

## sensual & healing - 2018

# Der Weg des sinnlichen Heilens

Tantrisch-schamanische Massage-Heilkunst und  
persönlicher Entfaltungsweg

Mit Elana Andermatt, Bernhard Bäumle und Team

*Wir sind nicht Menschen mit spirituellen Erfahrungen, sondern spirituelle Wesen mit einem menschlichen Körper, die sich ständig weiterentwickeln. So haben wir erst die **Spitze des Eisberges** unserer körperlichen und energetischen Fähigkeiten erkundet und ein Grossteil unserer ursprünglichen Lebenskraft wartet geduldig darauf, entfaltet zu werden.*

**Warnung:** Diese Seminare werden ziemlich sicher dein Leben verändern.

- Bist du bereit, dich auf eine sehr persönliche Reise einzulassen, auf der wir die Heilkraft von uns, unserem Körper und unserer Sinnlichkeit erforschen?
- Magst du dich authentisch zeigen und mit Präsenz da sein, berühren und dich berühren lassen, um dich und andere tief im Wesenskern zu spüren und Transformation zu erleben und zu bezeugen?
- Willst du dich auf die einmalige Verbindung von direkter Herz-Kommunikation und sensitiver Körperarbeit einlassen, um dich auf einem anderen Level von Offenheit und Intuition zu erfahren?
- Bist du an einem Punkt im Leben, wo du dich nach mehr Lebendigkeit, Freiheit und Entfaltung sehnst?

**Besonders empfehlenswert** für fortgeschrittene MasseurInnen, Körpertherapeuten und für Menschen, die schon tantrische Erfahrung gesammelt haben. Ebenso für spirituell Praktizierende und alle sinnlichen, Sinn suchenden Menschen, die mehr Lebenslust und verkörperte Spiritualität in den Alltag bringen wollen.

Mit der **Seminarreihe sensual & healing** erweitern wir unser Bewusstsein von **Spiritualität und Sexualität** und erfahren den Nutzen dieser Co-Existenz für unseren freien, spontanen und authentischen Ausdruck im Leben. Es ist eine äusserst intime Begegnung mit dir selbst und deiner energetischen Natur, der eigenen Sinnlichkeit, Intimität und der Weisheit des Körpers.

Übungen zur Wahrnehmung, Meditation, herz-intelligente Kommunikation im Kreis und Bewegung bringen uns in einen entspannten und empfänglichen Zustand. Der kraftvolle Energiefluss der tief berührenden Begegnungen in der Gruppe wird dadurch unmittelbar erfahrbar. Wir erschaffen zusammen durch unsere entspannte, wohlwollende Aufmerksamkeit und Liebe einen sicheren, heiligen und heilsamen Raum, der uns als sinnlich-spirituelle Wesen in unserem Erwachen und Wachsen unterstützt.

Die sensual healing Massage, die wir Schritt für Schritt erlernen und erfahren, ist ein UpDate für den Körper, das ihm hilft, den nächsten Schritt im Leben mit mehr Energie, Leichtigkeit, Verspieltheit und Flow zu bewältigen.

An diesen Wochenenden werden wir mehr über unser **mehrdimensionales Wesen** verstehen, tiefe Erfahrungen von Transformation machen und die **spirituelle Praxis** vertiefen, dem eigenen Instinkt und der intuitiven Führung zu folgen. Wir schulen das Gespür für Stimmigkeit und Vertrauen in unsere inspirierende Verbundenheit mit Spirit.

Die **Kundalini-Kraft** ist ein noch schlummerndes Energiepotential in uns, das wir durch Bewusstwerdung, Körperübungen, Bewegung und Massage unterstützen können, sich zu entfalten. Je durchlässiger der Körper ist, desto sanfter kann diese archaische Kraft in uns bewusstseinserweiternd wirken. Unser Charisma wächst mit der Kapazität, die Energie in unserem Körper frei und geschmeidig fliessen zu lassen.

Durch die Herz-Kreise, die durch die **Heart IQ** Methode von Christian Pankhurst inspiriert sind, erfahren wir die Gruppe durch klare Vereinbarungen und offener Kommunikation zunehmend sicher und vertrauenswürdig. Wir unterstützen einander durch unsere Aufmerksamkeit in unserem Prozess, ohne einander zu belehren, so dass wir uns in unsere Einzigartigkeit hinein entspannen können. Wenn wir gemeinsam im Kreis von bewussten und achtsamen Menschen eine wohlwollende Atmosphäre aufbauen, kann dieses Herzenfeld uns helfen, alte Verletzungen und Unsicherheiten gegenüber unserem Körper zu umarmen, Scham kann sich in Natürlichkeit verwandeln und unser Bezug zur Sexualität erhält neue lichtvolle Facetten.

Die **Seminare** bauen aufeinander auf, verfeinern und erweitern von Mal zu Mal das Verständnis dieser tiefengreifenden Heil-Massage und helfen, die erlernte Körperweisheit in den Alltag zu transferieren. Es ist auch sinnvoll, die Seminare mehrmals zu besuchen (Wiederholerrabatt), da jedes Wochenende anders ist und eine regelmässige Praxis unsere Bewusstseinsentwicklung fördert.

**Was erwartet dich:**

- \*Ein Kreis von 10-14 Menschen, idealerweise ausgeglichen zwischen Männer und Frauen
- \*Stille, Bewegung, kraftvolle Meditationen und Körperarbeit
- \*Vermittlung von schamanisch-tantrischem und spirituellem Verständnis
- \*Authentische Begegnungen: Ich-Du-Wir im Spiel zwischen Nähe und Distanz
- \*Professionelle Begleitung beim Erlernen der sensual healing Massage
- \*Klar geführte Herz-Kreise zum Teilen, Vertiefen und Verankern des Erlebten
- \*Ein sicherer Rahmen für alle Emotionen und Gefühle, die da sind
- \*Humor und Spontanität, Freude, Lachen, miteinander lernen und austauschen
- \*Eine sehr persönliche, herzvolle Leitung und ein unterstützendes Team
- \*Gesundes, vegetarisches, vielfältiges Buffet in der Herz-Küche des Jupiterhauses.

## sensual & healing 2018, Seminarreihe 1 – 4

### 1. Begegnung mit der Schlangenkraft

Fr 26. - So 28. Januar 2018

Fr 09. - So 11. März 2018

Fr 14. - So 16. September 2018

### 2. Heilkraft der Kundalini

Fr 13. - So 15. April 2018

Fr 26. - 28. Oktober 2018

### 3. Beyond duality

Fr 25. - So 27. Mai 2018

Fr 23. - So 25. November 2018

### 4. Threesome

Sa 23. - So 24. Juni 2018 \*

2 volle Tage



### Zeiten

Freitag 19:30 bis 22:00 Uhr (1-3)

Samstag 09:00 bis 19:00 Uhr

Sonntag 09:30 bis 17:00 Uhr

**Optional: Samstagabend** gemeinsames **Abendessen** in der Herz-Küche auf Spendenbasis.

### Kosten

CHF 400.-\* pro Person / Seminar mit Verpflegung

CHF 700.-\* pro Paar / Seminar mit Verpflegung

CHF 250.-\* für WiederholerIn / Seminar mit Verpflegung

\* **inklusive** sind Snacks, Getränke, Tee, Früchte während des Seminars, plus zwei vegetarische Mahlzeiten am Samstag- und Sonntagmittag.

Andere Zahlungskonditionen können individuell mit Elana besprochen werden!

### Ort

Jupiterhaus zum Friedberg

Jupiterstrasse 1

8032 Zürich-Hirslanden, Nähe Hegibachplatz

### Übernachtung

Es besteht die Möglichkeit für CHF 40.- pro Person/Nacht mit Frühstück im Tempelraum vom Jupiterhaus zu übernachten. Bitte unbedingt bei der Seminaranmeldung vormerken!

### Infos und Anmeldung

Elana 079 437 22 22, elana@sensual-healing.ch

## 1. Begegnung mit der Schlangenkraft

Einführung in die Massagekunst von sensual healing

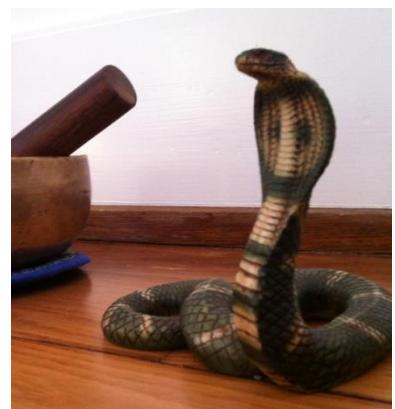
Wir erfahren durch Meditation die innere Haltung des herzoffenen Lauschens. Wir sensibilisieren die Sinne, um den Impuls der Welle und des Flows aus dem Moment heraus zu erfassen. Indem unser Körper und Geist durchlässiger und geschmeidiger werden und wir den Körper als Gefäß akzentuieren, kann sich die in uns schlummernde, archaische Schlangenkraft (Kundalini) mehr und mehr entfalten.



## 2. Heilkraft der Kundalini

Zur Vertiefung in die Heilkunst der sinnlichen Massage

Wir tauchen noch tiefer in die Heilkunst der sinnlichen Massage ein und verfeinern unsere Fähigkeiten und unser Vertrauen, aus dem Moment heraus wach und präsent mit dem Energiefluss zu sein. Wir setzen den Fokus noch mehr auf das Gewahr sein von Energie, um auch die unsichtbare, feinstoffliche Komponente unseres Wesens zu erfassen.



## 3. Beyond duality

Die Einheit von Yin und Yang

Dies ist ein Schritt in unsere persönliche Meisterschaft, mit unserem Potential in den Kreis zu treten und selbstverantwortlich mit zu wirken. - Wir erkunden den Weg, der uns hinter die Polarität der Dinge führt. Im Raum dazwischen löst sich die Dualität auf. Wir erweitern unsere Kapazität, verschiedene Dimensionen gleichzeitig zu erkennen und zu halten.



## 4. Threesome

Die Kraft der DREI und die 4 Handmassage

Beim nächsten Schritt in unsere Meisterschaft als **sensual healer** dehnen wir unsere Aufmerksamkeit auf zwei Personen aus und erweitern unser Herz hinein in die Heilkraft des Dreier-Feldes. Wir erforschen die Energie und Dynamik, die dabei entsteht und wie wir gleichwertig miteinander unterwegs sind.



## Empfohlene Vorbereitungen

- kostenloses ½ stündiges Vorgespräch mit Elana am Telefon, Skype oder in der Praxis
- sensual healing Massage mit Elana
- Herz-Kreise mit Bernhard und Elana (Termine [www.herz-kreise.ch](http://www.herz-kreise.ch))
- sensual healing Massage Demonstration

## sensual healing Massage - Demonstration - Ein tantrisch-schamanisches Heil-Ritual

Mittwoch 21. Februar 2018 19:30 bis 22:00 Uhr

Dienstag 27. März 2018 19:30 bis 22:00 Uhr

Weitere Daten folgen in unregelmässigen Abständen, Infos unter [www.sensual-healing.ch](http://www.sensual-healing.ch).

Elana und ihr Team kreieren zusammen mit der Gruppe einen sicheren, herz-berührenden Raum, in dem Natürlichkeit, Sinnlichkeit, Berührung und Intimität einen heilsamen und heilenden Ausdruck bekommen.

Elana zeigt nach einer gemeinsamen Einstimmungs- und Meditationsrunde eine 1 stündige sensual healing Massage. Dies ist ein kraftvolles Heil-Ritual, das seine Wirkung über den Kreis hinweg ausweitet.

Elana gibt so einen transparenten Einblick in ihre Arbeit als "sinnliche Heilerin".

Danach ist sie offen für Fragen und Feedback und freut sich auf eine lebendige und persönliche Auseinandersetzung mit dem eigenen Erleben während der Massage und dem Thema überhaupt.

Die Demos sind als **Vorbereitung** auf die sensual & healing Seminare oder auf eine sensual healing Massage bei Elana sehr zu empfehlen.

Magst du dich als **Modell für das Heil-Ritual** zur Verfügung stellen? Dann melde dich bei Elana.

**Ausgleich:** Spende nach eigenem Ermessen (Richtpreis CHF 30.-)



## Infos und Anmeldung

**Elana Andermatt** 079 437 22 22

[elana@sensual-healing.ch](mailto:elana@sensual-healing.ch)

Begründerin von sensual healing

Professionelle Tantra-Masseurin seit 25 Jahren

SE Trauma Therapeutin; Heart IQ® Coach

Mutter von 3 Kindern; Visionärin

Mitbegründerin der spirituellen Gemeinschaft

Jupiterhaus am Friedberg [www.jupiterhaus.ch](http://www.jupiterhaus.ch)

**Bernhard Bäumle** 076 420 97 88

[b.baemle@gmx.net](mailto:b.baemle@gmx.net)

Dipl. ing. ETH

dipl. Polarity Therapeut; zert. Kuscheltrainer

Begründer der Tantzeria Connection

Heart IQ® Coach

Mitbegründer der spirituellen Gemeinschaft

Jupiterhaus am Friedberg [www.jupiterhaus.ch](http://www.jupiterhaus.ch)