



Newsletter Mai 2020



Liebe Leserin, lieber Leser,
mit Online-Seminaren und -beratungen haben wir in den letzten Wochen erstaunlich gute Erfahrungen gemacht. Auch unsere Jahresgruppen ab September 2020 bieten wir online an. Daher können Sie die Teilnahme an zwei Gruppen miteinander verknüpfen. Die Jahresgruppe zur Entfaltung unserer Herzensqualitäten lässt sich gut verbinden mit der Jahresgruppe zur inneren Bewältigung der Krisen in der Aussen- und Innenwelt, insbesondere der Klimakrise. Die Bildungswoche: "Achtsamkeit, innere Balance und Lebensfreude im November 2020 planen wir in den Räumen der Vhs Göttingen durchzuführen, da dort die Einhaltung von Mindestabständen leicht möglich ist. Zu Therapie- und Beratungssitzungen können sie uns persönlich - mit Corona-Abstand - in unserem großen Seminarraum oder online treffen. Viel Freude beim Lesen.
Herzliche Grüße
Ernst und Sigrid Schulze Bremer

Online Jahresgruppe 2020-2021 **Thema: Unsere Herzensqualitäten entfalten** **Informations-Abend 27. Mai 2020,** **Start der Gruppe am 9. September 2020**

Im fünften Jahr erforschen wir unsere Zugänge zu den mitfühlenden, kraftvollen und zarten Qualitäten unserer Seel und was uns davon abhält, diese aus vollem Herzen zu leben. Stille und geführte Meditationen und Begegnung bilden wie immer den Rahmen. [Mehr lesen](#)

Online Jahresgruppe 2020-2021 **Die innere Mitte stärken für Klima- und andere Krisen (Veranstalter: KVHS Norden)** **Informations-Abend 25. Juni 2020** **Start der Gruppe 23. September 2020**

Wie können wir es im Angesicht von Coronakrise, Klimakrise und persönlichen Krisen vermeiden, in Resignation und Zynismus zu verfallen. Wir erforschen, wie wir statt dessen unsere innere Mitte und Selbstregulation bewahren und in Frieden leben können.

[Mehr lesen](#)

Online Abendseminar /VHS Göttingen) **Klimakrise - innere Balance - Chancen, Termine: 24.09., 22.10. und 26.11.2020**

Wir erforschen in diesem dreiteiligen Seminar, wie wir durch Meditation und Achtsamkeit in unruhigen Zeiten Kraft schöpfen können und mehr inneren Frieden finden. Wie können wir uns bewusster im Herzen zentrieren, miteinander verbinden und den Herausforderungen des Wandels stellen. [Mehr lesen](#)