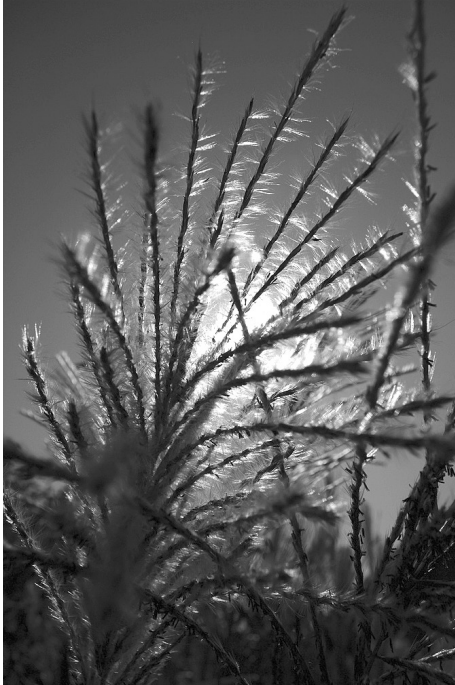


# Spiralen zum Selbst

## Rad der Vier Schilde

**Jahreszyklus zur Selbstfindung & Selbstheilung, kontinuierliche intensive Selbsterfahrung**



Mit den Jahreszyklen „Spiralen zum Selbst“ bieten wir einen kontinuierlichen Rahmen einerseits für die Selbstheilung, andererseits für die Sehnsucht und Suche nach zunehmender Bewußtwerdung und Sinnfindung an. Das Bild der Spirale symbolisiert die Verbindung des ausgleichenden, zyklischen Wanderns durch das jahreszeitliche Rad mit der Weiterentwicklung des Bewusstseins auf immer höhere/tiefere/weitere Ebenen.  
...auf daß die Seele nach Hause finde...

### **Rituale und Naturerfahrungen**

Wir tauchen ein in die Vier Schilde als vier jahreszeitliche Seins-Ebenen des Menschen mit ihren Kräften, Schatten und ihrer Transformationsdynamik:

- ★ Süden / Sommer:  
Körper / Sinne / Lebenskraft / Sexualität
- ★ Westen / Herbst:  
Psyche / Schatten / Selbst-Reflexion / Liebe
- ★ Norden / Winter:  
Geist / Intention / Strukturen / Gemeinschaft
- ★ Osten / Frühling:  
GEIST / So-sein / Aufbrechen / Liebe zum Ganzen

### **Ein solcher Jahreszyklus umfasst 5 Seminare**

- ★ 2 ‚Ceremonies‘ Seminare - Ritualseminare, in denen Vorbereitungsübungen zum jeweiligen Hauptritual führen;
- ★ 2 ‚Kraft der Schilde‘ Seminare - Stärkung der jeweiligen jahreszeitlichen Kräfte und Qualitäten durch Übungen aus dem schamanistischen, psychologischen oder transpersonalen Kontext. ‚Ceremonies‘ betonen den Übergang und die Wandlung, ‚Kraft der Schilde‘ Seminare betonen das Eintauchen und die Stärkung. Ergänzt werden sie durch 1 ‚Schwitzhütte‘ als besonderem Ritual der Reinigung und Transformation.

### **2012 und 2013 kreist das ‚Rad der Vier Schilde‘ um das Thema ‚Licht und Schatten‘.**

#### **2012:**

- ★ Ost Ceremonies (April)
- ★ Kraft des Südens (Juli)
- ★ West Ceremonies (Oktober)
- ★ Herbst-Schwitzhütte (September)
- ★ Kraft des Nordens (Dezember)

#### **2013:**

- ★ Kraft des Ostens (April)
- ★ Ceremonies Süd (Juni)
- ★ Herbstschwitzhütte (September)
- ★ Kraft des Westens (Oktober)
- ★ Ceremonies Nord (Dezember)

Alle Seminare dieser Spirale können auch einzeln besucht werden.

Alle 2 bis 3 Jahre findet als Integration aller 4 Schilde ‚Ceremonies5 - Tanz durch's Medizinrad‘ statt (das nächste 2014). Dieses kann, ebenso wie eine Visionssuche oder eine ‚Reise durch das Rad der Vier Schilde‘ oder ein Ceremonies4 den Kulminationspunkt einer solchen Reise durch die Jahreszyklen darstellen.

### **Kosten & Anmeldung**

zum Jahreszyklus „Im Rad der Vier Schilde“  
Kosten pro Jahreszyklus von fünf Seminaren:  
€ 860,- mit einer Anzahlung von € 250,- vor dem ersten Seminar des Zyklus.

**Details auf [www.wilderness.at](http://www.wilderness.at)**

# Spiralen zum Selbst

## Daoismus und Schamanismus

Ein Zyklus über 1,5 Jahre für Interessierte, die tiefer einsteigen und sich zu ihrem Wahren Selbst spiralen wollen.

### Daoistisches Qigong, Divinationsreisen, Trancehaltungen und Trancetanz

#### Übersicht, Struktur

in Wien/ Shambhala:

- 2 Einzeltage / Jahr je 6 Stunden;  
So.11.März und So. 21.Oktober 2012
- 2 x 4 Abende im Juni 2012 bzw. Jänner 2013,  
jeweils Mittwoch abend ab 19.40-
- 1 Spezialwochenende im 23./ 24.Februar 2013:  
Sa. 11.00 - So. 14.00 Uhr

plus 2 Externe Seminare in NÖ, bzw. Kärnten:

- Pflanzen und Rituale  
Mi.15.8. - So. 19.8.2012  
mit Sylvia Koch-Weser und Franz P. Redl;
- Reise durch die 4 Schilde  
Sa. 13.7.- Fr. 19.7.2013  
mit Franz P. Redl

#### Allgemeines

Folgende Qigong Übungen stehen uns bei dem Jahreszyklus zur Verfügung:

- Bewegtes Qigong: Basisübung aus dem Weißen Kranich, Verbindung von Himmel und Erde, Harmonisierung von Himmel und Erde mit Ren.- und Dumai, sowie das 4 Schilde Qigong;
- Stilles Qigong: Aufnahme der Essenz in den 3 Dantiens, Aufnahme von Himmel.- Mensch.- und Erde Qi, sowie das Eintreten in die Stille und Einheit.
- Divinationsreisen und Trancehaltungen sind alte Methoden, um mit dem Geist zu Reisen, adaptiert an unsere postmoderne Zeit.

Divinare heißt „Weise sagen“- ausgeklügelte Methoden um sein höheres Selbst und die „spirits“ zu befragen; Mögliche Themen sind : die eigene Lebenswelt erforschen zw. Zeugung und Tod, Archetypen des Medizinrades, Schattenarbeit, den eigenen Lebensbaum vervollkommen; durch Raum.- und Zeit reisen....

Trancehaltungen von Felicitas Goodman werden uns mit den Themen der Heilung und der Verwandlung/ Metamorphosen beschäftigen, sowie Trancetanz mit exstatischer Musik wird uns mit unseren vitalen Kräften der Pflanzen und Tierwelt verbinden.

#### Abende:

Schamanisches Reisen zum wahren Selbst, Lebensbaum, Trancehaltungen des Heilens etc.  
4 Abende im Juni 2012, sowie 4 Abendtermine im Jänner 2013, jeweils Mi 19.40-21.15 Uhr  
Kosten: € 85.- (€ 80.- im Zyklus), JS2  
Mehr auf der Shambhala-Website > Qigong

#### 2 Einzeltage:

- Wege der Kraft, Wege des Herzens  
Reisen durch Raum –  
7er/8er Zyklen des Menschen und Zeit;  
Trance- und Divinationsreisen im Medizinrad  
in Stille und Bewegung, Daoistisches Qigong  
So. 11. März 2012, 12.00-18.30 Uhr, JS2
- Trancehaltungen des Heilens,  
Trancetanz der Kraft- Krafttiere  
So. 21. Oktober, 2012, 15.00-21.30, JS2  
Jeweils € 105.- (je € 95.- im Zyklus)- Anmeldung ausnahmsweise nur direkt bei Franz

#### Wochenende:

Wege der Transformation- Metamorphose  
Schattenintegration der heiligen Wunde und Metamorphose - shapeshifting- mit Hilfe von daoistischem Qigong, Divinations- und Trancehaltungen; großes Abschlussritual mit Trancetanz und Rituellen Theater.  
Sa. 23. Februar, 11.00-19.00 Uhr und  
So. 24. Februar 2013, 10.00-14.00 Uhr  
Leitung: Franz P. Redl, JS2  
Kosten: € 170.- (€ 160.- im Zyklus)

#### 2 Externe Seminare in NÖ, bzw. Kärnten:

- Pflanzen und Rituale  
Mi.15.8.- So. 19.8.2012  
mit Sylvia Koch-Weser und Franz P. Redl  
Kosten: € 390.- (€ 370.- Zyklus) plus VP
- Reise durch die 4 Schilde  
Sa. 13.7.- Fr. 19.7.2013 mit Franz P. Redl  
Kosten: € 370.- (€ 350.- Zyklus)  
plus Selbstversorger

Alle Seminare und Kurse sind auch einzeln zu besuchen.

#### Kosten

€ 1.230.- als Gesamtzyklus  
ohne Kosten für die Vollpension bei den externen Seminaren; dieser Preis beinhaltet eine ca. 10% Reduktion im Vergleich zu Einzelbuchungen der genannten Seminare und Kurse.  
Zu bezahlen in 2 Raten bei Franz P. Redl direkt:  
Anzahlung von € 630.- vor Beginn des ersten Termins, Rest bei dem Pflanzen und Rituale Seminar im August 2012.

#### Möglichkeiten des Einstiegs

im März 2012 oder wieder im Februar 2013

#### Für wen

Für alle an Selbstentfaltung Interessierte, die sich 1,5 Jahre auf einen intensiven Prozess einlassen wollen.

#### Einstiegsvoraussetzungen:

Praxiserfahrung entweder in Qigong, oder in Trancemethoden; Ein persönliches Gespräch, wenn wir uns noch nicht kennen;

#### Literaturempfehlungen

- Ralph Metzner: „Alchemistische Divination“
- Div. Bücher von Felicitas Godmann
- Gerard Ede: „Handbuch des Daoismus“
- sowie „Übergangsrituale“ von Franz P. Redl

#### Kontakt

franz.redl@wilderness.at

