



Rainer Votsmeier

Rainer Votsmeier begleitet Menschen auf einer selbstbestimmten Entdeckungsreise zum eigenen Selbst durch die Integration von Persönlichkeitsentwicklung und Bewusstseinsarbeit. Seit über 25 Jahren verbindet er Mindfulness und Business im eigenen Handeln – als Geschäftsführer, Projektleiter, Seminarleiter oder Coach. Rainer forscht an der Grenze zwischen dem Bewussten und Unbewussten bzw. Unterbewussten und wie integrales Bewusstsein seine Wirkung entfalten kann. Die Ergebnisse seiner Forschungen wendet er heute in seiner Arbeit als Leadership Coach und Life Coach an.

Achtsamkeit ist bewusstes Präsentsein im jeweiligen Augenblick. Sie ist ein Lebensstil, eine bestimmte Art, aufmerksam und gegenwärtig zu sein. Ein Weg, im Hier und Jetzt zu leben und den Herausforderungen des Alltags zu begegnen. Indem wir Achtsamkeit praktizieren, akzeptieren wir vorbehaltlos die Wirklichkeit, ohne auf diese automatisch oder gewohnheitsmäßig zu reagieren.

Von der Zukunft her leben und gestalten – mit Intuition und Inspiration Orientierung im Leben finden 21. - 24.09.2023 (ab 18:00 bis 12:30 Uhr)

Erforschen Sie die Quellen einer tieferen Lebensorientierung und erfahren Sie, wie Sie sich kreativ und wirkungsvoll als Individuum oder als Gruppe ins Ganze einbringen können.

Im Zustand nach innen gerichteter Aufmerksamkeit zeigen sich Körperempfindungen, Gefühle und Gedanken. Wir beobachten, welche inneren Automatismen am Werk sind. Dazu nutzen wir die Weisheit des Körpers, der einen direkten Zugang zu unserem Unbewussten bietet. In kleinen Gruppen bieten wir den Rahmen für Erkundungsreisen im Hier und Jetzt. Studieren Sie dabei in gemeinsam gestalteten Räumen die Landkarte, die Ihre Alltagserfahrung prägt. Dabei entstehen Resonanz und eine reichhaltige Erfahrung.

Für wen?

Interessierte aus einem oder verschiedenen Unternehmen. Von sechs bis zwölf Personen.

Ziele

Intuition und Inspiration als Quellen für das eigene Leben erkennen. Achtsamkeitsbasiertes Zuhören kennenlernen. Quellen einer tieferen Lebensorientierung erforschen.

Wege der Vermittlung

Impulse zu theoretischen Grundlagen, erfahrungs- und achtsamkeits-basierte Formate zu Wahrnehmung und Intuition, Arbeit an der eigenen individuellen Lebensorientierung oder ggf. an der kollektiven Zukunftsausrichtung ihres Unternehmens.

Seminargebühr: EUR 596,-

Unterkunft/Verpflegung/Raumpauschale: EUR 396,- im Einzelzimmer (Doppelzimmer auf Anfrage)