

*Die Herzens-Schätze  
unseres inneren Gartens  
entdecken*

*mit  
Brita Baraka v. Kügelgen  
und Gita Sophia Onnen  
16.-18. März 2012 in Berlin*

**A**n diesem Wochenende wollen wir den Garten unseres Herzens näher kennenlernen: was wächst dort alles, wie gut kenne ich das, was hier wächst? Manches blüht sehr offensichtlich, anderes wächst eher im Verborgenen. – Was wir als Unkraut ansehen, kann sich bei näherem Hinsehen als Heilkraut erweisen. Wie sind die Grenzen dieses Gartens beschaffen, damit alles in Ruhe wachsen und üppig gedeihen kann? Wie kann ich meinen Herzensgarten gut pflegen?

Ein Garten ist jeder umfriedete, lebendige Raum, in dem man arbeiten, Nahrung anbauen, Schönheit erschaffen und innerhalb gesunder Grenzen existieren kann. Es ist manchmal notwendig, Grenzen zu schließen, damit wir nicht in zu viele Eindrücke von außen verstrickt werden.

Das hat auch damit zu tun, wie wir ganz geerdet und praktisch unsere Vorstellungen und Visionen in die Tat umsetzen können. Dazu ist manchmal heilsame Einschränkung notwendig, deshalb wurde in alten Weisheits-Traditionen auch das Bild eines ein-

gegrenzten Gartens benutzt. Der Garten steht für das Herz selbst: Welche Projekte, welche Beziehungen sind wirklich wichtig in dieser Lebensphase? Wie gesund und vital bist Du im Moment?

Die tiefe Verbundenheit mit unserem Herzens-Garten kann uns die innere Sicherheit geben, die uns gelassener und freier durch's Leben gehen läßt, – unabhängiger von der ständig sich verändernden äußeren Welt. Wir begreifen, daß alles Leben die Verkörperung eines einzigen Gartens ist, den die Eine Gärtnerin/der Eine Gärtner hegt und pflegt.

Dieser erweiterte Blick auf das Leben läßt uns geduldiger mit uns selbst und anderen werden, indem wir Phasen von Ruhe und Erneuerung genauso schätzen wie die von Aktivität. Unseren Körper achtsam und wertschätzen. Unser innerer Garten kann zu einem Ort des wahren Friedens werden – jederzeit bereit für uns, wenn wir uns nach innen wenden, hin zu unserem Wahren Selbst, der göttlichen Quelle.

Mit Tänzen, Gesängen, Geh- und Atem-Meditationen und Seelenarbeit.

Seminarleiterinnen:

**Brita Baraka v. Kügelgen**

Psych. Psychotherapeutin  
in eigener Praxis; Repräsentantin  
für die Sufi-Heilarbeit; spirituelle  
Begleiterin auf dem Sufi-Weg;  
Leiterin der Tänze des  
Universellen Friedens.

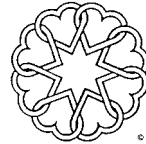


**Gita Sophia Onnen**

Ausbilderin und Mentorin für  
die Tänze des Universellen Friedens;  
Repräsentantin für die Aramäische  
Arbeit; spirituelle Begleiterin  
auf dem Sufi-Weg; Gestalt-  
therapeutin.

**A**uf der Grundlage der Lehren, wie sie insbesondere in der Tradition der Sufi-Lehrer Hazrat Inayat Khan, Murshid Samuel Lewis und Pir Moineddin Jablonski stehen, werden wir vielfältige Möglichkeiten zur Heilung von Körper, Herz und Seele üben, die wir allein oder in der unterstützenden Gemeinschaft anwenden können.

Was verstehen wir unter dem Sufi-Weg? – Er bezeichnet keine Religion, sondern enthält die lebendige Weisheit der Mystikerinnen und Mystiker aller Traditionen. Im Grunde dient er der Schulung unserer Einsicht. Wir werden daran erinnert, dass unser Leben eine Reise ist, die mit dem Wissen um die Vielfältigkeit beginnt und ihren Höhepunkt im Bewusstsein der Einheit findet. Der wirkliche Wunsch nach Heilung ist der erste Schritt auf dem Weg.



Sufi Ruhaniat International  
Dervish Healing Order – Tänze des Universellen Friedens

*Hier ist der Weg!*

*Die Luft trägt  
den Klang der  
Trommeln herbei.  
Ebenso schlägt  
mein Herz.*



*Aus dem Rhythmus wird eine Stimme: "Ich weiß, dass  
du müde bist. Aber komm. Hier ist der Weg!"*

Rumi

### Termin:

Freitag, 16. März, 19.30 – 21.30 Uhr  
Samstag, 17. März 11.00 – 21.00 Uhr (mit Pausen)  
Sonntag, 18. März, 10.00 – 13.00 Uhr

Uhlandstr. 60,  
13156 Berlin-Pankow (Niederschönhausen)  
(Tram M 1)

### Info:

Brita v. Kügelgen, Uhlandstr. 60  
13156 Berlin, Tel. 313 91 63  
Gita Onnen, Uhlandstr. 60,  
13156 Berlin, Tel. 791 52 11

Übernachtung im Gruppenraum auf Anfrage möglich  
Bitte Essen und Trinken für die Pause am  
Samstag, evtl. Meditationskissen und eine  
Decke mitbringen

---

## ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich für das  
SUFU-SOULWORK-SEMINAR  
vom 16.-18. März 2012 in Berlin an:

Name \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Kosten: € 120,- bei Anmeldung bis 20. Febr. 2012,  
bei späterer Anmeldung € 135,-  
(Ermäßigung auf Anfrage möglich)

Anzahlung: € 50,-  
Damit ist der Platz gesichert.

Anmeldung:  
Achim Schwedtke, Uhlandstr. 60, 13156 Berlin,  
Tel. 791 52 11, Mail: AchimSchwedtke@web.de

Konto: Achim Schwedtke,  
Commerzbank Berlin, Kto.Nr. 1424 498 00  
BLZ 100 400 00 (mit der Anzahlung ist der  
Platz gesichert).