

# BERG

# PILGERN

# MEDITATION

**S**echs Tage Pause vom Alltag – inne halten – zur Ruhe kommen.

Die grandiose Bergwelt des Wallis lässt uns verstummen. Staunend erklimmen wir Höhen, durchschreiten Tiefen.

Wir genießen die Stille – die Klarheit – die Weite der Berge. Und schöpfen neue Kraft.

**E**ingebettet in die kleine Gemeinschaft der Bergpilger ist Raum für den Einzelnen. Schritt für Schritt kommen wir zur Ruhe, zu uns selbst.

Praktische Übungen lassen den Frieden der Außenwelt tief in unser Innen hinein wirken. Gespräche wechseln ab mit Stille, Zeiten der Bewegung mit Zeiten des Innehaltens, Zeiten der Gemeinschaft mit Zeiten des Für-Sich-Seins.

Das Leben im Rhythmus der Natur und die Einfachheit unseres Tagesablaufs öffnen den Blick für das Wesentliche.

Erholt und gestärkt kehren wir in den Alltag zurück.



## **Begleitung**

Anka Vollmann, geboren 1967



Nachhaltige Kommunikation, Wertemanagement, systemische Prozessbegleitung, TagesPilgern.

17 Jahre Pressesprecherin und PR-Managerin in internationalen Wirtschaftsunternehmen und im gemeinnützigen Bereich.

2008/2009 Auszeit im Wallis.

Elemente aus Christentum, Buddhismus und Schamanismus.

## **Termine 2011**

04.06. - 10.06.2011	27.08. - 02.09.2011
11.06. - 17.06.2011	17.09. - 23.09.2011
09.07. - 15.07.2011	24.09. - 30.09.2011

## **Kleine Gruppen**

4 bis maximal 6 Personen lassen gleichermaßen Raum für den Einzelnen und die Gemeinschaft.

## **Basislager**

Schweiz – Wallis – Binntal

Die großzügigen Zimmer unserer Herberge bieten angenehmen Komfort und Raum für Rückzug.

## **Leistungen und Kosten**

Organisation und Begleitung: 575 Euro inkl. MwSt.  
6x Übernachtung, Lunchpaket und  
3-Gang-Menü am Abend: 595 Euro

## **Weitere Informationen und Anmeldung:**

Anka Vollmann

Skalitzer Straße 104

10997 Berlin

[www.klaerwerk-berlin.de](http://www.klaerwerk-berlin.de) [kontakt@klaerwerk-berlin.de](mailto:kontakt@klaerwerk-berlin.de)

030/ 399 099 22

0173/ 603 67 67

