

## SANDRA EPSTEIN

Auf Grundlage ihres Studiums der Künste und der Pädagogik besteht Sandra Epsteins Mission im Leben darin, effektive ganzheitliche Systeme für Wohlbefinden und die persönliche Entwicklung und Entfaltung zu erschaffen. Sie hat inzwischen über 30 Jahre Erfahrung mit ihrem Programm für „emotionale Fitness“, das sie in Verbindung mit den Ararêtama Regenwaldessenzen auf der ganzen Welt sowohl für Gruppen als auch für Einzelpersonen anbietet.



Sandra wird ihre innovative Methode, die schon viele großartige Ergebnisse bewirkt hat, an diesem Wochenende mit uns teilen. Wer wir sind, was wir tun und wohin wir gehen sind nur einige der Themen, die in diesem Workshop beleuchtet werden.

**Leitung:** Sandra Epstein, Ubatuba, Brasilien

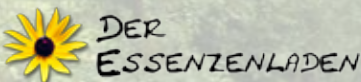
**Termin:** 24./25. Mai 2014  
jeweils 9.30 bis ca. 18.00 Uhr

**Kosten:** 250,00 € Frühbucherpreis (bis 31.03.2014)  
Regulärer Preis: 289,00 €

**Ort:** Köln, Atelier für NLP & Persönlichkeitsentwicklung, Bismarckstr. 50

**Sprache:** Englisch mit deutscher Übersetzung

### Informationen und Anmeldung:



Schweinheimer Str. 6 B  
63739 Aschaffenburg  
Tel.: +49(0)6021 22001  
info@essenzenladen.de



## Die Intelligenz der Liebe und die drei Ökosysteme

Ein Workshop für weise Frauen  
(und Männer)

*„Grundlage der schier unglaublichen Artenvielfalt des Regenwalds ist das Prinzip der Kooperation statt Konkurrenz – jeder trägt zum Wohl des Ganzen bei und nimmt sich nur das, was er braucht.“*

*Emotionale Fitness bedeutet, auf Herausforderungen bewusst zu antworten, statt automatisch zu reagieren, und das Prinzip der Kooperation des Regenwalds wieder auf das menschliche Miteinander zu übertragen.“*

Sandra Epstein

Frühbucherpreis bis 31. März 2014

# DIE INTELLIGENZ DER LIEBE UND DIE DREI ÖKOSYSTEME

## Ein Workshop für weise Frauen (und Männer)

Die Absicht dieses Workshops ist es, die Weisheit des Weiblichen im gerade neu beginnenden Zyklus der Menschheit zu integrieren, und den Einfluss dieser gewaltigen Energie auf die Familien und Gesellschaften zu zeigen. Das Verständnis der Botschaft des Atlantischen Regenwaldes von Brasilien an unsere Familie und unser Umfeld wird uns praktische Wege zeigen, wie wir die wichtige Aufgabe, ein Vorbild für Familie und Freunde zu sein, erfüllen können. Wir werden mit den Drei Ökosystemen arbeiten, die die Säulen für die Erschaffung einer neuen Kultur auf der Erde sind: Verbesserung des Individuums, Verbesserung unserer Beziehungen zueinander, und die Entscheidung für eine produktive Aktivität, die die Gemeinschaft positiv beeinflusst.

### Programm und Inhalt

Liebe ist eine universelle Intelligenz und man kann sie (in den Dimensionen in denen wir leben) durch eine systemische Struktur verstehen. Gewahrsein, Bewusstsein und Ethik sind einige der Säulen dieser Intelligenz.

Gewahrsein bedeutet in Bezug auf die Evolution der menschlichen Spezies, dass man drei verschiedene Ebenen betrachtet, die sich auf drei verschiedene Weisen ausdrücken: Die Instinkte, die Emotionen und der Verstand.

Die Intelligenz der Liebe ist eine potenzielle Quelle für die Weiterentwicklung - und ein Modell, das man durch bewusstes trainieren der Synergien zwischen den drei Ökosystemen fördern kann. Nur durch das genaue Beobachten unserer inneren Spannungsfelder ist es möglich, bewusste und konsistente Entscheidungen zu treffen, um wohlüberlegt in Richtung einer neuen Dimension der Evolution zu handeln.

Evolution ist möglich, wenn wir den synergetischen Effekt dieser drei Ökosysteme bestmöglich nutzen:

**1. Ökosystem:** Für sich selbst sorgen, Selbstmanagement, die Spannungsfelder, die durch die drei Ebenen (Instinkte/Emotionen/Verstand) entstehen jeden Tag aufs Neue beobachten und lenken. Themen: Wohlbefinden, Selbstwert, innere Ruhe, Überfluss, Disziplin.

**2. Ökosystem:** Sich um die Beziehungen mit anderen kümmern, die Beziehungen konstant verbessern und ihre Qualität steigern. Themen: Respekt, Gemeinschaft, Barmherzigkeit, Verantwortung, Unterstützung.

**3. Ökosystem:** Sich um die Gemeinschaft kümmern, die natürlichen Ressourcen respektieren. Projekte umsetzen, die der Weiterentwicklung der Gesellschaft und der Erde dienen. Nachhaltige Projekte in der Gesellschaft anregen und fördern. Themen: Kooperation, Mitgefühl, Ethik, Mission, Scharfsinn.

**Ergänzende Säulen:** Integration, Freude und Vergnügen, Genuss, Erneuerung.

Der Workshop dient als Leitfaden für diesen Prozess mit dem Ziel, ihn Stück für Stück zu verbessern. Das Programm ist ein Werkzeug, das das Ararêtama System zusammen mit der Blaupause des Atlantischen Regenwaldes anbietet: Das Miteinander der Flora und Fauna erzeugt Einheit und Integration und kann als Beispiel für die Menschheit dienen, um die Kluft von Urteil, Trennung und Selbstsucht in bewusste Weiterentwicklung zu verwandeln. Der Mensch als Spezies erschafft die Realität - aber wir separieren uns immer noch mit dem Vorwand von verschiedener Religion, Philosophie und Kultur voneinander.



Wir sind an einem Scheideweg der Evolution angelangt: Entweder wir erschaffen eine neue Kultur, die auf Kooperation beruht und Unterschiede respektiert, und deshalb in der Lage ist, eine nachhaltige Gesellschaft zu erschaffen, oder wir werden vollständig zu einem Parasiten auf dem Planeten. Eine neue Geometrie und eine neue Plastizität des Gehirns, die neue Visionen für die Erschaffung einer neuen Kultur unterstützen, ist der Schritt, den wir gehen müssen.

Die Veränderung wird geschehen, wenn wir Menschen das Steuerrad unseres Lebens selbst in die Hand nehmen, unser inneres Licht strahlen lassen, und uns der Macht jeder unserer Entscheidungen bewusst werden. Dadurch können wir uns in die Lage versetzen, den Nährboden für Gewahrsein, Selbstmanagement, Zusammenarbeit und ethische Grundwerte zu erschaffen.

### Ablauf

Dieser Workshop wurde von Sandra Epstein, der Herstellerin der Ararêtama Regenwaldessenzen konzipiert und arbeitet unter anderem mit den Essenzen, um die drei Ökosysteme zu entwickeln und zu fördern. Er besteht zu in etwa gleichen Teilen aus Informationen in Vortragsform, Bewegungsübungen, paarweisen Übungen und dem Austausch in der Gruppe.