Vielleicht ist es an der Zeit, dass aus diesen beiden Welten endlich wieder eine wird?!

Die Mischung aus Gemeinschaft, Zeit für sich selbst, unsere schöne Unterkunft, Natur und Yoga macht das Besondere dieses Fastenkurses aus. Kommen sie mit auf eine Entdeckungsreise durch scheinbar ganz verschiedene Windungen!

Gefastet wird nach Buchinger, also Wasser, Tee, Gemüsebrühe... und Yoga wird so geübt, dass jeder auch ohne Vorkenntnisse daran teilnehmen kann. Herzlich Willkommen!

- Wann: 10. – 16.09.2022
- Wo: Landgasthof Kasch in Timmdorf
- Seminargebühr: 330€ + Unterkunft (330€ im DZ p.P. / 390€ im EZ p.P.)

Füße & Seele berühren :-)

eine praktische Einführung in die Fußreflexzonenmassage in der Holsteinischen Schweiz

Ich arbeite nun schon viele Jahre mit Fußreflex-Behandlungen und liebe diese Art der Berührung sehr. Sie hat ein großes Spektrum, von liebevoller Nähe und „erden“ / runterkommen bis Diagnose des energetischen Zustands und heilsame Impulse setzen... Sie ist eine wundervolle Möglichkeit für Familien und Freunde, die Berührungskultur zu pflegen, aber auch zur Eigenbehandlung geeignet. Bei uns Zuhause jedenfalls ist sie sehr beliebt und gern gebe ich davon etwas weiter. Es ist natürlich ein Praxiswochenende, theoretisches Futter gibt es am Rande und zwischendurch.

Es geht erst mal um grundlegende Erfahrungen, sich wohl tun und wohl tun lernen und natürlich eine gute gemeinsame Zeit haben.

Eine Möglichkeit könnte vielleicht schon Freitag der 16. bis Montag den 19. September 2022 sein.
Anreise Freitag 16 Uhr, Abreise Montag gegen Mittag.

Also, wer seine Füße rufen hört :-)... bitte (an)melden!

- Wann: 16. – 19.09.2022
- Wo: Landgasthof Kasch in Timmdorf in der Holsteinischen Schweiz
- Seminargebühr: 250€ Kursgebühr + 337€ im EZ, 274€ im DZ p.P. incl. vollwertiger Vollverpflegung

"Einkehr"

Fastenwandern & Yoga im schönen Thüringer Wald

Einkehr, was für ein schönes Wort. Es klingt nach Frieden und Ruhe und Sammlung, nach sich nähren. Wir wollen wieder eins werden und brauchen vielleicht eine Kehrtwende? Solche Zeiten sind wichtig. Bei der Fülle von Aktivitäten und Informationen, die wir leisten und verdauen müssen, braucht es immer wieder auch Einkehr – bei uns selbst, bei Gefährten, bei Familie, manch einer würde vielleicht sagen bei Gott? Wir wollen auf jeden Fall Einkehr halten und schauen, wo es jeden hinzieht. Wer bin ich jenseits des Alltagstrubels? Was bleibt von mir, wenn alle meine Rollen mal abgelegt sind? Kurz, in diesen Tagen wollen wir die Zeit leeren von alltäglichen Ablenkungen und füllen mit Aufmerksamkeit auf uns Selbst.

Fasten unterstützt diesen Prozess auf allen Ebenen. Fasten klärt und erleichtert. Es heilt, wo Verstopfung und Trägheit uns befallen haben. Es gibt Gelegenheit zum Regenerieren der Seele und des Körpers. Beim Wandern, bei Yoga, in der Gemeinschaft und allein wollen wir Einkehr halten – Einkehr bei uns Selbst.

- Wann: 29.10. – 04.11.2022
- Wo: Haus am Seimberg, Brotterode im Thüringer Wald
- Seminargebühr: 330€ + Unterkunft (299€ im DZ / 345€ im EZ p.P.)

Ausbildungswochenende „Gesundheit aus ganzheitlicher Sicht“

Impulse (für Menschen, die mit Menschen arbeiten wollen) für und im Yoga Zentrum Jena

Dieses Wochenende ist Teil der Yoga-Lehrerausbildung und ebenso ein Einzelmodul. Die Anmeldung wird hier als Anfrage gewertet, da der Kurs vorrangig für die Yoga-Schule reserviert ist. Wir halten dann Rücksprache sobald die Anmeldung eingegangen ist.

- Wann: 12. bis 13.11.2022
- Wo: Yoga-Zentrum Jena

Brotzeit für die Seele

Ankommen bei sich Selbst – ein Weg zum selber gehen

Diese Tage sind ein Kennenlernen, ein Probieren oder ein Auffrischen und Erweitern von verschiedenen Arten des Meditierens. In diesem Kurs werden dazu verschiedene Techniken erlernt, wie die bewusste Atmung, die eigene Wahrnehmung bis hin zur bewussten Fokussierung eigener Gedanken und Gefühle. Bewegungen und Übungen finden drinnen und draußen in der wunderschönen Landschaft rund um das Kloster statt. Doch egal, welche dieser Wege wir gehen, das Ziel ist immer das gleiche: ich Selbst Die Kost wird in dieser Woche leicht und vollwertig sein.

- Wann: 25. – 29.11.2022
- Wo: Kloster Donndorf
- Seminargebühr: 364 - 390€ im DZ p.P. (Einzelzimmerzuschlag 12€ pro Nacht)

*Vielleicht wundern Sie sich, dass dieses Jahr so oft die **Seele** im Titel der Kurse vorkommt? Ich habe mich auch gewundert und gemerkt: Es ist die Antwort auf die große Sehnsucht, dass sich unser Leben endlich (wieder) mit dem Wesentlichen füllt, mit dem, worum es wirklich geht... mit unserem ureigensten Weg, Klang oder Lied, wie wir es je nach Kultur nennen.*

Letztlich ist es der Wunsch, mehr Seele ins Leben zu lassen und aus dem Funktionieren wieder zum Leben zu kommen und wer schon schön im Leben ist, dieses zu feiern ☺.

Sicher wird es noch den einen oder anderen Nachtrag geben. Schauen Sie einfach ab und zu auf meine Internetseite und wenn Sie mögen, können Sie sich dort für meinen Info-Brief anmelden.

Sie wohnen weiter weg und wünschen sich eines dieser Angebote bei sich in der Nähe, haben eine Idee für einen Kurs oder einen Wunsch für ein Thema, oder...? Dann melden Sie sich einfach bei mir. Wer weiß, was möglich ist und entstehen will ☺.

*Die tiefen Zusammenhänge zwischen
Körper und Geist
werden immer mehr offenbar
und ihr Verständnis immer notwendiger.*

*Lebensfreude ist unser Ziel
und die Folge von Harmonie
zwischen
„Innen und Außen“.
Dazu möchte ich mit meinem
Wirken beitragen.*



Kommen Sie mit?!