



Freundeskreis Schamanismus

Innerer Frieden im Alltag – schamanische Praxis der Mitte

„ZWISCHEN ALL DEN STIMMEN IM AUßEN WIEDER DIE LEISE,
KLARE STIMME IN DIR HÖREN – UND IHR VERTRAUEN.“

Dieser Workshop lädt dich ein, mit einfachen schamanischen Ritualen zurück in deine Mitte zu kommen – ohne Drama, ohne Spektakel. Im Kreis, in der Natur und in der Stille übst du, innerlich zur Ruhe zu kommen, dich zu erden und Frieden mit dir selbst, deinem Weg und deiner Geschichte zu schließen.

Innerer Frieden im Alltag – schamanische Praxis der Mitte

Der Alltag ist laut. Termine, Anforderungen, Erwartungen – von aussen und von innen. Zwischen all diesen Stimmen verliert sich oft die eine, die eigentlich zählt: die leise, klare Stimme in dir selbst.

Dieser Workshop führt zurück in die Mitte – ohne grosse Gesten, ohne Inszenierung. Mit einfachen schamanischen Ritualen, in der Stille, im Kreis und in der Natur des Herzbergs übst du das Innehalten, das Erden, das Ankommen. Es geht nicht darum, dem Leben zu entfliehen, sondern darin wieder Halt zu finden – bei dir selbst, in deinem eigenen Tempo, im Frieden mit deiner Geschichte.

Ein Wochenende zum Auftanken, Lauschen und Wieder-Verbinden mit dem, was in dir trägt.

Was dich erwartet:

- Erdungs- und Atemrituale für innere Stabilität im Alltag
- geführte Schamanische Reisen zum eigenen Kraftort
- Rituale der Stille: Innehalten, Lauschen, Dasein
- Herzrituale: Frieden schließen mit dir selbst und wichtigen Lebenskapiteln
- Kleine Übergangsrituale für Morgen, Abend und herausfordernde Momente

Dein Nutzen - auf einen Blick:

 Mehr innere Ruhe und Gelassenheit – auch wenn außen vieles in Bewegung ist

 Klareres Spüren deiner Mitte und deines eigenen Tempos

 Stärkere Verbindung zu deiner inneren Stimme und Intuition

 Einfache Rituale auf dem Herzberg und für Deinen Alltag

Für wen:

- ➔ Für Menschen die schamanische Praxis sanft und alltagstauglich kennenlernen oder vertiefen möchten
 - ➔ Für alle, die sich nach Stille, innerem Frieden und einem „Wieder-Ankommen“ bei sich sehnen
 - ➔ Keine Vorkenntnisse nötig – nur Offenheit und Respekt vor dem gemeinsamen Raum

Datum:

Freitag 13.Nov. - Sonntag 15.Nov. 2026

Kurszeit:

Freitag: ab 17:30 (Eintreffen)

Samstag ab 09.00 - 22:00

Sonntag 09:00 - 15:00

Ort:

Seminarzentrum Herzberg;

Kurspreis:

CHF 410.00

(exkl. Unterkunft und Verpflegung)

Kursleitung:

Heinrich Schwyter

Anmeldung:

Michèle Granacher

Zimmer selber buchen!

<https://www.herzberg.org/zimmerreservation/>

Informationen & Kontakt mit der Kursleitung

Heinrich Schwyter M.Sc. ·
@der TorWeg · +46 70 387 31 53
www.dertorweg.ch · Institut
Schwyter

Bitte beachten sie die AGB auf unserer Website