



**Kursleitung: Sonja Kleiser**  
Naturverbundene Schwarzwälderin, kreativer Freigeist,  
Familienmensch, achtsam, intuitiv & bodenständig

# Gemeinsam wachsen

## Gruppe für deine persönliche Entwicklung

**In diesem Kreis geht es um tiefe, echte Lebendigkeit.** Lebendigkeit, die deinen wahren Kern berührt. Lebendigkeit, die dir nachhaltig Energie schenkt und die dir hilft zu erkennen, wer du wirklich bist - jenseits der Masken und Rollen, die du dir im Laufe deines Lebens angeeignet hast.

**Hier darfst du einfach SEIN.** Mit all deinen Themen. Mit all deinem Schmerz. Mit all deiner Freude. Mit Allem, was dich ausmacht.

In einer geschlossenen Gruppe wachsen wir gemeinsam über uns hinaus. Wir geben uns gegenseitig Halt, spiegeln und trösten uns, lachen, weinen und feiern den Moment.

**Es ist an der Zeit, dich zu befreien  
aus den Schubladen, in die du dich selbst  
hineingesperrt hast**



Nein, das ist nicht noch so ein esoterischer New-Age-Kuschelkurs, in dem du dich im Kreis drehst und dir vor lauter Heil- und

Optimierungswahn ganz schwindelig wird.

Hier findest du keine (oder nur sehr wenig) Konzepte und vorgefertigten Methoden. Hier findest du bodenständige Spiritualität, ganz viel Herz, Einfühlungsvermögen, und DIE Superkraft überhaupt: **Achtsamkeit und Präsenz!**

Ein fast magisch anmutender Kreis, in dem du dich verletzlich zeigen darfst, in dem wir uns gegenseitig Mut machen und voneinander lernen.

Ein Kreis für Menschen, die Lust haben, sich zu öffnen für mehr Lebensfreude, Tiefgründigkeit, Verbundenheit und Entwicklung. Pur. Echt. Spektakulär unspektakulär.

**Weitere Infos und Anmeldung: [www.folge-der-freude.de](http://www.folge-der-freude.de)**



Wir treffen uns einmal im Monat  
in Brigach (78112 St. Georgen, VS)

### 5 Termine

jeweils von 18 Uhr bis ca. 20/21 Uhr  
(Je nach Teilnehmerzahl)

- Montag 8. April | Feuer-Neumond
- Mittwoch 8. Mai | Erde-Neumond
- Donnerstag 6. Juni | Luft-Neumond
- Samstag 6. Juli | Wasser-Neumond
- Abschlusstreffen/Ernte | Herbstanfang  
Samstag 21. oder Sonntag 22. September  
(legen wir als Gruppe gemeinsam fest)

Frühbucher bis 22. März: 150 € danach: 180 €

Damit du nicht die Katze im Sack kaufen musst, gibt es ein **Kennenlernetreffen zum Reinschnuppern** auf Spendenbasis: **Donnerstag 21. März** (Frühlingsanfang) um 18 Uhr in Brigach.