



The Practice Of Welcoming
iRest® Yoga Nidra mit Nöle Giulini

Weg durch Krankheit, Krise und Konflikt

Seminare und Ausbildung in Europa 2017

Der Glanz der Freiheit leuchtet in uns!





The Practice of Welcoming basiert auf dem von Richard Miller, PhD, in den USA entwickelten iRest® Yoga Nidra. www.irest.us

iRest® Yoga Nidra ist eine fundierte, auf weitreichenden Forschungsergebnissen beruhende Meditationspraxis. Yoga Nidra wirkt selbstregulierend und hilft uns, das Nervensystem zu beruhigen, unsere Resilienz zu stärken und schwierige Emotionen und Gedanken zu integrieren.

Es hat sich unter anderem in der Behandlung von Stress, Burn-Out, chronischen Schmerzen, Angstzuständen, Schlaflosigkeit, Depression, PTBS und Suchtverhalten bewährt.

Diese Methode eignet sich hervorragend als persönliche Praxis und kann auch wirksam therapiebegleitend im Gesundheitswesen eingesetzt werden.

Wir widmen uns der Vertiefung der iRest® Yoga Nidra Meditation und üben, uns von den Identifikationen mit unseren Wahrnehmungen zu lösen. Willkommen heißen bedeutet, alles was aufkommt, mit offenem Herzen zu begrüßen, ohne es irgendwie zu verändern, zu verbessern oder verstehen zu wollen. Diese Übungspraxis verbindet die Lehren der Nicht-Dualität mit Elementen der Achtsamkeitspraxis und den aktuellen Erkenntnissen der Neurowissenschaft.

Das Seminar richtet sich an alle, die in eine tiefere Ebene des Seins eintauchen möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

"I came here wanting to change something about myself and it didn't change.

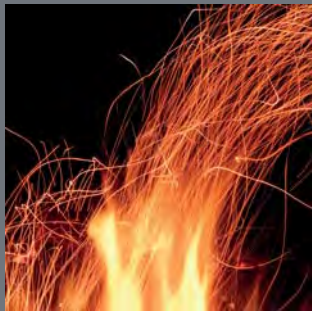
Seeing that it didn't have to change, something changed."

(iRest® Teilnehmer)



Nöle Giuliani ist zertifizierte Senior iRest® Yoga Nidra Lehrerin und Ausbilderin nach Richard Miller, PhD. und bietet Seminare und Ausbildungen in dieser Methode an.

Als Supervisorin begleitet Nöle die KandidatInnen durch den Zertifizierungsprozess.



Nöle studierte Kunst, Kunsttherapie und Psychologie. Ihre Yogalehrausbildung absolvierte sie in Kripalu (Yogi Amrit Desai) und bei Erich Schiffmann. Heute lebt Nöle an der Westküste der Vereinigten Staaten und betreibt dort mit ihrem Lebenspartner Gary Lemons das Tender Paws Yoga Studio.

www.tenderpawsyoga.com

www.irest.us

Durch ihren einzigartigen, humorvollen und lebendigen Stil, komplexe und tiefgreifende Lehren nachvollziehbar als direktes Erleben zu vermitteln, verwirklicht sie ihr tiefstes Anliegen: die Verbindung des Schöpferischen mit dem Spirituellen zu leben.



Seminartermine 2017

- 09.09. - 10.10. Seminar Hamburg; himalaya-institut.de¹
29.09. - 03.10. Seminar Holzkirchen; benediktushof-holzkirchen.de¹
28.10. - 29.10. Polarity Bildungszentrum Zürich; polarity.ch¹
17.11. - 19.11. Lille Yogahus/Little Yoga House, Kopenhagen; lilleyogahus.dk¹

Ausbildung

- 17.10. - 22.10. Darry-Panker (Hohwachter Bucht); arts-and-movements.de²
iRest® Yoga Nidra Level 1 Teacher-in-Training²

Alle Seminare werden in deutscher Sprache gehalten, Einzelsession nach Absprache.
Die Ausbildung Level I und der Kurs in Kopenhagen finden auf Englisch statt.

Infos und Anmeldung: ¹Seminarhaus direkt

²Inga de Martin, mobil: 0178-7348547 · inga@kinder-yoga.com

Alles Weitere inkl. Einzelsessions: www.tenderpawsyoga.com
oder **Beate Maaß, 05203-91 86 02, office@beate-maass.de**