



BewusstSEINs Seminare

Gabriele-Kathlen Kowalski M.A.

DELTA Institut

Modul I: Bewusst SEIN

Lebe ich im Augenblick?

Was heißt bewusst? Ich bin mir bewusst. Bewusstes Verhalten. Bewusstes Denken = Gedankenhygiene. Verantwortung & BewusstSEIN

Modul II: Ich BIN

Wer bin ich – wirklich?

Was heißt SEIN? Ego. Wir üben ich SEIN = Zustand des SEINs. Fühlen, berühren, Haptik

Modul III: Achtsamkeit

Achtsamkeit bewusst leben

Was bedeutet Achtsamkeit für mich? Wie kann ich es trainieren? Achtung, Wertschätzung in Liebe. Stille, Ruhe – Berührung. Was sind meine Gedanken?

Modul IV: All-Einheit

EINSSEIN mit ALLEM, was IST

Was ist das Gefühl - der Verbundenheit - des EinsSeins – Hypothesieren

Ort und Termin auf Anfrage.

Gerne auch als Inhouse Seminar oder für eine Gruppe buchbar.

Info: www.deltainstitut.de Büro: **089-6937 9452** Gabriele Kowalski: **0172-958 1882**

Kommunikationswissenschaftlerin, BWL, PSY (LMU München)

Geschäftsführende Gesellschafterin DELTA Institut

Leitung ALPHA ACADEMY & NOETIK SCHULE & AVALON EARTH PROJEKTE