



Dankbarkeit

Kursprogramm
Breitenstein

26
27



BILDUNGSHAUS
BREITENSTEIN

TERMINE



JULI 2026

05. – 12.07.2026

NAIKAN

16. – 26.07.2026

Visionssuche

OKTOBER 2026

09. – 11.10.2026

Meditationszyklus 1

25.10. – 01.11.2026

NAIKAN

NOVEMBER 2026

13. – 15.11.2026

Erwachendes Bewusstsein

DEZEMBER 2026

04. – 06.12.2026

Meditationszyklus 2

JÄNNER 2027

02. – 05.01.2027

72 Stunden im Schweigen

22. – 24.01.2027

Das Dissoziieren

integrieren I

Februar 2027

12. – 14.02.2027

LSB Lehrgang

Auswahlseminar

19. – 21.02.2027

Identität

26. – 28.02.2027

Das Dissoziieren

integrieren II

MÄRZ 2027

05. – 07.03.2027

LSB Lehrgang Startmodul

19. – 21.03.2027

Meditationszyklus 3

21. – 27.03.2027

NAIKAN

APRIL 2027

09. – 10.04.2027

Bewegte Reise ins

innere Erleben

23. – 25.04.2027

Unberührbares berühren

MAI 2027

14. – 16.05.2027

Spiritualität – Das Ganze

sehen und erleben

27. – 30.05.2027

Meditationszyklus 4

JUNI 2027

11. – 13.06.2027

Sich der Lösung stellen

JULI 2027

15. – 25.07.2026

Visionssuche

AUGUST 2027

01. – 08.08.2027

NAIKAN



Dankbarkeit

Vor nunmehr 20 Jahren begann eine Vision konkrete Gestalt anzunehmen. Ein Zentrum für persönliche Entwicklung und Reifung war im Entstehen.

Dankbar für viele heilsame Prozesse, die wir begleiten durften und dürfen, in denen wir tiefe Einsichten in das menschliche Sein gewinnen und weitergeben konnten.

Dankbar für viele wunderbare Lehrer*innen und Menschen, die uns in diesem Gestaltwerdungsprozess begleitet haben und beigetragen haben, ein Kompetenzzentrum für persönliche Entwicklung aufzubauen.

Dankbar für unzählige Handgriffe der Unterstützung in Haus und Garten

Dankbar für alle finanziellen Unterstützungen

Dankbar für ganz viele Menschen, die uns großes Vertrauen entgegen gebracht haben, die wir in Seminaren, in AUSZEIT, in persönlichen Beratungen begleiten durften

So wollen wir in Dankbarkeit und Vertrauen diesen Weg weitergehen; Menschen begleiten und offen sein für das was sich entwickeln und zeigen mag.

Von ganzem Herzen mit auf dem Weg
Joseph, Lisbeth und Elisabeth



LEHRGANG ZUM/ZUR LEBENS- UND SOZIALBERATER*IN

*„Nur wer die Auseinandersetzung mit sich selber wagt,
kann auch anderen auf ihrem Weg der Selbstfindung,
in der für ihn passenden Form, hilfreich zur Seite stehen.“*

(Franz Ruppert)

Die Entwicklung der eigenen sozialen Kompetenz steht auch bei dieser LSB-Ausbildung nach den neuen Ausbildungskriterien im Vordergrund. Erst durch die eigene Entfaltung und Reifung wird neben der fachlichen Ausbildung der Weg frei, um heilsam mit Menschen arbeiten zu können.

In dieser Ausbildung wird verstärkt Wert auf die eigene Entwicklung sowie die Gruppen- und Gemeinschaftsfähigkeit gelegt. Dies sind die beiden Voraussetzungen um gedeihlich mit Personen, Familien und deren komplexen Interaktionsprozessen arbeiten zu können.

Viele Themen und Rahmenhandlungen, die wir in den Ablauf der Ausbildung einbinden, binden uns wieder ein in alte heilsame Traditionen. Hier geht der Lehrgang von der strukturierenden und zentrierenden Kraft von Lebensmodellen aus, die das ganze Leben von der Geburt bis zum Tod umfassen. Formgebende Themen werden nicht nur als Einzelthemen gelehrt, sondern auch als strukturgebender Rahmen genutzt.

Der Lehrgang wird in einer gemeinsamen, gleichbleibenden Lehrgangsgruppe durchgeführt, damit Gruppenprozesse selbst erlebt und reflektiert werden können.

C.G. Jung ... Dennoch: Probleme sind nützlich. „Das seelische Leben des Kulturmenschen ... ist voll Problematik, ja es lässt sich ohne Problematik gar nicht denken“, schreibt er. „Unsere seelischen Vorgänge sind zum großen Teil Überlegungen, Zweifel, Experimente ... Die Existenz der Problematik verdanken wir dem Wachstum des Bewusstseins. So bedeutet jedes Problem die Möglichkeit zu einer Erweiterung des Bewusstseins, zugleich aber auch die Nötigung, von aller unbewussten Kindhaftigkeit und Naturhaftigkeit Abschied zu nehmen.“



Joseph Badegruber
Lisbeth Bayer
Elisabeth Löw-Baselli

Auswahlmodul
voraussichtlich
12. – 14. Feb. 2027
Beginn März 2027





AUSZEIT

am Breitenstein

„Es soll klarer werden, dass wir keine mechanischen Apparate oder festgelegte Persönlichkeiten sind, sondern vielmehr „verkörperte Prozesse“, die jede Sekunde des Lebens in Verbindung mit nährenden Ressourcen bleiben müssen. Wir können uns als in jedem Augenblick neu geschaffen erleben, und daher haben wir immer eine Chance auf Gesundheit und Wohlbefinden.“

(Johannes B. Schmidt)

Auszeit am Breitenstein bietet die Chance, sich des eigenen Lebens bewusst zu werden. Wieder zu entdecken, was Du tatsächlich brauchst und Dich berechtigt erleben, es auch wirklich zu bekommen. Auszeit ist kein fertiges Konzept – es entsteht mit jeder Person neu und wird individuell mit Dir entwickelt.

Krisen haben selten nur eine Ursache. Oft erleben wir, dass Menschen schon lange weit über ihre Belastungsgrenzen gehen. Wenn dann noch aktuelle Anlässe hinzukommen, kommt es zum Zusammenbruch. Aber auch in Zeiten, in denen man sich gut und stabil fühlt, kann eine Auszeit für Deinen persönlichen Entwicklungsweg sehr wertvoll sein.



Joseph Badegruber
Lisbeth Bayer
Elisabeth Löw-Baselli

Termine
nach Vereinbarung



Detailfolder anfordern!

SELBSTERKENNTNIS



„Der Geisteszustand der Fülle ist stets mit der Empfindung tiefer Dankbarkeit verbunden.“

- IDENTITÄT – REIFUNG IN DER ZWEITEN LEBENSHÄLFTE
- BONDING – HALT FINDEN – GEHALTEN SEIN
- VISIONSSUCHE
- NAIKAN – FRIEDEN FINDEN MIT DER EIGENEN GESCHICHTE
- CRANIOSACRALE BIODYNAMIK
- ENERGIE IM BLICKFELD



IDENTITÄT

Wer bist du in der zweiten Lebenshälfte?

„Das Große ist nicht dies oder das zu sein, sondern man selbst zu sein.“

(Søren Kierkegaard)

Die Lebensmitte ist oft eine Zeit, in der wir meinen, sicher im Leben zu stehen. Zielgerichtete und meistens erfolgreiche Lebenskonzepte geraten in der zweiten Lebenshälfte jedoch manchmal durch Krisen ins Wanken. Die Lebensübergangsphase, die wir als „Wechsel“ bezeichnen, eröffnet uns die Möglichkeit unser Leben neu auszurichten und zu vertiefen.

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit diesen Themen und mit der Frage, was ist gereiftes Menschsein? Worum geht es, wenn C. G. Jung sagt: In der zweiten Lebenshälfte geht es darum, das „innere Haus“ zu bestellen.

Wer bin ich geworden? Was ist noch nicht geliebt? Wo sind Schrammen, Verletzungen und Wundungen die heil werden wollen? Was konnte sich gut entwickeln und darf sich künftig mehr zeigen, verändern und vertiefen.

Mit diesem Seminar sprechen wir in erster Linie Menschen ab der Lebensmitte an.



Joseph Badegruber
Lisbeth Bayer

Termin

19. – 21. Feb. 2027

Kosten

€ 300,-

zzgl. Verpflegung
u. ggfs. Nächtigung





BONDING

Halt finden – Gehalten sein

So, wie man einem Verhungerten leibliche Nahrung gibt, so gibt man einem emotional Verhungerten seelische Nahrung, damit er seine psychosozialen Grundbedürfnisse befriedigen kann. (Casriel)

BONDING stillt unser Bedürfnis nach körperlicher Nähe und emotionaler Offenheit. Es befähigt uns, anderen emotional und körperlich nahe zu sein.

Dazu brauchen wir physische und emotionale Räume, in denen wir diese Erfahrungen des Haltens und Gehalten-Werdens machen können. Eine Atmosphäre des Vertrauens und der Sicherheit ist eine unabdingbare Voraussetzung für diesen Weg.

Denn Menschen, die gehalten, angeschaut und angehört werden, die sichere Bindungen eingehen und vertrauensvolle Nähe zu anderen aufbauen können, sind belastbarer in Krisen und widerstandsfähiger gegenüber Erkrankungen, Süchten oder destruktivem antisozialen Verhalten.



Joseph Badegruber
Elisabeth Löw-Baselli

Bonding-Basis
Termin in Planung

Kosten
€ 300,-
zzgl. Verpflegung
u. ggfs. Nächtigung





VISIONSSUCHE

für Frauen und Männer

„Die größte Lüge in unserer modernen Zeit besteht darin, dass man uns glauben gelehrt hat, dass wir getrennt von der Natur sind“.

(Steven Foster, *School of Lost Border*)

Die Entwicklung unserer Zivilisation machte uns zu Bewohnern von Kultur- und Konzeptwelten. Ausdruck davon sind gesundheitliche, sowie ökologische Krisen. Naturabwehr bedeutet für uns Menschen Selbstentfremdung.

Erst wenn ich den Rhythmus zwischen Natur und Kultur, zwischen einem Ich- und einem Seelen-zentrierten Dasein wiederfinde, wird etwas in mir ruhig und kraftvoll.

Das „Rad des Lebens“ begleitet uns in diesen zehn Tagen in der Natur. An vier Tagen und Nächten sind wir alleine an einem Platz um ganz in Verbindung mit unserer Seinsnatur zu sein.

Fragen formen sich zu einer Ahnung oder Antwort für mich und meine Aufgabe in meinem Leben.



Joseph Badegruber
Lisbeth Bayer

Termine

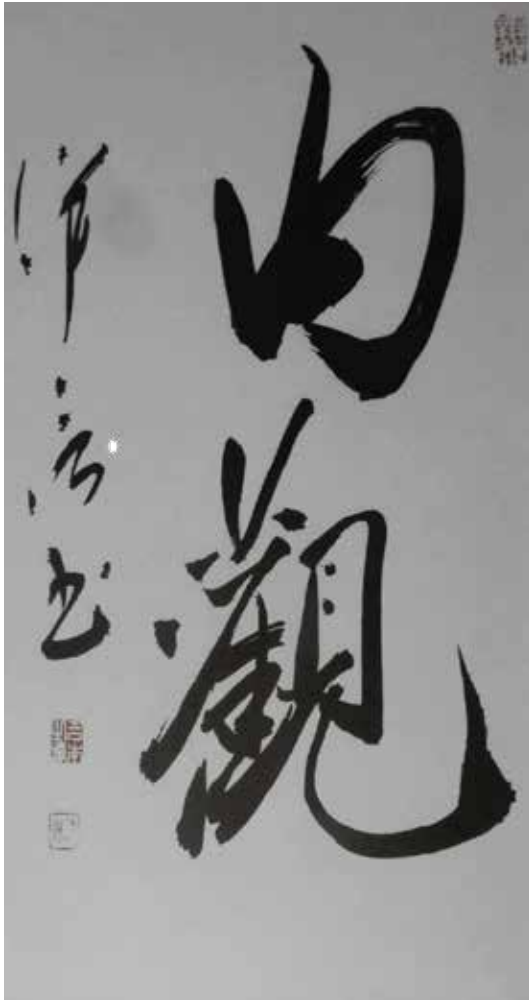
16. – 26. Juli 2026

15. – 25. Juli 2027

Kosten

€ 1.100,- (all incl.)





NAIKAN

Frieden finden mit der eigenen Geschichte

„Je klarer die Psyche, umso heller das Licht“

(Willigis Jäger)

NAIKAN bedeutet: NAI – innen , KAN – Schau. Die Grundlage dieser intensiven Einzelselbsterfahrung ist, dass wir uns erst in der konkreten ganzheitlichen Erfahrung tiefer verstehen lernen. Durch die Reduktion von Außenreizen, wie Aktivität, Medien, Lärm, Menschen..., und die gleichzeitige Ausrichtung auf innerpsychische Prozesse bekommen wir Zugang zu unserem Innenleben.

Naikan ist Selbsterfahrung in Stille, der Prozess wird durch drei Fragen strukturiert:

- Was hat eine bestimmte Person in einem bestimmten Zeitabschnitt für mich getan?
- Was habe ich in diesem Zeitabschnitt für diese Person getan?
- Welche Schwierigkeiten habe ich in diesem Zeitabschnitt dieser Person bereitet?

Diese Fragen führen uns zu unserer eigenen Geschichte und sind ein stiller Weg zur Versöhnung mit ihr.



Joseph Badegruber

Termine

05. – 12. Juli 2026
25. Okt. – 01. Nov. 2026
21. – 27. März 2027

Kosten

€ 1.020,- (all incl.)



CRANIOSACRALE BIODYNAMIK

Körper und Seele im Gleichgewicht

*„Schicke Liebe voraus und berühre erst dann
Schicke Segen voraus und berühre erst dann
Schicke Vertrauen voraus und berühre erst dann“*

(Dieter Duhm)

Craniosacrale Biodynamik ist eine sanfte Art der Körperarbeit, die die natürlichen Selbstheilungskräfte, die dem Körper innewohnen, unterstützt und fördert. Sanfte Berührungen helfen dem Körper, tiefsitzende Verspannungen und Blockaden loszulassen und wieder zu seiner ursprünglichen Gesundheit und seinem seelischen Gleichgewicht zu finden.

Craniosacrale Biodynamik betrachtet den Menschen als ganzheitliches Wesen. Körper, Seele und Geist stehen in enger Wechselwirkung miteinander. Das Gesunde im Menschen, das jeder Zelle innewohnt, wird angesprochen. Körper eigene Ressourcen werden dabei unterstützt, wieder in den Vordergrund zu treten und so das körperliche, seelische und emotionale Gleichgewicht wieder herzustellen.



Elisabeth Löw-Baselli

Termin:

nach Vereinbarung
Tel.: 0676 88 0 88 302



ENERGIE IM BLICKFELD

*„Die Frage ist nicht, auf was du schaust, sondern was du siehst“
(Henry David Thoreau)*

Biofield Viewer

Der Biofield Viewer macht die Interferenzmuster zwischen dem menschlichen Biofeld und einem standardisierten Beleuchtungssystem sichtbar.

Symmetrien und Asymmetrien der Aufnahmen führen bildhaft vor Augen, wie sich einerseits Stresssituationen, Traumata etc. auf der Körperebene manifestieren und wie sich andererseits Meditieren, Auszeiten und anderes auf das Biofeld auswirken. So bekommt die eigene Wahrnehmung „bunt auf weiß“ sichtbare Anhaltspunkte.

Herzratenflexibilitätsmessung

Das Gerät zur Herzratenflexibilitätsmessung (HRF) zeichnet ein 24-Stunden-EKG auf. Aus dem zeitlichen Abstand zwischen zwei Herzschlägen und der Flexibilität dieser Abstände lässt sich herauslesen, wie das Herz auf unterschiedliche Belastungen reagiert.

Die Fähigkeit des Körpers eine Balance zwischen Aktivität und Entspannung zu finden, wird sichtbar. Ganz im Sinne von „mehr von dem, was gut tut und weniger von dem, was schadet“ kann jede/r einzelne aus der eigenen HRF seine/ihre Schlüsse ziehen.



Joseph Badegruber
Elisabeth Löw-Baselli

Termine

nach Vereinbarung

Kosten

je € 90,-

TRAUMA



„Dankbarkeit ist die liebevolle Anerkennung dessen, was uns hilft, stützt und trägt.“

- TRAUMA UND BEZIEHUNG – GEHT DAS ZUSAMMEN?
- UNBERÜHRBARES BERÜHREN
- DAS DISSOZIIEREN INTEGRIEREN I & II
- SICH DER LÖSUNG STELLEN

TRAUMA UND BEZIEHUNG – geht das zusammen?

„Schau Dich an. Schau Dich um. Unglückliche Menschen, wir sind völlig abgekapselt von unserem Gehirn und Körper. So viele Menschen leben mit ihrem Verstand und nicht mit Emotionen.“

(Marina Abramović)

Traumatisierung verändert. Ein Akut-Trauma können wir an konkreten Situationen festmachen und so sind wir – mit Unterstützung – häufig in der Lage, unser Leben halbwegs normal zu gestalten.

Viel subtiler und weit häufiger sind Entwicklungs-traumatisierungen wie etwa die Erfahrung des Embryos, des Säuglings, des Kleinkindes, das dringend benötigte Zuwendungen- oft über einen längeren Zeitraum- entbehren musste. Diese Erfahrungen hinterlassen im Gehirn Spuren, die verhindern, dass wir Sicherheit im Umgang mit Menschen erleben können. Die Auswirkungen erleben wir in unseren Paarbeziehungen und in unserer Elternschaft.

Damit Beziehung gelingen kann, versucht dieses Seminar das Verständnis für innerpsychische Prozesse zu vertiefen.



Joseph Badegruber
Elisabeth Löw-Baselli

Termin
in Planung

Kosten
€ 300,-
zzgl. Verpflegung
u. ggfs. Nächtigung
€ 500,-/Paar
zzgl. Verpflegung
u. ggfs. Nächtigung





UNBERÜHRBARES BERÜHREN

Ein „Gut-tu-Seminar“ zur (Trauma-)Heilung von Unerlöstem

Lebendig und wirklich zu sein, danach sehnt sich jeder. So tief sitzt in uns das Verlangen nach Vitalität, Freude, Beglückung und Dasein, dass wir den Hunger danach nicht länger ausblenden können. Wir können nicht leben, wenn wir zurückbleiben hinter dem, was wir im Wesen sind. Es treibt uns in jedem Lebensalter nach der gefühlten Verbindung mit unserem tiefsten Sein. All diese Erfahrungen reichen tief in unser körperliches, emotionales, neuronales, kognitives und spirituelles Welt- und Beziehungserleben. Sie bestimmen unsere Erfahrung von Körperlichkeit, in der Welt sein und Sinnstiftung. Wo aber lernen wir Zartheit, Behutsamkeit, Achtsamkeit, Absichtslosigkeit und Langsamkeit, die uns gefühlte Sicherheit und eine verlässliche Qualität von Präsenz und Dasein vermitteln? Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, sich der eigenen Seins-Natur zu nähern, sanfte Traumaheilung einzuladen und dabei vom Kreis der unterstützenden Gruppe gehalten zu werden. Denn übertriebene Selbständigkeit und Unabhängigkeit führt zu Symptomen wie Vereinsamung oder psychoemotionaler Verstimmung – ein Leben auf Sparflamme neigt zum Erlöschen.



**Dr. Dipl. Psych.
Johannes B. Schmidt**

Termine

23. – 25. April 2027

Kosten

€ 650,-
zzgl. Verpflegung u.
ggfs. Nächtigung





DAS DISSOZIIEREN INTEGRIEREN I & II

Dissoziation verstehen – der fehlende Schlüssel zum Ganzsein, zur Lebendigkeit und eigener Kraft

Dissoziation ist ein sensibles und schwieriges Gebiet. Es ist immateriell, subtil und doch sehr wirksam. Die Störung des inneren Erlebens und Zusammenhanges von Bewusstsein, Gedächtnis, Identität und Wahrnehmung kann subtil, unscheinbar oder auch massiv und lebensbeschränkend sein.

In diesen Seminaren werden wir uns ein Verständnis dissoziativer Daseinsituationen erarbeiten und uns vorwagen in die oft sublimen und subtilen Welt unkartierter Aussen- und Innenräume, bis sich die Innenwelten und Erfahrungen integrieren können zu einer Ganzheitserfahrung, die uns leben lässt.

Zielgruppe:

Therapeuten und Menschen in sozialen Berufen, die auf effektives Verständnis und Begegnungswirksamkeit angewiesen sind. Es sollte erhebliche Selbsterfahrung, Erfahrung mit Klienten, sowie Traumaarbeit vorliegen.

Kein Anfängerseminar!



**Dr. Dipl. Psych.
Johannes B. Schmidt**

Termine

Teil 1:

22. – 24. Jän. 2027

Teil 2:

26. – 28. Feb. 2027

Kosten

€ 1.500,-

zzgl. Verpflegung u.

ggfs. Nächtigung



SICH DER LÖSUNG STELLEN

Systemische Aufstellungsarbeit

In diesem Seminar werden unsichtbare und manchmal unfühlbare Loyalitätsbindungen in Familien-, Berufs- und inneren Persönlichkeit-Systemen mit Hilfe der Teilnehmer mit Systemaufstellungen anschaulich gemacht.

Es zeigen sich Bindungen, die in unseren Beziehungen zu dem Gefühl von Belastung, Verstrickung und Unglück führen und die darüber bestimmen, wie wir (oft) unbewusst unsere Beziehungen gestalten.

Wo die zugrundeliegende Dynamik durch das sog. Aufstellen des inneren Bildes gezeigt wird, kann der Weg frei werden für einen (Selbst-)Prozess, der mittelbar zur Klarheit und Verwirklichung unseres Selbst oder zur Gestaltung klarer und kraftvoller Beziehungen führt. Ein unter Umständen überraschender und oder emotional bewegender Lösungsprozess beginnt.



Dr. Dipl. Psych.
Johannes B. Schmidt

Termine
11. - 13. Juni 2027

Kosten
€ 650,-
zzgl. Verpflegung u.
ggfs. Nächtigung



SPIRITUALITÄT



„Dankbarkeit ist eine Verbeugung vor allem, was uns zum Segen gereicht; ob klein oder groß. Dankbarkeit ist Vertrauen ins Leben selbst.“

- PRAXIS DER MEDITATION
- WOCHENENDE IM SCHWEIGEN
- BEWEGTE REISE INS INNERE ERLEBEN
- DER WEG ZUR MITTE
- ERWACHENDES BEWUSSTSEIN
- SPIRITUALITÄT
- STUDIENREISE NACH NORDDEUTSCHLAND



PRAXIS DER MEDITATION

Einübung in geistige und körperliche Haltung

Stille bewahren, Welch seltsamer Ausdruck!

Es ist die Stille, die uns bewahrt.

(Georges Bernanos 1888-1948)

Meditation ist die natürlichste Sache der Welt. Sie ist jedem Menschen innewohnend. Jedes Kind und jeder Erwachsene kennt Phasen der Sammlung und Konzentration und erlebt sie als heilsam. In der Meditation wird dieser Zustand bewusst angestrebt und eingeübt.

Zur Meditation eingeladen sind alle, ob Beginner oder Personen, die bereits Meditationspraxis haben und diese in einer Gruppe praktizieren möchten.



Joseph Badegruber

Montag 19.00 Uhr
regelmäßige
Meditationsabende.
Anmeldung erbeten.

Kosten

freiwillige Spende



WOCHENENDE IM SCHWEIGEN

Meditation ist Schattenarbeit – in Stille

Zuerst mal, lass deinen Kopf los – dann alle Ablenkungen, eine nach der anderen. Umarme das Licht und lass dich von ihm leiten hinaus über die Winde des Verlangens. Dort wirst Du die Quelle finden und belebt von ihrem guten Wasser wirst du Früchte tragen wie ein Baum – für immer

(Rumi)



Joseph Badegruber

„Meditation“ kommt von „meditari“, bedeutet also ein Zur-Mitte-Hingegangen-Werden, nicht ein aktives Zur-Mitte-Hin-Gehen. Es ist etwas, das den Menschen von innen her und nach innen hin sammelt. Diese Mitte ist letztlich das eigene Wesen, der transzendente Kern des Meditierenden selbst. Die Verwandlung, um die es in der Meditation geht, vollzieht sich als Prozess. So tritt allmählich das Wesen selbst ins Innesein und der Mensch fühlt sich wie neu geboren.

Dieses Schweigeseminar ermöglicht eine vertiefte Erfahrung in der Praxis der Meditation. Sitzmeditation, inhaltliche Impulse und Bewegung in der Natur bilden hier ein heilsames Ganzes, dessen zentraler Bestandteil die Übung der Achtsamkeit ist.

Termine

02. – 05. Jän. 2027

Kosten

€ 350,-
zzgl. Verpflegung u.
ggfs. Nächtigung





BEWEGTE REISE INS INNERE ERLEBEN

Drehtanz für Einsteiger:innen und Fortgeschrittene

Unser Körper ist ein wunderbares Instrument, um unsere innere Erlebniswelt zu erforschen und aus ihr zu schöpfen. Mit dem Drehtanz begeben wir uns auf eine bewegte Forschungsreise.

Der Drehtanz greift die Bewegung der tanzenden Derwische auf und ermöglicht uns neue Erfahrungen: in Form bewegter Meditation, als Momente der Präsenz und Aufmerksamkeit, als Werkzeug, um aufkommende Emotionen zu durchleben oder als besonderes Körperereignis. Wir begleiten Sie von der theoretischen Einführung zu den ersten Umdrehungen, über freudvolle Körperarbeit hin zu den gemeinsamen Sessions, bei denen sich Ihr persönliches Erleben entfalten kann.



Verena Forster
Veronika Oberndorfer

Termin
09. - 10. April 2027

Kosten
€ 150,-
zzgl. Verpflegung u.
ggfs. Nächtigung



DER WEG ZUR MITTE

Meditationszyklus 26/27

„Richtiges Handeln ist nur dann möglich, wenn der Verstand still ist und der Mensch die Wirklichkeit, das 'was ist', sehen kann. Das Handeln, das aus diesem Sehen entspringt, ist frei von Berechnung, frei von Vergangenheit, frei von Gedanken und Ursachen.“

(Krishnamurti)

Der Meditationszyklus baut auf verschiedenen traditionellen und modernen Themenbereichen auf. Ausgehend von der Biologie, der Gehirnforschung und dem gesamten Bereich der Neurowissenschaften tritt der etablierte Bereich der Religionen, als der Hauptzugang zu Meditation, zunehmend in den Hintergrund. Heimat der Meditation ist inzwischen die Bewusstseinsforschung sowie neurowissenschaftliche Erkenntnisse hin zu Epigenetik – Einfluss unserer Gedanken und Emotionen auf unsere Gene.

In diesem Meditationszyklus werden wir uns in meditativen Prozessen selbst besser kennen und verstehen lernen. Der Meditationszyklus ist gedacht für Menschen, die ihre persönliche Bewusstwerdung bzw. Vertiefung ihres Weges als Ziel, oft auch als Notwendigkeit erachten. Das Potential zu spüren und das Gefühl zu haben, es warte da noch etwas darauf, geweckt und entdeckt zu werden. Hier geht es um Selbsterkenntnis und um die Treue zu einem eigenen Entwicklungsweg.

Meditative Vorerfahrung und geistige Offenheit sind sinnvolle Voraussetzungen für den Meditationszyklus. Der Meditationszyklus ist für Menschen, die ein Jahr lang einen vertieften, begleiteten Weg gehen und den gesamten Zyklus absolvieren wollen, verbunden mit einem persönlichen Übungsweg im Alltag.



Joseph Badegruber

Termine (nur gemeinsam buchbar):

09. – 11. Okt. 2026
Fr. 14:00 – So. 13:00 Uhr
04. – 07. Dez. 2026
Fr. 14:00 – Mo. 13:00 Uhr
19. – 21. März 2027
Fr. 14:00 – So. 13:00 Uhr
27. – 30. Mai 2027
Do. 14:00 – So. 13:00 Uhr

Kosten

€ 360,- je Modul,
zzgl. Verpflegung u.
ggfs. Nächtigung

ERWACHENDES BEWUSSTSEIN

von Körper, Geist und Seele

„Die Krise des Gesundheitswesens hat nicht in erster Linie mit Geld, Zugang oder Technologie zu tun. Es handelt sich um eine Krise des Bewusstseins.“

(D. Church)

Absicht dieses Seminars ist, die Zusammenhänge von Seele – Geist – Bewusstsein – Körper auf der persönlichen Ebene anzuschauen und ein Bewusstsein zu entwickeln, wie wir in diese Zusammenhänge zu unserem Wohl im Alltag, Einfluss nehmen können. Ein zielgerichtetes Bewusstsein hilft uns dabei, unser Leben gut zu organisieren.

Unsere internen Reaktionen auf bestimmte Erfahrungen, auf unsere Gedanken und unsere Bedeutungsgebung, sind häufig Zustände von emotionalem Stress, der sich wiederum in körperlichen Symptomen zeigt. Mich selber, meine Gedanken, meine Reaktionsweisen, meinen Körper feiner wahrzunehmen und ihn zu verstehen, ermöglicht mir heilsamer mit mir selber zu sein.



SPIRITUALITÄT

Das Ganze sehen und erleben

*Spiritualität ist der geistige und existentielle Kern,
der uns erst zu Menschen macht.*

Immer mehr stellt sich heraus, dass eine zunehmende Anzahl von Menschen mit belastenden psychischen Zuständen, von Ängsten und Depressionen, etc. zu tun hat.

Gelebte Spiritualität stellt sich als wirksame Praxis gegen psychische Probleme, vor allem gegen Depressionen heraus. Sie wirkt wie ein Schutzschild und macht uns resilient.

Spiritualität ist in unseren Genen angelegt wie ein Talent zb. zur Musik. Ob und wie sie sich entfalten kann, ist abhängig von dem Platz den sie in unserem Leben erhält.

In diesem Seminar gehen wir unseren eigenen, ganz persönlichen spirituellen Wurzeln nach. Bilder, Texte, religiöse und spirituelle Erfahrungen die einen besonderen Wert für mich haben und die Art und Weise, wie wir diese im Alltag zu unserem Wohle integrieren, begleiten uns in diesem Seminar.



Joseph Badegruber
Lisbeth Bayer

Termin 1:

Erwachendes
Bewusstsein
13. – 15. Nov. 2026

Termin 2:

Spiritualität
14. – 16. Mai 2027

Kosten je Seminar

€ 300,-
zzgl. Verpflegung u.
ggfs. Nächtigung

STUDIENREISE NACH NORDDEUTSCHLAND



Studienreisen nach Indien, zur Gemeinschaft in Damanhur/Italien, zu Mario Mantese nach Zürich, nach Todtmoos/Rütte, der Wirkungsstätte von Karlfried Graf Dürckheim, u. a. m. haben unsere Sicht von Gemeinschaftsbildung und gelebter Spiritualität erweitert und vertieft.

Zwei unterschiedliche Projekte im Norden von Deutschland stehen heuer Ende August auf dem Programm.

Zu Gast im Ökodorf Siebenlinden (<https://siebenlinden.org/de/>) werden wir in mehreren Workshops eintauchen in die Geschichte, die Philosophie und das ganz praktische Leben dieses erfolgreichen Projektes. Es ist so schön, diese lebendige Gemeinschaft, die ca. 180 Personen umfasst, näher kennenlernen zu dürfen.

Den Fleckenbühlerhof (<https://die-fleckenbuehler.de/>), ein großes Projekt der Suchthilfe, das Sozialarbeit, ökologische Landwirtschaft und Gemeinschaftsleben verbindet, werden wir im zweiten Teil der Studienreise besuchen. Workshops führen uns tiefer in den geistigen Hintergrund und die konkrete Arbeit ein.



Joseph Badegruber

Termin

30. Aug. bis
04. Sept. 2026

Kosten

Bus, Übernachtungen,
Workshops,
Verpflegung:
pauschal voraussicht-
lich ca. € 1000,-



die Fleckenbühler
Prospektions-schaffler - Biografisch leben



WEITERES ANGEBOT IM HAUS



YOGA

Achtsamkeit ist ein zentrales Element von Yoga. Indem wir uns auf unsere Atmung und Bewegungen konzentrieren, entwickeln wir ein Bewusstsein für den eigenen Körper und Geist. Mit Yoga lernen wir uns selbst wieder mehr spüren, auf unseren Körper zu hören und mehr im gegenwärtigen Moment zu leben.

Mit Körperübungen achtsam die **Beweglichkeit**, Kraft und **Balance** fördern.

Mit Atemübungen die **Kraft** des Atems spüren.

Mit tiefer **Entspannung** bewusst zur **Ruhe** kommen.

Mit Mantras die heilsame **Energie** der Klänge erfahren.

Mit **Meditation** unsere eigene **Mitte** finden.

SINGEN IM KLANG DER STILLE

Erfahre die heilsame Energie der Klänge und entdecke die Kraft deiner Stimme! Gemeinsam singen wir Mantras und Lieder, die Herz und Seele berühren. Wir tauchen ein in einen Raum aus Klang, Stille und Verbundenheit, in dem du zur Ruhe kommst und ganz bei dir ankommen darfst.

Ein Abend zum Loslassen, Auftanken und Sein.



Elisabeth Schasching

Gruppenstunde

mittwochs von 08.30
- 10.00 Uhr

Singkreis 1 x monatlich

von 19.00 – 20.30 Uhr

Seminarwochenende

Termin auf Anfrage

Einzelstunde

(Zeit nur für DICH)

Information und Anmeldung

0664/5003053 oder
schasching_elisabeth@gmx.at

AUFENTHALT am Breitenstein

ANMELDUNG

Wir freuen uns über Ihre schriftliche Anmeldung über das Kontaktformular auf der Webseite. Bitte geben Sie uns bei der Anmeldung auch verbindlich bekannt, ob Sie während des Seminars im Bildungshaus nächtigen (Einzel- oder Doppelzimmer), Voll- oder Halbpension oder nur Seminarpauschale konsumieren möchten. Für unsere vegetarische Küche ist es wichtig, dass uns Nahrungsmittelallergien oder –unverträglichkeiten vor ihrem Aufenthalt bekannt gegeben werden. Sie bekommen eine Anmeldebestätigung.

KOSTEN

Alle angegebenen Kosten verstehen sich incl. MwSt. Im „Kursbeitrag“ ist der Aufenthalt noch nicht inbegriffen und wird gesondert berechnet. „Kosten (all incl.)“ bei den Seminaren bedeutet, dass hier der durchgehende Aufenthalt vorgesehen ist und der Preis für Nächtigung und Verpflegung bereits inkludiert ist. Unsere Preise bei der Verpflegung sind „all inclusive“ – d. h. alle alkoholfreien Getränke während der Mahlzeiten und in den Pausen, die bereitgestellten Mehlspeisen

und das Obst sind inkludiert. Bei Alkohol und zusätzlichen Snacks ist Selbstbedienung und wir vertrauen auf Ihre Ehrlichkeit – geben Sie das Geld in die bereitgestellte Kasse oder tragen Sie Ihre Getränke in die Liste ein und bezahlen Sie sie vor Abreise. Die Rechnung über Kurs und Aufenthaltskosten ersuchen wir Sie vor Abreise bar oder mittels Bankomatkarte zu begleichen.

STORNOBEDINGUNGEN bitte auf der Website nachlesen.

FÖRDERUNGEN

Ihre Teilnahme bei uns sollte nicht am Geld scheitern. Als zertifiziertes Bildungsinstitut können Sie für unsere Weiterbildungen Förderungen über das Bildungskonto beantragen (mit dem EBQ-Siegel gekennzeichneten Seiten). Wir beraten Sie gerne bezüglich der Finanzierung. Und wenn es gar nicht anders geht, können Sie mit uns auch über Teilzahlungen oder eine Ermäßigung reden.

PREISE FÜR IHREN AUFENTHALT

(gültig ab 1. Sept. 2026 – 31. Aug. 2027)

Übernachtung mit Frühstück

€ 51,40 im EZ/ € 44,40 im DZ

Vollpension (incl. Seminarpauschale)

€ 95,40 im EZ/ € 88,40 im DZ

Halbpension (incl. Seminarpauschale)

€ 79,40 im EZ/ € 72,40 im DZ

Nur Seminarpauschale

(Pausenverpflegung) € 14,-

Geben Sie uns bitte bei der Anmeldung Ihre Wünsche bekannt.

Details zu Preisen und Geschäftsbedingungen: www.breitenstein.or.at

WIR FREUEN UNS ÜBER IHRE

ANFRAGE UND IHRE ANMELDUNG:

www.breitenstein.or.at

office@breitenstein.or.at

Mobil: 0676/84 13 14 832

(Joseph Badegruber)

Tel.: 07215/38 106

(Bürozeiten Montag bis Freitag von 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr)

Bleiben wir in Verbindung: Wenn Sie unseren monatlichen Newsletter bekommen möchten, schicken Sie uns bitte ein Mail oder tragen Sie sich selbst über unsere Website ein.

INHALT



TERMINE	2	SPIRITUALITÄT	20
DANKBARKEIT	3	Praxis der Meditation	21
Lehrgang zum/zur Lebens- und Sozialberater*in	4	Wochenende im Schweigen	22
Auszeit	6	Bewegte Reise ins innere Erleben	23
SELBSTERKENNTNIS	8	Der Weg zur Mitte	24
Identität	9	Erwachendes Bewusstsein	26
Bonding – Halt finden – Gehalten sein	10	Spiritualität	27
Visionssuche	11	Studienreise nach Norddeutschland	28
NAIKAN – Frieden finden mit der eigenen Geschichte	12	WEITERE ANGEBOTE IM HAUS	29
Craniosacrale Biodynamik	13	AUFENTHALT AM BREITENSTEIN	30
Energie im Blickfeld	14	INHALT	31
TRAUMA	15		
Trauma und Beziehung	16		
Unberührbares Berühren	17		
Das Dissoziieren integrieren I & II	18		
Sich der Lösung stellen	19		

DAS SIND WIR



Joseph
Badegruber



Elisabeth
Löw-Baselli



Lisbeth
Bayer



Astrid
Windner



Jirina
Gallova



Dana
Stocesova

DANKE allen Menschen, die uns helfen, den Geist des Hauses mitzutragen.

