

# voll&ganz 2017

## Wahrnehmungs- & Bewusstseins-Training

Persönlichkeitsentwicklung,  
Selbsterfahrung & Selbsterforschung  
auf Basis östlicher & westlicher  
Modelle, Theorien & Praktiken.

**1 - Instinktebene** (Chakra 1 - 3)  
Zellbewusstsein & Körperintelligenz  
Instinkt, Spürsinn & Vitalität  
Mein Leben, meine emotionalen  
Bedürfnisse, mein Wille  
*Physischer und Ätherischer Körper*

**2 – Gefühlsebene** (Herz-Chakra)  
Mitgefühl & Herzintelligenz  
Geben & Nehmen  
Das Herz als Wandlerin  
Das spirituelle Herz  
*Emotional-Körper*

**3 – Bewusstseinssebene**  
Wahrnehmung, Kreativität &  
Kommunikation (Chakra 5 & 6)  
Verstand & Bewusstsein  
Konzentration & Meditation  
*Mental-Körper*

**4 – Das persönliche Selbst**  
Persönlichkeit (Chakra 1 – 6)  
Navigation mit dem Dritten Auge &  
Unterscheiden lernen  
*Geistiger (und Astraler) Körper*

**5 - Das Höhere Selbst**  
Der göttliche Funke - Umfassendes  
Mitgefühl, Schöpferbewusstsein &  
Erkenntnis  
Identität & Identifikation  
Ausrichtung & Präsenz

**Form:** 5 Tage, jeweils samstags  
(alle 6-8 Wochen)  
**Daten:** per Doodle zu ermitteln  
**Kosten:** 250.- / Tag  
**Teilnehmerzahl:** min. 6 / max. 10  
**Start:** ungefähr Februar 2017

Inhalt und Ablauf gestalten sich  
entsprechend der Dynamik und  
den Möglichkeiten der einzelnen  
Teilnehmer und der Gruppe.

Übungen, Meditationen, Austausch  
in der Gruppe & das Praktizieren in  
eigener Initiative ermöglichen es,  
die Erfahrungen zu vertiefen &  
zu integrieren.

*Infos & Anmeldung:*

**Praxis Tanja Elena Quirici**  
**Chinesische Medizin,**  
**Körpertherapie,**  
**Beratung & Schulung**  
**Tel: +41 (0)76 509 3939**  
**Mail: [praxis@tanjaquirici.ch](mailto:praxis@tanjaquirici.ch)**