



ruth cohn
institute for TCI
international

Yoga and TCI On the way to a dynamic balance of body, mind and soul.

“All the powers in the universe are already ours!

... We have to grow from the inside out.”

Swami Vivekananda

Personality Workshop (P)

TARGET GROUP

Everyone interested in intercultural
enrichment and/or psychobiological wholeness
through TCI and Yoga.

Newcomers to TCI and also to Yoga are most welcome..

LANGUAGES SPOKEN

English

(with translation into German if required)

„Auf dem Weg zu einer dynamischen Balance von Körper, Geist und Seele – TZI und Yoga“.

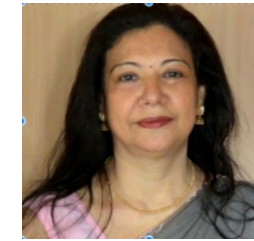
Tiefes Wohlbefinden bedeutet eine Entwicklung die Körper, Geist und Seele umfasst. Wir funktionieren oft zu sehr vom Geist und Verstand her und bleiben möglicherweise nicht mit unserem Körper und unserer Seele in Kontakt, was zu Erschöpfung führt. In diesem Workshop erinnern uns geführte Yoga-Asanas, Pranayama und Meditation an unser "psycho-biologisches" Wesen und führen uns zur TZI-Hilfsregel "auf Körpersignale hören"; wir werden dabei auch aufmerksamer für Andere. Mit dem Konzept der TZI reflektieren wir über die Erfahrungen, integrieren sie in unser Repertoire der Aufmerksamkeit für unseren Körper und gewinnen so mehr Bewusstheit, die uns den Weg zum körperlichen, psychischen und spirituellen Wohlbefinden öffnet. Wir bereichern uns dabei gegenseitig durch unsere Vielfalt.

Bei diesem Seminar werden wir (profitieren von) uns erfreuen an einer köstlichen Kombination aus europäischer Philosophie, humanistischer Psychologie der TZI und aus Yoga und indischer Philosophie. Auf dem Hintergrund von Geschichten aus der indischen Mythologie, von Yoga, Chakren, dem Singen reinigender Mantras, Pranayamas und Meditation, gehen wir den Weg unser Prana, unsere Lebensenergie weiter zu erwecken und auszubalancieren. Gemeinsam gehen wir den Weg der TZI, um körperliches, psychologisches und spirituelles Wohlbefinden und Ganzheit zu erreichen.

On the way to a dynamic balance of body, mind and soul with TCI and Yoga

Deep wellness means a development in tandem of the body, mind and soul. We often function too much from the mind and may not remain in touch with our body and soul, leading to exhaustion. In this workshop, guided Yoga asanas, pranayama, and meditation remind us of our "psycho-biological" being and lead us to the TCI auxiliary rule of "listen to bodily signals"; we also become more aware of others. With the concept of TCI we reflect on the experiences, integrate them into our repertoire of attention for the body and thus gain further awareness as a path to reach physical, psychological and spiritual wellness. We also enrich each other through our diversity.

Let us benefit from a delectable combination of the European philosophy and humanistic psychology of TCI and a taste of Yoga and the Indian philosophy. Against the backdrop of stories from Indian mythology, yoga, chakras, the chanting of purifying Mantras, pranayamas and meditation, to further awaken and balance our prana, or life energy; we walk together down the TCI path to reaching physical, psychological and spiritual wellbeing and wholeness.



Facilitator

Tessie George, Mumbai, India
+91 9869057361 (WhatsApp)
+91 9323733486
+91 22 25552671
tessie.george002@gmail.com

Professional Background:

- TCI-Graduate at Ruth Cohn Institute for TCI International,
- Postgraduate in Education and Psychology Honors,
- Masters in NLP,
- Yoga exponent for 35 years -trained at Yoga Vidya Niketan,
- Experienced in Drama Therapy, Transactional Analysis (TA) & Psychodrama.
- Languages known : English, French, working knowledge of Japanese

Dates:

April 10th 2021 19:30 to April 14th 2021 12:00 noon

Venue: Katholische Akademie der Erzdiözese Freiburg,
Wintererstr. 1 - 79104 Freiburg, Germany

Telephone 0761 31918-0

Telefax 0761 31918-111

mail@katholische-akademie-freiburg.de

www.katholische-akademie-freiburg.de

Participants: Maximum 15

Workshop fee: Non-member price: 440 €

Early Bird price: 352 €

Member Price: 390 €

Early Bird Member price: 312 €

Early bird available for payment received

until: 30.10.2020

Accommodation : Single room approx. 400 €

Double room approx. 280 € per person

Deadline for registration

December 20th 2020