

# Back to my Roots –

## Mein Weg auf Mutter Erde

### 1. Halbjahr 2024

Symbole. Wissen und Weisheit.  
Schamanische Welten. Die vier Elemente.

- 20. Januar 2024** Schamanische Symbole – Kreis, Spirale, Feder, Bärenpatze, Pfeil und andere.  
Was bedeuten die Symbole und wie können sie eingesetzt werden.
- 17. Februar 2024** Die vier Elemente Erde, Wasser, Luft und Feuer.  
Ihre Bedeutung und Möglichkeiten der rituellen Anrufung und Nutzung.  
Zu welchem Element besteht ein persönlicher, besonders intensiver Zugang?
- 13. April 2024** Werte, Tugenden und Kräfte des schamanischen Weges.  
Weisheit, Großzügigkeit, Mut, Respekt werden als die 4 Tugenden der Lakota beschrieben. Liebe, Barmherzigkeit und die Kraft der Vergebung wären Beispiele aus der christlichen Lehre. Im Buddhismus gibt es ebenfalls 8 edle Tugenden. Doch was sind meine ureigenen, persönlichen Eigenschaften? Auf welche möchte meine Seele ihren Focus legen? Dieser spannenden Frage werden wir an diesem Samstag nachgehen.
- 25. Mai 2024** Die Schamanischen Welten – Obere, mittlere und untere Welt. Und der Weltenbaum  
Ein Tag des Reisens, mit der Trommel oder Rassel. Bei gutem Wetter draußen.
- 29. Juni 2024** Im Kontakt mit Mutter Erde und ihren Kindern.  
Herzensbegegnungen mit den Bäumen. Im Gespräch mit dem Wasser.  
Dem Gesang der Vögel lauschen. Hinhören - was erzählen all sie meiner lauschenden Seele. Bei gutem Wetter draußen.

Zum Unterricht bitte bequeme Kleidung mitbringen, sowie für unsere gemeinsamen Pausen einen leckereren kulinarischen Beitrag.

**Zeit** Samstag 12 – 18 Uhr    **Kosten** 65,00 EUR

**Seminarort** Yoga Vidya Zentrum Lichtpunkt  
Bürenbrucher Weg 19/Ecke Eichendorffstraße  
58239 Schwerte-Ergste

Ich freue mich auf deine Anmeldung.

Karin Sander, [www.naturheilpraxis-karin-sander.de](http://www.naturheilpraxis-karin-sander.de)  
[postfach@sander-karin.de](mailto:postfach@sander-karin.de), 02304 – 3079 802

*Mitāque oyācin, ahey.*

(Lakota: Wir sind  
alle miteinander verwandt)