



Wer du wirklich bist.

5 Tage Intensiv-Retreat.
Die Kraft deiner Schatten

04. - 09. Mai 2027
in der Oase in Greifenstein

mit Malte Niessing & Team

liebevoll.
erschütternd.
tief.



Über Mich

Seit vielen Jahren beschäftige ich mich intensiv mit inneren Schatten, unbewussten Mustern und emotionaler Heilung. Meine Arbeit verbindet körperorientierte Selbsterfahrung, psychologisches Verständnis und ehrliche Begegnung — getragen von der Erfahrung vieler eigener und begleiteter Prozesse.

Meine Einladung

Schonungslos echt deute ich auf die Muster, die dir nicht gut tun — auf das, was dich klein hält, erschöpft oder immer wieder von dir selbst entfernt. Nicht um dich zu korrigieren, sondern damit wieder Kontakt entstehen kann: zu deiner Lebendigkeit, deiner Wahrheit und dem, was in dir gesehen werden will.



Strategien & Selbstsabotage

Viele Verhaltensweisen, unter denen wir heute leiden, waren früher einmal Überlebensstrategien. Rückzug, Kontrolle, Anpassung oder Selbstsabotage entstehen nicht gegen uns — sondern aus alten Erfahrungen, in denen genau diese Muster Schutz bedeutet haben.



Wertschätzung & Ehrlichkeit

Menschen öffnen sich dort, wo sie sich wirklich gesehen und angenommen fühlen. In diesem Raum darf Feedback klar, direkt und schonungslos ehrlich sein — ohne Abwertung, ohne Maske. Gerade diese Verbindung aus Wertschätzung und Wahrheit macht tiefe Veränderung möglich.



Verantwortung

Tiefe Prozesse entstehen selten allein. Die Energie dieses Retreats wird von einer Gruppe getragen, die gemeinsam einen Raum erschafft, in dem auch scheinbar Unaussprechliches sichtbar werden darf — ehrlich, lebendig und ohne Maske.



Wer bist Du, ohne deine Geschichte?

Manchmal braucht es keine große Krise, um zu merken, dass etwas nicht mehr stimmig ist. Sondern nur dieses leise Gefühl, immer wieder an denselben Punkten festzuhängen – in Beziehungen, Entscheidungen oder im Umgang mit sich selbst. Obwohl wir vieles wissen, reagieren wir oft automatisch. Wir schaffen einen Raum, in dem du langsamer werden und dir selbst neu begegnen kannst. Durch intensive Gruppenprozesse, Körperarbeit und ehrliche Begegnung entsteht die Möglichkeit, tiefer zu schauen: Was bewegt mich wirklich? Was halte ich fest? Und was verändert sich, wenn ich mir selbst wieder näher komme?

01

Der Körper erinnert sich.

Tiefe Erfahrungen prägen, wie wir fühlen, denken und reagieren. Der Kontakt zum Körper eröffnet den Zugang zu dem, was darunter verborgen liegt.

02

Strategien erkennen.

Viele Konflikte und Wiederholungen entstehen aus alten Prägungen und unbewussten Schutzmechanismen. Wer ihre Dynamik erkennt, gewinnt neue Freiheit im Umgang mit sich selbst.

03

Der Wunde begegnen.

Was wir verdrängen, bindet Energie. Dort, wo wir beginnen hinzuspüren statt auszuweichen, entsteht oft genau die Klarheit und Lebendigkeit, nach der wir gesucht haben.



SEMINAR-ORT

OASE GREIFENSTEIN, GREIFENSTEIN-HOLZHAUSEN

Ein geschützter Ort mitten in der Natur — ruhig, reduziert und getragen von einer Atmosphäre, die Rückzug und echte Begegnung ermöglicht. Wälder, Stille und Weite schaffen den passenden Rahmen für tiefe Prozessarbeit und intensive Selbsterfahrung.

UNTERKUNFT

Die Zimmerbuchung erfolgt direkt über die Oase Greifenstein.

Zur Auswahl stehen Einzel- und Doppelzimmer, Matratzenlager sowie Zelt- und Wohnmobilplätze. Bettwäsche und Handtücher sind inklusive.

ZIMMERBUCHUNG DIREKT BEI AGNES EWERLING

 06478 / 277 779

 agnes.ewerling@oase-greifenstein.de

 www.oase-greifenstein.de

AM ORT

- Ruhige Naturumgebung mit Wald und Spazierwegen
- Raum für Rückzug, Integration und Begegnung
- Gemeinschaftsbereiche innen und außen
- Geeignet für intensive Seminar- und Körperarbeit

VERPFLEGUNG

- Vegan & Ökologisch
- 50 Euro pro Tag
- 3 warme Mahlzeiten täglich



WICHTIG VOR DEINER ANMELDUNG

SEMINARGEBÜHR: **1490 EURO**

Dieses Intensivseminar richtet sich ausschließlich an Menschen, die bereits persönlichen Kontakt mit Malte hatten – entweder durch ein vorheriges Seminar, ein Kennenlern-Wochenende oder eine direkte persönliche Begegnung.

Die gemeinsame Arbeit geht bewusst in tiefe emotionale und körperorientierte Prozesse. Deshalb werden sowohl die Teamer als auch die Teilnehmer sehr gezielt ausgewählt. Entscheidend ist nicht Vorwissen, sondern ein gemeinsames Verständnis für die Art der Arbeit und die Bereitschaft zu echter Selbsterfahrung. Dieses Retreat ist kein offenes Großseminar. Der geschützte Rahmen, die Gruppendynamik und die Tiefe der Prozesse setzen Vertrauen, Eigenverantwortung und eine gewisse innere Stabilität voraus.

SICHERE DIR DEINEN PLATZ

ÜBERWEISE 1490 € MIT DEM BETREFF „WDWB 2027“ AN:

KONTOINHABER: MALTE NIESSING

IBAN: DE10 1101 0101 5387 2059 07

BEGRÄNZTE PLÄTZE - MELDE DICH AN, SOLANGE NOCH RAUM IST.