

„Sing mit mir, denn singen befreit. Sing in Freude und Leid, überall und zu jeder Zeit. Sing mit mir, denn singen befreit.“\*

FR, 16.11. – SO, 18.11.2018, Kloster Bernried am Starnberger See

**Kursgebühr** 150,00 €

Ermäßigung nach achtsamer  
Selbsteinschätzung

FrühbucherInnenrabatt  
bis einschl. 9. Sept. 2018: 130,00 €

Bitte Schreib- und Malsachen mitbringen.

### Unterkunft und Verpflegung

Einzelzimmer: 128,00 €

Doppelzimmer: 110,00 €

Beginn: Freitag 18 Uhr

Ende: Sonntag ca. 13 Uhr

### Info und Anmeldung

08158-258 280

post@sovielhimmel.de

www.sovielhimmel.de

### Kloster Bernried

Klosterhof 8

82347 Bernried



## Sing mit mir, denn singen befreit, ...

Singen kann uns in einen heilsamen, das Herz öffnenden Raum führen. Wir können dadurch mit der ganzen Lebensfülle und Lebendigkeit in uns in Berührung kommen: Mit herausfordernden Themen wie z.B. Trauer, Schmerz und Wut ebenso wie mit Lebensfreude und Unbeschwertheit. Oft liegt all das überraschend nah beinander. Und alles darf im Singen Platz haben, in der Stille bewegt und angeschaut werden, in der Gruppe geteilt, bei Bewegung oder beim intuitiven Malen und Schreiben Raum finden und sich manchmal wie von selbst wandeln. So können uns diese gemeinsamen Tage über das Seminar hinaus nähren und Klarheit, Kraft und Lebensfreude für den Alltag schenken.

Die Mantren und Chants aus verschiedenen Traditionen sowie eigene, meist deutschsprachige Lieder sind so eingängig, dass man leicht mitsingen kann.

Das Wochenende findet in Kooperation mit dem Verein „Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister München e.V.“ statt. Es ist offen für Betroffene und Nicht-Betroffene.



Im Laufe des Lebens sind wir alle irgendwann konfrontiert mit Schmerz, Tod und Loslassen. Die Kraft des heilsamen Singens kann uns dabei auf wunderbare Weise unterstützen, neue Räume eröffnen und uns, wo immer wir gerade stehen, in unserem Menschsein verbinden.

### Susanne Mössinger und Klaus Nagel

singen Mantren, Chants und eigene, meist deutschsprachige Lieder, die nähren und das Herz öffnen. Die Beiden sind Mitglied der „Initiative Singende Krankenhäuser“ und von dieser zertifiziert als SingleiterInnen.

\*AutorIn des dt. Textes unbekannt, Melodie: Heaven is a wonderful place.