



## ME-RI Multikulturelle Gruppe für MEditationen und RItuale (seit 2012)

### MEditationen

- zur Schärfung der Wahrnehmung mit allen Sinnen, des Ursprungs, des inneren Kerns, der Intuition, der inneren Stimme, der inneren Bilder
- für Liebe, Vergebung und Dankbarkeit
- um zu innerer Ruhe und inneren Frieden zu kommen
- um wieder in Kontakt mit sich selber sein

### RItuale

- zu den Jahreskreisfesten
- zu Themen wie Annehmen was ist, Abschied nehmen, Begrüssung, Neuanfang, Ende und anderes
- für das Suchen und Finden von Visionen
- mit schamanischen Reisen zu Kraftorten, Kraftwesen, Helferwesen
- um sich der eigenen Kultur zu erinnern und diese im Alltag zu leben



**Zielgruppen** Frauen und Männer mit einheimischem und anderem kulturellen Hintergrund - Deutschkenntnisse GER Niveau B1

**Ziele** Teilnehmende sind partizipativ und gleichgestellt eingebunden. ME-RI fördert das mit sich selber und mit anderen in Kontakt und im Frieden zu sein, sowie mit dem Sichtbaren und Unsichtbaren in Verbundenheit zu leben. Teilnehmende werden durch und mit MEditationen und RItualen begleitet und unterstützt

- beim Wahrnehmen der Intuition in ihren verschiedenen Erscheinungsformen
- beim Entdecken der spirituell-schamanisch-visionären Kraft
- beim sich Zentrieren und in Frieden und Ruhe kommen
- beim sich mit der inneren und äusseren Welt verbinden
- beim Erträumen des Lebens welches zu allgemeinem Wohlbefinden beiträgt
- beim Mit-Erschaffen und Mit-Gestalten einer Welt, in der Menschen die Würde des/der anderen achtend in materieller und spiritueller KO-Existenz leben

**Methodik, Didaktik** Die ME-RI Leitung bezieht vorhandenes Wissen in die Planung und Gestaltung des multikulturellen ME-RI mit ein und beteiligt Teilnehmende an Entscheidungen über den gemeinsamen Lehr-Lern-Prozess. Die Methodik umfasst Inputs, Einzel- und PartnerInnenarbeiten, Austausch, Meditationen, Rituale, sich zum Ausdruck bringen sowie die Gestaltung von Kraftbildern, Kraftobjekten, Rasseln, Medizinbeutel und anderes

**Mitbringen** Wird in der elektronischen Einladung kommuniziert

**Verbindliche Anmeldung** Telefon +41(0)61 643 92 26, s.traechslin@vtxmail.ch

**Preis** CHF 15.- pro Abend und Person (Barzahlung)

**Dauer** 19 bis 21 Uhr, ab 21 Uhr Ausklang mit Teilette

**Ort** Basel und nähere Umgebung. Näheres wird mit Email mitgeteilt

**Daten** auf Anfrage 1 Mal pro Monat