

Körper Psyche Lebenssinn

Wie kommen wir
zu einer Kultur der Gesundheit?



EMPOWERING CIRCLE
empowering-circle.org



Veranstaltung mit
Prof. Harald Walach und **Gabriele Lehner**
Sonntag, den 6. April 2014, von 14 – 18 Uhr
Sophiensaal, Sophienstr. 6, München

Körper – Psyche – Lebenssinn

Wie kommen wir zu einer Kultur der Gesundheit?

Der **Empowering Circle** e.V. lädt ein zu einer

Veranstaltung mit **Prof. Harald Walach**

und **Gabriele Lehner**

am **Sonntag, den 6. April 2014 von 14 – 18 Uhr**
im **Sophiensaal in München, Sophienstr. 6** mit

Vortrag, Diskussion und Körpererfahrung –
Raum für gemeinsame Initiativen

Die Erhaltung unserer Gesundheit ist trotz aller Weiterentwicklung von Medizin und Therapien eines der wichtigsten Anliegen unserer Zeit.

Können Ansätze, die die gesamte körperliche und geistige Lebenssituation des Menschen erfassen, hier weiter helfen? Was können wir bei steigenden äußeren Anforderungen, Druck und Sorgen für geistiges und körperliches Wohlbefinden tun? Wie uns innerlich freier fühlen von den möglichen Gebrechen des Lebens, mehr Verantwortung für Körper und Geist übernehmen? Brauchen wir eine neue **Lebenskultur** – eine **Kultur von Gesundheit**? Und: wie könnte diese aussehen?

Zum anregenden Austausch über diese Themen hat der Empowering Circle einen **Wissenschaftler** und eine **Körpertherapeutin** eingeladen.

Der klinische Psychologe, Philosoph und Wissenschaftshistoriker **Prof. Dr. Dr. Harald Walach** ist Professor für Forschungsmethodik komplementärer Medizin und Heilkunde und Leiter des Instituts für transkulturelle Gesundheitswissenschaften an der Europa-Uni Frankfurt/Oder. Die Frage nach Heilung und wie sie zustande kommt hat ihn zur Komplementärmedizin geführt. Denn hier wird Heilung vor allem als Selbstheilung verstanden, also als Anstoß, der dem Organismus helfen soll, sich selber zu heilen. Walach fordert, dass wir für unsere **Gesundheit selbst die Verantwortung übernehmen**.

Gabriele Lehner unterrichtet Rhythmik und Qigong und gibt Seminare zur Bewegungsschulung. Sie ist Lehrerin des tibetisch-buddhistischen Heilyoga Kum Nye, Achtsamkeit in Bewegung und Meditation. In ihren Seminaren geht es um Körperwahrnehmung und Bewusstseinschulung.

An diesem Sonntagnachmittag geht es uns darum zu erfahren,

- wie ein ganzheitlicher Blick auf Gesundheit aussehen könnte
- was es bedeutet, Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen
- wie eine heilsame Körperwahrnehmung möglich ist – anhand einer praktischen Erfahrung!

Der „Empowering Circle“ ist ein gemeinnütziger Verein, der Einzelne und Gruppen unterstützt, die durch persönliches Wachstum und eigene Bewusstseinsentwicklung neue Wege in die Zukunft freimachen wollen.

Eintritt: € 15.– / € 8.– (Schüler und Studenten)

Anmeldung:

Per Email bitte an: zukunft@empowering-circle.org

Ort:

München, Sophiensaal, Sophienstr. 6 –
nahe Stachus und Hbf

Veranstalter:

Empowering Circle e.V. - www.empowering-circle.org



EMPOWERING CIRCLE
empowering-circle.org