



Dr. Andreas Faux

Arzt für Allgemeinmedizin und Homöopathie • Schmerzbehandlung nach LnB • Biologische Therapie nach Hormonanalyse

„Welche Meditation passt zu mir?“

Meditationszyklus in der Ordination Dr. Faux

Sie kennen das sicher auch: Es gibt Tage oder sogar Wochen, da ist man so gestresst - man hetzt von einem Termin zum anderen. Es gibt so viele Dinge zu erledigen. Oft weiß man nicht mehr "wo einem der Kopf steht". Oder man steht vor neuen Lebensbedingungen - Entscheidungen sind zu treffen, große Aufgaben sind zu bewältigen.....
Man sehnt sich dann nach innerer Ruhe, einem Weg, um zu sich selbst finden zu können.

Es freut mich, Ihnen etwas ganz Besonderes in der Ordination anbieten zu können:

Herr **Stingeder Michael** Berufsgruppensprecher der Energetiker der Wirtschaftskammer OÖ, Diplom. Meditationsleiter, bietet in der Ordination Dr. Faux einen Meditationszyklus von 5 Abenden an:

„Wege zu sich Selbst - Finden Sie Ihren persönlichen Weg“

Ein Überblick und Einblick in die Welt der Meditation, deren Wirkweisen und der einfachen Umsetzung für mehr Lebensqualität im Alltag. Damit können Sie aus der großen Palette an Möglichkeiten Ihren Weg finden, um körperliches und geistiges Wohlbefinden zu erreichen! Eine konfessionsfreie Verknüpfung von alten Traditionen und moderner Gehirnforschung. Sie lernen unterschiedliche Zugänge kennen, um herausfinden zu können, was für Sie am besten geeignet ist.

Inhalte: Grundkenntnisse der Meditation; Auswirkung bzw. Anwendbarkeit im Alltag

Methoden: Sitzen in Stille, Gehmeditation, Geführte Meditation, je nach Gruppenentwicklung Organmeditation, Inputs über Theta-Wellen, usw.
Erklärungsmodell: Das 3-Ebenen-Modell

Ziel: VERSCHIEDENE Zugänge kennenlernen. Was eignet sich am besten für mich?

Ort: Ordination Dr. Faux

Zeit: jeweils Montag 13.01/ 20.01/ 27.01/ 10.02/ 24.02; 18h30-20.00h

Beschränkte Teilnehmeranzahl (10-12 Personen)!

Kosten: 169€ für 5 Abende

Anmeldung erbeten bis 17.12.2019 bei Fr. Feichtinger unter 0664/ 976 31 99; oder anmeldung@faux.at

Mitzubringen: Decke, Sitzkissen/Meditationshocker, bequeme Kleidung

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme! ☺