

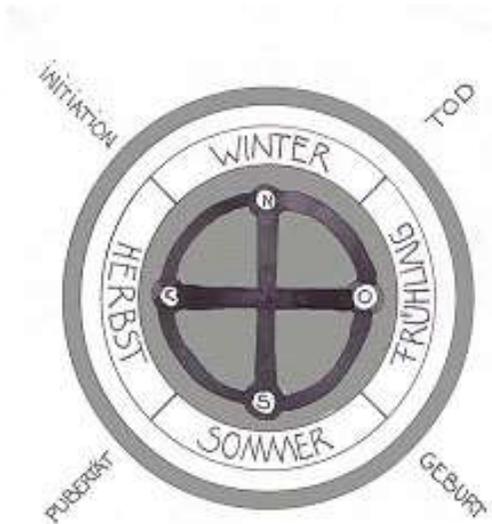
Das Medizinrad

Die 4 Schilde

Die 4 Himmelsrichtungen

Die 4 Schilde
der menschlichen Natur

Übergang und Gleichgewicht
zwischen den Jahreszeiten des
Lebens



Ferienseminar

25. Mai – 2. Juni 2024
an der Istrischen Küste/ Kroatien

mit Sylvia Koch-Weser

Inhalt

Die 4 Himmelsrichtungen

Die 4 Schilde der menschlichen Natur

Übergang und Gleichgewicht zwischen den Jahreszeiten des Lebens

Die 4 Schilde - entsprechend den 4 Himmelsrichtungen - stehen für die natürlichen Zyklen, wie sie sich im Tagesablauf oder im Lauf der 4 Jahreszeiten zeigen.

Auch der Mensch ist Teil dieser natürlichen Kreisläufe, nicht nur im Durchschreiten der "Jahreszeiten" seines Lebens, sondern auch in seinem Fühlen und Handeln in jeder Phase seiner Entwicklung.

Jede Himmelsrichtung kann dabei als ein Platz oder "Schild" mit einer besonderen Kraft, Qualität und Herausforderung gesehen werden.

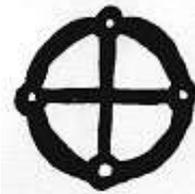
In diesem System lassen sich nicht nur die menschlichen Entwicklungsphasen mit ihren jeweiligen Aufgaben betrachten, es veranschaulicht auch ihre Beziehungen und Übergänge zueinander und wie man zwischen Ihnen eine Mitte, eine Balance finden kann.

Jedes Wachstum erfordert die Bereitschaft zur Wandlung.

Stagnation äußert sich im krampfhaften Festhalten an einem der 4 Schilde oder seiner Überbetonung.

Sie kann durch einen bewussten Schritt in das darauf folgende Schild und die Stärkung des gegenüberliegenden Schildes ausgeglichen werden.

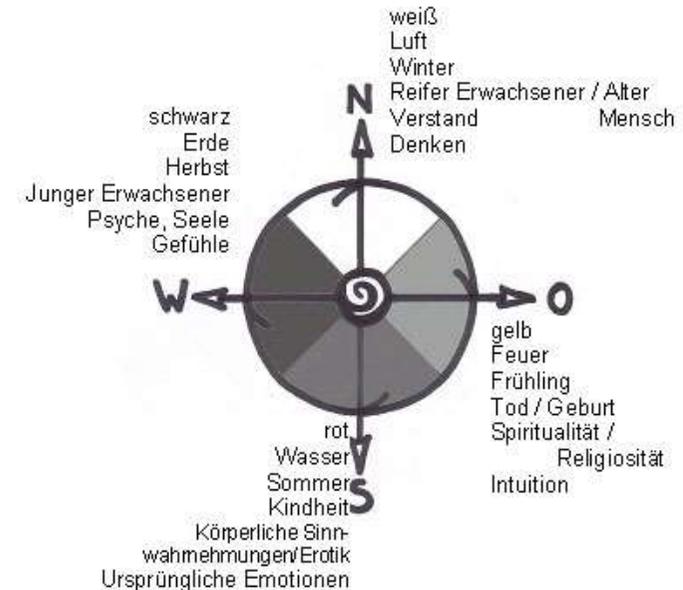
Nur wenn wir bereit sind, alle 4 Plätze im dauernden Kreislauf zu beschreiten, können wir uns als ganz erleben und in allen unseren menschlichen Qualitäten annehmen.



Programm

Jeder Himmelsrichtung wird ein ganzer Tag gewidmet.

Nach einer Einführung in das Wesen des jeweiligen Schildes, erforscht jeder für sich die Qualitäten und die Dimension dieses Schildes, wobei sie/er alleine mit einer ausgewählten Übung in die Natur geht.



Dabei ist freigestellt, wohin, wie lange und wie tief jemand geht. Die Erfahrungsorte können das Meer, der Berg, der Wald und auch die Nacht, die Dunkelheit sein.

Im Kreis kommen dann später die Erfahrungen zusammen und im Spiegeln der Bilder wird sichtbar, was ist, und wird fühlbar, was sein will.

Und es ist Zeit und Raum, sich mit einer ganz persönlichen Frage „ins Rad“ zu begeben....

Ein Tag bleibt ganz offen zur freien Gestaltung, z.B. Wanderung auf den Ucka, Badetag am Meer, Spaziergänge an der Küste, Besuch von schönen Plätzen oder Orten z.B.: Opatja, Pula...

In all den Tagen wird ausführlich Zeit zum Essen, Ausruhen und Genießen sein.

Der Platz

„O-Raj“ heißt „Oh...das Paradies!“ und liegt wie ein Adlerhorst am Schnittpunkt zwischen Himmel und Erde. An diesem großzügigen Platz, 350 m hoch an einem Hang des Ucka Gebirges, überrascht uns der weite und tägliche wechselnde Blick über das Adriatische Meer mit seinen Inseln Cres und Krk.

Das große private Gelände ist terrassiert, mit reichem Baumbestand; in der Umgebung sind Schluchten und Höhlen. Morgens grasen Rehe auf der Wiese vor dem Haus....

Es gibt weiche Grasmulden zum Liegen und Träumen ebenso wie luftige Sitze in den Felsen.

Ein großes Labyrinth nach kretischem Vorbild lädt zum Gehen und Meditieren ein, und unterstützt mit seiner innewohnenden Weisheit.



Bademöglichkeiten in idyllischen Felsbuchten mit kristallklarem Wasser an Küste Lovrans. (30-40 Min. zu Fuß, 10 Min. per Auto).

Die Übernachtungsmöglichkeiten sind vielfältig: im eigenen oder vor Ort gestelltem Zelt, im Holzhaus, im Dormitorium... im Zimmer bei einem Nachbarn.

In jedem Fall ist es sinnvoll, sich einen Schlafsack und eine Isomatte mitzubringen, um nach Bedarf im Tausend-Sterne-Hotel zu übernachten.

Und damit es auch richtige Ferien sind, unterstützen und verwöhnen uns einheimische Kräfte mit lukullischen Überraschungen.

Seminarleitung

Sylvia Koch-Weser, geb. 1955, Mutter von 3 Kindern, Diplom-Biologin. Mehrjährige Forschungsaufenthalte im Sahel Burkina Faso, Sinai u. der Sahara; leitet seit 1984 Kurse und Seminare rund um das Thema Mensch und Natur, wobei sie naturwissenschaftliches Fachwissen über Bäume, Tiere und Kräuter mit alter Heilkunde u. vor allem dem direkten Naturerlebnis verbindet. Fortlaufende Teilnahme an der 10jährigen „Lebensschulung“ von Hunter Beaumont und Gila Rogers. Visionssucheleiterin ausgebildet 1999 von Meredith Little und Steven Foster, School of Lost Borders, USA, Ausbilderin, Buchautorin. Council-Trainerin.



Organisatorisches

Anmeldung:

Schriftlich bei Sylvia Koch-Weser, Staudenweg 44, D-90451 Nürnberg, Tel.: 0911/ 64 5213, e-mail: Koch-Weser@gmx.de, und per Anzahlung von 350 Euro auf Kto.-Nr. 3300166430 der HypoVereinsbank, BLZ 760 200 70. Iban: DE 61760200703300166430 Swift Bic. HYVEDEMM460

Rücktritt: bis 6 Wochen vor Seminarbeginn 150 Euro, ab 6 Wochen vorher wird die Anzahlung einbehalten, ab drei Wochen vorher muss der gesamte Seminarbeitrag plus Unkostenbeitrag bezahlt werden, es sei denn, es wird eine Ersatzperson gefunden.

Zeit: Beginn am Sa. 25. Mai / 18.30 Uhr mit dem Abendessen und Ende am So. 2. Juni 2024 mit dem Frühstück. (Rückreisetag)



Kosten: Seminarbeitrag: 680 Euro

Für 8 Übernachtungen und regionaler/biol. Vollpension (Frühstücksbüffet, Mittagessen Büffet mit reichlich Salat, Hauptgericht und Nachtisch, Abendessen Büffet warm und Kuchen:

- **im eigenen Zelt** : 540 Euro

- **im vor Ort gestelltem Zelt:** 580 Euro

- **im Dormitorium** (3 Betten: 2x1,40 m, 1x1 m):

610 Euro, bei Einzelbelegung 700 Euro

- **im Holzhäuschen** (Bett 1,40 m) mit Veranda/ Moskitonetz: im DZ 630 Euro; als EZ 750 Euro

- Zwei Doppelzimmer mit Bad stehen auf Anfrage bei einem Nachbarn, ca 8 Gehminuten, zur Verfügung, 750 Euro

Dazu kommen **25 € Touristengebühr** und **P-Gebühr 15 €**.

Anfahrt: Mit dem Zug: München - Rijeka, durchgängig; Bus bis Lovran jede Stunde; dort Abholung mögl. od. Bus

Mit dem Flugzeug: nach Zagreb oder Ljubljana, von dort ca. 2 Std mit dem Bus nach Lovran, oder nach Rijeka /Krk weiter mit dem Bus, ebenso via Triest.

Mit dem Auto: (evtl. Fahrgemeinschaften bilden).

Ab Nürnberg (700km), München (540 km), Autobahn via Salzburg, Villach, Jesenice, Ljubljana, bis Postonja, dann weiter Landstraße bis zur Grenze; dann A bis Ausfahrt Opatija, Ičići, Lovran; In Lovran die noch vor dem Zentrum rechts abgehende Teerstraße (direkt vor der Tankstelle) nach **Lovranska Draga** nehmen und ca. 5.5 km fahren (Tulisevica) bis zum ersten kleinem weißen Hinweisschild nach links abgehend: **Oraj**. Etwa 500 m weiter endet dieser Weg direkt auf Oraj. **Haus O-Raj Tulisevica Nr 63**. Parkanweisungen ergehen gesondert.

Mitbringen: Bitte an feste Schuhe und Kleidung für alle Wetterlagen denken und eine Decke oder Sitzgelegenheit/Unterlage/ Back-rest für draußen mitnehmen. Außerdem Sonnenschutz, Mückenschutz Badekleidung und ein Handtuch fürs Meer. Ein kleiner Tagesrucksack, eine Wasserflasche und eine Taschenlampe sind für die Übungen nötig.

Personalausweis

Ab 1.1.2023 hat Kroatien den Euro.

