

# Inne halten

## *Inne halten*

### **MENSCHEN SIND WIE KOMPASSNADELN,**

*nach einer Weile ist unsere Kraft erschöpft  
und wir weisen Missweisungen auf.*

*Kompassnadeln muss man dann  
an einen großen Magneten legen,  
an dem sich ihre atomare Struktur wieder  
genau ausrichtet.*

### **IN ZEITEN DES WANDELS**

in denen das Alte nicht mehr und das Neue noch nicht trägt, brauchen wir Kraft entfaltende Neuausrichtung.

So tun als sei alles in Ordnung, das Festhalten an nicht mehr stimmigen Lebenskonzepten hingegen, raubt Kraft.

Gute Neuausrichtung braucht die Besinnung auf die eigene Mitte, dem tieferen Zuhause in uns selbst.

Wir müssen uns die Zeit nehmen, uns an diesen großen Magneten zu legen, um uns an das zu erinnern, was wir immer schon über unseren Weg wussten, jedoch im Vielen des Alltags aus den Augen verlieren.

### **NEHMEN SIE SICH EINE AUSZEIT**

mit Erholung in schöner Landschaft, schönen Räumen und einer Halt gebenden Struktur. Wir stellen täglich Räume zur Verfügung, in denen Körper, Seele und Geist sich wieder an das anschließen und erinnern können, was wirklich wichtig ist.

Wie in einem Kloster auf Zeit können Sie hier, mit professioneller Begleitung, inne halten, bis Sie innen wieder Halt erhalten.



# Sie bestimmen selbst, wie viel Zeit und Geld Sie investieren

*Sie bestimmen selbst wieviel Zeit und Geld Sie investieren*

## EINE HALT GEBENDE STRUKTUR

Der Tag beginnt mit gemeinsamer stiller Andacht

**VORMITTAGS** 1,5 Stunden Selbstergründung zusammen mit dem persönlichen Mentor, 1,5 Stunden für daraus resultierende Übungen des tieferen Selbstverstehens allein in naher Natur.

**NACHMITTAGS** Freude an wesentlicher meditativer und gemeinsamer Arbeit (Gärten, Wald, Haus) wie bei klösterlichen Exerzitien. Ausklang wieder mit Andacht

**ABENDS** Wellness mit Sauna, Hot Tub, Garten, Spazieren und gemütlichem Kaminzimmer, das zu Besinnung, Lesen oder Kreativität einlädt. Dazwischen ist reichlich Zeit zum Zubereiten der Mahlzeiten oder zum speisen im nahen Bio-Restaurant.

## WOCHENENDEN

Freitags: Diverse Workshop-Angebote | Samstags: Thermalbad mit Solebad, Saunalandschaft und Restaurant | Sonntags: Ruhetag ohne Programm.

## SIE BESTIMMEN DEN PREIS SELBST

Vom nebenstehend beschriebenen „Rund um sorglos“ Paket (Tagessatz von 195,- €\*), bis zum Basisangebot (33,- € pro Übernachtung + einem einmaligen Aufnahmegespräch, 1 Stunde / 100,- €), bestimmen Sie den Preis Ihres Aufenthaltes selber. Aus einer Auswahl von wohltuenden Angeboten, können Sie sich einfach Ihr eigenes Programm zusammenstellen. Entweder senden wir dazu die Preisliste unserer Angebote zu oder Sie entscheiden nach dem Aufnahmegespräch mit uns vor Ort. Die Kosten für die Prozessbegleitungsstunden können u. U. mit Ihrer Krankenkasse abgerechnet werden. Es können

weitere Retreat Gäste anwesend sein, doch gibt es keine zwingende Gruppenanbindung. So können Sie Beginn und Dauer Ihres Aufenthaltes, in Absprache mit uns, individuell gestalten. Sie verpflegen sich selbst oder im 10 Geh-Minuten entfernten Restaurant. (Beispielrechnung: Bio 3 Gänge Menu = 12,- € + 33,- € Übernachtung und je ca. 5,- € für Frühstück u. Abendbrot aus Selbstversorger Küche = ca. 55,- Vollpension). Bei Bedarf ist zusätzlich eine ärztliche Begleitung möglich. *\*bei einem Aufenthalt von mind. 7 Tagen, ansonsten 265,- €*

## UNTERBRINGUNG

– wählen Sie zwischen einem Einzelzimmer, einer idyllischen Klausur mit Holzofen oder dem Holle Haus am Waldrand.