

Liebe Interessierte,

vom **Dienstag, 12. Mai (Anreise ab 18:00 Uhr)** bis **Sonntag, 17. Mai** findet ein fünftägiges Intensiv-Retreat mit **Malte und seinem Team** statt.

Dieses Seminar richtet sich ausschließlich an Menschen, die Malte bereits in einem früheren Format erlebt haben – zum Beispiel im Kennenlern-Wochenende

„Von Automatismen zu innerer Klarheit“.

Die Arbeit setzt innere Stabilität, Selbsterfahrung und die Bereitschaft zu tiefer Prozessarbeit voraus.

Wer du wirklich bist – die Kraft deiner Schatten

Viele Menschen erleben im Alltag scheinbaren Kontakt: Gespräche laufen, Nähe wird simuliert, Verbindlichkeit gespielt – und doch bleibt innerlich vieles zurückgehalten. Gefühle werden reguliert, Impulse unterdrückt, Bedürfnisse angepasst, um Sicherheit zu bewahren und Ablehnung zu vermeiden. Diese Scheinsicherheit stabilisiert Beziehungen äußerlich – und untergräbt sie innerlich. Lebendigkeit wird kontrolliert, damit nichts sichtbar wird. Genau dadurch friert ein wesentlicher Teil des eigenen Lebensflusses ein.

In der gemeinsamen Arbeit geht es nicht um Konzepte oder Erklärungen, sondern um unmittelbares Erleben, Präsenz und echten Kontakt. Während du unterschiedliche Qualitäten von Lebendigkeit in dir erkundest, lernst du zugleich, Räume für andere Menschen zu halten – auch in intensiven und tiefen Prozessen. Diese verkörperte Präsenz ermöglicht echte, gesunde, verletzbare Beziehungen: nicht nebeneinander her, sondern in wirklicher Begegnung. Begegnung, die fordert. Wie das Leben. Der Überlebensmodus darf enden.

Die **methodische Basis dieses Retreats ist die Radikale Erlaubnis**. Sie wird nicht nur erlebt, sondern als **Coachingmethode systematisch vermittelt und praktisch eingeübt**: die Fähigkeit, innere Zustände vollständig zuzulassen, ohne sie zu regulieren, zu optimieren oder zu kontrollieren. Nicht Veränderung als Ziel – sondern Kontakt als Voraussetzung von Veränderung.

Die Radikale Erlaubnis ermöglicht, innere Bewegungen präzise wahrzunehmen, Widerstände zu entspannen und wieder in direkten Kontakt mit Lebendigkeit, Impuls und innerer Wahrheit zu kommen. Sie schafft die Grundlage für echte Selbstregulation statt Anpassung.

Ansätze aus der Logotherapie, Focusing und Somatic Experiencing ergänzen diese Basisarbeit. Die Methoden greifen ineinander, sodass innere Anteile nicht nur verstanden, sondern körperlich erlebt, emotional integriert und nachhaltig stabilisiert werden können.

Ort & Unterkunft

Die Veranstaltung findet in der **Oase Greifenstein** statt.
Die **Zimmerbuchung erfolgt direkt über die Unterkunft**.

Buchungsanfragen bitte an:

Agnes Ewerling
Zur Bruchwiese 4
D-35753 Greifenstein-Holzhausen
Telefon: 06478 / 277 779 (AB)
E-Mail: agnes.ewerling@oase-greifenstein.de

Übernachtungsmöglichkeiten (inkl. Bettwäsche & Handtücher)

- **Einzelzimmer:** 50 € pro Nacht
- **Doppelzimmer:** 40 € pro Person / Nacht
- **Matratzenlager:** 20 € (eigener Schlafsack erforderlich)
- **Zelten / Stellplatz Wohnmobil:** 15 € (inkl. Dusche/WC)
- **Küchennutzung:** 5 €
- **Hunde:** 5 € pro Nacht (bitte mit Rücksicht auf andere Gäste)

Hinweis: Duschen und Toiletten befinden sich außerhalb der Zimmer. Bei voll belegtem Haus teilen sich zwei Zimmer ein Bad.

Verpflegung

Vegane Vollverpflegung mit drei warmen Mahlzeiten täglich, größtenteils in Bio-Qualität.
Kosten: **40 € pro Tag**.

Kosten

Seminargebühr: 1.490 €

Dein Platz ist verbindlich reserviert, sobald die Seminargebühr auf folgendes Konto eingegangen ist:

Kontoinhaber: Malte Niessing
IBAN: DE10 1101 0101 5387 2059 07

Verwendungszweck: Wer du wirklich bist - 2026

Unterkunft & Verpflegung:

Werden direkt mit der Unterkunft abgerechnet (Zimmerwahl individuell, Verpflegung 40 € pro Tag). Bitte Agnes kontaktieren.

! Stornobedingungen der Unterkunft

- Absage **3 Tage oder weniger** vor Beginn: Unterkunft & Verpflegung sind vollständig zu bezahlen
 - Absage **4–7 Tage** vor Beginn: 50 % der Übernachtungskosten
Diese Bedingungen werden mit der Buchung anerkannt.
-

Bei Fragen zum Seminar selbst kannst du dich gern separat melden.

Wir freuen uns auf ein tiefgehendes, kraftvolles und ehrliches gemeinsames Retreat.

Herzliche Grüße

Malte