

Mattli Antoniushaus
Seminar und Bildungszentrum
CH-6443 Morschach



Leben ist Beziehung

Retreat für Körper und Geist

Sa 13. September 2025, 9 Uhr bis
So 14. September 2025, 15.30 Uhr



Inhalt

Erfüllende Beziehungen bereichern unser Dasein, denn Leben bedeutet, in Verbindung sein. Wie finden wir gute Beziehungen? Was verleiht Beziehungen Tiefe und echte Verbundenheit? Im Retreat für Körper und Geist entdecken wir, dass die Essenz des Lebens in guten Beziehungen liegt – so wie auch alles im Kosmos miteinander verbunden ist.

Eine stabile Verbindung zu uns selbst ist die Grundlage für tragfähige und erfüllende Beziehungen. Wir beginnen deshalb die beiden Retreat-Tage mit meditativen Übungen und achtsamem Yoga und öffnen Herz und Geist. Im Seminarteil vertiefen wir das Thema Leben ist Beziehung durch inspirierende Impulse, praxisnahe Übungen und gemeinsamen Austausch. Du lernst die tieferen Ebenen einer tragfähigen Beziehung kennen – jene, die uns das Gefühl geben, verstanden und im Herzen berührt zu werden. Wir widmen uns folgenden Fragen:

- Wie kann ich mit jemandem in Kontakt treten?
- Wie führen wir Gespräche, die in die Tiefe gehen?
- Wie gehen wir mit Herausforderungen in Beziehungen um?
- Was verbindet zwei Seelen miteinander?

Beziehungen schenken uns Kraft, Sicherheit, Verbundenheit und Glück.

Kursleitung

Monica Frei,
Innovative Bildung GmbH,
Dozentin, Systemische Beratung, Therapie,
Seminare, Weiterbildung & Retreats seit 25 Jahren

Kurskosten CHF 350

Pensionskosten <https://www.antoniushaus.ch/essen-schlafen/zimmer>
Rabatt von CHF 15 pro Person/ Nacht auf die Pensionskosten
bei Buchung zwei Monaten vor Kursbeginn
Ermässigung der Kurskosten für Kultur-Legi-Nutzende.



Anmeldeschluss Fr 22. August 2025

Anmeldung an Mattli Antoniushaus
Seminar- und Bildungszentrum
Mattlistrasse 10
6443 Morschach



www.antoniushaus.ch
info@antoniushaus.ch