

Im Fluss sein

Eine Bootswanderung im Bayerischen Wald

4.-7.7.2019

Eine meditative und abenteuerliche Reise - innen und außen.

In Fluss kommen mit dem, was sich zeigt, in der Natur, in jedem selbst und in den Begegnungen mit anderen Menschen.



Der Fluss Regen mäandert durch die Hügellandschaft des Bayerischen Waldes in seinem natürlichen Flussbett. Er gehört zu den schönsten Flüssen für Bootswanderungen in Bayern und Deutschland. Für drei Tage und Nächte ist er unser Lebens- und Erfahrungsraum.

Gemächlich vorüberziehende Landschaften und der ständige Kontakt mit Wasser und Wetter sind unsere Begleiter auf dieser besonderen Reise. Der Flusslauf wechselt von schnellen, lebendigen über ruhige, offene bis hin zu dunklen, geheimnisvollen Abschnitten und führt uns so in unterschiedliche innere Erlebenswelten. Hinein in Bereiche unserer Wahrnehmung, die in der Stille und in der Verbindung mit ursprünglicher Natur für jeden von uns zugänglich werden. Unterschiedliche Wahrnehmungsräume werden in uns angesprochen und dürfen in der Stille entdeckt und angenommen werden. Im Kontakt und Austausch mit der Gruppe erleben wir Gemeinsamkeiten und Unterschiede, die ihren Platz in der Runde finden.

Gemeinsam reisen, kochen, übernachten wir draußen und kommen in Fluss mit dem, was die Natur und das gemeinsame Leben in der Gruppe uns vorgibt. Morgendliche Meditationen und Angebote für Körper und Sinne stimmen uns ein, greifen die Themen in der Gruppe auf und richten unseren Geist aus.

Auf dem Fluss fahren wir schweigend, um uns selbst ohne Ablenkung erleben zu können. Die vorbeiziehenden Landschaften beruhigen dabei Stück für Stück unseren Verstand - eine meditative Stimmung erfasst uns, entspannt uns und schafft Raum für Inspirationen und Erkenntnisse. Innere Bewegungen, die sich in Gefühlen, Stimmungen und Gedanken zeigen, können wahrgenommen, gewürdigt und vertieft werden.

Jeden Tag wechseln wir den Bootspartner. Einmal bist du hinten im Boot als Steuermann, der die Richtung bestimmt und dann bist du vorne im Boot, gibst Tempo und Rhythmus vor. Die nonverbale Abstimmung und das Zusammenwirken der beiden Partner auf der Flussfahrt schärft die eigene Wahrnehmung und erfordert Führungs- und Kooperationsbereitschaft. Jeder erfährt eine Menge

über den Partner und über sich selbst im Zusammenspiel. Unterschiede, Stärken und Schwächen, Reibung und Balance erlebt jeder auf seine eigene Weise. Besonders Paare erleben eingefahrene Muster und Erwartungen in ihrer Beziehung, bekommen mehr Bewusstheit darüber und neue Möglichkeiten, sich anders zu verhalten und den Partner anders zu sehen.

In den Mittagspausen tauschen sich die Bootspartner zu ihren Erfahrungen aus und lernen dabei die Techniken wirklichen Zuhörens und ehrlichen Feedback Gebens.

Abends campieren wir an wilden Naturplätzen oder Bootscampingplätzen, kochen einfaches Essen, und teilen uns die Aufgaben, die das Leben draußen mit sich bringt. Wir tauschen uns am Feuer aus über die Erfahrungen des Tages. Hier ist Raum für persönliche Mitteilungen über Erfahrungen und Wahrnehmungen, die im Kreis Beachtung, Resonanz, Vertiefung und Anregung erfahren. Der Tourleiter gibt auf Wunsch Rückmeldung zu den individuellen Erlebnissen. Wir übernachten in Zelten.

Am letzten Vormittag fassen wir unsere Erlebnisse zusammen und bündeln das Wesentliche daraus in persönliche Ziele oder Erkenntnisse, die dann im Alltag ihre Wirkung entfalten können. Jeder kehrt innerlich gestärkt und ausgerichtet in seine Lebensbereiche zurück. Mit einem Dankesritual würdigen wir unsere Erfahrungen, unsere Gemeinschaft und die Natur, die uns bereichert haben.

Für die Teilnahme ist keine Bootserfahrung erforderlich.

Schwimmwesten, wasserdichte Säcke, Boote, Rücktransport zum Ausgangspunkt und Verpflegung sind in der Pauschale von 130,- € enthalten.

Termin 2019:	4.-7.7.2019
Beginn:	Donnerstag 16:00
Ende:	Sonntag 14:00
Kosten pro Person:	340,- zzgl. Verpflegung/Boote/Transport: 130,-
Rabatt für Paare	600,- zzgl. Verpflegung/Boote/Transport: 250,-
Leitung:	Arthur Dorsch
Teilnehmer:	max. 10
Wanderroute:	Fluss Regen zwischen dem Treffpunkt Untertraubenbach (Landkreis Cham) und unserem Ziel Heilinghausen (Landkreis Regensburg) im vorderen Bayerischen Wald

Der Reisebegleiter

Arthur Dorsch, Jahrgang 1958

Leiter wegweisender Naturerfahrungen, Trainer für initiatische Bewusstseinsprozesse, NaturCoach Heilpraktiker, Tanz- und Ausdruckstherapeut, Atemtherapeut, Physiotherapeut. Mehrjährige Lehrlingszeit in zeremonieller Prozessarbeit und Selbstheilung in der Natur mit indianischem Hintergrund. Davor als selbständiger Kaufmann und Lehrtherapeut tätig. 20 Jahre Erfahrung in der Begleitung von Menschen in Wachstums- und Veränderungsprozessen.

Mein Auftrag ist es, Menschen mit ihrem ursprünglichen Potential und der Einzigartigkeit ihres Wesens in Kontakt zu bringen. Daraus entstehende Möglichkeiten zu authentischem Selbstaussdruck begleite ich mit Geduld und Begeisterung.

Seit meiner Kindheit folge ich dem Ruf der Natur. Sie heißt mich immer willkommen, öffnet mein Herz und verbindet mich mit meinem Innersten. In meiner ersten Visionssuche bekam ich den Auftrag, kraftvolles Dasein und Sanftheit in meinem Herzen zu vereinen. Als Mann ist mir dieses Gleichgewicht vom einfachen Sein und entschiedenem Handeln, von beherzter Autorität und stiller Präsenz, von humorvoller Leichtigkeit und berührender Tiefe immer wieder Herausforderung und Ansporn.

Weitere Informationen und Anmeldung: www.innernature.de

Bei Anmeldung erhältst Du eine Anmeldebestätigung mit Informationen zum Treffpunkt und Anreise, zur Ausrüstung.