

LIZ Fricktal

LICHTZENTRUM FÜR NEUES BEWUSSTSEIN



Obertorplatz 7 • Postfach 346 • CH-4310 Rheinfelden • Tel.: +41 (0)62 871 95 05 • info@liz-fricktal.com • www.liz-fricktal.com

Portugal, Webseite und mehr

Ich habe die letzten Tage die LiZ-Webseite umgestaltet, um sie klarer und übersichtlicher zu machen. Schau mal rein und stöbere in den verschiedenen Rubriken. Unter Aktuelles findest du neue Informationen und Artikel zu speziellen Themen, welche mich aktuell beschäftigen. Diese werden je nachdem dann auch im Blog zu finden sein. Alles, was Kurse betrifft, findest du ausschliesslich unter Angebote.

Im Zuge dieser Änderung passe ich auch den Newsletter an. Ich werde keine grössere Einleitung mehr machen, sondern nur über Neuheiten in Bezug auf Angebote oder Änderungen informieren. Hinweise auf Artikel und Themen werden weiter unten angezeigt und du kannst sie nach Bedarf lesen. Dies soll es für alle Empfänger des Newsletters und Besucher der Webseite einfacher machen, die gewünschten Informationen schneller zu finden.

Wie im letzten Newsletter bereits angekündigt, noch die detaillierten Informationen zu der Wander- und Ferienwoche in Portugal im Herbst 2019 und ein paar Gedanken und Erfahrungen zum EGO.

Falls dir etwas auffällt, nicht gefällt, du etwas vermisst oder etwas nicht findest, melde dich bei mir. Viel Spass beim stöbern.

Christine Koller



Wander-Meditations-Woche Portugal 26.9. - 3.10.2019

Gehen... gemeinsam weitergehen

Als menschliche Wesen sind wir hier auf der Durchreise. Nicht sesshaft, nicht festgefahren - eher wie Nomaden unterwegs. So ist die Lebenskraft, das eine Leben immer in Bewegung. Sie navigiert uns den Weg zu uns selbst. Von der Gruppe getragen, gehen wir wie ein kleines Kind, staunend, offen, innere Hürden überwindend, bei jedem Schritt...

[weiterlesen](#)



Ferien-Meditations-Woche Portugal 3. - 10.10.2019

Freiheit - Schönheit - Klarheit

Du willst dich von den Wellen im Meer treiben lassen oder einfach in der Hängematte im Garten liegen? Nimm dir die Freiheit, zu tun, was du brauchst und zu lassen, was zu viel ist. Die Schönheit der Natur nimmt dich sanft an der Hand und läd dich ein, in ihr, mit ihr und mit dir zu sein. Die Klarheit des Wassers und der Luft lassen deinen Körper entspannen und....

[weiterlesen](#)



EGO hin oder her - eine Reise zu sich selbst

Man soll sein EGO schrotten, habe ich vor kurzem an einem Vortrag gehört. Man soll es loswerden, überwinden, transformieren oder sogar töten. Andere sagen, dass man das EGO annehmen, lieben und akzeptieren soll oder man solle ihm keine Aufmerksamkeit schenken da es nur Illusion sei. Doch wer oder was ist eigentlich das EGO? Dieser Frage gehe ich schon seit einigen Jahren nach und versuche in mir selbst dieses ETWAS zu finden und zu begreifen, ihm habhaft zu werden - mit mässigem Erfolg, wie ich gestehen muss. Doch Eins nach dem Anderen. Es gibt viele Lehrer und Lehren, welche über dieses EGO, die ICH-Kraft lehren auch....

[ganzer Artikel](#)