



# **AVALON EARTH 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.***

---

**Anfrage: [info@deltainstitut.de](mailto:info@deltainstitut.de) bei Gabriele Kowalski M.A.**

Kommunikationswissenschaftlerin, BWL, PSY (LMU München)

Geschäftsführende Gesellschafterin DELTA Institut

Leitung AVALON ACADEMY & NOETIK SCHULE & AVALON EARTH PROJEKTE