



# Ayurveda Yoga & Meditation

Die Kraft der Seele

Ausbildungen, Seminare & Retreats 2024

**ANDREAS SCHWARZ**

Körpertherapeut, Dozent für Ayurveda, Yoga und Naturheilverfahren





### Ayurveda Masseur

#### Die Kunst der sehenden Hände

Ayurveda Masseur ist einer der schönsten Berufe der Welt. Es ist mehr als ein Beruf, es ist eine Berufung. Wenn du in dir den Ruf dazu verspürst, würde ich mich freuen, dir beim Erlernen der Ayurvedischen Massage helfen zu können. In den über vierzig Jahren, die ich jetzt schon mit ayurvedischer Massage verbracht habe, durfte ich von vielen Ayurveda Meistern aus der ganzen Welt lernen.

Vielleicht ist die eine oder andere ihrer Weisheiten auch für dich interessant. Die Ausbildung ist in drei, voneinander unabhängig zu belegenden Teile gegliedert, so dass du dir deinen Ausbildungsplan individuell zusammenstellen kannst. Ich wünsche dir viel Spaß dabei und wenn du Fragen hast, ruf einfach an oder schreib eine E-Mail.

#### Teil I

#### Die Kunst der Berührung

Abhy ist eine Vorsilbe, vergleichbar mit Peri in Latein, und bedeutet drumherum. Anga bedeutet streichen, Abhyanga heißt also drumherum streichen. Doch um was? Wir streichen um die Marmas. Das Wort Marma kommt von „Mir“. Eine Bedeutung von Mir ist Geheimnis. So streichen wir also um die Geheimnisse des Körpers. Dazu folgen wir den Nadis, den Flüssen des Körpers. Über die inneren Flüsse, die Antar Nadis, und die äußeren Flüsse, die Bhaja Nadis, steigen wir ein in die Kunst der Ayurvedischen Massage. Für die Massagen werden speziell ausgewählte Öle benutzt. Sneha bedeutet Öl, ist aber auch ein Mädchenname und bedeutet die Zärtliche. Nichts beschreibt die Abhyanga besser. Es ist eine sehr zärtliche, einfühlsame, sanfte und zutiefst heilende Massage. Wenn du magst, erlerne diese Kunst – erlebe sie.

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
	<b>Frühjahrsausbildung</b>	
Termin	10.03. – 17.03.2024	1.Block
	12.05. – 19.05.2024	2.Block
Kosten	1.600 €**	
	<b>Herbstausbildung</b>	
	15.09. – 22.09.2024	1.Block
	10.11. – 17.11.2024	2.Block
Kosten	1.600 €**	

#### Teil II

#### Von Kopf bis Fuß

Hier werden theoretische Grundlagen des Ayurveda vermittelt. Die ausgewählten Lehrinhalte orientieren sich immer an der Praxis, so dass du das Gelernte auch in direkte Anwendung bringen kannst. Des Weiteren werden unterschiedliche Kopf-, Gesichts- und Fußbehandlungen unterrichtet. So erhältst du ein wesentliches ayurvedisches Rundum-Paket, mit dem du vielen Menschen Freude bereiten und helfen kannst.

#### Ausbildungsinhalte

##### 1. Woche

- Theoretische Grundlagen des Ayurveda
- Padabhyanga (Fußmassage)

##### 2. Woche

- Shirodhara (Stirnguss)
- Mukabhyanga lepa (Gesichtsmassage mit Auflage)
- Netra tarpana (Augenbehandlung)
- Netra upachara (Augenumgebungsbehandlung)
- Karna purana (Ohrenbehandlung)

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	18.02. – 25.02.2024	1.Block
	16.06. – 23.06.2024	2.Block
Kosten	1.600 €**	

#### Teil III

#### Zwei Wochen Rücken drücken

Lass dir den Rücken stärken, um aufrecht durch die Welt zu gehen. Ist dies nicht eine schöne Vision? Damit sie wahr wird, erlernen wir eine Vielzahl von Massagegriffen, die Handhabung von speziellen Hilfsmitteln, Reiztherapien und Packungen, so dass die Kraft wieder frei fließen kann. In der ersten Woche feilen wir an unserer Fingerfertigkeit und unserem Gespür. Mit einer Vielfalt von Grifftechniken erkunden wir die anatomischen Strukturen der Körperrückseite und machen sie über die Massage unserem Freund bewußt. In der zweiten Woche widmen wir uns den Pasten und Packungen. Wir erlernen unterschiedlichste Techniken, die – je nachdem was wir am Bindegewebe ablesen – unsere Massage zu einer Erfahrung voll tiefer Erkenntnis werden lassen.

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	01.09. – 08.09.2024	1.Block
	03.11. – 10.11.2024	2.Block
Kosten	1.600 €**	

## Ayurveda Therapeut

### Mit dem Herzen heilen

Du lernst therapeutisch zu arbeiten und etwas Starkes in Menschen auszulösen. Im Vordergrund steht der therapeutische Umgang mit der Abhyanga.

Für den ersten Ausbildungsabschnitt, den Pancha Karma Therapeuten, benötigen wir 10 Tage und für den zweiten Abschnitt zweimal eine Woche.

In den zwei Wochen lernen wir den schamanischen Ansatz im Ayurveda kennen: Die Kunst des Marma Chikitsas. Das Wissen um die mystische Bedeutung der Marmas und ihre Berührung macht das Geheimnis aller Ayurvedischen Behandlungen aus. Diese beiden Wochen sind für jeden zu empfehlen, der sich intensiv mit den ayurvedischen Behandlungstechniken auseinander setzen möchte. Die Marmabehandlung intensiviert und sensibilisiert unsere Wahrnehmung. Sie hilft, eingefahrene Erfahrungsmuster loszulassen und schmerzliche Erinnerungen zu verarbeiten. Körperliche Impulse werden ausgelöst, die unsere Selbstheilungsprozesse unterstützen. Diese zwei Wochen enden mit der Anerkennung zum Marma Chariya, dem Marma Therapeuten.

### Ausbildungsinhalte findest du unter Marma Therapeut.

Im 10-Tage-Block werden Geist und Technik des Aranja Pancha Karmas vermittelt. Wir behandeln uns gegenseitig, denn das ist der beste Weg diese einmalige Behandlungsform kennen zu lernen. Die Ausbildung endet mit der Anerkennung zum Aranja Pancha Karma Therapeuten.

### Ausbildungsinhalte findest du unter Pancha Karma Therapeut

Ausbildung	
Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	21.01. – 31.01.2024 1.Block
	29.09. – 06.10.2024 2.Block
	01.12. – 08.12.2024 3.Block
Kosten	1.320 €** 1.Block
	800 €* 2.Block
	800 €* 3.Block

neu

## Theorie & Diagnostik

### Wissen ist Macht

In dieser Woche möchte ich dir die theoretischen Grundlagen des Ayurvedas vermitteln. All jenes, das du benötigst um ein erfolgreicher Ayurveda-Therapeut zu werden.

Das Seminar hat zwei Teile. Am Vormittag lernen wir die Ayurveda-Theorie und am Nachmittag widmen wir uns der Diagnostik. Im Mittelpunkt steht die Pulsdiagnostik in Bezug auf Vata, Pitta und Kapha, sowie die fünf Arten eines jeden Doshas.

Ebenso diagnostizieren wir die zwanzig wichtigsten Nadis (Energiebahnen) des Körpers und vertiefen uns in die Stoffwechselanalyse mit ihren zehn Parametern mithilfe von Speichel und Urin. Es wird ein wahrlich spannendes und informatives Seminar.

### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	18.02. – 25.02.2024
Kosten	800 €*





### Abhyanga intensiv Ganzkörpermassage

#### Berührung in Perfektion

Abhyanga intensiv ist ein Seminar, in dem es um die Technik der Abhyanga geht. Es hat den Untertitel „Berührung in Perfektion“ und somit ist der Schwerpunkt dieses Seminares auch schon gesetzt. Er liegt in der Vermittlung einer Vielzahl von Griff-techniken, um deine manuellen Fähigkeiten zu verbessern und so eine wundervolle Abhyanga geben zu können. Womöglich hast du eine Abhyanga schon kennengelernt und möchtest das bereits Erlernte noch vertiefen und verfeinern. In diesen zwei Wochen lernst du die Praxis der Ayurvedischen Ganzkörpermassage in all ihren Einzel- und Feinheiten kennen, um sie in vollendeter Form anwenden zu können.

Seminar		
Dozent	Andreas Schwarz & Team	
	Frühjahr-Seminar	
Termin	10.03. – 17.03.2024	1. Block
	12.05. – 19.05.2024	2. Block
Kosten	1.600 €**	
	Herbst-Seminar	
	15.09. – 22.09.2024	1. Block
	10.11. – 17.11.2024	2. Block
Kosten	1.600 €**	

### Mukabhyanga Gesichtsmassage

#### Die Maske fällt

Es steht dir ins Gesicht geschrieben, wie du dich fühlst, ob du dich hinter Masken versteckst oder dein wahres Gesicht zeigst. Öffne dich der Welt, stell dich deiner Liebe. Ein Erlebnis ist es allemal. In diesem Seminar wird die Technik der Ayurvedischen Gesichtsmassage vermittelt und wie man eine Maske aufträgt, um alle Masken fallen zu lassen.

Seminar	
Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	16.06. – 20.06.2024
Kosten	520 €

### Upanahasveda Rücken intensiv

#### Zwei Wochen Rücken drücken

Lass dir den Rücken stärken, um aufrecht durch die Welt zu gehen. Ist dies nicht eine schöne Vision? Damit sie wahr wird, erlernen wir eine Vielzahl von Massagegriffen, die Handhabung von speziellen Hilfsmitteln, Reiztherapien und Packungen, so dass die Kraft wieder frei fließen kann. In der ersten Woche feilen wir an unserer Fingerfertigkeit und unserem Gespür. Mit einer Vielfalt von Griff-techniken erkunden wir die anatomischen Strukturen der Körperrückseite und machen sie über die Massage unserem Freund bewusst. In der zweiten Woche widmen wir uns den Pasten und Packungen. Wir erlernen unterschiedlichste Techniken, die – je nachdem was wir am Bindegewebe ablesen – unsere Massage zu einer Erfahrung voll tiefer Erkenntnis werden lassen.

Seminar		
Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	01.09. – 08.09.2024	1. Block
	03.11. – 10.11.2024	2. Block
Kosten	1.600 €**	

### Shirodhara

#### Im Fluss sein mit unseren Gedanken und Gefühlen

Brahma randra, so heißt das Tor zu Gott an der höchsten Stelle deines Kopfes. Dieses Tor hat einen Wächter: Stapani. Tor und Wächter werden durch diese einmalige Behandlung auf so besondere Art berührt, dass du einen kurzen Blick durch Gottes Tor auf ein wunderschönes Land werfen kannst. Du tauchst ein in das fließende Öl und wirst mit ihm in eine andere Welt getragen.

Seminar	
Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	20.06. – 23.06.2024
Kosten	450 €

## Aufbaustudium Ayurveda Masseur

### Ein Meister wächst heran

In diesem Seminar wollen wir dir weitere Behandlungen des Ayurvedas vorstellen, um deine Praxis durch effektive Techniken zu erweitern und zu verfeinern.

Samvahana – die vollendete Schönheitsbehandlung. Mit wohlriechenden Essenzen, seidenen Tüchern, zarten Pinseln und Bürsten wird der gesamte Körper massiert. Pinda sveda – Kräuterstempel-Massage.

Warmes Öl und heiße Kräuter sind eine Wohltat für geschundene Gelenke, Bänder, Wirbel und Muskeln. Sie sorgen für ein tiefes Durchatmen des ganzen Körpers. Garshan und Udvartana – Abhyanga ohne Öl. Nicht immer ist es angezeigt mit Öl zu massieren. Hier wird dir eine Möglichkeit vorgestellt, mit Seidenhandschuhen und edlen Pulvern zu massieren und deinen Stoffwechsel anzuregen.

#### Seminar

Dozent	Alexandra Sperber
Termin	04.08. – 11.08.2024
Kosten	800 € *

## Baby- und Schwangerenmassage

### Ankommen im Kreise des Lebens

Es gibt nichts Schöneres als Liebe. Und diese Liebe zu teilen ist ein Versprechen, das in deinen Händen ruht. Berühre und lerne die Berührung kennen, damit du die kleinen und großen Prinzessinnen und Prinzen in ein Leben voll Harmonie einführen kannst.

#### Seminar

Dozent	Eva Demter
Termin	06.06. – 09.06.2024
Kosten	420 €

## Einführung in die Ayurvedische Massage

### Aller Anfang macht Spaß

Mit sanften Händen einen Körper umspielen – die Abhyanga ist die wohl berühmteste Form der Ayurvedischen Massage. In wenigen Tagen erlernen wir Grundtechniken der Ayurvedischen Massage und erfahren eine kleine Einführung in die Welt der Öle. Mit dem so Gelernten und etwas Übung kannst du dann erste eigene Massage-schritte unternehmen.

#### Seminar

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	01.02. – 04.02.2024 01.08. – 04.08.2024
Kosten	420 € je Seminar

## Udarabhyanga – Bauchmassage

### Kraft und Geborgenheit aus der Mitte deines Bauches

Feuer und Wasser treffen aufeinander, am Nabel der Welt. Sie treffen zusammen in deinem Bauch, in deinem Nabhi. Kaum eine Zone unseres Körpers ist so empfindsam wie unser Bauch. Mit ihm verdauen wir nicht nur unsere Nahrung, sondern auch unsere Gefühle. In diesem Seminar lernen wir die Vielfalt unseres Bauches kennen und tauchen tief hinein in unser eigenes Wesen.

#### Seminar

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	17.11. – 20.11.2024
Kosten	420 €

## Swarabhyanga – Selbstmassage

### Lerne dich selbst kennen

Dies ist mehr als eine Massage. Es ist ein Kennenlernen deiner Selbst. Durch Berührung, Bewegung und Atmung tauchst du ein in eine Welt des Fühlens und Träumens. Lerne dir selbst zu begegnen und du findest einen Freund fürs Leben.

#### Seminar

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	21.11. – 24.11.2024
Kosten	420 €



## Ayurveda Ernährungsberater

### Jeder isst anders

In unserer Ayurveda Ernährungsberater Ausbildung wollen wir dir das Rüstzeug an die Hand geben, wie du den einzelnen Menschen und ganze Gruppen im Bereich „bewußte Ernährung – jeder isst anders“, unterrichten kannst.

Jeder isst anders, ist nicht nur ein Slogan, sondern eine sehr gute Beschreibung dessen, was wir mit unserer Ayurveda Ernährungsberatung vermitteln wollen: Wie können wir herausfinden, welche Ernährung für jeden Einzelnen geeignet ist? Dies können wir nur gemeinsam mit unserem Freund erarbeiten, auf Grundlage zweier Säulen. Einmal einer gründlichen Stoffwechselanalyse über einen längeren Zeitraum und zum anderen durch eine Vertiefung der Körperwahrnehmung – durch die Erfahrung des bewußten, lebendigen Atems.

Es sind niemals die Stoffwechselfparameter alleine, die entscheiden. Eine bewußte Ernährung im ayurvedischen Sinne bedingt Bewußtheit für Körper, Geist und Seele. Dies geschieht durch Bewußtheit über den lebendigen Atem. Durch ihn treten wir ein in den „lebendigen Körper“. So entsteht genau diese lebendige, bewußte Art und Weise unseren Körper und Geist zu erfahren und bewusst zu ernähren.

Nichts ist stumpfsinniger als eine Ernährung nach Tabellen. In unserer Ayurveda Ernährungsberater Ausbildung bemühen wir uns, jedem zu einer tieferen und nachhaltigen Erfahrung seiner Selbst zu verhelfen – denn „Jeder isst anders“!

So bieten wir dir und jedem, mit dem du als ausgebildeter Ayurveda Ernährungsberater in Kontakt trittst, die Möglichkeit Ernährung als Weg zu sich selbst zu erfahren.

### Ausbildungsinhalte

#### 1. Woche

- Die acht Geschmäcker und ihre Möglichkeiten
- Die Stoffwechselanalyse und ihre Anwendungen
- Die Kombination von Nahrungsmitteln
- Die Zubereitung von Nahrungsmitteln und deren Wirkung
- Krankheitslehre aus Ayurvedischer Sicht
- Behandlungsverfahren aus Ayurvedischer Sicht
- Das Verdauungsfeuer und seine Bedeutung in der Ernährung

#### 2. Woche

- Die Stoffwechselanalyse in der Ernährungsberater-Praxis
- Das Erstellen eines Ernährungsberatungsbogen
- Diagnostizieren mit ätherischen Ölen
- Ernährungs-Empfehlungen anhand der Stoffwechselanalyse
- Die Anwendung der Nahrungsmittel-Kombinationen in der Ernährungsberater-Praxis

#### 3. Woche

- Die Einheit von Körper, Geist und Seele
- Äußere und innere Verdauung in Bezug auf Organe, Muskeln und Gefühle
- Der Zusammenhang zwischen Atmung, Körperhaltung und Verdauung
- Der Zusammenhang zwischen Atmung, Gefühlen und Verdauung
- Der lebendige Atem (Atmung und energetische Prozesse)
- Atmung als Tor zur Körper-Seele

#### 4. Woche

- Die acht Atemräume und ihr Zusammenhang mit den acht Geschmäckern
- Träume als Sprache der Seele
- Die Kraft der Leidenschaft und Sucht
- Die Sucht nach Intensität als Quelle suchthafter Verhaltens
- Die Auflösung suchthafter Strukturen
- Die Erweckung der Intuition
- Essen, Sexualität und Atmung

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	18.02. – 25.02.2024	1. Block
	14.04. – 21.04.2024	2. Block
	29.09. – 06.10.2024	3. Block
	01.12. – 08.12.2024	4. Block
Kosten	800 €* 1., 3., 4. Block	
	950 €* 2. Block inkl. Verpflegung	

## Ayurveda Kochausbildung

### Kochen für die Seele

Diese Ausbildung richtet sich an all jene, die tief in die ayurvedische Kunst des Kochens und Ernährens eintauchen wollen. Die Kochkunst des Ayurveda basiert auf einem tiefen Verständnis der verschiedenen Wirkkräfte in Körper und Geist.

Ayurvedisch zu kochen ist daher immer sehr individuell - Jeder isst anders.

Aufschlüsse über diese körperlichen und geistigen Kräfte und deren Zusammenspiel erhalten wir mittels drei Techniken - Stoffwechselanalyse von Urin & Speichel, Pulsdiagnose in Bezug auf die Doshas Vata, Pitta, Kapha und Pulsdiagnose in Bezug auf die 20 Energieflüsse (Nadis).

In der ersten Woche der Kochausbildung erlernen wir diese drei Diagnosetechniken sowie die theoretischen Grundlagen des Ayurveda.

In der zweiten Woche wenden wir das Erlernte praktisch an. Ausgehend von unseren Diagnoseverfahren und verschiedener Kombinationen von Nahrungsmitteln, kochen wir unsere eigenen Speisen. Dieses feine Erkunden und Kennenlernen deines Körpers und Geistes wird so zu einem Weg in Frieden und Freiheit und offenbart dir eine Kochkunst, die zutiefst deine Seele berührt.

### Ausbildungsinhalte

- Die Stoffwechselanalyse und ihre Anwendungen
- Das Verdauungsfeuer und seine Bedeutung in der Ernährung
- theoretische Grundlagen des Ayurveda

Ausbildung	
Dozent	Sabrina Mutz, Andreas Schwarz
Termin	18.02. – 25.02.2024 1.Block
	14.04. – 21.04.2024 2.Block
Kosten	800 €* 1. Block
	950 €* 2. Block inkl. Verpflegung

## Kochen

### mit Andreas Schwarzenbach

Klassische Kochkunst trifft Ayurveda. Erlebe die Vielfalt und Fülle von edlen Gewürzmischungen mit feinen und gesunden Speisen, die aus jeder deiner Mahlzeiten ein vollendetes Erlebnis werden lassen und nicht nur deinen Gaumen, sondern gleichermaßen dein Herz und deine Seele erfreuen.

Seminar	
Dozent	Andreas Schwarzenbach
Termin	28.03. – 31.03.2024
	17.10. – 20.10.2024
Kosten	520 € je Seminar inkl. Verpflegung

## Ernährungslehre & Meditation

### Die Weisheit des Herdes

Deine Ernährung hat eine direkte Auswirkung auf deine körperliche und geistige Verfassung. An diesem Wochenende erlernst du die Grundlagen der ayurvedischen Ernährung und wie du mit ihr deine Wahrnehmung auf allen Ebenen verfeinern kannst. Lerne auf ganz natürliche Weise deine Bewusstheit im Alltag zu steigern, um so, wie selbstverständlich, in Meditation zu gleiten.

### Seminarinhalte

- Ayurvedische Ernährungslehre
- Nahrungsmittelkombinationen
- Der Weg der Kraft
- Angeleitete Meditationen

Seminar	
Dozent	Kai Pfenning
Termin	11.04. – 14.04.2024
Kosten	420 €

## Hobby Gourmet

### mit Kai Pfenning

In diesem Kurs zeige ich dir, wie du mit richtig leckerem, buntem und vielfältigem Essen gesund zum Hobby-Gourmet wirst. Ich vermittele dir ganz praktisch, wie du einfache Rezepte veredelst und interessanter gestaltest, um frischen Wind in deine Alltagsküche zu bringen. Das ein oder andere Feinschmeckergericht wird dich optisch und geschmacklich überzeugen, um deine Kochkünste weiter zu verfeinern. Es gibt viele gute Ernährungsratgeber doch der erste und wichtigste Schritt ist der zum Herd. Koche für dich Selbst und werde zum Genießer.

Seminar	
Dozent	Kai Pfenning
Termin	30.05. – 02.06.2024
	31.10. – 03.11.2024
Kosten	520 € je Seminar inkl. Verpflegung



## Ayurveda Lebensberater

### Die Bewußtseinschule

Wenn du in einem Krankenhaus oder als Therapeut in deiner eigenen Praxis arbeitest, vielleicht aber auch nur deine heilenden Hände über den Körper deines Freundes gleiten lässt. Ganz gleich, früher oder später wirst du wahrscheinlich an einen Punkt kommen – mir ging es zumindest so – an dem ein Patient zu dir kommt und sagt: „Wenn nur diese schrecklichen Schmerzen weg wären, dann wäre alles gut!“

Du behandelst ihn und seine Rückenschmerzen verschwinden. Ein halbes Jahr später aber bekommt er Knieschmerzen oder Liebeskummer und wieder wird er sagen: „Wenn nur diese Schmerzen nicht wären, dann wäre alles gut!“

Sind die Schmerzen des Körpers oder des Geistes verschwunden, so ist dennoch nicht alles gut – etwas fehlt.

Der Körper wurde geheilt, doch etwas entzog sich der Heilung, da ist noch etwas. Wenn man nicht bis dahin vordringt, so hat man das Wesentliche verpasst.

Vor vielen Jahren arbeitete ich in einer geriatrischen Klinik, es waren alles alte Kriegssopfer, verstümmelt an Körper und Geist, mit teilweise offenen Wunden am ganzen Körper, die sich schlossen, doch auch immer wieder aufbrachen. Die Wunden ihrer Seelen verhielten sich genauso. Es gab aber auch immer wieder Lichtblicke. Ich erinnere mich an einen Patienten. Zum ersten Mal begegnete ich ihm im Krankenhausgang. Er hatte zwei Prothesen, durch eine Mine waren ihm beide Beine weggerissen worden. Doch etwas in seinem Schritt war tänzerisch, etwas in seiner ganzen Erscheinung verlieh ihm etwas Erhabenes. Wir wurden gute Freunde. Er ließ mich teilhaben an seinen Erfahrungen.

Aus jeder Zelle seines Körpers schien Lebensfreude zu strahlen, trotz all der traumatischen Erfahrungen seines Lebens und der immer wieder aufsteigenden körperlichen Schmerzen, schien ihm – wie sagt man so schön – die Sonne aus dem Arsch. Ein tiefes Glück wohnte in ihm. Als ich meinen Freund nach seinem Geheimnis fragte, sagte er: „Ich weiß es nicht, ich bin einfach im Reinen mit mir und der ganzen Welt!“

Dies war eine Begegnung, welche mich sehr beeindruckte und etwas tief in mir berührte, von dem ich wusste, dass von dort etwas entstehen würde.

Die andere Begegnung hatte ich ein paar Jahre später. Es war in einer anderen Klinik. Der Patient war etwa Mitte achtzig, doch voll Dynamik und innerem Glanz. Es war derselbe innere Glanz, der ihn umgab und zu durchdringen schien, den ich ja schon von dem vorherigen Patienten kannte.

Nachdem wir uns besser kennen gelernt hatten, fragte ich auch ihn nach seinem Geheimnis. Er lud mich ein auf sein Zimmer, forderte mich auf, mich in sein Bett zu legen und er setzte sich auf einen Stuhl neben mich. Gemeinsam achteten wir auf meine Atmung, auf feinste Spannungen überall in meinem Körper. Wir traten ein in den Raum der Bewußtheit. Dort wohnte der Glanz, den ich schon so lange suchte.

Wenn du die Quelle dieses Glanzes findest, kann dir kein Schmerz, kein Leid, kein Alter, keine Zeit etwas anhaben. Ja, noch nicht einmal der Tod.

Ich hatte das Glück, dass ich mehrere bewußte Menschen beim Sterben begleiten durfte und auch dort verloren sie nicht diesen Glanz. Es waren alles sehr bewußte, sehr eigenverantwortliche Menschen, die ihren Weg gingen und mit sich, dem Leben und der ganzen Welt im Reinen waren. In dieser Ausbildung möchte ich dich mitnehmen zur Quelle dieses Glanzes, dessen Wasser wahrhaftig heilkräftig ist, um eine tiefe Transformation einer jeden Zelle unseres Körpers, Geistes und der Seele zu erfahren.

### Ausbildungsinhalte

- Der Schlüssel zum Glück
- Die neun Tore des Körpers
- Die neun Schlüssel des Geistes
- Die neun Pforten der Seele
- Die drei Energiequellen
- Der lösende Atem
- Der Ursprung der Kreativität

### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	24.03. – 31.03.2024	1. Block
	26.05. – 02.06.2024	2. Block
Termin	30.06. – 07.07.2024	3. Block
	02.02. – 09.02.2025	4. Block
Kosten	800 €* je Block	



## Ayurvedische Aromatherapie

### Die Welt der Düfte

Im Riechen vereinen sich alle Sinne. Riechen ist ein zutiefst körperliches, sinnliches Geschehen. Der Duft von Zimt und Zucker mag ein direktes Tor in deine Kindheit sein, ein Parfum eine direkte Verbindung zu einem geliebten Menschen. In unserem Alltag sind wir umgeben von Düften und werden von ihnen berührt, manches magst du gar nicht riechen, anderes lässt dich geradezu in Verzückung geraten. Düfte und Gerüche sind eine mächtige Kraft, die wir in dieser Ausbildung anwenden lernen, um mit unserem Freund zu seinen Wurzeln zu reisen, auf dass er seine wahre Heimat erkennt. Viele Abenteuer begegnen dir auf dieser mystischen Reise zu dir. Helfer und Wegweiser in diesem unbekanntem Land der Geheimnisse sind ätherische Öle, die dich unterstützen die Energiemuster deiner Gedanken und Gefühle genauso erkennen und lösen zu lernen, wie archetypische Muster – Masken, die uns je nach Situation ergreifen oder zu denen wir unbewußt Zuflucht suchen. Parfums helfen uns, die tiefe Weisheit dieses Augenblicks fühlend zu erkennen, wie auch die Kraft zu entdecken, die alles in Lösung trägt.

Ausbildungsinhalte findest du auf unserer Internetseite

Ausbildung		
Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	04.02. – 11.02.2024	1. Block
	31.03. – 07.04.2024	2. Block
	02.06. – 09.06.2024	3. Block
	04.08. – 11.08.2024	4. Block
	06.10. – 13.10.2024	5. Block
Kosten	800 €* je Block	

## Bhutavaidya – Der Seelenheiler

### Ayurvedische Psychotherapie

Es gibt einen großen Unterschied zwischen einem Seelenheiler und einem klassischen Psychotherapeuten: Ein Psychotherapeut versucht den Geist zu heilen. Ein Seelenheiler hilft der Seele, Geist und Körper zu erfassen und in die Heilung zu tragen.

So manches, wofür wir alles zu geben bereit sind, erscheint bei näherer Betrachtung unattraktiv. Ein Bhutavaidya hilft dir, tiefer zu erkennen und das Potenzial der Seele zur Heilung von Geist und Körper einzubringen. Er hilft immer tiefer zu durchdringen, welche Verhaltensmuster dir deine Konditionierungen aufzwingen und wie du trotz situativem Stress, Bewußtheit zu bewahren vermagst.

In jedem von uns keimt eine Kraft, die erblühen will und uns klar erkennen lässt, was Wirklichkeit ist und was Illusion. Als Bhutavaidya nutzt du archetypische Bilder, ätherische Düfte, die Kraft der Götter, Pflanzen, Tiere und der Seele, um diesen Augenblick, als den heilbringenden Moment der Wandlung, zu ergreifen. Denn du hast Zugang zum Licht, das dich trägt und es scheint heller, je mehr du es teilst und je öfter du jemandem hilfst, es zu sehen und Vertrauen in den lichten, heilenden Seelenbereich zu legen.

Ausbildungsinhalte findest du auf unserer Internetseite

Ausbildung		
Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	04.02. – 11.02.2024	1. Block
	31.03. – 07.04.2024	2. Block
	02.06. – 09.06.2024	3. Block
	04.08. – 11.08.2024	4. Block
	29.09. – 06.10.2024	5. Block
	06.10. – 13.10.2024	6. Block
	01.12. – 08.12.2024	7. Block
Kosten	800 €* je Block	



## Marma Therapeut

### Auf der Suche nach dem Wunderbaren

Die Seelenreise eines ayurvedischen Schamanen. Die Kunst des Marma Chikitsas basiert auf der mystischen Kraft eines jeden Marmas. Ein Marma ist ein Geheimnis, es ist ein Tor in die „Anderswelt“. Die Anderswelt ist keine andere Welt an einem anderen Ort. Alles ist gleich, nur auf bezaubernde Weise eben anders. Ein Marma wird oft mit dem Tod verglichen, dem letzten großen Geheimnis der Menschlichkeit.

All die großen Fragen:

Was geschieht mit mir, wenn ich sterbe?

Wohin bin ich unterwegs?

Was wartet dort auf mich?

In diesem Seminar begleiten wir dich auf deiner Reise in die Anderswelt. Wir begleiten dich in dem Prozess des Sterbens und Wiedergeborens. Des Geborens in die Stille des Seins. Dies geschieht in vier Stufen. Die erste Stufe ist das Ahnen achten. In dieser Stufe betreten wir den Raum des Vertrauens und entdecken so die Macht, die in diesem Vertrauen verborgen liegt. Ohne dieses Vertrauen können wir uns nicht wirklich auf diese Reise begeben. In der zweiten und dritten Phase zieht dein Leben an dir vorbei. Es ist die Phase deiner vergangenen Leben und deiner Seelengeschichten, manches muss ein Ende finden und zu einem Abschluss gebracht werden, wiederum anderes kommt als Seelenbotschaft auf dich zu und will erkannt und in dein Leben integriert werden. All dies ist notwendig, um in die vierte Phase voranzuschreiten. Die Phase des farblosen, strahlenden Lichtes, der Formlosigkeit, in dem du dich erfahren wirst als reine Liebe. In liebender Verbundenheit mit allem Sein, unberührt von Zeit. Aus diesem Licht wiedergeboren, sind wir in der Lage, hier, jetzt und heute, in jeder erdenklichen Art und Weise, in jeder Form und in jedem Umstand das Wunderbare wiederzuerkennen.

### Ausbildungsinhalte

- Die Zeichen des Körpers
- Die Stellung der Ahnen
- 4 Stufen der Auflösung
- 39 Helfer

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	29.09. – 06.10.2024	1.Block
	01.12. – 08.12.2024	2.Block
Kosten	800 €* je Block	

## Pancha Karma Therapeut

### Die fünf geweihten Handlungen

In diesen zehn Tagen werden dir Geist und Technik des Pancha Karmas näher gebracht. Pancha Karma ist eine der ältesten und die wohl bekannteste Kuranwendung im Ayurveda. Viele Jahre hindurch habe ich täglich Pancha Karma-Patienten behandelt. So hat sich mir ein Zugang zu dieser Anwendungsform erschlossen, den ich gerne mit dir teilen möchte. Er führt dich durch Höhen und Tiefen im Verlauf dieser Kur, mit dem einen Ziel, dich körperlich, geistig und emotional von altem Ballast zu befreien, um mit offenem und klarem Geist, Neuem zu begegnen.

### Ausbildungsinhalte

- Theorie und Praxis des Pancha Karma
- Vertiefung der Konstitutionslehre
- Vertiefung des Nasya  
(Nasennebenhöhlen-Behandlung)
- Basti (Darmsanierung), Virechana  
(Darmausleitungstherapie)
- Theoretischer Ablauf von Rakta Moksha  
(Blutreinigungstherapie) und Vamana  
(Erbrechen)
- Ambulante und stationäre Kurverläufe
- Theoretische und praktische Abläufe  
Ayurvedischer Fasten-Kuren
- Die fünf Handlungen in Theorie & Praxis

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	21.01. – 31.01.2024	
Kosten	1.320 €**	



## Energiemassage

### Die Kraft des freien Willens

Ein starkes Selbstwertgefühl ist die Grundlage eines glücklichen Lebens. Wir benutzen die Energieflüsse im Körper um die verborgene Kraft der Seelengefühle zu befreien. Es gibt Gefühle die in der Welt des Geistes ihren Ursprung haben – die Launen und Emotionen. Und dann gibt es Gefühle, deren Heimat verborgen im Bereich der Seele zu schlummern scheinen und nur hin und wieder unseren Geist zu erhellen vermögen. Eben diese Gefühle, nennen wir sie die Seelengefühle, wollen wir aus ihrem Schattendasein befreien um unseren Verstand und unser Gemüt – kurzum unseren Geist - zu erhellen und erstrahlen zu lassen. Um das Glück der Seele, das ungeteilte Glück des reinen Seins in unser Leben zu tragen und es mit der ganzen Welt in diesem besonderen Augenblick zu teilen.

### Ausbildungsinhalte

- 8 Energieräume
- Die 8 Ozeane
- Die 8 Ursprungs-Nadis
- Die 12 Grund-Nadis
- Die 72.000 Marmas
- Die 8 Urflüsse
- Ashtanga Nadis
- Die 12 Hauptflüsse
- Maha Nadis
- Maha Marmas
- Öffnungs-Marmas für die Nadis

### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	17.03. – 24.03.2024	1.Block
	19.05. – 26.05.2024	2.Block
	14.07. – 21.07.2024	3.Block
	22.09. – 29.09.2024	4.Block
Kosten	800 €* je Block	

Neu

## Gothland-Essenzen

### Die Ayurvedischen Bachblüten

In dieser Ausbildung lernen wir mit den Gothland-Essenzen zu arbeiten. Das Ziel ist all die Zwanghaftigkeit aus dem Willen und Streben zu lösen, damit der ungehinderte Fluß des freien Willens dein Leben ergreifen kann. Auf daß das scheinbar ewige Hin und Her im Geiste zur Ruhe kommen kann und wir im Einklang mit dem Frieden des Seins unser Leben gestalten können.

Wir versuchen dies zu erlangen, indem wir durch Pflanzen-Düfte die verborgenen Wünsche der Seele zu ergründen trachten, um dann mit den Blütenessenzen in den Seelenbereich des Seins vorzudringen um dem Wunder der Seelenheilung in uns und unserem Freund beizuwohnen.

### Ausbildungsinhalte

- die 39 Helfer
- die 7 Lichtlöser
- Lösende Berührungstechniken
- Gesprächsführung
- Seelenanalyse

### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	04.02. – 11.02.2024	1.Block
	19.05. – 26.05.2024	2.Block
	06.10. – 13.10.2024	3.Block
Kosten	800 €* je Block	





## Yogalehrer

### In Harmonie mit sich und dem Leben

Den Körper spüren, die Freiheit der Bewegung genießen. Dich so zu erfahren, wie du nun mal bist, mit all deinen Vorzügen und Eigenarten. Selbstverantwortlich aus deiner Kraft heraus Entscheidungen zu treffen, um deinen eigenen Weg zu gehen, der dich klärt und zu einer Persönlichkeit werden lässt, die du schon immer sein wolltest und sein sollst. Mehr will Yoga nicht. Dies ist sein Ziel. Im Yoga nennt man es Samadhi, was nichts anderes heißt als Harmonie.

In dieser Ausbildung lernst du das nötige Rüstzeug kennen, um diesen Weg zu beschreiten und andere auf diesem Weg zu begleiten.

Die Ausbildung beinhaltet die sieben Reinigungsübungen sowie sechzehn grundlegende Asanas, eine detaillierte Einführung in die Geheimnisse des Pranayamas sowie der Meditation und endet mit der Anerkennung zum Yogalehrer.

Eine Asana ist nicht nur eine Körperstellung, eine Asana setzt das Verständnis deines Energiekörpers voraus, damit du Mond (Ha) und Sonne (Tha) im Gleichgewicht halten kannst, um deinen Körper auf ganz andere Weise völlig neu zu erfahren. Andreas Schwarz knüpft an die alte Tradition des Waldyogas an und bringt diesen Geist erstmals in den Westen.

Indem wir eine Asana einnehmen, schließen wir uns an ein universelles Kraftfeld an, welches uns Erkenntnisse über uns selbst und die Schöpfung offenbart.

### Ausbildungsinhalte

- 16 grundlegende Asanas
- Pranayama (der erfahrbare Atem)
- Yoga Nidra (Reise in die Zwischenwelten)
- Meditation
- Tantrische Reinigungsübungen
- Die geistigen Aspekte des Yogas
- Energielehre

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team		
Termin	03.03. – 10.03.2024	1. Block	
	05.05. – 12.05.2024	2. Block	
	07.07. – 14.07.2024	3. Block	
	08.09. – 15.09.2024	4. Block	
Kosten	720 €* je Block		

## Yogatherapeut

Der therapeutische Umgang mit Yoga gliedert sich in vier Teile. Zum einen haben wir da die zwei Arten mit Asanas umzugehen – einmal den psychosomatischen Ansatz, mit der Grundstruktur der Asanas. Zum anderen den gezielten Einsatz spezieller Asanas bei Krankheitsbildern. Und dann den meditativen, heilenden Ansatz, indem wir in die Traumwelten und das morphogenetische Feld des Unbewußten treten, um zu heilen.

### Teil I

#### Asana als Therapie

##### Der Frieden des Seins

Ein Körper sagt alles! Du kannst ihn lesen und verstehen lernen, um mit ihm in Bereiche vorzudringen, die wir nur aus Märchen und Träumen kennen.

Alte Erinnerungen lösen, die wir durch all unsere Leben mit uns tragen und Seelengeschichten finden. Darum geht es in der Ausbildung zum Yogatherapeuten.

##### Ausbildungsinhalte

- Asanas als seelische Erfahrungsmuster
- Das Nutzen der kosmischen Strahlung beim Ausführen einer Asana mit Hilfe von Pflanzen, Tieren und Kristallen
- Finden der Seelengeschichte bei sich und anderen
- Der heilende Umgang mit deinem Atem
- Das Lesen des Körpers (psychische Struktur der Anatomie)
- Swarabhyanga (Yogamassage)

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	25.08. – 01.09.2024	
Kosten	800 €*	

### Teil II

#### Yoga bei Rheuma und Burnout

##### Der Frieden der Seele

Seit Jahren sind rheumatische Krankheitsbilder und Burnout auf dem Vormarsch. Gerade der Zustand der Ausgebrentheit scheint sich zur neuen Volkskrankheit Nummer Eins zu entwickeln. In dieser Woche möchte ich dir einen Zyklus von Asanas vorstellen, mit dem ich besonders viel Erfolg bei Rheumatikern und Patienten mit Burnout erleben durfte. Es sind schöne, sanfte Übungen, die ich dir gern zeigen möchte, damit du sie als Hilfe für viele Menschen weitergibst.

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	14.01. – 21.01.2024	
Kosten	800 €*	

## Teil III

## Prana Atem Massage

## Der Frieden der heilenden Kraft

Spürst du die Urkraft? Spürst du dieses Fließen in dir, in jeder Zelle deines Körpers, in der Hand, der Handinnenfläche, dem Fuß, der Fußsohle, in deinen Wangen, deinen Lippen? Kannst du das Fließen dieser Urkraft spüren? Spürst du seine Bewegung? Und spürst du die Bewegung des Atems in deinem Körper, in Brust, Bauch, Nacken, Hals, im Rücken, im ganzen Körper? Kannst du das feine Spiel des Atems entdecken und wie dieses Atemspiel jede Zelle des Körpers offenbart? Kannst du entdecken, wie das Prana-Spiel und das Atem-Spiel dir die Geheimnisse deines Körpers offenbaren und dich in tiefe Schichten des Bewußtseins tragen? Kannst du eintauchen in das weite Land der Seele? Wenn du alle Spannung aus dem Körper nimmst und deinen Geist von den Fesseln löst, welche ihn gefangen halten, so kann es beginnen: das Eintauchen in die Tiefen der Seele, vorbei an den Bildern der Zeit. Getragen vom Spiel aus Prana und Atem entfalten sich die ursprünglichen Bewegungen deines Körpers und offenbaren dir Räume, die lange Zeit verschlossen schienen. Die Kunst mit der Urkraft des Atems in den Körper zu tauchen, das ist die Kunst der Prana Atem Massage im Aranja Yoga.

## Ausbildungsinhalte

- Theorie und Praxis des Aranja Yogas
- Anatomie und Physiologie der Atmung
- Körper & Geist: die wichtigsten Reflexzonen der Atmung
- Die acht Atemräume
- Verbindung – Berührung – Bewegung – Atmung – Heilung
- Der befreiende, atmende Augenblick
- Die sieben Unruhezentren der Atmung

## Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	17.03. – 24.03.2024	1. Block
	07.07. – 14.07.2024	2. Block
	25.08. – 01.09.2024	3. Block
Kosten	800 €* je Block	

## Yoga Nidra

## Der göttliche Schlaf

Kurz vor dem Sonnenaufgang herrscht eine besondere Stimmung, vielleicht kennst du das Geheimnis dieser Tageszeit. Direkt nach dem Aufwachen, wenn die Träume der Nacht dich noch zu umhüllen scheinen, ist ein Tor geöffnet. Das Seelentor der Traumwelt – das Seelentor zur Welt der Wunder. Zu dieser Zeit trittst du ein in einen besonderen Zustand, du bist wacher als wach und entspannter, als würdest du noch schlafen. Genau dort stehst du vor der Pforte deines Unbewußten, vor den Toren zur Traumwelt. Dort im Unbewußten warten Kräfte auf dich, um dich zu begleiten, zu lehren und zu heilen. In dieser Ausbildung wollen wir dir die Welt deiner Träume und die Mächte deines Unbewußten zeigen, damit du mit beiden umgehen lernst – den Träumen sowie den Welten des Unbewußten.

## Ausbildungsinhalte

- Die neun Pforten in die Welt der Wunder
- Der Schlaf der Götter
- Die Kunst der Selbsthypnose
- Die Weisheit der Träume
- Träume und ihre Macht
- Traue deinen Träumen und dein Leben ist ein Traum

## Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	24.03. – 31.03.2024	1. Block
	26.05. – 02.06.2024	2. Block
	30.06. – 07.07.2024	3. Block
	29.09. – 06.10.2024	4. Block
	01.12. – 08.12.2024	5. Block
Kosten	800 €* je Block	



## Meditationslehrer

### Die Schule der Achtsamkeit – das Wunder der Transformation

Meditation ist ein sehr alter Weg, der gleichzeitig in zwei Richtungen zu streben scheint. Der eine Schwerpunkt liegt in der Steigerung der Wahrnehmung des Inneren Raumes, seiner Kräfte und Erscheinungsformen. Auf das engste damit verbunden ist die andere Richtung, die Erkenntnis dieses Raumes im Anderen, ob nun Mensch, Tier, Pflanze oder Kristall.

Überall entdecken wir das Geheimnis des verborgenen Lichtes des Inneren Raumes, der allem zugrunde liegt.

Und so erscheint Meditation als die Kunst aller Künste.

In der **ersten Woche** geht es darum, einen Zugang zu der transformativen Kraft in deinem Körper zu entwickeln. Sie wird dir ein Gefühl der Leichtigkeit verleihen, welche alle Schwere in ein freudiges Schweben verwandelt. Diese Leichtigkeit bildet die Grundlage für die Erhabenheit und den Adel, welcher Einzug hält in deinen Körper. Dies wiederum ist die Voraussetzung für das Wunder der Heilung aus dem Geiste und der Ausrichtung auf die Achtsamkeit, als Schlüssel zum Ich-Bewußtsein.

Die Fähigkeit diese Kraft nicht nur zu entdecken, sondern sie zu lenken und zu leiten, bildet den Schwerpunkt der **zweiten Woche**. Meditation ist der große Heiler, sie heilt nicht nur den Körper, sie heilt im besonderen Maße den Geist, indem sie alle Schwere aus ihm entfernt und ihn so vorbereitet, seinen eigentlichen Zweck zu erfüllen, der nicht darin liegt, sich zu ängstigen und sich zu sorgen, sondern vielmehr darin besteht, dem schöpferischen Potenzial zur vollen Entfaltung zu verhelfen.

In der **dritten Woche** geht es darum, mittels Meditation den eigenen Lebensweg zu entdecken und sich zu lösen von überkommenen Vorstellungen. Dies geschieht durch einen stillen Zugang zu einem tiefen inneren Vertrauen, welches einem den Weg zum Frieden des Seins offenbart und die Innere und Äußere Welt transformiert.

Die **vierte Woche** verbindet das Geschehen der ersten drei Wochen. Die Leichtigkeit des Körpers in der ersten Woche mit der Leichtigkeit des Geistes in der zweiten Woche und das Erkennen des Lebensweges durch das Lösen des Lichtes hinein in Vertrauen und Frieden in der dritten Woche. Diese drei zu einem gemacht, offenbart dir das Geschehenlassen der Meditation im Alltag als eine alles ergreifende transformatorische Kraft, die dich mittels Frieden und Vertrauen in Freiheit trägt.

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	11.02. – 18.02.2024	1. Block
	07.04. – 14.04.2024	2. Block
	09.06. – 16.06.2024	3. Block
	11.08. – 18.08.2024	4. Block
Kosten	720 €* je Block	



## Prana Atem Therapeut

### Ausbildung zum Atem-Therapeut

In dieser speziellen Atem-Therapie geht es um die Erfahrung einer ganz neuen Welt – der Welt des Atems als fundamentale Kraft deines Geistes, deines Gemütes und deines Körpers.

In der Sichtweise dieser Atem-Therapie werden Probleme nicht durch tausende von Worten im Geist gelöst, sondern im Körper, in seinem Energiesystem, das es zu verstehen und zu erkennen gilt. Mittels Atem und speziellen Bewegungen sowie manuellen Techniken werden wir in die Lage versetzt, unseren Freund in einen als „Sushumna“ bekannten Raum der Lösung zu tragen, in dem die Transformation geschehen kann. Diese Atem-Therapie ist eine Synthese aus Energie-, Atem- und Massagetechniken, mit dem Ziel der Durchlässigkeit des gesamten Körpers, um auf die jeweilige Lebenssituation angemessen und lösungsorientiert reagieren zu können.

### Ausbildungsinhalte

- 8 Energieräume
- 8 Atemräume
- Energielehre des Raumes
- Reflexzonen der Atmung
- Anatomie und Physiologie der Atmung
- Atmung und Heilung

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	17.03. – 24.03.2024	1. Block
	07.07. – 14.07.2024	2. Block
	29.09. – 06.10.2024	3. Block
	01.12. – 08.12.2024	4. Block
Kosten	800 €* je Block	

## Prana Atem Massage

### Der Frieden der heilenden Kraft

Spürst du die Urkraft? Spürst du dieses Fließen in dir, in jeder Zelle deines Körpers, in der Hand, der Handinnenfläche, dem Fuß, der Fußsohle, in deinen Wangen, deinen Lippen? Kannst du das Fließen dieser Urkraft spüren? Spürst du seine Bewegung? Und spürst du die Bewegung des Atems in deinem Körper, in Brust, Bauch, Nacken, Hals, im Rücken, im ganzen Körper? Kannst du das feine Spiel des Atems entdecken und wie dieses Atemspiel jede Zelle des Körpers offenbart? Kannst du entdecken, wie das Prana-Spiel und das Atem-Spiel dir die Geheimnisse deines Körpers offenbaren und dich in tiefe Schichten des Bewusstseins tragen? Kannst du eintauchen in das weite Land der Seele? Wenn du alle Spannung aus dem Körper nimmst und deinen Geist von den Fesseln löst, welche ihn gefangen halten, so kann es beginnen: das Eintauchen in die Tiefen der Seele, vorbei an den Bildern der Zeit. Getragen vom Spiel aus Prana und Atem entfalten sich die ursprünglichen Bewegungen deines Körpers und offenbaren dir Räume, die lange Zeit verschlossen schienen. Die Kunst mit der Urkraft des Atems in den Körper zu tauchen, das ist die Kunst der Prana Atem Massage im Aranja Yoga.

### Ausbildungsinhalte

- Theorie und Praxis des Aranja Yogas
- Anatomie und Physiologie der Atmung
- Körper & Geist: die wichtigsten Reflexzonen der Atmung
- Die acht Atemräume
- Verbindung – Berührung – Bewegung – Atmung – Heilung
- Der befreiende, atmende Augenblick
- Die sieben Unruhezentren der Atmung

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	17.03. – 24.03.2024	1. Block
	07.07. – 14.07.2024	2. Block
	25.08. – 01.09.2024	3. Block
Kosten	800 €* je Block	





## Nataraj Kriya

### Der göttliche Tanz

Wenn wir uns beim Familienstellen in einer gewissen Weise im Raum aufstellen, entsteht eine psychoenergetische Kraft, die uns hilft, die Tore zu unserem Unbewußten aufzustoßen. Im Nataraj Kriya erreichen wir das selbe durch Tanzen - durch Bewegungen, die aus den tiefsten Tiefen unseres Körpers an die Oberfläche dringen und so zu einem Heilerlebnis aller Anwesenden führt. Wenn jemand ein Problem, eine Krankheit, einen Wunsch hat - ein Verlangen etwas zu erreichen oder ein Verlangen etwas loszuwerden, richten wir auf genau dieses unser Bewußtsein, um eine tief in uns liegende Kraftquelle zu aktivieren, mit der der Tänzer in Resonanz geht. Die ist der heilende Tan der Seele - der mystische Tanz - Nataraj Kriya.

### Ausbildungsinhalte

- Morphologie der Energie-Räume
- Die drei Energie-Tore
- Die Durchlässigkeit der Energie-Tore
- Energetische Ausdrucksweisen

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	08.12. - 15.12.2024
Kosten	800 €*

#### Neu

## Nada Brahma Yoga

### Gesang und Atem

Die Stimme ist das Instrument, das jeder von Geburt an nutzt. Vor allem durch Gesang entsteht ein Raum, welcher dich in einen unmittelbaren Zustand der Unendlichkeit trägt. Im Yoga nennt sich dies Samadhi - sanftes Schweben. Der Zugang zu deiner eigenen Stimmkraft durch Atem und Gesang ist die am schnellsten zugängliche Quelle für Meditation. Die Gewalt der eigenen Stimme ist allerdings häufig für viele etwas Angstbehaftetes. Dabei ist jeder Mensch in der Lage, Schönheit und Freiheit durch Musik wahrzunehmen und auszudrücken. Im Nada Brahma Yoga geht es genau darum: Dieses Seminar soll dir ermöglichen, das Tor deiner Kraft auf verschiedene Weise zu entdecken. Freu dich auf eine Einführung in Yoga, Atemübungen, sowie Techniken aus dem klassischen Gesang.

#### Seminar

Dozent	Romy Kleinmichel, Björn Kiefer
Termin	13.06. - 16.06.2024 Teil I
	29.08. - 01.09.2024 Teil II
Kosten	450 € je Teil

#### Neu

## Inside Yoga

### Der Weg zu den Schätzen der Weisheit

Versammlung. Hingabe. Macht. Freiheit - so lauten die Überschriften der vier Yoga-Bücher. Diese vier Bücher sind ein geniales Gesamtkunstwerk, voll innerer Zusammenhänge, Geheimnissen und Weisheiten, in die ich gerne mit dir zusammen eintauchen möchte, um sie gemeinsam zu ergründen. Die Kraft und Tiefe dieses Werkes erschließt sich einem jeden, der den Sog der Sehnsucht kennt genau hinzusehen, wahrlich zuzuhören, sich von der bloßen Oberfläche der Worte zu lösen, um zwischen den Zeilen den Schatz dieser Weisheit wiederzuerkennen. Dieses Verstehen ist dabei ein ganzheitliches - ein organisches Geschehen. Du wirst es nicht nur in der Art und Weise, wie du Asanas ausübst und unterrichtest wiederfinden. Es wird gleichzeitig immer mehr Einzug halten in dein tägliches Leben. Genau dieses wollen wir in diesem Seminar vereinen- das tiefe Verstehen der Yoga-Sutren und das feine Wiederentdecken dessen in unseren Asanas und Handlungen. Wie Schuppen mag es dir von den Augen fallen - Nichts ist beiläufig! Yoga geschieht Augenblick für Augenblick - jetzt, gell.

#### Seminar

Dozent	Sabrina Mutz
Termin	28.03. - 31.03.2024
Kosten	420 €

## Prana Atem Tage

### Der Schlüssel zu dir

Kennst du das, wenn dein Atem mühelos geschieht? Er kommt, er geht, ohne Anstrengung, ohne Druck. Mühelos. Natürlich. Dein Atem ist eine mächtige Ur-Kraft - Prana. Anatomisch betrachtet ist der Atem Teil deines autonomen Nervensystems, d.h. der Teil der unabhängig von deinem (Zu-) Tun funktioniert. Anhand deines Atems erkennst du zu jeder Zeit in welchem Zustand du dich gerade befindest: im Zustand von Angst - fight or flight - oder im Zustand von tiefer Entspannung und Heilung. Dein Atem ist der direkte Schlüssel zu dir! Während dieser Yoga Atem Tage wollen wir mittels verschiedener Ansätze und Techniken deinen Atem, als dieses Tor zu dir selbst, kennenlernen, damit er dich auf seinen Schwingen - still und fein - in Freiheit trägt - zu dir!

#### Seminar

Dozent	Sabrina Mutz
Termin	04.04. - 07.04.2024
Kosten	420 €

## Yoga Intensiv

### Ein Wochenende

Yoga ist so viel mehr als körperliche Übungen. Asana = eine Kraft, die dich still und fein werden lässt. Wir wollen die Spannungen im Körper und in unserer Atmung entdecken, den Körper durchlässiger machen, die Kräfte die da wirken feiner fühlen lernen und die Energieflüsse zum Leben erwecken. Kannst du wiedererkennen wer du wirklich bist? Hörst du den stillen Ruf deiner Seele?

<b>Seminar</b>	
Dozent	Sylvia Mader
Termin	15.03. – 17.03.2024
	20.09. – 22.09.2024
Kosten	250 € je Seminar

Neu

## Yoga-Workshops

### Meditation & Atem

In diesem Workshop wollen wir unseren Atem feiner erkunden, uns körperlich bereiten und im Versuch sein, in den Zustand von Meditation zu gleiten.

Termin 20.01.2024

### Yoga & Räuchern

Zur Sommersonnwende werden wir gemeinsam Yoga machen, anschließend in ein kleines Ritual übergehen und dabei ein kleines Feuer entzünden.

Termin 20.06.2024

### Yoga & Kräuter

Wir werden gemeinsam Yoga machen, ein paar Kräuter sammeln und daraus etwas wohltuendes zaubern. Lass dich überraschen.

Termin 10.08.2024

### Cacao Zeremonie

Wir wollen unseren Körper bewegen, durchlässiger machen und dann lass Dich von feinstem Cacao & Klängen berühren.

Termin 07.12.2024

Dozent	Sylvia Mader
Kosten	49 € je Workshop

Neu

## Yoga Teaching

Du möchtest gerne deine Yogapraxis vertiefen oder auffrischen, dann hast du hier die Möglichkeit, dir Zeit für deine ganz individuellen Fragen / Themen zu buchen. Ich teile sehr gerne diesen Raum mit dir und alles was ich dir dazu zeigen kann.

Dozent	Sylvia Mader
Kosten	Einzelperson:
	60 Min 80 €, 120 Min 140 €
	Kleingruppe (2-3 Personen):
	60 Min 50 € / Person

## Yoga & Massage Tag

Wir wollen zusammen Yoga machen und einen kleinen Ausflug in die wunderschöne "Kunst der Berührung" wagen. Fühlend wollen wir in diesen Raum eintauchen, in dem wir alle Anspannung gehen lassen können, unseren Körper und den Atem feiner entdecken und wir wieder Zugang zu diesem tiefen Frieden finden können. Dort bewusst anwesend, löst sich die Illusion des "Getrennt-Seins" auf. Wenn du so einen Menschen berührst, heilt etwas in ihm und gleichermaßen auch in Dir. Etwas geht in Resonanz. Fühlen – atmen – bewegen – berühren und berühren lassen.

Dozent	Sylvia Mader
Termin	17.02.2024
Kosten	90 €

Neu

## Yoga & Meridiane

Wir wollen gemeinsam Yoga machen, die 3 Tore erkunden und den Körper durchlässiger machen.

Wir gehen auf eine Entdeckungsreise zum Quell unserer Kraft, erwecken die inneren Flüsse zum Leben und werden dann im Versuch sein, sie in Asanas zu lenken und zu leiten.

Dozent	Sylvia Mader
Termin	11.05.2024
Kosten	90 €

Neu

## Yoga & ätherische Öle

Wir wollen gemeinsam Yoga machen, unsere fünf Sinne versammeln, unsere drei übergeordneten Sinne entdecken und so fühlend anwesend, in die Welt der Düfte eintauchen. Die Öle sind uns ein geheimnisvolles Tor in unser Unbewusstes.

Wir können mit ihnen diagnostizieren & heilen, wohlwissend, dass es die Kraft ist, die in uns wirkt, die heilt.

Dozent	Sylvia Mader
Termin	12.10.2024
Kosten	90 €





## Der Ayurveda-Heiler

### Die Grundlage des Heilens

Mit Ayurveda zu heilen bedeutet ein tiefes Verständnis für die Zusammenhänge von Gefühlen, die aus dem Körper kommen, sowie den Energien, die in und um unseren Körper wirken, zu erlangen.

Dafür benötigen wir eine vielschichtige Erkenntnis unserer Ernährung, Gedanken und Atmung.

Heilen ist Leidenschaft. Wenn die Leidenschaft dich ruft, so mach es doch zu deinem Beruf.

Im Ayurveda gibt es einen Bereich mit dem Namen ‚Saundarya Lahiri‘ - die Woge, die Welle der Schönheit“.

Hast du jemals diesen Schauer der Schönheit in deinem Geist und Körper verspürt? Beim Essen, beim Tanzen, beim Musik hören oder beim Blick in den Sternenhimmel? Dieser Schauer heilt.

Die alten Griechen haben einen ähnlichen Begriff ‚Kosmos‘. Kosmos bedeutet Schönheit, aber auch eine tiefe, innere Ordnung.

Im Ayurveda-Heiler wollen wir mit der Woge der Schönheit in Resonanz gehen und sie verstärken, lenken und leiten, denn es ist die Woge der Schönheit des Seins, die zutiefst unseren Geist und unsere Seele ergreift.

Dies ist die Grundlage des Heilens, welche den Geist und so dann auch den Körper heilt, indem die Woge der Harmonie und Schönheit des Seins alle Unsicherheit, Unruhe und Sorgen im Geist ergreift und sodann in Stille, Frieden und Schönheit verwandelt. Es ist das Glück und die Zufriedenheit der Seele, die den Geist und den Körper in eine grundlegende Harmonie trägt.

Wir lernen in dieser Ausbildung zum Ayurveda-Heiler tief in die Herzensstruktur eines Menschen zu blicken und in Resonanz zu gehen mit der heilenden Woge der Schönheit ‚Saundarya Lahiri‘.

Wir entdecken den energetischen Zusammenhang von Gefühlen, Ernährung und sanfter Berührung, dem Fluß der Energien (Nadis) um über Worte, Atmung und Bilder in die Tiefen der Seele zu gleiten um auf dieser geistig-seelischen Ebene die Energien des Seins miteinander zu teilen und den friedlichen, stillen Klang der Schönheit des Glückes erklingen zu lassen.

Vielleicht verspürst du ja den Ruf danach, dich auf diese ayurvedisch-schamanische Reise zu begeben. Ich freue mich auf dich.

## Tor I

### Eintritt in den Bereich der Kristall- und Sternenlichter

Am Anfang aller Anfänge ist die Lebenskraft selbst der große Rater. Tief aus deinem Unbewußten, aus der Welt deiner Träume, aus der Welt deiner Bilder spricht er zu dir. In jedem Augenblick, in jeder Situation und mag sie noch so verfahren und hoffnungslos erscheinen, kannst du seinen Rat der Klarheit vernehmen!

39 Helfer helfen dir dabei, unbewußte Gedanken und Gefühle – Energiemuster – genau so erkennen zu lernen, wie konditionierte Verhaltensmuster und Situationen, die diese hervorrufen und deine Sicht trüben, zu durchschauen.

#### Ausbildungsinhalte

- Atmung als Spiegel der Seele
- Die 39 Helfer als Schlüssel zum Mut
- Der Sog des Lichtes – 5 Wege der Meditation
- Mit dem mystischen Auge das Goldene Licht sehen

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	04.02. – 11.02.2024
Kosten	800 €*

## Tor II

### Eintritt in das Reich der Götter

Tauche ein in das All-Getön und lasse dich von ihm leiten. Im Klang der Stille verborgen liegt die Identifikation mit der Form. In der Stille, im Namenlosen, im Unbenannten, erkennst du das „So Sein“ der Natur und durchdringst ihre Wesenhaftigkeit der Intimität. Dort begegnet dir eine Vielzahl von Archetypen – von Masken, und sie erscheinen dir nicht nur im Inneren, sondern genauso im Außen. Manche Archetypen sind in bestimmten Situationen in der Lage das Bewußtsein so stark zu beeinflussen, dass es scheint, als würde uns diese Maske regelrecht übernehmen, sodass man sich wie fremdgesteuert fühlt. In diesem Kurs lernen wir die unterschiedlichsten Archetypen zu erkennen, zu verstehen und einen Blick hinter ihre Maske zu werfen, um einzutauchen in den Gesang der Stille.

#### Ausbildungsinhalte

- Der Gesang der Stille
- Die 26 Schöpferkräfte
- Der Rausch der Intimität – die 8 Kraft-Aspekte der Stille

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	31.03. – 07.04.2024
Kosten	800 €*

### Tor III

#### Eintritt in das Reich der Tiere

Jeden Augenblick spricht die ganze Welt zu dir. Jede Pflanze, jedes Tier, jede Seele spricht zu dir. Kannst du fühlen, was dieser Augenblick dir sagt? Hör diesem Augenblick zu, verbinde dich, lerne. Der Schlüssel zur Weisheit liegt im Erkennen der Kraft, die immer trennt. Lerne, diese trennende Kraft in allen Feinheiten zu erkennen und zu durchdringen. Unser Bewußtsein scheint in zwei Zuständen zu existieren: In einem trennt es alles in unterschiedliche Formen und nimmt die Welt in Einzelteilen wahr. Im anderen Zustand harmonisiert das Bewußtsein all das Getrennte. Es fügt zusammen, was zusammen gehört und nimmt die Welt wahr als Einheit. So entsteht eine völlig neue Gefühlswelt – die Welt der Weisheit.

#### Ausbildungsinhalte

- Die 9 Weisheiten
- Die 9 Hindernisse
- Die 9 Anzeichen

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	02.06. – 09.06.2024
Kosten	800 €*

### Tor IV

#### Eintritt in das Reich der Pflanzen

Den Gesang deines Herzens in den Körper tragen. In diesem Seminar geht es darum, die Lust, welche du verspürst, in jede Zelle, in jeden Muskel und jedes Organ deines Körpers zu tragen.

Manchmal herrscht in deinem Inneren schlechtes Wetter, es ist dunkel und verregnet. Im Reich der Pflanzen wollen wir dein Herz heilen und die Sonne wieder erstrahlen lassen. Wir wollen das Licht in jede Ecke deines Körpers tragen, damit deine Lust zur vollen Blüte getragen wird. Im Lichte dieses inneren und äußeren Gefühlsgleichgewichtes erkennen wir die Lösung sowie Ablösung von Problemen.

#### Ausbildungsinhalte

- Die 7 Lichtlöser
- Die 7 Schatten
- Der Weg der Sehnsucht
- Das Lösen der Kraft

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	04.08. – 11.08.2024
Kosten	800 €*

### Tor V

#### Die Welt der Düfte

In diesem Seminar lernen wir unseren Freund mit Düften in einen Bewußtseinszustand der Freiheit, Stille und Schönheit zu führen, aus dem heraus die Lösung erscheint. Wir erfahren hier alles über die Welt der Düfte und den Rausch der Sinne. Wir lernen mit Düften das Spiel der Heiligen Liebe zu spielen – das Spiel und Geheimnis der 72. Wir lernen, Menschen in tiefe Schichten des Bewußtseins zu begleiten und durch die verborgenen Lustgärten im Reich der Düfte zu wandeln. Du bist eingeladen auf diese mystische Reise. Wenn du bereits durch die ersten vier Tore gegangen bist, wirst du im fünften erfahren, wie du deren Kraft zur Anwendung bringst. Die Reise findet hier ohnehin Anfang und Ende.

#### Ausbildungsinhalte

- Mit Ätherischen Ölen diagnostizieren
- Das große Riechbild
- Mit dem Duft in Trance gehen
- Der Duft als Tor zum Unbewußten
- Essenzen herstellen
- Öle herstellen
- Die 8 Arten mit Pflanzen zu heilen

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	06.10. – 13.10.2024
Kosten	800 €*



Neu

### Tor VI

#### Die Kraft des freien Willens

Ein starkes Selbstwertgefühl ist die Grundlage eines glücklichen Lebens. Wir benutzen die Energieflüsse im Körper um die verborgene Kraft der Seelengefühle zu befreien. Es gibt Gefühle die in der Welt des Geistes ihren Ursprung haben – die Launen und Emotionen. Und dann gibt es Gefühle, deren Heimat verborgen im Bereich der Seele zu schlummern scheinen und nur hin und wieder unseren Geist zu erhellen vermögen. Eben diese Gefühle, nennen wir sie die Seelengefühle, wollen wir aus ihrem Schattendasein befreien um unseren Verstand und unser Gemüt – kurzum unseren Geist - zu erhellen und erstrahlen zu lassen. Um das Glück der Seele, das ungeteilte Glück des reinen Seins in unser Leben zu tragen und es mit der ganzen Welt in diesem besonderen Augenblick zu teilen.

#### Ausbildungsinhalte

- 8 Energieräume
- Die 8 Ozeane
- Die 8 Ursprungs-Nadis
- Die 12 Grund-Nadis
- Die 72.000 Marmas
- Die 8 Urflüsse
- Ashtanga Nadis
- Die 12 Hauptflüsse
- Maha Nadis
- Maha Marmas
- Öffnungs-Marmas für die Nadis

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	17.03. – 24.03.2024	1.Block
	19.05. – 26.05.2024	2.Block
	14.07. – 21.07.2024	3.Block
	22.09. – 29.09.2024	4.Block
Kosten	800 €* je Block	

Neu

### Tor VII

#### Wissen ist Macht

In dieser Woche möchte ich dir die theoretischen Grundlagen des Ayurvedas vermitteln. All jenes, das du benötigst um ein erfolgreicher Ayurveda-Therapeut zu werden. Das Seminar hat zwei Teile. Am Vormittag lernen wir die Ayurveda-Theorie und am Nachmittag widmen wir uns der Diagnostik. Im Mittelpunkt steht die Pulsdiagnostik in Bezug auf Vata, Pitta und Kapha, sowie die fünf Arten eines jeden Doshas. Ebenso diagnostizieren wir die zwanzig wichtigsten Nadis (Energiebahnen) des Körpers und vertiefen uns in die Stoffwechselanalyse mit ihren zehn Parametern mithilfe von Speichel und Urin. Es wird ein wahrlich spannendes und informatives Seminar.

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	18.02. – 25.02.2024	
Kosten	800 €*	



### Tor VIII

#### Auf der Suche nach dem Wunderbaren

Die Seelenreise eines ayurvedischen Schamanen. Die Kunst des Marma Chikitsas basiert auf der mystischen Kraft eines jeden Marmas. Ein Marma ist ein Geheimnis, es ist ein Tor in die „Anderswelt“. Die Anderswelt ist keine andere Welt an einem anderen Ort. Alles ist gleich, nur auf bezaubernde Weise eben anders. Ein Marma wird oft mit dem Tod verglichen, dem letzten großen Geheimnis der Menschlichkeit.

All die großen Fragen:

Was geschieht mit mir, wenn ich sterbe?

Wohin bin ich unterwegs?

Was wartet dort auf mich?

In diesem Seminar begleiten wir dich auf deiner Reise in die Anderswelt. Wir begleiten dich in dem Prozess des Sterbens und Wiedergeborens. Des Geborens in die Stille des Seins. Dies geschieht in vier Stufen. Die erste Stufe ist das Ahnen achten. In dieser Stufe betreten wir den Raum des Vertrauens und entdecken so die Macht, die in diesem Vertrauen verborgen liegt. Ohne dieses Vertrauen können wir uns nicht wirklich auf diese Reise begeben. In der zweiten und dritten Phase zieht dein Leben an dir vorbei. Es ist die Phase deiner vergangenen Leben und deiner Seelengeschichten, manches muss ein Ende finden und zu einem Abschluss gebracht werden, wiederum anderes kommt als Seelenbotschaft auf dich zu und will erkannt und in dein Leben integriert werden. All dies ist notwendig, um in die vierte Phase voranzuschreiten. Die Phase des farblosen, strahlenden Lichtes, der Formlosigkeit, in dem du dich erfahren wirst als reine Liebe. In liebender Verbundenheit mit allem Sein, unberührt von Zeit. Aus diesem Licht wiedergeboren, sind wir in der Lage, hier, jetzt und heute, in jeder erdenklichen Art und Weise, in jeder Form und in jedem Umstand das Wunderbare wiederzuerkennen.

#### Ausbildungsinhalte

- Die Zeichen des Körpers
- Die Stellung der Ahnen
- 4 Stufen der Auflösung
- 39 Helfer

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	29.09. – 06.10.2024	1.Block
	01.12. – 08.12.2024	2.Block
Kosten	800 €* je Block	

### Tor IX

#### Harmonie. Der Ruf des Geheimnisses

Eine Pilgerreise in das weite Land der Seele. In diesen zehn Tagen wollen wir uns ganz auf uns selbst einlassen. Wir werden dem WIE begegnen, dem WO und dem WER. Wie finden wir zu uns? Wo sind wir? Und: Wer sind wir?

In dieser Kur haben wir ein Ziel. Das Ziel, uns von allem unnützen Ballast zu befreien und uns auf das Wesentliche einzulassen – auf die Pilgerreise unserer Seele durch das weite Land unseres Körpers. Es ist ein Selbsterfahrungsprozess, auf den wir uns da einlassen. Ein Selbsterfahrungsprozess, den wir erfahren und erlernen wollen, um ihn später mit anderen zu teilen.

#### Ausbildungsinhalte

- Theorie und Praxis des Panchakarma
- Vertiefung der Konstitutionslehre
- Vertiefung des Nasya (Nasennebenhöhlen-Behandlungen)
- Basti (Darmsanierung), Virechana (Darmausleitungstherapie)
- Theoretischer Ablauf von Rakta Moksha (Blutreinigungstherapie) und Vamana (Erbrechen)
- Ambulante und stationäre Kurverläufe
- Theoretische und praktische Abläufe Ayurvedischer Fasten-Kuren
- Die fünf Handlungen in Theorie & Praxis

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	21.01. – 31.01.2024	
Kosten	1.320 €**	



## Körpertherapeut

Die Kunst über den Körper die Seele zu berühren.

Der Körper ist ein Wunderwerk der Schöpfung und gleichzeitig ein Tor und ein Weg zur Heilung.

Die Ausbildung zum Körpertherapeuten richtet sich an alle Menschen, die mit und durch den Körper heilen wollen. In dieser Ausbildung benutzen wir den Körper als eine Pforte zu einem tiefer gelegenen Reich, dem Reich deiner Seele und des Geistes.

Es ist eine besondere Energie, eine besondere Wirkkraft. Die alten Weisen nannten sie die „grüne Kraft“, welche die gesamte Natur durchströmt, verjüngt und erneuert. Diese Kraft zu entdecken und mittels ihrer, deine im Körper gehaltenen Gefühle und Gedankenmuster zu befreien, auf dass dein Geist – das Organisationssystem deines Körpers – zu einem freien von allem Druck befreiter Geist wird. Dies ist das Ziel dieser Ausbildung.

Wir benutzen drei grundlegende Energien, die wir zu einer werden lassen. Diese drei Energien zu lösen und dann zu vereinigen ist ein wichtiger Teil der **ersten Woche**, um die grundlegenden energetischen Muster im Körper zu etablieren.

Wir lernen den freien Fluss der Kräfte im Körper wieder herzustellen.

Um dann in der **zweiten Woche** durch spezielle Berührungstechniken die Voraussetzungen zu schaffen, damit der freie Geist sich in dem Körper entfalten kann, um all die tiefsitzenden Muster umzugestalten.

In der **dritten Woche** benutzen wir die Fähigkeit des Körpers zur Tiefenentspannung um eine neue Kraft zu verankern, die Kraft des Vertrauens, des Eingebundenseins in deine universelle Familie.

In der **vierten Woche** benutzen wir alles bereits Erlernte und gehen über den Körper und seine tiefen Entspannungsphasen auf eine Seelenreise, um von der Weisheit tief verborgen in jeder Zelle unseres Körpers zu lernen.

Und so entdecken wir dieses Wunderwerk der Schöpfung - unseren Körper.

### Ausbildungsinhalte

- Anatomie und Pathologie des Bewegungsapparates in Bezug auf bewußte und unbewußte Verhaltensmuster
- Anatomie und Pathologie des Energiekörpers und sein Bezug zu Organen und Drüsen
- Anatomie und Pathologie des Verdauungstraktes und die bewußten und unbewußten Prägungen
- Manuelle Behandlungstechniken für den Bewegungsapparat
- Behandlungstechniken für die Prägungen des Unterbewußtseins
- Anatomie und Physiologie der Atmung
- Körper & Geist: die wichtigsten Reflexzonen der Atmung
- Verbindung – Berührung – Bewegung – Atmung – Heilung
- Der befreiende, atmende Augenblick
- Die sieben Unruhezentren der Atmung
- Die drei Ur-Quellen
- Das Fühlende-Sehen
- Die acht Ozeane
- Tore der Energieflüsse
- die mystische Kraft des Marma

### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	17.03. – 24.03.2024	1. Block
	19.05. – 26.05.2024	2. Block
	29.09. – 06.10.2024	3. Block
	01.12. – 08.12.2024	4. Block
Kosten	800 €* je Block	



## Intuitive Massage

### Das wahre Sein der Massage

Diese Ausbildung ist mir ein großes Herzenskind. Sie beleuchtet Wege in eine innere Stille, aus der heraus deine Hände sehen lernen und dich in einen meditativen Zustand der Intuition führen, in welchem dir von überall her wahres Wissen und Können zugetragen wird. Ich würde mich freuen, dich einzuführen in eine besondere Art des Massierens: in die Erweckung des inneren Lichtes, in dem du deine Hände gleiten lässt entlang der Strukturen, die sich nur einem allsehenden Auge offenbaren – der Intuition. Der Innere Lehrer lehrt dir den Zugang zum Sein. Dem Sein, das schon in dir ist und das Sein, welches du bist. Ein Zugang zu diesem Sein liegt in der Stille. In der Stille in dir und um dich herum.

Wenn Stille spricht, so spricht sie durch deine Hände. Du musst der Stille deiner Hände nur lauschen und sie führt dich in einen Bereich wahrer Meditation. In diesem Raum angekommen, strömt die Weisheit der Berührung von überall zu dir. Dies ist die Quelle deiner Intuition. Dieser Ort ist frei von deinen Launen und den ewigen Geschichten in deinem Kopf.

Über Berührung und Bewegung wollen wir in diesen Bereich unseres Selbst vordringen. Es ist der Bereich jenseits deiner Launen. Es ist der Bereich der Freiheit allen Seins. Wenn dieses Sein durch deine Berührung zu Tage tritt, beginnt wirkliche spirituelle Heilung. Jetzt ist da keiner, der massiert oder massiert wird. Jetzt offenbart sich das Sein der Massage. Werde ein spiritueller Lehrer, dessen Sprache die Berührung ist.

### Werde eins mit dem das du siehst intuitio – genau hinschauen

In der **ersten Woche** entdecken wir die Kraft der drei Urquellen und führen sie zu einem großen Strom zusammen. So entsteht ein fühlendes Sehen. „intuitio“ - ein genaues Sehen, das so fein wird, dass du die Sprache der Seele verstehst. Oder wie die alten Weisen es nennen „die Weltensprache“.

Die Vereinigung dieser drei Wellen bildet den Urgrund der acht Ozeane. Die Tiefen dieser Ozeane in uns und in unseren Freunden zu entdecken, bilden den zweiten Teil der ersten Woche.

In der **zweiten Woche** widmen wir uns den Toren der Energieflüsse und wie diese eine Einheit mit den acht Ozeanen und den drei Urquellen bilden.

Die **dritte und die vierte Woche** stehen ganz in dem Zeichen der Erstellung einer Massage, der Zusammenhänge von Organen, Gefühlen, Muskeln und der Haut, um dir das Rüstzeug in die Hand zu legen für eine sinnerfüllte, sinnliche, intuitive Massage.

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	17.03. – 24.03.2024	1. Block
	19.05. – 26.05.2024	2. Block
	01.09. – 08.09.2024	3. Block
	03.11. – 10.11.2024	4. Block
Kosten	800 €* je Block	



### Kunst- Therapeut

Das Leben in Schönheit begehen  
Kunst berührt.

Das ist ihre große Fähigkeit. Sie berührt Empfindungen und Stimmungen in dir und macht sie so fühlbar. Kunst ermöglicht uns mit unseren innersten Welten in Kontakt zu treten, sie zu erleben und zu erkennen.

**Kunst ist intim.**

Im Wesen offenbart sie uns - in dem, was wir mögen - unseren Blick auf die Welt und auf uns selbst. Zwei grundlegende Weltanschauungen zeigen sich dabei. In der einen ist die Welt ein freundlicher Ort und der Mensch ein freies Glück-begabtes Wesen. Der andere Blick zeigt eine Welt voller Zwang, Schmerz und Zerrissenheit.

**Kunst heilt.**

In dieser Ausbildung lernst du ganz bewußt Kunst zu nutzen, um in die Welt der Schönheit einzutreten, sie zu deiner Heimat zu machen und zu erkennen, dass dies schon immer deine Heimat war und sein wird. Auf diesem Weg begegnen dir vielleicht Menschen, die von deinem Leben inspiriert sind, weil es etwas tief in ihnen berührt – die Sehnsucht nach einem Leben ohne Zerrissenheit. So werdet ihr ein Stück weit gemeinsam diesen Weg beschreiten. Und du - wirst auf diese Weise ein wahrlicher Begleiter, dessen Heilkunst Schönheit ist.

**Ausbildungsinhalte**

- Körper – Kraft - Bewegung - Ausdruck
- Harmonielehre – die Ordnung der Schönheit
- Die 3 Qualitäten des Ausdrucks - Sattva, Rajas, Tamas
- Die Schöpferkraft - Basis allen Seins
- Die acht Gesichter des Hindernisses
- Fühlend-Sehen - Das Wesentliche im Unwesentlichen erkennen
- Das Schöpfungslied – der Spur folgen

**Ausbildung**

Dozent	Sabrina Mutz
Termine	25.02. – 03.03.2024 1. Block
	28.04. – 05.05.2024 2. Block
	23.06. – 30.06.2024 3. Block
	21.07. – 28.07.2024 4. Block
Kosten	800 €* je Block

### Yoga & Kunst

Entdecke die Quelle der Inspiration

Yoga heißt ‚wiedererkennen‘. Was wiedererkennen? Dich! – Dein dir ur-eigenstes Sein! Dieses Sein ist eine Quelle purer schöpferischer Kreativität – und du kennst sie, ahnst sie vielleicht, sehnst dich nach ihr, suchst sie schon lange. Diese Quelle, sie sprudelt unaufhörlich in dir und wartet nur darauf, von dir wiederentdeckt zu werden.

Entlang der 8 Herzen des Yogas tauchen wir ein, lernen die Sprache unseres Körpers und unseres Geistes kennen, um uns so mit der Inspiration der Quelle zu verbinden und aus ihr heraus zu handeln. Mit Yoga und Kunst – hörend, sehend, machend – begeben wir uns auf diese Reise des Wiedererkennens. Komm! Lass uns diese wunderschöne Entdeckungreise zu unserer Quelle gemeinsam unternehmen.

**Seminar**

Dozent	Sabrina Mutz
Termin	15.12. – 18.12.2024
Kosten	420 €

**Neu**

### Das heilende Mitgefühl

Gefühlswelten erkunden & heilen

Viele Menschen haben ein Problem: ihre Gefühle. Sie stehen im Zwiespalt mit den Gefühlen, die sie in sich tragen oder 'in anderen' spüren. Der innere Kampf, der dadurch entsteht, ist kaum auszuhalten. Entdecke die heilende Kraft des Mitgefühls und erlange Verständnis über die Entstehung, Funktion und Wirkung von Gefühlen. Das wird deinen Umgang mit Situationen, Gedanken und Gefühlen, mit dir selbst und anderen Menschen, verändern. Das wird dein Leben verändern.

**Seminar**

Dozent	Julia Harter
Termine	20.06. – 23.06.2024
Kosten	490 €
	inkl. BEWUSST:sein-membership

Neu

## Intuitiver Tanz

### Der Ausdruck deines Selbstwerts

In deiner Bewegung und Körperhaltung zeigt sich, mit welcher inneren Haltung du durch dein Leben gehst. Versteckst du dich – aber würdest dich gerne zeigen? Hältst du an Altem fest – und würdest gerne loslassen? Lebst du nach den Erwartungen Anderer - spürst aber in dir die Sehnsucht nach dir Selbst?

Die Antworten auf diese, auf deine, Fragen offenbaren sich dir in deinem Tanz. In der Kraft aus der heraus sich dein Körper bewegt und dein Geist denkt.

In diesem Seminar geht es um dich. Es geht um das, das aus dir heraus spricht, das tief in dir steckt und sich zeigen will.

Erkenne es und trage es in die Welt.

### Ausbildungsinhalte

- Die Melodie in dir entdecken - frei tanzen
- Tanz & Bewegung als Verbindung zwischen dem Verständnis über ein Problem und dessen Lösung
- Lösen von Gefühlen im Körper
- innere Weisheit fühlen und ausdrücken lernen

### Ausbildung

Dozent	Julia Harter
Termine	26.05. – 02.06.2024 1. Block 28.07. – 04.08.2024 2. Block
Kosten	900 €* je Block inkl. BEWUSST:sein-membership

## Tanz & Meditation

### (er)lebe dich

Lerne in diesen Tagen, was es wirklich heißt, in Meditation zu sein. Lerne, was es heißt, dich zu erkunden. Begegne all den Vorstellungen, die du von dir selbst hast. Vorstellungen darüber, wie du zu sein hast, was du erreichen musst, was gut und was schlecht ist. Deine Vorstellungen und deine Freiheit zeigen sich - gleichermaßen - in deiner Bewegung. Schau zu, wie all diese Vorstellungen in Meditation von dir abfallen. So erlebst du dich.

### Seminar

Dozent	Julia Harter
Termine	15.02. – 18.02.2024 17.10. – 20.10.2024
Kosten	490 € inkl. BEWUSST:sein-membership

Neu

## BEWUSST:sein spirituelles Coaching

### Deine innere Weisheit entdecken & leben

Woher weißt du, was richtig, was falsch ist? Woher weißt du, was der nächste Schritt ist? Woher weißt du, wofür du hier bist? Und wo suchst du bisher nach all diesen Antworten?

Dir selbst diese Fragen zu stellen kann dich in ein großes Dilemma führen oder es eröffnet dir eine neue Welt.

Das Dilemma entsteht, wenn du Methoden, Techniken, Tools, Spiritualität, eine Beziehung, einen Job, Meditation - oder jede andere FORM - benutzt, um etwas zu erreichen.

Etwas, wovon du glaubst, es zu brauchen. Erkenne, worum es in all dem, das du bereits erlernt hast, wirklich geht.

Erkunde Form & Formlosigkeit - 3D & 5D. Verlier' dich weder in der Formlosigkeit, indem du 'nur noch meditieren' willst, noch verlier dich in der FORM, indem du ständig 'Zielen hinterher jagst'. Verstehe die Gesetzmäßigkeiten der Welten und lerne diese zu vereinen.

Lerne mit der Form zu spielen, während du bist. Du bist - Erkenne dich. Erkenne, wer du wirklich bist.

So kannst du beginnen, am richtigen Ort die Antworten auf deine Fragen zu finden und mit dir selbst und anderen an diesen Ort reisen.

detaillierte Informationen und die Ausbildungsinhalte findest du auf unserer Homepage oder unter [www.julia-harter.de](http://www.julia-harter.de)

### Seminar

Dozent	Julia Harter
Termine	21.04. – 28.04.2024 1. Block 30.06. – 07.07.2024 2. Block 22.09. – 29.09.2024 3. Block 20.10. – 27.10.2024 4. Block
Kosten	900 €* je Block inkl. BEWUSST:sein-membership



## Das Windpferd

### Der Bote der Ewigkeit

Der Friede der Pferde ist für jeden, der sich darauf einlässt, erfahrbar und so wird das Zusammensein mit dem Pferd unglaublich beglückend.

Das Pferd ist ein natürliches Tor in die Stille des Seins, als wäre es ein Bote des Ewigen. Während ich den Stall mistete, sprach mich ein kleines Kind an: „Ich hab auch ein Pferd“, „Schön, magst du Pferde sehr?“ „Dieses Jahr wird es eingeritten und dann lerne ich auch reiten“ – „Schön, reiten ist toll“ – „Weiß nicht, ich bin gerne bei meinem Pferd, ich spüre dann immer so eine Stille.“ Während dieser Dialog stattfand, konnte man die Weite, die Stille und den Frieden mit Händen greifen. Das Kind war 10 oder 11 Jahre alt. Ein solcher bewußter Zugang zur Stille – einfach wunderschön. Wir haben Pferde gehalten, um zu jagen oder in die Schlacht zu reiten. Wir halten Pferde für den Sport, den Wettkampf oder für die Freizeitgestaltung. Sind wir in der Lage von einem Pferd den Zugang zur Stille zu erlernen? Können wir ihm zuhören, mit ihm sein? Können wir ihm etwas zurückgeben von diesem Frieden, den wir durch das Pferd erfahren? Kannst du so für das Pferd das Tor in diesen Frieden werden, wie das Pferd für dich das Tor in die Stille ist? Kannst du mit einem Pferd zusammensein als Friedensdienst, als Dienst an der Stille der Weite? Der Preis, den du für dieses Erfahren der Freiheit bezahlst, ist das Loslassen deiner Angst. Das Loslassen deiner Angst vor dem Pferd – deiner Angst vor dem Leben. Denn so wie ein Pferd ein Tor in die Stille sein kann, so kann es auch ein Tor in die Angst sein. Nicht selten kann man beobachten, wie aus dieser Angst heraus das Zusammensein mit dem Pferd in Kampf und Unterwerfung endet. In den folgenden Seminaren möchte ich dir einen Weg aufzeigen, mit einem Pferd zu sein: ohne Angst, ohne Kampf, ohne Unterwerfung, sondern in Weite, Frieden und Hingabe. Hier lernst du in zwei Wochen die Grundzüge der Bodenarbeit und ihre Verfeinerung kennen.



## Ashva Pada - das Pferd und Du

In den beiden Wochen möchte ich dir die Welt des Pferdes vorstellen. Wir verbringen den ganzen Tag mit dem Pferd – bis etwas passiert – bis du beginnst in die Welt des Pferdes einzutreten und das Pferd beginnt, sich für dich zu öffnen.

Diesen Moment möchte ich dir zeigen.

Dieser magische Moment ist leicht zu übersehen – ihn gilt es zu erkennen.

Darum dreht sich alles in den beiden Wochen. Dieser Moment ist der Schlüssel, den du benötigst, um das Tor für die Welt des Pferdes zu öffnen.

### Teil I

#### Bodenarbeit I

Das Reiten vom Boden aus ist eine ebenso große Kunst denn das Reiten vom Rücken des Pferdes. Die Prinzipien sind dieselben – es geht um Vertrauen, Verständnis und Verständigung. Diese läuft nicht über Worte, sie läuft über den ganzen Körper – deine Körpersprache, sowie die Körpersprache des Pferdes. Wenn ihr euch gegenseitig versteht, beginnt der Tanz – der Tanz des Bewußtseins von Pferd und Mensch.

### Teil II

#### Bodenarbeit II

Der Tanz geht weiter. In dieser Woche verfeinern wir die Mensch-Pferd-Kommunikation. Die Körpersprache wird immer feiner und feiner, bis sie fast mystisch zu werden scheint. Ein unsichtbares Band scheint dich und dein Pferd zu verbinden. Eine tiefe Freundschaft fürs Leben wird geboren – das goldene Band.

#### Ausbildung

Dozent	Andreas Schwarz & Team	
Termin	21.04. – 28.04.2024	Teil I
	13.10. – 20.10.2024	Teil II
Kosten	800 €* je Block	

## Gothland-Retreat

### Urlaub in der Weisheitsschule

Rückzug zur Besinnung auf dich selbst. Um eine tiefe Weisheit zu erkennen, die in dir lebendig ist und der du überall begegnen kannst – im Wald, den Bergen, dem leuchtenden Nachthimmel, in jedem Auf- und Untergang der Sonne. Und ebenso bei der Arbeit, im Stau stehend oder beim Staubsaugen. Komm und verbringe eine Zeit mit dir, um Freiheit vom Zwang der Launen zu finden, die Grenzen des Egos zu überschreiten und der Weisheit deines wahren Seins immer noch näher zu kommen. Wie schön wäre das!

### Retreatinhalte

- Spirituelle Vorträge und Meditation
- Raum für Stille und Spaziergänge
- Sauna
- Yoga & Meditation

Mit zusätzlichen Behandlungen in unserer Gothland-Praxis kannst du dir dein Gothland-Retreat individuell gestalten. Mehr findest du in der Anwendungsübersicht.

#### Retreat

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	15.12. – 18.12.2024
Kosten	280 €
	Unterkunft EZ 79 €, DZ 59 €, MBZ 49 €

## Tarot

### Das Spiel der Weisheit

Vor einigen Jahren in Dänemark, in einem kleinen Haus am Strand, fiel mir ein Tarotdeck auf den Boden und ich sortierte es. Kristallklar konnte ich die gesamte Weisheit in diesem Spiel erkennen. Diese Weisheit würde ich gerne mit dir teilen.

#### Seminar

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	31.10. – 03.11.2024
Kosten	420 €

## Pilgern

### Der Innere Weg

Pilgern kommt von lat. Peregrinus – fremd, in die Fremde ziehen, sich auf die Reise seines Lebens einlassen, die Reise in das unbekannt weite Land der Seele.

Wie sieht es mit dir aus, bist auch du bereit dich einzulassen auf die Reise deines Lebens, deine Seelenreise?

Die Kraft der Seele fühlt sich neu an, neu und doch vertraut.

Vielleicht kennst du dieses Gefühl von einem Ort oder einem Menschen? Du hast das Gefühl als ob du ihn seit Anbeginn der Zeit kennst. Und dem ist auch so. Du kennst die Kraft der Seele seit Anbeginn der Zeit, seit dem Anfang aller Anfänge.

### Seminarinhalte

- Die 9 Tore der Weisheit
- Der Umgang mit dem spirituellen Tagebuch
- Wie du das Tagebuch für dich und deinen Freund verstehen kannst
- Der 5er Teilung des Tagebuches
- Die 3er Teilung des Tagebuches

#### Seminar

Dozent	Andreas Schwarz & Team
Termin	24.03. – 31.03.2024
Kosten	800 €*



Neu

## Yoga & das Leben

### Die Heilkraft der Berührung

Manches Mal ist es ein Lied, manches Mal sind es die Worte eines Freundes, manches Mal ist es ein Ort, den du betrittst. Du wirst berührt. Ganz fein und intensiv zugleich. Manches Mal kannst du das aushalten. Manches Mal nicht. Was ist das, was da geschieht? Was wird da so intensiv? Was ist da so anders? Was hält dich zurück vor diesem intensiven Anderen? All das wirst du erkunden. Beim Üben des Yoga, beim Erkunden von Meditation, in deinen Bewegungen, deiner Stimme, deiner Körperhaltung. Du wirst üben, dich berühren zu lassen und zu berühren. Und ich verspreche dir, es wird heilsam und wundervoll. Ich freue mich auf dich.

Seminar

Dozenten	Claudia Träger
Termin	04.04. – 07.04.2024
Kosten	450 €

Neu

## Yoga & Wandern

### Kleine Auszeit für dich

Abschalten. Loslassen. Atmen. An nichts denken...oder an sich denken? Ein paar Tage nur für dich, um wieder in Balance zu kommen und Kraft zu schöpfen mit Yoga und beim Wandern in dieser wunderschönen Natur des Allgäus. Ich möchte dich einladen, dich zu entdecken, dich wahrzunehmen in deiner Bewegung, in Stille. Yoga heißt „Wiedererkennen“, dich selbst, so wie du bist! Lass uns zusammen dieses Wiedererkennen auch beim Wandern erleben.

Retreat

Dozent	Andrea Lams
Termin	02.05. – 05.05.2024 15.08. – 18.08.2024
Kosten	280 € je Retreat Unterkunft EZ 79€, DZ 59€, MBZ 49€

Neu

## Sama Veda

### Heiliger Gesang

Singst du leidenschaftlich gern? Glaubst du, dass du singen kannst? Wenn du Sehnsucht nach Selbstausdruck verspürst, dann ist dieser Workshop genau das Richtige für dich! Tauche ein in die Welt des heiligen Gesangs. Die intimste Form der Meditation.

Dozent	Romy Kleinmichel
Termin	27.04. 2024
Kosten	90 €

## KYMA Heil-& Kampfkunst

### Auf dem Weg zu dir selbst

In diesem Seminar bauen wir die Brücke zwischen den Künsten der ayurvedischen Tradition und den Elementen der Kampfkunst. Wir entdecken gemeinsam, dass alle Formen der einen Energie entspringen und dass das Spielen mit dieser Energie zum tieferen Verständnis unseres Körpers und des inneren und äußeren Raumes führt. Mit dieser Qualität bekommt unser Empfinden, Fühlen, Denken und Handeln eine ganz neue Tiefe und läßt uns Verantwortung für unser Sein übernehmen. Ein Kurs für alle, die ihr kriegerisches Potential entdecken und kultivieren möchten. Ein Kurs, der gleichermaßen für Frauen und Männer, Therapeuten wie Meditationslehrer, Heiler, Yogalehrende und Lebensberater etc. in Frage kommt. Ein Kurs für Suchende, in dem es darum geht, in kraftvoller Klarheit, Herr seiner selbst zu werden. Kampfkunst als Weg zur selbstbestimmten Existenz. Innere und äußere Stärke in Harmonie mit dem Sein. Für mehr Informationen: [www.kyama-sh.de](http://www.kyama-sh.de)

Seminar

Dozenten	Kim Bürger, Jens Kurbjuhn
Termin	16.05. – 19.05.2024
Kosten	420 €

## Meditations-Retreat

### mit Kai Pfenning

Trete einen Schritt zurück, um von hier einen neuen Weg zu gehen. Einen Weg, den du bewußt beschreitest. An diesem Wochenende zeige ich dir, wie es dir gelingen kann, deine Quelle des Seins zu entdecken. Lerne unter Anleitung und praktischen Übungen eine neue Art der Meditation kennen. Mit ihr sammelst du Kraft, um deinen Träumen und Sorgen zu begegnen und sie in Lösung zu tragen. So kannst du fallen in diesen Zustand, den du mit großer Sehnsucht erwartest.

Retreat

Dozent	Kai Pfenning
Termin	25.10. – 27.10.2024
Kosten	210 € Unterkunft EZ 79€, DZ 59€, MBZ 49€



## Gothland-Shop

Auf Gothland gibt es einen kleinen Ayurveda-Shop. Hier findest du vieles, was du für dein Ayurveda-Leben brauchen kannst und auch viele viele Dinge, die einfach nur schön sind und dein Herz erfreuen.

### Ausbildungen und Seminare 2024

#### Januar 2024

14.01. - 21.01.2024	Yoga bei Rheuma und Burnout	
20.01.2024	Yoga-Workshop, Meditation & Atem	Neu
21.01. - 31.01.2024	Pancha Karma Therapeut	
21.01. - 31.01.2024	Der Ayurveda-Heiler – Tor IX	
21.01. - 31.01.2024	Ayurveda-Therapeut, Block 1	

#### Februar 2024

01.02. - 04.02.2024	Einführung in die Ayurvedische Massage	
04.02. - 11.02.2024	Der Ayurveda-Heiler – Tor I	
04.02. - 11.02.2024	Ayurvedische Aromatherapie, Block 1	
04.02. - 11.02.2024	Seelenheiler, Block 1	
04.02. - 11.02.2024	Gothland-Essenzen, Block 1	Neu
11.02. - 18.02.2024	Meditationslehrer, Block 1	
15.02. - 18.02.2024	Tanz & Meditation	
17.02.2024	Yoga & Massage Tag	
18.02. - 25.02.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor VII	
18.02. - 25.02.2024	Ayurveda Ernährungsberater, Block 1	
18.02. - 25.02.2024	Ayurveda Kochausbildung, Block 1	
18.02. - 25.02.2024	Ayurveda Masseur Teil II, Block 1	
18.02. - 25.02.2024	Theorie & Diagnostik	Neu
25.02. - 03.03.2024	Kunst-Therapeut, Block 1	

#### März 2024

03.03. - 10.03.2024	Yogalehrer, Block 1	
10.03. - 17.03.2024	Ayurveda Masseur Teil I, Block 1	
10.03. - 17.03.2024	Abhyanga intensiv, Block 1	
15.03. - 17.03.2024	Yoga intensiv Wochenende	
17.03. - 24.03.2024	Yoga Therapeut, Teil III Block 1	
17.03. - 24.03.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor VI Block 1	
17.03. - 24.03.2024	Intuitive Massage Therapeut, Block 1	
17.03. - 24.03.2024	Ayurvedische Energiemassage, Block 1	
17.03. - 24.03.2024	Körpertherapeut, Block 1	
17.03. - 24.03.2024	Prana Atem Therapeut, Block 1	
17.03. - 24.03.2024	Prana Atem Massage, Block 1	
24.03. - 31.03.2024	Ayurveda Lebensberater, Block 1	
24.03. - 31.03.2024	Yoga Nidra, Block 1	
24.03. - 31.03.2024	Pilgern	
28.03. - 31.03.2024	Kochen mit Andreas Schwarzenbach	
28.03. - 31.03.2024	Inside Yoga	Neu
31.03. - 07.04.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor II	
31.03. - 07.04.2024	Ayurvedische Aromatherapie, Block 2	
31.03. - 07.04.2024	Seelenheiler, Block 2	

#### April 2024

04.04. - 07.04.2024	Yoga & das Leben	Neu
04.04. - 07.04.2024	Prana Atem Tage	
07.04. - 14.04.2024	Meditationslehrer, Block 2	
11.04. - 14.04.2024	Ernährungslehre & Meditation	
14.04. - 21.04.2024	Ayurveda Ernährungsberater, Block 2	
14.04. - 21.04.2024	Ayurveda Kochausbildung, Block 2	
21.04. - 28.04.2024	Ashva Pada – Der Weg des Pferdes, Block 1	
21.04. - 28.04.2024	BEWUSST:sein – spirituelles Coaching, Block 1	Neu
27.04.2024	Sama Veda	Neu
28.04. - 05.05.2024	Kunst-Therapeut, Block 2	

#### Mai 2024

02.05. - 05.05.2024	Yoga & Wandern	Neu
05.05. - 12.05.2024	Yogalehrer, Block 2	
11.05.2024	Yoga & Meridiane	Neu
12.05. - 19.05.2024	Ayurveda Masseur, Teil I Block 2	
12.05. - 19.05.2024	Abhyanga intensiv, Block 2	
16.05. - 19.05.2024	KYMA	
19.05. - 26.05.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor VI Block 2	
19.05. - 26.05.2024	Intuitive Massage Therapeut, Block 2	
19.05. - 26.05.2024	Ayurvedische Energiemassage, Block 2	
19.05. - 26.05.2024	Körpertherapeut, Block 2	
19.05. - 26.05.2024	Gothland-Essenzen, Block 2	Neu
26.05. - 02.06.2024	Ayurveda Lebensberater, Block 2	
26.05. - 02.06.2024	Yoga Nidra, Block 2	
26.05. - 02.06.2024	Intuitiver Tanz, Block 1	Neu
30.05. - 02.06.2024	Hobby Gourmet	

#### Juni 2024

02.06. - 09.06.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor III	
02.06. - 09.06.2024	Ayurvedische Aromatherapie, Block 3	
02.06. - 09.06.2024	Seelenheiler, Block 3	
06.06. - 09.06.2024	Baby- und Schwangerenmassage	
09.06. - 16.06.2024	Meditationslehrer, Block 3	
13.06. - 16.06.2024	Nada Brahma Yoga, Teil 1	Neu
16.06. - 23.06.2024	Ayurveda Masseur, Teil II Block 2	
16.06. - 20.06.2024	Mukabhyanga	
20.06.2024	Yoga-Workshop, Yoga & Räuchern	Neu
20.06. - 23.06.2024	Shirodhara	
20.06. - 23.06.2024	Das heilende Mitgefühl	Neu
23.06. - 30.06.2024	Kunst-Therapeut, Block 3	
30.06. - 07.07.2024	Ayurveda Lebensberater, Block 3	
30.06. - 07.07.2024	Yoga Nidra, Block 3	
30.06. - 07.07.2024	BEWUSST:sein – spirituelles Coaching, Block 2	Neu

#### Juli 2024

07.07. - 14.07.2024	Yoga Therapeut, Teil III Block 2	
07.07. - 14.07.2024	Yogalehrer, Block 3	
07.07. - 14.07.2024	Prana Atem Therapeut, Block 2	
07.07. - 14.07.2024	Prana Atem Massage, Block 2	
14.07. - 21.07.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor VI Block 3	
14.07. - 21.07.2024	Ayurvedische Energiemassage, Block 3	
21.07. - 28.07.2024	Kunst-Therapeut, Block 4	
28.07. - 04.08.2024	Intuitiver Tanz, Block 2	Neu

#### August 2024

01.08. - 04.08.2024	Einführung in die Ayurvedische Massage	
04.08. - 11.08.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor IV	
04.08. - 11.08.2024	Ayurvedische Aromatherapie, Block 4	
04.08. - 11.08.2024	Seelenheiler, Block 4	
04.08. - 11.08.2024	Aufbaustudium Ayurveda Masseur	
10.08.2024	Yoga-Workshop, Yoga & Kräuter	Neu
11.08. - 18.08.2024	Meditationslehrer, Block 4	
15.08. - 18.08.2024	Yoga & Wandern	Neu
25.08. - 01.09.2024	Yoga Therapeut, Teil I	
25.08. - 01.09.2024	Prana Atem Massage, Block 3	
29.08. - 01.09.2024	Nada Brahma Yoga, Teil 2	Neu

#### September 2024

01.09. - 08.09.2024	Ayurveda Masseur – Teil III, Block 1	
01.09. - 08.09.2024	Rücken intensiv, Block 1	
01.09. - 08.09.2024	Intuitive Massage Therapeut, Block 3	
08.09. - 15.09.2024	Yogalehrer, Block 4	
15.09. - 22.09.2024	Ayurveda Masseur – Teil I, Block 1	
15.09. - 22.09.2024	Abhyanga intensiv, Block 1	
20.09. - 22.09.2024	Yoga intensiv Wochenende	
22.09. - 29.09.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor VI Block 4	
22.09. - 29.09.2024	Ayurvedische Energiemassage, Block 4	
22.09. - 29.09.2024	BEWUSST:sein – spirituelles Coaching, Block 3	Neu
29.09. - 06.10.2024	Ayurveda Therapeut, Block 2	
29.09. - 06.10.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor VIII Block 1	
29.09. - 06.10.2024	Seelenheiler, Block 5	
29.09. - 06.10.2024	Ayurveda Ernährungsberater, Block 3	
29.09. - 06.10.2024	Körpertherapeut, Block 3	
29.09. - 06.10.2024	Yoga Nidra, Block 4	
29.09. - 06.10.2024	Marma Therapeut, Block 1	
29.09. - 06.10.2024	Prana Atem Therapeut, Block 3	

#### Oktober 2024

06.10. - 13.10.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor V	
06.10. - 13.10.2024	Ayurvedische Aromatherapie, Block 5	
06.10. - 13.10.2024	Seelenheiler, Block 6	
06.10. - 13.10.2024	Gothland-Essenzen, Block 3	Neu
12.10.2024	Yoga & ätherische Öle	Neu
13.10. - 20.10.2024	Ashva Pada – Der Weg des Pferdes, Block 2	
17.10. - 20.10.2024	Kochen mit Andreas Schwarzenbach	
17.10. - 20.10.2024	Tanz & Meditation	
20.10. - 27.10.2024	BEWUSST:sein – spirituelles Coaching, Block 4	Neu
25.10. - 27.10.2024	Meditations-Retreat	
31.10. - 03.11.2024	Tarot	
31.10. - 03.11.2024	Hobby Gourmet	

#### November 2024

03.11. - 10.11.2024	Ayurveda Masseur, Teil III Block 2	
03.11. - 10.11.2024	Rücken intensiv, Block 2	
03.11. - 10.11.2024	Intuitive Massage Therapeut, Block 4	
10.11. - 17.11.2024	Ayurveda Masseur, Teil I Block 2	
10.11. - 17.11.2024	Abhyanga intensiv, Block 2	
17.11. - 20.11.2024	Udarabhyanga	
21.11. - 24.11.2024	Swarabhyanga	

#### Dezember 2024

01.12. - 08.12.2024	Ayurveda Therapeut, Block 3	
01.12. - 08.12.2024	Der Ayurveda-Heiler, Tor VIII Block 2	
01.12. - 08.12.2024	Seelenheiler, Block 7	
01.12. - 08.12.2024	Ayurveda Ernährungsberater, Block 4	
01.12. - 08.12.2024	Körpertherapeut, Block 4	
01.12. - 08.12.2024	Yoga Nidra, Block 5	
01.12. - 08.12.2024	Marma Therapeut, Block 2	
01.12. - 08.12.2024	Prana Atem Therapeut, Block 4	
07.12.2024	Yoga-Workshop, Cacao Zeremonie	Neu
08.12. - 15.12.2024	Nataraj Kriya	
15.12. - 18.12.2024	Gothland-Retreat	
15.12. - 18.12.2024	Yoga & Kunst	

# Dozentenseite

## Gothlandlehrer



### Sabrina Mutz

ist Dozentin und Therapeutin im Bereich Kunst, Massage, Yoga, Meditation und Ernährung. Sie ist ein unverzichtbarer Teil Gothlands. Ihr Herzenskind ist das Studium des Inneren Weges. Auf diesem Weg möchte sie dich gerne begleiten und durch ihre feinfühligke Intensität auf ganz besondere Weise berühren.



### Sylvia Mader

Wenn sie kommt, geht die Sonne auf. Sylvia liebt und lebt die Schönheit. So wird jede Begegnung mit ihr eine Inspiration. Lass dich inspirieren bei ihren Yoga-Tagen, Workshops und in den Massage Seminaren.



### Claudia Träger

Mutig folgt sie ,ihrem Ruf' immer wieder aufs Neue und teilt ihre Erkundungen mit jenen Menschen, die ebenso wie sie, neugierig unterwegs sind und sich von der Kraft der Seele berühren lassen möchten.



### Romy Kleinmichel

Seit frühester Kindheit verzaubert Romy die Menschen in ihrer Umgebung mit ihrer Stimme. Durch ihr Singen trägt sie Schönheit in die ganze Welt. Als jüngste Therapeutin Gothlands erlebst du sie in der Massage und in ihrem Seminar über Atem und Gesang.



### Kai Pfenning

Kai ist ein Suchender auf dem Weg zu sich selbst. Als Ernährungsberater, beim Kochen, beim Massieren und Meditieren erkundet er den Lauf seines Lebens. Dabei lässt er sich voll ein und findet immer wieder neue Ansätze, die ihn begeistern. Er freut sich schon jetzt dich auf deiner Reise zu begleiten



### Andreas Schwarzenbach

Die Liebe zum Kochen begleitet Andreas seit seiner Jugend. Sein Hunger auf neue Erfahrungen führte ihn in zahlreiche Restaurants der gehobenen Küche und schließlich hin zum Ayurveda. Er lädt dich an den reich gedeckten Tisch seines Erfahrungsschatzes ein, um die Früchte seiner Erlebnisse zu kosten.



### Björn Kiefer

Björn hat unwahrscheinlich viel Stärke und Ausdauer. Durch Yoga und Meditation entdeckte er auf Gothland die Kraft des Körpers wieder. Dabei begleitet er auch dich in seinem Seminar und mit seinen Yogastunden.



### Eva Demter

Hebammen waren dereinst weise Frauen. Diese Tradition setzt Eva in ihrer unnachahmlichen Art in unserer heutigen Zeit fort. Als Hebamme und Ayurveda Therapeutin kann Eva dir einen tiefen Einblick in die Welt der Geburt und des Geborenwerdens vermitteln.



### Alexandra Sperber

Alexandra überzeugt durch ihre feinfühligke, sinnliche Art allem und jedem gegenüber. Erfüllt von Empathie möchte sie dich mitnehmen in die Welt der Samvahana – der Königin der ayurvedischen Schönheitsbehandlungen.



### Andrea Lams

Liebt es, sich in der Natur zu finden und die Schönheit der Welt und des Lebens zu spüren. Mit Yoga & Wandern verbindet sie zwei Leidenschaften und lädt dich ein dies gemeinsam mit ihr zu teilen und zu erleben.



### Kim Ariane Bürger Jens Kurbjuhn

Kim geht seit dem sechsten Lebensjahr den sanften Weg der Kampfkunst und ist beruflich in der Kinder- und Jugendbetreuung tätig.

Jens als ehemaliger deutscher Meister im Kickboxen bei der WKA, tätig als Honorar- dozent für Kampfkunst und Gewaltprävention.



### Doris Schwarz

Doris ist eine Frau der vielen Geheimnisse. Sie ist meine Frau. Seit frühester Kindheit verspürte sie eine tiefe Verbindung zu ihrer Götterwelt, mit der sie vieles erlebte. Geheimnisse, Intimes und Dinge, die sie gerne mit dir teilt. Ihre Kraft liegt in ihren Allgäuer Berg-Wurzeln, die in unergründliche Tiefen reichen und Früchte in einer Höhe reifen lassen, dass selbst die Götter sich daran laben. Sie ist ein echtes Kind der Berge mit einer Intuition, die dich überraschen wird. So erfahre ich diese Frau tagtäglich. Die gesamte Geschäftsleitung ist fest in ihrer Hand und ihre Leidenschaft für Garten und Wohnen kannst du auf Gothland überall erkennen.



### Julia Harter

bringt die Melodien des Lebens zum Ausdruck und verbindet die Welten. Mit ihrer kraftvollen, strahlenden Art, hat sie die Fähigkeit dir zu zeigen, wie sich jeder Impuls in dir entfalten kann. Auf Gothland erlebst du Julia als Dozentin für Tanz & Coaching, als Therapeutin im Kurbetrieb und als unsere stellvertretende Geschäftsleitung.



### Andreas Schwarz

Andreas Schwarz ist ein bekannter Ayurveda-Therapeut, dipl. Yogalehrer und Marmaspezialist. Er arbeitet seit vielen Jahren als Ayurveda-Therapeut und hat in dieser Zeit unzählige Ayurveda-Masseure ausgebildet.

Als staatlich anerkannter Masseur, ehemaliger Ayurveda-Cheftherapeut einer großen Ayurveda-Klinik, sowie erfahrener Seminar- und Ausbildungsleiter vermittelt Andreas Schwarz die Ayurvedische Massage mit einer ganzheitlichen Didaktik, professioneller Perfektion und menschlicher Tiefe. Die Integration der Signaturenlehre und Systemarbeit machen seine Massage- und Marma-Therapie zu einer besonders wirkungsvollen Körpertherapie nach den Prinzipien des Ayurveda.

Andreas Schwarz vermittelt seinen Teilnehmern ein umfassendes System, mit dem sie die Ayurvedischen Ölbehandlungen als physische Massagetherapie und psychische Prozessbegleitung im ganzheitlichen Sinne weitergeben können.

### Meine eigene Suche nach dem Wunderbaren

Immer wieder stoßen wir auf etwas, das uns fasziniert und begeistert. So auch ich, als ich die Welt des Ayurveda entdeckte. Etwas, das ich schon immer zu kennen glaubte, etwas Wunderbares, offenbarte sich mir. Und so wunderte es mich nicht, dass ich immer wieder außergewöhnliche Menschen treffen durfte, die mich auf meiner nun schon 40-jährigen Reise durch die Welt des Ayurveda begleitet haben. Ich habe den Ayurveda von seiner wissenschaftlich-klinischen Seite kennen gelernt und einige Jahre in einer Ayurveda-Klinik gearbeitet. Und ich habe ihn von seiner schamanischen Seite erfahren, der Seite, die mein Herz sehr viel stärker berührt hat. Es ist genau dieses schamanische Wesen des Ayurveda, das ihn für mich von unschätzbarem Wert sein lässt. Ayurveda kann uns helfen, unsere Traditionen wieder zu finden, er kann uns einen Weg zeigen aus einer Welt, die uns vor eine Wahl zu stellen scheint zwischen pharmazeutischem Reduktionismus oder blindem Aberglauben. Das eigene Erfahren, das Erleben schamanischer Bewußtseinszustände, ist die Antwort auf diese vermeintliche Wahl. Ich vermittele in meinen Ausbildungen diesen Aspekt des Ayurveda, den Aspekt des Wunderbaren, den Aspekt der Einbettung eines alten Wissens in einen neuen Geist.





## ANDREAS SCHWARZ

Körpertherapeut, Dozent für Ayurveda, Yoga und Naturheilverfahren

## GOTHLAND

Zentrum für Ayurveda, Yoga und Naturheilkunde • Ayurveda-Shop

Doris und Andreas Schwarz, Linsen 3, D-87448 Niedersonthofen  
Tel 0049(0)8379 -92 96 69, Mobil 0151 -11617586  
info@andreas-schwarz.org, www.andreas-schwarz.org

Mitglied im UBAl, Unabhängiger Berufsverband für Ayurveda und Indigene Medizin e.V.  
Gründungsmitglied im ADAVED (Deutscher Ayurveda Dachverband)