



„TorWeg – Zwischen den Welten gehen, im eigenen SEIN ankommen.“

# Innerer Frieden im Alltag – schamanische Praxis der Mitte

„Zwischen all den Stimmen im Außen wieder die leise, klare Stimme in dir hören – und ihr vertrauen.“

Dieser Workshop lädt dich ein, mit einfachen schamanischen Rituale zurück in deine Mitte zu kommen – ohne Drama, ohne Spektakel, ohne Feuer. Im Kreis, in der Natur und in der Stille übst du, innerlich zur Ruhe zu kommen, dich zu erden und Frieden mit dir selbst, deinem Weg und deiner Geschichte zu schließen.

## Datum

Freitag 13.Nov. - Sonntag 15.Nov. 2026

## Kurszeit:

Freitag; ab 17:30 (Eintreffen)  
Samstag ab 09.00 - Sonntag 15:00

## Ort:

Seminarzentrum Herzberg;

## Kurspreis

CHF 410.00  
(exkl. Unterkunft und Verpflegung)

## Kursleitung

Heinrich Schwyter

## Anmeldung

Michèle Granacher

## Weiterführende Infos

Der TorWeg / Heinrich Schwyter

Zimmer selber buchen!

[https://www.herzberg.org/  
zimmerreservation/](https://www.herzberg.org/zimmerreservation/)

## Was dich erwartet

- Erdungs- und Atemrituale für innere Stabilität im Alltag
- Schamanische Mini-Reisen zum eigenen Kraftort (sitzend/ liegend, ohne Trommel-Show)
- Rituale der Stille: Innehalten, Lauschen, Dasein
- Herzrituale: Frieden schließen mit dir selbst und wichtigen Lebenskapiteln
- Kleine Übergangsrituale für Morgen, Abend und herausfordernde Momente

## Dein Nutzen - auf einen Blick

- 👉 Mehr innere Ruhe und Gelassenheit – auch wenn außen vieles in Bewegung ist
- 👉 Klareres Spüren deiner Mitte und deines eigenen Tempos
- 👉 Stärkere Verbindung zu deiner inneren Stimme und Intuition
- 👉 Einfache Rituale für Herzberg und Alltag, die du selbstständig weiterführen kannst

## Für wen

- ⇒ Für Menschen im Freundeskreis Herzberg, die schamanische Praxis sanft und alltagstauglich kennenlernen oder vertiefen möchten
- ⇒ Für alle, die sich nach Stille, innerem Frieden und einem „Wieder-Ankommen“ bei sich sehnen
- ⇒ Keine Vorkenntnisse nötig – nur Offenheit und Respekt vor dem gemeinsamen Raum