



Ort:

Bildungshaus Greisinghof, A-4284 Tragwein, Mistlberg 20,
Tel.: 072 63 / 860 11, E-mail: bildungshaus@greisinghof.at
(Zimmer sind vorreserviert, Anmeldung bitte selbst vornehmen!)

Zeit:

17. November 2025 Beginn 10 Uhr bis
19. November 2025 Ende 13 Uhr (Mittagessen noch möglich)

Kosten:

200,- € Seminarbeitrag (Aufenthalt ist extra)

Seminarleitung:

Dr. phil. Max Kastenhuber, Jg. 1950, Klin.- u. Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut/System.Familienth., Fortbildung in Bioenergetik, Hypnotherapie, Traumatherapie

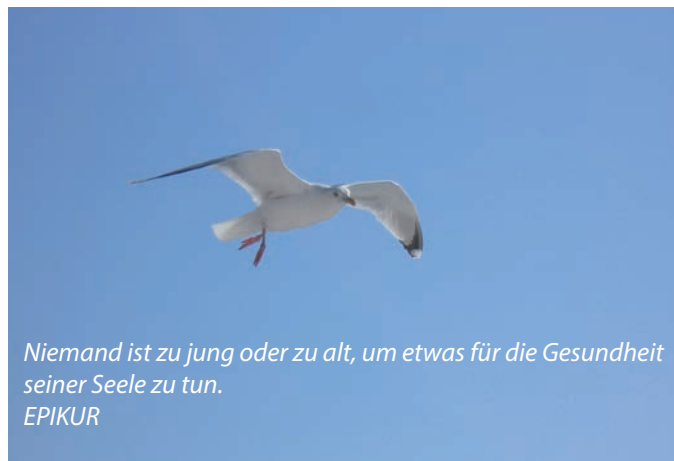
Anmeldung ab sofort:

E-mail: max.kahu@utanet.at oder per Telefon oder Brief:
Tel.: 0699 / 10 40 78 12 oder 073 2 / 77 70 15
Praxis: Dr. Max Kastenhuber, 4020 Linz, Industriezeile 4

Die Anmeldung ist verbindlich und wird gültig, wenn die Anzahlung von 50,- € oder der gesamte Seminarbeitrag auf dem Konto (HYPO-OÖ: AT81 5400 0001 0663 6640 BIC: OBLAAT2L) verbucht ist.

Ich erkenne folgende Bedingungen an:

Die Teilnahme erfolgt in Eigenverantwortung, aus eventuellen Folgen kann ich keine Ansprüche erheben. Eine durchgehende Anwesenheit ist erforderlich!



*Niemand ist zu jung oder zu alt, um etwas für die Gesundheit seiner Seele zu tun.
EPIKUR*

Jede Minute

*Kostbar der Herzschlag
jeder Minute
sie schenkt dir den Atem
erlaubt dir anzufangen
aufs neue*

*In deinem Augenstern
kreist die verwirrende Welt
ruht das Himmelsherz
jeder Minute*

Rose Ausländer



*Ich freu mich auf eine gemeinsame Wegzeit.
Mit lieben Grüßen und dem Wunsch für eine gute Zeit!
Max Kastenhuber*



Einladung zum Seminar

**DAS ERFÜLLTE
LEBEN SPÜREN!**

Mein Weg zur Mitte

Das erfüllte Leben spüren!

Jeder Mensch sehnt sich nach einem erfüllten und sinnvollen Leben. Diese Sehnsucht begleitet uns ein ganzes Leben und wird drängender, je älter wir werden. Die Lebenswelt des Alterns ist eine unbekannte und neue. Was bleibt, ist die Frage, was macht mein Leben aus, was ist die Mitte meines Lebens. Mit dem zunehmenden Alter, verblassten Erinnerungen, Gewohntes wird seltener und körperliche Beeinträchtigungen werden mehr. Begegnungen mit der Endlichkeit nehmen zu. Gleichzeitig stellen sich auch Aufgaben, wie Enkelkinder betreuen, sich für freiwillige Arbeit zur Verfügung zu stellen. Aufgaben, die der Beruf gestellt hat, die die Betreuung und Erziehung der Kinder gestellt hat, die sich aus Interessen ergeben haben, sind entweder nicht mehr vorhanden oder wandeln sich. Man hat mehr Zeit für sich selbst und Raum für neue Erfahrungen!



In diesem Seminar bekommst du die Gelegenheit, deinem Leben auf eine besondere Weise zu begegnen, indem Du Dich auf die Mitte des Lebens besinnst. Wie kannst Du deine reichhaltige Lebenserfahrung als die Fülle DEINES Lebens annehmen?

Du bekommst Zeit für dich selbst und in einer beschützenden und sicheren Atmosphäre, wirst du angeregt und ermutigt, den Weg zur Mitte deines Lebens aufzusuchen und anzunehmen. All das, was sich in deinem Lebensfluss angesammelt hat, soll dich für den kommenden Weg stärken und ermutigen!

Wir stellen uns die Frage:

»Wie gelange ich in meine Mitte?«

Was verbinde ich mit meiner Mitte, was lässt mich meine Mitte spüren, wo lebe ich aus meiner Mitte? Wie nehme ich mich in meinem Lebensfluss wahr? Mit Hilfe psychologischer und psychotherapeutischer Verfahren gehen wir diesen Fragen nach.

Das Ziel des Seminares: Stärkung der Verbindung zu dir selbst, um übereinstimmend mit Dir die Fülle deines Lebens befreiend und bereichernd spüren zu können! z.B. durch Förderung der Selbstannahme, des Selbstwertes und des Lebensmutes.

Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich besonders an Personen 50+, an jede und jeden, die/der sich auf die Einmaligkeit des eigenen Lebens einlassen mag, um daraus Mut für ein erfülltes Leben zu schöpfen!



*Die Monate haben es eilig.
Die Jahre haben es noch eiliger.
Und die Jahrzehnte haben es am eiligsten.
Nur die Erinnerungen haben Geduld mit uns.
Erich Kästner*



Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen

*Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,
die sich über die Dinge ziehn.
Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen,
aber versuchen will ich ihn.*

*Ich kreise um Gott, um den uralten Turm,
und ich kreise jahrtausendlang;
und ich weiß noch nicht: bin ich ein Falke, ein Sturm
oder ein großer Gesang.*

*Rainer Maria Rilke
20.9.1899, Berlin-Schmargendorf*