



Ein neuer Trommel-Anlass am Sonntag: die neue Woche darf kommen!

## Trommel-Anlass

Die Gedanken der Schamanenstube kreisen um das Thema, wieder einen Trommelkreis zu machen. Nicht als Trommelgruppe wie ca. um 2006, sondern als Ort und Rahmen der Ruhe, Erholung und Selbst-Entwicklung.

Die Wintermonate bieten sich an, sich im Trommelraum zu versammeln und die Gedanken zu den Trommelrhythmen fliegen zu lassen.

## Trommeltag Inhalte

Das Trommeln im schamanischen Takt soll die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf die kommende Woche vorbereiten. Die Trommeln tragen einen in eine Leichtigkeit, die es einem erlaubt, sich Geschehnissen, Gedanken, Sorgen und Plänen aus einer anderen Perspektive widmen zu können. Wir schaffen einen Raum, in welchem man verschiedene Dinge ganz für sich selbst tun kann:

- lästige Gedanken sich verlieren lassen
- Ängsten aus Räumen der Sicherheit begegnen
- Pläne schon umgesetzt erleben
- innere Ruhe spüren
- an Orten freudvollen Friedens verweilen
- sich innerlich reinigen lassen

## Trommeltag Ablauf

Wir veranstalten die Trommeltag in einem definierten Ablauf, um die Räume für die jeweiligen Inhalte zu erschaffen:

- 13:30 Eintreffen und Begrüssung
- 13:45 Einrichten im Trommelraum
- 14:00 Einstimmung
- 14:15 Erste Trommelsitzung
- 14:45 Pause
- 15:00 Geführte meditative Reise
- 15:30 Pause
- 15:45 Trommelrunde
- 16:15 Ausklang
- 16:30 Verabschiedung

Drei Sitzungen sollen es sein, der neuen Woche völlig anders begegnen zu können.



## Meditative Reise

Die geführte, meditative Reise trägt jeweils ein Thema, das sich entweder ergeben darf oder aus den Wünschen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer entnommen wird. Die Schamanenstube leitet die Begegnung mit ausgewählten Orten an. Das erlaubt zu jedem Zeitpunkt, sich von der stimmlichen Begleitung zu entfernen und dort zu bleiben, wo es einem am besten gefällt. Man kann auch nur das Getragen-Werden durch die Trommeln geniessen und die Stimme ausblenden.

Man muss nicht schamanisch reisen können, um die Eindrücke der Sitzungen zu erleben: geniessen können reicht aus, Bilder zu sehen, ganze Gespräche meditativ zu führen und körperliche Erholung zu erleben.

## Trommeltag am 13.12.2015

Am 13. Dezember 2015 starten wir den ersten Trommelkreis um 13:30 Uhr. Die Schamanenstube bitte schuhlos besockt oder mit Hausschuhen betreten. Danke schön! Meldet bitte Bedürfnisse frühzeitig an, dafür sind wir dankbar. Anmeldungen für den 13.12.2015 bitte via [Schamanenstube Event-Seite](#).

Die Teilnehmerzahl ist auf acht Menschen beschränkt. Wer eine Trommel oder eine Art Yoga-Matte hat, darf diese bitte mitbringen.

## Zeitungsarchiv

Alle Ausgaben der Schamanismus Zeitung können gratis heruntergeladen werden:

- Therapie
- Gefühle
- Praxis
- Wahrnehmungen

## Das Schamanenstuben Blatt

### Schamanismus Zeitung

An- und Abmeldungen bitte per Mail an [info@schamanenstube.com](mailto:info@schamanenstube.com) mitteilen. Die E-Mail Adressen werden nur für den Newsletter verwendet und nicht weiter gegeben.

## Die erste schamanische Reise

Die Schamanenstube bietet jeden Samstag eine Einzelbegleitung der ersten *schamanischen Reise* an. Begleitet durch eine erfahrene Reisende erlebt man Schritt für Schritt die Geistwelt, begegnet seinem Krafttier und erlebt schamanische Kraft aus dem eigenen Inneren heraus. Sie möchten tief eintauchen in die Anderswelten und die ersten schamanischen Reisen angehen?

» [Krafttier Schnupperkurs zum Einsteigen](#)

## Kursprogramm

- 28.11.2015  
[Wellness](#)  
Die eigene Wellness Zeremonie entwickeln: Raseln, Trommeln, Reinigen, Räuchern und in die Mitte kommen.
- 05.12.2015  
[Seelenreisen](#)  
Die Wintertage verbringen wir in der Wärme der Schule und lassen uns auf tiefgehende schamanische Reisen ein.
- So, 13.12.2015  
[Trommelanlass](#)  
Ruhe, Geborgenheit und freudvollen Frieden in sich selbst erleben: die Trommeln der Schamanenstube bieten Raum und Rahmen.

## Im Shop: Die Halle der Runen-Karten

Das Buch und die Karten für den klaren und zielgerichteten Umgang mit den Runen als Orakel.



Nur SFR. 35.- plus Versand

## Meine Runen

Der Umgang mit Runen wird auf einfache Weise erlernt: erfolgreich mit Runen sein Leben in neue Richtungen lenken und seinen Lebensweg neu gestalten: das praktische Set für alle.

## Impressum

Schamanenstube  
Bachtobelstrasse 6  
9534 Gähwil, Schweiz  
078 769 35 83  
[info@schamanenstube.com](mailto:info@schamanenstube.com)